

کنج ضرور

متن کامل پیام‌های تلفنی

۱-۹۶۵

اجرا: آقای پرویز شهبازی

تاریخ اجرا: ۲۶ خرداد ۱۴۰۲

www.parvizshahbazi.com



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

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۹۵)

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

(پرویز شهبازی، برنامه گنج حضور شماره ۹۰۷)

متن کامل پیام‌های بینندگان برنامه ویژه پیام‌های تلفنی ۱-۹۶۵

اوست بهترین کسی که از او درخواست شود، و بدو امید رود.
[پس] از خدا توفیق آن خواهیم که سپاس [بودن در این راه را]
به ما ارزانی کند. زیرا سپاس همچون زنجیری است که نعمت
موجود را نگه دارد و نعمت فزون‌تر را صید کند و هیچ نشود
جز آنچه خدا خواهد.

(برگرفته از مقدمه دفتر چهارم مثنوی، مولوی)



شایسته است از تلاشهای متعهدانه، مستمر و ماندگار جناب آقای پرویز شهبازی در اجرای این برنامه و روشنگری، اشاعه و بسط درس‌های زندگی‌ساز مولانای جان، در کنار برقراری رابطه صمیمانه ایشان با راهیان این مسیر نورانی، کمال سپاس و قدردانی را به جا آوریم.

مخبر

همراهان عشق در تایپ، ویرایش و بازبینی برنامه گهر بار ۱-۹۶۵		
شاپرک همتی از شیراز	رویا اکبری از تهران	زهرا بحیرایی از نهاوند
مزگان نقی‌زاده	ناهید سالاری از اهواز	لیلی حسینی‌قلی‌زاده از تبریز
آقای حسام موسوی از مازندران	الناز خدایاری از آلمان	مهردخت از چالوس
مهران لطفی از کرج	بهرام زارع‌پور از کرج	فاطمه زندی از قزوین
فرشاد کوهی از خوزستان	پارمیس عابسی از یزد	زهرا عالی از تهران
شبیم اسدپور	کمال محمودی از سنندج	الهام فرزام‌نیا از اصفهان
مرجان فرخ‌سرشت از استرالیا	راضیه عمادی از مرودشت	مرضیه جمشیدیان از نجف‌آباد
فهیمه فدائی از تهران	مریم مهرپذیر خیابانی از تبریز	فاطمه رشنو از لرستان
خانم ریحانه از استرالیا		

با تشکر از دوستان بیننده که با ارسال متن پیام‌هایشان ما را یاری دادند.

جهت ارسال متن پیام یا تصویر پیام و یا همکاری با گروه متن برنامه‌های گنج حضور با آیدی زیر در تلگرام تماس حاصل کنید.

@zarepour_b

لطفاً پیام‌های خوانده شده روز جمعه را تا ساعت ۱۲ ظهر شنبه ارسال نمایید.

کانال گروه متن کامل برنامه‌های گنج حضور در تلگرام:

<https://t.me/ganjehozourProgramsText>

ردیف	پیام دهنده	صفحه
۱	خانم سمیرا از تهران	۶
۲	خانم بیننده با سخنان آقای شهبازی	۱۰
۳	آقای علی از کرج	۱۳
۴	آقای بیننده از خوزستان با سخنان آقای شهبازی	۱۷
۵	خانم شیدا از کرج با سخنان آقای شهبازی	۲۰
۶	خانم غریبه از تهران با سخنان آقای شهبازی	۲۵
۷	آقای تقی و همسرشان از اسلامشهر	۲۹
۸	آقای کمال از فارس با سخنان آقای شهبازی	۳۳
۹	خانم بیننده از شیراز	۳۸
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش اول ◇ ◇ ◇	۴۲
۱۰	آقای حسام از مازندران	۴۳
۱۱	آقای حجت از فولادشهر اصفهان	۴۷
۱۲	خانم پروین از استان مرکزی	۵۰
۱۳	خانم زهرا از زاهدان	۵۳
۱۴	خانم نیره از تهران	۵۶
۱۵	آقای علی از بجنورد	۶۱
۱۶	خانم مبینا	۶۳
۱۷	آقای علی‌پور از فسا	۶۵
۱۸	خانم مرجان از استرالیا	۶۷
۱۹	خانم الهام از شیراز	۶۹
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش دوم ◇ ◇ ◇	۷۱
۲۰	خانم ریحانه از استرالیا با سخنان آقای شهبازی	۷۲
۲۱	خانم مژده از آلمان	۷۹

ردیف	پیام دهنده	صفحه
۲۲	خانم پریسا از کانادا	۸۱
۲۳	خانم‌ها زرین و تیارا و یکتا از زرین‌شهر اصفهان	۸۵
۲۴	خانم مهردادخت از چالوس با سخنان آقای شهبازی	۹۲
۲۵	خانم دینا از کانادا با سخنان آقای شهبازی	۱۰۱
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش سوم ◇ ◇ ◇	۱۰۸
۲۶	خانم فرزانه از اصفهان با سخنان آقای شهبازی	۱۰۹
۲۷	خانم بهناز از انگلستان با سخنان آقای شهبازی	۱۱۳
۲۸	خانم پروین از اصفهان	۱۲۱
۲۹	خانم مینا و آقای مهران از کرج	۱۲۳
۳۰	خانم فرخنده از جوزان نجف‌آباد	۱۲۸
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش چهارم ◇ ◇ ◇	۱۲۹



۱- خانم سمیرا از تهران

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم سمیرا]

خانم سمیرا: خیلی خیلی خوش شانس بودم که اولین تماس اصلاً باورم نمی‌شود تماسم برقرار شده با شما و خیلی خوشحال هستم که این قدر خوش شانس بودم.

آقای شهبازی: شما لطف دارید.

خانم سمیرا: همین الآن برنامه‌تان را می‌دیدم و متوجه شدم که برنامه زنده است و اولین تماس است. من یک نفس عمیق می‌کشم با اجازه‌تان.

آقای شهبازی: بله بله، نفس عمیق بکشید.

خانم سمیرا: ببخشید عذرخواهی می‌کنم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم سمیرا: خواستم تشکر کنم، می‌گویم اصلاً هیچ آمادگی نداشتم و این دو سال پیش که برنامه‌تان را دنبال می‌کردم برایم یک سؤال بود که کی این برنامه تلفنی‌تان معمولاً نمی‌رسم چون شاغل هستم، به‌رحال خانه‌دار و بچه کوچک، همیشه تکرار برنامه‌هایتان را می‌بینم. همه‌اش دنبال این بودم که کی این تماس‌های تلفنی‌تان به‌صورت زنده است که امروز از شانسم دیدم یک‌هو الآن دارد اعلام می‌کند که برنامه زنده و همین اولین تماس را گرفتم و تماس هم برقرار شد. اول خدا را هم شکر می‌کنم بابت این اتفاق. خیلی تشکر می‌کنم از برنامه عالی‌تان.

من دو سالی می‌شود که از بینندگان پاپروقرص برنامه‌تان هستم. البته یک پنج‌شش سالی می‌شود که معرفی به من کرده بودند از طریق خاله‌ام این برنامه به من معرفی شد. کم و بیش می‌دیدم و آن موقع من ذهنی خیلی فعالی داشتم. با کله خودم بررسی می‌کردم و هنوز می‌گویم آن من ذهنی فعالم مدیریت می‌کرده، برداشت‌های خودم را داشتم، ولی دوسالی است که فضاگشایی را انجام دادیم و به لطف خداوند آن، من اسمش را حالا می‌گذارم نواقص‌های شخصیتی‌ام، این‌جوری بهتر است، حسادت، خشم، غرور، تکبر، من من‌هایم، خیلی خیلی کم‌کم، در این دو سال شروع کرد مثل یک معجزه، دوسه‌سالی می‌شود اگر بخوایم تاریخ دقیقش را هم زدیم که تصمیم گرفتم برنامه شما را جدی دنبال کنم، تقریباً چهاردهم پانزدهم تیر ماه می‌شود.



واقعاً تغییرات اساسی در من به وجود آمد. این قدر این تغییرات زیاد است که نمی‌توانم عنوانش کنم، ولی از تغییرات درونی که بگذریم، به آن آرامش رسیدم. زندگی‌ام حالا چه از نظر احساسی بخواهم بگویم، واقعاً حال خودم خوب است، دیگر کار به کار کسی ندارم.

آقای شهبازی: آفرین.

خانم سمیرا: خدا را شکر روابطم خب با همه هم خیلی بهتر است، ولی می‌خواهم به شما بگویم که دیگر زیاد اصلاً کسی را کنترل نمی‌کنم که بخواهم بگویم حالا چه کسی چه جوری هست، چه جوری نیست. از دیدم هم خب همه خوب هستند. می‌خواهم بگویم که برنامه شما کاری با من کرده که اصلاً هیچ چیز بدی وجود ندارد از نظر من. هیچ اتفاق بدی وجود ندارد.

و در جمع، در محل کار، هر جا که می‌روم اصلاً یک بخشی از انسان‌ها که اصلاً می‌گویند، یک سری [کلمه ناواضح] می‌کنند که تو اصلاً دیوانه‌ای. یعنی مثلاً این اتفاق افتاده سمیرا تو حالت واقعاً خوب است؟ یعنی مثلاً هیچ چیزی نیست؟ و واقعاً من از صمیم قلبم می‌گویم بچه‌ها چرا این جوری می‌کنید شما، این فقط یک اتفاق بود یا هیچ چیز خاصی نبوده. این آرامش که همیشه همراهم است، این‌ها یک روزهایی آرزویم بوده، آرزوی قلبی‌ام بوده و باورم نمی‌شود این برنامه من را به آن رساند.

من آرامش، آسایش و این‌جا بخواهم صادقانه‌تر صحبت کنم من اعتیاد داشتم به سیگار، نیکوتین مصرف می‌کردم، به هر حال تفریحی مشروبات الکلی، سه سال می‌شود که هیچ، همه این‌ها قطع شده. می‌خواهم معجزه برنامه‌تان را بگویم.

آقای شهبازی: ممنونم.

خانم سمیرا: و نیازی اصلاً به هیچ چیزی نیست الان. مهمانی می‌روم، خب خیلی کم شد البته مهمانی و رفت و آمد و این‌ها، اصلاً دیگر مورد پسندم نیست واقعاً. ولی خب پیش می‌آید، اصلاً باورشان نمی‌شود در جمع‌ها. مثلاً می‌گویند حالا بیا یک پک قلیان. واقعاً نیازی ندارم به این. این قدر این حال درونی خوب شده و آن شادی بی‌سببی که شما صحبت می‌کنید از آن، دیگر اصلاً نیازی نمی‌بینم که بخواهم در قلیان یا مشروب دنبالش باشم. این‌ها واقعاً معجزات بیرونی بوده و خیلی خوشحال هستم که کمک کردید من بتوانم افکارم را ببینم. من از صبح که بیدار می‌شوم شکرگزاری می‌کنم و می‌گویم خدایا خودت کمکم بکن بتوانم مراقبه را انجام بدهم.



مراقبه من امروز این نیست که بنشینم یک جا در سکوت، پنج دقیقه به نفسم، نه، همین که خداوند کمکم می‌کند از صبح که بیدار می‌شوم، انگار من می‌توانم بیرون از خودم، خودم را نگاه کنم. یعنی هر اتفاقی که می‌افتد، فکری که می‌آید در کله‌ام را می‌توانم ببینم. افکارم دیگر اجازه نمی‌دهم به من فرمان بدهد، بخواهم واکنش نشان بدهم. به آن نواقص قبلی، من‌های ذهنی که حسادت، خشم، یک اتفاقی می‌افتاد من خشمگین می‌شدم، سریع عصبانی، سریع الآن غرور، سریع الآن حسادت کن سمیرا، سریع الآن برو واکنش نشان بده، خیلی خوشحال هستم می‌توانم صبر کنم، سکوت کنم، نگاه کنم و بعد انگار یک چیزی به دلم می‌نشیند و واکنش درست را انجام بدهم.

آقای شهبازی: آفرین.

خانم سمیرا: واقعاً ممنونم از شما. خیلی خواستم تشکر کنم. نمی‌دانم این اولین بار بود، اولین تماسم با برنامه‌تان بود، هرآنچه که دیگر آمد را به شما گفتم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: عالی بود. عالی، آفرین! موفق شدید شما. موفق شدید و می‌بینید که موفقیت در این راه خیلی هم سخت نیست. شما آن پنج‌شش سال که می‌گویید کم و بیش گوش می‌کردید، همان اول جدی می‌گرفتید برنامه را و به مولانا درست توجه می‌کردید، همه این تغییرات هرچه زودتر در خودتان به وجود می‌آوردید.

خانم سمیرا: واقعاً ممنونم، سپاس‌گزارم از شما و امروز می‌توانم بگویم زندگی روی زمین من که خیلی ناشکری می‌کردم و برایم مثل جهنم بود، استاد از شما تشکر می‌کنم، دست‌های شما را می‌بوسم که این قدر قشنگ مرا بیدار کردید. می‌توانم بگویم قطعه‌ای از بهشت روی زمین است و من دارم روی بهشت خداوند زندگی می‌کنم و همچنان این مسیر را ادامه می‌دهم، می‌دانم که هرچقدر بیشتر بروم مثل یک دریاست، یک اقیانوس است که هنوز به نظرم فکر می‌کنم که تازه این در بهشت باز شده به رویم، بعد شش سال. حالا خیلی مانده، یک الهام درونی یا چیزی است که می‌گوید تازه وارد شدی، هنوز هم باید روی خودت کار کنی. فقط می‌گویم خیلی خوشحال هستم که بابت اتفاقات لحظه افکارم را می‌توانم ببینم.

آقای شهبازی: آفرین.

خانم سمیرا: می‌توانم تشخیص بدهم که الآن سمیرا عمل را از سر چه می‌خواهی انجام بدهی؟ از سر نفس می‌خواهی انجام بدهی؟ کدام را انتخاب می‌کنی؟ انتخاب دست خودت است. و هرآنچه که دارم از شما و این برنامه دارم. جبران‌های مالی را هر هفته، هر ماه انجام می‌دهم از درآمدی که دارم و واقعاً برگشتش را هم از نظر معنوی، یعنی



به محض این‌که این پول را واریز می‌کنم، پای برنامه شما می‌نشینم با این‌که این برنامه تکرار است و تکرار، یک آگاهی جدیدی انگار در کله من باز می‌شود. یعنی یک برنامه تکراری‌تان را هم که می‌بینم، انگار چیزها و مطالب خیلی جدیدی را می‌فهمد ذهنم و متوجه‌اش می‌شوم.

به اضافه این‌که از نظر مالی گشایش کاری که برایم می‌شود واقعاً نگویم چندین برابرش به من برمی‌گردد. اصلاً این برنامه خودش معجزه است. فقط همین را می‌توانم بگویم. مرسی از شما که هستید. از خدای بزرگ برای شما سلامتی، عمر باعزت و طولانی می‌خواهم. این آرزوی قلبی‌ام است برای شما. چون همچون انسان‌هایی برای روی زمین واقعاً بودندتان مفید است برای ماها که زندگی را می‌گویم تبدیل به بهشت کردید.

آقای شهبازی: ممنونم.

خانم سمیرا: ممنونم از شما.

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

خانم سمیرا: خداحافظی می‌کنم با شما. مرسی که هستید.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم سمیرا]



۲- خانم بیننده با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم بیننده]

خانم بیننده: من خیلی خوشحال هستم که صدای شما را می‌شنوم. امروز به خودم گفتم حتماً من باید صدای آقای شهبازی را بشنوم. خیلی دارم تلاش می‌کنم. من هم مثل همه مردم دیگر سال‌هاست که دارم با شما زندگی می‌کنم. یعنی صدای هیچ رادیو و تلویزیون دیگری در من تأثیر ندارد به‌غیر از صدای شما و گفته‌های شما.

من بعد از ظهرها می‌روم پیاده‌روی. یکی دو بیت از اشعار شما را در ذهنم مرور می‌کنم. چندتا دوست پیدا کردم در حین پیاده‌روی به من می‌گویند که ما منتظریم تا تو بیایی. وقتی که می‌آیم، به آن‌ها می‌رسم، می‌گویند که یک چیزی برایم بخوان. من یک مقدار از ابیات شما را برایشان می‌خوانم. آن‌ها ناخودآگاه جذب شما شدند. یعنی شما برای من شدید همه‌چیز. من یک مدتی بود تنهای تنها زندگی می‌کردم. دو سال بود در یک خانه کاملاً تنها زندگی می‌کردم. از سایه خودم هم می‌ترسیدم. ولی برنامه شما کاری کرد که ترس برای من حل شد. مشکل ترس برای من کاملاً حل شد.

آقای شهبازی: آفرین.

خانم بیننده: من دیگر از هیچ‌چیز نمی‌ترسیدم. یعنی مولانا یک روز گفت که یکی از ابیات شما، مولانا یک روز گفت که اگر اتفاقی بخواهد بیفتد می‌افتد، پس جلوی اتفاق را نمی‌توانی بگیر. حالا چه اضطراب داشته باشی، چه ترس داشته باشی. دیگر ترس برایم حل شد، در آن خانه به آن بزرگی من تنها برای خودم می‌رفتم در باغچه و می‌آمدم، احساس خوبی داشتم، یعنی حس می‌کردم که یک کسی مثل مولانا در کنار من است و صدای شما در خانه ما پیچیده بود. یعنی من با صدای شما یک آرامش بسیار وصف‌ناشدنی پیدا می‌کنم. یعنی حس می‌کنم که نمی‌دانم چه جور بگویم ولی شما را خیلی دوست دارم.

آقای شهبازی: شما لطف دارید.

خانم بیننده: شما یک انسانی هستید که، درست است شما می‌گویید تعریف نکنید ولی نمی‌شود تعریف نکنیم. هر فکر منفی‌ای که می‌آید به سرم، می‌گویم که آقای شهبازی گفتند که این‌جوری باید بکنید، مولانا این‌جوری گفته. خلاصه ممنونم از شما.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. عالی، عالی!



خانم بیننده: من هیچ چیز آماده نکردم. هیچ چیز هم در این چند سال ننوشتم. ولی رفتم تمام کتاب‌های شما را خریدم و کتاب‌های شما همان دیدنش به من آرامش می‌دهد و می‌آیم بلافاصله وقتی که شما یک بیتی، یک چیزی می‌گویید در می‌آورم معنی‌اش را. [تماس قطع شد].

آقای شهبازی: قطع شد. البته بین صحبت‌ها شما می‌گویید شعرهای شما. شعرهای من نیست. شعرهای مولاناست و یواش‌یواش ما آثار استفاده از درس‌های مولانا را در زندگی عمومی‌مان می‌بینیم و باز هم این صحبت‌های شما تأیید می‌کند که چقدر مخصوصاً در این دوران ما به درس‌های بزرگانمان مثل مولانا، فردوسی، حافظ و غیره، احتیاج داریم. بله این برکت مولاناست. شعرهای من نیست. حالا شما می‌گویید دیگر اصطلاح شماست.



۳- آقای علی از کرج

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای علی]

آقای علی: علی هستم از کرج، بعد هفت‌هشت ماه، هشت ماه می‌شود استاد، هشت ماه پیش من زنگ زده بودم خدمتتان.

آقای شهبازی: بله علی آقا، خوب هستید شما؟

آقای علی: ممنونم، زنده باشید استاد.

آقای شهبازی: بفرمایید.

آقای علی: خدمت همهٔ دوستان هم سلام عرض می‌کنم استاد.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. بفرمایید. سلام.

آقای علی: اجازه می‌فرمایید استاد یک متنی را من تهیه کردم بخوانم؟

آقای شهبازی: بله حداکثر زمان یک نفر پنج دقیقه است، این را رعایت بفرمایید. بفرمایید. بله در خدمتتان هستیم.

آقای علی: حالا سعی می‌کنم استاد تمام بشود. هر جا قطع شد بگویید، من چشم قطع می‌کنم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، بفرمایید.

آقای علی: ممنونم از شما.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

آقای علی:

ای شهان، گُشتیم ما خصم برون

ماند خصمی زو بتر در اندرون

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۷۳)



گُشتنِ این، کارِ عقل و هوش نیست
شیرِ باطن، سُخرهٔ خرگوش نیست
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۷۴)

دشمنی داری چنین در سرِ خویش
مانع عقل است و، خصمِ جان و کیش
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۵)

یک نفسِ حمله کند چون سوسمار
پس به سوراخی گریزد در فرار
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۶)

ذهن رام شده و آرام شده همواره به‌عنوان ابزاری ارزشمند می‌تواند در اختیار ما باشد، ولی متأسفانه با همان‌بده شدن شدید، کاربری آن را تغییر داده و به دشمنی خطرناک در درون خودمان تبدیل کرده‌ایم. و خودمان را همواره به‌عنوان ابزار و تحت فرمان ذهن فکر و عمل می‌کنیم و من‌ذهنی با خاصیت‌هایی مثل «هرچه بیشتر بهتر» و آدرس‌های غلط، اعمال هیجان‌انگیز مختلف و هزاران ترفند مودیان هر لحظه دنیای درون و بیرون ما را تخریب می‌کند.

وقتی که ذهن بر ما حاکم است، به‌جای این‌که با خدا همان‌بده و عاشق خدا شویم، با آدرس‌های غلط ذهن به‌سمت آدم‌ها و اجسام کشیده شده و دلبستهٔ آن‌ها می‌شویم. تا زمانی که زندگی را در آن‌ها پیدا نکردیم، ذهن یک آدرس غلط یک انسان یا جسم دیگری را به ما می‌دهد که این با قبلی فرق دارد و بهتر است، ولی در حقیقت هیچ همانندگی قابلیت و شرایط زندگی‌بخشی را ندارد. من‌ذهنی با خاصیت زیاده‌خواهی ما را گدا و بندهٔ جهان و دیگران کرده است. در صورتی‌که در اغلب مواقع برای نیازهای حقیقی هم نیازمند بیرون و کسی نیستیم چه برسد به نیازهای مجازی و توهمی.

زمانی که زیر سلطهٔ من‌ذهنی هستیم، در هر اتفاق و امتحان خدا به‌عنوان دست‌یار من‌ذهنی عمل می‌کنیم و هرچقدر موقعیت و امکان بیشتری داشته باشیم، خرابکاری‌های بزرگ‌تری به‌وجود می‌آوریم. من‌ذهنی حکم تخریب می‌دهد، ما تخریب می‌کنیم و تاوان می‌دهیم. به لطف برنامهٔ گنج حضور هر روز چهرهٔ جدیدی از ماهیت ذهن را شناسایی و نقش آن را در زندگی خود می‌بینیم و برای خاموش و مهار کردن آن تلاش می‌کنیم.



از چراغ‌های زیادی که گنج حضور از گنجینه عظیم مولانا به ما معرفی کرده است، چراغ ابیات در مورد «ترازو» است که ترازو از اول در آسمان درون ما بوده که در هر لحظه و هر اتفاقی چنانچه فضا را باز کنیم، ترازو را به عنوان وسیله‌ای که توازن را در مسیر تکاملی ما برقرار می‌سازد، درج خواهیم کرد و در فضای گشوده شده برای سنجش اعمال و افکارمان از آن بهره خواهیم برد.

ترازو ابزاری با دقت سنجش به اندازه بی‌نهایت است و کاربردی بی‌نهایت دارد. ترازو یعنی قدرت تشخیص‌دهنده کیفیت افکار و عملکرد ما و تشخیص‌دهنده قوانین زندگی، مثل قانون جبران. ترازو یعنی عدل و انصاف و وجدان مطلق. ترازو ما را مجاب می‌کند آنچه بر خود می‌پسندی، برای دیگران هم بپسند، و آنچه برای خود نمی‌پسندی، برای دیگران هم نپسند. یعنی رواداشت زندگی به دیگران.

ترازو به ما می‌گوید که با قانون پاک ناشی از من‌ذهنی، نمی‌توانی خودت را تغییر بدهی و در خانواده و جامعه نظم و عدالت را برقرار کنی.

ترازو در هر لحظه و در هر امتحان خدا به ما هشدار و گرامی‌دهد که چه فکر و عملی مجاز است و موجب ساختار نیک در جهان می‌شود و به عدم کردن مرکز کمک می‌کند و چه فکر و عملی غیرمجاز است که مبادا عملکرد و ارتعاش من موجب آسیب به خود و دیگران و جهان هستی شود.

کاری نکنم که صدمات جبران‌ناپذیری به زندگی و دیگران وارد کنم که تا مدت‌های طولانی آثار مخرب و بد آن زندگی او را تحت شعاع قرار دهد و زمانی به اعمال ناشی از هدایت دیو درون خود پی ببرم که خیلی دیر شده باشد و امکان جبران نباشد. چه بسا که خیلی از آسیب‌ها و ستم‌ها در حق دیگران، غیرقابل جبران است چراکه انسان من‌ذهنی طغیان‌گر است که نه تنها به خود بلکه آتش به همه آفاق می‌زند. دریغ از این‌که موجب کوچک‌ترین ساختار نیکی در جهان باشد.

معمولاً من در هر لحظه و هر زمان ناظر و شنونده دوتا صدای ضد هم از درون خودم هستم. صدا و عوعوی من‌ذهنی برخاسته از هیجانات و خواستن‌های سیری‌ناپذیر آن و دیگری صدا و ندای ترازو که از خرد کل سرچشمه می‌گیرد.

بس دعاها کان زیان است و هلاک

وز گرم می‌نشود یزدان پاک

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۴۰)



معمولاً در این لحظه درخواستی گداگونه و حریص‌وار از جهان دارم و با ولع هرچه تمام از خدا درخواست اجابت و برآورده شدن آن را طلب می‌کنم که گویا با داشتن آن زندگی دلخواه هم خواهم داشت و همان لحظه صدای ترازو را از درون می‌شنوم که پرهیز و حزم داشته باشم، خدا نکند این‌گونه بشود که اگر برآورده شود، آتش و طوفان به زندگی خود و اطرافیانم خواهد افتاد و گرفتار ریب‌المَنون خواهم شد. و اگر برآورده نشود، در زندگی بیرونی بارم سبک‌تر و در درون مرکز خلوت‌تر خواهد بود.

قلم زندگی هماهنگ با نظم و توازن ترازوی خودمان برای ما می‌نویسد. و این‌جا بُعد مهمی از کلیدواژه «انسان اراده آزاد دارد» را بهتر درک می‌کنم که ترازو همواره در اختیار ماست، اگر از ترازو کم کنیم قلم زندگی‌ام کم خواهد نوشت و اگر زلال و روشن باشم قلم زندگی‌ام زیبا خواهد نوشت.

پس سرنوشت ما بسته به اعمال ما توسط زندگی هر لحظه از سر نوشته می‌شود. همواره مراقب باشم که با رضا و تسلیم و فضاگشایی ترازو را موزون نگه دارم، زیرا فضابندی، ستیزه، مقاومت، می‌دانم، عدم رضایت، ترازو را ناکار می‌کند و ارتباطم را با خرد کل قطع و دچار درد می‌شوم.

و در هر لحظه هشیار باشم که همانیده شدن و گدایی از جهان و پندار کمال و برهم زدن ترازو غیرت زندگی را بر نمی‌تابد و قطعاً به اندازه خطایم مؤاخذه خواهم شد.

قوت از حق خواهم و توفیق و لاف

تا به سوزن بر کنم این کوه قاف

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۸۸)

با تعهد روی خودم کار می‌کنم و از خدا طلب توان فضاگشایی گسترده را دارم که هرچه زودتر ذهن را خاموش و مرکز را عدم کنم.

یک زمان کارست بگزار و بتاز

کار کوه را مکن بر خود دراز

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۸۱)

این ره چنین دراز به یکدم میسرست

این روضه دور نیست، چو رهبر تو را رضاست

(مولوی، دیوان شمس، ترجیعات، ترجیع شماره ۲۵)



استاد تمام شد.

آقای شهبازی: عالی، عالی علی آقا! آفرین! ممنونم.

آقای علی: خواهش می‌کنم. ممنونم. لطف کردید گوش دادید. ممنونم از شما.

آقای شهبازی: عالی بود. ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای علی]

خداحافظی

۴- آقای بیننده از خوزستان با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای بیننده و آقای شهبازی]

آقای بیننده: می‌گویم استاد یک سؤالی داشتم، اگر خود جناب آقای مولانا بودند الآن در حال حاضر، واقعاً می‌نشستند پای صحبت‌های شما. این قدر شیرین، این قدر جذاب این‌ها را تفسیر می‌کنید، هم آیه‌های مفسر قرآن را، هم این‌که این شعرهای قشنگ مولانا را.

آقای شهبازی: اختیار دارید.

آقای بیننده: مولانا اگر بود، الآن می‌نشست پای صحبت شما؟

آقای شهبازی: بله، بله، مولانا اگر زنده بود، یک چوب خیلی سفت و سختی برمی‌داشت دنبال ما که شما به چه حقی شما درس‌های من را خراب کردید. خب الآن چون نیست، ما از این جرئت‌ها می‌کنیم. اگر زنده بود که ما نمی‌توانستیم حرف بزیم بابا. نه، شما لطف دارید. نه بابا، نه، نه.

آقای بیننده: به خدا اگر پیغمبر هم بودند باز هم می‌نشستند پای این صحبت‌ها.

آقای شهبازی: پای صحبت ما؟!!

آقای بیننده: این قدر تفسیر قرآن را این قدر خوشگل، من بارهای بار، خدا شاهد است من ختم کردم قرآن را بارها، ولی این قدر این آیه‌های قرآن را شما، خیلی زیبا، واقعاً زیباست.

آقای شهبازی: آن هم از مولانا می‌آید. آن را هم ایشان به ما یاد داده‌است. نخیر نه. توجه کنید، این چیزها را یک موقعی می‌گویید، مردم هم باور ممکن است بکنند یا مثلاً ایراد بگیرند. ببینید یک آدم‌هایی هست که.

آقای بیننده: من به نیابت از تمام مردمی که مخصوصاً شنونده‌های عزیزی که پای برنامه شما می‌نشینند، من به نیابت از همه آنها دارم من این حرف را می‌زنم.

آقای شهبازی: شما لطف دارید.

آقای بیننده: به خدا قسم، این قدر جذاب، این قدر شیرین، واقعاً بارهای بار من شده تکرار برنامه‌ها را باز هم می‌بینم، زیبایی بر زیبایی اضافه می‌شود. باور کن استاد.



آقای شهبازی: شما لطف دارید.

آقای بیننده: من دست شما را می‌بوسم به خدا قسم. شما مرا بیدار کردید.

آقای شهبازی: شما یک سطل را با اقیانوس مقایسه می‌کنید.

آقای بیننده: من در زندگی‌ام خیلی سختی داشتم، من واقعاً یک سختی‌هایی داشتم که نمی‌دانستم چه‌جوری از زیر بار این فشارشان بیایم بیرون، ولی به قدری زیبا این‌ها را بیان می‌کنید، می‌گویم خدایا من چرا قبلاً این‌ها را کسی نبود به من بگوید، کسی نبود این‌ها را کالبدشکافی کند، این قضیه‌هایی که من زیر بارشان این‌قدر گیر کرده بودم.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای بیننده: نمی‌دانم والله، چه بگویم. چه‌جوری تشکر کنم؟! من چه‌جوری باید تشکر کنم؟! به خدا قسم.

آقای شهبازی: لطف دارید.

آقای بیننده: من جبران مالی هم انجام می‌دهم، ولی آن‌جوری نیست که بخواهم. دوست دارم دست شما را ببوسم، به خدا قسم.

آقای شهبازی: اختیار داید، خواهش می‌کنم. ما کاری نکردیم آقا. می‌گویم این برکت دانش مولاناست، برکت درس‌های ایشان است. وقتی شما یک بیت را می‌خوانید، اگر درست بخوانید، چندتا چیز را در ما درست می‌کند، و خُب دیگر شما اگر صدتا بیت بخوانید، هرکدام دوتا یا حداقل یک چیز را درست کنند، یک عیب را در خودتان پیدا کنید، یواش‌یواش عیب‌ها رفع می‌شوند.

ولی وقتی شما، خواهش می‌کنم مقایسه نکنید. شما مثلاً فرض کن یک دانه انگشت‌دانه، انگشت‌دانه که می‌دانید چه هست؟ یک چیز کوچک، یا حالا سطل را، یک سطل آب را با اقیانوس مقایسه می‌کنید. همچو چیزی نمی‌شود که. خُب من در این راه یک چیزهایی هم می‌گویم، ولی خُب مولانا کجا قربان، ما کجا؟ شما لطف دارید.

آقای بیننده: من قبلاً فکر می‌کردم اتفاقات می‌افتند که ما را خوشبخت کنند یا این‌که ما را بدبخت کنند. اصلاً به ما گیر دادند این اتفاقات که حتماً باید یک کارهایی بکنند سر ما. فکر نمی‌کردم که باید یک روزی ما را بیدار



کنند. این را من از زبان شما من شنیدم، واقعاً به‌کار بردم در زندگی‌ام دیدم آری واقعاً، همین است. ما باید بیدار شویم، ما باید به حضور بیدار شویم، ما باید به خداوند بیدار بشویم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

آقای بیننده: خیلی واقعاً من از شما تشکر می‌کنم. به خدا قسم، می‌گویم اگر مولانا بود حتماً و حتماً می‌نشست پای صحبت‌های شما واقعاً، پای گیرنده‌ها می‌نشست استفاده می‌کرد. می‌گفت حالا من یک چیزی گفتم، ولی نه به این زیبایی که آقای شهبازی می‌گوید، به خدا قسم. اصلاً چیز عجیبی است. خیلی من دوستان دارم آقای شهبازی واقعاً.

آقای شهبازی: لطف دارید. ما حداکثر کاربرد درس‌های مولانا را اگر بتوانیم پیدا کنیم توضیح می‌دهیم، همین. دیگر واقعاً هم بیشتر از این نیست. شما لطف دارید ولی. خُب صحبت دیگری اگر ندارید با شما خداحافظی کنم. ممنونم.

[خداحافظی آقای بیننده و آقای شهبازی]

۵- خانم شیدا از کرج با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی خانم شیدا با آقای شهبازی]

خانم شیدا: آقای شهبازی قبل از این‌که من صحبت‌م را بکنم [صدا قطع شد] صدای تلویزیون، چون من فکر کردم اشکال از تلویزیون است، ولی اشکال از برنامه بود چون کانال‌های دیگر صدایش خوب بود، کانال گنج حضور صدا را من تا پنجاه هم می‌بردم، یک‌دفعه بلند می‌شد، یک‌دفعه کوتاه می‌شد.

آقای شهبازی: الان درست شده، درست است؟

خانم شیدا: بله، الان در تلفن‌ها خوب شد. گفتم اطلاع بدهم.

آقای شهبازی: نه، الان درست شد، نه ممنونم. این را به این علت ما پایین آوردیم که رادیوی لایو (Live) ما پارازیت دارد و پایین آورده بودیم که پارازیت احتمالاً قطع بشود یا کم بشود، ولی خُب آن هم نشد. به‌رحال بردیم دوباره بالا. نه، عمداً این کار را کرده بودیم. بله، رادیوی زنده ما، لایو ما که مردم گوش می‌کنند، یک خرده پارازیت دارد، این را ما در صدد هستیم درست کنیم، به‌خاطر مطلبی است که حالا داریم روی آن کار می‌کنیم. بله شما بفرمایید.

خانم شیدا: به‌رحال عذرخواهی می‌کنم، من گفتم شاید اشکال باشد.

آقای شهبازی: نه، نه، نه، خیلی خوب است.

خانم شیدا: تشکر می‌کنم، من متنی آماده ندارم. این‌قدر که در زندگی‌ام این برنامه کارساز بوده و این‌قدر تغییرات در وجود خودم و زندگی‌ام ایجاد کرده که

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

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۱۵)

واقعاً در زندگی‌ام مشکلات داشتم، یک آدم کنترل‌گر، یک آدم حسود، یک آدم خشمگین، یک آدمی با پندار صد من که چه عرض کنم، هزار من حدید بودم و فکر می‌کردم که من هستم که تا هستم می‌توانم کنترل کنم همه‌چیز را، ولی در این شش‌هفت سال است که به این برنامه، حدوداً هفت سال است که گوش می‌کنم، علاوه بر این‌که خُب اولاً مشروب می‌خوردم، نمی‌دانم سیگار، هر از گاهی حتی دودهای دیگر استفاده می‌کردم و فکر می‌کردم مگر



می‌شود انسان بدون مشروب شاد باشد، و باز هفت سال است که من لب به هیچ‌کدام نمی‌زنم و در زندگی من نه مشروب و نه تریاک و حتی گاهاً استفاده می‌کردم و هیچ‌کدام از این‌ها در زندگی من نیست و نه تنها نیست، بلکه در جهاتی که قرار می‌گیرم، به‌رحال در خانواده، در اقوام، سعی می‌کنم کمتر باشم، ولی اگر هم خُب قرار می‌گیرم به هیچ عنوان شادی‌ای که خودم در وجودم هست، فکر می‌کنند می‌گویند شیدا مست هستی؟! می‌گویم آری مست هستم، ولی خُب مست خودم هستم، مست خدای خودم هستم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم شیدا: باورم نمی‌شود واقعاً. و در عین این‌که این کارها را می‌کردم، خیلی پندار کمال داشتم که حالا جلوی پسر این کار را نمی‌کردم که پسرم نفهمد، نداند، ولی پُر از اضطراب، پُر از استرس، پُر از ترس. همیشه به دنبال یک گمشده بودم، به دنبال این‌که فکر می‌کردم یک چیزی کم است در زندگی من و نمی‌دانستم خودم هستم، خودم را گم کردم و این من بودم. من از خدا خیلی سپاس‌گزارم. گاهاً این‌قدر سپاس‌گزارم که نمی‌دانم چه‌جوری سپاس‌گزارم، نمی‌دانم خودم خودم را نمی‌شناسم آقای شهبازی!

آقای شهبازی: آفرین!

خانم شیدا: واقعاً نمی‌شناسم! گاهی می‌گویم این تو هستی؟! تو هستی که بابت هر چیزی من تکان می‌خوردم، نه این‌که الآن خیلی پرفکت (Perfect) هستم، نه، خیلی راه دارم، خیلی راه دارم، ولی خیلی شکرگزار هستم. این‌که اتفاقات که می‌افتند من را آن‌جوری تکان نمی‌دهند، نمی‌گویم حالا خیلی عالی، ولی خیلی خوب، خیلی با آرامش من برخورد می‌کنم. گاهی به من مثلاً آنگ بی‌خیال بودن، بی‌غیرت بودن، بی‌تفاوت بودن، اصلاً برایم مهم نیست و تنها اشتباهی که کردم این است که به دوستانی که گوش می‌کنند می‌گویم وقتی که گوش می‌کنید، بعدها متوجه شدم، به کسی نگویند که دارم گوش می‌کنم. آن اوایل فکر می‌کردم چیزی را که بلد هستم، مثلاً از خوشحالی می‌رفتم چون خیلی وابسته شدید خانوادگی بودم می‌رفتم می‌گفتم آری یک چنین کانالی هست. این کار غلط است و بعد فهمیدم که

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

حبر: دانشمند، دانا
سنی: رفیع، بلند مرتبه



بعد فهمیدم که نه، هرکسی حتی بچه من باید خودش بخواد و وقتش را خدا می‌داند، من نمی‌دانم. این‌که این را گفتم در خانواده، هر وقت که صحبتی می‌شود یا من می‌روم، چون من اصلاً نه اخبار گوش می‌دهم، اصلاً گوش نمی‌دهم، هیچ چیزی را نگاه، در صورتی‌که یک آدم خیلی دنبال خبر بودم، خیلی دنبال سیاسی بودم، فکر می‌کردم باید یک کاری بکنم، باید فلان، و همه‌اش ذهن بود و همه این‌ها رفت کنار.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم شیدا: بعد جالب است که تنها چیزی که اشتباهی که بود این گفتن من بود. البته الان اصلاً اهمیت نمی‌دهم و خدا را شکر این قدر لطف خدا به من زیاد بود که هیچ چیزی روی من اثر نمی‌گذارد، هیچ چیزی من را از برنامه دور نمی‌کند. نه از برنامه دورم می‌کند، نه این‌که قانون جبران را انجام ندهم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم شیدا: این «جبران»، در بدترین شرایط من به این برنامه آمدم و شروع کردم و جبران کردم و این را هی زیادش کردم، اصلاً مهم نیست برایم، هیچ اهمیتی ندادم. این را شکرگزار هستم واقعاً که هیچ چیزی، مسخره‌ام می‌کنند مثلاً اه! حرف که مثلاً می‌رویم در جمع صحبت که می‌کنند، من بلند می‌شوم، می‌گویند آقای شهبازی گفت؟! این اشتباه را می‌گویم اشتباه است گفتنش. به من می‌گویم، عزیزانم هم هستند، آقای شهبازی گفت الان خیلی تو بی تفاوت باشی؟! خیلی تو، یک کلماتی به من می‌گویند. بعد می‌خندم بلند می‌شوم می‌روم و هیچ چیزی به من کارساز نیست.

می‌گویم، گاهی به خودم می‌گویم این تو هستی؟! مگر می‌شود که تو با آن افکار، با آن حسادت، با آن رنجش، با آن کنترل، تک‌تک افراد خانواده را من کنترل می‌کردم و تک‌تک روانشناسی می‌دادم و دقیقاً حرف شما درست است: کسی که خودش روانشناسی می‌دهد، خودش بدبخت‌تر از همه است، در مشکلات خودش غرق است، ولی فکر می‌کند که و این «پندار کمال» که این من هستم، اگر من حرف می‌زنم، من می‌توانم درست کنم. و وقتی کشیدم کنار، هرکدام از آن‌هایی که من کنترل می‌کردم و فکر می‌کردم اگر من نباشم این‌جوری می‌شود، آن‌جوری می‌شود، وقتی رها کردم هرکدام راه خودشان را پیدا کردند.

آقای شهبازی: آفرین!



خانم شیدا: و هرکدام رفتند. حتی پسر من که کاری با او ندارم، بدون این‌که من بخواهم، بدون این‌که بنشیند پای برنامه، قدم به قدم کارش به من می‌گوید که مامان من این را مثلاً نوشتم کیلومتر را که قانون جبران را، می‌گویم پسر من تا پنج است کارت، چرا تا هشت ماندی؟ می‌گوید مامان چون یک ساعت از آن‌ور دیر رفتم، بابت قانون جبران ماندم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم شیدا: و خدا را شکر می‌کنم من. می‌گویم خدایا چه کردی با من؟! با زندگی من چه کردی؟!!

آقای شهبازی: آفرین!

خانم شیدا: و من ممنون هستم از شما، من سپاس‌گزارم از شما. بالا پایین دارم، همیشه فکر می‌کردم که این را یاد گرفتم از شما و برای بیننده‌ها هم فکر می‌کنم جالب باشد، فکر می‌کردم کسی که مثلاً در این راه قرار دارد حتی مولانا چه جوری زندگی می‌کرده؟ حتماً هیچ اشتباهی نداشته، این‌ها را متوجه شدم که فقط روی خودم باشم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم شیدا: هر انسانی خُب تا خطا نکند درستش را نمی‌فهمد. این‌ها را فهمیدم و خواندن بیت‌ها چقدر کمکم کرد و از تلفن‌ها چقدر من آموختم. چقدر یاد می‌گیرم از خانم مرجان، از پریسا جان، از پویا جان، تمام این‌ها بچه‌های من هستند. من وقتی گوش می‌کنم، حتی از بهار که دوازده ساله است، خانم بهار که مدت‌هاست من می‌گردم اسمشان را نمی‌بینم، صدایشان را نمی‌شنوم ناراحت می‌شوم می‌گویم کجاست خانم بهار؟ من کسی بودم بسیار از افغانی‌ها بدم می‌آمد، فکر می‌کردم آن‌ها یک آدم‌های دیگری هستند، ولی من این‌قدر این طاهره از افغانستان را دوست دارم الآن که وقتی حرف می‌زند، وقتی شعر می‌گوید، من درونم یک شَعَف عجیبی ایجاد می‌شود، وقتی مثلاً می‌شنوم افغانستان این‌جوری فلان، من ناراحت می‌شوم، اصلاً من آدمی نبودم این‌جوری باشم. الآن آن عددها را که این‌ها را عدد می‌دیدم، می‌سنجیدمشان، با ثروتشان، با ایل بودنشان، با پیشینه خانوادگی‌شان، الآن هیچ‌کدام از آن‌ها را ندارم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم شیدا: و من خدا را شکر می‌کنم. خیلی ایراد دارم، اول راهم است و سعی می‌کنم تمام تلاشم را بکنم، ولی خدا را شکر می‌کنم. من از شما سپاس‌گزارم آقای شهبازی.



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

[خداحافظی خانم شیدا و آقای شهبازی]

آقای شهبازی: بزرگ‌ترین خدمت به خودمان، به خانواده‌مان، به خلق، این است که روی خودمان کار کنیم، خودمان را درست کنیم، به هیچ‌کس هم نگوییم این برنامه را گوش بده، این کار را بکن، آن کار را بکن. خودمان. وقتی خودمان را درست کردیم و درست شدیم دیگران هم از ما خواهند پرسید و ما آن موقع می‌گوییم ما این کار را می‌کنیم.

مهربان



۶- خانم غریبه از تهران با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی خانم غریبه با آقای شهبازی]

آقای شهبازی: اسمتان چه هست؟

خانم غریبه: غریبه.

آقای شهبازی: غریبه، نام فامیلی‌تان هست نه؟ غریبه.

خانم غریبه: نه، اسم کوچکم هست.

آقای شهبازی: غریبه، چه جالب است! اولین بار است. اسم قشنگی است.

خانم غریبه: سلامت باشید. استاد الان واقعاً این لحظه تسلیم واقعی را فهمیدم باورتان نمی‌شود. الان من دو ماه است دارم می‌گیرم، یعنی چند سال است که تماس نگرفتم با برنامه الان یک لحظه گفتم حتماً صلاح نیست اگر نشود، ولی باورم نمی‌شود که وصل شد. خیلی ممنون از لطفتان، واقعاً استاد دستتان را می‌بوسم، من نمی‌دانم خیلی هول شدم.

آقای شهبازی: یک نفس عمیق بکشید لطفاً.

خانم غریبه:

با چنین شمشیر دولت تو زبون مانی چرا؟

گوهری باشی و از سنگی فرو مانی چرا؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۷)

استاد من تازگی‌ها معنی این بیت را واقعاً در خودم احساس می‌کنم که پیدا کردم. بیت می‌گوید که تو یک شمشیری دست است که می‌توانی یا فضاگشایی کنی یا فضا را ببندی، گوهر درونت را اگر شناختی، دیگر از سنگی، آن سنگ همان من‌ذهنی که چیز شده از بچگی به ما یک چیزهایی تلقین شده و الگوبرداری کردیم. من ریشه‌یابی می‌کنم واقعاً از بچگی است که ریشه را درمی‌آورم واقعاً. وقتی می‌روم ریشه‌یابی می‌کنم دیگر، فقط نمی‌دانم چرا خیلی گیر این همانندگی‌ها می‌افتد، ناظرشان می‌شوم، غزل‌ها خیلی زیاد می‌خوانم.



از قرین بی قول و گفت و گوی او خو بدزد دل نهان از خوی او

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۶۳۶)

من واقعاً مدتی هستش که قرین‌های دور و برم جمع شده بودند و من را به من‌ذهنی کشاندند، البته خُب خود من هم من‌ذهنی داشتم و خیلی چیزها را به من شناختند، از آن‌ها واقعاً ممنونم، دیگر آن خشم را ندارم از آن‌ها.

خشم یاران فرع باشد اصلشان عشق نُو است از برای عشق فرعی،

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۷)

یادم رفت مصرع بعدی‌اش را. یک‌دفعه هول شدم یادم رفت.

آقای شهبازی: نفس عمیق بکشید. «اصل را مانی چرا؟»

خانم غریبه: «اصل را مانی چرا؟» «اصل را رانی چرا؟» بله درست است.

و من خیلی آرزوها داشتم، آرزوهای من‌ذهنی، همه‌شان هم با برنامه‌ شما البته به‌دست آوردم، ولی خُب در بعضی‌هایش فضاگشایی نبود، درسم را از نظر مادی، معنوی همه را به‌دست آوردم یک سری چیزها، بیشتر حالا بخواهم بگویم به‌دست آوردم معنوی هیچ‌وقت از بین نمی‌رود، اگر فضاگشایی در آن باشد در مادیات. مادیات را به‌دست آوردم، همین چند وقت پیش یک جایی را خریدم، واقعاً یک لحظه با خودم اصلاً دیگر آن شادی نبود، قبلش همه‌اش می‌رفتم در من‌ذهنی که اگر من این‌جوری بشود، آن را آن‌جا بخرم، این‌جوری بشود و دوباره معنی این بیت را متوجه شدم.

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

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۶۸)

بی‌جهات: موجودی که برتر از جا و جهت است، عالم الهی

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم غریبه: خیلی مدت است در من‌ذهنی غرق شدم، ولی دارم ریشه‌یابی می‌کنم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم غریبه: [گریه خانم غریبه] می‌دانم که موقت است و این‌ها باید بیاید که درون من، آن لجن‌هایی که درون من محکم شده، سیمان شده، یکی یکی کنده بشود و از بین برود. چند سال پیش که خدمتتان عرض کردم که بزرگی به من گفت که پدر تو وسیله بود، ظلم نبود، آن وسیله بود که ظلم کرد. من الآن واقعاً او را بخشیدم، ظلمی در آن ماجرا نمی‌دانم. یعنی اصلاً کسانی که در زندگی‌ام بودند، دیگر آن‌جوری مثل قبل ذهن مرا درگیر نمی‌کنند، ولی چیزهای دیگر هستش که دوباره دارد می‌آید بالا و من فقط باید شناسایی‌شان کنم و به قول شما فرمودید که با من‌ذهنی شناسایی نکنید، فقط ناظرش باشید که کُنْ فکان خودش کار خودش را بکند استاد. نمی‌دانم استاد آن قدر حرف دارم که، آن قدر پیشرفت‌ها داشتم. هول شدم.

آقای شهبازی: آفرین، خیلی زیبا صحبت می‌کنید. بله این را هم عرض کنم، حالا یک جمله هم من بگویم، شما یک نفس عمیق بکشید. در درس قبلی مولانا یعنی همین ۹۶۵، مولانا صحبت «آینه در نمد» را کرد و گفت که اصل ما در دوران من‌ذهنی مثل یک آینه داخل نمد بوده. نمد که می‌دانید چه هست دیگر؟

خانم غریبه: بله، بله.

آقای شهبازی: این قابی که برای آینه می‌سازند، مثل مثلاً از چرم می‌سازند و بنابراین شما مثلاً یا شمشیر را در غلاف بگذارید، این نمد ممکن است که یک کمی زخمی بشود و این‌ها، ولی به خود شمشیر یا آینه آسیب نمی‌رسد. بنابراین اگر کسی یادش است که مثلاً پدر و مادرش یا کسی دیگر به او مثلاً کتک زده یا یک کاری کرده، یادمان باشد که نمد است که یک ذره خراش برداشته و الآن شما آینه را از نمد بیاوری بیرون، یعنی حضورت، حضورت آسیب‌ناپذیر است، شما از جنس خدا یا زندگی هستی.

و قرار است شما آن شمشیر دولت را از نیام بکشید بیرون، یعنی اصلتان را از ذهنتان بکنید بیرون و این را هم زندگی می‌کند، خود زندگی در این کار است به شرط این‌که ما با من‌ذهنی‌مان دخالت نکنیم.

و شما یاد گرفتید که ناظر باشید، فقط بشناسید یک عیب دارید. شما مثلاً شناسایی می‌کنید که با پول هم‌هویت هستید، همین شناسایی کافی است. اگر با من‌ذهنی‌تان بخواهید از شر همان‌دگی با پول راحت بشوید نمی‌توانید بدتر می‌شود.



بنابراین «شناسایی» و «صبر»، یک‌دفعه می‌بینید که همانندگی با پول از بین رفت، همان‌طور که شما دارید توضیح می‌دهید. مثلاً دیدید که وقتی من ذهنی داریم، می‌خواهیم یک خانه بخریم به همه می‌گوییم، شب خوابمان نمی‌برد، هی می‌رویم آن خانه را نگاه می‌کنیم و این‌ها، ولی الآن شما می‌گویید یک خانه است می‌خرم، ولی این‌که خریدن این شما را آن‌طوری هیجان‌زده نمی‌کند.

یعنی از زیر کنترل من ذهنی بیرون می‌آییم ناظرش می‌شویم. این من ذهنی هم ببخشید مثل، مال همه‌مان آن‌طوری است، مثل یک حیوانی است حالا مولانا می‌گوید «سُتور»، مثل مثلاً یک الاغ است.

اگر الاغ می‌دانید اگر ناظرش باشی، خیلی کارهای بد نمی‌کند و به دردت می‌خورد. ولی اگر ناظرش نباشی، یک الاغی را به حال خودش رها بکنی، این پس از یک مدتی دیگر خیلی شروع می‌کند به جفتک‌اندازی و خرابکاری.

ما نباید من ذهنی‌مان را رها کنیم. به تدریج که شما فضا را باز می‌کنید ناظر ذهنتان می‌شوید و جلوی خرابکاری‌اش را می‌گیرید و وقتی من ذهنی خرابکاری در زندگی‌تان نکند، یک‌دفعه می‌بینید که رابطه‌تان با همسران دارد درست می‌شود، با بچه‌تان دارد درست می‌شود، تا می‌آید یک حرفی بزنید که کنترل کنید، می‌فهمید که این ناظر به شما می‌گوید که کنترل مال آن من ذهنی است نرو آن‌جا، نگو این را.

یا می‌آید حسادت کنید یا مثلاً چند نفر غیبت می‌کنند، راجع به یکی بد می‌گویند، شما می‌خواهید مشارکت کنید، یک‌دفعه این حضور ناظر به شما می‌گوید تو چیزی نگو، تو بلند شو برو، توجه می‌کنید؟

این است که وقتی حضور ناظر هم اگر واقعاً یک کسی جدی کار کند، پس از دوسه ماه این حضور ناظر خودش را نشان می‌دهد.

متأسفانه قطع شدند ایشان. من هی تصمیم می‌گیرم که این‌جا هیچ حرف نزنم، ولی به شوق می‌آیم و حرف می‌زنم.



۷- آقای تقی و همسرشان از اسلامشهر

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای تقی]

آقای تقی: عرض شود که می‌گویند این هستی بسیار هوشمند است، وقتی دست خدا در کار است، دست من و تو بی‌کار است.

وقتی عمیقاً درمی‌یابی که همه‌چیز در دستان خدا است، هر دست دیگری را جز مجازی بیش نخواهی دید، دست را خالی کن تا خداوند دستت را بگیرد.

و چون آگاهی دادی، آگاهی خواهی گرفت و در هر عالمی که باشی، تو را یاری خواهد نمود. و این کار هستی از سر عشق است و از سر وظیفه نیست. زیرا تو با همه پدیده‌ها رابطه عاشقانه برقرار کرده‌ای، کاش نکته را بگیری.

از این روز چون عشق دهی، عشق خواهی گرفت؛ آزادی دهی، آزادی خواهی گرفت؛ رها کنی، رها خواهی شد.

پیش یوسف نازش و خوبی مکن

جز نیاز و آه یعقوبی مکن

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۹۰۸)

عرض شود که خوب هستید شما آقای شهبازی؟ من یک خرده هؤل شده‌ام. چاکرم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. بله، من خوبم.

آقای تقی: قربانت برم.

آقای شهبازی: خب.

آقای تقی: جانم؟ عرض شود که آقای شهبازی می‌گویند ما از شما یاد گرفتیم. شما من‌ذهنی را کشف کردید و ما

یاد گرفتیم که من‌ذهنی نباشیم. و ما یاد گرفتیم که فضا را باز کنیم و مرکزمان را عدم کنیم. و زیبا و شاد هستیم

و ما یاد گرفتیم که:

ترک معشوقی کن و، کن عاشقی

ای گمان برده که خوب و فایقی

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۹)



آقای شهبازی: بله، آفرین!

آقای تقی: و ما یاد گرفتیم، از گفته‌های خوب شما است، روی خودتان کار کنید. شما اراده آزاد هستید، از بیرون هیچ‌کس اراده شما را ندارد. و از داخل باید شاد بشوید تا به بیرون منعکس شود.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای تقی: پاک کردن درون اولین کار شما است. هر درد نشانگر این است که یک چیز را باید رها کنی. قرین ما خداوند است، پس ما حرف نمی‌زنیم و از خدا پیشی نمی‌گیریم.

مقاومت یعنی من ذهنی نمی‌گذارد ما خدا را بشناسیم. و قضاوت خوب و بد کردن اصحاب خداوند. و ما یاد گرفتیم که فضاگشایی را به بی‌نهایت برسانیم. آنچه ذهن نشان می‌دهد برایمان مهم نیست، هیچ‌چیزی برای ما مهم‌تر از خداوند نیست. قسمت خود را خود تعیین می‌کنی.

ای دل به ادب بنشین، برخیز ز بدخویی

زیرا به ادب یابی آن چیز که می‌گویی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۲۰)

آبروی واقعی این است که به خدا زنده شویم و کارهای شایسته انجام دهیم. ما در این لحظه می‌توانیم به خودمان خوبی کنیم ولی بدی به خود می‌کنیم.

چه شکر فروش دارم که به من شکر فروشد

که نگفت عذر روزی که برو شکر ندارم

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۶۲۰)

یا بعد می‌گوید که:

دوست دارم که گسست دوست ندارد جز من

حیف باشد که تو در خاطر اغیار آیی

(سعدی، دیوان اشعار، غزل ۴۹۸)

با فضاگشایی ما فضا را باز می‌کنیم تا به خدا زنده شویم و از او راه‌حل بگیریم.

همین بود جناب آقای شهبازی.



آقای شهبازی: آفرین، آفرین! آقا، آقا تقی سطح شما خیلی رفته بالا. شما چکار کردید؟ **[خنده آقای شهبازی]**

آقای تقی: ما شاگرد کوچک شمایم، آن ته کلاس هستیم.

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

آقای تقی: قربانت بروم. یک دقیقه همسر هم می‌خواهد صحبت بکند.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای تقی]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و همسر آقای تقی]

آقای شهبازی: این آقا تقی شما خیلی پیشرفت کرده خانم.

همسر آقای تقی: همیشه وقتی خانه هست، آقای شهبازی خیلی شما را دوست دارد، همگی دوست داریم شما

را، همیشه صدای مهربانتان در خانه ما پخش است آقای شهبازی عزیز.

آقای شهبازی: شما لطف دارید، لطف دارید.

همسر آقای تقی: دستتان درد نکند. وقت دوستان را نمی‌گیرم. همین‌طور سلام و خسته نباشید می‌گویم به همه

دوستان گنج‌حضوری. تشکر و سپاس‌گزاری دارم از شما.

آقای شهبازی: ممنونم، ممنونم.

همسر آقای تقی: گوشی خدمتتان، گوشی خدمتتان.

آقای تقی: جناب آقای شهبازی با عرض سلام. آن دفعه از اسم «تقی» پرسیده بودید.

آقای شهبازی: بله.

آقای تقی: بله، ما رفتیم و دیوانه شدیم دیگر. می‌گوید آقای سنایی، می‌گوید:

به وقت خدمت یزدان بنیت راست کن قبله

از آن کاین کار دل باشد نباشد کار پیشانی

(سنایی، دیوان اشعار، قصیده ۱۹۰)



بعد می‌گوید:

از تقی دین طلب ز رعنا لاف از صدف دُر طلب ز آهو ناف

(سنایی، حدیقة الحقیقه و شریعة الطریقه، باب هفتم، فصل فی الغرور و الغفلة - فی ذکر رفقاء السوء)

ما تا این جای آن را پیدا کردیم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین، عالی، عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای تقی]

۸- آقای کمال از فارس با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای کمال]

آقای کمال: تشکر می‌کنم از گروه ندارکات گنج حضور که واقعاً کلی دارند زحمت می‌کشند، ولی با این وجود ما همین داریم زبانی تشکر می‌کنیم، که البته قابل چیز نیست، ولی خب باز هم ما تشکر می‌کنیم که واقعاً خیلی دارند زحمت می‌کشند و واقعاً از همه‌شون ممنون هستیم، علی‌الخصوص خود شما و مولانا.

من کمال هستم از فارس تماس می‌گیرم. می‌خواستم چندتا از عیب‌هایم را بگویم که البته به لطف خداوند یا زندگی که توانستیم کلی عیبمان را رفع کنیم، حالا من هم بگویم.

آقای شهبازی: آفرین.

آقای کمال: یکی از عیب‌های من این بود که خیلی در رویا، در فکرهای بیهوده بودم. البته این‌طور که می‌گویم زبانی نبود. معمولاً اگر صبح در رویا بودم با فکرها و رویاهای خیلی حالا فجیع و این‌ها، ولی مثلاً از صبح تا ساعت ۱۲ ظهر در همین رویاها بودم.

ولی شاید به‌صورت این‌طوری خیلی ساده باشد ولی درکل برای من که از صبح تا ظهر مثلاً این‌همه داخل فکرهای بیهوده بودن خیلی زیاد بود.

اما الآن به لطف خداوند یا زندگی خیلی از این رویاهایم کم شده، یعنی تا حدود زیادی به این لحظه حال رسیدم و البته جای شکر هم دارد، که البته زندگی در این لحظه واقعاً دارم می‌بینم آن را. یعنی الآن وقتی نگاه قبلاً خودم می‌کنم، می‌بینم واقعاً تماماً در یک رویاهای گذشته بودم. یعنی رویاهایی که بدتر می‌گذشتند در ذهنم و زندگی همین‌طوری می‌رفته.

ولی البته باز هم جای شکر دارد که مثلاً همین که آمدم در این لحظه حال دارم زندگی می‌کنم و لحظه را دارم، زندگی را می‌بینم البته جای خیلی شکر دارد.

یکی دیگر از عیب‌های من، که البته عیب که فراوان است، ولی خب این عیب‌هایی که حالا توانستیم مثلاً انجامش بدهیم. خیلی واکنش نشان می‌دادم، نه خودم، بلکه اعضای خانواده‌ام، خیلی زودجوش بودیم، خیلی زود واکنش نشان می‌دادیم، خیلی زود عصبانی می‌شدیم، اما الآن به لطف خدا یا زندگی خیلی از این واکنش‌ها یا زودجوش آوردن‌ها، نه از لحاظ خودم حتی برای اعضای خانواده‌ام هم رویشان اثر گذاشته و خیلی کم شده.

آقای شهبازی: آفرین.

آقای کمال: حتی واقعاً وقتی خودمان نگاه قبلاً خودمان می‌کنیم، به خودمان می‌گوییم خدایا مثلاً بابت یک اتفاق مثلاً چند روز در موردش یا صحبت می‌کردیم، ناراحت بودیم، همین بحث پیش می‌آمد. بعد آن موقع الآن نگاه می‌کنیم بعد می‌گوییم خدایا در این اتفاقاتی که الآن دارد پیش می‌آید، الآن بحث نمی‌کنیم، یعنی تا چیزی پیش می‌آید یا می‌سپاریم به زندگی یا خداوند یا هم این‌که اگر بحث کنیم خیلی کم شده، یعنی فوراً دیگر خاموش می‌کنیم.

آقای شهبازی: آفرین.

آقای کمال: حالا الحمدالله این هم جای شکر دارد. البته چیز ساده‌ای است ولی درکل برای خانواده من یا خانواده من خیلی چیز بزرگی است.

یعنی وقتی من آدم در لحظه حال دارم نگاه می‌کنم، وقتی پدرم عصبانی می‌شود و این‌ها، آرام می‌شوم، نگاه می‌کنم، می‌گویم این لحظه را خداوند یا زندگی پیش آورده، دیگر این مرحله کلاً محو می‌شود به نوعی.

آقای شهبازی: آفرین.

آقای کمال: ولی الحمدالله باز هم جای شکر دارد. یکی دیگر از عیب‌های من هم این بود که می‌گفتم اصلاً با این برنامه تماس نگیرم. من گفتم خدایا بگذار یک بار تماس بگیریم. ولی خب بالاخره به لطف خداوند یا زندگی شد تماس گرفتیم و به انجام هم رسید.

آقای شهبازی: آفرین.

آقای کمال: و این‌که الآن البته عیب که آقای شهبازی زیاد است، نه این‌که بگویم نه، ولی همین‌که مثلاً آمدیم در لحظه حال و داریم زندگیمان را در لحظه حال می‌کنیم، این خودش یک برکت خاصی هست، یعنی زندگی را در لحظه داریم امتحانش می‌کنیم، که قبلاً امتحانش نکرده بودیم، همیشه در رویا بودیم.

البته این اشکال با وجود این‌که داریم، همین‌که ادامه می‌دهیم به لطف خداوند یا زندگی که همان روزبه‌روز داریم این برنامه را هم نگاه می‌کنیم و حتی روی خودمان داریم کار می‌کنیم، همین باعث می‌شود خیلی از عیب‌هایمان همین‌طور کمتر ولو کمتر بشود که البته این هم جای خیلی شکر دارد.



آقای شهبازی: درست است، آفرین.

آقای کمال: می‌خواستم راستش یک سؤال از شما بپرسم آقای شهبازی. می‌شود یا نمی‌شود.

آقای شهبازی: والله سؤال پرسیدن قدغن است، ولی حالا چون شما خیلی پیشرفت کردید، جوان هم هستید، شما چند سال دارید؟ اگر می‌توانم بپرسم.

آقای کمال: من ۳۷ سال.

آقای شهبازی: ۳۷ سال. خیلی خب ماشاءالله. جوان هستید دیگر. سی و هفت‌سالگی، سن خوبی است برای پرداختن به این چیزها. حالا سؤالتان را بپرسید اگر خیلی مشکل نباشد جواب می‌دهیم دیگر اگر بتوانیم.

آقای کمال: حالا سؤال من راستش، می‌خواستم مثلاً با شما خصوصی تماس بگیرم چون یک قضیه‌ای برایم پیش آمده و راهنمایی‌ام کنید. حالا نمی‌دانم نظر شما چیست؟

آقای شهبازی: بله تماس بگیرید، با ایمیل می‌توانید تماس بگیرید، بله، بنویسید هرچه سؤال دارید.

آقای کمال: پیام بدهم یعنی؟

آقای شهبازی: بله دیگر می‌توانید، تلفن من هم هست که دیدید تلفن را، یا تکست (متن:Text) بزنید، یا بینم بله این ایمیل من است، می‌بینید روی صفحه؟ روی صفحه تلویزیون ایمیل من هم هست، می‌توانید ایمیل داریم دیگر، ایمیل بزنید.

آقای کمال: باشد، دست شما درد نکند. تشکر از لطفتان. دیگر مزاحم وقتتان نشوم. خیلی خیلی تشکر از شما و همچنین مولانا و همچنین گروه تدارکات. البته زبانی است، ولی همین که بتوانیم شاگردانی باشیم که روزی باعث، این درس‌ها را به‌راحتی انجام بدهیم که باعث افتخار این برنامه بشود واقعاً جای تشکر دارد.

آقای شهبازی: بله، ما همه‌مان باید، حالا تشکر از من نه، ولی شکر باید بکنیم که بسیار من هم خوشبختم و چقدر شادم که شما توجه کردید به این آموزش، برای این‌که از حد من‌ذهنی گذشتن و توجه کردن، تقریباً همه درس مولانا می‌توانیم بگوییم که برعکس رفتار من‌ذهنی است، یعنی من‌ذهنی یاد گرفته یک‌جوری عمل کند که اگر مولانا را بخوانید، باید برعکسش عمل کنید و در نتیجه انسان توجه نمی‌کند، مخصوصاً در مرکزش از جنس درد می‌شود، هشیاری‌اش می‌آید پایین.

مثلاً دردهایی مثل حسادت، مثل نگران شدن نسبت به آینده یا ترسیدن، اضطراب و یا خبط‌های گذشته، کما این‌که بعضی موقع‌ها می‌بینید مردم دارند می‌گویند مثلاً خانواده این بلا را سر من آورده، پدرم کتک زده، نمی‌دانم این‌طوری شده، این‌ها چیزهایی است که من ذهنی به آن می‌چسبم و نمی‌گذارد که انسان راهی انتخاب کند که از این مسائل راحت بشود.

بعضی موقع‌ها این‌ها را اصلاً مسئله نمی‌بیند. یعنی کسی که دائماً مسئله ایجاد می‌کند، مانع ایجاد می‌کند، درد ایجاد می‌کند، فکر می‌کند دارد خدمت می‌کند. کما این‌که یکی از بینندگان امروز فرمودند، گفتند وقتی من از دست خانواده‌ام به اصطلاح، یعنی خانواده‌ام از دست کنترل من راحت شدند، این‌ها شروع کردند به پیشرفت.

با کنترل اعضای خانواده ما نمی‌گذاریم آن‌ها پیشرفت کنند. باید آزاد بگذاریم که اعضای خانواده بتوانند با خلاقیت خودشان، فکر خودشان پیشرفت کنند. این‌ها را فلج نکنیم.

به‌رحال من ذهنی یک خواهایی دارد، عادت‌هایی دارد که به‌سادگی نمی‌خواهد از دست بدهد. از طرف دیگر چون اکثریت من ذهنی دارند، فکر می‌کند این راه درست است.

در خانواده دعوا کردن پدر و مادر یا زن و شوهر با هم خیلی عادی است. رنجیدن عادی است، انتظار داشتن عادی است، کنترل عادی است، غیبت عادی است، بدگفتن عادی است، انتقاد عادی است، عیب‌جویی دیگران عادی است، دروغ‌گفتن عادی است.

خب این‌ها عادی نیست، هر کدام از این معایب می‌تواند انسان را فلج کند. خشمگین شدن عادی است. اصلاً خشم عادی نیست، من ذهنی جا انداخته، رایج کرده، اشکالی ندارد آدم خشمگین بشود، حتی دست‌به‌یقه بشود با یکی دعوا کند، اشکالی ندارد!

خیلی اشکال دارد، این خشم برای انسان نیست، می‌سوزاند هم تن ما را هم ذهن ما را، همه‌چیز ما را خشم می‌سوزاند. اصلاً دردهای من ذهنی سوزاننده است و بسیار مُخرب است، اما برای خود من ذهنی عادی است.

از طرف دیگر هر من ذهنی یک پندار کمال دارد که می‌گوید «من می‌دانم.» من می‌دانم. براساس می‌دانم هم ناموس دارد، حیثیت دارد، تا یک چیزی بگویی به او برمی‌خورد، «پس من نمی‌دانم؟ یعنی چه من نمی‌دانم؟»

خب دیگر کسی که می‌داند و دائماً کارافزایی می‌کند، مسئله ایجاد می‌کند، درد ایجاد می‌کند، فکر می‌کند که خدمت دارد می‌کند، ما جلوی این چه‌جوری دربیاییم؟ مجبوریم پناهنده بشویم به مولانا بگوئیم آقا کمک کن،



تو را خدا بیا یک چندتا شعر بگو، ما این‌ها را بخوانیم بفهمیم چه‌مان هست؟ و ما این کار را کردیم دیگر، شعرها را روی صفحه نوشتیم شما خواندید.

همین‌طور که شما بیان کردید، عیب‌هایتان را شناختید، هر عیبی را که می‌شناسید می‌اندازید، یک خرده زندگیتان بهتر می‌شود. الآن می‌فهمید که مثلاً در یک خانواده دعوا کردن زن و شوهر که چندتا بچه دارند، این کار عادی نیست، دیگر نمی‌کنید. می‌دانید که این ضرر می‌زند، هم به رابطه هم به بچه‌ها و هم مثلاً محیط را مسموم می‌کند.

آدم وقتی با بچه‌هایش بیرون است، یک مردی که با بچه‌هایش با خانمش بیرون رفته، مواظب رفتارش هست، یک موقعی عصبانی نشود، حادثه بدی پیش نیاید، توهینی به او نشود. بچه‌هایش با او هستند، خانمش هست، احترام خودش را نگه می‌دارد، دائماً ناظر رفتار خودش هست که سلامت به خانه برگردد.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای کمال]



۹- خانم بیننده از شیراز

[سلام و احوال‌پرسی خانم بیننده و آقای شهبازی]

خانم بیننده: من خیلی خلاصه می‌خواستم از تجربه خودم بگویم. من از شیراز تماس می‌گیرم.

آقای شهبازی: بله.

خانم بیننده: امروز وقتی که می‌خواستم شماره استودیو را بگیرم، گفتم ای روح الهی به من کمک بکن تا من حتماً بتوانم با استودیو تماس بگیرم و از تجربه خودم بگویم.

من تقریباً ۶ سال پیش افسردگی خیلی‌خیلی شدیدی داشتم، به طوری که شب باید قرص خوابم را حتماً در رختخواب می‌خوردم، بعد می‌خوابیدم و یعنی این قدر این قرص قوی بود که همان‌جا درجا من انگار که تیر می‌خوردم، همان‌جا خوابم می‌برد. و تا فردا ظهر که دیگر حالا ساعت دوازده، یک من بیدار می‌شدم و بلند می‌شدم حالا یک زندگی نسبتاً زنده‌ای را، زنده که نه، در حدی که بلند شوم یک غذایی بخورم و دوباره یک قرصی بخورم و بخوابم.

اگر از خانه می‌رفتم بیرون حالت تهوع به من دست می‌داد، مثل یک ماهی که از آب می‌کشیدنش بیرون و بلافاصله باید برمی‌گشتم خانه. تنها مسافتی را که می‌توانستم راه بروم از خانه سوار آسانسور بشوم، بیایم داخل پارکینگ سوار ماشین بشوم، بروم بیرون و باز دوباره همان تشنج و حالت تهوع به من دست بدهد و برگردم خانه.

خب همه این‌ها بر اثر حوادثی بود که به وسیله خودم، به وسیله اطرافیان، به وسیله دنیا برای من پیش آمده بود. تا این‌که یک روز که از خواب بیدار شدم همان ساعت یک، این قدر تأثیر آن قرص‌ها زیاد بود که باید یک تایمی می‌گذشت تا من آن هشیاری نسبی‌ام را به دست بیاورم.

همین‌طور که داشتم، آدم پای تلویزیون نشستم یک کم کانال‌ها را جابه‌جا کردم که یک کم هشیار بشوم. همان‌طور که داشتم کانال‌ها را جابه‌جا می‌کردم یک دفعه آمد روی برنامه گنج حضور. و خیلی جالب است که همان موقع شما معلم بزرگ، پدر گرامی انگار که همان موقع بغل‌دست من بودید و شروع کردید با من حرف زدید، گفتید که ببین چکار با خودت کردی، برو در آینه نگاه کن ببین چکار با خودت کردی؟!



و چقدر قشنگ است، من همان موقع برگشتم رفتم در آینه نگاه کردم به خودم و دیدم چقدر اضافه وزن به دست آوردم، چقدر داغان هستم و خیلی قشنگ به من همان موقع، به من که نه، البته به من بود خداوند داشت از طریق شما با من صحبت می‌کرد. در کلامتان گفتید که برگرد، برگرد و با خودت این کار را نکن، برگرد. چندین بار این کلمه برگرد را تکرار کردید و همان زمان من برگشتم و نشستم، نشستم زانو زدم، از خدا استغفار کردم، گفتم خدایا من را ببخش، من را ببخش، ممنونت هستم که با من این قدر قشنگ داری صحبت می‌کنی. و من برگشتم بعد از یک مراقبه خیلی قشنگ که توانستم با خداوند انجام بدهم. برگشتم، همان موقع بلافاصله هرچه دارو در خانه بود، داروها را برداشتم، ریختم داخل سطل آشغال.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم بیننده: و بلافاصله رفتم یک دوش گرفتم، غسل کردم، از خدا طلب کمک کردم. و چقدر قشنگ است استاد از همان لحظه خداوند دست من را چنان گرفت، چنان به من آموزش داد که تو الآن باید چکار کنی و از چه مسیری بروی.

نشستم که ادامه برنامه را گوش بکنم، دیدم من اصلاً هیچ چیز بلد نیستم، نمی‌فهمیدم. وقتی شما می‌گفتید من ذهنی، می‌گفتم خب یعنی من ذهنی یعنی چه؟ می‌گفتید فضاگشایی، می‌گفتم خب فضاگشایی یعنی چه؟

و چقدر جالب است از همان جا یک شهودی شروع کرد با من صحبت کردن. انگار که یک نفر درون من زنده شده بود و شروع می‌کرد با من حرف می‌زد، به من گفت که تو باید بروی در گوگل (Google) و از طریق گوگل (Google) درس‌های استاد را پیدا بکنی. من نه برنامه، من نه آدرس شما را در گوگل (Google) بلد بودم، نه با گوگل (Google) کار کردن بلد بودم.

یعنی وقتی که الآن دارم این‌ها را به شما می‌گویم، باورتان نمی‌شود که چقدر چه حال قشنگی دارم. بعد رفتم در گوگل (Google) توانستم درس‌ها را از درس یک من شروع بکنم. البته خیلی من دارم خلاصه می‌گویم، خیلی، شاید این‌ها را شاید مثلاً در یک ساعت، دو ساعت طول می‌کشید تا من می‌توانستم این مسیرم را پیدا بکنم، ولیکن خودم را دیگر سپردم به آن شهود درونی که با من مرتب حرف می‌زد.

قلم و کاغذ آوردم شروع کردم، گفتم من باید صوت این معلم بزرگ را بنویسم، بعد دیدم نه بالای آن نوشته پی‌دی‌اف (pdf) درس، زدم روی پی‌دی‌اف (pdf) درس، دیدم درس‌ها آمد. بعد به دلم افتاد باید بروی کافی‌نت کپی بگیری. و همه این مراحل را به چه زیبایی من توانستم از شهود الهی کمک بگیرم. و خب بالاخره درس یک



را توانستم درآوردم، رفتم پی‌دی‌اف (pdf) گرفتم، نشستم کلمه‌به‌کلمه، دونه، حتی نقطه‌به‌نقطه این‌ها را رویشان کار کردم، تفکر کردم.

و مخصوصاً اولین صفحه، اولین درس گنج حضور که راجع به گدایی‌ها صحبت می‌کند. من الآن درس ۳۰ هستم. وقتی که در تمام درس‌ها می‌روم باز برمی‌گردد به همان صفحه اول به همان گدایی‌هایی که ما به‌خاطر تنهایی‌هایمان می‌کردیم در طول عمرمان، به‌خاطر رفع نواقصمان، به‌خاطر رفع غصه‌هایمان.

و چقدر جالب هست و این‌جا حضرت مولانا می‌فرماید:

اگر یک‌دم بیاسایم، روان من نیاساید من آن لحظه بیاسایم که یک لحظه نیاسایم (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۴۳۸)

و از آن لحظه من دیگر واقعاً نیاساییدم و مرتب شبانه‌روز شده کار من خواندن و نوشتن. و باورتان می‌شود استاد من حتی شب‌ها ساعت ۳ بعد از نصف‌شب اصلاً انگار خداوند دست می‌کند زیر سر من، من را بلند می‌کند، بلند می‌شوم، می‌نشینم چراغ را روشن می‌کنم، می‌نشینم، می‌خوانم، می‌نویسم. چند ماهی گذشت و استاد اجازه هست هنوز صحبت کنم یا وقت می‌گیرم؟

آقای شهبازی: بفرمایید بله، نه صحبت کنید، خیلی زیباست صحبتتان.

خانم بیننده: چند ماهی گذشت و باز آن شهود با من صحبت کردند. گفت که تو باید زیرمجموعه داشته باشی. البته قانون جبرانم را مرتب رعایت کردم و می‌کنم. بعد آدم شروع کردم از چندتا از دوستانم که از قبل من می‌شناختمشان، از آن‌ها، به آن‌ها گفتم که اگر دوست دارید بیایید من می‌توانم با شما درس‌های گنج حضور را کار بکنم. چون که این‌طور احساس کردم که وقتی که دوتا سه‌تا زیرمجموعه داشته باشم، خیلی بهتر و کامل‌تر درس‌ها را می‌فهمم، دوره می‌شود برایم. رفتم با چند تا از بچه‌ها شروع کردم که درس‌ها را شروع کردم و اولین چیزی را هم که به آن‌ها یاد دادم، گفتم قانون جبران هست.

من هیچ مطالبه‌ای از شما ندارم، ولی تنها چیزی که شما باید انجام بدهید ماه تا ماه پولی هست که باید واریز کنید. هفته‌ای یک بار کلاس را تشکیل می‌دادم، خارج از شیراز بود. یک چیزی حدود ۲۰ کیلومتر فاصله بود، ماشینم، بنزینم، جسمم، همه‌چیز را تحت اختیار حضرت مولانا و اشعار مولانا قرار دادم و رفتم.



بعد از یک سال داخل شیراز کلاس تشکیل دادم و الآن خدا را شکر می‌کنم که یک چیزی حدود شصت نفر زیرمجموعه دارم. و کسی که در حال مرگ و افسردگی بود امروز فهمیده که چطوری باید مرکزش را عدم کند.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم بیننده: چطوری باید فضاگشایی بکند و چطوری می‌تواند از آن ذهن مسموم خودش را دور بکند.

آقای شهبازی: عالی!

خانم بیننده:

تا عاشق آن یارم، بی‌کارم و برکارم سرگشته و پابرجا مانده پرجارم (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۴۵۹)

و امروز من محکم و ثابت سر جای خودم قرار گرفتم و آن پرگار خداوندی در اطراف من دارد دایره خوشبختی را می‌کشد و امروز فهمیدم که انسان دارای شاخصه اصلی هست. آن شخصیتی را که قبلاً می‌شناختیم به وسیله پول و مقام و ثروت فهمیدم که آن‌ها دیگر شاخصه اصلی من نیست.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم بیننده: و مهمترین شاخصه اصلی من امروز همان شادی، آرامش و ارتعاش زندگی هست.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم بیننده: بفرماید استاد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، نه عرضی ندارم. آفرین، آفرین، عالی!

خانم بیننده: عزیزم، و امروز خدا را شکر می‌کنم که الآن آن شصت تا زیرمجموعه‌ای که من دارم آن‌ها هم شروع کردند زیرمجموعه دارند، بدون هیچ طلب پولی دارند کار می‌کنند و ولی اولین شرطشان قانون جبران هست که حتماً باید قانون جبران را انجام بدهند.

آقای شهبازی: آفرین!



خانم بیننده: و چقدر جالب است خیلی از بچه‌ها شاید وضعیت مالی خوبی ندارند، ولیکن بعد از هر قانون جبرانی این قدر برکت می‌آید درون زندگی‌شان، برکت مالی، برکت درسی و این قدر پیشرفت کردند. باورتان می‌شود آقای شهبازی، پدر گرامی بعضی از خانم‌ها از دورافتاده‌ترین روستاها آمدند و دارند کار می‌کنند!

آقای شهبازی: آفرین!

خانم بیننده: از کوچک‌ترین روستا دارند، الان دارند این درس‌ها را می‌خوانند و وقتی که داخل کلاس باید صحبت کنند، این قدر قشنگ این‌ها صحبت می‌کنند که می‌گویم خدایا این‌ها چه دانشگاهی رفتند که این قدر قشنگ دارند این درس‌ها را پاس می‌کنند.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم بیننده: این قدر معلوماتشان زیاد شده و واقعاً در هر دانشگاهی که می‌رفتند نمی‌توانستند. جشن می‌گیریم، لباس محلی می‌پوشیم، با همدیگر می‌رقصیم شادی می‌کنیم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم بیننده: در کلاس‌هایمان حتماً باید بچه‌ها لباس رنگ روشن بپوشند، باید با مهر و محبت و عشق وارد بشوند و ماهی یک بار، هفته‌ای یک بار آش می‌پزیم بچه‌ها دور همدیگر می‌خورند شادی می‌کنند.

هر روز صبح آموزش دادیم که هر روز صبح که بلند می‌شوید باید با رقص و شکرگزاری شروع بکنید و خیلی خیلی آموزش‌های زیادی خداوند و روح حضرت مولانا به قلبم گذاشت و توانستم یک نماینده‌ای باشم در شهر شیراز تا بتوانم آن شفا را که من از اشعار حضرت مولانا آن شفا را که من از کلام و صوت شما پدر گرامی گرفتم.

[تماس قطع شد.]

آقای شهبازی: قطع شد. خب پیغام عالی‌شان را دادند.

❖ ❖ ❖ **پایان بخش اول** ❖ ❖ ❖

۱۰- آقای حسام از مازندران

[سلام و احوال‌پرسی آقای حسام و آقای شهبازی]

آقای حسام: آقای شهبازی با اجازه‌تان در ارتباط با برنامه‌های اخیر و غزل ۱۳۹۱ یک غزل کوتاهی هست تقدیم می‌کنم به شما و همه دوستان.

آقای شهبازی: بفرمایید.

آقای حسام: اسم غزل هست «ای میر میدانی مدد»

ای پادشاهِ لَمْ یَزَلْ، وی نادره ابداع من
کفر است به دربانی اگر، باشد حُب و اِقناع من

ای واحد پاک صمد، وی مالک مُلک ابد
آخر به کی حبس جهان، باشد دل طمّاع من

با چنین نیزه شَهیّ و، این چنین شمشیر تیز
سُخره دست خَسَم، باشد چنین اوضاع من

با چنین خوان ابد آخر چرا باشد هنوز
این چنین خط‌خوان میان سینه و اضلاع من

بی‌جهت باشد ره و، هم بی‌عدد الطاف تو
کس کجا یابد رهی، زین شیوه و انواع من

پیش صنّع و پیش لطف، ای شه خلاق فرد
همچو خر در گل بمانده قافیه و، مصراع من



وقت است رَهَم زآلودگی، با قوَتِ پالودگی
اورادِ حق را بعد از این، باشد ره و اِتباعِ من

ای میرِ میدانی مدد، تا عزمِ ویرانی کنم
زندان کنون ویرانه کن، سوی حق است اِرْجاعِ من

گریه بشُد، خنده درآ، کشت بیابانی درآ
اینجا به دادِ عقل کل، باشد روا اِجماعِ من
(شاعر حسام موسوی)

لَمْ يَزَلْ: بی‌زوال، جاودان، از صفات خداوند
إبداع: ایجاد، خلق، خلقت، نوآوری
حُب: مهر، دوستی، در این جا به معنی گرایش
إقناع: خشنودی، رضایت، قناعت
خون: سفره، سماط، مهمانی، پذیرایی
أضلاع: پهلوها، دنده‌ها، کناره‌ها، جمع ضلع
صُنْع: آفرینش، ابداع، خلقت، ساخت، ساخته، صنعت
پالودن: صاف کردن، پاک کردن، چیزی را از صافی یا غربال رد کردن
اوراد: عزایم، ادعیه، اذکار
اِتباع: پیروی کردن، از پی رفتن، از پی فرا شدن
داد: انصاف، دهش، عدالت، عدل
اِجماع: سازگاری کردن، هم‌رایی

آقای حسام: آقای شهبازی غزل تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا بود. آفرین، آفرین!

آقای حسام: زنده باشید. اگر فرصت دارم، یک متن کوتاهی هست راجع به «هین مگو فردا که فرداها گذشت».

آقای شهبازی: بله بله، بفرمایید.

آقای حسام: من متأسفانه این آدرس بیت را ننوشتم، ابیات را عذرخواهی می‌کنم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

آقای حسام:



هین مگو فردا، که فرداها گذشت

تا بکلی نگذرد ایام کشت

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۶۹)

پند من بشنو که تن، بند قوی است
کهنه بیرون کن، گرت میل نوی است

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۷۰)

لب ببند و کف پُرزر برگشا
بُخل تن بگذار، پیش آور سخا

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۷۱)

ترک شهوت‌ها و لذت‌ها، سخاست
هر که در شهوت فرو شد، برنخاست

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۷۲)

این سخا، شاخی است از سرو بهشت
وای او کز کف چنین شاخی بهشت

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۷۳)

عُرْوَةُ الْوُثْقَى است این ترک هوا
بر کشد این شاخ، جان را بر سما

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۷۴)

تا برد شاخ سخا ای خوبکیش
مر ترا بالاکشان تا اصل خویش

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۷۵)

یوسف حُسنی و، این عالم چو چاه

وین رَسَن صبرست بر امر اله

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۷۶)



یوسفا، آمد رَسَن، در زن دو دَسْت از رَسَن غافل مشو، بیگه شده‌ست

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۷۷)

حَمْدِ لِلَّهِ کین رَسَن آویختند فضل و رحمت را به هم آمیختند

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۷۸)

ما برای شروع کار معنوی روی خود، منتظر اتمام چالش فعلی هستیم، غافل از این‌که اتفاقات هر لحظه طرح می‌شود و واکنش ما باید در همین لحظه باشد.

گارگاه خداوند همین لحظه است. ما چرا باید در این جلسه غیبت کنیم تا مثلاً در جلسات آینده درس را خوب پس بدهیم؟

باید غوطه بخوریم در همین لحظه و در دل ترس‌هایمان برویم. تکلیف که معلوم است، تنها کاری که باید بکنیم این است صادقانه و متواضعانه به استقبال فضاگشایی برویم.

ما باید واحد این لحظه را همین لحظه پاس کنیم. ضمن این‌که خداوند به واسطه رَبِّ الْعَالَمِينَ بودن، پرورش‌دهنده ماست و جنس آموزشش از جنس همین اتفاقات روزمره است.

یعنی زنده شدن دوباره ما به زندگی، به نحوه واکنش ما به همین اتفاقات روزمره گره خورده است. زندگی، بازی این لحظه که جدی نیست را برای تقویت سرمایه حضور و تسلیم ما که اصل است طراحی می‌کند. تمام شد آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، ممنونم!

[خداحافظی آقای حسام و آقای شهبازی]

۱۱- آقای حجت از فولادشهر اصفهان

[سلام و احوال‌پرسی آقای حجت با آقای شهبازی]

آقای حجت: با اجازه‌تان مطلبی تهیه کردم که بخوانم.

آقای شهبازی: بله بله، بفرماید.

آقای حجت: ممنونم.

پس هنر، آمد هلاکت خام را
کز پی دانه، نبیند دام را
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۴۸)

انسان خام بی‌هنر، مثل کودکی است که هرچه می‌بیند می‌خواهد. انسان آنچه ذهنش نشان می‌دهد، عاشق آن می‌شود و با مهارت عجیبی آن را به مرکزش می‌آورد و حول محور آن می‌گردد و به دام می‌افتد و در توهم خودش فکر می‌کند به‌به! من باایمانم، هنرمندم، مهارت دارم، من زندگی دارم، من زیبا هستم، خوشبختم، من معنوی هستم. درحالی‌که تمام نیرو و اختیار زندگی‌اش در خدمت تصویر ذهنی گذرا و آفل است و در نهایت از بسته شدن به تصاویر ذهنی، رنج و درد برای خودش و دیگران می‌سازد و در قبرِ ذهن بشری دفن می‌شود.

انسانی هنرمند است که با تمرکز روی خودش هر لحظه با قدرت تشخیص و نیروی جنگندگی زندگی، با مهارت فضاگشایی و عدم کردن مرکز، خیر و شر، نیک و بد، زشت و زیبا که ذهنش نشان می‌دهد را جدی نگیرد. فضا را باز می‌کند و همانندگی را شناسایی و گوی‌ای می‌کند در اختیار چوگان حکم‌کن‌فکان، تا همانندگی‌اش چوگان زندگی را بخورد و از مرکزش خارج شود و من‌ذهنی‌اش کوچک شود و هر لحظه از خوابِ نسیان بیرون می‌پرد.

دی مُنجم گفت: دیدم طالعی داری تو سَعَد
گفتمش: آری، ولیک از ماه روزآفزونِ خویش
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۴۷)

سَعَد: مبارک، خجسته

انسان در بهترین مراتب آفرینش، و رای همه اتفاقات در مبارکی، عشق‌ورزی، خردورزی، رواداشت و خجستگی قرار دارد. در عمیق‌ترین سطوح هشیاری، وحدت درون و بیرون با آفرینش انسان آشکار است. یعنی انسان آنچه در بیرون می‌بیند انعکاس هشیاری زنده زندگی روی پرده ذهن اوست، یعنی انسان به‌عنوان یک هشیاری قائم به



ذات است که آنچه به‌عنوان جهان وجود دارد و مشاهده می‌کند، آفریده همین هشیاری قائم به ذات است که خود اوست، و هیچ آفریده‌ای که ذهن نشان می‌دهد، یعنی اجسام روی انسان به‌عنوان هشیاری ناظر و قائم به ذات تاثیر ندارد.

گر ز نای چشم حظی می‌بری نه کباب از پهلوی خود می‌خوری؟ (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۶۴۵)

حالا انسان به‌عنوان هشیاری وقتی جذب آنچه روی پرده ذهنش آفریده شده و ذهنش نشان می‌دهد، می‌شود و از آن زندگی و شادی می‌خواهد، می‌افتد به جهالت، نحسی، حماقت و بخت بد، انگار که از گوشت تن خودش می‌خورد، اسیر آفریده است و ناآگاه است که خمیرمایه و اکسیر آفرینش است. انسان نمی‌داند که خود زندگی است که چند صباحی در ذهن، انسان است.

هر چه غیر اوست، استدراج توست گرچه تخت و ملک توست و تاج توست (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۵۰۸)

وقتی ما به‌عنوان نیروی سرشار و زنده زندگی سرمایه‌گذاری می‌شویم در آنچه ذهنمان نشان می‌دهد و خودمان را آن تصویر می‌دانیم و به یک تصویر ذهنی تکیه می‌کنیم، از یک باور، انسان یا یک جسم که به مرکزمان آورده‌ایم، عشق و خرد، شادی، امنیت، فرّ و زیبایی و رستگاری می‌خواهیم، همین تصویر ذهنی است که ما را از جنسیت آلت، خداگونگی‌مان جدا می‌کند و در لحظات زندگی، ما به تدریج بر اثر گردش حول محور این تصاویر ذهنی، دچار شعور معیوب و پیچیده می‌شویم و از زندگی دور و دورتر و رو به دردسازی و هلاکت می‌رویم.

بر دلت زنگار بر زنگارها جمع شد، تا کور شد ز اسرارها (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۳۷۱)

مولانا می‌گوید صد دریغ که تو پشت سرهم با آوردن اجسام به مرکزت و حول محور آنها گشتن، آسمان بی‌نهایت و ابدیت درونت بسته شد و تو چیزی از زندگی نمی‌گیری. تو یک عقل بی‌عقلی براساس توهمات ذهنی درست کردی که خودت را اداره می‌کنی که این‌همه درد داری و از اسرار من، عشق‌ورزی، خردورزی، فراوانی‌اندیشی، شادی‌افشانی کور شدی.



حالا باید بدانی که چرا در آتش دردها قرار داری، و هیچ ثمره و میوه شیرین و زیبایی در جهانت نمی‌بینی؟ چرا مرتب سر و صدای درد از مرکزت بلند می‌شود؟ چرا از اسرار زندگی ناآگاهی؟ چرا چون از جنسیت اصلی‌مان، کارگاه آفرینش، مرکز عدم کور بودیم و به گرد آن‌چه ذهن نشان داد گشتیم.

به گرد تو چو نگردم، به گرد خود گردم به گرد غصه و اندوه و بخت بد گردم (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۳۶)

اگر حول مرکز عدم و فضای گشوده‌شده و تعظیم خدا نگردم، اگر هر لحظه آن‌چه ذهنم نشان می‌دهد در پیشگاه مرکز عدم قربانی نکنم، پس حول محور تصویر ذهنی کهنه و گذرا می‌گردم و دردمند و بیچاره می‌شوم. زندگی بارها ما را تنبیه کرده که آقا، خانم مرکزت را عدم نگه دار، با انسان‌ها، با اجسام با باورها همانیده نشو. بشر که از منظور زندگی و قوانین حاکم بر نظام هستی بی‌خبر است، با گشتن حول محور آن‌چه ذهنش نشان داده و آوردن آن به مرکزش و از آن‌ها زندگی خواستن، الگوهای جاافتاده‌ای در ذهن خودش مثل ناشکری، ترس، غصه و اندوه، محدودیت و بخت بد درست کرده‌است.

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

اضطرار: درمانده شدن، بیچارگی

حالا با دید درست زندگی، با دید مولانا نگاه کنیم متوجه می‌شویم هیچ کاری، هیچ هنری، هیچ خواسته‌ای، هیچ مهارتی به‌جز جدی نگرفتن اتفاقات، شناسایی و صفر کردن خود توهمی‌مان در این لحظه به ما کمک نمی‌کند. پس دست از یقه همه‌کس و همه‌چیز برمی‌دارم و فقط چنگ به دامن بزرگان، فضاگشایی و عدم کردن مرکز می‌زنم تا خود زندگی ما را آینه و نیک‌بخت کند. ان‌شاءالله! خیلی ممنونم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی ممنون، خیلی زیبا!

[خداحافظی آقای شهبازی با آقای حجت]

۱۲- خانم پروین از استان مرکزی

[سلام و احوال‌پرسی خانم پروین با آقای شهبازی]

با اجازه یک پیغامی آماده کردم، برگرفته از برنامه ۹۶۳

من جز أَحَدِ صَمَدٍ نَخواهم
من جز مَلِكِ أَبَدٍ نَخواهم
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۷۸)

مولانا در بیت اول این غزل سه خاصیت زندگی و اصل ما را بیان می‌کند که هر انسانی عملاً و عیناً باید به این سه خاصیت زنده شود.

خاصیت اول «ابدیت» است که باید به این لحظه ابدی بیاییم و به بی‌زوالی و نامیرایی خود پی ببریم و جاودانگی خود را عیناً و عملاً در این لحظه تجربه کنیم.

خاصیت دوم زندگی و اصل ما «یکتایی» خداوند است. زمانی که به صورت حضور ناظر و آگاه به جهان نگاه می‌کنیم و خودمان را از تمام اتفاقات بیرون می‌کشیم، در همه‌چیز و همه‌کس او را می‌بینیم و او است که در همه‌چیز تجلی یافته. آگاهی ما مانند صفحه نمایشی است که در آن همه افکار، احساسات، صورت‌ها و کل دنیای بیرون بر روی این صفحه نمایش ظاهر می‌شوند و دائماً تغییر می‌کنند. صفحه نمایش یکی است و تغییری نمی‌کند، ولی صحنه‌ها دائماً در حال تغییر هستند. ما آن چیزی هستیم که تغییر نمی‌کند، چیزی که همیشه حاضر است و از همه آن حالت‌های در حال تغییر آگاه است، «نه‌چیزی» که یکتاست و وابستگی به هیچ‌یک از شخصیت‌های درون صفحه نمایش ندارد.

یکتایی یک باور و فکر ذهنی نیست، بلکه باید آن را عیناً تجربه کنیم. وقتی خودمان را با شخصیت درون رؤیا و صفحه نمایش یکی بدانیم و به آن وابسته باشیم، هیچ راهی به سوی بیداری نداریم و تمام تعالیم بزرگان و دانستن هرکدام از خاصیت‌های اصلمان فقط به صورت یک فکر و باور در ذهن ما قرار می‌گیرد و هیچ تجربه عملی نخواهیم داشت.

برای بیداری و درک یکتایی باید هم‌هویت شدن با من‌ذهنی‌مان را متوقف کنیم. باید تشخیص دهیم آنچه که در این لحظه صفحه نمایش زندگی آن را نشان می‌دهد ناپایدار است. باید از واکنش نشان دادن به افکار و احساسات و اتفاقات صفحه نمایش دست برداریم و نمایش زندگی را واقعی تلقی نکنیم. شخص همانیده احد نیست و

یکتایی را نمی‌تواند تجربه کند، چون خودش را جسم می‌پندارد و دیگران را هم جسم می‌بیند و خاصیت جسم بودن نیازمندی است.

خاصیت سومی که مولانا در این بیت بیان می‌کند، بی‌نیازی زندگی و اصل ماست. خداوند یا زندگی وابسته به هیچ‌یک از مخلوقات خود نیست، همان‌طور که صفحه نمایش وابسته به هیچ‌یک از شخصیت‌های درون نمایشی که در او پخش می‌شود نیست. صحنه‌ها یکی‌یکی پخش می‌شوند و تغییر می‌کنند، اما صفحه نمایش به هیچ صحنه و به هیچ‌کدام از بازیگران صحنه نمی‌چسبد و برای بودن، نیازمند آن نیست. نمایش به پایان می‌رسد و صفحه نمایش در جای خود باقی است.

اگر باور داشته باشیم و احساس کنیم که موقتی، محدود و جدای از دیگران هستیم، همیشه در جست‌وجوی آرامش و خوشبختی در بیرون هستیم و این ما را نیازمند به جهان و دیگران می‌کند. اگر می‌خواهیم به اصل خود بازگردیم، باید بی‌نیاز از دنیا شویم، باید فرق نیاز واقعی و مجازی را درک کنیم. چیزهایی هستند که در واقعیت فیزیکی برای بقا به آن‌ها نیازمند هستیم. ما برای باقی ماندن در این جهان به غذا، پول، مسکن، ماشین و سایر امکانات رفاهی نیاز داریم، اما به نیازهای روان‌شناختی که در بقای ما نقشی ندارند، نیازی نداریم.

آیا آرزوی شکست و بدبختی برای دیگران ربطی به بقای ما دارد؟ آیا مقایسه خود با دیگران به‌خاطر داشته‌ها و دستاوردهای بیرونی و حس برتر درآمدن و مهم بودن، یک نیاز واقعی است؟ خوشبختی گرفتن از اجسام و اشیا، جست‌وجوی شادی و خوشبختی در بیرون، تأیید و توجه دیگران، هویت گرفتن از پول، مقام، چهره، محل زندگی، غیبت و بدگویی و تمسخر و تحقیر دیگران، بحث و جدل با دیگران، برای این‌که ثابت کنیم که آن‌ها اشتباه می‌کنند و باورهای ما بهتر و درست‌تر از آن‌ها است. «حَبْرٌ وَ سَنَى» کردن دیگران درحالی‌که می‌دانیم هیچ من‌ذهنی با حرف و نصیحت اصلاح نمی‌شود و تمام حرف‌ها و نصیحت‌های ما در من‌ذهنی، فقط برای این است که در چشم دیگران دیده شویم و آن‌ها ما را انسانی خردمند و باهوش و با معلومات بالا تصور کنند.

دیده شدن و جلب توجه دیگران به ما در هر مجلسی و مورد توجه و تحسین دیگران قرار گرفتن، حس ارزش و اعتبار کردن در نزد مردم به‌خاطر مدل ماشین، تحصیلات، معاشرت ما با افرادی که آن‌ها را طبق معیارهای من‌ذهنی معتبر می‌دانیم، همه این رفتارها از آن‌جا ناشی می‌شود، که ما خود را یک من‌حقیر و کوچک و مجزا از دیگران می‌پنداریم و برای بزرگ کردن و بزرگ جلوه دادن این من‌کوچک به هر کاری دست می‌زنیم و خودمان را گدای هر شخص و هر شیئی می‌کنیم تا از حس حقارتی که در ذهن داریم رها شویم.



تمام ناراحتی‌ها و عقده‌ها و مشکلات روحی و روانی ما، ناشی از نیازهای روان‌شناختی است، چیزهایی که اصلاً هیچ احتیاجی به آن‌ها نداریم .

برای انسانی که ماهیت حقیقی خود را شناخته و وجود خود را منبع آرامش و شادی و خوشبختی می‌داند، دنیا دیگر جایی نیست که در آن به دنبال خوشبختی و شادی بگردد.

چنین انسانی هم خواسته و آرزو دارد، اما خواسته‌ها و آرزوهای او برای برآورده شدن احساس کمبود و نیازمندی که ویژگی من‌ذهنی است، نیست. مثلاً همه ما در روابط به دنبال دیگران هستیم، برای برآورده شدن نیازهای خودمان. میزان وابستگی ما به دیگران به میزان نیاز عاطفی ما به آن‌ها بستگی دارد. اما یک انسان آگاه در هر رابطه‌ای به دنبال به اشتراک گذاشتن تجربه خوشبختی است که از قبل آن را دارد و این چنین رابطه‌ای سرشار از عشق و مهر و شفقت است، نه گدایی عشق و محبت.

ای بی تو حرام زندگانی
خود بی تو کدام زندگانی؟

بی روی خوش تو زنده بودن
مرگ است به نام زندگانی
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۷۳۴)

تمام شد استاد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین، عالی! پروین خانم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم پروین]

۱۳- خانم زهرا از زاهدان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی با خانم زهرا]

خانم زهرا: با درود و سپاس بر تمامی کائنات عالم هستی و آقای شهبازی نازنین. برداشتی کوتاه از دو بیت اساسی و مهم مولانای جان.

به نام خداوند عشق.

بیت اول:

**چه چگونه بُد عدم را؟ چه نشان نهی قَدَم را؟
نگر اوّلین قَدَم را که تو بس نکو نهادی
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۴۲)**

قَدَم: دیرینگی، قدیم (مقابل حدوث)

پرسی از حال و احوالات که حالم چطور است؟ حالم خوب است یا حالم بد؟ این احوال‌پرسی متداول در سطح جامعه که مرسوم است، سطحی‌نگری است و در سطح هشیاری جسمی می‌باشد و با دید دویی احوال‌پرسی صورت می‌گیرد.

از آنجایی که امتداد خداوند هستیم، خداوند حال و چگونگی ندارد و نمی‌توان احوالش را پرسید، چراکه او همواره در لحظه جاری است و مشغول کار کردن روی تمامی کائنات و باشندگان عالم هستی می‌باشد و در این لحظه ساکن است و ثابت.

اگر خداوند بخواهد حالش تغییر کند، نمی‌تواند با نظم و ترتیب، تمامی کائنات را به این دقت و به این ظرافت اداره کند. ما با بیان و اظهارنظر در مورد حال و احوالات، خداوند را نشان‌دار کرده و از دید نظر خارج و با دید هشیاری جسمی همه‌چیز را بررسی.

اگر می‌گوییم که حالم خوب است، این شرح و وصف نشان‌دار است و اگر می‌گوییم حالم بد است، باز هم این شرح و وصف نشان‌دار کردنِ عشق است.

عدم و نیستی که خداوند می‌باشد، چگونگی ندارد و نمی‌تواند نشان‌دار باشد. حالا ما این احوالات و چگونگی را برای تمامی مخاطبینی که با آن سر و کار داریم به‌کار می‌بریم و همه باشندگان که امتداد خداوند هستند را



نشان‌دار می‌کنیم. مثلاً می‌گوییم که این شخص چقدر عصبانی است و بداخلاق. یا فلان شخص چقدر سخت‌گیر است و زودرنج، یا چقدر غیبت می‌کند.

از این‌جاست که قضاوت کردن و خوب و بد کردن آغاز می‌گردد، که خود نشان‌دار کردن عشق است و به اوصاف ذهنی درآوردن و چگونگی را بیان کردن. درحالی‌که بایستی فقط و فقط ناظر بود و تماشاچی و پیغام‌ها را از تک‌تک ایشان دریافت نمود.

بیت دوم:

بی‌نهایت حضرت است این بارگاه صدر را بگذار، صدرِ توست راه (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۶۱)

بی‌نهایت حضرت است این راه گنج حضور و صدر ما فقط و فقط این راه بی‌پایان است که بی‌نهایتی و ابدیتی خداوند را می‌رساند و بی‌انتهایی آن را.

پس قرار نیست به جایی برسیم، پس قرار نیست که حضور را معنا کنیم. چراکه بی‌انتهایی خداوند را در محدودیت زمان قرار داده و مورد سنجش و خود را نشان‌دار و با خط‌کش ذهن اندازه‌گیری. که مثلاً من با این همه کار کردن روی خود تغییر نکرده‌ام و یا مانند سایر دوستان پیشرفت نکرده‌ام.

به‌نظر من حضور و پیشرفت را فقط لحظه‌ حال تعیین می‌کند و آن رویداد و اتفاقی که در همان لحظه جاری می‌باشد و واکنش و برخوردی که هر یک از ما در همان لحظه انجام می‌دهیم، می‌توان حضور را معنا کرد.

که آیا ناظر بودم؟ و خودم را از آن رویداد و یا از آن اتفاق عبور داده‌ام؟ یا در آن زندانی نموده‌ام؟ و چه بسا که آن هم ارتباط مستقیمی با مرکز عدم دارد و همچنین فراخور همانیدگی‌هایی که هر شخص در مرکزش نگهداری می‌کند.

و در پایان:

وقتی که خرد بی‌منت‌های کائنات سرگرم کار است، زندگی شخصی کوچک من زهرا را هم اداره می‌کند.



ای ز غم مُرده که دست از نان تُهیست
چون غفورست و رحیم، این ترس چیست؟
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۸۷)

پرانرژی و سالم بمانید.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، خیلی زیبا! سلام به خانواده برسانید.

[خداحافظی خانم زهرا و آقای شهبازی]

مهربان



۱۴- خانم نیره از تهران

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم نیره]

خانم نیره: من نکته‌ها و برداشت‌هایی از سورهٔ نجم را می‌خواستم خدمتتان بیان کنم.

آقای شهبازی: بفرمایید.

خانم نیره: بله، و در ابتدا هم می‌خواهم تشکر کنم از همهٔ لطف و زحمات بی‌دریغ شما و همین‌طور از خداوند به‌خاطر این نعمت بزرگ که در واقع این سفرهٔ الهی که ما از آن برخوردار هستیم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. ممنونم، لطف دارید. بفرمایید.

خانم نیره: نکته‌هایی حالا من یادداشت کردم، مال برنامه‌های قبل بود که شما فرموده بودید که روی این سوره یک مقداری تحقیق و تعمق داشته باشیم با برنامه، یادم نیست دقیقاً چه برنامه‌ای بود.

می‌فرماید که آیهٔ ۱ سورهٔ نجم آمده که «قسم به آن ستاره چون پنهان شد و افول کرد» منظور از ستاره در واقع این جور که شما می‌فرمایید در ابیات مختلف ستارهٔ من‌ذهنی که افول کرد و پنهان شد. هنگامی که ستارهٔ من‌ذهنی در حضرت رسول غروب کرد، افول کرد، هنگامی که او مرکزش را عدم کرد و مورد هدایت الهی قرار گرفت.

نکتهٔ مربوط به این آیه این هست که منظور از افول و غروب ستاره موقعی است که من‌ذهنی در هر انسانی غروب کند از کار بیفتد، مرکز انسان از همان‌جایی که با ستاره‌های دنیایی خالی شود که بسیار لحظهٔ مهم و مبارکی است، لحظهٔ قیامت است برای هر انسانی.

همان‌طور که در سورهٔ شمس هم آمده «زمانی که خورشید غروب کند» منظور زمانی است که خورشید من‌ذهنی در ما در هم پیچیده شود و غروب کند که لحظهٔ قیامت ما شکل می‌گیرد. آثار خورشید در ما همین من‌ذهنی است، همین خورشیدی که می‌درخشد و حس‌های ما، فکرهای ما را فعال می‌کند و مجموع این‌ها من‌ذهنی را می‌سازد که لحظهٔ قیامت در ما شکل می‌گیرد و زمانی است که من‌ذهنی خاموش می‌شود، صفر می‌شود و خورشید حضور طلوع می‌کند.

بیدار شدن و طلوع خورشید حضور، از درون مرکز عدم‌شدهٔ هر انسانی ست که در آیات بعدی، آیهٔ ۱۵ می‌فرماید:

«اوست پروردگار ستارهٔ (شعری)»



که منظور ستاره حضور است.

این ستاره بی‌جهت، تأثیر او می‌زند بر گوش‌های وحی‌جو (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۰۵)

آیات اشاره می‌کند که

«یار شما نه گمراه شده و نه منحرف شده و از روی هوا و نفس سخن نمی‌گوید و سخن او چیزی جز وحی که بدو نازل می‌شود نیست، او را آن فرشته بس نیرومند تعلیم داده‌است، صاحب نیرویی که استیلا یافت.»

چون فرشته و عقل، که ایشان یک‌بُند بهر حکمت‌هاش دو صورت شدند (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۴)

وقتی فضا را باز می‌کنیم حضور ناظر ما با عقل کل و خرد کل و عقل خداوند یا خود خداوند یکی هستند.

که عقل جنس فرشته‌ست، سوی او پوید ببینیش چو به کف آینه نهان‌گیری (مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۵۷)

نکته‌ای که این‌جا هست استاد من خودم همیشه فکر می‌کردم که این فرشته حالا جبرئیل یک چیزی جدا هست، حالا از یک ملائکه این‌جوری، بعد در برنامه‌ها شما فرموده بودید که فرشته همین خود خداوند هست درواقع حالا در همین ابیاتی هم که این‌جور آمده، عقل فضای گشوده شده است، وقتی فضا را باز می‌کنیم از جنس زندگی است، فرشته است یعنی زندگی است.

آیات بعدی می‌فرماید: «همان کس که تواناست و سلطه بر همه چیز دارد. او یعنی حضرت رسول در افق بلند آسمان قرار داشت، سپس پیامبر به اعتدال ایستاد درحالی‌که در افق اعلا بود همراه با صبر و شکر.» افق اعلا همین فضای بی‌نهایت خداوند هست. وقتی انسان مرکزش را عدم می‌کند می‌بیند که روبروی یک بی‌نهایت است و خودش هم از جنس بی‌نهایت است.



و همین‌طور آیات بعدی: «سپس نزدیک و نزدیک‌تر شد تا فاصله‌اش به اندازه طول دو کمان یا کمتر شد.» کمان در واقع ابزاری بود برای محاسبه و اندازه‌گیری. می‌گوید از محاسبات و خطکش ذهن و این‌که چه‌جوری ذهن ارزیابی می‌کند می‌گذرد.

ز جان و تن برهی به جذبۀ جانان ز قاب و قوس گذشتی به جذب او آدنی (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱۷)

مولانا می‌فرماید از جان من ذهنی و تن من ذهنی و بینش من ذهنی چه‌جور رها می‌شوی؟ و نگاهت از من ذهنی چه‌جور رهایی پیدا می‌کنی؟ «به جذبۀ خدا»

«ز قاب و قوس گذشتی» قاب یعنی اندازه و قوس یعنی کمان. می‌گوید از این قوس‌های صعودی و نزولی و این‌که از افتان و خیزان و محاسبات ذهنی گذشتی و جذب شدی و چنان جذبی که دیگر از آن نزدیک‌تر نمی‌شود شد. این نزدیکی دیگر از محاسبات ذهنی گذشت و از ذهن خارج شد.

«ز قاب و قوس گذشتی» یعنی از اندازه و محاسبات ذهنی فراتر رفتی و هرچه بیشتر نزدیک‌تر، نزدیک‌تر و خود او شدی، یعنی ذهن دیگر نمی‌تواند اندازه بگیرد. بنابراین به خود او تبدیل شدی و به کمال و قرب الهی در واقع نائل می‌شوی.

آیات بعد آیه ۱۰ می‌فرماید: «پس خداوند به بنده‌اش آنچه را باید وحی می‌کرد، وحی کرد. دل آن‌چه را که دید دروغش ندانست. آیا با آن‌چه او می‌بیند مجادله می‌کنید؟ و آن را بار دیگر دیده است نزد سِدْرَةِ الْمُنْتَهَى که جَنَّتِ الْمَأْوَىٰ كِنَارِ آن است.»

منظور از سِدْرَةِ الْمُنْتَهَى البته نظر بنده هست و صحبت‌های شما در برنامه‌های قبل که درختی است که به منتهای قُرب الهی رسیده.

آدمی مانند درخت است و ریشه‌اش همان عهد آلت است و می‌گوید حضرت رسول یک بار دیگر آن را دیده بود، شاید این برداشت این‌طوری باشد که در همان پیمان و عهد آلت این را یک بار دیگر مشاهده کرده بود، تجربه کرده بود که در فضای گشوده‌شده و مرکز عدم‌شده دوباره تجربه می‌کند. «آرامگاه بهشت نزد آن درخت است.»



(آیه شماره ۱۵).

و جَنَّتِ الْمَأْوَى، مسجدِ اقصی، سِدْرَةَ الْمُنْتَهَى که همه همان فضای بی‌نهایت خداوند هست و شما باز فرموده بودید خداوند درخت بی‌نهایتش را و ابدیتش را در ما کاشته‌است.

مسجد اقصاست دلم، جنت مأواست دلم حور شده، نور شده جمله آثارم ازو (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱۴۲)

و این دل انسان است که مسجد اقصی می‌شود و بهشت می‌شود. و آیه بعدی می‌فرماید:

«در آن هنگام چیزی سِدْرَةَ الْمُنْتَهَى را پوشانده بود.»

منظور از سدره‌المنتهی شاید آن فضای بی‌نهایت و عمیق و بی‌کران است که انتها ندارد و کسی نمی‌تواند انتهای آن را بگوید چقدر است، ذکر را نیافریدنی است.

وقتی مرکز عدم می‌شود و تبدیل صورت می‌گیرد انسان از این تعلیم می‌گذرد و خودش را در مقابل بی‌نهایت می‌بیند. و در این آیات می‌گوید حضرت رسول با این اتفاق و تجربه و دریافت وحی که مرکزش عدم شده بود و برایش شکل می‌گیرد، من‌ذهنی‌اش خاموش می‌شود، از محاسبات او عبور می‌کند یعنی من‌ذهنی دیگر نمی‌تواند مزاحم بشود و مزاحم حضرت رسول هم نتوانست بشود و در نهایت خودش را در مقابل یک بی‌نهایت می‌بیند و آیات بعدی، و مقاومت نکرد. همان آیه‌ای که:

«مَا زَاغَ الْبَصَرُ وَمَا طَغَى.»

«چشم خطا نکرد و از حد درنگذشت.»

(قرآن کریم، سوره نجم (۵۳)، آیه ۱۷)

چشمش نلغزید، یعنی هیچ‌موقع نشد که مرکزش عدم نباشد، هیچ‌موقع جسم نیامد به مرکزش. شما فرمودید: «این کلید است، مرکز را عدم بکنید و مواظب باشید یک جسمی نیاید به مرکزمان. اگر جسم بیاید به مرکز، دوباره باید از سر شروع کنیم. صبر، شکر و عذرخواهی. کلید اینجاست که چشم خطا نکرد، تسلیم کامل و محض بود. چشم موقعی خطا می‌کند که یک چیزی که قبلاً همانیده هستیم راه پیدا می‌کند به مرکز ما.»



این آیات راجع به حضرت رسول است و مولانا می‌گوید برای ما هم می‌تواند باشد، به شرط این‌که حواسمان به خودمان باشد نه به عوض کردن دیگران.

و وقتی خداوند خواست شادی‌اش را از طریق حضرت رسول به جهان اظهار کند او بانگ و فغان نکرد، روی ترش نکرد، مرکزش همانیده نبود، مرکزش را عدم کرد و خطا نکرد.

چون بجهد خنده ز من، خنده نهان دارم ازو روی ترش سازم ازو، بانگ و فغان آرم ازو (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱۴۲)

آیا ما می‌توانیم بدون فکر هم‌هویت‌شده چند لحظه باشیم و نترسیم؟ می‌توانیم به من‌ذهنی بمیریم؟ چند لحظه می‌توانیم بگوییم که من نمی‌دانم و زندگی می‌داند و بگذاریم به‌جای زندگی، درواقع به‌جای ما زندگی بگوید. خیلی ممنونم از فرصتی که به من دادید و تشکر از همه دوستان هم همین‌طور.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، در صحبت‌های آینده خواهش می‌کنم صحبت‌تان را به پنج دقیقه به‌اصطلاح محدود کنید که بتوانیم دیگران هم صحبت کنند، ممنونم از زحمتی که کشیدید.

خانم نیره: بله، بله. چشم. خیلی ممنون، عذرخواهی می‌کنم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم نیره]

۱۵- آقای علی از بجنورد

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای علی]

آقای علی: بنده هم مثل بعضی‌ها خیلی سال هست که دارم برنامه‌تان را گوش می‌کنم جناب شهبازی عزیز.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

آقای علی: بی‌نهایت سپاس‌گزارم و نهایت تشکر را دارم از وجود نازنینتان ان‌شاءالله همیشه بی‌بلا باشد، همیشه سالم و سلامت باشید. و بنده هم مثل همهٔ بینندگان شما واقعاً من‌ذهنی خیلی بزرگی داشتم و توانستم در این راه کم‌کم خودم را همین‌جوری افتان و خیزان برسانم تا این لحظه که بتوانم در لحظه زندگی کنم و هم‌هویت‌شدگی‌ها را سعی کردم که بشناسم و بیندازم.

خیلی سبک شدم و از زندگی واقعاً در لحظه استفاده می‌کنم و خیلی هم صبور شدم و ان‌شاءالله که همیشه خوب و خوش و سلامت باشید. چندتا از ابیات مولانا را حاضر کرده بودم، اما خب الان فکر کنم وقت را بدهم به دوستان بهتر است.

اما خب یک چند خطی از همین دفتر، پنج‌شش‌تا از این، پنج‌شش‌تا هم که بیشتر است، هفت‌هشت‌تا از این سررسیدنامه‌ها را من همین‌جوری پر کردم دیگر. حالا چندتا خط می‌خوانم دیگر اگر اجازه بفرمایید.

آقای شهبازی: آفرین! بله‌بله بفرمایید، خواهش می‌کنم.

آقای علی: خواهش می‌کنم.

«یکی ده آباد به از صد شهر خراب»

(ضرب‌المثل ایرانی)

سیاهی لشکر نیاید به کار

یکی مرد جنگی به از صد هزار

(ضرب‌المثل منسوب به فردوسی)

در اندرون من خسته‌دل ندانم کیست

که من خموشم و او در فغان و در غوغاست

(حافظ، دیوان غزلیات، غزل ۲۲)



گاهی چو ملایکم سر بندگی‌ست
که چون حیوان به خواب و خور زندگی‌ست

گاهم چو بهایم سر درندگی‌ست
سبحان الله این چه پراکندگی‌ست
(ابوسعید ابوالخیر، رباعی ۱۴۲)

عطار از نفس آماره به نام سگ نافرمان نفس یاد می‌کند و در این مورد می‌گوید، داستان گورکن یک دوبیتی هست می‌خوانم با اجازه‌تان:

یافت مردی گورکن عمری دراز
سایلی گفتش که چیزی گوی باز

گفت این دیدم عجایب حسب حال
کین سگ نفسم همی هفتاد سال

گور کردن دید و یک ساعت نمرد
یک دمم فرمان یک طاعت نبرد
(عطار، منطق‌الطیر، عذر آوردن مرغان)

باز هم سپاس‌گزاری می‌کنم از جناب شهبازی عزیز، جناب شهبازی بزرگوار و تمام دوستانی که در آنجا کار می‌کنند، از تک‌تکشان دستشان را می‌بوسم، از تک‌تکشان تشکر می‌کنم و این برنامه‌ها بسیار عالی، بسیار زنده‌کننده است و وقت دوستان را من نمی‌گیرم و این اولین تلفن بود که بعد پانزده‌شانزده سال است من این برنامه را نگاه می‌کنم و اولین بار هم گرفتم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین. ممنونم، عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای علی]

خانم مبینا:

کی پسندد عدل و، لطف کردگار
که گلی سجده کند در پیش خار؟

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۳۳۲)

جان چو افزون شد، گذشت از انتها
شد مطیعیش جان جمله چیزها

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۳۳۳)

می‌گوید خداوند دوست ندارد شمایی که بی‌نهایت خدا و زندگی هستید، گدای محبت و چیزهای مادی بشوید. این عدل را خداوند برای ما نمی‌پسندد. خداوند از روح خودش در ما دمیده‌است و مثل خداوند باید شادی بی‌سبب و آرامش بی‌سبب داشته باشیم. ولی ذات خود را رها کرده‌ایم و به چیزهای دنیوی دل بسته‌ایم.

بر عشق گذشتم من، قربان تو گشتم من
آن عید بدین قربان، یعنی بنمی‌ارزد؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۰۷)

در این لحظه تسلیم نباشیم و نمی‌گذاریم که عشق به مرکزمان بیاید. من ذهنی را قربانی عشق نکرده‌ایم و باعث شده که من ذهنی ما بزرگ‌تر شود. حالا باید از خودمان بپرسیم که آیا من ذهنی ارزش قربانی کردن دارد یا نه؟

آیا ارزش دارد که هر لحظه جاودانگی را رها کنیم و به چیزهای پوچ من ذهنی گوش دهیم؟ همه این سؤال‌ها باعث می‌شود که ما بفهمیم ضرر کرده‌ایم و باید من ذهنی را قربانی عشق کنیم تا زندگی قهر و ناراحتی را از دلمان بیرون کند، و فضاگشایی و شادی بی‌سبب را جایگزین کند، این لحظه برای ما عید می‌شود و همان قدر نو و زیبا.

بر سر گنج، از گدایی مُرده‌ام
ز آنکه اندر غفلت و در پَرده‌ام

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۳۲۳)



فضای گشوده‌شده در این لحظه گنج ما است. برای این‌که ما دوباره به زندگی زنده شده‌ایم. و دوباره هشیار و ناظر بر مسائلِ همانیده شده‌ایم.

خانه را من رُو فتم از نیک و بد

خانه‌ام پُرسَت از عشقِ احد

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۸۰۴)

هر چه بینم اندر او غیر خدا

آن من نَبُود، بُودِ عکسِ گدا

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۸۰۵)

اگر از همانیدگی‌ها جدا شویم و برای مدتی به ذهن نرویم یعنی این‌که خانهٔ ذهن ما جارو شده‌است و به جایش عشق را راه داده‌ایم و خانهٔ ذهن پر از نور خدا شده‌است. وقتی نور خدا وارد زندگی ما شده باید همانیدگی را با نور خدا مقایسه کنیم. متوجه می‌شویم که دیگر ذهن نمی‌تواند گدایی کند. و دنبال تأیید و توجه از دیگران باشد و او غیر از خدا چیزی نمی‌خواهد.

استاد تمام شد.

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

خانم مبینا: نه استاد.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم مبینا]



۱۷ - آقای علی‌پور از فسا

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای علی‌پور]

آقای علی‌پور: یا حبیبی، می‌گویند حضرت خدیجه وقتی غذایی، چیزی می‌برد غار حرا، حضرت محمد نبود در کوه صدا می‌زد می‌گفت «یا حبیبی یا محمد، یا حبیبی یا محمد» تا پیدایش بشود. آقا شما حضرت حبیب ما هستید.

آقای شهبازی: شما لطف دارید، خواهش می‌کنم!

آقای علی‌پور: آقا ما هم ممنون شما و دوستان گنج حضور، و هم مدیون شما هستیم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: شما لطف دارید.

آقای علی‌پور: تلنگری زدید بیدار شدیم، یک کمی البته.

این چه شوریست که در دور قمر می بینم
همه آفاق پر از فتنه و شر می بینم

دختران را همه جنگ است و جدل با مادر
پسران را همه بدخواه پدر می بینم

این از یکی از عرفای بزرگ فکر کنم قرن پنجم ششم است که ایشان الآن قطب در اوج ایران و آن منطقه هستند. و این اسراری که فاش کردند به طور کامل ما می بینیم الآن در مردم، و در اجتماع.

اسپ تازی شده مجروح به زیر پالان
طوق زرین همه بر گردن خر می بینم

بالاخره آن چه این پیر روشن دل فرموده موبه‌مو شده و می‌شود. خلاصه ممنون که یأجوج و مأجوج را هم به ما توضیح دادید.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم!



آقای علی پور: ما می‌دانستیم، ولی معنی اصلی را نمی‌دانستیم. و از همه مهم‌تر «خَرِ دَجَال». سال‌ها فکرم مشغول کرده بود به‌خدا که خر چه کاره است در این داستان؟ و الآن حضرت مولانا صحبت کردند، این‌ها خیلی‌هایشان البته تشبیه اسرار کرده بودند که فتنه خَرِ دَجَال جهان را فرامی‌گیرد.

هرکسی آقای شهبازی این منطقه، این محیط ما، این جاها باشد به وضوح این حضرت خَرِ دَجَال را می‌بیند، همه‌جا. در تلویزیون‌ها، در رادیو، در سخنان، در برخوردها، واقعاً که فتنه خَرِ دَجَال الآن جهان را تحت‌تأثیر قرار داده.

و دیگری مسئله سامری گفته شده، شاید بعضی‌ها می‌خندند که خب چه معنی می‌دهد که سامری را گوساله طلایی ساخته! ولی الآن می‌بینیم هرجا معدن، هرجا بوی طلا می‌آید، سامری مُرده ولی مریدانِ سامری خب نمرده‌اند.

(تلفن قطع شد)



۱۸- خانم مرجان از استرالیا

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم مرجان]

خانم مرجان: آقای شهبازی با اجازه‌تان چند تا نکته از برنامه ۹۶۵ را آماده کردم برایتان بخوانم.

آقای شهبازی: به به! بفرمایید.

خانم مرجان: ممنونم.

مولانا در بیت اول غزل شماره ۱۷۳۶ یکی از قوانین زندگی را اعلام می‌کند. می‌گوید:

**به گردِ تو چو نگرِدم، به گردِ خودِ گردم
به گردِ غصّه و اندوه و بختِ بدِ گردم
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۳۶)**

می‌گوید ای انسان، تا زمانی که به گردِ زندگی، فضاگشایی و مرکز عدم نگردی، لاجرم به گردِ من‌ذهنی خود می‌گردی. یعنی تا زمانی که گوش تو به آوازه‌های غول درون و بیرون باز و شنواست، خواه‌ناخواه از ندای زندگی که از بالا می‌رسد، محروم خواهی ماند.

ای انسان، طبق قانون تکامل هشیاری، تو در نهایت باید به گردِ زندگی بگردی. باید تعظیم تو استکمال یابد. یعنی با فضاگشایی‌های پیوسته، پی‌درپی و بی‌وقفه به زندگی زنده شوی، در غیر این صورت، با گشتن به گردِ خود، مؤاخذه تو این است که از جاری شدن عقل و خرد و نیروی زندگی در فکر و عملت محروم خواهی شد.

مؤاخذه تو این است که با تجربه درد، غصه و اندوه و بخت بد و آشفتگی سمن‌زار رضا، پی ببری که خطا کرده‌ای و از این جهان مستی گرفته‌ای. مستی‌ای که دیری نمی‌پاید که مجدداً خمارت می‌کند تا باز همان مستی را با شهوت طلب کنی و در چرخه تخریب باقی بمانی.

با گشتن به گردِ همانیدگی‌ها، مؤاخذه تو این است که به عقربی تبدیل می‌شوی که نیش می‌زنی، درد می‌کشی و درد می‌دهی. با هر فضابندی و انقباضی، با هر هیجانی از قبیل ترس و درد و خشم و غیره، به گردِ خود گشته‌ایم و باید بدانیم که مواخذه خواهیم شد.



هر بار که به گرد همانندگی‌ها می‌گردیم و از لذت‌های زودگذر شهوات مستی می‌گیریم، خواه مستی مال و پول و مادیات، خواه مستی جاه و مقام و شهرت، خواه یک انسان و جسم‌ها، باید بدانیم که خمار غم در کمین است. یعنی همچنان که از این جهان و اجسام شادی می‌گیریم و آن‌ها را به مرکزمان می‌آوریم، با توجه به آفل بودن آن‌ها دیری نمی‌پاید که از بین می‌روند، دیری نمی‌پاید که آن مستی می‌پرد و ما می‌مانیم و خماری و سردرد و گیجی و غم و اندوه و غصه.

چرا؟ چون قانون غیرتمند زندگی ایجاب می‌کند که تنها به گرد زندگی بگردیم. مولانا به ما می‌آموزد که از هر چیزی در این جهان به اندازه ضرورت برداریم یعنی با صبر و پرهیز اجازه ندهیم که آن چیز به مرکز ما بیاید. اگر بیاید، ما مغلوب آن خواهیم شد و اختیار ما به دست آن چیز می‌افتد.

**همچنین هر شهوتی اندر جهان
خواه مال و، خواه جاه و، خواه نان**
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۵۷)

**هر یکی زینها تو را مستی کند
چون نیابی آن، خمارت می‌زند**
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۵۸)

**این خمار غم، دلیل آن شده‌ست
که بدان مفقود، مستی‌ات بده‌ست**
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۵۹)

**جز به اندازه ضرورت، زین مگیر
تا نگردد غالب و، بر تو امیر**
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۶۰)

خیلی ممنونم آقای شهبازی

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین، عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم مرجان]



۱۹- خانم الهام از شیراز

[سلام و احوال‌پرسی خانم الهام و آقای شهبازی]

خانم الهام: خدا قوت به جانتان، ممنونم از شما بابت همه زحماتتان.

آقای شهبازی: لطف دارید. ممنون از زحمات شما. شما هم خیلی زحمت می‌کشید خانم.

خانم الهام: اختیار دارید، نفرمایید، امیدوارم که بتوانیم قدرتان این همه زحمات‌های شما هم که برای ما کشیدید باشیم واقعاً، چون شما همه تلاشتان را کردید که این برنامه را خیلی پاک نگه داشتید و امیدوارم که ما هم بتوانیم این قدم را پاک برداریم چون به نظر من خیلی این کار سخت هست که بشود بعد از این همه سال، این همه تمیز و این همه تأثیرگذار بشود یک برنامه را حفظ کرد و من همه را از این می‌بینم که شما هیچ وقت اجازه ندادید، هیچ‌کس شما را برای خودش بت بسازد، یعنی از شما. این خیلی ارزشمند است آقای شهبازی.

طبق تجربه‌ای که داشتم قبلاً، من یک استاد معنوی داشتم و ایشان خب در آن زمانی که من پیش ایشان کلاس می‌رفتم، واقعاً ایشان را مثل خدا می‌پرستیدم، این قدر قبولشان داشتم. و چون ایشان خودشان هم قبول داشتند که واقعاً یک بزرگی هستند، خب برای ما هم دیگر این القا شده بود یک جورهایی و جوری بود که همه پشت دست ایشان را بوس می‌کردند، خیلی به ایشان احترام می‌گذاشتند ولی خب چیزی طول نکشید که آن جمع همه از هم پاشیدند و خب حالا بگذریم از لطمه‌های روحی‌ای که همه بچه‌ها خوردند.

و می‌خواهم این را بگویم که واقعاً نگه داشتن و پاک نگه داشتن یک برنامه، خیلی کار سختی هست و شما همیشه این لطف را در حق ما کردید که ما هم نخواهیم از شما بت بسازیم، تعصبی داشته باشیم روی مولانا و روی شما، روی برنامه و طبق تجربه‌ای که من خودم داشتم، خیلی به من کمک کرد. شما به همه ما ماهی‌گیری را یاد دادید این خیلی لطف بزرگی بود. من سپاسگزارم از شما.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم الهام: خیلی لطف دارید. من یک متن خیلی کوچک آماده کردم، با اجازه‌تان به اشتراک می‌گذارم.

آقای شهبازی: بله‌بله، بفرمایید.

خانم الهام: از همه دوستان هم سپاس‌گزارم به خاطر پیغام‌های عالی‌شان، شکر به خاطر وجود همگی.



شکر می‌کنم که در این راه معنوی هستم، شکر که زندگی دارد الهام را نجات می‌دهد. زندگی خیلی دقیق دارد روی من کار می‌کند و تک‌تک همانیدگی‌هایم را به من نشان می‌دهد. خیلی همانیدگی‌ها دارم که در لایه‌های وجودی من پنهان شده‌اند، اما دیگر از خودم توقع ندارم که بی‌عیب و نقص باشم. الهام را با همه همانیدگی‌هایش پذیرفته‌ام و دوستش دارم.

می‌بینم زندگی چقدر دارد تلاش می‌کند که الهام را نجات بدهد. قبلاً خیلی تلاش می‌کردم فضاگشایی کنم. وقتی خشمگین می‌شدم، دیگر خودم را دوست نداشتم چون انتظار کمال از خودم داشتم، اما فهمیدم که با ذهن فضاگشایی می‌کردم و روی خودم کار می‌کردم.

الهام فهمید که او تنها باید ناظر خاموش باشد در برابر اتفاقات و فکریایی که از سرش می‌گذرد تا زندگی روی او کار کند. زندگی معنای واقعی قضاوت و مقاومت و ستیزه را به او فهماند. وقتی زندگی هست همه‌چیز به آرامی پیش می‌رود. هر غیرممکنی، ممکن می‌شود.

الهام فهمید که شکر حقیقی را باید به عمل در بیاورد. وقتی یک همانیدگی را زندگی به او نشان می‌دهد، شکر آن را با عمل نشان بدهد یعنی دیگر دور آن همانیدگی دوباره نچرخد.

چون رهیدی، شکر آن باشد که هیچ

سوی آن دانه نداری پیچ پیچ

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۸۸۰)

پیچ پیچ: خم در خم و سخت پیچیده

الهام الآن می‌داند دیگر این راه بی‌نهایت است و در این راه نباید بایستد.

بی‌نهایت حضرت است این بارگاه

صدر را بگذار، صدرِ توست راه

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۶۱)

نباید دچار فراموشی بشود، نباید فراموش کند که زندگی چه کمک‌هایی به او کرده و می‌کند، چون حتی یک فراموشی گناه است.

لَا تُؤَاخِذِ اِنْ نَسِينَا شَدْ گواه

که بُوَد نَسِيَانْ به وجهی هم گناه

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۱)



باید استکمال تعظیم را به‌جا بیاورد تا فراموشی سراغش نیاید.

زآن‌که استکمال تعظیم او نکرد

ورنه نسیان درنیاوردی نبرد

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۲)

باید هر لحظه به دور زندگی بگردد که دچار غم و اندوه و بخت بد نشود.

به گرد تو چو نگردم، به گرد خود گردم

به گرد غصه و اندوه و بخت بد گردم

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۳۶)

چون زندگی برای او روا نداشته که به خار سجده کند.

کی پسندد عدل و، لطف کردگار

که گلی سجده کند در پیش خار؟

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۳۳۲)

باید همه حواسش فقط روی خودش باشد، به هیچ‌کس کاری نداشته باشد. این عقل و دانش ذهنی‌اش را هر

لحظه قربان زندگی کند و بداند که خدا برای او کافی هست.

عقل، قربان کن به پیش مصطفی

حَسْبِيَ اللَّهُ كُوْهُ اللَّهُ كَفِي

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۰۸)

خیلی ممنونم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: عالی الهام خانم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم الهام]

❖ ❖ ❖ پایان بخش دوم ❖ ❖ ❖

۲۰- خانم ریحانه از استرالیا با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی خانم ریحانه با آقای شهبازی]

خانم ریحانه: آقای شهبازی حقیقتش من متنی را آماده نکردم بخوانم، یعنی چند روز هست هرچه تلاش می‌کنم که متنی بنویسم، نمی‌توانم، دستم به قلم نمی‌رود. گفتم شاید الان وقتش باشد که زنگ بزنم و یک‌کم از پیشرفت‌هایم بگویم.

آقای شهبازی: بفرمایید، بله، بله.

خانم ریحانه: آقای شهبازی الان تقریباً حدود دو سال است که من با شما و برنامه گنج حضور آشنا شدم.

از پیشرفت‌هایم در این مدت اگر بخواهم بگویم، مهم‌ترینشان آرامشی است که الان دارم. در واقع اصلاً نمی‌دانستم معنی آرامش چیست. من آقای شهبازی یک آدم پرخاشگر، تندخو، عصبی، ناشکر و قدرشناس بودم و واقعاً با درد پخش کردن روزم را شب می‌کردم. از وقتی با مولانا و آموزش‌های شما آشنا شدم، فکر می‌کنم اصلاً تازه متولد شدم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم ریحانه: زندگی قبل از گنج حضورم را نمی‌توانم اسمش را زندگی بگذارم. فقط می‌توانم بگویم که خدا را شکر که تمام شد. با شما و مولانا یاد گرفتم شکر کنم. یاد گرفتم شوخی‌های زندگی را جدی نگیرم. یاد گرفتم همه ما انسان‌ها لولی و امتداد خدا هستیم. یاد گرفتم تمام تلاش خودم را در زندگی بکنم و قانون جبران را در همه زمینه‌ها رعایت کنم. یاد گرفتم ساکت باشم و فقط تمرکز روی خودم باشد و حبر و سنی نکنم، که اگر هم حبر و سنی کردم، دردش نوش جانم. یاد گرفتم فقط عشق بورزم. یاد گرفتم آمده‌ام این‌جا که فقط یاد بگیرم. یاد گرفتم سبب، اتفاقات را نبینم و فقط مسبب، خدا را ببینم. یاد گرفتم اگر بی‌مراود شدم، از آن درس بگیرم. از همه مهم‌تر یاد گرفتم که خودم که امتداد زندگی هستم را دوست داشته باشم. یاد گرفتم سؤال نکنم و فقط «انصتوا».

آقای شهبازی: آفرین!

خانم ریحانه: یاد گرفتم ترس و نومیادی از من‌ذهنی است، پس جدی نگیرم. الان چند روز هست که زمان‌هایی که بی‌مراود می‌شوم، به‌جای این‌که خودم را سرزنش کنم و با گوش کردن به حرف‌های من‌ذهنی ناامید بشوم،



سریع هر بیتی که می‌آید برایم را تکرار کنم. البته قبلاً هم این کار را می‌کردم، ولی با من ذهنی می‌خواندم برای همین هیچ اثری نداشت. ولی چند روزی هست که وقتی بیت می‌خوانم، حواسم را فقط می‌دهم به آن بیت و به کلمه‌کلمه‌اش که دقیقاً چه از من می‌خواهد و دارد به من چه می‌گوید.

با اجازه‌تان چندتا از این بیت‌ها را تکرار می‌کنم و می‌خوانم. که تکرار می‌کنم را بخوانم؟

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

خانم ریحانه:

هر چه اندیشی، پذیرای فناست
آن‌که در اندیشه ناید، آن خداست

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۰۷)

پس بدانند که خطایی رفته است
که سَمَن زارِ رضا آشفته است

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۸۶۳)

چون رهیدی، شکر آن باشد که هیچ

سوی آن دانه نداری پیچ پیچ

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۸۸۰)

چون نپرسی، زودتر کشف شود

مرغ صبر از جمله پَران تر بُود

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۴۷)

ور بپرسی دیرتر حاصل شود

سهل از بی‌صبریت مشکل شود

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۴۸)

تا کنی مر غیر را حَبَر و سَنی

خویش را بدخو و خالی می‌کنی

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶)



ترس و نومیدیت دان آواز غول
می‌گشَد گوش تو تا قَعْر سَفول
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۷)

هر ندایی که تو را بالا کشید
آن ندا می‌دان که از بالا رسید
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۸)

هر ندایی که تو را حرص آورد
بانگ گرگی دان که او مَرْدُم درد
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۹)

داد حق عمری که هر روزی از او
کس نداند قیمت آن را جز او
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۱۹۰)

مِهْر من داری چه می‌جویی دگر؟
چون خدا با توست، چون جویی بشر؟
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۵۱)

آقای شهبازی این‌ها خیلی به من کمک می‌کنند و وقتی که تمرکز می‌کنم روی خواندنشان، واقعاً آرامشی به من می‌دهند. حتی با یک بار خواندن آرامش و آرامشی را به من می‌دهند که واقعاً تجربه نکرده بودم قبلاً. خیلی ممنونم از شما واقعاً تشکر می‌کنم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین، آفرین، آفرین! عالی، عالی! خانم ریحانه من پیشنهاد می‌کنم بعد از این اصلاً چیزی ننویسد، همین‌طوری بیایید صحبت کنید، این صحبت شما نوشته خیلی عالی بود. عالی، عالی! آفرین!

خانم ریحانه: خیلی ممنون آقای شهبازی. حقیقتش من وقتی می‌خواستم زنگ بزنم، همه‌اش من ذهنی‌ام می‌گفت نمی‌خواهد زنگ بزنی، الان یک چیزی می‌گویی.

حقیقت آقای شهبازی من هر وقت هم زنگ می‌زنم به برنامه، این را بگویم خیلی وقت است می‌خواهم بگویم، همه‌اش ناموس من ذهنی نمی‌گذارد. وقتی زنگ می‌زنم به برنامه می‌خواهم زود قطع کنم، چون که فقط می‌خواهم پیغام را بخوانم و زود قطع کنم، چون همه‌اش من ذهنی‌ام می‌گوید الان آقای شهبازی از تو یک سؤالی می‌پرسد



یا یک بی‌تی را می‌گویند که بگویی، بعد تو یا نمی‌دانی یا مثلاً هر چه می‌شود، آن وقت مثلاً آبروی من می‌رود، آبروی من ذهنی‌ام می‌رود. برای همین سریع قطع می‌کنم.

ولی الآن این‌جا می‌خواهم بگویم که شما هر سؤال از من هر وقت بپرسید، حتی اگر ندانم هم اصلاً ناراحت نمی‌شوم، یعنی با کمال میل، یعنی خیلی هم خوشحال می‌شوم. مرسی دیگر آقای شهبازی.

آقای شهبازی: آفرین! خیلی خوب بود، خیلی خوب است. تبریک می‌گویم به شما که این قدر پیشرفت کردید. و من پیشنهاد می‌کنم شما یک چیزی به هم‌سن‌های خودتان بگویید. حالا می‌توانم بپرسم چند سال دارید؟

خانم ریحانه: بله، بله. من سی سالم شد دیگر آقای شهبازی.

آقای شهبازی: سی سال آفرین! دیگر این بهترین سن است واقعاً. به همین سی‌ساله‌ها که قربانی من ذهنی‌شان می‌شوند، از درد به خودشان می‌پیچند، در فکرها و دردهایشان گم می‌شوند، به آن‌ها بگویید که راه چاره هست. و چطور شما توانستید به خودتان کمک کنید.

من البته آن زمان شما هم که واقعاً داشتید شدیداً کار می‌کردید یادم هست. و چقدر پیشرفت کردید شما و این به اصطلاح دیدن پیشرفت‌های شما دوباره هم به من، هم به همکاران من، هم همه مردم انرژی می‌دهد، امید می‌دهد که ما می‌توانیم کار کنیم و پیشرفت کنیم و وضعیتمان را عوض کنیم. می‌توانیم خودمان، خودمان را تغییر بدهیم.

شما خانم ریحانه خودتان، خودتان را تغییر دادید. مردم خودشان را که دارند، هرکسی بگوید من خودم را دارم، خدا را هم دارم، این لحظه را هم دارم، اتفاق این لحظه را دارم. ابزارهای من این‌ها هستند، این درس مولانا را هم دارم.

لازم نیست که من شب خوابم نبرد. به قول شما که شعر را خواندید، شکر این‌که از شرّ یک چیزی راحت شدم، این است که دور آن دیگر نگردی، درست است؟

خانم ریحانه: بله.

چون رهیدی شکر آن باشد که هیچ

سوی آن دانه نداری پیچ پیچ

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۸۸۰)

آقای شهبازی: ببیند الان شما خانم ریحانه، دیگر با یک آقای دیگر هم‌هویت نمی‌شوید، درست است؟

خانم ریحانه: بله آقای شهبازی. اصلاً من دو سال پیش که این برنامه را شروع کردم، شما در یکی از برنامه‌ها برگشتید گفتید که کسانی که با این برنامه تازه شروع می‌کنند، آشنا شدند، به خودشان زمان بدهند، تا یکی دو سال در رابطه نروند اصلاً. این دیگر آویزه گوش من شد، حرفتان را چسبیدم و اصلاً فقط فوکوس (focus) کردم روی خودم و تمرکز روی خودم و سمت این مسائل نرفتم اصلاً.

و الان واقعاً می‌فهمم که شما چرا آن موقع این را می‌گفتید. که مثلاً واقعاً الان می‌فهمم دلیلش چیست، چون بالاخره آدمی که روی خودش کار می‌کند و آدمی که همه‌اش در من‌ذهنی است، می‌تواند آدم بفهمد که چقدر تفاوت دارد و از همه مهم‌تر چه کسی قرینش می‌شود. آن کسی که قرینش هست هم‌پای خودش در این راه هست یا نه؟ مثلاً، اصلاً افکارش، فکرهاش یک چیز دیگر است.

آقای شهبازی: آفرین! خب دیگر.

یک خانم سی‌ساله اگر با یک آقای هم‌هویت بشود، نمی‌گویم به‌لحاظ عشق با همدیگر رابطه‌ی عشقی داشته باشند به‌صورت حضور، آن را نمی‌گویم. اگر یک خانم سی‌ساله با یک آقای هم‌هویت بشود و آن شخص در مرکزش باشد، خب بیچاره شده دیگر، برای این‌که همه‌ی حواسش هست که این آقا کجا می‌رود، الان کجاست، در تلفنش چه هست، نکند با یکی دیگر حرف بزند؟ در حال کنترلش هست.

همین کافی است که زندگی‌اش را خراب کند. و همین کار شما را باید بکند. نمی‌گویم رابطه با کسی نداشته باشد یا دوستی‌هایش را به‌هم بریزد، هم‌هویت با شخص نشود. هم‌هویت شدن با یک انسان دیگر، چون آن‌ها که در کنترل ما نیستند، مخصوصاً وقتی جوان هستند. مقدار زیادی از انرژی و زندگی ما تلف می‌شود در این راه که طرف مقابل را باید ما ببینیم چکار می‌کند و کنترل کنیم و فکر می‌کنیم اگر او برود و یک کاری کند، زندگی ما خراب می‌شود، دیگر زندگی نداریم.

بهتر است که آدم یاد بگیرد از طریق عشق، از طریق زنده شدن به زندگی، حضور، به‌قول شما با کسی که در این راه هست آشنا بشود، با او حالا می‌خواهد ازدواج کند یا دوست بشود یا هر کاری بکند.

خب گفتم که یک توصیه‌ای بکنید همه‌اش خودم حرف زدم. شما به سن و سال‌های خودتان حالا ما این‌جا نصیحت نمی‌کنیم، بگوییم پیشنهادی بکنید. چکار باید بکنند که؟



خانم ریحانه: شما همه حرف‌ها را زدید. آقای شهبازی یکی این‌که برای من خیلی کار کرد این بود که قرین بود. آقای شهبازی من واقعاً می‌ماندم، وقتی که با دوستانم می‌روم بیرون اصلاً همه‌اش باعث می‌شود که من خبر و سنی کنم و چقدر درد می‌کشیدم، مثل اصلاً مار در خودم می‌پیچیدم، دردی که می‌کشیدم خیلی زیاد بود.

و سعی کردم قرین‌هایم را اول پاک‌سازی کنم. در آن زمینه با این‌که خیلی هم از نظر خانواده هم از نظر دوستانم ببخشید همه‌اش می‌گفتند که مثلاً برویم فلان‌جا، فلان کار را کنیم، بیا فلان مهمانی، نمی‌دانم داری چکار می‌کنی؟ تو اصلاً افسرده شدی. ببخشید همه‌اش می‌گفتند که تو اُمَل هستی که این کارها را نمی‌کنی، نمی‌آیی بیرون. اصلاً معلوم نیست داری چکار می‌کنی، ما نگران هستیم، نگران هستیم دو روز دیگر سکت‌کنی، یک بلایی سر خودت بیاری.

این‌ها اوایل خیلی روی من اثر بد می‌گذاشت، ولی واقعاً آقای شهبازی آرامشی که داشتم اصلاً می‌گفتم این‌ها بیرون چه دارند از من می‌بینند؟ من درونم واقعاً حالم خوب است. چرا مثلاً این‌جوری می‌گویند؟ که همین‌که شما همه‌اش می‌گویید که من ذهنی حمله می‌کند نمی‌گذارد، از هر طریقی، از هر راهی، هر حرفی و این‌که گذاشتم کنار این قرین‌ها را خیلی به من کمک کرد.

و قانون جبران مالی آقای شهبازی. یک بار یادم رفته بود، یعنی عضو برنامه هستم از من ماهانه کم می‌شود، ولی حسابم مشکل داشت و پول کم نشد، بعد هی حالم بد بود، یعنی همه‌اش می‌گفتم خدایا چرا من این‌قدر بی‌قرار هستم؟ متوجه شدم که پول از حسابم کم نشده، زنگ زدم و مشکل را حل کردم، بعد آقای شهبازی به ساعت نکشید من اصلاً حالم از این‌رو به آن‌رو شد. متوجه شدم واقعاً مهم است که این قانون جبران مثلاً پرداخت بشود یا حالا کار بشود روی خود آدم، خیلی مهم است.

شکرگزاری، من تا چند وقت پیش آقای شهبازی شکرگزاری می‌کردم، ولی در شکرگزاری‌هایم دیگر مثلاً می‌گفتم خب خدایا ممنون، دستت درد نکند بابت همه‌چیز، ولی خب من این چیزها را هم می‌خواهم دیگر، خودت یک جووری راست و ریستشان کن. بعد از یک مدت دیگر مثلاً ننوشتم شکرگزاری، چون گفتم ای بابا خب این‌ها را که دیگر من نمی‌توانم هر روز تکرار کنم، دیگر می‌دانی خودت دیگر، قربان دستت خودت بده یک جووری خیلی هم ممنون.

ولی الان می‌نشینم شکرگزاری را فقط شکر می‌کنم از هر چیزی که دارم، از هر چیزی، از اطرافیانم، از همه چیزهایی که دارم و داده به من شکرگزاری می‌کنم. دیگر نمی‌نویسم چه چیزهایی می‌خواهم.



خیلی این موضوع هم به من کمک کرده که فقط شکر کنم، این‌ها خیلی خوب بوده آقای شهبازی. این‌که برنامه را آدم گوش کند و واقعاً روی خودش کار کند، این‌ها این‌که زندگی واقعاً جدی نیست، یعنی این چیزهایی که اتفاق می‌افتد در حالا طول روز، این بی‌مرادی‌هایی که ما می‌شویم این‌ها واقعاً جدی نیستند. این‌ها شوخی‌های زندگی هستند که شما مدام می‌گویید، ولی خب من یک سری حرف‌ها را گوشم تازه انگاری شنیده با این‌که شما هر روز تکرار می‌کنید، ولی بارها من بعضی موقع‌ها گفتم این‌که تکراری است شنیدم، ولی تازه احساس می‌کنم که آرامشش را دارم درک می‌کنم که شما چه می‌گویید. ببخشید شرمنده خیلی حرف زدم معذرت می‌خواهم.

آقای شهبازی: عالی، عالی، آفرین، آفرین! باشد خانم ریحانه خیلی خوب بود. با شما خداحافظی کنم. عالی، عالی، آفرین!

[خداحافظی خانم ریحانه با آقای شهبازی]

۲۱- خانم مزده از آلمان

[سلام و احوال‌پرسی خانم مزده و آقای شهبازی]

خانم مزده: استاد راستش من پیغام نوشته یا چیز خاصی ندارم. فقط هم دلم خیلی برایتان تنگ شده بود، و هم این‌که خواستم از شما تشکر بکنم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم!

خانم مزده: این آموزش‌های شما دیگر واقعاً هر لحظه، ما داریم واقعاً این‌ها را عملی تجربه می‌کنیم هر لحظه در زندگی‌هایمان، سرکار، ارتباط با آدم‌ها.

و خواستم خیلی خیلی از شما تشکر بکنم که این چند هفته اخیر در مورد «آحد» و «صمد» خیلی توضیح دادید. و خیلی این احد و صمد روی من خیلی تأثیر خوبی داشت.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم مزده: سر نماز می‌گفتیم همیشه، ولی خیلی قشنگ شما این را بازش کردید. خیلی این صمد، وقتی که بی‌نیازی، هی بی‌نیازتر می‌شوی چقدر می‌توانیم از زندگی لذت بیشتری ببریم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم مزده: یعنی از هر چیزی چقدر عمیق‌تر، چقدر کیفیت بهتری دارد روابط، حالا کار، یا هر چیزی. و همین هم این یکتایی که ما همه از یک جنس هستیم البته این را من خیلی سال از شما یاد گرفته‌ام و سعی می‌کنم تا آنجا که هشیار هستم، خیلی سعی می‌کردم آن را پیاده بکنم ولی اخیراً چون خیلی بیشتر گفتید من خیلی لذت می‌برم از این که واقعاً دیگری را از جنس خودم می‌بینم. و چقدر الآن خیلی سخت است که برایتان توضیح بدهم.

یعنی هر لحظه باید تماس بگیرم و بگویم که هر لحظه وقتی که یک اتفاقی می‌افتد صحبت‌های شما همان در آن، چون هی تکرار می‌کنیم و گوش می‌دهیم همان لحظه می‌آید.

من با رئیسم امروز یک مشکلی پیش آمد سر مرخصی که می‌خواستم کنسل بکنم و او اصلاً پذیرش نداشت، خیلی عصبی بود و خیلی و آن لحظه تمام جمله‌های شما انگار مثل یک سی‌دی یا یک نواری یا یک چیزی، همان‌طور که در گوش من می‌آمد، گفتم فکر کن تو خودتی چه جووری دوست داری با تو رفتار بشود، و جووری با او صحبت



کردم که اصلاً رئیس این همه عصبانی شده بود، اصلاً این همه مقاومت داشت آخر به من گفت اصلاً مسئله‌ای نیست، درست می‌گویید، می‌توانی حالا یکی دو ماه دیگر آن را برداری. این خیلی قشنگ است که آدم می‌تواند هر لحظه این دانش مولانایی را شما برای ما رمزگشایی کردید. من خدا را شکر دارم هی تجربه می‌کنم در زندگی روزمره، و خواستم از شما تشکر کنم. والله دیگر عرضی ندارم، و این‌که:

گر بدانی رحم این محمودِ راد خوش بگویی عاقبت محمودِ باد

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۰۱)

واقعاً از شما ممنونم برای همه زحماتتون، اگر امری نیست من خداحافظی کنم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم مؤده]

۲۲- خانم پریسا از کانادا

[سلام و احوال‌پرسی خانم پریسا و آقای شهبازی]

خانم پریسا: آقای شهبازی با اجازه شما یک پیامی آماده کردم در مورد حسادت.

آقای شهبازی: بله، بفرمایید.

خانم پریسا: خیلی ممنونم.

در غزل شماره ۱۷۳۶ تفسیرشده در برنامه ۹۶۵ گنج حضور داشتیم:

میان صورت‌ها این حسد بُود ناچار
ولی چو آینه گشتم، چه بر حسد گردم
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۳۶)

یعنی وقتی ما تنها صورت و تصویری از خود و دیگران می‌بینیم، آن وقت به ناچار به مقایسه و حسادت می‌افتیم، چون تصویر خود را با تصویر دیگری مقایسه می‌کنیم و در اثر مقایسه کردن به حسادت می‌افتیم. اما وقتی که ما به هشیاری خدایی خود زنده می‌شویم، آن وقت مانند آینه‌ای می‌شویم که از جنس صورت و جسم نیست که بخواهد خودش را با جسم و صورت دیگری مقایسه کند و در نتیجه مقایسه و حسادت هم از بین خواهد رفت.

مولانا می‌فرماید هیچ عقبه و گردنه‌ای سخت‌تر از حسادت نیست و خوشا به حال کسی که حسادت ندارد.

عقبه‌یی زین صعب‌تر در راه نیست
ای خُنک آن کِش حسد همراه نیست
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۳۱)

عقبه: گردنه
صعب: سخت و دشوار
خُنک: خوشا، خوب و خوش

در کودکی خودم و یا حتی در دوره دانشجویی‌ام، بارها و بارها از گردنه آوج گذشته‌ام. این گردنه خطرناک در مسیر بین تهران و شهر زادگاه من یعنی همدان واقع شده‌است. به‌خوبی در خاطر هست که در زمستان‌ها این گردنه برف زیادی می‌گرفت و خودروهای سواری و اتوبوس‌ها را با چالش‌های جدی روبرو می‌کرد. چه بسیار خودروهایی که در این گردنه سقوط کردند و چه بسیار عزیزانی که جان خود را در این گردنه از دست دادند.

مولانا در ابیات خود چندین جا کلمه همدان را می‌آورد که در آن همدان را به دو معنا می‌گیرد و در هر دو معنا هم تلویحاً اشاره‌ای به من‌ذهنی می‌کند.

اولین معنا این‌که همدان از دو کلمه «همه» و «دان» تشکیل شده‌است یعنی «همه‌چیز دان» که کار من‌ذهنی است که فکر می‌کند خیلی می‌داند. و دیگر این‌که همدان جای سردی است، درست مثل بودن در من‌ذهنی. مطمئن هستم که مولانا دشمنی‌ای با من و همشهریان عزیزم نداشته، تنها از همدان، نمادگونه استفاده کرده‌است تا ما منظورش را بهتر متوجه بشویم.

حالا فرض کنید ما از همدان می‌خواهیم برویم شیراز یا شهر دیگری که بسیار خوش آب و هواست، و از قضا ناچار خواهیم بود که از گردنه آوج هم بگذریم. در هنگام گذر از گردنه آوج باید بی‌نهایت مراقب باشیم، چون بسیار خطرناک است.

مشابه همین مثال برای رفتن از من‌ذهنی به فضای یکتایی هم هست. در راه رفتن از ذهن به فضای یکتایی باید بی‌نهایت مراقب گردنه حسادت باشیم. اگر در این گردنه بلغزیم، دیگر هیچ‌وقت به فضای یکتایی نمی‌رسیم.

عقبه‌یی زین صعب‌تر در راه نیست ای خنک آن کیش حسد همراه نیست (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۳۱)

مولانا درست می‌فرماید. گردنه حسادت خیلی خطرناک است و بسیار بد لغزشگاهی است. باید در سفر از همدان ذهن به شیراز فضای یکتایی، خودمان را آماده این گردنه آوج بکنیم.

خود من بشخصه تجربیاتی از این گردنه خطرناک دارم. در قبل از آشنایی با گنج حضور، مقایسه خودم با دیگران و به دنبال آن داشتن حسادت، جزوی از زندگی‌ام بود. اما حتی بعد از آشنایی با گنج حضور هم کار تمام نشد. اگر به واسطه اتصال مرتب و دائمی‌ام با برنامه گنج حضور و با کانال تلگرام پیام‌های معنوی نبود، من حتماً الآن در این گردنه سقوط کرده بودم و الآن ته درّه هلاک شده بودم. اما چندتا از دوستان معنوی بدون این‌که تا این لحظه حتی خودشان هم خبر داشته باشند، به من کمک کردند.

یکی از آن‌ها پیامی از خانم سارینا از مشهد بود که در آن پیام در مورد حسادت صحبت کردند و برنامه شماره ۴۰۰ از گنج حضور را معرفی کردند و گفتند که در این برنامه آقای شهبازی در مورد حسادت به تفصیل صحبت می‌کنند. وقتی این پیام را از سارینای عزیز شنیدم، رفتم به برنامه ۴۰۰ چندین بار گوش دادم و متن این برنامه



را هم پرینت گرفتم و تا چند وقت در کنار خودم داشتم و آن را می‌خواندم و قسمت‌های مهم را هم برای خودم مشخص کرده بودم تا در یاد و خاطرمان بماند.

عزیز دیگری که الان اسمشان در خاطرمان نیست، یک بار در پیام خود در تلگرام این تک بیت را نوشته بودند:

طَهْرًا بَيْتِي بِيَانِ پَاكِي اسْت
گنج نور است، ار طلسمش خاکی است
 (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۳۴)

طَهْرًا بَيْتِي: خانه‌ام را پاک کنید.

یادم می‌آید که از این بیت بسیار خوشم آمد و رفتم آن را از مثنوی پیدا کردم و ابیات قبل و بعد آن را خواندم:

این جسد، خانهٔ حسد آمد، بدان
کز حسد آلوده باشد خاندان
 (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۳۲)

گر جسد خانهٔ حسد باشد، ولیک
آن جسد را پاک کرد الله، نیک
 (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۳۳)

طَهْرًا بَيْتِي بِيَانِ پَاكِي اسْت
گنج نور است، ار طلسمش خاکی است
 (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۳۴)

یعنی این تن انسان چون از جنس جسم است، خانهٔ حسد است، این را بدان و مراقب باش. حواسِت باشد که از حسد، یک خاندان آلوده می‌شود. حالا این خاندان می‌تواند اعضای خانواده و یا جامعه و یا کلاً هرکسی باشد که در دور و اطراف ما قرار می‌گیرد. وقتی ما حسادت می‌کنیم، این خاندان و دور و اطراف خود را آلوده می‌کنیم. حتی در یک جمع معنوی مثل خانوادهٔ گنج حضور اگر ما بخواهیم به کسی حسادت کنیم، آن وقت خانواده معنوی‌مان را آلوده می‌کنیم.

مولانا در ادامه می‌فرماید درست است که جسد یا تن انسان خانه‌ای برای حسد شده‌است، اما خداوند این جسد را کاملاً از آلودگی پاک می‌کند. در این بیت اشاره‌ای به «قرآن کریم، سورهٔ بقره آیهٔ ۱۲۵» می‌شود که خداوند به حضرت ابراهیم و اسماعیل می‌فرماید که خانهٔ من را برای طواف‌کنندگان پاکیزه دارید.



«... وَعَهْدَنَا إِلَىٰ إِبْرَاهِيمَ وَإِسْمَاعِيلَ أَنَّ طَهْرًا بَيْتِي لِلطَّائِفِينَ وَالْعَاكِفِينَ وَالرُّكَّعِ السُّجُودِ.»

«... و ما به ابراهیم و اسماعیل امر کردیم که خانه‌ام را پاک کنید برای طواف کنندگان و مجاوران و رکوع کنندگان و سجد کنندگان.»

(قرآن کریم، سوره بقره (۲)، آیه ۱۲۵)

خانه خدا همان دل انسان است که باید از آلودگی‌ها پاک باشد.

درست است که ما شاید به خاطر این که از بچگی در محیط‌هایی قرار گرفته‌ایم که الگوی مقایسه را در ما بالا آورده است و این الگو در ما نهادینه شده است، اما ما نباید دچار جبر بشویم و فکر کنیم که از این آلودگی حسد خلاصی نداریم. اگر فضا را باز کنیم، آن وقت حق قدم در درون ما می‌گذارد و درون ما را از این آلودگی پاک می‌کند.

خدا فرموده است: «طَهِّرْ بَيْتِي» یعنی خانه من را پاک کنید. یعنی دل خودتان را از حسادت پاک کنید. این دل انسان گنج نور است، اگرچه طلسمش خاکی است.

یادم است که بعد از دیدن این سه بیت، یک روز یک ساعت نشستم و تنها همین سه بیت را بارها و بارها تکرار کردم. هدیه‌ای که خداوند پس از تکرار زیاد این سه بیت به من داد این بود که آگاهی‌ام نسبت به این الگوی مخرب حسادت بسیار زیاد شد. پس از آن بسیار زیاد ناظر حس حسادت در خودم شدم و به شدت مراقب و ناظر این گردنه خطرناک شدم. با هر بار بالا آمدن حسادت، تکرار مجدد این ابیات آبی می‌شد که بر آتش حسادت می‌ریخت و به باز شدن فضای درونم کمک می‌کرد. با باز شدن فضای درون، الگوی حسادت از بین می‌رود و جایش را پاکی و صافی آینه درون می‌گیرد. همان‌طور که در غزل برنامه این هفته داشتیم:

میان صورت‌ها این حسد بُود ناچار
ولی چو آینه گشتم، چه بر حسد کردم
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۳۶)

خیلی ممنونم از شما آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، خیلی مؤثر، خیلی مفید. آفرین.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم پریسا]



۲۳- خانم‌ها زرین و تیارا و یکتا از زرین‌شهر اصفهان با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوالپرسی آقای شهبازی با خانم زرین]

خانم زرین: با اجازه شما

بازگرد از هست، سوی نیستی

طالب ربّی و ربّانیستی

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۶۸۸)

با عدم کردن مرکزمان می‌توانیم بگذاریم درونمان باز شود، اگر دائماً همانندگی‌ها را از مرکزمان بیرون کنیم یعنی اجازه داده‌ایم که درونمان «شرح» یا همان «باز» باشد و ما باید دائماً این را بخواهیم که همانندگی‌ها را از مرکزمان بیرون کنیم و فضا را باز کنیم، اجازه دهیم نور خدا در دلمان بیاید.

هرکه او عاشق جسم است، ز جان محروم است

تلخ آید شکر، اندر دهن صفرای

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۹۰)

هرکسی هرچیزی در مرکزش بگذارد همان می‌شود، می‌گوید هرکسی عاشق جسم است مرکزش جسم می‌شود و از لطف الهی محروم می‌ماند، اگر کسی شکر الهی در دلش شیرین نیست یعنی ذهن پر از همانیده دارد و دنبال شادی باسبب است و آرامش خدایی به کسی که من‌ذهنی دارد شیرین و آرام بخش نیست بلکه برایش طوفان و اندوهگین است زیرا که من‌ذهنی را نمی‌خواهد از مرکزش بیرون کند و دست و پا می‌زند که شادی درونی را از من‌ذهنی بگیرد.

اگر گلی بدهام، زین بهار باغ شوم

وگر یکی بدهام، زین وصال صد گُردم

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۳۶)

من‌ذهنی فکر می‌کند که با تأیید و توجه دیگران گل است و هیچ‌کس از خودش بهتر نیست. او نمی‌داند که اگر فضا را باز کند دیگر یک گل نمی‌ماند، نور خدا بر دلش می‌آید و تبدیل به باغ می‌شود و می‌گوید اگر تو در من‌ذهنی یکی هستی، در فضای ابدیت بی‌نهایت هستی و دیگر یک شاخه گل نیستی بلکه تبدیل به یک باغ پر از گل می‌شوی. با فضاگشایی چیزی از ما کم نمی‌شود بلکه گسترده هم می‌شویم.



چون از آن اقبال، شیرین شد دهان

سرد شد بر آدمی مُلک جهان

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۲۹۶)

وقتی فضا گشوده شود دهان ما شیرین می‌شود یعنی شادی بی‌سبب را می‌توانیم بچشیم و در این صورت خوشی‌هایی مثل پول، محبت، شهرت و دیگر برای ما اهمیت ندارد. ما باید دائماً بر روی خودمان کار کنیم تا بتوانیم این شیرینی را بچشیم. تمام شد استاد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین!

خانم زرین: ممنونم استاد.

آقای شهبازی: خب، کس دیگری هم هست صحبت بکند؟

خانم زرین: بله استاد. تیارا و یکتا هم هستند. از طرف من خدا نگهدار.

آقای شهبازی: بله لطف کنید. خدا حافظ شما

[سلام و احوالپرسی آقای شهبازی و خانم تیارا]

خانم تیارا: تیارا هستم. دوازده‌ساله. با اجازه شما.

دل بی‌قرار را گو که چو مُستقر نداری

سوی مُستقر اصلی ز چه رو سفر نداری؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۴۷)

به دَم خوش سحرگه همه خلق زنده گردد

تو چگونه دَلستانی که دَم سحر نداری؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۴۷)

وقتی چیزهای بیرونی، تصاویری که آینه نشان می‌دهد مرکزمان قرار می‌گیرد دل ما بی‌قرار می‌شود. بدن ما تغییر می‌کند ولی اصل ما تغییر نمی‌کند.



آینه همان مستقر اصلی است. ما باید به سوی آن سفر کنیم تا به خدا زنده شویم، به حضور زنده شویم یعنی به هر چه می‌چسبیم رها کنیم و برگردیم به خودمان.

ما دم سحرگه هستیم، آینه هستیم، همان‌طور که به باد لطیف سحرگاهی همه گل‌ها باز می‌شوند، تمام مخلوقات زنده می‌شوند.

می‌گوید اگر دم سحر نداری پس دم خشونت داری. باید کار کنی، باید دم سحر داشته باشیم یعنی ما هر جا می‌رویم چون به زندگی زنده هستیم باید زندگی را در انسان‌ها به ارتعاش دریاوریم. استاد تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، خیلی زیبا. آفرین. شما خانم تیارا از چند سالگی دارید همین‌طور شعر می‌خوانید و مولانا گوش می‌دهید؟

خانم تیارا: از ده‌سالگی.

آقای شهبازی: از ده‌سالگی. دو سال است.

خانم تیارا: بله

آقای شهبازی: خیلی هم پیشرفت کردید دیگر؟ درست است؟

خانم تیارا: بله استاد.

آقای شهبازی: کمی از پیشرفت‌هایتان می‌توانید بگویید؟

خانم تیارا: بله استاد. سعی کردم که با چیزهای اطرافم زیاد همان‌بده نشوم. زیاد داخل ذهنم نروم. ذهنم را خاموش کنم. بی‌مراد بشوم.

آقای شهبازی: بی‌مراد می‌شوید چه می‌شود؟ ناراحت می‌شوید؟

خانم تیارا: بله استاد اول ناراحت می‌شوم. مثلاً این‌که چیزی را می‌خواهم و نمی‌شود، اول ناراحت می‌شوم ولی بعد نه، می‌فهمم که بی‌مرادی است.

آقای شهبازی: بی‌مرادی، آفرین. بعد فضاگشایی می‌کنید؟



خانم تیارا: بله

آقای شهبازی: فضاگشایی برای شما آسان باید باشد، نیست؟

خانم تیارا: بله استاد. (خنده خانم تیارا)

آقای شهبازی: همین‌که می‌خندید و به حالت اول برمی‌گردید مثل این‌که این انتظار و توقع را نداشتید. این همان فضاگشایی است دیگر یعنی از شر آن انقباض که چرا این نشد من این را می‌خواستم برایم بخرید، از آن راحت می‌شوید. درست است؟ نمی‌رنجید دیگر؟

خانم تیارا: بله

آقای شهبازی: آفرین، آفرین. خب به دوستان هم سن و سال خودتان یک پیشنهادی، چیزی می‌خواهید بدهید؟

خانم تیارا: بله استاد، این‌که با چیزهای اطراف زیاد همانیده نشوند، این‌که هرچه بزرگ‌تر می‌شوند من ذهنی‌شان بزرگ‌تر می‌شود. گول من ذهنی را نخورند.

آقای شهبازی: راجع به یکتا چه فکر می‌کنید، این خواهرتان؟ او هم دارد پیشرفت می‌کند؟ (خنده آقای شهبازی)

خانم تیارا: بله استاد. پیشرفتش را روزبه‌روز می‌بینم.

آقای شهبازی: می‌بینید. با هم هم خوبید، نه؟

خانم تیارا: بله استاد.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین. خب شما واقعاً الگوی خانواده‌ها باید بشوید. یک کودک عشق هفت ساله و دوازده ساله هر هفته کار می‌کنند روی خودشان و به‌نظر مردم می‌توانند از همین الگو، الگوبرداری کنند، آن‌ها هم روی کودکانشان کار کنند و شما الآن در این سن و سال، دوازده‌سالگی هیچ‌گونه سرکشی و مقاومت و این‌ها در خودتان نمی‌بینید. درست است؟

خانم تیارا: بله، بله.

آقای شهبازی: که بخواهید جیغ و داد راه بیندازید، من این را می‌خواهم و سرکش باشید و گوش ندهید و حزم نکنید و . شما الآن باید تحمل و این‌ها داشته باشید که آرام چیزها را می‌پذیرید. درست است؟



خانم تیارا: بله

آقای شهبازی: آرامش هم دارید.

خانم تیارا: بله، بله.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین. خب دیگر شما آن تخم گل کاشته شده در سینه شما، روزبه‌روز این شکوفاتر خواهد شد و از این مسیر مشکل پانزده، شانزده‌سالگی هم راحت خواهید گذشت.

دیگر شما سرکش نمی‌شوید. سرکشی دوران به‌قول شما «تین teen» بین دوازده، سیزده تا هجده، خب این هم به‌قول خانم پریسا گردنه مشکلی (خنده آقای شهبازی) هست که شما راحت از آن خواهید گذشت.

اگر ادامه بدهید البته. حتماً هم ادامه خواهید داد. خیلی ممنون. خیلی زیبا. پس بدهید خانم یکتا هم صحبت کنند.

خانم تیارا: چشم استاد. از طرف من خدانگهدار.

آقای شهبازی: خداحافظ

[سلام و احوالپرسی آقای شهبازی با خانم یکتا]

خانم یکتا: یکتا هشتم هشت‌ساله.

آقای شهبازی: هشت‌ساله آفرین، بفرمایید.

خانم یکتا: می‌خواهم چند بیت درباره «سبب» بخوانم:

جمله قرآن هست در قطع سبب

عِزِّ درویش و، هلاک بولهب

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۵۲۰)

تو ز طفلی چون سبب‌ها دیده‌ای

در سبب، از جهل برچفسیده‌ای

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۳)



با سبب‌ها از مُسَبِّبِ غافلی
سوی این روپوش‌ها ز آن مایلی
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۴)

چفسیده‌ای: چسبیده‌ای

دیده‌یی باید، سبب سوراخ‌کن
تا حُجَب را بَر کَنَد از بیخ و بُن
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۵۲)

تا مسَبِّبِ بیند اندر لامکان
هرزه داند جهد و آکساب و دکان
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۵۳)

از مسَبِّبِ می‌رسد هر خیر و شر
نیست اسباب و وسایط ای پدر
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۵۴)

سبب سوراخ‌کن: سوراخ‌کننده سبب
آکساب: کسب‌ها

آقای شهبازی: مُسَبِّبِ بگویند بهتر است. می‌توانید مُسَبِّبِ بگویند؟ «مُسَبِّبِ»

خانم یکتا: بله استاد.

آقای شهبازی: بفرمایید.

خانم یکتا: نیست اسباب و وسایط ای..

نیست اسباب و وسایط ای پدر

آقای شهبازی: «اسباب و وسایط» نه آن مسَبِّبِ را می‌گوییم. «از مسَبِّبِ می‌رسد هر خیر و شر» این را بخوانید.

خانم یکتا:

از مسبب می‌رسد هر خیر و شر نیست اسباب و وسایط ای پدر

آقای شهبازی: «اسباب و وسایط ای پدر».

بله.

خانم یکتا: ببخشید استاد.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. خیلی زیبا. خوب این‌ها ابیات خیلی مشکل‌مثنوی است. شما در، تازه هم شدید هشت‌ساله، می‌خوانید.

خیلی ممنون. چیز دیگری هم می‌خواهید بگویند؟

خانم یکتا: نه استاد.

آقای شهبازی: ممنونم خیلی زحمت کشیدید. خداحافظ

خانم یکتا: خدا نگهدار



۲۴- خانم مهردخت از چالوس با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم مهردخت]

خانم مهردخت: یک متنی داشتیم مربوط به برنامه ۹۶۴، البته مربوط به داستان عقاب بوده که به دستم رسیده، خواستم برای دوستان و شما بخوانم اگر اجازه بدهید.

آقای شهبازی: بفرمایید، بله، بله.

خانم مهردخت: متن را به‌عنوان رهایی از زندان نوشتم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم مهردخت: در روز یک‌شنبه ویدئویی از زندگی عقاب به دستم رسیده بود که درس بزرگی در آن نهفته بود، که با برنامه ۹۶۴ یعنی موضوع زندانی شدن ما در ذهن و همان‌جایی که ما در دنیا و با پای من‌ذهنی حرکت کردن، ربط داشت.

عمر عقاب از همه پرنندگان نوع خود درازتر است. او می‌تواند تا هفتاد سال زندگی کند. ولی برای این‌که به این سن برسد باید تصمیم دشواری بگیرد. زمانی که عقاب به چهل‌سالگی می‌رسد، چنگال‌های بلند و انعطاف‌پذیرش دیگر نمی‌توانند طعمه را گرفته، نگه دارند.

نوک بلند و تیزش خمیده و کُند می‌شود و شهبال‌های کهن‌سالش بر اثر کُلفت شدن پرها به سینه‌اش می‌چسبند و پرواز برای عقاب دشوار می‌گردد.

در این هنگام عقاب تنها دو گزینه در پیش روی دارد. یا باید بمیرد و یا آن‌که فرایند دردناکی را که ۱۵۰ روز طول می‌کشد و آن تولد دوباره هست را پذیرا گردد. برای گذراندن این فرایند عقاب باید به نوک کوهی که در آن‌جا آشیانه دارد پرواز کند. در آن‌جا عقاب نوکش را آن‌قدر به سنگ می‌کوبد تا نوکش از جای‌کنده شود و بعد منتظر می‌ماند تا نوک تازه‌ای در جای نوک کهنه رشد کند. سپس با نوک جدیدش تک‌تک چنگال‌هایش را از جای می‌کند تا چنگال نو درآید. آن وقت عقاب شروع به کندن همه پره‌های قدیمی‌اش می‌کند. سرانجام پس از پنج ماه عقاب پروازی را که تولد دوباره نام دارد آغاز کرده و سی سال دیگر زندگی می‌کند.



این داستان زندگی عقاب مثال خوبی برای زندگی ما در من‌ذهنی است و ما هم دو راه برای تغییر و درست زندگی کردن و حیات نو داریم: یا به ازدیاد همانندگی‌هایی که به آن‌ها چسبیدیم ادامه دهیم و درد بیشتری برای خود ایجاد کنیم و سرانجام با من‌ذهنی بمیریم و از این دنیا کوچ کنیم و یا مدت مدیدی با تلاش و کوشش و تعهد، درد هشیارانه بکشیم و آنچه ذهنمان نشان می‌دهد را جدی نگیریم و عادت‌ها و شرطی‌شدگی‌های زندگی‌مان را کنار بگذاریم تا از زندان ذهن آزاد شویم. مهم‌تر از همه، انتخاب راه درست هم با خود ماست.

همان‌طور که عقاب به‌تنهایی و با تلاش خود توانست خودش را از منقار کُندشده و چنگال‌های کهنه‌شده‌اش نجات دهد و درنهایت از پرهای کهنه چسبیده به تنش آزاد گردد، ما هم می‌توانیم خودمان کننده کار باشیم و زیر بار مسئولیت برویم و بدون کمک دیگران و نیاز به دعای آن‌ها و یا کمک گرفتن از مکان و زمان خاصی با کشیدن درد هشیارانه و تعهد و تلاش پی‌درپی خودمان، خودمان را از این زندان ذهن آزاد کنیم.

این جهان زندان و ما زندانیان حُفره کن زندان و خود را وارهان (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۸۲)

و حدیثی در این مورد گفته:

«الدُّنْيَا سِجْنُ الْمُؤْمِنِ وَ جَنَّةُ الْكَافِرِ.»

«دنیا زندان مؤمن و بهشت کافر است.»

(حدیث)

تا کی به حبس این جهان من خویش زندانی کنم؟
وقت است جان پاک را تا میر میدانم کنم
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۹۱)

و در جای دیگر مولانای جان می‌فرمایند:

تو چو باز پای‌بسته، تن تو چو کُنده برپا
تو به چنگ خویش باید که گره ز پا گشایی
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۴۰)



پس ما مثل باز یا عقابی هستیم که پیمان بسته شده و نمی‌توانیم پرواز کنیم، چون این من‌ذهنی ما شبیه یک وزنه سنگینی بر پای ما بسته شده‌است، و این وزنه را هم با دستان خودمان باید از پیمان بازکنیم. باید خودمان را به حساب آوریم و بدانیم که شمشیر دولت در اختیار ماست و زبون من‌ذهنی‌مان نمائیم و قانون جبران را رعایت کنیم.

ما در من‌ذهنی با پا و عقل او حرکت می‌کنیم و در دردها می‌افتیم، اما وقتی پر دریاوریم یعنی مرکزمان را عدم کنیم به راحتی از موانع رد می‌شویم، به حرف کسی واکنش نشان نمی‌دهیم، بلکه خیلی راحت با فضاگشایی از کنار آن‌ها رد می‌شویم، زیرا دیگر برحسب ناموس و پندار کمال بلند نمی‌شویم.

خیلی ممنون. این متنی بود که خیلی برایم آموزنده بود و درس‌ها داشت.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، خیلی زیبا! این بیت که گفتید «تو عقاب باز بسته، بال بسته» یک بار دیگر بخوانید لطفاً. «پای بسته» ببخشید.

خانم مهردخت: «تا کی به حبس»

آقای شهبازی: نه، تو عقاب پای بسته، تن تو چو کُنده برپا»

خانم مهردخت: «تو چو باز پای بسته» درست است؟

آقای شهبازی: بله، بله، «تو چو باز پای بسته»

خانم مهردخت:

**تو چو باز پای بسته، تن تو چو کُنده برپا
تو به چنگ خویش باید که گره ز پا گشایی**

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۴۰)

آقای شهبازی: بله، «تو به چنگ خویش باید، بله، که گره از پا گشایی» بله، و یک اشکال که ما داریم می‌گوییم که دیگران باید این گره را باز کنند.

خانم مهردخت: بله. بله، دقیقاً.



آقای شهبازی: و باید حس مسئولیت بکنیم و حواسمان به قدرت خودمان باشد.

خانم مهردخت: تنها به یاری خدا و آن عنایت و جذبه خداوند هست که ما فقط باید تعهد داشته باشیم در این عدم‌کردن مرکزمان، فقط جذبه و عنایت او است که همه راه‌ها را باز می‌کند و ما را از این زندان ذهن نجات می‌دهد، یعنی همان فضاگشایی، کار فضاگشایی که شما فرمودید.

من این مدت، یعنی در این همه مدتی که شما درباره فضاگشایی صحبت می‌کردید و این مسئله که ذهن آن چیزی را که نشان می‌دهد و بارها و بارها ما در درس‌هایتان شنیده بودیم، ولی در این برنامه اخیر خیلی مطلب برایم باز شد. خیلی یعنی با توجه به تجربه‌ای که برایم پیش آمده بود، و فهمیدم که واقعاً وقتی یک چیزی را ذهن نشان می‌دهد، ما آن قدر سریع جذبش می‌شویم، متوجه نیستیم که خدا دارد به ما پیام می‌دهد، و دور آن، حول و حوش آن فکر می‌گردیم و می‌خواهیم که آن کار انجام بشود، در صورتی که شاید خدا یک چیز، یک پیام دیگری برای ما دارد.

و این خیلی، این مسئله که ذهن آن چیزی را که نشان می‌دهد که شما حواستان باشد، عقب بکشیم و فضا را باز بکنیم، این فضا خودش خودبه‌خود باز می‌شود با پرهیزی که انجام می‌دهیم، یعنی دنبال آن فکر نمی‌رویم. این مسئله خیلی برایم باز شد و الآن یک مدتی هست دارم روی این مسئله، حتی کوچک‌ترین کارهای زندگی‌ام را دارم انجام می‌دهم که هرچه ذهن می‌گوید انجام ندهم سریع. یعنی باید تأمل و صبر داشته باشم، پرهیز کنم ببینم خدا به من چه می‌گوید. خیلی نکته جالبی بود. بارها این را شنیدیم ولی نمی‌توانستیم عملی کنیم خیلی جاها. و خیلی ممنونم از همه درس‌های زیبایتان.

بعد آقای شهبازی، ببخشید من خیلی وقت هست که دارم پیام می‌دهم، یعنی یک عالمه متن برایتان فرستادم ولی شما فعلاً نتوانستید ببینید آن‌ها را. من دوباره بفرستم آن‌ها را یا نه می‌بینید؟

آقای شهبازی: در تلگرام یا کجا؟

خانم مهردخت: در تلگرام. همان جایی که همیشه می‌فرستادم.

آقای شهبازی: بله. بله، دوباره بفرستید. دوباره بفرستید، دیگر، والله ما هم محدودیت‌هایی داریم، می‌دانید، البته خانم پریسا کمک می‌کنند.



خانم مهردادخت: بله، متوجه هستم. الان که زنگ زد من این مسئله را مطرح کردم، اصلاً انتظاری، چیزی نداشتم، می‌دانم که شما وقت ندارید.

آقای شهبازی: بله، دوباره بفرستید.

الآن که زنگ زد من گفتم بفرستم دوباره یا

آقای شهبازی: بله، شما نه، همه بفرستند. دوباره می‌آید رو، می‌آید اول وقتی می‌فرستید و احتمال این‌که می‌آید اول، ما می‌توانیم ببینیم دیگر.

پیغام خیلی می‌آید، حالا شما خوب شد مطرح کردید. واقعاً باید عذر بخواهیم. ببینید اگر ما بخواهیم پاسخگوی شما باشیم، توجه کنید به رقم، درست می‌گویم، باید حداقل پنجاه نفر کارمند داشته باشیم. اگر بخواهیم درست به پیغام‌های تلگرامی شما فقط جواب بدهیم.

ما نمی‌رسیم. ممکن است مثلاً از هر سه‌چهارتا پیغام یکی‌اش را بگیریم و این را هم من می‌دانم که اگر ما به هر پیغام شما پاسخ بدهیم، شما تشویق می‌شوید، ولی من خواهش می‌کنم شما خودتان خودکار خودتان را تشویق کنید. بگویید حالا پیغام من را وقت کردند می‌بینند، نکردند من برای خودم کار می‌کنم. برای این کار نمی‌کنم اگر پیغام بفرستم یکی ببیند.

ولی من می‌دانم بله شما منتظر می‌شوید مثلاً این پست بشود.

واقعاً این خیلی مطلب مهمی است. بعضی‌ها ممکن است قهر کنند، فکر کنند ما مثلاً تبعیض قائل می‌شویم، مثلاً اسمشان را نمی‌بینیم، باز نمی‌کنیم، ما وقت نداریم. نه من وقت دارم نه همکارهای عشقی من هم که پول نمی‌گیرند. فرض کن کسانی که کمک می‌کنند یکی‌اش همین خانم پریسا، خب خانم پریسا فول‌تایم (full time) یک کار مهمی دارد، یک پست مهمی در دانشگاه دارد، شاگرد دارد استاد هستند، کار خودشان را دارند، بالاخره خانواده دارند، زندگی معمولی [خنده آقای شهبازی] این است که من هم کلاس دارم، برنامه را شما می‌بینید.

امروز مثلاً یک برنامه دارم الان سه‌چهار ساعت طول می‌کشد خسته می‌شود آدم. تازه این باید ادیت بشود، پُست بشود. برنامه روز چهارشنبه شما هست که طولانی است، اصلاً خسته می‌شوی. یک روز دیگر باید، حالا من نمی‌گویم من اصلاً استراحت هم نمی‌کنم ولی همین ادیت و پست کردنش را این‌ها و کارهای من هم هست، می‌دانید کارهای کاری من هم هست، این است که اصلاً بله، یعنی اگر واقعاً می‌بینید این برنامه مفید است، از

همه می‌خواهم قانون جبران مالی را رعایت کنند. ما از نظر مالی ضعیف هستیم و گرنه رامی‌توانستیم خب بالاخره کسانی را استخدام کنیم، آموزش بدهیم و بیشتر از این در خدمتتان باشیم.

حالا که شما این را پیش آوردید، بعضی‌ها هم یک پیشنهاداتی می‌کنند که البته پیشنهاداتشان خیلی مفید است، ولی مستلزم داشتن همکار است. شوخی نیست ما بخواهیم یک نفر را استخدام کنیم، خب حقوق می‌خواهد، نمی‌دانم یک چیزهای دیگر می‌خواهد و باید هم استخدام کنیم دیگر.

خیلی نمی‌توانیم یک کسی که عشقی کار می‌کند می‌گوید آقا من به شما کمک می‌کنم، نمی‌توانیم شب و روز به او زنگ بزنییم بگوییم آقا این کار را بکن، آن کار را بکنید. [خنده آقای شهبازی] می‌گوید آقا من گفتم کمک می‌کنم نگفتم که دیگر در استخدام شما هستم، در نتیجه ما شدیداً محدود هستیم. یعنی من خودم راستش خیلی زیر، بین خودمان باشد فشار کاری هستم، خیلی! تنها تفریحی که من دارم همین ورزش است.

خانم مهردخت: شرمنده شما هستیم آقای شهبازی. قدردان زحمات شما هستیم ولی نمی‌توانیم باز جبران بکنیم.

آقای شهبازی: نه، آن را نمی‌گویم شما جبران کنید، نه! فقط گله نکنید، چون

خانم مهردخت: ببخشید من خیلی معذرت می‌خواهم که این حرف را زدم.

آقای شهبازی: والله نه، شما را نمی‌گویم به خدا، نه اصلاً شما را نمی‌گویم گله نکنید، من می‌دانم شما را می‌شناسم، شما گله نمی‌کنید، ولی کسانی که تازه به اصطلاح به این برنامه می‌پیوندند، یک دفعه می‌بینید که اصلاً سؤال دارند، نه یکی‌دوتا، بابا جان سؤال نکن، سؤال نکن، کار روی خودت بکن. بعد آن موقع می‌گوییم سؤال نکن، می‌گویند

سواد ندارید شما و گرنه به سؤالاتمان جواب می‌دادید. توجه می‌کنید؟

این است که بعضی آموزش‌ها را شما باید بگیرید، این اصلاً، این راه سؤال نیست، سؤال یعنی به ذهن رفتن. وقتی شما سؤال می‌پرسید پنج‌تا، شش‌تا سؤال مطرح می‌کنید، به این‌ها جواب بدهید؛ آقا، خانم اولاً سؤال لازم نیست، ثانیاً ما وقت نداریم. یک ساعت من باید بنشینم که این چه بشود؟! سؤال ذهنی شما را ذهناً جواب بدهم؟!

و حالا نتیجه، نتیجه این است که هرکسی که بیننده این برنامه است خب اولاً توقعش را از ما به حد منطقی بیاورد پایین، نگوید که، مثلاً یک کسی خیرخواهانه می‌گفت این موضوعات را تقسیم‌بندی کنیم، مثلاً حسادت را یک‌جا بگذاریم فلان، برنامه‌ها را بگذاریم آن‌هایی که مربوط به حسادت هستند، آن‌هایی که مربوط به نمی‌دانم غیبت هستند فلان، بله، ما می‌توانیم این کار را بکنیم، ولی پرسنل (personal) می‌خواهیم [خنده آقای شهبازی] من پیام، من خودم چندتا دست دارم. نمی‌توانیم این کار را بکنیم.

بعد آن موقع دوباره بین خودمان باشد، اکثریت قانون جبران مالی را رعایت نمی‌کنند! دیگر همینی که هست دیگر، اصلاً شکایتی من ندارم گله‌ای ندارم، ولی از آن‌ور اگر شما توقعی داشته باشید گله کنید، شما فلج می‌شوید، برای این‌که می‌گویید یا شهبازی بلد نیست به سؤال من جواب نمی‌دهد، نه بابا من بلدم به سؤال شما جواب بدهم، من وقت ندارم، فایده هم ندارد.

یا این‌که می‌گویید شهبازی بین پیغام‌های همه را می‌بیند، به اسم من که می‌آید نمی‌بیند، حتماً یک ضدیت خاصی با من دارد. نه! من بین هیچ‌کدام از شما فرق نمی‌گذارم. همه شما، حالا من نمی‌گویم شاگرد من هستید، همه شما شاگرد مولانا هستید، از جنس زندگی هستید، علاقه‌مند هستید، به هرکسی که من بتوانم برسم، می‌رسم و تشویقش می‌کنم.

و گاهی اوقات هم یک کسی هم مثلاً تازه شروع می‌کند، من دوسه‌تا ایمیلی (email) یا مثلاً در تلگرامی مبادله اطلاعات می‌کنم، ولی همیشه که نمی‌توانم نامه‌نگاری کنم! بعد دوباره می‌نویسند. من یک بار، دو بار برای این‌که شما حرکت بکنید، راه بیفتید، از آن چیز دربیاید بیرون، خب کمک می‌کنم، آن هم دوتا، سه‌چهارتا جمله، یک صفحه که نمی‌توانم برای یک نفر بنویسم!

خیلی پیغام می‌آید! شما حساب کنید روزی فرضاً حالا من می‌گویم خیلی پایین می‌گیرم پانصدتا پیغام به ما بیاید، پانصدتا پیغام را چه‌جوری می‌شود به آن رسید؟!

خانم مهردخت: دقیقاً، بله. من واقعاً معذرت می‌خواهم. الان یک پیام خیلی قشنگی از شما دریافت کردم که اگر پیام‌ها را شما نمی‌بینید، ما باز ادامه بدهیم، آن تعهد را داشته باشیم و برای خودمان بنویسیم. البته من خودم این کار را می‌کردم، برنامه‌ها را همین‌طور خیلی، الان این شاید حدود بیست روز است من این پیام‌ها را نوشتم و یکی‌دوبار هم باز فرستادم برایتان ولی دیدم دیده نشد باز ادامه دادم به کار، مخصوصاً متن‌های انگلیسی را که می‌نوشتم این‌ها، به خاطر همین، ولی دیگر امروز دیگر گفتم این مسئله را مطرح کردم واقعاً شرمنده شدم.

آقای شهبازی: نه، نه، اتفاقاً یک خدمت بزرگی کردید به برنامه، کمک بزرگی، برای این‌که پیش آمد، سبب شدید که من این توضیح را بدهم، این توضیح را بدهم که، ببینید اصلاً من می‌گویم پیشنهاد می‌کنم من را شما به‌عنوان پارامتر زندگی‌تان نبینید. من این‌جا نشستم، یک درسی از مولانا را به شما ارائه می‌کنم که شما روی خودتان کار کنید. اگر بخواهید من را بیاورید وسط که من یک چیزی نوشتم ایشان جواب نداد، یک توقعی داشتم حتماً ما را قابل نمی‌داند، این توهین‌آمیز است که من سه‌تا ایمیل فرستادم جواب نداد، توجه می‌کنید؟ این اصلاً فرض کنید من نیستم، در نتیجه شما روی خودتان کار می‌کنید، شما هستید و شما، فقط شما در جهان، شما روی خودتان کار می‌کنید.

حالا، اگر ما جواب توانستیم بدهیم، می‌دهیم. همکارهای عشقی من هم، آن‌ها هم هیچ تعصبی ندارند. همین الان یکی‌اش خانم پریسا بود. شما در خانم پریسا تا آن‌جا که از دستش برمی‌آید، وقتش اجازه می‌دهد کمک می‌کند واقعاً. و حالا دیگران هم هستند.

خانم مهردخت: من سپاس‌گزار ایشان هم هستم و همه دوستان، از پیام‌هایشان که خیلی فیض می‌بریم، خیلی، واقعاً سپاس‌گزارشان هستیم.

آقای شهبازی: بله، به‌رحال شما پیغامتان را بدهید ولو ده‌تا، پانزده‌تا پیغام دارید بفرستید، بالاخره ما این را می‌بینیم، باز می‌کنیم یکی‌اش را، پست می‌کنیم یا استفاده می‌کنیم و شما عضو فعال هستید، نه بگذارید عضویتتان خدشه‌دار بشود، نه کار روی خودتان، هیچ من ذهنی‌تان نگذارید بهانه بیاورد، دلیل بیاورد، سبب بیاورد که شما از کار بیفتید، آن هم بیرون از شما باشد.

بگویید آقای شهبازی کی هست اصلاً، من روی خودم کار می‌کنم، توجه می‌کنید؟ اصل شما هستید. من منم، من روی خودم کار می‌کنم. می‌خواهد شهبازی جواب بدهد می‌خواهد ندهد. حالا من پیغام را می‌فرستم.

خانم مهردخت: چشم، حتماً.

آقای شهبازی: ولی من محدودیت و ضعفان را خدمت شما ارائه کردم که همه إن شاء الله بشنوند.

خانم مهردخت: ممنون از شما که این‌همه برای ما زحمت می‌کشید.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.



خانم مهردخت: واقعاً سپاس‌گزارتان هستیم، هرچند که نمی‌توانیم با زبان قدردانی شما را به‌جا بیاوریم. ولی باز مجبوریم که همین‌طوری زبانه‌ها هم فعلاً تلفنی به شما بگوییم دیگر، به‌هرحال خیلی از شما ممنونیم، سپاس‌گزاریم، ببخشید که این مسئله مطرح شد و قصد توقع نبوده، حالا نمی‌دانم دیگر یک‌دفعه من‌ذهنی من بود آمد مطرح کرد، هرچه بود که ببخشید.

آقای شهبازی: نه کمک زندگی بود که این مطلب را

خانم مهردخت: ببخشید که خیلی وقت دوستان را گرفتم. بله، طرح زندگی حتماً طرح زندگی بوده. وقت دوستان را خیلی گرفتم، از شما معذرت می‌خواهم و از همه دوستان. ممنون از شما.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم مهردخت]

۲۵- خانم دینا از کانادا با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی خانم دینا و آقای شهبازی]

خانم دینا: آقای شهبازی، خواستم قبل از این‌که راجع به پیام صحبت کنم این موضوع را بگویم که، راجع به این‌که آموزش‌های مولانا واقعاً عرفان نیست. این را به این دلیل می‌گویم چون بعضی از دوست‌های من به من زنگ می‌زنند و از من می‌پرسند که تو هنوز عرفان می‌خوانی؟ هنوز شعر می‌خوانی؟ این طوری مثلاً راجع به آن فکر می‌کنند. و این را برای این می‌گویم چون که در زندگی حالا شخصی خودم و همین‌طور در زندگی جمعی می‌بینم که دلیل این همه غصه و غم و اندوه و درواقع بخت بدی که ما داریم تجربه می‌کنیم این هست که این اساسی‌ترین درواقع قوانین زندگی را که مولانا در ابیاتش توضیح داده را نمی‌دانیم و متأسفانه این‌که فکر کنیم این عرفان است، فکر می‌کنیم که این یک نیاز فرعی است و ما باید برویم اول دنبال خواسته‌های ذهنی و آن چیزهایی که ذهن به ما نشان می‌دهد و دیگران می‌گویند مهم است، آن‌ها را به دست بیاوریم و بعد بیاییم به این توجه کنیم. در صورتی‌که می‌بینیم که وقتی می‌رویم آن‌ها را به دست می‌آوریم چون بیس (پایه: base) و اساسش خراب هست و از آن مرکز همانیده است، هم‌ا‌ش تبدیل به غصه و اندوه و غم و این‌ها می‌شود برای ما. به‌رحال خواستم اول این را بگویم این موضوع را.

آقای شهبازی: بله، خیلی ممنون.

خانم دینا: بعد در غزل این هفته، غزل ۱۷۳۶ هم داشتیم:

به گرد تو چو نگردم، به گرد خود گردم
به گرد غصه و اندوه و بخت بد گردم
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۳۶)

شما فرمودید که ما باید در خودمان پیدا کنیم موانعی را که باعث می‌شوند که ما به دور زندگی نگردیم درواقع. که من حالا دوتای آن را، خیلی هستند ولی حالا دوتای آن را در خودم پیدا کردم براساس درواقع توضیحات شما و اشعار مولانا که با دوستان به اشتراک می‌گذارم. از روی متن هم نمی‌خوانم. همین‌جوری می‌گویم.

آقای شهبازی: بله.

خانم دینا: با اجازه شما



اولین مورد برای من عدم پرهیز بود، عدم پرهیز از چیزی که ذهن نشان می‌دهد. در همین ابیات دفتر چهارم بیت ۶۲۲ هم داشتیم:

مرغ فتنه دانه، بر بام است او
پر گشاده بسته دام است او
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۶۲۰)

چون به دانه داد او دل را به جان
ناگرفته مرورا بگرفته دان
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۶۲۱)

آن نظرها که به دانه می‌کند
آن گره دان کو به پا برمی‌زند
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۶۲۲)

واقعاً این ابیات یک چراغی را در ذهن من روشن کردند و واقعاً هشدار جدی بود برای من، و این‌که مولانا دارد به ما می‌گوید که ما به‌عنوان مرغ یا آن هشیاری، به‌راحتی می‌توانیم دچار وسوسه آن دانه یا آن چیزی که ذهنمان نشان می‌دهد بشویم با این‌که «بر بام» یا آن جایگاه شرف در این لحظه در این فضای گشوده هستیم، با توجه کردن به چیزی که ذهنمان نشان می‌دهد، دوباره در دامش می‌افتیم.

و می‌گوید وقتی که ما دل را به جان می‌دهیم یعنی با آن چیز همان‌پندیده می‌شویم، صید آن چیز می‌شویم دیگر، یعنی یواش‌یواش می‌آید در مرکز ما و ما را گرفتار می‌کند.

مولانا در واقع به ما گفته که شما وقتی که یک بار با یک چیزی همان‌پندیده شدید و دردش را کشیدید و آزاد شدید، درس بگیرید. دیگر خودتان را دوباره در دام همان چیز اگر به یک شکل دیگر ظاهر شده، نیندازید. به فرض مثال اگر من با یک انسانی همان‌پندیده شدم، الآن یک انسان دیگر آمده، وسوسه همان‌پندیده شدن و حالا از او زندگی گرفتن و خوشبخت شدن با آن شخص را در خودم ببینم، از او فرار کنم. اگر نمی‌توانم واقعاً در حاشیه مرکز من او را داشته باشم، باید از او فرار کنم.

چون رهیدی، شکر آن باشد که هیچ
سوی آن دانه نداری پیچ‌پیچ
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۸۸۰)



پیچ‌پیچ: خم در خم و سخت پیچیده

و می‌بینیم که دارد به ما همین را می‌گوید. ولی چیزی را که من حالا شاید در خودم هم تجربه کردم این هست که شاید به نوعی همان امتحان کردن خدا هست که من با این‌که می‌دانم الآن دوباره یک چیز جدیدی دارد به مرکز می‌آید و ذهنم آن را خیلی خوب نشان می‌دهد ولی با خودم می‌گویم، و می‌دانم هم که اشتباه است، ولی انگار در دلم می‌گویم که خدایا تو درستش کن، مسئولیتش را می‌اندازم گردن خدا، در صورتی‌که مسئولیت با من هست. من در این لحظه می‌توانم به این چیزی که ذهنم نشان می‌دهد، از این چیزی که ذهنم نشان می‌دهد، پرهیز کنم تا دوباره گرفتارش نشوم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم دینا: خودم را از بالای بام نیندازم پایین، بعد بگویم خدایا تو من را بگیر، نمی‌گیرد! دوباره همان دردها با شدت بیشتری در من تجربه خواهد شد.

این یک موردش بود. یک مورد دیگر هم که واقعا خیلی جالب بود، با این‌که من این ابیات را بارها و بارها شنیده بودم ولی خیلی به من این همانندگی‌ام را نشان داد، همان جبر یا کاهلی من ذهنی هست و این‌که شما این ابیات را خواندید:

ترک کن این جبر را که بس تهِی‌ست

تا بدانی سرِّ سرِّ جبر چیست

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۷)

ترک کن این جبر جمع مَنبَلان

تا خبر یابی از آن جبرِ چو جان

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۸)

مَنبَل: تنبل، کاهل، بیکار

که در واقع این‌جا هم می‌بینیم که این ابیات به ما می‌گویند که ما، این من ذهنی‌ما، یک اجباری را به ما تحمیل می‌کند که این وضعیت ما قابل تغییر نیست، و جبر هم همین هست که فکر کنیم آن چیزی که ذهن به ما نشان می‌دهد، واقعی است. در تجربه شخصی خودم، من به‌رحال دردهای زیادی را در زندگی‌ام تجربه کردم، خدا را شکر از خیلی از آن‌ها رهایی پیدا کردم. ولی مثلاً یک دردهایی در من بوده از شاید گذشته، مخصوصاً درد گرفتن از حالا چیزهایی که ذهنم می‌گوید اعضای خانواده‌ات این دردها را به تو دادند. و آن‌ها را شاید با ذهن شاید به

این دلیل نتوانستم از آن‌ها رهایی پیدا کنم که اولاً با ذهن می‌خواستم از آن‌ها رهایی پیدا کنم، قبولشان نمی‌کردم به نوعی، هنوز آن حالت قربانی بودن را در خودم حس می‌کردم. و فهمیدم که اصلاً هم این‌که می‌خواهم خودم را با ذهن از آن‌ها جدا کنم، این خودش یک جبر است. و همین‌که ذهنم می‌گفت این چیزها، این دردها، تو ببین تلاش کردی نتوانستی از این دردها رهایی پیدا کنی. برای همین می‌گویم که این‌ها، درواقع ذهن این را یک چیز جدا نشدنی از من، به من نشان می‌داد چون که قبلاً خواسته بودم که رها بشوم از آن‌ها ولی دوباره دیدم که همین چند وقت پیش دوباره در من آمدند بالا.

ولی مولانا دارد به من می‌گوید که نه این‌طوری نیست! تو حتی هر دردی که باشد، این دردها، جبر جان این هست که این دردها مال تو نیست.

آقای شهبازی: آفرین.

خانم دینا: برای همین این را به تو نشان داده‌ام تا تو بدانی که تو از این‌ها جدا هستی، تو فقط باید یک ناظر بدون قضاوت باشی راجع به آن دردها. تو نمی‌توانی خودت خودت را از شرّ من‌ذهنی رها کنی. تو فقط باید خاموش باشی. مگر تا حالا زندگی تو را اداره نکرده؟ مگر از این‌همه درد رهایی پیدا نکردی؟ الآن هم خودت را به آن بسپار. و آن‌ها، هر نوع دردی که می‌خواهد باشد، درد گرفتن از چیزی که، به هر حال هرکسی هر صحبتی کرده، هر چیزی به این من‌ذهنی گفته، به من‌ذهنی بوده. ولی متوجه شدم که این ذهنم چون که دوست دارد که به دنبال غصّه و اندوه و بخت بد بگردد و به دور زندگی نگردد، می‌خواهد این را به من غیر قابل تغییر نشان بدهد. و این را از شما، از این آموزش‌های مولانا یاد گرفتم که نه این نیست و دلیل این‌که زندگی هم این را به من نشان داده این است که من تمرکز را روی خودم بگذارم و به ملامت دیگران نپردازم که چرا آن رفتار را نشان دادند و مسئولیت زندگی‌ام را در این لحظه صد درصد قبول کنم و گرنه:

هرکه ماند از کاهلی بی شکر و صبر

او همین داند که گیرد پای جبر

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۰۶۸)

هرکه جبر آورد، خود رنجور کرد

تا همان رنجوری‌اش، در گور کرد

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۰۶۹)

گفت پیغمبر که رنجوری به لاغ رنج آرد تا بمیرد چون چراغ (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۰۷۰)

کاهلی: تنبلی

رنجور: بیمار

لاغ: هزل و شوخی. در این جا به معنی بددلی است.

رنجوری به لاغ یعنی خود را بیمار نشان دادن، تمارض

درواقع همه این‌ها می‌گوید کسی که نسبت به فضاگشایی، نسبت به خاموش کردن ذهنش در این لحظه بی‌شکر و صبر می‌شود و حاضر نیست درد آگاهانه را تجربه کند، فضا را باز کند، قبول کند نقص‌هایش را، دردهایش را، او جبر من‌ذهنی را قبول می‌کند، عدم تغییر خودش را قبول می‌کند و این جبر هم انسان را بیمار می‌کند و به غم و اندوه می‌کشاند، به بخت بد می‌کشاند تا جایی که دیگر در گور ذهن دفن بشود و هشیاری کاملاً پایین بیاید و آن چراغ حضور در ما بمیرد.

تمام شد آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، خیلی زیبا! این بیت را هم که بلد هستید که می‌گوید: «هرچه اندیشی پذیرای فناست» درست است؟

خانم دینا: بله.

هرچه اندیشی، پذیرای فناست آن که در اندیشه نآید، آن خداست (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۰۷)

آقای شهبازی: خب شما می‌دانید که این لحظه مرکز شما باید خدا باشد، درست است؟

خانم دینا: بله.

آقای شهبازی: بعد آن موقع می‌گوید: «هرچه اندیشی پذیرای فناست» پس هر چیزی که به اندیشه‌تان می‌آید، چیز فانی است. آیا این باید بیاید به مرکزتان به جای خدا یا نه؟

خانم دینا: نه نباید بیاید.



آقای شهبازی: نباید بیاید! پس هرچه که به اندیشه‌تان می‌آید به قول شما، زندگی به شما نشان می‌دهد می‌گوید این دارد می‌آید به جای من، تو الآن می‌خواهی بگذاری؟ شما می‌گویید بله، شما در امتحان زندگی الآن رفوزه می‌شوی، لحظه به لحظه.

آن بیت را هم بلد هستید که می‌گوید: «امتحان بر امتحان است» درست است؟

خانم دینا:

**امتحان بر امتحان است ای پدر
هین به کمتر امتحان، خود را مخر**
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۷۴۶)

آقای شهبازی: آفرین! پس الآن با همین دو بیت شما می‌توانید واقعاً، شما و ما همه می‌توانیم خودمان را درست کنیم. یکی:

**امتحان بر امتحان است ای پدر
هین به کمتر امتحان، خود را مخر**
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۷۴۶)

«امتحان بر امتحان است» یعنی خداوند این لحظه امتحان می‌کند ببیند که آن چیزی که پذیرای فناست، در اندیشه می‌آید، تو قاصداً و دانسته می‌آوری به جای او بگذاری در مرکزت؟ می‌بیند که می‌آوری! چرا؟ آن چیزی که ذهنت نشان می‌دهد، تو را جذب می‌کند، خودش را هل می‌دهد به مرکز شما. و شما الآن دانسته نمی‌خواهی بگذاری که آن چیزی که ذهنت نشان می‌دهد چون پذیرای فناست، بیاید به مرکزتان به جای خدا یا زندگی. درست است؟

خانم دینا: بله، کاملاً.

آقای شهبازی: و می‌دانید که لحظه به لحظه امتحان می‌شویم. به قول شما خب یک بار از بالا افتادیم پیمان شکست، دستمان شکست، دوباره چرا امتحان می‌کنیم ببینم که آیا من دوباره می‌میرم یا نه؟ شما یک بار، دو بار، ده بار یا چهل سال، آن چیزی را که ذهنت نشان می‌داده و پذیرای فنا بوده یعنی فانی بوده، آوردی به مرکزت به جای خداوند، از طریق او دیدی، درد ایجاد کردی. دوباره می‌گوید بیاورم ببینم این دفعه چه می‌شود؟ خب این درست نیست دیگر! درست است؟ [خنده آقای شهبازی] یاد بگیریم. هر دفعه زندگی اجازه می‌دهد به



شما، می‌گویند خیلی خب این دفعه هم بیاور. می‌آوری، منقبض می‌شوی، حالت خراب می‌شود. می‌گویند فهمیدی؟ ما می‌گوییم بله. دفعه بعد دوباره می‌آورد می‌گویند «تو که گفتی فهمیدی، مثل این‌که نفهمیدی!» در نتیجه درد بیشتر می‌شود، درد بیشتر می‌شود.

الآن شما کلید را فهمیدید. همین دو بیت کافی هستند. در این لحظه ما، این لحظه را داریم که خداوند است، فضای گشوده شده است. شما اتفاقاً امروز هم گفتند، ما این کلمه احد و صمد را خیلی تکرار کردیم. صمد یعنی این لحظه می‌گویی که خداوند بی‌نیاز است، من هم بی‌نیازم. بی‌نیازی من منعکس می‌شود در این‌که آن چیزی که ذهنم نشان می‌دهد به آن احتیاج ندارم. چون بی‌نیاز از آن هستم، نمی‌آید مرکز. این هنر را باید ما داشته باشیم که بی‌نیازی خداوند را، صمد را، تجربه کنیم و آن چیزی را که ذهنمان نشان می‌دهد نگذاریم بیاید به مرکزمان. به قول شما که می‌گویند مرغ در بالای بام است، دانه هم داخل تله است. هی چشمش را دوخته به دانه، و هر دفعه که نظر خوش به آن می‌زند، گره را به پای خودش می‌زند.

ما اگر دیدیم یک چیزی که در ذهنمان است الآن ممکن است بیاید به مرکزمان، خب فرار می‌کنیم می‌رویم مثل مرغ. درست است؟ نمی‌گذاریم بیاید مرکزمان.

خانم دینا: بله.

آقای شهبازی: اگر شما دیدید به آن چیزی که ذهنتان نشان می‌دهد احساس نیاز کردید، معنی‌اش این است که دارد می‌آید به مرکز شما، آگاه می‌شوید.

خانم دینا: دقیقاً.

آقای شهبازی: به قول شما پرهیز می‌کنید. پرهیز این است دیگر. پرهیز هم معنی‌اش این است که من نگذارم، پرهیز کنم از این‌که چیز ذهنی که پذیرای فناست، چیز فانی است، گذراست، بیاید به مرکز من به خاطر این‌که من خاصیت صمد را در خودم تجربه نمی‌کنم الآن. اتفاقاً اگر یک خرده ما این خاصیت صمد را در خودمان تجربه کنیم، یواش یواش فضا باز می‌شود، می‌شویم احد، اگر هیچ همانندگی در مرکز ما نماند، یعنی چیزی نتواند به مرکز ما بیاید ما می‌شویم یکتا، «احد» یعنی جنس خدا. بعد یک دفعه می‌بینیم که در این لحظه ابدی هم مستقریم، به زمان مجازی آینده و گذشته هم نمی‌رویم. دست خودمان است. خیلی ممنون دیگر، شما خیلی زیبا، لطف کردید.



خانم دینا: درست است کاملاً. خیلی ممنون آقای شهبازی، خیلی عالی بود برنامه ۹۶۴ هم مثل بقیه برنامه‌ها.

آقای شهبازی: شصت و چهار یا پنج؟

خانم دینا: خیلی ممنونم از دوستان عزیزی که مشارکت می‌کنند در پیام‌ها. به هر حال حتی آن‌هایی که فقط روی خودشان کار می‌کنند، به هر حال ما می‌بینیم که ما یک هشیاری واحد هستیم و روی همدیگر اثر داریم.

آقای شهبازی: بله.

خانم دینا: و من واقعاً از صمیم قلبم خوشحالم که در جمع شما هستم، منم دارم روی خودم کار می‌کنم، به هر حال تلاشم را می‌کنم، خودم را به حساب می‌آورم. خیلی خوشحالم که می‌توانیم از شما استاد عزیز استفاده کنیم، از ابیات مولانا، واقعاً من خیلی خوشحالم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خب خدا را شکر، آفرین، آفرین، آفرین!

[خداحافظی خانم دینا و آقای شهبازی]

❖ ❖ ❖ پایان بخش سوم ❖ ❖ ❖

۲۶- خانم فرزانه از اصفهان با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی خانم فرزانه و آقای شهبازی]

خانم فرزانه: استاد مطلبی هنوز تهیه نکرده بودم، ولی خب دیگر بخش چهارم که آمد، گفتم تماس بگیرم یک پیغام کوتاهی به اشتراک بگذارم.

آقای شهبازی: بفرمایید، شما نمی‌خواهد چیزی بنویسید، می‌بینید بعضی از دوستانمان امروز ننوشته، خیلی بهتر از نوشته صحبت کردند. [خنده آقای شهبازی].

خانم فرزانه: خواهش می‌کنم.

آقای شهبازی: بله، بفرمایید.

خانم فرزانه: با اجازه‌تان. استاد در بخش اول برنامه ۹۶۵ فرمودید که انگیزه فکرهايمان چه چیزی است. خشم است، کینه است، قضاوت است یا حسادت است، و من این را در خودم توجه کردم که زمانی که یک فکری می‌آید در من، این فکری که دارد ایجاد می‌شود الان انگیزه‌اش در من چه چیزی است؟ آیا واقعاً خشم است، کینه است، قضاوت است یا هرچیز دیگر، چون چیزی که در آن لحظه ایجاد می‌شود در ذهن ما، این فکری است که ایجاد شده.

این فکر از ما گرفته نمی‌شود، در صورتی که فضا باز باشد، ممکن است در جهت سازندگی ما باشد، ولی اگر که این فکری که در ما ایجاد می‌شود از همانندگی ما، از من‌ذهنی ما، ناموس ما یا پندار کمال ما گرفته بشود، این در ما سبب تخریب یا انقباض ما می‌شود.

جناب مولانا دارند که

فکر آن باشد که بگشاید رهی

راه آن باشد که پیش آید شهی

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۲۰۷)

این‌که دقیقاً فکری که در این لحظه ایجاد می‌شود، اگر ما در این لحظه باشیم و فضا را باز کنیم، این مربوط به همین وضعیت این لحظه ما می‌شود. یعنی یک فکر از پیش ساخته نیست که ما برگردیم به چیزهایی که از قبل آمده یا بخواهیم تقلید کنیم از گذشته.



من در خودم در این هفته می‌دیدم که طبق فرمایش شما، آن هم در بخش اول که چقدر تقلید و پیروی ما از دیگران زیاد هست و چقدر قرین اثر می‌گذارد در تقلید کردن از آن‌ها، یعنی مُدام قرین می‌خواهد چیزی که هست را، از گذشته تا به حال بوده را روی ما اعمال کند. و ما هم براساس الگوی تقلید می‌خواهیم این‌ها را تقلید کنیم که چون دیگران این‌طور هستند، پس من هم باید این‌طور باشم.

در صورتی که این همه‌اش یک چهارچوب ذهنی است و با توجه کردن به ناظر بودن، یعنی به ذهن، می‌توانیم متوجه بشویم که خب نه! این ممکن است اشتباه باشد، و این را از توجه کردن پی‌درپی به برنامه‌ها و آموزه‌های جناب مولانا می‌توانیم بفهمیم.

یعنی این که یک تمییزدهی داشته باشیم این‌جا که تشخیص بدهیم که الان درست است، درست نیست و باید تقلید کنیم یا نه؟ ممکن است هر راهی درست نباشد که به ما اعمال می‌شود که این کار را انجام بده. خیلی ممنونم استاد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، خیلی زیبا! همین الان چندتا بیت داشتیم، شما می‌دانید فرزانه خانم که، آن بیت را بلدید که می‌گوید: «رحمت اندر رحمت آمد تا به سر»؟
خانم فرزانه: بله استاد.

رحمت اندر رحمت آمد تا به سر بر یکی رحمت فرو ما ای پسر (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۴۱)

آقای شهبازی: آفرین! پس بنابراین می‌گوید خداوند رحمت اندر رحمت است. درست است؟ یعنی چه این؟
خانم فرزانه: یعنی هر فکر می‌کنم استاد معنی‌اش این باشد که هر لحظه که فضا را باز کنیم، یک خردی از سمت زندگی ایجاد می‌شود. نمی‌دانم درست گفتم یا نه؟

آقای شهبازی: یعنی زندگی یا خداوند هیچ لحظه‌ای نیست که نخواهد به ما کمک کند.

دنبال این می‌گشتم این دو بیت می‌گوید:



لیک حاضر باش در خود ای فتی

تا به خانه او بیاید مَر تو را

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۶۴۳)

ور نه خَلَعَت را بَرَد او باز پس

که نیابیدم به خانه هیچ‌کس

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۶۴۴)

پس خداوند این لحظه می‌خواهد کمکش را، لطفش را، رحمتش را به شما بدهد و شما چون چیزِ ذهنی را می‌آورید به مرکزتان برحسب جسم می‌بینید و حواستان به بیرون است، و وضعیت فعلی، سبب فکرهای بعدی شما است، یعنی وضعیت را ما به‌جای مُسَبِّب گرفتیم. ما نمی‌گذاریم مسبب که زندگی است، الان بیاید به خانه ما. می‌آید می‌گوید من می‌خواهم یک چیزی به شما بدهم، کمک کنم.

فرض کن خداوند می‌آید دَم در شما لحظه‌به‌لحظه در را باز نمی‌کنید. خب برمی‌گردد می‌رود.

این دو بیت هم همین را می‌گوید. چرا؟ برای این‌که سبب را که وضعیت است می‌آورید به مرکزتان نه مسبب را! توجه می‌کنید؟

اگر سبب را نیاورید به مرکزتان، فضا را باز کنید، فضا، فضا را باز کنید، مرکز می‌شود عدم، در خانه، شما را می‌یابد. زندگی، شما را در خانه می‌یابد و پیغامش را می‌دهد. یعنی هر اتفاقی می‌افتد در این لحظه، برای کمک به شماست. در حالتی که ذهن اتفاقات بد و خوب را، می‌گوید خوب‌هایش که خوبند، بد‌هایش را دشمن‌ها کردند برای از بین بردن من، نه! فرق نمی‌کند ذهن بگوید خوب است یا بد است.

خداوند این اتفاق را به‌وجود آورده که به شما کمک کند، اگر پیغام را نگیرید طبق این دو بیت، برمی‌گردد می‌رود. که بیشتر اوقات چون ما برحسب ذهن می‌بینیم، پیغام را نمی‌گیریم، پس رحمت ایزدی به ما نمی‌رسد. درست است؟ فرزانه خانم آنجا هستید؟

خانم فرزانه: بله استاد.

آقای شهبازی: پس این لحظه و هر لحظه زندگی می‌خواهد به ما کمک کند، به علت این‌که ما وضعیت را که ذهن نشان می‌دهد می‌آوریم به مرکزمان به‌جای زندگی یا خداوند، نمی‌تواند به ما خدمت کند. بعد می‌گوییم که به‌هرحال



خداوند ما را به این روز انداخته یا کسان دیگر را هم ملامت می‌کنیم. بنابراین وضعیت این لحظه که سبب است، می‌آید به مرکز ما، سبب فکرهای بعدی می‌شود.
در نتیجه ما می‌افتیم به سبب‌سازی ذهن.

وقتی سبب‌سازی ذهن می‌افتیم که امروز هم دوباره این بیت را خواندند، گفت: «جمله قرآن هست در قطع سبب» یعنی همه قرآن برای این آمده که انسان از سبب‌سازی ذهنی بیاید بیرون. این را مولانا می‌گوید. «عزّ درویش و هلاک بولهب» درویش کیست؟ «درویش» کسی است که این لحظه نمی‌گذارد ذهنش به مرکزش بیاید، مرکزش عدم است. این درویش است، هیچ‌چیز ندارد، از طریق عدم می‌بیند، از طریق خدا می‌بیند، از طریق هشیاری حضور یا هشیاری نظر می‌بیند، این درویش است.

بنابراین بزرگی درویش است، عزیزی درویش است، اما «بولهب» کسی است که ذهنش را بیاورد به مرکزش، با عینک او می‌بیند. در نتیجه پدر درد می‌شود. منبع درد می‌شود. دیگر از این آشکارتر نمی‌شود دیگر.

بزرگی مثل مولانا دارد ما را آگاه می‌کند. شما می‌خواهید درویش بشوید یا بولهب؟ اگر می‌خواهید بولهب بشوید، منبع درد بشوید، چیز آفلی که ذهن نشان می‌دهد بیاور به مرکزت، بکن عینکت، بیفت به سبب‌سازی ذهن. به قول شما سبب‌سازی‌های ذهن ما با انگیزه‌هایش، دردهای ما هستند بیشتر اوقات.

ما مثلاً خشمگین می‌شویم، چرا خشمگین می‌شویم؟ برای این‌که از یک کسی یک چیزی می‌خواهیم، نمی‌دهد، می‌رنجیم. درست است؟

اگر ما حس می‌کردیم به این چیز اصلاً ما نیازمند نیستیم، ضرورت ندارد این چیز. ما صمد هستیم، خب آن را نمی‌آوردیم به مرکزمان، بولهب هم نمی‌شدیم، به سبب‌سازی هم نمی‌افتادیم.

بله این‌ها را همه را باید مرور کنیم که همه‌جانبه برای ما روشن بشود.

خب چیز دیگری می‌خواهید بگویید؟

خانم فرزانه: خیلی ممنونم استاد، لطف کردید.

[خداحافظی خانم فرزانه و آقای شهبازی]



۲۷- خانم بهناز از انگلستان با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی خانم بهناز و آقای شهبازی]

خانم بهناز: من با وبسایت می‌دیدم انگار [صحبت با خنده] خیلی عقب هستم، داشتید هنوز هم صحبت می‌کردید.

آقای شهبازی: آهان از طریق وبسایت می‌بینید. خدا را شکر وبسایت هم درست شده تلویزیونش، پس کار می‌کند دیگر الان؟

خانم بهناز: من با کامپیوتر، یعنی ما این‌جا در اروپا اصلاً نداریم یعنی فکر می‌کنم. نمی‌دانم حالا من کلاً تلویزیون ندارم، ولی از طریق اینترنت و با وبسایت می‌بینم.

آقای شهبازی: وبسایت درست نشان می‌دهد دیگر الان؟ تلویزیون وبسایت کار می‌کند.

خانم بهناز: بله، درست است. وبسایت و هم آپ (برنامه نصب‌شده گنج حضور روی گوشی موبایل: App) هر دو کار می‌کنند.

آقای شهبازی: بله، آفرین. بفرمایید.

خانم بهناز: آقای شهبازی من بهناز هستم از انگلیس تماس می‌گیرم. یک دوتا تجربه داشتم می‌خواستم، البته فکر کنم دومی‌اش را دیگر نمی‌گویم چون دیگر آخر برنامه شده الان، همین یکی‌اش را می‌گویم که خیلی خسته نکنم هم شما را هم بقیه را.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، حالا اولی‌اش را بگویید، اگر خوب بود، می‌گویم دومی‌اش را هم بگویید. [خنده]

آقای شهبازی و خانم بهناز

خانم بهناز: من چون با یک، من خیلی آدم خوش‌بینی بودم ایران که بودم با یک خوش‌بینی حالا آلیس در سرزمین عجایبی آمدم این‌جا. این‌جا یک چندتا اتفاق افتاد یک‌هو از آن خوش‌بینی افتادم آن طرف بوم، از این‌ور یعنی یک‌هو خیلی بدبین شدم.

آقای شهبازی: خب؟



خانم بهناز: ولی از آنجایی که خب زندگی به آدم به‌رحال منتظر است کمک کند، چندتا اتفاق باعث شد البته که در رأس همه آن‌ها، من چون هر دفعه آن‌قدر تشکر می‌کنم می‌گویم دیگر نگویم این سری، در رأس همه آن‌ها شما و برنامه شما و دوستان گنج حضوری است که الآن امشب هم دوباره تلفن‌ها هرکدامشان، هرکدامشان شبیه یک مثنوی بود، این‌قدر که درس داشت برای من.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم بهناز: یعنی همه دانه‌دانه‌شان اسم نمی‌برم چون همه‌شان امشب خوب بودند، عالی بودند!

من تجربه اولم این است که همان ابتدای ورودم به این شهر به من گفتند که این‌جا یک تفکر ضدایرانی غالب است، به‌خصوص در دانشگاه و با مسلمان‌ها، حالا یک گروهی هستند حالا من نمی‌خواهم اسم ببرم که با ما یک دشمنی دیرینه دارند و حالا یک بی‌عدالتی سیستماتیک این‌جا هست که خیلی دوست ندارند این‌جا مثلاً ایرانی‌ها رشد کنند.

من هم اول که آمدم یک چند مورد واقعاً دیدم، یعنی این‌طوری نیست که خیالی باشد واقعی هست، وجود دارد به‌صورت پنهان و آشکار. من یک‌هو خیلی دید منفی پیدا کردم و شروع کردم من هم این حس کینه متقابل را در خودم پرورش بدهم.

بعد یک چهار ماهی، سه‌چهار ماهی گذشت، می‌گویم از آنجایی که از درون هرکسی واقعاً یک سکوت‌شنو و عدم‌بین وجود دارد، آن عدم‌بین شروع کرد به سیخ‌انک زدن و فهمیدم که یک جای کار ایراد دارد و سعی کردم به یاد بیاورم، به‌رحال سال‌ها در مکتب شما بودم این چیزها را در ما نهادینه کرده و هی سعی کردم که آموزه‌ها را به یاد بیاورم.

حالا یک چیزی هم هست که شما می‌گویید دوستان از من سؤال می‌پرسند، من هر وقت که مشکلی دارم چون می‌دانم شما اکید می‌گویید سؤال نپرسید، در دلم از شما سؤال می‌پرسم و بعد شما دقیقاً به من جواب هم می‌دهید. یعنی همیشه می‌گویم الآن اگر از آقای شهبازی می‌پرسیدم چه می‌گفتند؟ و بعد جوابش را هم واقعاً می‌دهید. البته من همیشه هم گوش نمی‌دهم‌ها! مثلاً گاهی وقت‌ها هم شده که گوش ندهم، ولی بیشتر وقت‌ها گوش می‌دهم.

آقای شهبازی: بله، خب؟



خانم بهناز: و بعد یاد آمد که به هر حال درست است ممکن است که این‌ها متعلق به یک دین خاصی باشند، ولی به هر حال فراتر از آن دین انسانند دیگر و خب همه انسان‌ها هم که مثل هم هستیم آفریده‌ی خداییم و درست است که در مذهب و نژاد و رنگ و پوست متفاوتیم، ولی وقتی از همه این‌ها که می‌گذریم در آن عمیق‌ترین عمق وجودمان آن بُعدی که ورای این چیزهای جسمی است، همان یعنی آن فضای گشوده برای همه یکی است.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم بهناز: پس من اگر یک لحظات بیشتری را ساکن آن فضا باشم و آن مدت زمانی که در ذهن به سر می‌برم را یعنی همان‌جایی که این تفاوت‌ها را به آن اعتبار می‌بخشد را کم کنم، شاید دیگران هم کم‌کم با دیدن من به یاد بیاورند که در عمق وجودشان یک فضایی هست که آن‌جا همه تفاوت‌ها رنگ می‌بازد، و این دویی و جدایی و این‌ها از بین می‌رود.

آقای شهبازی: بله.

خانم بهناز: این دقیقاً همان شما می‌گویید ازدهای من ذهنی کوچک و من ذهنی بزرگ، این دقیقاً همان ازدهای بزرگ است که می‌بلعد آدم را، یعنی من غیر از آن مسئولیت فردی که دارم که حالا زنده شدن به خدا و وحدت مجدد و رسیدن به عشق اوست، یک مسئولیت جمعی هم دارم این است که به صورت باید در جمع من ذهنی‌ام را کوچک نگه دارم دیگر، یعنی کمک کنم که ازدهای بزرگ هم بیدار نشود و با واکنش نشان ندادن می‌توانم کمک کنم من ذهنی در دیگران تقویت نشود به صورت جمعی، یعنی من به صورت مسلمان، من ذهنی آن غیرمسلمان را تقویت نکنم.

آقای شهبازی: درست است.

خانم بهناز: و فقط هم با سکوت می‌توانم این کار را بکنم و به دیگران کمک کنم که آن من ذهنی‌شان بالا نیاید، به جای حرف زدن و حبر و سنی کردن دیگران کافی است که به زندگی ارتعاش کنم. و این شعر مولانا را که شما می‌خواندید در چندتا برنامه قبل که

**صبحا، جهان پر نور کن، این هندوان را دور کن
مر دهر را محروم کن، افسون بخوان، افسون بخوان**

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۹۴)



هندوان: کنایه از شب و سیاهی است.
محرور: آنکه مزاج گرم دارد، گرم شده از حرارت آتش و تب.

با همین تفسیر شما خیلی عالی بود که فرمودید فضای باز شده بیرون ما را خوشی و نمکین می‌کند، نور پخش می‌کند و ما همانندگی‌هایمان، من‌های ذهنی، دیو، هرچیزی که توجه ما را جلب می‌کند می‌بینیم دور می‌کنیم و با این روش می‌توانیم زمانه را گرم کنیم و زندگی خودمان و دیگران را با گرمای عشق گرم کنیم و این حضور ماست که افسون می‌کند با ارتعاشش همه‌چیز را تغییر می‌دهد و وقتی به این ابیات عمل کنیم هم با عشقمان و آن گرمایی که از دلمان بلند می‌شود و روشنائی که از ما ساطع می‌شود می‌توانیم جهان را پر نور کنیم.

این تجربه اولم بود.

آقای شهبازی: خیلی خوب، بعد کار کرد؟ این سکوت شما و حضور شما کار کرد، درست است؟

خانم بهناز: دقیقاً آن کینه که شروع شده بود معکوس شد دیگر، الان اصلاً احساس می‌کنم هیچ کینه و حسادت ندارم. حالا جالب است امروز راجع به حسادت هم خانم پریسا حرف زدند، من یادم می‌آید یک جایی قبلاً می‌خواندم که می‌گفت شما اگر فکر می‌کنید حسادت ندارید، فکر کنید ببینید که شده به خودتان بگویید یک نفر لیاقت این جایگاهی که هست ندارد؟

و من خیلی برایم پیش می‌آید، به‌خصوص در این چند ماهی که این‌جا هستم. مثلاً من برای یک فایل آپلای (اقدامات لازم جهت اخذ پذیرش از دانشگاه‌های خارج از کشور: Apply) می‌کردم به من نمی‌دادند به یکی دیگر می‌دادند، من فکر می‌کردم مثلاً من از آن چیزتر هستم یعنی شایستگی بیشتری دارم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم بهناز: و می‌گفت این دقیقاً عین حسادت است که شما فکر کنید کسی الان در این جایگاهی که هست و هرچیزی که دارد لیاقتش را ندارد. حتی می‌گفت سعی کنید آن هم اگر می‌خواهید فکر کنید واقعاً حسادت ندارید باید بتوانید آن را هم دوست داشته باشید و نسبت به او حس بد نداشته باشید.

آقای شهبازی: خیلی خوب. تجربه بعدی‌تان را هم به‌طور خلاصه می‌خواهید بگویید؟

خانم بهناز: تجربه دوم هم راجع به این «خوشبختی» بود. من موقعی که آمدم این‌جا بعد از همه سختی‌هایی که کشیدم که آمدم، یک روز در خیابان داشتم راه می‌رفتم یک خانه خیلی زیبایی دیدم چون این‌جا همه خانه‌ها



ویلابی و با باغچه‌های طراحی‌شده، بعد من یک‌هو دلم آن خانه را خواست و آرزو کردم که من هم می‌توانستم یک خانه در انگلیس داشته باشم نزدیک دانشگاه باشد، بعد مثلاً خب در این خوابگاهی که هستم دور است، اتاقم کوچک است مثلاً از مصائب و این چیزها رها بشوم.

به محض این‌که این فکر از ذهنم گذشت یک‌هو خنده‌ام گرفت، به خاطر این‌که خب من خیلی دلم می‌خواست که بیایم این‌جا دانشجو بشوم، حالا که تازه آمدم با همه این سختی‌ها و به آن رسیدم باز هم هنوز یکی دو ماه نشده ذهنم یک غر جدید پیدا کرده، مثلاً یک باز یک آرزوی دیگر، یک دلیل برای ناله و بهانه‌تراشی جدید جور کرده و خب خیلی جالب بود چون من احساس کردم که چرا باز من احساس خوشبختی ندارم؟ [خنده خانم بهناز]

ولی ذهنم استدلال کرد که خب همه زندگی بدون محدودیت را دوست دارند، دلشان می‌خواهد که داشته باشند که خوشبخت بشوند مثلاً خانه داشته باشند که خوشبخت بشوند، ولی چون من دوست داشتم تحصیل در این‌جا را داشته باشم فکر می‌کردم خوشبخت می‌شوم، باز آمدم این‌جا نبودم! فهمیدم یک جای کار ایراد دارد دیگر. دقیقاً عین صحبت شما که فرمودید خوشبختی لحظه‌ای است.

آقای شهبازی: بله.

خانم بهناز: واقعاً فهمیدم که خوشبختی یک مفهوم زمان‌مند نیست که ما زندگی کامل را به یک زمان خاصی گره بزنیم. مثلاً فکر کنیم در گذشته یک سال‌هایی بوده که خوشبخت بودیم، یا در آینده یک اتفاق‌هایی خواهد افتاد که خوشبخت خواهیم بود.

خوشبختی حتی یک مفهوم مکان‌مند هم نیست، یعنی به یک وضعیت خاص هم که فکر می‌کنیم آن را داشته باشیم حالمان خوب می‌شود، باز هم گره نمی‌خورد.

درواقع خوشبختی در حواس جمع داشتن است، از دست ندادن برگ برنده یعنی لحظه حال است. خوشبختی همان داشتن یک زیبارو است، به قول حافظ که می‌گوید:

گل‌عداری ز گلستان جهان ما را بس
زین چمن سایه آن سرو روان ما را بس
(حافظ، دیوان غزلیات، غزل ۲۵۸)

آقای شهبازی: آفرین، آفرین، آفرین!



خانم بهناز: سلامت باشید.

آقای شهبازی: خیلی‌خب، شما چه می‌خوانید در انگلیس خانم؟

خانم بهناز: ادبیات انگلیسی.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! خیلی‌خب، خیلی‌خیلی خوب بود! آفرین، آفرین! خب شما ادبیات انگلیسی می‌خوانید الآن، شعر مولانا را هم به فارسی خوب می‌دانید، در ترجمه این‌ها به انگلیسی و توضیحش خیلی می‌توانید، با این درک عالی و جامعی هم که دارید الآن، جوان هم که هستید، پس انتخاب‌شده مولانا هستید که دانش مولانا را در دنیا پخش کند.

خانم بهناز: بله آقای شهبازی من واقعاً وقتی آمدم یک ذره این، این‌که می‌فرمایید خیلی ممنونم از شما، ولی واقعاً وقتی آمدم یک کم باورم شده بود که من می‌توانم مثلاً یک آدم خاصی باشم و می‌توانم یک کاری بکنم. بعد همان هفته اول کامپیوترم، هارد کامپیوترم سوخت که تمام برنامه‌های مولانا که من خلاصه‌نویسی کرده بودم نزدیک صدتا برنامه، همه از بین رفت و ترجمه‌هایی که کرده بودم.

من نمی‌دانم تازه رسیده بودم یادتان هست یا نه، همان هفته اولی که رسیده بودم زنگ زد خیلی خوشحال که من این‌جا یک سری آدم‌هایی پیدا کردم که عاشق مولانا هستند و ما می‌خواهیم این‌جا جامعه مولانا درست کنیم. شما خیلی تحویل نگرفتید و من گفتم حالا اشکالی ندارد آقای شهبازی حالا مثلاً شاید آن لحظه، بعد که فهمیدم که واقعاً شما فهمیدید متوجه شدید که این الآن ذهن من است دارد به من می‌گوید که می‌توانی مثلاً جامعه مولانایی درست کنی و بروی برای خودت حلقه درست کنی.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم بهناز: وقتی که این هارد کامپیوترم سوخت یک‌هو آه از نهادم برآمد، چون من هرچه که در این سال‌ها جمع کرده بودم در این‌جا بود و همه از بین رفت. ترجمه‌هایی که کرده بودم، چون چندتا غزل و چندتا برنامه را ترجمه کرده بودم و قرار بود که برای شما بفرستم. برای من شبیه یک نشانه بود دیگر!

آقای شهبازی: خیلی نشانه است!



خانم بهناز: یعنی فهمیدم که آن ذهنیتی، این چیزی که ذهنم نشان می‌دهد باید همیشه برعکسش کنم، یعنی معکوسش کنم چون زیاد به آن، آری [خنده خانم بهناز]

آقای شهبازی: آفرین، آفرین، آفرین! من الان یادم آمد شما مدتی پیش زنگ زده بودید. اسمتان را یک بار دیگر بگوئید به من لطفاً.

خانم بهناز: بهناز هستم.

آقای شهبازی: بهناز خانم، بله ببخشید. بله یادم آمد، بله. خب ببینید بهناز خانم هر چیزی به موقعش می‌شود، آن یک کمی زودرس بود همان طوری که الان درک کردید و تنبیه هم شدید دیگر.

خانم بهناز: دقیقاً، دقیقاً!

آقای شهبازی: و آن حادثه یعنی این که ببخشید همه، زندگی همیشه به ما می‌گوید وقتی خودمان را مطرح می‌کنیم: «یک کلاس باز کنم همه را جمع کنم، نمی‌دانم حلقه درست کنم، فلان کنم» یک دفعه می‌بینید که اصلاً زیرش خالی شد. توجه می‌کنید؟ آن پیغام بسیار مهمی بوده برای شما که «این حرف‌ها را بگذار کنار!» تازه این‌هایی هم که آن‌جا گذاشتی از بین رفت، دیدی که بهتر هم شد.

همیشه ما وقتی به دانش ذهنی‌مان متکی می‌شویم، زندگی می‌گوید که: «بین این مَزخرفات را بگذار دور، بینداز دور!»

خانم بهناز: بله، دقیقاً.

آقای شهبازی: [صحبت با خنده] می‌اندازی دور، مال شما هم همین‌طور شده. دیگر این قدر تجربه شده این، در نتیجه آن کسی که ادعا می‌کند و من کلاس تشکیل می‌دهم همه را درست می‌کنم، او یک دفعه سقوط می‌کند، نمی‌شود پبشرفت کند. مردم اصلاً از این طریق سقوط می‌کنند: «من می‌توانم مردم را عوض کنم، به من گوش بدهید.» چنین چیزی نمی‌شود! و خب دیگر شما درستان را گرفتید از این، خوشحال هم باشید.

خانم بهناز: البته که در مسیرم سختی‌های زیادی بود، یعنی همان آدم‌هایی که دُورم جمع شده بودند به من می‌گفتند که بیا برای ما به انگلیسی توضیح بده، من خیلی هیجان داشتم و دوست دارم این دانش مولانا را پخش کنم، ولی یک مقدار به قول معروف Frustration یعنی دلسردی هم برایم به بار آورد.



چون می‌آمدم مثلاً من ذهنی را برایشان توضیح بدهم، می‌دیدم برای توضیح این باید اول فضای گشوده‌شده را توضیح بدهم، بعد مثلاً آلت را توضیح بدهم، بعد این را توضیح بدهم. بعد یک‌هو نگاه می‌کردم یک ساعت حرف زده بودم می‌دیدم چقدر دور شدم از معنا، از آنچه واقعی هست.

آقای شهبازی: بله!

خانم بهناز: بعد فهمیدم که آقای شهبازی شما چقدر صبوری کردید با ما، یعنی من مثلاً چهار جلسه با این‌ها حرف زدم خسته شدم و اصلاً دل‌سرد شدم، شما بیست سال همین‌طوری صبوری کردید تا دانه‌دانه این‌ها برای ما جا افتاد. خیلی کار سختی است! یعنی شاید من الآن تازه یک از صدش را نفهمیده باشم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. من باز هم پیشنهاد می‌کنم آن‌هایی که می‌خواهند مولانا درس بدهند، بیت را بنویسند روی آن کار کنند، و ذهن آدم‌ها می‌تواند این ابیات را به هم وصل کند! مخصوصاً الآن شما به حرف‌های مردم گوش کنید، این مردم توانسته‌اند این ابیات را به هم وصل کنند، معانی‌اش را به هم وصل کنند. بنابراین ما نباید از آن بیت دور بشویم.

شما یک موقعی درس هم می‌دهید باید، قطع شدند البته، باید همیشه مثل بنده آن بیت را آن‌جا می‌نویسم حول و حوش آن صحبت می‌کنم، نمی‌آیم هیچ‌چیز ننویسم از خودم یک ساعت صحبت کنم؛ این کار را نمی‌کنم، چون امکان انحراف خیلی زیاد است. به‌رحال ایشان قطع شدند [خنده آقای شهبازی] خیلی خوب بود ولی، عالی بود!



۲۸- خانم پروین از اصفهان

[سلام و احوال‌پرسی خانم پروین با آقای شهبازی]

خانم پروین:

به گرد تو چو نگردم، به گرد خود گردم
به گرد غصّه و اندوه و بخت بد گردم
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۳۶)

گردِ خدا گردیدن، هم‌سو بودن با جریانِ زندگی و فکر و عمل در راستای مقصودِ آفرینش و استخراجِ کمال از هر اتفاق است.

و گردِ من‌ذهنی گردیدن، مساویِ عملهُ شیطان بودن، فکر و عمل براساسِ ذهن با هدف رسیدن به خواسته‌ی ذهن است.

«عاشقِ صنَعِ تو ام در شُکر و صبر» هر لحظه‌ی ذهن را خاموش کرده، با عشق و تواضع منتظرِ صنع و آفریدگاری خداوند هستیم و گردِ او می‌گردیم.

«نیزه به دستم داد شه، تا نیزه‌بازی‌ها کنم» وقتی بدونِ قضاوت و مقاومت اتفاق را بپذیریم، با نیزه‌شناسایی، همانندگی‌ها را از میدان به‌در کرده، گردِ خداوند می‌گردیم.

لحظه‌ی غفلت و کمک‌خواستن از ذهن، مساویِ بیشتر ماندن در زندانِ ذهن است. تنها چیز با ارزش، این لحظه‌ی ابدی است. این لحظه به گردِ خالق و بر نقد بی‌عددِ گردم. زندگی را در خود و دیگران شناسایی کرده، وجه رایجِ زندگی می‌شویم.

هر شرایطی که در آن قرار می‌گیریم یا اتفاقی که ذهن خوب یا بد نشان می‌دهد، «طرب‌سازی» یار در این لحظه‌ی ابدی است.

با علم به این‌که اصلاً جدی نیست، و بازی است برای سنجیدن میزان هشیاریِ ما، گردِ او می‌گردیم.

ما از ابتدا در ذهن بودیم با سبب‌سازی کار می‌کردیم. الآن اجازه نمی‌دهیم سبب‌ها پایه‌ی فکر ما شود.



براساس فضای گشوده عمل می‌کنیم. این فضای گشوده قُوتِ پالودگی دارد. و آلودگی‌هایی که در ذهن گرفتار آن شدیم را از وجودمان پاک می‌کند. تسلیمِ اکنون می‌شویم و اجازه می‌دهیم فواصل سکوت، در وجودمان طولانی‌تر و عمیق‌تر شود.

جست‌وجوی هرچیزی که ما را از لحظه‌ی حال بیرون می‌کشد را متوقف می‌کنیم. حتی جست‌وجوی عشق.

تمام شد استاد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، ممنونم.

[خداحافظی خانم پروین با آقای شهبازی]

۲۹- خانم مینا و آقای مهران از کرج

[سلام و احوال‌پرسی خانم مینا و آقای شهبازی]

خانم مینا: با اجازه‌تان یک پیغامی آماده کردم گفتم بخوانم برای شما و افراد گنج حضور.

آقای شهبازی: بله بله، خواهش می‌کنم بفرمایید.

خانم مینا: امروز می‌خواهم در مورد یک همانندگی صحبت کنم که شاید فقط افراد گنج حضور درگیرش باشند، ولی کمتر کسی هم شاید به آن فکر بکند. وقتی شما در برنامه در مورد همانندگی حرف می‌زنید شاید مثلاً من به فکر پول بیفتم، به فکر همانندگی با کسانی که دوستشان دارم بیفتم یا شاید کسی دیگر به فکر همانندگی با باورهای مذهبی عقیدتی بیفتد. و یک همانندگی وجود دارد به نام همانندگی با برنامه گنج حضور و آقای شهبازی.

این را من در وجود خودم شناسایی کردم که اگر این برنامه تمام بشود من خیلی ناراحت و دلتنگ می‌شوم. در صورتی که این احساس اصلاً از سمت زندگی نمی‌آید. ما یک مدتی باید مثل یک کلاس درس، مثل یک دانشگاه در محضر گنج حضور بنشینیم و روزی که این کلاس تمام شد و فارغ‌التحصیل شدیم بدانیم که چیزی تمام نشده، تازه یک مسیری شروع شده. تازه اول راه ماست. تازه ما الفبای عرفان رو یاد گرفتیم و باید با این الفبا جمله بسازیم.

پس ما باید بدانیم که گنج حضور هم مثل هر چیز آفلی در این دنیا یک جایی تمام می‌شود. شاید خیلی درد داشته باشد برای خیلی از ما اعضای گنج حضور. الان شاید خیلی از ما وقتی یک اتفاق سختی می‌افتد سریع کنترل تلویزیون را روشن می‌کنیم و پناه می‌آوریم به برنامه. و شاید این که دیگر چهره شما را در تلویزیون نبینیم و صدایتان را نشنویم خیلی دردساز باشد. این منیت ذهنی است، از هر چیزی یک قصه غمناک می‌سازد، عاشق این است که داستان‌های غم‌انگیز بسازد و تحویل ما بدهد.

این جا من ذهنی خیلی زیرک عمل می‌کند. می‌گوید خب تو اگر با گنج حضور همانیده بشوی اشکال ندارد این دیگر یک برنامه معنوی است. و ما شاید این جا گول ذهن را بخوریم. و ته آن هم می‌گوید وای! اگر آقای شهبازی نباشد خیلی غم‌انگیز و تلخ است، تو دیگر نمی‌توانی پیشرفت معنوی بکنی.

**سخن تلخ مگو، ای لب تو حلوایی
سر فروکن به کرم، ای که بر این بالایی**

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۹۰)



شاید این‌جا خداوند دارد می‌گوید ای انسان به‌صورت من‌ذهنی جلوه نکن و قصه‌های غم‌انگیز نساز، ای انسانی که از جنس من هستی و باید از لب تو حلوا و شکر بریزد و شیرین باشد.

خب البته من به خودم و دوستانم حق می‌دهم اگر دلتنگ این برنامه و دلتنگ شما بشویم. این برنامه واقعاً به همه ما کمک کرده، شما واقعاً مثل یک پدر معنوی بودید و هستید برای همه ما. قطعاً روزی که دیگر این برنامه وجود نداشته باشد دلتنگی عمیقی سراغ همه ما می‌آید.

یک بیت از مولانا هم هست که می‌خواهم از یک دیدگاهی معنی‌اش بکنم:

عاشقِ حالی، نه عاشقِ بر منی بر امیدِ حالِ بر من می‌تنی (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۲۸)

زندگی می‌گوید تو با مرکز همانیدگی به سمت من می‌آیی و از من حال خوش طلب می‌کنی، تو برای خودم به سمت من نمی‌آیی، شاید برای رسیدن به یک حال سطحی خوب به سمت من می‌آیی. حالا شاید ما هم ندانسته به سمت گنج حضور می‌آییم برای این‌که به آرامش برسیم نه برای این‌که به خدا زنده بشویم.

در پایان پیغام خواستم به تمام دوستانم بگویم پرنده مردنی است پرواز را بیاموز. تا یک جایی داخل کلاس بودیم و از یک جایی باید وارد بی‌کلاس بودن بشویم، دیگر دنبال کلاس و دانشگاه نباشیم.

و آقای شهبازی از شما یک خواهشی دارم آن هم این است که در مورد این پیغام حالا هر موقعی که فرصت داشتید یک‌کم صحبت بکنید چون شاید این همانیدگی در وجود خیلی از ما گنج‌حضورها نهان باشد.

ممنونم از شما. با اجازه‌گوشی را می‌دهم به مهران که پیغامش را بخواند.

آقای شهبازی: بله خواهش می‌کنم. همانیدگی با من را می‌فرمایید شما؟

خانم مینا: بله با شما و برنامه.

آقای شهبازی: بله بله، خواهش می‌کنم. بفرمایید، تلفن را بدهید.

[سلام و احوال‌پرسی آقای مهران و آقای شهبازی]



آقای مهران: آقای شهبازی یک پیغامی آماده کردم به نام «گوش باش».

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

شاید خیلی از شنوندگان این بیت به این سؤال فکر نکرده باشند که چرا مولانا به ما فرمان گوش باش می‌دهد؟

بیاییم ابتدا خاصیت گوش را شرح بدهیم تا به این برسیم که چرا مولانا می‌خواهد بشر مانند گوش باشد؟

گوش یک خاصیت اصلی دارد و آن شنیدن است. آیا گوش صدا تولید می‌کند؟ آیا گوش می‌تواند راه اصوات را به خودش ببندد؟ آیا گوش غیر شنیدن کاربرد دیگری دارد؟ جواب تمام سؤالات خیر است.

گوش فقط دریافت می‌کند. ما از گوش فقط انتظار شنیدن داریم. گوش برای دریافت اصوات آفریده شده. حال باید متوجه شده باشید که چرا مولانا می‌گوید «گوش باش».

انسان با گوش خود دو نوع کار می‌تواند انجام بدهد:

۱. گوش دادن

۲. شنیدن

گوش دادن یعنی معنای درونی اصوات را دریافت کردن. اما شنیدن یعنی برخورد اصوات به گوش، یک عمل بی‌زحمت. گوش دادن زحمت دارد و شنیدن بی‌زحمت است. ما با من‌ذهنی فقط می‌شنویم. اما با زندگی هم می‌شنویم هم گوش می‌دهیم.

ما به‌عنوان گوش باید ندای زندگی را گوش بدهیم. استاد استادان صمد باید حرف بزند و ما باید گوش بدهیم. مگر ما به‌عنوان گوش می‌توانیم حرف بزنیم و تصمیمات درستی برای خودمان بگیریم؟

همان‌طور که در قرآن، آیه ۲۰۴ از سوره اعراف آمده:

«وَإِذَا قُرِئَ الْقُرْآنُ فَاسْتَمِعُوا لَهُ وَأَنْصِتُوا لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ.»

«هرگاه قرآن خوانده شود، گوش فرادهید و خموشی‌گزینید، باشد که از لطف و رحمت پروردگار برخوردار شوید.»

(قرآن کریم، سوره اعراف (۷)، آیه ۲۰۴)



مولانا طبق این آیه به ما می‌گوید باید به‌عنوان هشیاری بی‌فرم در فضای درونت خاموش بشوی تا ندای قرآن درونت را بشنوی.

برای گوش شدن چه باید کرد؟ برای گوش شدن باید در مجلس عارفانی چون مولانا و حافظ بنشینیم و بدون اما و اگر به نصایح آن‌ها گوش بدهیم.

اگر سخنان بزرگان را گوش بدهیم و بپذیریم، به مرور و با تلاش و جهد معنوی و صبر می‌توانیم به قرآن جاری‌شده درونمان گوش بدهیم.

حال در این راه اگر هزاران لغزش داشتیم طبیعی است. چون ما گوش‌گری نسبت به زندگی داریم. گوش‌گری که فقط می‌شنود اما گوش نمی‌دهد. این گوش نیاز به درمان از طریق فضاگشایی دارد. گوش‌گری که گوش باشد نه زبان.

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

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

اَنْصِتُوا بپذیر، تا بر جان تو
آید از جانان، جزای اَنْصِتُوا
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۲۶)

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

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



پیشِ بِنَا، شدِ خَمْوشی نَفْعِ تُو
بِهَرِ اَیْنِ اَمَدِ خَطَابِ اَنْصِتُوَا
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۰۷۲)

ممنونم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای مهران]

خطاب

یک دسته کلید است به زیر بغل عشق از بهر گشاییدن ابواب رسیده (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۳۳۶)

ابواب: درها

کلیدِ رهایی ما از زندانِ ذهن و باز شدن تمام قفل‌هایی که من‌ذهنی بر چشم، دل و دست و پای ما زده‌است، فقط به دست زندگی است.

به‌قول حضرت مولانا «از همان‌جا که رسد درد همان‌جاست دوا»

زندانی از اتصال فکرهایمان ساخته‌ایم. دیوارهایش را از همانیدگی‌ها بالا برده‌ایم، با زنجیرهای مقاومت، قضاوت و خشم و ترس و رنجش، خود را محکم به همانیدگی‌ها بسته‌ایم.

هم زندانی هستیم، هم زندان‌بان و راه را برای رهایی خود بسته و نمی‌گذاریم کسانی را که زندانی باورهای غلط و آرزوهای من‌ذهنی خود کرده‌ایم، از دست ما فرار کنند و چشم از آن‌ها برنمی‌داریم.

چون حس هدایت، قدرت، امنیت و عقل خود را از آن‌ها می‌گیریم.

بر در این زندان قفل پندار کمال و می‌دانم زده و با این‌که کلید قفل این زندان در دست ماست، میله‌های همانیدگی‌های این زندان را با دو دست خود گرفته، از بیرون از خود توقع و انتظار داریم که به کمک ما بیایند و ما را آزاد و رها کنند.

ای عجب که جان به زندان اندر است وانگهی مفتاح زندانش به دست (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۰۳۴)

زندگی برای قفل‌های درد، رنج و اندوه ما، کلید شادی بی‌سبب. برای ترس و ناامیدی و ناتوانی ما کلید امنیت، صبر و صنع خود. برای قبض و آتش‌دل شدن ما کلید بسط و گشایش. برای دردهای بی‌درمان ما کلید شفا و رحمت. برای حس میرایی و زوال‌پذیری ما کلید نامیرایی و جاودانگی. برای نیازمندی ما به جهان کلید صمدیت



و بی‌نیازی را در اختیار ما قرار داده و این‌جا هم زندگی در اختیار ما دست نمی‌برد که طبق طلب خود پیش برویم. این‌که آیا طالب بسط و گشایش و بی‌نهایت فراوانی و برکت زندگی هستیم؟ یا طالب قبض و بسته‌گی و درد هستیم؟

اگر خواهان فضاگشایی باشیم، یعنی قصدم این است که تنها حول محور زندگی بگردم.

و اگر راهی دیگر، که فضابندی است را انتخاب کنم، یعنی نمی‌خواهم مرکز را از جسم‌ها خالی کنم و از عدم کردن مرکز می‌ترسم و نگرانم که اگر راه اول را انتخاب کنم، همانندگی‌هایم کم می‌شود و نگران این‌که مبادا از امیال و هیجاناتم کاسته شود، پس ترجیح می‌دهم به دور همانندگی‌ها بگردم یعنی حول محور درد و رنج و ترس.

طالب حضور، همیشه در پیشگاه خداوند حاضر است، یعنی ترک فضاگشایی نمی‌کند. می‌داند که اتفاق این لحظه هرچقدر که ذهن آن را ترسناک و بد نشان دهد، مهم نیست. می‌داند که باید فقط شاهد و تسلیم اتفاق این لحظه بدون قضاوت باشد.

در این لحظه آن‌چه که مهم است فضا باز کردن در اطراف اتفاق این لحظه و اطراف نامرادی‌هاست. با ذهنش فضاگشایی نمی‌کند فقط شناسایی می‌کند و به زندگی این امکان را می‌دهد که این فضاگشایی را در او ایجاد کند و قبض او را تبدیل به بسط کند و در جهت زندگی حرکت می‌کند، نه خلاف جهت حرکت زندگی.

او می‌خواهد بخت بدی را که خودش در خودش ایجاد کرده به کمک زندگی به بخت خوش تبدیل کند.

به گرد تو چو نگردم، به گرد خود گردم
به گرد غصه و اندوه و بخت بد گردم
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۳۶)

ممنونم استاد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین!

[خداحافظی خانم فرخنده با آقای شهبازی]

❖ ❖ ❖ پایان بخش چهارم ❖ ❖ ❖