

# کنج حضور

متن کامل پیام‌های تلفنی

۹۷۱-۱

اجرا: آقای پرویز شهبازی

تاریخ اجرا: ۶ مرداد ۱۴۰۲

[www.parvizshahbazi.com](http://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 ۱-۹۷۱

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.

مجله تخصصی

همراهان عشق در تایپ، ویرایش و بازبینی برنامه گهر بار ۱-۹۷۱		
فاطمه زندی از قزوین	عارف از اصفهان	رویا اکبری از تهران
ریحانه شریفی از تهران	ناهید سالاری از اهواز	مریم زندی از قزوین
فاطمه رشنو از لرستان	الناز خدایاری از آلمان	آقای فرشاد از خوزستان
فهمیه فدائی از تهران	بهرام زارع‌پور از کرج	شب‌نم اسدپور از شهریار
اعظم جمشیدیان	پارمیس عابسی از یزد	مهردخت از چالوس
مریم مهرپذیر خیابانی از تبریز	حسام موسوی از مازندران	الهام فرزامنیا از اصفهان
کمال محمودی از سندج	یلدا مهدوی از تهران	لیلی حسینی‌زاده از تبریز

**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.

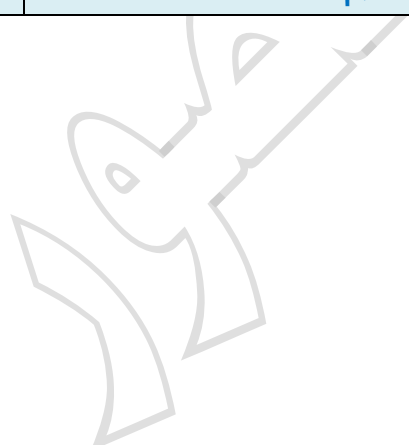
کانال گروه متن کامل برنامه‌های گنج حضور در تلگرام:

<https://t.me/ganjehozourProgramsText>

ردیف	پیام دهنده	صفحه
۱	آقای بیننده و دخترشان از مشگین شهر	۶
۲	خانم یکتا و آقای مرادی از شهر بابک	۸
۳	سخنان آقای شهبازی (معرفی کانال تلگرامی گنجینه عشق)	۱۱
۴	خانم سهیلا از رشت	۱۲
۵	آقایان حبیب و بهروز از زنجان با سخنان آقای شهبازی	۱۵
۶	خانم مریم از کرمانشاه با سخنان آقای شهبازی	۲۱
۷	سخنان آقای شهبازی	۳۰
۸	خانم فاطمه از یزد	۳۲
۹	آقای علی‌رضا از همدان	۳۳
۱۰	آقای یونس از مالک‌آباد اراک	۳۶
۱۱	آقای صابر از بابل با سخنان آقای شهبازی	۳۷
۱۲	سخنان آقای شهبازی	۴۱
۱۳	آقای علی از بجنورد	۴۳
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش اول ◇ ◇ ◇	۴۵
۱۴	آقای پویا از آلمان	۴۶
۱۵	خانم‌ها زرین و مبینا و تیارا و یکتا از زرین شهر اصفهان	۴۹
۱۶	آقای شاپور عبودی با سخنان آقای شهبازی	۵۴
۱۷	خانم پروین از استان مرکزی	۶۱
۱۸	خانم زینب از کرج با سخنان آقای شهبازی	۶۵
۱۹	آقای علی‌رضا از کرج	۶۹
۲۰	سخنان آقای شهبازی	۷۱
۲۱	خانم‌ها شهربانو و مه‌رسا از کرج	۷۴
۲۲	سخنان آقای شهبازی	۷۹



ردیف	پیام دهنده	صفحه
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش دوم ◇ ◇ ◇	۸۱
۲۳	خانم الناز از آلمان	۸۲
۲۴	خانم پروین از اصفهان	۸۵
۲۵	آقای علیپور	۸۸
۲۶	آقای فرشاد از خوزستان با سخنان آقای شهبازی	۹۳
۲۷	آقای نیما از کانادا	۱۰۱
۲۸	خانم فاطمه از کرج با سخنان آقای شهبازی	۱۰۴
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش سوم ◇ ◇ ◇	۱۱۰
۲۹	خانم صدف‌ماه از تاجیکستان	۱۱۱
۳۰	خانم پریسا از کانادا	۱۱۵
۳۱	خانم اکرم از تهران	۱۲۰
۳۲	آقای بیننده	۱۲۴
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش چهارم ◇ ◇ ◇	۱۲۸





۱- آقای بیننده و دخترشان از مشکین شهر  
[سلام و احوال‌پرسی آقای بیننده و آقای شهبازی]

آقای بیننده: استاد اگر اجازه بدهید دخترم می‌خواهد برایتان یک شعر بخواند.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. شما از کجا زنگ می‌زنید؟

آقای بیننده: از مشکین شهر مزاحم می‌شویم.

آقای شهبازی: بله بله، بفرماید.

آقای بیننده: با اجازه.

دختر آقای بیننده: سلام آقای شهبازی. من می‌خواهم برایتان شعر بخوانم.

آقای شهبازی: به‌به!

دختر آقای بیننده:

بی او نتوان رفتن، بی او نتوان گفتن  
بی او نتوان شستن، بی او نتوان خفتن  
ای حلقه‌زن این در، در باز نتان کردن  
زیرا که تو هشیاری، هر لحظه کشی گردن  
گردن ز طمع خیزد، زر خواهد و خون ریزد  
او عاشق گل خوردن، همچون زن آبستن  
کو عاشق شیرین‌خَد، زر بدهد و جان بدهد؟  
چون مرغ دل او پرد، زین گنبد بی‌روزن  
این باید و آن باید، از شرک خفی زاید  
آزاد بود بنده زین وسوسه چون سوسن  
آن باید کو آرد، او جمله گهر بارد  
یارب که چه‌ها دارد آن ساقی شیرین فن



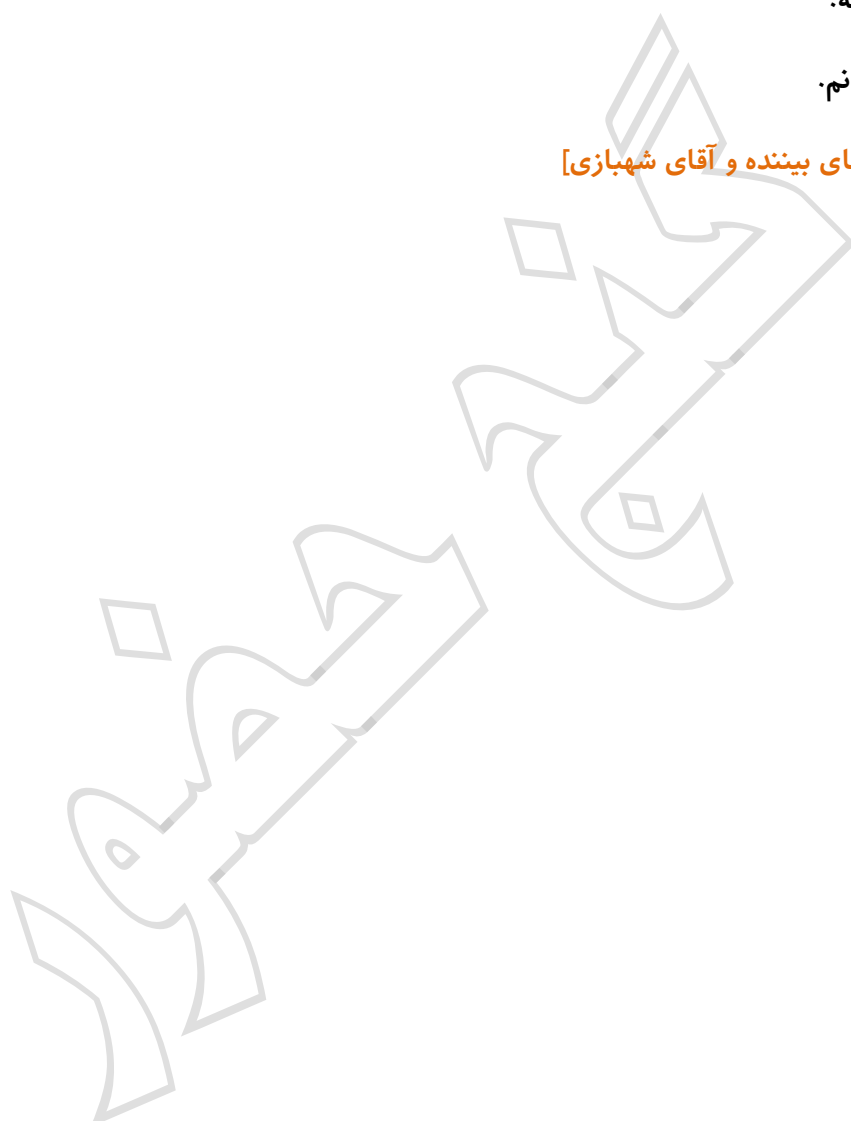
دو خواجه به یک خانه، شد خانه چو ویرانه  
او خواجه و من بنده، پستی بُود و روغن  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۸۸۳)

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! عالی، عالی! خب، دیگر کاری ندارید؟

دختر آقای بیننده: نه.

آقای شهبازی: ممنونم.

[خداحافظی دختر آقای بیننده و آقای شهبازی]







## ۲- خانم یکتا و آقای مرادی از شهر بابک

[سلام و احوال‌پرسی خانم یکتا با آقای شهبازی]

خانم یکتا: من یکتا مرادی هستم از شهر بابک.

آقای شهبازی: آفرین خانم یکتا. بفرمایید.

خانم یکتا: یازده‌ساله هستم. می‌خواستم برای شما چند بیت شعر بخوانم.

آقای شهبازی: آفرین! بفرمایید.

خانم یکتا:

چشم را در روشنایی خوی گن  
گر نه خفّاشی، نظر آن سوی گن  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۷۶)

یعنی چشم‌های خودت را متوجه به عالم باز کن و اگر تو خفّاش نیستی، چشم‌هایت را متوجه به عالم باز کن.

عاقلان، اشکسته‌اش از اضطرار  
عاشقان، اشکسته با صد اختیار  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۷۰)

یعنی این‌که زندگی به ما درس می‌دهد و راه‌های انتخاب برای عاقلان را می‌بندد. یعنی آدم‌های عاقل زمانی که من‌ذهنی دارند، زندگی راه‌های انتخاب برای آن‌ها را می‌بندد.

صورتِ نعمت بود، شاکر شود  
صورتِ مهلت بود، صابر شود  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۷۲۲)

یعنی اگر از جانب خداوند صورت نعمت نشان آدمی داده شود، آدمی شکرگزار و سپاس‌گزار خداوند می‌شود و اگر صورت مهلت نشان آدمی داده شود، آدمی صبور می‌شود و صبر می‌کند.

آقای شهبازی: بله، آفرین!

خانم یکتا: بله تمام شد.

آقای شهبازی: تمام شد. خیلی خب. کس دیگری هم هست صحبت کند؟



خانم یکتا: بله پدر بزرگم هست.

آقای شهبازی: بله خواهش می‌کنم.

خانم یکتا: خدا نگهدار.

آقای شهبازی: خدا حافظ. آفرین!

[سلام و احوال‌پرسی آقای مرادی با آقای شهبازی]

آقای مرادی: یک غزلی می‌خواهم خدمت شما عرض کنم.

آقای شهبازی: بفرمایید.

آقای مرادی:

ای خدا این وصل را هجران مکن  
سرخوشان عشق را نالان مکن

باغ جان را تازه و سرسبز دار  
قصد این مستان و این بستان مکن

چون خزان بر شاخ و برگ دل مزین  
خلق را مسکین و سرگردان مکن

بر درختی کآشیان مرغ توست  
شاخ مشکن مرغ را پَران مکن

جمع و شمع خویش را برهم مزین  
دشمنان را کور کن شادان مکن

گر چه دزدان خصم روز روشنند  
آن چه می‌خواهد دل ایشان مکن

کعبه اقبال این حلقه است و بس  
کعبه اومید را ویران مکن



این طناب خیمه را برهم مزن  
خیمه‌توست آخرای سلطان مکن

نیست در عالم ز هجران تلخ‌تر  
هرچه خواهی کن ولیکن آن مکن  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰۲۰)

شاد باشید.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! ممنونم. این‌ها را از حفظ خواندید آقای مرادی؟

آقای مرادی: بله، بله، بله.

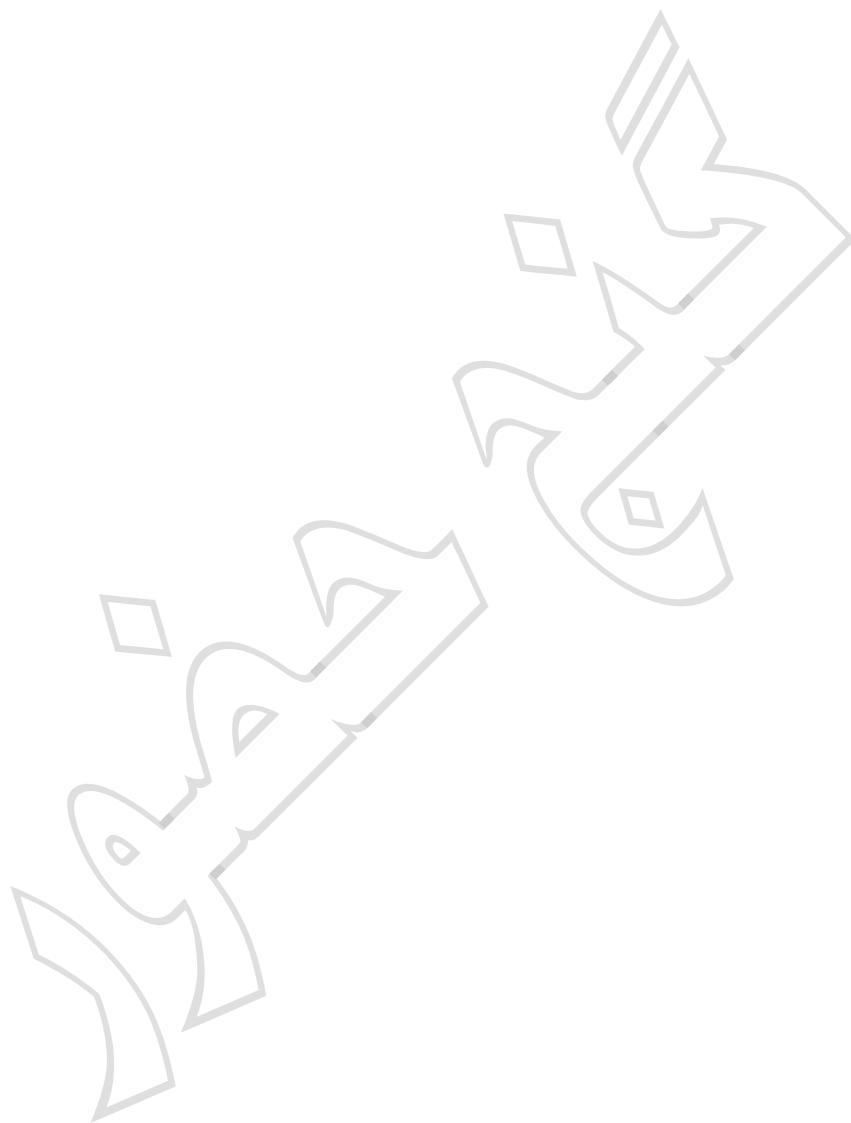
آقای شهبازی: خیلی ممنون. آفرین، آفرین!

[خداحافظی آقای مرادی و آقای شهبازی]



۳- سخنان آقای شهبازی (معرفی کانال تلگرامی گنجینه عشق)

این کانال «گنجینه عشق» که در تلگرام هست، کانال جدیدی است. خیلی هم مفید هست، همان براساس عکس نوشته و خوانش غزل‌های مولانا یا ابیات مثنوی درست شده، اسمش هست «گنجینه عشق»، جدید است. اگر می‌خواهید یادداشت کنید و پیدایش کنید، استفاده کنید.





#### ۴- خانم سهیلا از رشت

[سلام و احوال‌پرسی خانم سهیلا با آقای شهبازی]

خانم سهیلا: من خیلی می‌خواستم از شما تشکر کنم. اولین بار است زنگ می‌زنم.

آقای شهبازی: آفرین! از کجا زنگ می‌زنید؟

خانم سهیلا: پنج سال است برنامه شما را گوش می‌دهم، خیلی خیلی پیشرفت، خیلی چیزها یاد گرفتم در زندگی‌ام به‌کار می‌برم. بعدش یک ذره هم هول شدم.

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

خانم سهیلا: من از رشت زنگ می‌زنم. سهیلا هستم.

آقای شهبازی: خانم سهیلا. اولین بار است.

خانم سهیلا: بله اولین بار است.

آقای شهبازی: خب نفس عمیق بکشید، یواش، آرام آرام.

خانم سهیلا: می‌خواستم تشکر کنم از شما. من غزل ۷۳۲ را خیلی دوست دارم. دوست داشتم شما یک بار در برنامه‌تان این را معنی کنید که من بیشتر بفهمم. غزل ۷۳۲.

آقای شهبازی: خب یک خرده‌اش را بخوانید.

خانم سهیلا:

دی میان عاشقان ساقی و مطرب میر بود

در هم افتادیم زیرا زور گیراگیر بود

عقل باتدبیر آمد در میان جوش ما

در چنان آتش چه جای عقل یا تدبیر بود

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۳۲)

باز هم بخوانم؟

آقای شهبازی: نه کافی هست.



**خانم سهیلا:** بله این غزل را خیلی دوست دارم. ولی دوست دارم شما یک بار این را تفسیر کنید، معنی کنید من بیشتر بفهمم.

**آقای شهبازی:** بله چشم، چشم خانم.

**خانم سهیلا:** باشد دیگر وقت عزیزان را نمی‌گیرم. فقط خواستم تشکر کنم. خیلی ممنون.

**آقای شهبازی:** یک کمی از پیشرفت‌هایتان می‌خواهید بگویید. عجله نکنید.

**خانم سهیلا:** بله پیشرفت‌های من این‌ها هستند که دیگر توقع ندارم چندان، خیلی کم توقع دارم الآن، توقعم خیلی کم شده. بعدش، بعد چیز نمی‌شوم، خشمگین خیلی کم می‌شوم. تا آن‌جا که ممکن است خشمگین نمی‌شوم، تا آن‌جا که سعی می‌کنم.

**آقای شهبازی:** آن شعر توقع را بلد هستید؟

**خانم سهیلا:** بله؟

**آقای شهبازی:** آن شعر توقع را بلد هستید؟ می‌گوید: «گفت پیغمبر»

**خانم سهیلا:** که «از اله»

**آقای شهبازی:** «گفت پیغمبر که جنت»

**خانم سهیلا:** «از اله»

**آقای شهبازی:** بله بقیه‌اش؟

**خانم سهیلا:** بقیه‌اش را یاد بودم. الآن یادم رفته.

**آقای شهبازی:** گر، «گر» دارد. «گر همی خواهی، ز کس»

**خانم سهیلا:** «ز کس چیزی نخواه.»

**آقای شهبازی:** بله آفرین! ما با هم خوب داریم شعر می‌خوانیم. خیلی خوب. [خنده آقای شهبازی]

**خانم سهیلا:** من خیلی از غزل‌های مولانا را حفظ هستیم. می‌خوانم برای خودم.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین!



**خانم سهیلا:** شعرهایش را حفظ هستم. همین غزلی که الان به شما گفتم آن را حفظ هستم. بعدش غزل دیگر، دو سه تا از غزل‌های دیگرش را هم، غزل‌های بلندش را هفت خط، هشت خط هستند، این‌ها را حفظ کردم، هر وقت می‌خوانم.

**آقای شهبازی:** خیلی خب، روابطتان هم خوب شده با مردم؟

**خانم سهیلا:** بله بهتر از قبل است، خیلی بهتر است.

**آقای شهبازی:** باشد دیگر. با شما خداحافظی می‌کنم.

**خانم سهیلا:** خیلی ممنون، خیلی ممنون، یک دنیا ممنون.

[خداحافظی خانم سهیلا و آقای شهبازی]



## ۵- آقایان حبیب و بهروز از زنجان با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای حبیب با آقای شهبازی]

آقای حبیب: اولین بارم هست تماس می‌گیرم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی خوش آمدید. بفرمایید.

آقای حبیب: ۲۷ سالم هست، بعد الان تقریباً یک و نیم سالی می‌شود که برنامه گنج حضور را دارم نگاه می‌کنم.

آقای شهبازی: خب.

آقای حبیب: بعد توسط داداشم این برنامه به من معرفی شده و از آن موقعی که دارم این را می‌بینم واقعاً پیشرفت

کردم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خب پیشرفت‌هایتان را بگویید ببینیم آقای حبیب.

آقای حبیب: بله حتماً. مسلماً که خیلی آقای شهبازی رنجش داشتم، ترس داشتم، این‌ها. بعد خیلی توقع داشتم

از مردم، بعد الان خیلی پیشرفت کردم آقای شهبازی. خیلی از رنجش‌هایم افتاده، از ترس‌هایم افتاده.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

آقای حبیب: خیلی پیشرفت کردم آقای شهبازی. واقعاً اصلاً به این برنامه، واقعاً من خیلی خدا را شکر می‌کنم

که این برنامه را پیدا کردم.

آقای شهبازی: ممنونم.

آقای حبیب: بعد، قانون جبران مادی را رعایت می‌کنم هر ماه.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای حبیب: معنوی. آقای شهبازی من صبح‌ها یک ساعت می‌نویسم برنامه‌تان را. برنامه‌تان را از اول شروع

کردم دارم می‌نویسم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

آقای حبیب: بعد یک ساعت کتاب معنوی مثنوی را می‌خوانم. ابیاتش را یادداشت کردم در دفتر، ابیات مهم را.

آقای شهبازی: همین ابیات هم که در برنامه ما می‌تکرار می‌کنیم این‌ها خیلی مهم هستند.

آقای حبیب: بله همان‌هاست.





آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

آقای حبیب: بله آقای شهبازی، همان‌هاست.

آقای شهبازی: همین‌ها را تکرار کنید.

آقای حبیب: بله همان تعظیم خدا هست.

ننگرم کس را و گر هم بنگرم  
او بهانه باشد و، تو منظرَم  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۵۹)

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

آقای حبیب:

عاشقِ صنَعِ توأم در شُکر و صبر  
عاشقِ مصنوعِ کی باشم چو گبر؟  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۰)

عاشقِ صنَعِ خدا با فر بود  
عاشقِ مصنوعِ او کافر بود  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۱)

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

آقای حبیب: بعد این‌ها را کلاً حفظ کردم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: عالی است.

آقای حبیب: همین‌طور که گفتید این‌ها را بنویسید در دفتر، من هم یکی یکی نوشتم و هر روز می‌خوانم.

آقای شهبازی: به‌به!

آقای حبیب: بعد هر روز دو ساعت این‌ها روی خودم کار می‌کنم صبح‌ها. بعد از ظهرش برنامه‌های شما را گوش

می‌دهم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: آفرین!



**آقای حبیب:** بعد با داداشم هم بعد از ظهرها می‌رویم تبادل می‌کنیم، پیاده‌روی می‌کنیم، این‌ها را می‌گوییم به همدیگر صحبت می‌کنیم.

**آقای شهبازی:** آفرین! ببینید همین کار رابطه‌تان را با داداشتان بهتر نمی‌کند؟

**آقای حبیب:** خیلی. حالا رابطه‌مان که از قبل خیلی بهتر بود آقای شهبازی. بعد این برنامه هم که بهانه شده که دیگر خیلی واقعاً روی خودمان تمرکز کردیم آقای شهبازی. داریم واقعاً کار می‌کنیم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**آقای حبیب:** حتی روی خانواده تأثیر گذاشته ارتعاش این برنامه، ارتعاش شما آقای شهبازی، واقعاً شگفت‌انگیز است این برنامه.

**آقای شهبازی:** لطف دارید. آفرین، آفرین!

**آقای حبیب:** بعضی موقع‌ها آقای شهبازی خب گفتید فضاگشایی می‌کنید، یک موقعی حالتان خراب می‌شود، نباید شکایت کنید، باید روی خودتان کار کنید، صبر کنید، واقعاً آن‌ها اتفاق می‌افتد آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** درست است.

**آقای حبیب:** بعضی موقع‌ها واقعاً حال آدم خراب می‌شود آقای شهبازی، از قبل دردهایی که ذخیره کردیم و رنجش‌ها.

**آقای شهبازی:** بله، بله.

**آقای حبیب:** آن‌ها واقعاً می‌آیند بالا آقای شهبازی بعد می‌رود و فضا را باز می‌کنیم، یک مدتی دیگر واقعاً آدم نگاه می‌کند، واقعاً حس می‌کند که دارند می‌روند آن‌ها. عین ابر سیاه از، دیگر نمی‌مانند.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**آقای حبیب:** همین آقای شهبازی. داداشم هم می‌خواهد با شما صحبت کند اگر

**آقای شهبازی:** باشد، لطف کنید بله صحبت کنند.

**آقای حبیب:** ببخشید.

**آقای شهبازی:** ممنونم، خواهش می‌کنم، عالی، عالی، آفرین! خیلی خوب بود.

**آقای حبیب:** خواهش می‌کنم.



[سلام و احوال‌پرسی آقای بهروز با آقای شهبازی]

آقای بهروز: استاد بهروز هستم، آن دفعه زنگ زدم قطع شد.

آقای شهبازی: آقا بهروز بله، بله. بفرمایید.

آقای بهروز: خدا قوت استاد.

آقای شهبازی: این داداشتان را هم آوردید در گنج حضور. شما آوردید درست است؟

آقای بهروز: بله استاد. این ماشاءالله از جذبه گنج حضور است. واقعاً ما با هر کسی حرف می‌زنیم، برخورد می‌کنیم طرف می‌گوید آقا بهروز کجا می‌روید، چکار می‌کنید، واقعاً ماشاءالله خیلی با هر کسی برخورد می‌کنیم واقعاً.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای بهروز: همه احساس می‌کنم خیلی خوششان می‌آید یا دوست دارند بیایند در این وادی.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

آقای بهروز: استاد قبلاً یک دوستم از خدمت فرار کرده بود. بعد آن موقع من هم بیرون بودم، او هم می‌آمد آن‌جا. من آن موقع برنامه‌های گنج حضور را می‌نوشتم. این هم هی چون پیشش می‌نوشتم کنجکاو شده بود، بعد دانلود کرده بود، هی گوش می‌داد.

آقای شهبازی: بله.

آقای بهروز: بعد این قدر رویش تأثیر گذاشته بود این، رفت ماشاءالله خدمتش را تمام کرد، الان آمده.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای بهروز: آقای شهبازی شما چکار کردید با این بابا؟ ماشاءالله.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

آقای بهروز: ما کاری نکردیم، استاد شهبازی است هر کاری کرده واقعاً، ما را زنده کرده واقعاً.

آقای شهبازی: آفرین! شما چند سالتان است آقا بهروز؟

آقای بهروز: من استاد ۳۲ سالم است.



آقای شهبازی: ۳۲ سال. خیلی خوب. آفرین! چه سن‌های خوبی دارید آفرین!

آقای بهروز: زنده باشید استاد. واقعاً استاد ما باید دست شما را ببوسیم.

آقای شهبازی: لطف دارید.

آقای بهروز: خیلی به ما کمک کردید استاد واقعاً من خودم یعنی این معجزه را دیدم، می‌گویند «پس قیامت شو قیامت را ببین».

آقای شهبازی: آفرین!

آقای بهروز: واقعاً استاد این برنامه خیلی درست است. یعنی اگر کسی درد نکشد، تاوان ندهد، بی‌سوادی نکشد، نمی‌فهمد این برنامه چه هست واقعاً.

آقای شهبازی: ممنونم.

آقای بهروز: این برنامه خیلی کار می‌کند استاد. واقعاً به قولی دم شما گرم، واقعاً نفس شما گرم. خیلی به ما کمک کردید.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

آقای بهروز: من چند روز پیش رفته بودم مدرسه، آخرین مدرک تحصیلی‌ام را بگیرم برای ادامه تحصیل. چون تا پنجم ابتدایی خواندم، دیگر نتوانستم بخوانم.

آقای شهبازی: خیلی خوب.

آقای بهروز: بعد رفتم آنجا. بعد رفتم داخل پیش مدیر مدرسه. آنجا می‌خواستم مدرک را بگیرم، معلم یکی از این کلاس‌ها که پنجره‌اش رو به حیاط بود آمد داخل دفتر گفت آقا بهروز شما آمدی کلاس، این بچه‌ها شما را نشان می‌دادند به همدیگر، می‌گفتند این فلانی است. گفت شما را نگاه می‌کردند در حیاط. بعد گفت می‌شود بیایی این‌ها را یک نصیحت بکنی، یک چیزی بگویی به حرف شما گوش می‌دهند. بعد استاد رفتم پیش بچه‌ها با آن‌ها حرف زدم. واقعاً گفتم استاد من قبلاً قرینم واقعاً یک آدم‌هایی بودند که اگر می‌توانستم با آن‌ها حرف بزنم، می‌گفتم این راه را نیا، برو واقعاً درس مولانا بخوان، برو واقعاً روی خودت کار کن. به ما نتوانستند بگویند، ولی من آنجا گفتم.

آقای شهبازی: آفرین!



**آقای بهروز:** واقعاً استاد این درس خیلی کار می‌کند. واقعاً دست شما درد نکند، به ما کمک کردید، واقعاً به داد ما رسیدید.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم. آفرین، درس زندگی است این آفرین! بله، بله.

**آقای بهروز:** استاد من دیگر زیاد وقت برنامه را نگیرم. واقعاً آدم دوست دارد با شما صحبت کند، ولی خب دوستان دیگر هم هستند، می‌خواهند استفاده کنند.

**آقای شهبازی:** بله، بله. همین هم سن‌های شما ان‌شاءالله به برنامه توجه کنند، قبل از این‌که دیر بشود، مقدار زیادی درد در زندگی‌شان ایجاد کنند. شما خیلی خوب می‌دانید من ذهنی یک مریضی است و علائمی دارد. علائمش خشم است، ترس است، چرا باید جوان ۲۷ ساله، ۳۰ ساله بترسد؟ برای این‌که در مرکزش من ذهنی است و بقیه دردهای من ذهنی مثل حسادت، مثل نگرانی از آینده، اضطراب، یک حالت سیر نشدن، توقع بی‌جا، عدم رعایت قانون جبران. ببینید این‌ها علائمی هستند که می‌توانند یک آدم را زمین بزنند و شما الآن خوب موقعی به این برنامه توجه کردید که به نظرم خانواده دارید آقای بهروز؟ البته قطع شدند.

قبل از تشکیل خانواده، واقعاً نباید بگذارید تشکیل خانواده مشارکت دو نفر برای خراب کردن زندگی باشد. دوتا من ذهنی شروع می‌کنند به زندگی، می‌خواهند زندگی را خراب کنند، می‌خواهند خرابکاری کنند، این را بعد از خواندن مولانا شما متوجه می‌شوید. با پندار کمال نمی‌شود متوجه شد. این مرض پندار کمال که می‌گوید من هیچ اشکالی ندارم در واقع پر از اشکال است.

همین یک ترس که از مشخصات عمده من ذهنی است، برای این‌که من ذهنی براساس همانندگی با چیزهای آفل یعنی از بین رونده درست می‌شود و مرکز ما با من ذهنی همیشه در حال فروریزش است. پس ما همیشه در حال ترس هستیم و برای انباشتن همانندگی‌ها توقع بی‌جا داریم که خارج از قانون جبران است. قانون جبران را رعایت نمی‌کنیم، همین‌طور کارنکرده انتظار داریم یک چیزی را به ما بدهند و در واقع بنیان‌گذار بدبختی خودمان خودمان می‌شویم.



۶- خانم مریم از کرمانشاه با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی خانم مریم با آقای شهبازی]

خانم مریم: خیلی خوشحال شدم آقای شهبازی. ماشالله ۹۷۱ برنامه والله حافظاً خیر و هُوَ خَيْرُ اَرْحَمِ الرَّاحِمِينَ.

[... فَاللَّهُ خَيْرٌ حَافِظًا ۖ وَهُوَ اَرْحَمُ الرَّاحِمِينَ]

«... البته خدا بهترین نگهبان و مهربانترین مهربانان است.»

[قرآن کریم، سوره یوسف (۱۲)، آیه (۶۴)]

واقعاً برنامه‌های شما یکی از یکی انسان‌سازتر است. زندگی مرا شما متحول کردید آقای شهبازی.

آقای شهبازی: شما لطف دارید.

خانم مریم: نمی‌دانم چه‌جوری از شما تشکر کنم.

آقای شهبازی: من نکردم، مولانا کرده خانم مریم.

خانم مریم: نه خب درست است، ولی شما، شما واقعاً زندگی مرا شما خوب کردید، تمام زندگی مرا شما متحول

کردید.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم مریم: درست است مولانا، ولی شما شما واقعاً، من الان هرچه دارم از شما دارم. خدا می‌داند آقای شهبازی

چنان معجزاتی در زندگی من رخ می‌دهد اصلاً همه همین‌طور می‌مانند.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم مریم: من این شعر را هم که خیلی علاقه دارم و مرتب این را تکرار می‌کنم تا موقع خوابم، غزل ۲۱۰۸.

می‌نروم هیچ ازین خانه من  
در تک این خانه گرفتم وطن

خانه یار من و دارالقرار  
گُفر بُود نیت بیرون شدن

سَر نهم آن‌جا که سَرَم مست شد  
گوش نهم سوی تَن تَن تَن



نکته مگو، هیچ به راهم مکن  
راه من این است، تو راهم مزن

خانه لیلی ست و مجنون منم  
جان من اینجاست، برو جان مکن

باقی عمر از تو نخواهم برید  
حلقه به گوش توام و مرتهن  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱۰۸)

آقای شهبازی: به به!

خانم مریم: واقعاً آقای شهبازی زندگی مرا متحول کردید.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم مریم: خدا را، اصلاً به اسم خدا می‌گویم حضرت دوست، همه‌کس. در غزل که شما فرمودید جان جان‌ها  
تویی جان را برشکن «کس تویی دیگر کسان را برشکن».

جان جانهایی تو، جان را برشکن  
کس تویی، دیگر کسان را برشکن  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰۱۱)

من مصرع دومش را یک خرده تغییر دادم، می‌گویم «جان جانهایی تو، جان را برشکن» همه کسم تویی «دیگر  
کسان را برشکن».

آقای شهبازی: آفرین!

خانم مریم: خدا شاهد است آقای شهبازی، معجزاتی در زندگی‌ام رخ می‌دهد، بیماری‌ام را خودش شفا می‌دهد،  
راهکار به من نشان می‌دهد، در یک کار که می‌روم، هست که می‌گوید:

كُلُّ أَصْبَاحٍ لَنَا شَأْنٌ جَدِيدٌ  
كُلُّ شَيْءٍ عَنِّ مَرَادِي لَا يَحِيدُ  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۶۴۰)

[در هر بامداد کاری تازه داریم، و هیچ کاری از حیطه مشیت من خارج نمی‌شود.]



«... كُلَّ يَوْمٍ هُوَ فِي شَأْنٍ.»

«... او هر روز در کاری است.»

(قرآن کریم، سوره الرحمن (۵۵)، آیه ۲۹)

آقای شهبازی: به‌به!

خانم مریم: یعنی همه در هر، خداوند در این لحظه در کار جدیدی است، هیچ‌چیزی از حیطة نظر و مشیت او خارج نمی‌شود.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم مریم: جدی من آقای شهبازی اصلاً یک، بگویم من تصادفات یعنی مرگ در یک قدمی‌ام بوده، خودش محافظم بوده، یعنی می‌گوید:

گر هزاران دام باشد در قدم  
چون تو با مایی، نباشد هیچ غم  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۷)

آقای شهبازی: آفرین!

خانم مریم: این‌جا می‌شود این شعر مولانا را ادبی چیز کرد، چون من تصادفی کردم یعنی همه همین‌طور ماندند، فکر می‌کردند که من ماشین به من زد، ولی دیدند نه، ماشین بغل دست من، من خودم این‌ور. یعنی یک لحظه من صدای انفجار شنیدم، آن لحظه من کر شده بودم و کور، هیچ‌چیزی نمی‌دیدم. موقعی که چشم باز کردم، دیدم ماشین بغل دست من، من همین‌طور سالم، همه طرف من دویدند گفتند زده‌است.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم مریم: یعنی این چیزها را من در زندگی‌ام. بیماری‌ام آن لحظه حساس که خیلی چیز بوده که می‌گفتم، خودش نصف شب از خواب بیدارم کرده شفا داده که من دکتر رفتنم را کنسل کردم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم مریم: اصلاً زندگی به من می‌گوید، چیز هست که می‌گوید، الان یادم رفت، ای خدا، هیجان‌زده شدم آقای شهبازی!

آقای شهبازی: نفس عمیق بکشید، عجله نکنید، نه هیجان‌زده نشوید.





خانم مریم، چیست آن مصرع آخرش این است که، خدایا، خدایا خودت کمکم کن این را بگویم. دیگر اشکالی ندارد، اشکالی ندارد دیگر آن یادم رفت.

آقای شهبازی: عیب ندارد.

خانم مریم: «چون قلم در پنجهٔ تقلیب رب» اولش چیست؟ مصرع اولش؟ دومش می‌گوید «چون قلم در پنجهٔ تقلیب رب».

آقای شهبازی: «خفته از احوال دنیا».

خانم مریم: آری.

### خفته از احوال دنیا روز و شب چون قلم در پنجهٔ تقلیب رب (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۹۳)

من همین‌طور که می‌گوید کالمیتِ فی یدی غَسَّال [مثل جنازه در دستِ مرده‌شوی] من الآن مثل مرده دست غَسَّال، خداوند هستم.

[«کالمیتِ فی یدی غَسَّال»]

«مثل جنازه در دست مرده‌شوی»  
(منسوب به قول عارفان)

آقای شهبازی: آفرین!

خانم مریم: زندگی به من اصلاً راهکار آقای شهبازی به من نشان می‌دهد، در یک کاری می‌روم می‌بینم به من می‌گوید از این راه برو، آن کاری که دو سه ساعت است می‌بینی در عرض نیم ساعت برای من درست می‌شود.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم مریم: اصلاً رابطه‌ام با بیرون، مثلاً یک آقایی که من تماس گرفتم برای تلفنم درست شد، موقعی که من به این آقا مراجعه کردم دیدم خودم تعجب کردم، فکر می‌کردم اصلاً با او برخورد کردم مثل این‌که او سال‌ها است مرا می‌شناسد، چنان استقبالی کرد که خودم دنبال کارت هستم، دوروزه کار مرا درست کرد.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!



**خانم مریم:** خدا شاهد است، ببخشید من وقت را هم می‌گیرم، چون این قدر زیاد از این چیزها دارم، دیگر واقعاً پُر هستم از این.

من یک معامله‌ای کردم، یک آقای یک وسیله‌ای خریدم با همه آقای شهبازی با چک این کار می‌کرد، یعنی باید یک چک می‌آورد یا یک معرف. بعد من هم رفتم معامله کردم و این‌ها گفتم والا من نه، البته با فروشنده اصلی، با مسئول آن‌جا، گفتم آقا من نه چک دارم، نه کسی را دارم معرفی بکنم. بعد دیدم یک نگاهی به من کرد، فوری آقای شهبازی شماره کارت به من داد، گفت شما استثنا هستید.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم مریم:** یک نظر به من کرد و به همسایه‌مان با این هم معامله انجام داده بود به او گفتم چک نخواستند، تعجب کرد گفت من چک دادم. بعد مثلاً آخرین موعدی که ۱۰ مرداد من باید این پول را پرداخت کنم، دیدم برایم کرده ۲۰ مرداد.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم مریم:** بعد من از ایشان تشکر کردم و این‌ها گفتم من خیلی به شما زحمت دادم، گفت نه خانم شما رحمت هستید، چه پول پیش من باشد چه پیش شما.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم مریم:** خدا شاهد است، تمامش از این برنامه گنج حضور است، اسمش را گذاشتم حل المسائل.

**آقای شهبازی:** [خنده آقای شهبازی] درست است دیگر.

**خانم مریم:** خدا شاهد است آقای شهبازی، بعد شکر می‌کنم هر لحظه یعنی از صبح بلند می‌شوم من خدا را شکر می‌کنم تا موقعی که می‌خواهم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم مریم:** یعنی تمام کارهایم را، تمام کارهایم را خودش رو به راه می‌کند. موقعی که کار انجام می‌دهم مثل این‌که یکی کمکم می‌کند، اصلاً می‌گویم بی‌توان رفتن، بی‌توان گفتن، بی‌توان خفتن، بی‌توان شستن. واقعاً هم همین است.



## بی او نتوان رفتن، بی او نتوان گفتن بی او نتوان شستن، بی او نتوان خفتن (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۸۸۳)

نشستن: نشستن

خفتن: خوابیدن

آقای شهبازی: آفرین!

خانم مریم: همه کارها دست خودش است.

آقای شهبازی: درست است.

خانم مریم: آری دیگر این است که من یک دنیا از شما متشکر هستم. و این برنامه را هم آقای شهبازی، گنج حضور را خدا برای من درست کرد، بعد هم شما. بعد این که من همین طور گرفتم دیدم برنامه ۴۶۴ من جذب این گنج حضور شدم. خرداد ماه سال ۹۲، ۲۲ خرداد، که الان ۱۰ سال تمام شده، یک ماه و نیم هم هست رفتم در ۱۱ سالگی.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم مریم: این برنامه را خدا برای من چیز کرد، چون داشتم سرچ می‌کردم، این برنامه آمد و کنسرت شجریان را گذاشته بودید بعد آن هم دیدم شما صحبت کردید و گفتم به به، چه آقای خوبی، چقدر قشنگ صحبت می‌کند! بعد شما هم خوابم آمدید، که آمدید دیدم کنترل دستتان است دارید سرچ می‌کنید، گفتم آقای شهبازی چکار می‌کنید؟ گفتید می‌خواهم برایت گنج حضور را بگیرم. من همان شماره ۹۹۹ که قبلاً در بیداری می‌گرفتم به شما گفتم. و گاهی هم که آقای شهبازی مریض می‌شوم شما می‌آیید عیادتم.

آقای شهبازی: عجب!

خانم مریم: اصلاً یک چیزهای عجیب و غریبی می‌بینم که من همه را از این برنامه گنج حضور دارم. آقای شهبازی آیا شما باورتان می‌شود رنگ کفش عوض بشود؟ آری؟

آقای شهبازی: رنگ کفش عوض بشود؟

خانم مریم: آری. من این را برای شما می‌گویم یعنی، من دارم این‌ها را می‌گویم یعنی این‌ها را در زندگی‌ام دیده‌ام. من باز هم وقت عزیزان را می‌گیرم، ولی این‌ها را من می‌خواهم به کسانی بگویم که می‌گویند نه چیزی نمی‌بینیم از این برنامه. من می‌گویم با من ذهنی دارند این برنامه را نگاه می‌کنند، ولی قانون جبران را رعایت نمی‌کنند، چه مالی، چه معنوی.



آقای شهبازی: آفرین!

خانم مریم: من چهار پنج روز زودتر از ماه جدید برای شما هم اطلاع دادم، مثلاً الآن مرداد ماه است من ۲۴ تیرماه حمایت مالی‌ام را پرداخت کرده‌ام.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم مریم: یعنی این‌طور حساس هستم نسبت به این برنامه.

آقای شهبازی: بله، برای همین کار می‌کند.

خانم مریم: خلاصه این را می‌خواهم به شما بگویم که زن برادرم از خارج آمده بود یک کفشی، چون من پیاده‌روی می‌روم به غیر از چهارشنبه که تمام برنامه‌هایم به‌خاطر گنج حضور کنسل است، برای من یک کفش آورده بود رنگش خوب بود گفتم کاشکی، چون من همیشه ست (یکدست: set) می‌کنم، گفتم کاشکی مشکي بود بعد یک همسایه‌مان این‌جا بود، گفت که خانم فلانی این‌که رنگش خوب است، گفتم خب گذاشتم در کمدي که جای کفش‌هایم است. خدا می‌داند آقای شهبازی به جان شما، به خود خدا قسم، رفتم این را آوردم بیرون این مشکي که دلم می‌خواست دیدم مشکي شده. یعنی همسایه‌مان دید، گفتم بیا ببین کفش‌هایم سورمه‌ای سیر بود شد مشکي! همان‌طور او ماند گفت وای! گفتم به خدا. یعنی دارم می‌گویم، دارم می‌گویم این‌هایی که می‌گویند نتیجه ندارد، نتیجه دارد، برای این‌که:

## خیره میا، خیره مرو، جانب بازار جهان زانکه درین بیع و شری، این ندهی، آن نبری (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۴۵۵)

بیع و شری: خرید و فروش

من نتیجه دیدم، درست است؟

آقای شهبازی: من در مورد رنگ کفش نمی‌توانم اظهار نظر کنم. ولی من می‌دانم که اگر شما از جنس حضور بشوید، درواقع از جنس خدا می‌شوید و جهان با شما همکاری می‌کند، یعنی هر کس. شما مثلاً می‌روید، آن شخص به شما نگاه کرده برای این‌که در پیش او که رفتید همان جنس را در آن شخص که همان حضور است در همه هست، به ارتعاش درآورده‌اید، شما همدیگر را به‌عنوان زندگی شناسایی کردید، آن موقع اعتماد پیش می‌آید. وقتی شما می‌گویید این شخص دروغ نمی‌گوید، کاملاً می‌توانید شناسایی کنید که این سند نمی‌خواهد،



این آدم درستی است، برای این که درستی را در خودتان تجربه می‌کنید، بنابراین جهان با شما همکاری می‌کند. هرچه این حضور بیشتر می‌شود، من ذهنی کمتر می‌شود، که آن بیت را داریم:

از ترازو کم کنی، من کم کنم  
تا تو با من روشنی، من روشنم  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۰۰)

اگر کاملاً از جنس او بشویم، می‌شویم به‌طور سمبولیک (نمادین: symbolic) مثلاً حضرت سلیمان. یعنی همه چیز به ما می‌گوید که، با ما با آن زبان حرف می‌زند. ما یک چیزهایی ممکن است ببینیم که با من ذهنی ابداً نمی‌توانیم ببینیم. من ذهنی هشیاری جسمی است و ما انسان‌ها نباید با هشیاری جسمی کار کنیم، ما باید هشیاری حضور کار کنیم. ممنونم.

**خانم مریم:** اصلاً، اصلاً، اصلاً نمی‌گذارم در درونم جسم وارد بشود، اصلاً و ابداً، اصلاً و ابداً.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین!

**خانم مریم:** آقای شهبازی خدا شاهد است من یک بیماری‌ام حاد حاد، خدا را شاهد می‌گیرم به خود خدا قسم من وقت گرفتم پنجشنبه، یادم است، پنجشنبه زنگ زدم دکتر مغز و اعصاب چون سردردهای شدید، دکتر مغز و اعصاب زنگ زد به من شنبه نوبت داد که گفت ساعت ده باید این‌جا باشی. به خود خدا قسم، همان روز پنجشنبه من ساعت ۱۰ دیگر از شدت درد دیگر خوابم برد، ساعت ۱۲ شب، بعد این همسایه‌ها مان هم می‌گفتند تو تنها هستی اگر هر مشکلی هست به ما زنگ بزن ما تا ۲ شب بیدار هستیم. خلاصه من خوابم برد و ساعت ۱۲ شب مثل این که کسی از خواب بیدارم بکند، آقای شهبازی به خود خدا قسم، به جان آقای شهبازی که خیلی خیلی به شما علاقه دارم، مثل این که کسی مرا از خواب بیدار بکند، آمدم چراغ خواب را بزنم، چراغ خواب را هم زدم بعد دیدم یک برقی از آن سرم تا نوک پایم، دست بردم که تلفن بزنم گفتم نکند سگته بکنم؟! دیدم نشستم، آقای شهبازی این سردرد فروکش کرد، من دکتر را کنسل کردم.

**آقای شهبازی:** بله، این امکان وجود دارد، بله. ما، این همین هوشیاری حضور هست.

**خانم مریم:** الان همه را، همه را می‌گویم هرچه خودش بخواد همان می‌شود، واقعاً من زندگی‌ام را داده‌ام دست خودش می‌گویم «کالمیت فی یدی غسل» [مثل جنازه در دست مرده‌شوی]، همین است. من دادم هر کاری بخواد بکند، همین که زندگی‌ام را خیلی رو به راه می‌کند، راهکار نشانم می‌دهد در قسمت‌های فنی، برو این کار



را بکن این کار درست می‌شود، چون ممکن بود این کار هزینه‌بردار باشد بروم بیرون، ولی به من می‌گوید چه کار بکن.

کارهای فنی هم انجام می‌دهم، مثل همین تلفن. این تلفنی که من مرتب یک ماه است من دارم موفق نمی‌شوم، بعد من ساعت ۴ صبح، این جمعه موفق نشدم دیگر کلافه، بعد نصف شب ساعت ۴ صبح بلند شدم که نماز بخوانم، گفتم من این تلفن را حالا دیگر کنترل کنم ببینم این علاجش چه است؟ چرا این طوری است من تا دوصفر را می‌گیرم اشغال می‌زند؟ خلاصه دیدم عه دوباره اشغال زد! صبح یک خانم هست دوستم است در مخابرات، زنگ زدم گفتم چرا این دوصفر را من می‌گیرم چیز است؟ گفت بابا دوصفرت بسته شده برای خیلی‌ها هست. فوری شماره یک آقایی را به من داد و گفت کارت شناسایی‌ات را هم ببر. رفتم که یک آقایی هم اصلاً مثل این که فامیلم بود طوری با من برخورد کرد و کارهایم گفت من خودم دنبال کارت هستم، نگران نباش. اول گفتم این چقدر طول می‌کشد؟ گفت دو ماه، گفتم وای تو را خدا دو ماه؟ گفت نه نگران نباش دوروزه برایت درست می‌کنم، همین هم شد.

آقای شهبازی: آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم مریم]



## ۷- سخنان آقای شهبازی

بله بعضی موقع‌ها شما می‌توانید دراز بکشید مخصوصاً شب‌ها، واقعاً با هشیاری حضورتان بدن‌تان را اسکن (scan) کنید. یعنی از سر بروید تا نوک پا آرام بعد بیاید همین‌طوری به‌صورت حضور ناظر خودتان را اسکن کنید بگذارید این بدن آرام بشود.

من ذهنی درست شبیه این است که هر چهار بُعدمان را خوب مخصوصاً این بدنمان را گذاشته‌اند لای منگنه دارند فشار می‌دهند و هرچه هم ما تندتند فکر می‌کنیم فشار را بیشتر می‌کنند و متأسفانه بیشتر مردم فکر می‌کنند اگر تندتند فکر کنند و درد بیشتری ایجاد کنند، حالشان بهتر می‌شود. حالشان بدتر می‌شود! باید این فشار را از روی خودمان برداریم ما.

این بدن واقعاً کامل است، یعنی زندگی، خداوند ما را کامل خلق کرده، هیچ اشکالی نداریم. با گذاشتن این بدن زیر فشار من‌ذهنی، دیگر امروز توضیح دادیم مثل ترس، اضطراب بیهوده و آرزوهای محال، عدم رعایت قوانین زندگی مخصوصاً قانون جبران، قانون تعهد، قانون مزرعه که گفتیم قانون صبر است. شما یک درختی را می‌کارید باید آب بدهید، کود بدهید، آفتاب بیفتد این درخت یواش‌یواش شروع می‌کند میوه دادن، سال اول یک دانه سیب می‌دهد، سال دوم دوتا می‌دهد یا سه‌تا می‌دهد یا ده‌تا می‌دهد، صبر می‌کنید.

باید صبر داشته باشید این فشار از روی شما برداشته بشود و هرچه بیشتر ما به زندگی زنده‌تر می‌شویم و فضا گشوده‌تر می‌شود، عرض کردم جهان بیرون چون از آن جنس است با ما بهتر همکاری می‌کند. هرچه ما این درد را بیشتر تشعشع کنیم، جهان بیرون با ما کمتر همکاری می‌کند.

ممکن است بعضی از شما باور نکنید که این خانم مثلاً می‌روند پیش مأمور تلفن و ایشان کارش را راه بیندازد! چرا؟ برای این‌که این خانم به‌طور خودکار به آن انرژی ارتعاش می‌کند. آن انرژی، آن برکت، هرچه اسمش را می‌گذارید، در او ارتعاش زیبایی، ارتعاش زندگی را به‌وجود می‌آورد. یک شادی بی‌سببی، یک حس همکاری به ایشان دست می‌دهد.

پس آدم‌ها می‌توانند با ما همکاری کنند، همان آدم‌ها با کس دیگری که درد ارتعاش می‌کند همکاری نمی‌کنند. ما این بیت را داشتیم که خانم پریسا برند (brand) کردند:

از سخن‌گویی مجوید ارتفاع  
منتظر را به ز گفتن، استماع  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۱۶)



ما از «سخن‌گویی» ارتفاع می‌گیریم. وقتی ارتفاع می‌گیریم، به محض این‌که ارتفاع می‌گیریم طرف مقابل هم ارتفاع می‌گیرد. شما با درد هم می‌توانید ارتفاع بگیرید. من ذهنی یک بُعدی دارد که در بُعد دردش است، بعضی‌ها به چشمانشان نگاه می‌کنید می‌خواهند دعوا بکنند، لزومی ندارد حرف بزنند صورتشان، چشمانشان خشمگین است. خوب وارد شما یک اداره‌ای می‌شوید که آن‌جا حالا مأمور بانک است یا یک مأمور دولت است دارید خشمگینش می‌کنید! شما دارید می‌گویید ارتفاع بگیر، خوب ارتفاع می‌گیرد او هم. او هم می‌گوید من! شما می‌گویید من! او هم می‌گوید من، هی ارتفاع می‌رود بالا، دعوا می‌کنی می‌آیی بیرون.

ولی آن کسی که صفر است، ارتفاعش صفر است، ارتفاع هم به وجود نمی‌آورد، حرفی نمی‌زند، کاری نمی‌کند، چشمانش خشمگین نیست، ترسو نیست، حسود نیست، آن شخص را وادار نمی‌کند به ارتفاع، او هم می‌آید پایین. در ارتفاع صفر همه چیز ممکن است، هر جور همکاری‌ای. مردم کار ما را راه می‌اندازند. شما تجربه کنید ببینید از چه جور آدم‌هایی خوشتان می‌آید؟

شما پیش آدم‌هایی می‌روید می‌گویند من! من این کار را کردم، من آن کار را می‌کنم، من فلان کار را می‌کنم، هیچ‌کس نمی‌تواند به من فلان کار را بکند، حرف بزند! شما خوشتان می‌آید؟ نه. شما کارش را خراب می‌کنید. دست خودتان نیست برای این‌که این مَنّان را می‌آورد بالا. بله توجه کنید:

## جز خضوع و بندگی و اضطراب

### اندرین حضرت ندارد اعتبار

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۲۳)

جز فروتنی و تسلیم و بندگی و «نمی‌دانم» و که غیر از تو کس دیگر به من نمی‌تواند کمک کند، «اضطراب» یعنی ما واقعاً حالت اضطراب داریم، منتها مصنوعاً می‌گوییم نه، ما مضطرب نیستیم.

ما احتیاج به کمک داریم. چقدر مولانا به ما بگوید که حس نیازمندی کن نسبت به زندگی، نیاز! در مقابلش نیاز را می‌گوید. می‌گوید نیاز نکن! فروتنی به خرج بده. بگو من به تو نیاز دارم. یعنی چه؟ یعنی این عقل من ذهنی ما و سیستم ذهن که به درد مجهز است کار نمی‌کند و ما با این به همه‌جا می‌رویم. خوب مردم با ما همکاری نمی‌کنند. حالا یک کسی می‌آید می‌گوید آقا مردم با من همکاری می‌کنند، می‌گویند این دروغ می‌گوید، مگر می‌شود چنین چیزی! بله می‌شود. شما فروتن باشید ببینید مردم به شما کمک می‌کنند.





## ۸- خانم فاطمه از یزد

[سلام و احوال‌پرسی خانم فاطمه و آقای شهبازی]

خانم فاطمه: بار اولم هست یک خرده هول شدم.

آقای شهبازی: نه هول نشوید، آرام، قشنگ، یک نفس عمیق بکشید. اسمتان را اول بگویید.

خانم فاطمه: من فاطمه هستم.

آقای شهبازی: فاطمه خانم اصلاً هول نشوید شروع کنید به صحبت کردن. مثل این‌که مثلاً دارید با برادرتان صحبت می‌کنید یا مثلاً دوستان صحبت می‌کنید. بفرمایید.

خانم فاطمه: من حتی باورم نمی‌شود وصل شده، به خاطر این‌که این ناگهانی چیز شد. ببخشید من الآن هشت سال هست برنامه شما را گوش می‌کنم. خودم فکر می‌کنم تغییر نکردم یک خرده‌ای، ولی دخترم همیشه می‌آید می‌گوید چرا پای من نمی‌نشینی؟ چرا مثلاً غیبت نمی‌کنی؟ یا مثلاً چرا دعوا نمی‌کنی؟

دارو می‌خوری که آرام شدی مثلاً، واکنشی نداری، ولی خب خیلی ضعیف هستم آقای شهبازی مثلاً خشم، الو؟  
آقای شهبازی: بله بله، صحبت کنید.

خانم فاطمه: جلوی خشم را نمی‌توانم بگیرم زیاد. مثلاً یک‌هو عصبانی می‌شوم همان لحظه می‌فهمم دارم اشتباه می‌کنم، ولی خب چه‌جوری بگویم مثلاً وقتی تنها هستم خیلی حالم خوب هست، ولی وقتی می‌روم بیرون این‌جوری نیست مثلاً. اتفاقی بشود

[تماس قطع شد.]



۹- آقای علی‌رضا از همدان

[سلام و احوال‌پرسی آقای علی‌رضا با آقای شهبازی]

آقای علی‌رضا: آقای شهبازی یک چندتا بیت هست. این دل ما مثل سنگ شده، این بیت‌ها اگر نرمش کنند و  
آلا خیلی سفت است. خواستم چندتا بیت بخوانم که شما فرمودید.

آقای شهبازی: بفرمایید.

آقای علی‌رضا:

هست احوالم خلاف همدگر

هر یکی با هم مخالف در اثر

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۱)

چونکه هر دم راه خود را می‌زنم

با دگر کس سازگاری چون کنم؟

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۲)

موج لشکرهای احوالم ببین

هر یکی با دیگری در جنگ و کین

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۳)

می‌نگر در خود چنین جنگ گران

پس چه مشغولی به جنگ دیگران؟

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۴)

یا مگر زین جنگ، حقت واخرد

در جهان صلح یک رنگت برد

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۵)

این جفای خلق با تو در جهان

گر بدانی، گنج زر آمد نهران

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۲۱)



## طالب است و غالب است آن کردگار تا ز هستی‌ها برآرد او دَمار

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۲۱۴)

## همچنین ز آغاز قرآن تا تمام رَفَض اسباب است و عِلّت، والسّلام

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۵۲۵)

## کشف این نه از عقل کارافزا بُود بندگی کن تا تو را پیدا شود

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۵۲۶)

رَفَض: دور انداختن، طرد کردن، ترک کردن

آقای شهبازی، این بیت‌ها خیلی کلیدی و جالب هستند، هرچه در خودم فکر می‌کنم نگاه می‌کنم می‌بینم دلم سنگ است، اصلاً سنگ است چه جوری باید نرم بشود؟ یکی این را می‌خواستم بگویم، یکی می‌خواستم بگویم حضرت حافظ می‌فرماید:

## سخن اندر دهان دوست شکر ولیکن گفته حافظ از آن به

(حافظ، دیوان غزلیات، غزل ۴۱۹)

این بیت‌های مولانا واقعاً دیگر بهتر از این‌ها یا حافظ و این‌ها دیگر نداریم در جهان از این طلایی‌تر! این‌ها بعضی‌ها می‌گویند چرا ما زودتر ندانستیم و این‌ها، این‌ها باور کن جایشان کنار قرآن کنار تاقچه هست. ما خیلی پیش پا افتاده می‌آوریم [صدا ناواضح] می‌کنیم. هر کدامش یک آیه از طرف خود خدا آمده. خیلی جالب است. یک زمان‌هایی حسرت می‌خورند مردمی که می‌گویند کاش ما آن زمان می‌شدیم که آقای شهبازی صحبت‌هایی با خودمان رو در رو می‌فرمود. ما قدر خودمان را نمی‌دانیم، قدر شما که الان داریم با شما کار می‌کنیم و این‌ها، همین جور الکی داریم از آن‌ها می‌گذریم و این‌ها.

چه بگویم من یکی خودم را می‌گویم، شما یک، حضرت ابراهیم یک بت‌شکنی بود آن زمان که بت‌های بیرونی را شکست. شما یک بت‌شکنی هستی که بت‌های درون انسان‌ها که تابو شده، من به شما لقب سلطانِ تابو را می‌دهم، یعنی بالاتر، یک تابوشکنی کردی که هرچه در جامعه بود دیگر به‌نظرمان پوچ می‌آید، بی‌ارزش می‌آید. هیچ چیزی ارزش ندارد به‌جز خداییت درونمان.

آقای شهبازی: آفرین!



**آقای علی‌رضا:** بله آقای شهبازی، شما یک تابوشکنی کردی مخصوصاً در این روزها که می‌بینیم راه را گم کردند. من خودم را می‌گویم راهم را گم کردم. با این مولانا کم‌کم داریم نرم می‌شویم، یواش یواش هر یک بی‌بی، یک مصرعی هی به ما تذکر می‌دهد، هی از درونمان می‌جوشد می‌آید بالا می‌گوید تو این کار را بکن، تو سلام کن، تو این نیستی.

خودمان مشغول هستیم، دیگر داریم کنار می‌آییم و با شعرهای مولانا خودمان را هماهنگ می‌کنیم.

**آقای شهبازی:** بله.

**آقای علی‌رضا:** آقای شهبازی عرضم تمام شد. فرمایشی ندارید شما؟

**آقای شهبازی:** عرضی ندارم. خیلی ممنون آقای علی‌رضا.

[خداحافظی آقای علی‌رضا و آقای شهبازی]



۱۰- آقای یونس از مالک‌آباد اراک

[سلام و احوال‌پرسی آقای یونس با آقای شهبازی]

**آقای یونس:** واقعیت این ذهن من چند وقتی هست اصلاً خیلی خالی هست، نه حرفی برای گفتن دارم، انگار سخت هست برای من صحبت کردن دیگر. یعنی با یکی از دوستانم که گنج حضوری هست با هم می‌رویم و می‌آییم انگار که می‌خواهم یک داستانی هم تعریف کنم انگار صحبت کردن دیگر برایم مشکل شده.

الآن هم یک چند وقتی بود چند باری سعی کرده بودم تماس بگیرم، حالا آن موقع مثلاً در آن حالت‌ها تجربه‌هایی بود دوست داشتم در میان بگذارم، نشد، حالا خیلی چند شب تماس تلاش کردم نشد، ولی امشب گفتم.

[تماس قطع شد.]



## ۱۱- آقای صابر از بابل با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی با آقای بیننده]

**آقای صابر:** من صابر هستم از بابل تماس می‌گیرم.

**آقای شهبازی:** بله آقای صابر بفرمایید.

**آقای صابر:** جناب شهبازی راستش من تقریباً، اول این‌که الان یک ذره هول شدم بعد این‌که تقریباً الان حدود یک سال است دارم برنامه شما را نگاه می‌کنم. متنی چیزی آماده نکردم. ولی این‌که من راستش یک مشکلی برایم پیش آمده بود یک سال قبل، تمام دار و ندارم رفته بود. بعد یک‌هویی من با صدای جناب سعید قویدل آشنا شدم، ایشان خودشان را شاگرد شما می‌دانند.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم، بله.

**آقای صابر:** من یک‌هویی با صدای ایشان آشنا شدم بعد از صدایشان خیلی خوشم آمد بعد ایشان را دنبال کردم. بعد یواش‌یواش این مشکلی که با این‌همه مثلاً بی‌پولی و این‌ها دیگر انگار که هیچ مشکلی نداشتیم. بعد ایشان که در برنامه‌شان در همان اینستا (Instagram) کلاً، من یک خرده هول شدم ببخشید.

**آقای شهبازی:** یک نفس عمیق بکشید، نفس عمیق بکشید، اصلاً عجله نکنید.

**آقای صابر:** جناب شهبازی می‌گویم الان بچه‌ها می‌گویند که ما هول می‌شویم من قبول نمی‌کردم، من متوجه نمی‌شدم، یعنی چه! ما این‌همه برنامه را گوش می‌دهیم، این‌همه داریم روی خودمان کار می‌کنیم، واقعاً هول می‌شوند، دیگر سخت است.

**آقای شهبازی:** بله سخت است، بله، بله این‌جا نشستن و حتی تلفن کردن سخت است. وقتی شما می‌دانید کسی،

**آقای صابر:** من خودم تعجب کردم که چطور، یعنی من سر دومین بار شما الان جواب دادید، من دفعات قبل چند بار تماس می‌گرفتم، چند بار تماس می‌گرفتم نمی‌شد، اصلاً این بار سر اولین دور، دومین دور جواب داد، خودم تعجب کردم خودم یعنی امیدی نداشتیم، واقعاً تعجب کردم.

بعد داشتیم می‌گفتم من از طریق آقای سعید قویدل با شما آشنا شدم. ایشان چه در دوره‌هایش چه در اینستاگرامش در همه‌چیز زیاد از شما نام می‌برد یعنی قانون جبران را قشنگ انجام می‌دهد.

**آقای شهبازی:** لطف دارند ایشان.



**آقای صابر:** من هم از طریق ایشان با شما آشنا شدم. بعد تقریباً یک سال است از آن زمانی که در ایران یک خرده شلوغی‌ها و این چیزها شده، اینستاگرام فیلتر شد و من دیگر نتوانستم ایشان را دنبال کنم فقط دوره‌هایشان را گوش می‌کردم. بعد دیگر انگار که مجبور شدم، چه‌جوری شد به این طرف کشیده شدم، چون در ذهنم بود که ایشان هی می‌گفتند برنامه گنج حضور، برنامه گنج حضور، من هم آدم این را دانلود کردم بعد شروع کردم برنامه شما را دنبال کردم.

بعد دیدم که من سی و سه سال سنم است، شما آن زمانی که شما برنامه را شروع کردید فکر کنم من تازه یازده دوازده سالم بوده آن دوره‌ای که شما برنامه را شروع کردید. هم‌ا‌ش می‌گویم آن همان اولین دوری که من شما را دیدم احساس کردم مثلاً بیست سال است شما را می‌شناسم. هم شما چهرتاً شبیه پدر من هستید هم تقریباً سن شما به اندازه پدر من است، به‌خاطر همین من شما را که دیدم همان لحظه اول شروع کردم، گفتم من باید این برنامه را ادامه بدهم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**آقای صابر:** البته الآن نمی‌دانم تأثیری در من ایجاد کرده یا نه را نمی‌دانم، ولی ادامه می‌دهیم. کلاً دیگر شب و روزم شدید شما، دارم ادامه می‌دهم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**آقای صابر:** بعد از شاگردهایتان که ماشاءالله هر کدامشان مثل همان جناب سعید قويدل، آن خانم فریبا، خانم پریسا شوشتری چه می‌دانم هر کدامشان برای خودشان واقعاً یک استادی هستند. من کسان دیگر را نتوانستم نمی‌توانم نام ببرم همه‌شان را، ولی واقعاً بچه‌های گنج حضور مثل برادرها و خواهرهای من می‌مانند و شما هم جای پدر من هستید، واقعاً شما جای پدر من هستید.

**آقای شهبازی:** خیلی ممنون.

**آقای صابر:** می‌خواستم بگویم شما واقعاً دارید کار بزرگی انجام می‌دهید.

**آقای شهبازی:** شما لطف دارید.

**آقای صابر:** از خدا می‌خواهم که شما را کمک کند که شما نتیجه زحماتتان را قشنگ، این غمی که در چهرتان هست تبدیل به خنده بشود. واقعاً شما که با خودتان مشکل ندارید. شما اگر همه بچه‌ها بیدار بشوند، همه



مردم بیدار بشوند، مطمئنم شما می‌خندید. شما در چهره‌تان آن خنده واقعاً می‌آید به چهره‌تان. من می‌دانم این غم در چهره‌تان به خاطر این است که مردم بیدار نمی‌شوند.

**آقای شهبازی:** نه من [خنده آقای شهبازی] خیلی ممنون.

**آقای صابر:** ما داریم ادامه می‌دهیم، برنامه شما را داریم ادامه می‌دهیم دیگر، حالا پناه بر خدا. امیدوارم که شما هم در همین راهتان تا برنامه ۱۰۰۰ خوب است، تا ۲۰۰۰ هم شما بروید. ما یعنی خیلی خوشبختیم که این همه زیبایی را داریم یک‌جا می‌بینیم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**آقای صابر:** می‌گویم من یک خرده هول شدم دارم سریع صحبت می‌کنم، ببخشید دیگر.

**آقای شهبازی:** نه اختیار دارید.

**آقای صابر:** حالا شما شاید یک جاهایی حرف بنده را متوجه نشده باشید، ببخشید دیگر حالا اولین بار بود.

**آقای شهبازی:** نه اختیار دارید، صحبت‌های شما کاملاً واضح، فقط توجه کنید که خانم فریبا یا آقای سعید که شما صحبتش را می‌کنید این‌ها شاگردهای من نیستند، این‌ها استاد‌های بنده هستند. کجا این‌ها شاگردهای من هستند؟ [خنده آقای شهبازی]

**آقای صابر:** این بزرگواران که خودشان را شاگرد شما می‌دانند، ما که دیگر هیچ اصلاً هیچ چیزی به حساب نمی‌آییم. می‌گویم این‌ها هر کدام برای خودشان استاد هستند. اصلاً از آن بچه‌های کوچک، خانم حورا، چه می‌دانم آن خانم هدیه واقعاً آدم در حیرت می‌ماند که این‌ها با این سن این قدر قشنگ بیدار شده‌اند، دیگر ما که.

**آقای شهبازی:** بله، بله. ممنونم، خیلی زیبا! خیلی خب با شما پس خداحافظی کنم اگر صحبت دیگری ندارید.

**آقای صابر:** ببخشید فقط که من نتوانستم قشنگ صحبت کنم. یک خرده هول شدم، شما ببخشید. بتوانم ان‌شاءالله روی خودم کار کنم، این مشکلم هم برطرف بشود دیگر.

**آقای شهبازی:** عالی، خیلی خوب صحبت کردید. شما اصلاً هیچ مشکل ندارید، خیلی هم خوب صحبت کردید، بهترین صحبت همین است و شما خیلی هم پیشرفت کردید. از طرز صحبت شما کاملاً واضح است که شما پیشرفت کردید، پیشرفت زیادی هم کردید. قدر خودتان را بدانید، قدر پیشرفتتان را هم بدانید، قدر مولانا را هم بدانید. بله، همین‌طور ادامه بدهید. ان‌شاءالله پیشرفتتان بیشتر هم خواهد شد. بله، بله بفرمایید.





**آقای صابر:** صد درصد، ببخشید جناب شهبازی می‌گویم شما این کاری که شما دارید می‌کنید واقعاً کار بزرگی است، ما واقعاً داریم استفاده می‌کنیم، امیدوارم که تا برنامه ۲۰۰۰ هم برود. واقعاً ما خیلی خوشبختیم که این همه زیبایی را داریم یکجا می‌بینیم.

انشاءالله که، این برنامه‌های زنده‌تان که واقعاً اصلاً یک حس دیگری دارد، حالا آن برنامه‌های چیز که جای خود دارد. واقعاً برنامه‌های زنده یعنی ما خیلی خوشبختیم که داریم برنامه‌های زنده شما را تک‌به‌تک داریم می‌بینیم. ممنونم، اگر امری ندارید.

**آقای شهبازی:** ممنونم، زنده باشید. عرضی ندارم.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای صابر]



## ۱۲- سخنان آقای شهبازی

توجه کنید که می‌فرمایید ۲۰۰۰، ان‌شاءالله که قسمت بشود حالا بیشتر از ۱۰۰۰ ما برنامه اجرا کنیم، ولی لزومی به این کار نیست، همین بگوییم که مثلاً فرض کن که الان ۹۷۱ تا برنامه اجرا شده، شما ده‌تا برنامه‌ی اخیر را خوب توجه کنید، برایتان کافی است.

این هم در نظر بگیرید که زندگی، خداوند می‌خواهد در شما حضور را به‌وجود بیاورد. ما دائماً تحت لطف زندگی هستیم، تحت جذبه هستیم، توجه می‌کنید؟

یعنی او می‌خواهد جنس خودش را از ذهن بیرون بیاورد، ما نمی‌گذاریم، می‌خواهیم من‌ذهنی را ادامه بدهیم، فرض کرده‌ایم که ما من‌ذهنی هستیم، به‌تدریج که شما حتی به ده‌تا برنامه، یک دانه حتی! همین برنامه ۹۷۰ را یا ۹۷۱ را شما خوب گوش کنید، خودتان می‌فهمید که این من‌ذهنی چیست و زندگی می‌خواهد با شما چکار کند. خودتان متوجه می‌شوید که این خرابکاری‌ها در زندگی‌تان به‌وسیله من‌ذهنی صورت گرفته و این اشتباه بوده که شما «من» اصلی‌تان را بگذارید کنار، منی که از طریق پریدن از فکری به فکر دیگر مثل یک فیلم سینمایی ایجاد می‌شود، آن را «من» حساب کنید و با عقل محدود و با دردهای آن زندگی کنید یا کار کنید و کارافزایی کنید.

فوراً متوجه می‌شوید که شما با من‌ذهنی زندگی را تبدیل به مسئله می‌کنید، به مانع می‌کنید، به دشمن می‌کنید، به درد می‌کنید، به کارافزایی می‌کنید. کارافزایی را متوجه می‌شوید. خانم می‌گفتند: کارم زود انجام می‌شود! بعضی موقع‌ها کار را ما اضافه می‌کنیم، کاری که در پنج دقیقه می‌تواند انجام بشود، بعضی موقع‌ها ممکن است پنج سال طول بکشد! من‌ذهنی می‌خواهد مسئله را ادامه بدهد.

شما از خودتان می‌پرسید همینی که دوستان می‌گویند، آقای صادق از ایلام به ما یاد دادند که باید «مفتی ضرورت» باشیم. به‌زودی یک ندایی در درون شما می‌گوید که آیا ضرورت دارد من این کار را بکنم؟

**گفت: مُفْتیِ ضرورت هم تویی**  
**بی‌ضرورت گر خوری مجرم شوی**  
 (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۳۰)

به‌زودی می‌پرسید آیا من الان دهنم را باز می‌کنم پشت‌سر یکی بد بگویم، این ضرورت دارد؟ من می‌خواهم سؤال کنم که آقا درآمد شما چقدر است؟ او هم می‌خواهد دروغ بگوید، می‌خواهد من‌ذهنی‌اش را نشان بدهد. لزومی دارد من چنین سؤال بکنم؟ لزومی دارد جست‌وجو کنم در زندگی مردم؟ که شخصاً شما چکار می‌کنید؟ لزومی



دارد من بدگویی کنم؟ لزومی دارد مثلاً من این مواد را بخورم که ضرر دارد برای من؟ چرا لزوم دارد؟ چه ضرورتی دارد؟ و ضرورت هم که می‌گوید هست «پرهیز به»، «و خوری باری ضمان آن بده».

ما جریمه می‌دهیم برای کارهایی که ضرورت ندارد. ضرورت را به‌زودی شما تشخیص می‌دهید. من می‌بینم هر موقع یک حرفی می‌زنم، فرض کن بنده یک مرد هستم، هر موقع راجع به برادر خانم مثلاً حرف می‌زنم یا به پدرشان، حساسیت دارد عصبانی می‌شود، ضرورت دارد من هی این حرف را بزنم؟ می‌بینید، نه!

در نتیجه شما به‌زودی تکنیک‌هایی حتی در عمل یاد می‌گیرید که فضاگشا باشید پرهیز کنید، خودتان پرهیز می‌کنید. یک کسانی توطئه کردند بر علیه یکی، به من می‌گویند تو هم شرکت کن، آیا ضرورت دارد؟ ضرورت دارد من بنشینم این‌جا پشت سر کسی حرف بزنم؟ نه. هیچ ضرورتی، می‌پرسند آخر این یک فایده پولی دارد؟ فایده روانی دارد؟ چه ضرورتی دارد؟ من احتیاج به این دارم؟ همیشه توجه کنید، گفت ما از جنس «احد صمد» هستیم، ما اصلاً از جنس خداوند هستیم، خداوند از جنس بی‌نیازی است و بی‌نهایت است، ما اصلاً چیزی از جهان بیرون احتیاج نداریم، بگوییم «مفتی ضرورت»، آیا من الآن از جنس احد و صمد هستیم؟ که از خاصیت‌های خداوند است، صفات خداوند است.

«صمد» یعنی من به آن چیزی که ذهنم نشان می‌دهد احتیاج ندارم. شما اگر این را بسنجید، می‌گویید نه من احتیاج ندارم. هر احتیاجی شما را بنده می‌کند. باور کنید نود و، بگویم دیگر با احتیاط صحبت می‌کنم، ۹۷ درصد نیازهای ما نیازهای ضروری نیست، نیازهای من‌ذهنی است. ضرورت دارد من الآن دیده بشوم در این مجلس؟ ضرورت دارد که من اختیار سخن را به‌دست بگیرم همه بگویند که عجب سخن‌وری است این! همه‌چیز را می‌داند! نه، ضرورت ندارد ضرورت ندارد من دیده بشوم.

شما می‌دانید بهترین حالت ما حالت تسلیم است، «که در تسلیم ما چون مردگانیم». ما هر لحظه منتظریم که زندگی به گوش ما چیزی بگوید، برای این‌که به گوش ما او چیزی بگوید، ما باید صفر باشیم، ما باید ادب داشته باشیم، ضرورت دارد من بی‌ادب بشوم؟ و الآن به‌جای حرف زندگی، حرف من‌ذهنی‌ام را به کرسی بنشانم؟ ضرورت دارد خداوند را امتحان کنم؟ نه، ضرورت ندارد.

شما به‌تدریج با این صحبت‌ها آشنا می‌شوید، ولی با یک روز، دو روز، نه، باید ادامه بدهید، ولی مفهوم کلی را با یک برنامه می‌توانید یاد بگیرید، یک برنامه را خوب گوش بدهید، مثلاً ۹۷۰ را گوش بدهید، ۹۷۱ را گوش بدهید، این دوتا برنامه را گوش بدهید، تقریباً همه‌چیز را شما یاد می‌گیرید.



۱۳ - آقای علی از بجنورد

[سلام و احوال‌پرسی آقای علی با آقای شهبازی]

آقای علی: علی هستم از بجنورد، می‌خواستم یک غزل قرائت کنم اگر اجازه بفرمایید.

آقای شهبازی: بله، بله، بفرمایید.

آقای علی: خواهش می‌کنم، با اجازه شما. [با آواز]

عارفان را شمع و شاهد نیست از بیرون خویش  
خون انگوری نخورده، باده‌شان هم خون خویش

هر کسی اندر جهان مجنون لیلی‌ای شدند  
عارفان لیلیِ خویش و دم‌به‌دم مجنون خویش

ساعتی میزان آنی، ساعتی موزون این  
بعد از این میزان خود شو، تا شوی موزون خویش

گر تو فرعون منی از مصر تن بیرون کنی  
در درون حالی ببینی موسی و هارون خویش

لنگری از گنج مادون بسته‌ای بر پای جان  
تا فروتر می‌روی هر روز با قارون خویش

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

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

زین سپس ما را مگو چونی و از چون درگذر  
چون ز چونی دم زند آن‌کس که شد بی‌چون خویش؟



باده غمگینان خورند و ما ز می خوش دل‌تریم  
رو به محبوسانِ غمِ ده ساقیا آفیونِ خویش

خون ما بر غم حرام و خونِ غم بر حلال  
هر غمی کو گردِ ما گردید، شد در خونِ خویش

باده گلگونه‌ست بر رخسارِ بیمارانِ غم  
ما خوش از رنگِ خودیم و چهره‌ گلگونِ خویش

من نیم موقوف نَفخِ صور همچون مردگان  
هر زمانم عشق جانی می‌دهد ز افسونِ خویش

در بهشت استبرقِ سبزست و خلخال و حریر  
عشق تقدم می‌دهد از اطلس و آکسونِ خویش

دی منجم گفت: دیدم طالعی داری تو سعد  
گفتمش: آری ولیک از ماهِ روزافزونِ خویش

مه که باشد با مه ما؟ کز جمال و طالعش  
نحسِ اکبر، سعدِ اکبر گشت بر گردونِ خویش

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۴۷)

ذالنون: ذالنون مصری از عارفان بزرگ که مواعظ او معروف است.  
استبرق: خرک، قلیپ، از الیاف این گیاه برای بافت پارچه‌های دلبا استفاده می‌شده.  
خلخال: حلقه یا زنجیری که برای زینت به مچ پا می‌اندازند.

اطلس: پارچه ابریشمی.

آکسون: رشته باریک و بلند.

سعد: خجسته، مبارک

نحس اکبر: ستاره زحل، بزرگ‌ترین شومی

سعد اکبر: ستاره مشتری، بزرگ‌ترین خوش‌یمنی

با اجازه شما قربان.

آقای شهبازی: آفرین، ماشالله، عالی، عالی، عالی!

آقای علی: تشکر ویژه از زحمتهای شما، عالی شما هستید.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای علی]



آقای شهبازی: چقدر زیبا! بله، این غزل‌ها را برای خودتان بخوانید. هر کسی برای خودش در خانه، هر جا، هر جا که دلتان می‌خواهد بخوانید، هم حفظ می‌شوید هم حالتان خوب می‌شود.

❖ ❖ ❖ پایان بخش اول ❖ ❖ ❖

گنجینه  
حفظ



## ۱۴- آقای پویا از آلمان

[سلام و احوال‌پرسی آقای پویا و آقای شهبازی]

**آقای پویا:** من یک متنی دارم، اگر اجازه بدهید با شما به اشتراک بگذارم.

**آقای شهبازی:** بفرمایید، بله.

**آقای پویا:** اسم متن هست: «انبساط در اتوبان»

### مُنْبَسَطُ بُوْدِيْمِ وَ يَكُ جَوْهَرِ هَمِه بِي سَرِّ وَ بِي پَا بُدِيْمِ اَنْ سَرِّ هَمِه (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۶۸۶)

در پروژه جدیدی که من در آن به‌کار گرفته شده‌ام، باید چند وقت یک بار به سر ساختمان رفت. کارگاه ساختمانی یک ساعتی با ماشین از خانه من فاصله دارد.

چهارشنبه‌روزی است و من طبق عادت در پای برنامه هستم که صبح زود آغاز شده‌است. سوار ماشین هستم در اتوبان به سمت کارگاه ساختمانی و در ماشین صدای برنامه زنده ۹۷۰ پخش می‌شود. ماشین با سرعتی حدود ۱۳۰ کیلومتر بر ساعت در حرکت است.

در نقطه‌ای از مسیر، اتوبان در حال تعمیر است و تابلوهای کاهش سرعت به ۸۰ کیلومتر دیده می‌شود. نه تنها باید سرعت را کم کرد، بلکه فضای بین ماشین‌ها هم کم می‌شود. یک باند از اتوبان کم می‌شود و ماشین‌ها ناخواسته به هم نزدیک‌تر می‌شوند و باید مقداری از مسیر را در چند سانتی‌متری از همدیگر بروند، یعنی اگر فردی در باند سمت چپ است، با ماشینی که در سمت راست کناری اوست، چند سانتی بیشتر فضا بینشان نیست. در سمت چپ هم بلوک‌های سیمانی قرار گرفته‌اند.

لحظه خطرناکی است و من بیشتر از همیشه حواسم را جمع می‌کنم. دقیقاً در همین لحظه است که آقای شهبازی به این جمله می‌رسند: «... یا اگر فضا نبود و ما فضا را نمی‌دیدیم، چه‌جوری می‌توانستیم اتومبیل‌هایمان از پهلو هم رد بشوند، به هم نخورد؟»

از این هم‌زمانی تعجب می‌کنم، چون تنها دغدغه من در آن چند دقیقه یا بهتر است بگویم چند ثانیه این است که به ماشین بغلی و یا بلوک سیمانی نخورم. با آگاه شدن به آن فضا تا چشم بر هم می‌گذارم دوباره ماشین‌ها از هم فاصله می‌گیرند و فضای بینشان بیشتر شده‌است.



ذهن ما هم همانند اتوبانی است که هر لحظه از فضای نه‌چیز فکری در آن زاییده می‌شود و با سرعت ۱۳۰ کیلومتر شروع به حرکت می‌کند. ویژ، ویژ، دو فکر رد شدند. این فکرها بیشتر که می‌شوند همچون اتومبیل‌های اتوبان هستند که از کنار هم رد می‌شوند.

ویژ، ویژ، دو فکر دیگر رد شدند. وقت‌هایی هم که فکرها این‌قدر زیاد شده‌اند که در اتوبان ترافیک است ما سردرد می‌گیریم. ویژ، ویژ، ویژ، ویژ، هی فکر پشت‌سرهم رد می‌شود.

ای از تو خاکی تن شده، تن فکرت و گفتن شده  
وز گفت و فکرت بس صور در غیب آبستن شده

هر صورتی پرورده‌ای، معنی‌ست، لیک افسرده‌ای  
صورت چو معنی شد، کنون آغاز را روشن شده

یخ را اگر بیند کسی و آنکس نداند اصل یخ  
چون دید کاخر آب شد، در اصل یخ بی‌ظن شده

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۸۱)

مولانا می‌گوید ما آن یک هشیاری هستیم که از جماد به نبات، از نبات به حیوان و از حیوان به انسان و از انسان به گفت و فکرت تبدیل شده‌است. آن یک هشیاری تن خاکی ما را تنید، فکر و گفت شدیم و از همین فکر و گفت هم در جهان غیب صورت‌ها پرورده شد. صورت‌هایی که ما نباید در آن‌ها گیر کنیم و افسرده شویم، بلکه باید به معنی رویم، به آغاز رویم و آن یک هشیاری مشترک را جست‌وجو کنیم. همانند یخی که آدمی نمی‌داند اصل یخ چیست، ولی وقتی یخ آب شود، انسان پی می‌برد که اصلش از آب است. همانند ما که وقتی فکرها فرومی‌ریزند ما می‌بینیم که ما آن اصل بودیم، ما آن فضای اتوبان بودیم نه ماشین‌ها.

مُنْبَسِطُ بُوْدِیْمُ وَ یَکُ جَوْهَرُ هَمَّه

بِی سَرِّ وَ بِی پَا بُدِیْمُ اَنْ سَرِّ هَمَّه

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۶۸۶)

همه ما قبل از آمدن به این دنیا منبسط بودیم و یک‌جوهر. شاید برای بینندگانی که اولین بار است که این برنامه را می‌بینند باورنکردنی باشد، ولی فرقی میان توی بیننده با آن کسی که از او کینه به دل داری و یا به او حسودی می‌کنی وجود ندارد. تو با او یک‌جوهری. فرقی میان آن کسی که لباسش پوشیده‌تر است با آن کسی که لباسی ندارد نیست.





جوهر انسانیت در همه یکسان است و فرقی نمی‌کند که ظاهر این جوهر چه باشد. ما در ابتدای خلقت همه بی‌سر و بی‌پا بودیم. ما همه آن یک سر بودیم که از آن فضا جدا شدیم و به ماده تبدیل شدیم. وجه مشترک تمام انسان‌ها در این کره خاکی توانایی و خاصیت منبسط شدنشان است.

وجه مشترک ما با کائنات آن فضایی هست که با چشمانمان دیده نمی‌شود، ولی وقتی آن فضا در مرکزمان منبسط‌تر شود، می‌توانیم آن فضا را هم در کائنات و در اطرافمان حس کنیم.

وقتی با کسی تلفنی صحبت می‌کنم و در آستانه ارتقاع گرفتن هستم، به آن فضا نگاه می‌کنم که بینمان است. سعی می‌کنم مستمع شوم تا آن فضا منبسط شود. مستمع که شویم، منبسط می‌شویم و از ارتقاع می‌افتیم.

**مُنْبَسِطٌ بُوْدِیْمُ وَ یَکُ جَوْهَرُ هَمَّه**

**بِی سَرِّ وَ بِی پَا بُدِیْمُ اَنْ سَرِّ هَمَّه**

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۶۸۶)

ویژ، ویژ، ویژ و هنوز فکرهای در اتوبان ذهن دارند رد می‌شوند.

**بِی کَلِیدِ، اَیْنِ دَرِ گِشَادَنِ رَهِ نِیْسْتِ**

**بِی طَلَبِ، نَانَ سُنَّتِ اَللهِ نِیْسْتِ**

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۸۷)

آقای پویا: خیلی ممنون که گوش دادید.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین! آفرین.

[خداحافظی آقای پویا و آقای شهبازی]



۱۵- خانم‌ها زرین و مبینا و تیارا و یکتا از زرین شهر اصفهان

[سلام و احوال‌پرسی خانم زرین و آقای شهبازی]

خانم زرین: زرین هستم، از زرین شهر اصفهان.

آقای شهبازی: بله خانم زرین، خواهش می‌کنم. بفرمایید.

خانم زرین: عذرخواهی می‌کنم استاد، مهمان داریم، یک خرده شلوغ بود.

آقای شهبازی: خیلی ممنون. بفرمایید.

خانم زرین: با اجازه‌تان.

هرچه گویی ای دم هستی از آن  
 پرده دیگر بر او بستی، بدان  
 (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۷۲۶)

می‌گویند ذهن فقط سبب‌سازی بلد است، نه چیز دیگری، ما نمی‌توانیم با ذهن خدا را بشناسیم و به ابدیت خداوند زنده شویم. هر چقدر با من‌ذهنی بخواهیم خدا را بشناسیم، پرده همانندگی و پندار کمال را بیشتر می‌کنیم.

بانگ می‌زد آتش ای گیجان گول  
 من نی‌ام آتش، منم چشمه قبول  
 (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۳۵)

این لحظه ما یاد گرفتیم این‌که هرچه علاقه نشان می‌دهیم، همان به مرکزمان می‌آید و باعث همانیده شدن می‌شود و ما فکر می‌کردیم این کار برای ما خوب است، غافل از آن‌که داشتیم آتش را وارد زندگی خودمان می‌کردیم و این‌که بخواهیم مرکزمان را عدم کنیم، در برابر اتفاقات فضاگشایی کنیم، ذهن به ما نشان می‌دهد آتش است، درحالی‌که آن آب است.

زیرا وقتی که می‌خواهیم همانندگی را برداریم و عدم را جایگزین کنیم سخت است، اما این سختی یک شادی ابدیت به ما می‌دهد. برعکس چیزهای جهان که جلوه و ظاهر خوبی دارند، اما تا وارد زندگی ما می‌شوند، تاریخ انقضا دارند و زود تبدیل به درد می‌شوند، برای همین است که می‌گوییم مرکز عدم، آب است.

عاشقِ صنَعِ توام در شکر و صبر  
 عاشقِ مصنوعِ کی باشم چو گبر؟  
 (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۰)



ما فکر می‌کردیم هر چقدر همانندگی‌ها و من‌ذهنی را بزرگ‌تر کنیم، حال و زندگی بهتری خواهیم داشت، اما درد روی درد گذاشتیم و مرکز عدم را روزبه‌روز کدرتر می‌کردیم. همین‌طور که بیت می‌گوید ما باید در برابر اتفاقات صبر کنیم تا مرکز عدم را به‌دست آوریم. هر چقدر برای مرکز عدم سختی بکشیم، دردهای من‌ذهنی کمتر می‌شوند و در فضای گشوده‌شده همیشه شاکر و صبور هستیم. ممنون استاد. تمام شد.

**آقای شهبازی:** خیلی زیبا، آفرین! کس دیگر هم هست صحبت کند؟

**خانم زرین:** بله استاد، هستند.

[خداحافظی خانم زرین و آقای شهبازی]

[سلام و احوال‌پرسی خانم مبینا و آقای شهبازی]

**خانم مبینا:** با اجازه‌تان.

**به تو سوگند بخوردم، که ازین شیوه نگردم  
بکنم شور و بگردم، به خدا و به خدایی  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۱۷)**

شیوه زندگی این است که در این لحظه، لحظه قبل وجود ندارد، پس فکر این لحظه باید تغییر کند در مورد گذشته و خداوند هر لحظه از طریق ما فکر جدید خلق می‌کند. این یعنی خدا را در لحظه، این من‌ذهنی کهنه است و مدام ما را در یک فکر که گذشته اتفاق افتاده‌است نگه می‌دارد و این‌گونه است که من‌ذهنی ما قوی می‌شود و ما باید از این فکرهای جهان جدا شویم تا بتوانیم بگذاریم خداوند فکر جدید به ما بدهد.

**گرچه با تو، شه نشیند بر زمین  
خویشتن بشناس و، نیکوتر نشین  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۴۱)**

خداوند می‌خواهد از طریق ما بی‌نهایت و ابدیت خداوند را زنده کند، اما باید اول خودمان را شناسایی کنیم و ببینیم که مشکلات و همانندگی‌های ما کجاها هستند تا بتوانیم آن‌ها را درست کنیم تا بتوانیم به ابدیت خداوند زنده شویم.

**بی‌ادب تنها نه خود را داشت بد  
بلکه آتش در همه آفاق زد  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۷۹)**



آفاق: جمع اُفق

مولانا می‌گوید هر انسانی یک افق است، یعنی این‌که هر انسانی محل طلوع خودش است. بی‌ادب به ما می‌گویند که عقل را می‌گیریم و می‌گذاریم که من‌ذهنی برای ما با استفاده از دید تاریک همانندگی تصمیم بگیرد و این باعث می‌شود دید ما نه‌تنها نورانی نباشد، بلکه تاریک هم بشود.

## صورتی را چون به دل ره می‌دهند

### از ندامت آخرش ده می‌دهند

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۴)

ده دادن: منجر شدن

هر چیزی که ذهن به ما نشان می‌دهد باعث همانیده شدن ما می‌شود و همین‌طور که در بیت قبل بیان کردم، دید ما تاریک و کدر می‌شود. هر همانندگی که به‌وجود می‌آید، آخر آن جدایی است و همه همانندگی‌ها تاریخ انقضا دارند که ما باید بدانیم هیچ‌چیز در این دنیا ابدی نیست. استاد تمام شد.

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

**خانم مبینا:** ممنونم استاد. خواهرهای کوچک‌ترم هم هستند، بله.

**آقای شهبازی:** خیلی خب، آفرین! بفرمایید.

[خداحافظی خانم مبینا و آقای شهبازی]

[سلام و احوال‌پرسی خانم تیارا و آقای شهبازی]

**آقای شهبازی:** اسمتان را هم بگویید.

**خانم تیارا:** تیارا هستم، دوازده‌ساله.

**آقای شهبازی:** بله تیارا خانم، بفرمایید.

**خانم تیارا:** با اجازه‌تان.

## ز آسمان حق، سکوت آید جواب

### چون بودَ جانا دعا نامُستجاب

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۸۳)

می‌گوید از آسمان خدا یعنی از طرف خدا جواب سکوت می‌آید. وقتی که ما با من‌ذهنی دعا می‌کنیم، دعای ما مستجاب نمی‌شود. دعا‌هایی که چیزی از خدا می‌خواهند، دعای من‌ذهنی است، بلکه اگر من‌ذهنی نبود، کسی از خدا چیزی نمی‌خواست. اگر ما از جنس این لحظه نباشیم، خدا صدایمان را نمی‌شنود، دعایمان هم مستجاب



نمی‌شود و اگر بیایم به این لحظه، هیچ وقت به خدا نمی‌گوییم که به من چیزی بده، آن وقت یکی شدن با خدا برایمان کافی است.

استاد تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین، آفرین!

خانم تیارا: ممنون استاد.

آقای شهبازی: خب یکتا هم هست؟

خانم تیارا: بله استاد. با اجازه‌تان گوشی را بدهم به او.

[خداحافظی خانم تیارا و آقای شهبازی]

[سلام و احوال‌پرسی خانم یکتا و آقای شهبازی]

خانم یکتا: یکتا هستم، هشت‌ساله.

آقای شهبازی: هشت‌ساله، آفرین! بفرمایید.

خانم یکتا: استاد می‌خواهم چند بیت از برنامه ۹۷۱ بخوانم.

آقای شهبازی: آفرین! بفرمایید.

خانم یکتا:

چه چگونه بُد عدم را؟ چه نشان نهی قَدَم را؟

نگر اولین قَدَم را که تو بس نکو نهادی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۴۲)

قَدَم: دیرینگی، قدیم (مقابل حدوث)

گفت شیطان که بما آغویتنی

کرد فعل خود نهان، دیو دنی

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۴۸۸)

«شیطان به خداوند گفت که تو مرا گمراه کردی. او گمراهی خود را به حضرت حق، نسبت داد و آن دیو فرومایه،

کار خود را پنهان داشت.»



دُئی: فرومایه، پست

گفت آدم که ظَلَمْنَا نَفْسَنَا  
او ز فعل حق نَبَدُ غافل چو ما  
(مولوی، مثنوی، دفتر اوّل، بیت ۱۴۸۹)

«ولی حضرت آدم گفت: «پروردگارا، ما به خود ستم کردیم.» و او همچون ما از حکمتِ کار حضرت حق بی‌خبر نبود.»

قبض دیدی چاره آن قبض کن  
زان‌که سرها جمله می‌روید ز بُن  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۲)

بسط دیدی، بسط خود را آب ده  
چون برآید میوه، با اصحاب ده  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۳)

بُن: ریشه

تمام شد استاد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین، آفرین! خب معانی این شعرها را هم شما می‌دانید دیگر، نه؟ نمی‌خواهم بپرسم، ولی شما می‌دانید. خیلی خب.

خانم یکتا: بله استاد.

آقای شهبازی: خیلی خب. خیلی خب. آفرین! آفرین.

[خداحافظی خانم یکتا و آقای شهبازی]



۱۶- آقای شاپور عبودی با سخنان آقای شهبازی  
[سلام و احوال‌پرسی آقای عبودی با آقای شهبازی]

آقای عبودی:

مکن ای دوست، نشاید که بخوانند و نیایی  
و اگر نیز بیایی، بروی زود، نیایی

هله ای دیده و نورم، گه آن شد که بشورم  
پی موسی تو طورم، شدی از طور، کجایی؟  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۱۷)

با شنیدن غزل ۲۸۱۷ در یک لحظه غزل ۵۶۷ تداعی می‌شود که موضوع برنامه هفته‌های پیش بود.

تو خورشید جهان باشی، ز چشم ما نهران باشی  
تو خود این را روا داری؟ و آنگه این روا باشد؟  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۶۷)

شایسته نیست که با چشم بدون ناظر خود را از دیدن او محروم کنیم. تنها راه برای مستقر شدن در این لحظه جاودانه و رسیدن به حضور، متلاشی کردن کوه کور من‌ذهنی است. ما در دامنه کوه وابستگی‌ها ایستادیم و با سرک کشیدن به چپ و راست می‌خواهیم آن طرف کوه را ببینیم. تا وقتی که این کوه پابرجاست، هیچ افقی در چشم‌انداز ما نیست. اگر می‌خواهیم که پرده‌های جهل را شناسایی و پاره کنیم باید با چشم او ببینیم.

چشم او یَنْظُرُ بِنُورِ اللَّهِ شده  
پرده‌های جهل را خَارِقِ بُدَه  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۸۰)

خارق: شکافنده، پاره‌کننده

شرط، تعظیم است، تا این نور خوش  
گردد این بی‌دیدگان را سُرْمَه‌کش  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۴)

نور یابد مستعد تیزگوش



## کو نباشد عاشقِ ظلمتِ چو موش

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۵)

با چشم او دیدن نیاز به تبدیل شدن دارد.

این جهان منتظم محشر شود

گر دو دیده مُبَدَل و انور شود

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۸۲۷)

مُبدَل: تبدیل شده

دیده‌ای که اندر نعاسی شد پدید

کی تواند جز خیال و نیست دید؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۳۳)

مولانا به ما این نوید را می‌دهد که هنگام شورش علیه این ستیزه‌گری‌ها و بی‌ادبی‌هاست.

هرچه غیر شورش و دیوانگی‌ست

اندرین ره دوری و بیگانگی‌ست

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۶۰۹)

در غزل ۱۱۵۴ دارند:

به چشم نفس نشد روی ماهِ او دیدن

که نفس می‌نگشاید به سوی شاه نظر

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۱۵۴)

و غزل ۳۰۴۵

به چشم عشق توان دید روی یوسف جان را

تو چشم عشق نداری تو مرد وهم و قیاسی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۴۵)

در صورت تبدیل نشدن هرچه در چشم‌انداز ماست، خیالاتی بیهوده است.

غیر معشوق ار تماشایی بُود

عشق نَبُود، هرزه سودایی بُود

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۸۷)





چشمی که از وصال حقیقت وجود، درخشندگی نداشته باشد و شادی در آن موج نزند، همان بهتر که نبیند.

دیده کو نبود ز وصلش در فره  
آن چنان دیده سپید و کور، به  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۱۷۰)

فره: خوب، پسندیده، بسیار زیاد.

ما طبیب همه دردها را رها کردیم و سراغ خرافات و جادو و جنبل رفتیم و مدام از دردها می‌نالیم. بی‌ادبی و ستیزه‌گری، ضرورت زندگی ما شده و عاقبت و جریمه آن درد روی درد شده.

پس تو را هر غم که پیش آید ز درد  
بر کسی تهمت منه، بر خویش گرد  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۱۳)

عاشقان از درد زان نالیده‌اند  
که نظر ناجایگه مالیده‌اند  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۹)

کاسه خود را وارونه گذاشتیم و با ذهن می‌گوییم که چرا باران رحمتش بر ما نمی‌بارد؟! در صورتی که به قول سعدی:

باران که در لطافت طبعش خلاف نیست  
در باغ لاله روید و در شوره بوم خس  
(سعدی، گلستان، باب اول در سیرت پادشاهان، حکایت ۴)

و دفتر اول ۳۰۸۹ دارند:

چون شما را حاجت طاحون نماند  
آب را در جوی اصلی باز راند  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۰۸۹)

و در دفتر دوم بیت ۲۸۲۴:

قسمت خود، خود بریدی تو ز جهل  
قسمت خود را فزاید مرد اهل  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۸۲۴)



مردِ اهل: انسانِ لایق، شایسته و سزاوار.

از روی ناز و بی‌ادبی به او پشت کردیم و از او می‌خواهیم که خودش را به ما نشان بدهد.

نقش وفا وی کند، پشت به ما کی کند  
پشت ندارد چو شمع، او همگی روست روست  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۶۶)

در دفتر سوم، ۴۱۳۹ دارند:

هر که از خورشید باشد پشت گرم  
سخت‌رو باشد، نه بیم او را، نه شرم  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۳۹)

و دفتر پنجم، ۳۲۸:

قبله جان را چو پنهان کرده‌اند  
هر کسی رو جانبی آورده‌اند  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۲۸)

ناز را رویی نباید هم‌چو ورد  
چون نداری، گرد بدخویی مگرد  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۹۰۶)

پیش یوسف، نازش و خوبی مکن  
جز نیاز و آه یعقوبی مکن  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۹۰۸)

گر زنی بر نازنین‌تر از خودت  
در تگ هفتم زمین، زیر آردت  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۳۰۶)

تگ: نه، پایین‌ترین نقطه

اگر وقت هست جناب شهبازی چند بیت در این رابطه خدمتتان ارائه بدهم.



**آقای شهبازی:** بله، بله. و چقدر خوب بوده! آفرین! عالی، عالی، عالی! ماشاءالله. به‌به! خوشا به حال ما، خوشا به حال مردم! همین بیت‌هایی که تا این‌جا خواندید، واقعاً ما درست معنی کنیم و زندگی‌مان را می‌توانیم با آن‌ها درست کنیم. آفرین! بفرمایید. در خدمتتان هستیم، نه هر چقدر می‌خواهید صحبت کنید.

**آقای عبودی:** خواهش می‌کنم. عالی شما هستید. با اجازه‌تان.

چون به حق بیدار نبود جان ما

هست بیداری، چو دربندان ما

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۱۰)

دربندان: در محاصره ماندن، بسته شدن راه وصول به حق

دیده ما چون بسی علت دروست

رو فنا کن دید خود در دید دوست

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۲۱)

علت: بیماری

گر به جهل آییم، آن زندان اوست

ور به علم آییم، آن ایوان اوست

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۵۱۰)

خویشتن مشغول می‌سازند و غرق

چشم می‌دزدند زین لمعان برق

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۰۲۵)

مرد سُفلی دشمن بالا بود

مشتري هر مکان پیدا بود

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۳۸۸)

پر فکر شد گل آلود و گران

زان که گل خواری، تو را گل شد چو نان

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۸۷۱)

ور تو ریو خویشتن را منکری

از ترازو و آینه، کی جان بری؟

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۵۸۳)



بشکن آن شیشه کبود و زرد را  
تا شناسی گرد را و مرد را  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۹۵۹)

خوی کن بی‌شیشه دیدن نور را  
تا چو شیشه بشکند نبود عمی  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۹۹۱)

تلخ، با تلخان، یقین ملحق شود  
کی دم باطل، قرین حق شود؟  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۷۶)

باطلان را چه رُباید؟ باطلی  
عاطلان را چه خوش آید؟ عاطلی  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۰۵۵)

گام زآن سان نه که نابینا نهد  
تا که پا از چاه و از سگ وارهد  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۹)

گام در صحرای دل باید نهاد  
زآن‌که در صحرای گل نبود گشاد  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۵۱۴)

هین مدو گستاخ در دشت بلا  
هین مران کورانه اندر کربلا  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۸۳۲)

پا برهنه چون رَوَد در خارزار؟  
جز به وقفه و فِکرت و پرهیزگار  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۸۳۵)



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

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۳۹)

خیلی ممنون جناب شهبازی.

**آقای شهبازی:** خیلی زیبا، خیلی زیبا، آفرین! می‌شود این‌ها را هرچه زودتر بفرستید به ما؟ این ابیات را؟ بله، اگر هم خوانده‌اید، این ضبط شده همین‌طور آن را هم بفرستید. البته صدا یک کمی پایین بود، ولی خب دیگر.

**آقای عبودی:** بله، بعد فایل صوتی‌اش را هم تهیه می‌کنم خدمتان می‌فرستم.

**آقای شهبازی:** به‌به! بله، بله. عالی می‌شود، عالی می‌شود. ممنون از زحمات‌ها و این بینشتان واقعاً، خوشا به حال مردم، ما، و شما تعجب نمی‌کنید که این ابیات را از طریق تلویزیون پخش می‌کنیم ما، همه می‌شنوند، این‌ها

ابیات زنده‌کننده هستند. واقعاً شکر باید بکنیم. شما چه می‌گویید؟ **[خنده آقای شهبازی]**

**آقای عبودی:** نعمت بزرگی است که به‌قول معروف در دوران ما پیش آمده و شما با ازخودگذشتگی هم از مال هم از وقت و به‌اصطلاح ترویج دانش مولانا دست همه را گرفتید آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** خب ما که کاره‌ای نیستیم. شما را نگاه کنید که با بینش عالی خودتان این ابیات را بغل هم می‌چینید، اندکی هم تفسیر می‌کنید، خیلی خلاصه. این‌ها در اندرون بودند، از آن می‌کشید بیرون و ارائه می‌کنید.

امیدوارم مردم قدرش را بدانند واقعاً. ممنونم از شما.

**آقای عبودی:** خواهش می‌کنم.

**[خداحافظی آقای عبودی با آقای شهبازی]**

**آقای شهبازی:** بله واقعاً قدرشناسی می‌خواهد، امیدوارم شما مردم، هم قدر مولانا را بدانید، هم این‌که این بینندگان ما خیلی فرزانه هستند. واقعاً محقق هستند، این ابیات را یک‌جا جمع کردن و با این ترتیب و با این ارتباط به هم به‌صورت یک طرح ارائه کردن، خیلی خیلی مهم است.

همین پیغام ایشان می‌تواند هر هفته در ذهن را بیدار کند. همین پیغام، همین هفت هشت دقیقه بود. این ابیات را شما تکرار کنید، اثرش را خواهید دید. عالی.

۱۷- خانم پروین از استان مرکزی

[سلام و احوال‌پرسی خانم پروین و آقای شهبازی]

آقای شهبازی: خیلی وقت است خبر نداریم. شما ما را محروم کردید از پیغام‌هایتان.

خانم پروین: خواهش می‌کنم استاد. سعادت نداشتم این مدت پیغامی آماده کنم که زنگ بزنم. کم سعادت از ماست.

آقای شهبازی: خیلی ممنون. بفرمایید.

خانم پروین: با اجازه،

### از سخن‌گویی مجوید ارتفاع

### منتظر را به ز گفتن، استماع

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۱۶)

یکی از راه‌هایی که انرژی زیادی از ما می‌گیرد و ما را از توجه به خویش دور می‌کند، حرف زدن است، هرچه ما بیشتر حرف می‌زنیم، گفت‌وگوهای ذهنی بیشتری هم برای خود می‌آفرینیم و سبب تقویت و فربه شدن من‌ذهنی خود می‌شویم.

من‌ذهنی همواره به دنبال دیده شدن و مورد توجه قرار گرفتن است و زمانی که حرف می‌زند و اظهار فضل می‌کند، ارتفاع می‌گیرد و حس وجود می‌کند. زمانی هم که اوضاع و شرایط برای حرف زدن و دیده شدن او در یک مجلس فراهم نیست و یا موضوع صحبت، مورد علاقه‌اش نیست و فرصت دیده شدن و حس وجود ندارد، احساس کوچکی می‌کند و حضور در آن محفل برایش غیرقابل تحمل می‌شود.

مولانا و همه بزرگان ما را به خاموشی و سکوت توصیه می‌کنند. ما دو گوش داریم و یک زبان، بنابراین دو برابر آنچه که می‌گوییم باید شنونده باشیم، مگر این‌که فضا در درون ما باز شده باشد و از آن فضای گشوده سخن بگوییم که در این صورت کلام ما از جنس نور است و می‌تواند روی دیگران اثر بگذارد و سبب ارتعاش زندگی در آن‌ها شود.

### حرام دارم با مردمان سخن گفتن و چون حدیث تو آید سخن دراز کنم

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۲۴)



مولانا می‌فرماید من جز به ضرورت با کسی سخن نمی‌گویم، اما وقتی سخن از تو به میان می‌آید و از نور و حضور و وصال معشوق سخن به میان می‌آید، سخن من طولانی می‌شود.

هیچ‌چیز به‌اندازه بحث و جدل کردن و این‌که بخواهیم دیگران را قانع کنیم و یا به آن‌ها ثابت کنیم حق با ماست و چیزی که ما می‌گوییم درست است و ما بهتر و بیشتر از آن‌ها می‌فهمیم، انرژی حیاتی ما را نمی‌گیرد و سبب بدخویی و خالی شدن ما نمی‌شود. نود درصد از انرژی ما را که باید صرف صعود و رشد معنوی ما شود، حرف‌های بیهوده از ما می‌گیرد.

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

حَبْر: دانشمند، دانا  
سَنی: رفیع، بلند مرتبه

ما هر لحظه از طریق حواس پنج‌گانه، پنج ورودی، در حال خوردن چیزهایی هستیم که یا انرژی زندگی را در ما افزایش می‌دهند و سبب صعود و نزدیکی ما به خود حقیقی‌مان می‌شوند و یا از انرژی ما می‌کاهند و ما را از مرکز وجودمان دور می‌کنند و بر حجاب‌های نفسانی ما می‌افزایند.

پس باید بسیار مراقب حواس پنج‌گانه خود باشیم که از صبح که بیدار می‌شویم چه می‌بینیم، به چه گوش می‌دهیم، چه لمس می‌کنیم و چه می‌خوریم. حواس پنج‌گانه ما درهای ورودی ما به روحمان هستند، اگر ما از طریق این درب‌ها از مرکز وجودمان محافظت نکنیم و با کسانی قرین شویم و معاشرت کنیم که حواس ما را تحت انرژی‌های تاریک قرار می‌دهند، بیشتر از پیش بر زنگارهای وجود ما افزوده می‌شود و رهایی از من‌ذهنی دشوارتر.

کسانی که خیلی حرف می‌زنند و حرف‌های آن‌ها بیشتر از جنس شکوه و شکایت و غرغر و ناشکری و غیبت و تهمت و سرزنش و قضاوت و غم و بیچارگی و بدبختی و مریضی و گرانی و سیاست است، این‌ها به‌شدت انرژی ما را می‌خورند و فرکانس ما را پایین می‌آورند. بنابراین به‌شدت باید از این‌گونه افراد دوری کنیم.

## من غلامِ قمرم غیرِ قمر هیچ مگو پیشِ من جز سخنِ شمع و شکر هیچ مگو (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۱۹)



مولانا می‌گوید از شادی بگو از شکر بگو از خوشبختی بگو، از نور بگو، چیزی بگو که سازنده باشد، حرفی بزن که بالا برنده و سودمند باشد.

مولانا می‌فرماید: «من نور خورم که قوت جانست». غزل ۳۷۲. دهان جای مقدسی است، دهان را به کلام خوب و کلام نور، کلام خداوند عطرآگین کنید، سخنان زشت و منفی، دهان و نهان‌خانه ما را آلوده می‌کنند.

## پنبه‌ها در گوش کن تا نشنوی هر نکته‌ای

### زانک روح ساده تو زنگ‌ها را قابلست

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۰۳)

انسانی که می‌خواهد به بیداری برسد، نمی‌تواند به هر چیزی توجه کند، هرچه ورودی‌های ما بیشتر باشد، ذهن ما هم فعال‌تر می‌شود و چیزی که من‌های ذهنی بزرگ در جهان برنامه‌ریزی می‌کنند این است که انسان‌ها هیچ‌وقت به بیداری نرسند و برای این‌که ما به بیداری نرسیم، باید ما را به من‌ذهنی نزدیک‌تر کنند، چگونه؟ از طریق رسانه، از طریق تغذیه نامناسب، از طریق تبلیغات، از طریق ایجاد ترس‌های ذهنی، با اخبار ترسناک و نگران‌کننده، گرانی، تورم، بیماری، با این اخبار که جهان رو به نابودی است، قحطی و خشکسالی در پیش است و جهان رو به نابودی می‌رود و از این طریق انسان‌ها را دائماً در ترس و نگرانی و استرس نگه می‌دارند و در واقع کاری می‌کنند که انسان بیشتر خیالی به نام ماده را باور کند و قدرتش محدود و محدودتر شود، چون آن‌ها تنها کسانی را می‌توانند تحت کنترل خود در بیاورند که به بیداری نرسیده باشند و خود را بیشتر و بیشتر با من‌ذهنی کوچک و محدود یکی بدانند.

یکی از راه‌های مراقبت از گوش جان، مراقبت از گوش جسم است. باید مراقب باشیم که به چه و به که گوش می‌دهیم. آهنگ‌ها و موسیقی‌هایی که گوش می‌دهیم، بسیار روی ما اثر می‌گذارند.

و باورهایی را در ناخودآگاه ما می‌کارند که همه زندگی ما را تحت تأثیر قرار می‌دهد. بنابراین باید بسیار مراقب باشیم که جز زیبایی نبینیم، جز زیبایی نشنویم و جز زیبایی نگوییم. فقط اشعار آسمانی بزرگان که با موسیقی‌های آسمانی اجرا می‌شود، گوش دهیم و از گوش دادن به موسیقی‌هایی که ممکن است حتی شاد خوانده شوند، ولی مضمون شعر آن منفی و القاکننده باورهای غلط ذهنی است، دوری کنیم.

مولانا می‌فرماید اگر می‌خواهی به اسرار الهی پی ببری و گوش جانت باز شود، باید گوش سرت کر شود، چون گوش سر، پنبه گوش سر و باطنی توست و تا وقتی که تو در بند چیزهایی هستی که با گوش جسمی از بیرون می‌شنوی و تحت تأثیر آن‌ها قرار می‌گیری، نمی‌توانی ندای درونت را که تو را به سوی خود می‌خواند، بشنوی.





پنبه اندر گوشِ حَسِّ دُونِ کُنید  
بندِ حَسِّ از چشمِ خود بیرون کُنید  
(مولوی، مثنوی، دفتر اوّل، بیت ۵۶۶)

پنبهٔ آن گوشِ سِرِّ، گوشِ سَرِ است  
تا نگرَد این کَرِّ، آن باطنِ، کَرِ است  
(مولوی، مثنوی، دفتر اوّل، بیت ۵۶۷)

بی حَسِّ و بی گوشِ و بی فکرَت شوید  
تا خِطابِ اِرْجعی را بشنوید  
(مولوی، مثنوی، دفتر اوّل، بیت ۵۶۸)

«اگر می‌خواهید خطاب (به سوی من برگردید) حق تعالی را بشنوید باید از قید و بند حواس ظاهر و گوش ظاهر و عقل جزئی دنیا طلب رها شوید.»

پنبه در گوش کردن: کنایه از بستن گوش و ترک شنیدن  
فکرت: اندیشه

-----  
خیلی ممنون استاد، تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین، آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم پروین]

## ۱۸ - خانم زینب از کرج با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی خانم زینب و آقای شهبازی]

**خانم زینب:** آقای شهبازی یک نکته‌ای را می‌خواستم بگویم راجع به این موضوع که من الان جدیداً که بیت‌های مولانا را هی تکرار می‌کنم خیلی جالب است، دیگر آن بیت را بیت نمی‌بینم، یعنی احساس می‌کنم که آن بیت داخلش یک داستانی است. یعنی انگار آن بیت، خیلی جالب است که آقای شهبازی مولانا هر بیتی که دارد، وقتی که روی آن بیت خیلی تمرکز می‌شود یا خیلی مراقبه می‌شود یا خیلی تکرار می‌شود، آن بیت شبیه تصویر درمی‌آید در ذهن آدم.

**آقای شهبازی:** بله.

**خانم زینب:** و آدم انگار رو به یک تصویر و یک تابلویی نگاه می‌کند.

**آقای شهبازی:** آفرین.

**خانم زینب:** و گاهی اوقات آدم اصلاً شاید آن بیت را کلماتش را دیگر به یادش نیاورد ولی تصویر آن بیت در ذهنش حک شده.

**آقای شهبازی:** بله بله.

**خانم زینب:** خیلی جالب است یکی از مفاهیم بیت‌هایش این بود که حدث را مالیدی به صورتت و داری ناز می‌کنی.

**آقای شهبازی:** بله.

**خانم زینب:** آقای شهبازی من حتی الان کلمات آن بیت یادم نیست ولی دارم می‌گویم که این شکل آن بیت در ذهن من انگار کشیده شد و من به قدری این تصویر زشت آمد در ذهنم که آدم صورتش حدث بمالد و شروع کند به ناز کردن. چقدر یک آدم می‌تواند چنندش و زشت باشد که چنین کاری بکند یا چقدر، چقدر تصویر بدی است. چقدر یک تصویری است که اصلاً خیلی مضحک است، خیلی. و ما وقتی که پیش خداوند بی‌ادب هستیم و سر تعظیم فرود نمی‌آوریم و تسلیم نمی‌شویم و سکوت نمی‌کنیم، شبیه همان حدث مالیدن به صورتمان و ناز کردن می‌شود.

**آقای شهبازی:** خیلی جالب است، قبلاً من اصلاً بیت‌ها را این‌طوری نمی‌دیدم، یعنی کلمه می‌دیدم، ولی الان در ذهنم به صورت کلمات نیستند، شبیه تصویر درمی‌آیند آن بیت‌ها. و خیلی جالب است که هر بیت انگار می‌شود یک تابلو و می‌رود در گوشه ذهن من آن تابلو ذخیره می‌شود و به موقعش می‌آید جلوی چشم و می‌بینم.



آقای شهبازی: آفرین.

**خانم زینب:** یکی این نکته را می‌خواستم بگویم. ممنونم، ممنون از شما، آفرین بر شما که این کار را با ما کردید به کمک مولانا. آقای شهبازی نکته دیگری هم که می‌خواستم بگویم این بود که آقای شهبازی من من‌ذهنی دیدم یک کاری می‌کند، می‌آید می‌گوید که خوب ببین برای ساعت کاری‌ات این قدر وقت می‌گذاری، برای درست این قدر وقت می‌گذاری، این قدر می‌گذاری ورزش می‌کنی، این قدر هم معنویت کار کن.

دیدم که این آمده معنویت، این کار معنوی من را، خرسَم است دیگر، دوست شدیم با هم، آمده این کار معنوی من را هم سطح کارهای دیگر کرده. یعنی دارد می‌گوید خوب اگر آن چهار ساعت آن کار را می‌کنی، چهار ساعت هم بیا روی خودت کار کن، خوب است دیگر، بس است دیگر، خوب هم داری پیشرفت می‌کنی، داری می‌روی جلو.

آقای شهبازی من احساس کردم که این من‌ذهنی یعنی یک جورهایی احساس خطر می‌کند اگر من بیایم تایم بیشتری از کارهای دیگر بگذارم روی معنویت.

آقای شهبازی: بله.

**خانم زینب:** و این دارد هی با من مدارا می‌کند که خوب بس است دیگر، چهار ساعت بس است بیشترش نکن. در صورتی که آقای شهبازی این مولانا ریشه وجود من است.

آقای شهبازی: آفرین.

**خانم زینب:** من باید بیشترین تایم زندگی‌ام را، که حالا بگویم ۲۴ ساعت است، بیشترین تایم را بگذارم روی این موضوع و ریشه‌ام را قوی بکنم و ریشه‌ام را سالم بکنم و ریشه‌ام را پرورش بدهم، و حالا کنار آن ریشه که پرورش پیدا کرده می‌آید بعد کاری من، بعد تحصیلی من، بعد رابطه من، بعد اجتماعی من، آن وقت تقویت و سالم می‌شود، نه این‌که من بیایم حالا این ریشه را هم بگویم هر چقدر که به شاخه می‌پردازم به ریشه هم بپردازم، نه! اصل مطلب ریشه است، اگر این ریشه نباشد، شاخه‌ای نیست، تنه‌ای نیست، میوه‌ای نیست.

یعنی نباید این من‌ذهنی این بحث معنویت را، اندازه کار کردنش را، حد و حدود برایش بگذارم، بگویم خوب بس است، کافی است. یعنی از تمام فرصت‌ها باید استفاده کرد روی معنویت کار کرد. اگر کار ما نیاز به تمرکز بالایی ندارد، در ساعت‌های کاری هم این باید در گوش ما باشد. در پیاده‌روی، در رانندگی، در آشپزی، در تمام مسائل این باید کنار ما باشد. حالا جایی که نیاز به تمرکز ذهنی هست و نمی‌شود آنجا کار کرد رها بشود، و گرنه به‌جز این مسئله، فقط باید روی معنویت کار کرد.



آقای شهبازی من این پیغام را می‌خواستم بگویم، ان‌شاءالله که مفید واقع شده باشد.

**آقای شهبازی:** خیلی زیبا، بله، بله.

**خانم زینب:** مرسی از وقتی که در اختیار من گذاشتید.

**آقای شهبازی:** در ضمن هر کاری که پیش می‌آید یک موردی است برای تمرین معنوی. شما باید ببینید که آیا می‌توانید فضاگشا باشید وقتی با همسران، با بچه‌تان، با مشتری‌تان دارید حرف می‌زنید، تبادل اطلاعات می‌کنید؟ آیا بین جملاتان، بین خودتان و آن شخص فضا وجود دارد؟ شما هر لحظه فضاگشایی می‌کنید؟ اصلاً الان فضا گشوده است؟ شما از عقل محدود خودتان استفاده می‌کنید یا از عقل زندگی؟

هر کاری بهانه‌ای است برای به‌کار بردن عقل کل، نه عقل محدود من‌ذهنی که همراه با درد است، نه برای خشمگین شدن، نه برای نگران شدن، نه برای نصیحت کردن. برای به‌کار بردن عقل کل یا بیان زندگی، اجازه می‌دهید که زندگی خودش را از طریق شما در جهت‌های مختلف بیان کند. شما باید ببینید که یک خرد دیگری دارید، الان دارد کار می‌کند و ناظر آن باشید، شاهد باشید که شما خردمندانه دارید عمل می‌کنید.

و باید تیز باشید لحظه‌به‌لحظه این موضوع با شما باشد، یک‌دفعه یک چیزی نیاید مرکزتان، دوباره از جنس جسم بشوید بروید به سبب‌سازی ذهن. پس بنابراین هر چیزی، هر کاری که پیش می‌آید، هر وضعیتی، برای تمرین معنوی شماست.

آن بیت را که دائماً می‌خوانید شما هم که «ننگرم کس را و گر هم بنگرم»

**خانم زینب:**

## او بهانه باشد و تو منظر

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۵۹)

**آقای شهبازی:** یعنی هر لحظه این امتحان برای ما هست که آیا منظرمان زندگی یا خداوند است یا نه مرکزمان جسم است؟

**خانم زینب:** آقای شهبازی این خیلی گم می‌شود دیگر، آن دیده که آن لحظه، آن شخص را مثلاً می‌گویم، مدیرم را، صاحب‌خانم را، همکارم را خدا ببینم، آن لحظه خیلی ظریف است و من سریع جسم اول می‌بینم. شاید بعد از چند ثانیه تشخیص می‌دهم، می‌گویم در امتحانی مراقب باش. ولی خب خیلی جاها خراب می‌کنم، ولی دارم تمرین می‌کنم آقای شهبازی.



**آقای شهبازی:** حواستان باید به خودتان باشد دائماً، که آیا من فضاگشا و ناظر این جریان هستم یا جذب جریان شدم و ذهنم دارد می‌آید مرکز؟ آیا من دارم هیجان زده می‌شوم، مثلاً خشمگین دارم می‌شوم یا یک الگوی فرض کنید که خواستن یا توقع الان دارد بالا می‌آید؟ انتظار خاصی دارم؟ مخصوصاً ما طبق شرطی شدگی یک توقعات و انتظارات خاصی داریم که شخص یک جور خاصی عمل کند. نه، نه، او عمل نمی‌کند. شما فضاگشا باشید، شاید فضاگشایی شما به او کمک می‌کند.

بعضی موقع‌ها یک نفر زنگ می‌زند با عصبانیت، اصلاً می‌خواهد دیگر دعوا کند. شما ارتفاع خودتان را کم می‌کنید، می‌گویید ببخشید بگذارید نگاه کنم ببینم، فکر کنم تقصیر از ماست. بلافاصله می‌بینید که ارتفاعش کم می‌شود، شروع می‌کند به نرم شدن.

چرا؟ شما برنگشتید بگویید آقا این چه جور حرف زدنی است؟! برای چه خشمگین شدی؟! مگر ما نوکر شما هستیم؟! خب [خنده آقای شهبازی] شما گفتید ممکن است اشتباه از ما باشد، اجازه بدهید من نگاه کنم، چشم، یک لحظه اجازه بدهید، حتماً ما اشتباه کردیم. یک دفعه می‌بینید که تَن صدایشان عوض می‌شود. عالی بود، ممنونم.

[خدا حافظی خانم زینب و آقای شهبازی]



۱۹- آقای علی از کرج

[سلام و احوال‌پرسی آقای علی و آقای شهبازی]

آقای علی: استاد یک پیغامی را آماده کردم که خودم هم تجربه خوبی داشتم از این، در قالب متنی نوشتم. اگر اجازه بفرمایید، متشکرم.

آقای شهبازی: بله بله، بله بفرمایید.

آقای علی:

### از سخن‌گویی مجوید ارتفاع منتظر را به ز گفتن، استماع

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۱۶)

آقای شهبازی: بله بله.

آقای علی: در امتداد درس‌ها و بیانات ارزشمند شما در چند برنامه اخیر و توضیح در مورد این بیت، که هر کسی که تمرکز روی خود دارد و روی خود کار می‌کند مولانا هشدار می‌دهد که با سخن‌گویی دنبال زنده شدن و پریدن از قفس ذهن نباشید که شنونده بودن از سخن‌گویی بهتر است.

آقای شهبازی: آفرین.

آقای علی: و در امتداد آن تجربه و پیغام پربار خانم پریسا در این باب نشان‌دهنده این بود وقتی که هر درسی از ابیات مولانا و گنج حضور را در زندگی به‌طور عملی به‌کار می‌بریم نتیجه خوبی به‌دست می‌آوریم، و چه تأثیر سازنده‌ای در دیگران و مخصوصاً قرین‌هایمان می‌گذاریم.

آموزه‌های شما در تفسیر این بیت چند روز است که من را هم تحت تأثیر قرار داده و یک شناسایی جدیدی به من داده است.

آقای شهبازی: آفرین.

آقای علی: و دقیقاً روی یک نقطه ضعف و ایراد اساسی من دست گذاشته است. می‌بینم که من همواره با من با ارتفاع‌جویی از سخن گفتن خرابکاری زیادی به بار می‌آورم و موجب آسیب به خود و دیگری می‌شوم. شناسایی کردم که بعد از بحث‌هایی که ارتفاع گرفتم حس بدخویی و خالی شدن و حس سنگینی پیدا کردم.

آقای شهبازی: آفرین!



**آقای علی:** آفت‌هایی که ارتفاع‌جویی و ارتفاع‌گیری در سخن را تقویت می‌کند، پندار کمال، من می‌دانم و دیگران نمی‌دانند، هست.

و همچنین در اثر هیجاناتِ ذهن ناخودآگاه ارتفاع می‌گیرم و مشغولِ «حَبْر و سَنی» یا نصیحت کردن دیگران و یا شروع به بزرگ و کوچک کردن دیگران و یا خود می‌شوم.

با تحت تأثیر هیجان با حُب به بغض و احساسی سخن می‌گویم و ارتفاع می‌گیرم و گاهی هم در اثر پندار کمال شروع به تعلیم و تدریس می‌کنم.

نوع دیگر از ارتفاع‌جویی از سخن، تأثیرپذیری از سخن دیگران است. مثل حس غرور و حس وجودِ توهمی ناشی از تعریف و تمجید دیگران از ما. مثل خشمگین شدن از حرف‌های منفی و توهین دیگران به ما، مثل حس ناامیدی و خستگی در اثر حرف‌های دیگران، مثل هیجانی شدن از سخن‌های تبلیغی و مهیج دیگران و هرگونه سخنی که برخاسته از من‌ذهنی باشد و ما را تکان بدهد و بالا ببرد، ارتفاع‌جویی از سخن است.

این‌گونه ارتفاع‌گیری که از سخنان دیگران ناشی می‌شود خطرناک است. چراکه هم ما را از خود اصلی‌مان دور می‌کند و هم در طرف مقابل تأثیر می‌گذارد. و در مواردی طرف مقابل نیت خاصی دارد که غیرمستقیم با تحت تأثیر قرار دادن ما با حرف‌هایش، ما را در جهتِ هدف خود به‌کار می‌کشد.

و گاهی همین ارتفاع گرفتن از سخن طرف مقابل و غفلت ما موجب دردسرهای بزرگی برای ما می‌شود که مولانا می‌فرماید که هر کسی تو را بستاید دشنام ده که این نفي ستایش قطعاً به‌نفع توست.

استاد در سطح جهانی و جامعه من‌های ذهنی حاکم و زی‌نفع که همواره با هزینه‌های سنگینی سعی در نگه داشتن انسان در تاریکی و پوشاندن روی هشیاری و بیداری هستند، با اعمال هیجانات از طریق ارتفاع کاذب دادن به انسان‌ها هستند که مبدا جامعه‌ای زنده شود و از خرافات نجات پیدا کند.

**آقای شهبازی:** بله.

**آقای علی:** استاد یکی از مشکلاتی هم که هست، یکی از مشکلات بزرگ امروز انسان مخصوصاً در روابط و دوستی‌ها و خانواده‌ها ارتفاع‌جویی و ارتفاع‌گیری از سخن است.

**آقای شهبازی:** بله.

**آقای علی:** در روابط دوستی‌ها و شراکت‌ها با تعریف و تمجید و بزرگ کردن غیرواقعی همدیگر را گران می‌خریم و حس بزرگ‌بینیِ توهمی به هم می‌دهیم.



آقای شهبازی: بله.

آقای علی: و بعد از مدتی با ایرادگیری و گاهی توهین همدیگر را ارزان می‌فروشیم. در سطح خانواده‌ها هم بیشتر اختلافات از ارتفاع جویی از سخنان و گفتار برخاسته از من‌ذهنی است که سخنان غیرواقعی و هیجانی و توخالی موجب ارتفاع در طرفین می‌شود و هیچ‌کدام هم کوتاه نمی‌آیند. جدایی و درگیری و بعضاً متلاشی شدن کانون خانواده‌ها از همین ترفند من‌ذهنی برمی‌خیزد.

اهمیت درک این شاه بیت مولانا برای کل بشریت ضروری و الزامی است که اگر نمی‌توانیم سکوت کنیم و خاموش باشیم، حداقل فتیله را موقع سخن گفتن پایین بکشیم و ارتفاع شکننده نگیریم.

از سخن‌گویی مجوید ارتفاع

منتظر را به ز گفتن، استماع

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۱۶)

هی ز چه معلوم گردد این؟ ز بعث

بعث را جو، کم کن اندر بعث بحث

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۸۲۰)

استاد تمام شد.

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

[خداحافظی آقای علی و آقای شهبازی]





## ۲۰- سخنان آقای شهبازی

عجب پیغام‌هایی می‌دهید، آفرین، آفرین! بیت‌ها را می‌شنوید و کاربرد عملی آن را در زندگی‌تان پیدا می‌کنید، عالی، عالی!

ببینید چقدر مُضر است! از سخنگویی مردم یا خودمان ما ارتفاع می‌گیریم، هر دو اثر مخرب دارد، مردم از ما تعریف می‌کنند، ارتفاع می‌گیریم «منصب تعلیم» به ما دست می‌دهد که مولانا، البته شما بیت بعدی‌اش را نخواندید، می‌گوید:

### منصب تعلیم، نوع شهوت‌ست هر خیال شهوتی در ره بُت‌ست (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۱۷)

ما را بلافاصله بت‌پرست می‌کند این تعریف مردم! دو حالت دارد، یا از ما تعریف می‌کنند ما ارتفاع می‌گیریم، ما می‌گوییم ارتفاع‌جویی مثبت، یا نه از ما بد می‌گویند، توهین می‌کنند، دوباره ارتفاع منفی می‌گیریم، هر دو مخرب است، هر دو مخرب است. اولی‌اش به‌نظر خودمان چقدر خوشمان می‌آید ارتفاع مثبت می‌گیریم، «منصب تعلیم» می‌گیریم که گفت «نوع شهوت است»، ما فکر می‌کنیم می‌دانیم.

اگر حرف‌های مردم را جدی بگیریم، می‌فهمیم که یا می‌دانیم، که می‌دانیم غلط است، و می‌رویم بالا شروع می‌کنیم به صحبت کردن، مردم را نصیحت کردن و، که خالی می‌شویم.

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

و شما ببینید هیچ خاصیتی مخرب‌تر از این نیست در من‌ذهنی، هر من‌ذهنی این را دارد که می‌خواهد ثابت کند من می‌دانم، تو نمی‌دانی. شما اگر آدم‌ها را زیر نورافکن قرار بدهید، خواهید دید که آن‌هایی که اطلاع از این جور آموزش ندارند، دائماً در راه ثابت کردن این هست که من می‌دانم تو نمی‌دانی، من می‌دانم تو نمی‌دانی، شما نگاه کنید اگر ما بخواهیم به مردم ثابت کنیم، به هر کسی می‌رسیم، من می‌دانم تو نمی‌دانی! خب این یک راه عالی است برای خراب کردن رابطه و ایجاد تخریب. او هم می‌خواهد ثابت کند که او می‌داند تو نمی‌دانی، توجه می‌کنید؟!



و شما دیگر آن یکی که دیگر گفتیم ارتفاع جویی منفی، شما ببینید این که به ما بگویند نمی‌دانی و بحث و جدل با ما بکنند، ارتفاع منفی می‌گیریم، خشمگین می‌شویم، می‌رنجیم، در دلمان نگه می‌داریم، کینه به دل می‌گیریم. خب می‌بینید «از سخن جویی مجوید ارتفاع» چقدر مهم است! شما بگویند من فکر نمی‌کنم، خودم را کوک کنم، هی فکر کنم، بلند شوم. ذهنی بلند می‌شوم، فیزیکی نه، دیگران حرف می‌زنند من ارتفاع منفی یا مثبت می‌گیرم، هر دو تخریب است. مردم این طوری زندگی می‌کنند درست می‌گویند.

شما نگاه کنید روابط در خانواده، ما دور هم جمع می‌شویم، فامیل هستیم، خب برای این که همدیگر را دوست داشته باشیم، به هم کمک کنیم، بگوییم بخندیم، خوش بگذرد به ما، ولی همین مهمانی سبب ارتفاع گیری ما. آقا این جا چه کسی مهم است؟ در این خانواده چه کسی مهم تر است، مهم ترین کیست؟ من. چه کسی بیشتر می‌داند؟ من. آن یکی هم می‌گوید من. به مولانا گوش کنید، ببینید چه می‌گوید، این ابیاتی که خیلی تکرار می‌شوند، این‌ها را خوب تکرار کنید خواهش می‌کنم. و من خوشحالم که بینندگانمان این‌ها را می‌دانند و می‌آیند می‌خوانند.



## ۲۱- خانم‌ها شهربانو و مهرسا از کرج

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم شهربانو]

**خانم شهربانو:** من شهربانو هستم، از کرج تماس می‌گیرم. خدمت دوستان بیننده هم سلام عرض می‌کنم. ابتدا می‌خواهم بدهم مهرسا جان صحبت کنند.

**آقای شهبازی:** بله، بله. بفرمایید.

**خانم شهربانو:** گوشی خدمتتان باشد.

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم مهرسا]

**خانم مهرسا:** من مهرسا هستم، هفت سالم از کرج.

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

**خانم مهرسا:** می‌خواستم یک داستان درباره «آنصیتوا» برایتان بخوانم.

**آقای شهبازی:** بفرمایید، بله.

**خانم مهرسا:** دو مرغابی و یک لاک‌پشت در کنار آب‌گیری زندگی می‌کردند. با گرم شدن هوا، آب‌گیر هم خشک شد. مرغابی‌ها مجبور شدند از آن‌جا بروند. لاک‌پشت گفت: من هم با شما می‌آیم.

مرغابی‌ها گفتند: تو که نمی‌توانی مثل ما پرواز کنی. لاک‌پشت غمگین شد. مرغابی‌ها با هم فکر کردند تا راهی پیدا کنند.

روز بعد کلاغ یا جغد دیدند که دو مرغابی چوبی را به منقار خود، بیخسید به منقار گرفته‌اند. لاک‌پشتی، و لاک‌پشتی را با خود می‌برند. آن‌ها جیغ زدند و گفتند: لاک‌پشت شده پرنده.

مرغابی‌ها به لاک‌پشت گفته بودند که در راه هر کس هرچه گفت گوش نکنند و جواب ندهد. او مدتی ساکت ماند و بعد فریاد زد: پریدم که پریدم، اما تا دهانش را باز کرد، از بالا به زمین افتاد.

حالا می‌خواهم معنی‌اش را بگویم.

**آقای شهبازی:** بله.

**خانم مهرسا:** ما، مرغابی‌ها نشانه‌ی خداوند هستیم که می‌خواهند به ما کمک کنند.



کلاغ و جغد هم نشانه من‌ذهنی‌اند که هم‌هاش حرف می‌زنند و حواس لاک‌پشت را پرت می‌کنند. لاک‌پشت هم در این داستان، ما هستیم.

مرغابی‌ها می‌خواهند ما را ببرند به آن بالا. که ما بتوانیم پیش خودمان مثلاً به پیش فضای حضور برویم، ولی لاک‌پشت جسم که نشانه شیطان و من‌ذهنی است نمی‌گذارند ما برویم. هم‌هاش دهان ما را باز می‌کنند که از بالا به زمین بیفتیم.

**أَنْصِتُوا رَا كُوش كُن خَامُوش بَاش  
چون زبان حق ننگستی گوش باش**

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۴۵۶)

**لب را ز شیر شیطان می‌کوش تا بشویی  
چون شسته شد توانی پستان دل مکیدن**

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۰۲۹)

**ای عاشق جریده بر عاشقان گزیده  
بگذر ز آفریده بنگر در آفریدن**

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۰۲۹)

**آمد تو را فتوحی روحی چگونه روحی  
کو چون خیال داند در دیده‌ها دویدن**

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۰۲۹)

**گفت پیغمبر که جنت از اله  
گر همی خواهی ز کس چیزی نخواه**

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۳)

**چون نخواهی من کفیلیم مر ترا  
جنت الماوی و دیدار خدا**

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۴)

خانم مه‌رسا: آقای شهبازی می‌توانم ترانه بخوانم؟

آقای شهبازی: بله، البته که می‌توانی، بله. بفرماید.



خانم مه‌رسا:

عقرب زلف کج‌ت با قمر قرینه  
تا قمر در عقربه کار ما چنینه

کیه کیه در می‌زنه من دلم می‌لرزه  
درو با لنگر می‌زنه من دلم می‌لرزه

ای پری بیا، در کنار ما، جان خسته را مرنجان  
از برم مرو، خصم جان مشو، تا فدای تو کنم جان (۲)

نرگس مست تو و بخت من خرابه  
بخت من از تو و چشم تو از شرابه

کیه کیه در می‌زنه من دلم می‌لرزه  
درو با لنگر می‌زنه من دلم می‌لرزه

(منسوب به ناصرالدین شاه قاجار)

آقای شهبازی تمام شد.

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

خانم مه‌رسا: آقای شهبازی، برندم هم بخوانم؟

آقای شهبازی: [می‌خندند] برندتان را هم بخوانید.

خانم مه‌رسا:

عشق برد جو به جو تا لب دریای هو  
کهنه خران را بگو اسکی بیج کیمده ور

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۱۲۵)

آقای شهبازی: [می‌خندند] آفرین، آفرین! خیلی خوب، خوب، کسی دیگر می‌خواهد صحبت کند؟

خانم مه‌رسا: مامانم هستند، می‌توانند صحبت کنند؟

آقای شهبازی: بله، بله، البته.



[خداحافظی آقای شهبازی و خانم مهرسا]

[سلام و احوال‌پرسی خانم شهربانو و آقای شهبازی]

آقای شهبازی: خیلی ممنون که این قدر پذیرایی عاشقانه از مردم می‌کنید شما. خیلی زیبا!

خانم شهربانو: خواهش می‌کنم. دیگر این پذیرایی که شما از ما می‌کنید، ما یک گوشه‌اش را جبران کنیم، با صدای زیبای مهرسا.

آقای شهبازی: مهرسا، واقعاً چه دختری است! ماشاءالله، ماشاءالله! واقعاً آفرین، آفرین!

خانم شهربانو: سلامت باشید. محصول گنج حضور است.

آقای شهبازی: و زحمات شما، زحمات مولانا.

خانم شهربانو: سلامت باشید. آقای شهبازی، ما که کاری نمی‌کنیم واقعاً. همه زحماتی که شما می‌کشید.

آقای شهبازی: چرا، چرا، همه‌اش مادر. مادر مادر مادر. واقعاً!

خانم شهربانو: سلامت باشید. ما واقعاً هیچ‌چیز نبودیم، ما در غم پندار کمال و غم و غصه بودیم همه‌اش. شما ما را واقعاً نجات دادید، نجات‌بخش ما شدید و زندگی‌های ما و این شادی ما، این طرب ما. طرب واقعاً، شادی آمده به خانه ما.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم شهربانو: آقای شهبازی یک مطلبی آماده کردم اجازه هست بخوانم؟

آقای شهبازی: بله، بله. بفرمایید، حتماً.

خانم شهربانو:

پرده‌ست بر احوال من، این گفتمی و این قال من

ای ننگ گلزارِ ضمیر، از فکرت چون خارِ من

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۷۹۱)

با تندتند فکر کردن و تسلسل فکرها و قیل و قال من‌ذهنی پرده بین خودم و جان پاکم و هشیاری حضورم می‌کشم.



## در زمانه صاحب دامی بُود همچو ما احمق که صید خود کند

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۷)

انسان خودش فکر تولید می‌کند و خودش هم در دام فکرها می‌افتد، یعنی همانیده می‌شود و با همانیدگی شکار می‌کند و به دام همانیدگی‌ها می‌افتد و به عقل محدود من‌ذهنی وصل می‌شود.  
من‌ذهنی، ما را در زندان فکرها و باورها حبس می‌کند و با عقل جزوی زندگی ما را اداره می‌کند.

## عقل جزوی، گاه چیره گه نگون عقل کلی، آمن از ریب المنون

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۱۴۵)

دیگر وقت آن رسیده که جان پاک را پادشاه وجود خودم کنم، و فقط لاف عشق نزنم و من‌ذهنی را از تخت سلطنت دروغینش پایین بکشم و ماهیت دروغینش را شناسایی کنم. برای این کار باید هر لحظه ناظر بی‌قضاوت افکارم باشم. وقتی ناظر افکارم می‌شوم، سرعت فکرها پایین می‌آید و فاصله و شکاف بین افکار ایجاد می‌شود و آنگاه فضای درونم گشوده می‌شود و جان پاک خود را به من نشان می‌دهد.

## نظاره کن کز بام او هر لحظه‌ای پیغام او از روزن دل می‌رسد در جان آتش خوار من

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۷۹۱)

وقتی ناظر خاموش می‌شوم، پیغام زندگی می‌رسد و عقل کلی، خرد کلی به فکر و عمل من می‌ریزد.

## آن پیل بی‌خواب ای عجب، چون دید هندستان به شب لیلی درآمد در طلب، در جان مجنون وار من

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۷۹۱)

آقای شهبازی، یک چند بیت هم می‌خواستم اجازه بدهید با آواز بخوانم.

آقای شهبازی: بفرمایید، بله، بله. بفرمایید.

خانم شهربانو: دفتر اول، بیت ۲۴۶۵:



لحظه‌ای ماهم کند یک دم سیاه (۲)  
خود چه باشد غیر این کارِ اله  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۶۵)

حق آن قدرت که آن تیشه تراست  
از گرم کن این کژیها را تو راست  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۵۹)

پیش چو گانه‌های حکم کن فکان  
می‌دویم اندر مکان و لامکان  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۶۶)

خیلی ممنونم آقای شهبازی از وقتی که به ما دادید.

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

خانم شهربانو: ممنونم از شما.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم شهربانو]



## ۲۲- سخنان آقای شهبازی

خُب دیگر، یک نمونه عالی بود از مادر مولانایی و کودک عشق. خانه‌ای که یک همچون خانمی باشند و همچون بچه‌ای، آن خانه، خانه عشق است. خوشا به حال آن آقا که نشسته آنجا [خنده آقای شهبازی] خانه عشق است دیگر!

ما هم می‌خواهیم شما خانه عشق درست کنید، دلخوشی باشد آنجا، آرامش باشد آنجا، زیبایی باشد، خانواده می‌تواند این‌طوری باشد، هیچ لازم نیست که دعوی باشد، هیچ. و واقعاً دست مادران درد نکند. مادرها، مادر بزرگ‌ها که روی بچه‌هایشان کار می‌کنند، این شعرها را به بچه‌هایشان یاد می‌دهند، حوصله می‌کنند تا این‌ها حفظ کنند بخوانند حفظ کنند، بخوانند، گاهی اوقات با آواز بخوانند در خانه، تشویق می‌شوند بچه‌ها، دست می‌زنیم به آن‌ها و هر کدام از این ابیات، عرض کردم بارها یک تخم گل است در دل بچه‌تان می‌کارید و زحمت خودتان را هم کم می‌کنید. این بچه هفت ساله وقتی چهارده سالش می‌شود، سرکش نخواهد شد. من ذهنی فروکش می‌کند، زندگی شروع می‌کند به حرف زدن.

این کودکان عشق خیلی نزدیک هستند به خدا، خیلی نزدیک هستند به زندگی. این‌ها لایه‌لایه مثل بزرگ‌ترها، همانندگی، درد روی هم نگذاشتند.

مهم‌ترین کار این است که شما نگذارید بچه‌هایتان با درد بزرگ بشوند، بچه‌ها باید قانون جبران را رعایت بکنند، باید کار انجام بدهند، کار یاد بگیرند، خب این ممکن است سخت باشد، درس بخوانند، بله، خودشان می‌کنند این کار را. آن چیزی که وقت را تلف می‌کند، کارافزایی می‌کند، فلج می‌کند بچه را، سرکشی‌اش است، سرکشی‌اش هم از من ذهنی‌اش است، من ذهنی‌اش را هم از ما می‌گیرد.

اگر مادر، پدر، این‌ها تخفیف بدهند به من ذهنی‌شان و بیشتر با حضور با بچه به اصطلاح رفتار کنند، شناسایی کنند بچه شش هفت ساله‌شان را به عنوان عشق، به عنوان نیروی ایزدی، او هم به همین ترتیب عمل می‌کند. ولی وقتی ما یک من ذهنی پُر درد هستیم، همان را در آن‌ها القا می‌کنیم از طریق قرین. ما بچه‌مان را مجسمه می‌بینیم، او هم بزرگ می‌شود مجسمه می‌شود.

مجسمه منظورم این است که نه این‌که حرکت نمی‌کند، جامد است! دلش جامد است. خشن است، پر از درد می‌شود، سرکش است، می‌خواهد دعوا بکند، به حرف شما گوش ندهد، شما تعجب می‌کنید خب این چرا این طوری است؟! چهارده پانزده سالش است، هر حرفی می‌زنید گوش نمی‌دهد. حرف را برمی‌گرداند، شما هم دیگر



هیچ‌علاجی ندارید نه می‌توانید نصیحت کنید که نمی‌شنود، نه می‌توانید بزنیید. خُب، پس از اول ما، «چوب‌تر را چنان که خواهی پیچ» به‌قول سعدی.

❖ ❖ ❖ پایان بخش دوم ❖ ❖ ❖

تذکره



خانم الناز:

مکن ای دوست نشاید که بخوانند و نیایی  
و اگر نیز بیایی بروی زود، نیایی  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۱۷)

ما به‌عنوان انسان فهمیده‌ایم که این وضعیت پر از دردی که در آن داریم زندگی می‌کنیم، شایسته ما نیست و ما خواهان زندگی در صلح هستیم. خواستار این هستیم که استعدادهایمان شکوفا بشود. ولی این اتفاق نمی‌افتد اگر هم می‌افتد پایدار نیست و بسیار زودگذر است. پس مسئله چیست؟  
حال انسان به این مسئله دو جور پاسخ می‌دهد.

گفت شیطان که بما اغویتني  
کرد فعل خود نهان، دیو دنی  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۴۸۸)

یک پاسخ شرطی‌شده و توهمی که من مسئول نیستم و مجبور شرایط بیرونی هستم.  
و پاسخ دیگر:

گفت آدم که ظلمنا نفسنا  
او ز فعل حق نبد غافل چو ما  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۴۸۹)

پاسخ دیگر که انسان را به مقام رفیع آدمیت عروج می‌دهد. آدم که به قدرت اختیار خود در این لحظه آگاه شده می‌گوید وضعیت شرایط بیرونی و احوال درونی من زاییده فعل‌های خود من است.

ای از تو خاکی تن شده، تن فکرت و گفتن شده  
وز گفت و فکرت بس صور در غیب آبستن شده  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۸۱)

جناب مولانا می‌فرماید ای کسی که با پیوستن ذرات خاکی به هم، صورت جانوریات، این تنت، تشکیل شده، از پیوستگی و بر هم کنش‌های این تن فکر و گفتن را تشکیل می‌دهی، بدان و آگاه باش که این فکرها و گفتن‌هایت



هم تخمی است که به هم می‌پیوندند و در دل جهان غیب داری می‌کاری و به صورت فعل و عمل زاییده خواهند شد.

پس حالا آگاهی از این‌که وضعیت و احوال ما زاییده فعل ما، فعل ما زاییده نوع فکر و گفت ما است، چه تغییری در ما به وجود می‌آورد؟

آیا این باعث می‌شود که ما با دید و عقل جزوی مان کارهای خوب بکنیم؟ حرف‌های خوب بزنیم؟ فکرهای خوب بکنیم؟ به چیزهای خوب توجه کنیم؟ چیزهای خوب را بگذاریم در دلمان تا به وضعیت و احوال خوب برسیم؟ نه! با این فکرهای مثلاً زیرکانه، حتی گمراه‌تر هم می‌شویم.

جناب مولانا فرمودند که صورت‌ها در غیب نقش می‌گیرند. ما هزار سال هم که اگر بنشینیم فکر کنیم، نمی‌توانیم حدس بزنیم مواد غذایی‌ای که یک مادر باردار می‌خورد باعث خواهد شد که فرزندش چه قیافه‌ای داشته باشد. ما از این‌ها آگاه نشده‌ایم که دقیق‌تر فکر کنیم یا فکرهای بد را با فکرهای خوب جایگزین کنیم.

پس این آگاهی چه تغییری را در ما ایجاد می‌کند؟

جناب مولانا می‌فرمایند تمام این لشکر حواس و دید و حرف و افکار و تن تو، تنها یک عَلم از سپاه عظیم پتانسیل عدم است.

تمام این فرم‌های محسوس، انعکاس یک صورت است که در عدم نقش گرفته تا به وسیله این آینه از عدم آگاه بشوی. کل این جهان که وجود دارد از عدم به وجود آمده. آفرینش و آفریننده، خود عدم است. برای آفریدن هر فرمی باید مجدداً به عدم مراجعه کنی.

ما مجدداً باید برگردیم به آوردن عدم به مرکز، به گفتن، به فکر کردن، به دیدن، به توجه کردن، به عمل کردن از طریق عدم. عدم باید در اولویت اول قرار بگیرد. هرچند که ما تصور می‌کنیم عدم مساوی با کاهش و نابودی ما است ولی تنها چاره و درمان ما، بازگشتن مجدد به عدم و شناسایی خودمان با عدم و فکر و عمل از زمینه عدم است.

بازگشت مجدد به عدم در عمل یعنی فضاگشایی، از جدیت و اهمیت انداختن چیزها، فکرها، باورها، خالی کردن مرکز از هر چیزی غیر از عدم، رعایت سکوت و خاموشی، تأمل، تأنی، حزم، تسلیم، پذیرش، رضا، صبر، شکر، جبران، توکل، طلب، خضوع، اضطراب. تنها چاره برای دیدن روی برازنده زندگی، بازگشت مجدد به عدم از طریق فضاگشایی است.



سپاس آن عدمی را که هست ما بر بود  
ز عشق آن عدم آمد جهان به وجود  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۹۵۰)

والسلام استاد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم ناز]

مهربان



۲۴- خانم پروین از اصفهان

[سلام و احوالپرسی آقای شهبازی و خانم پروین]

خانم پروین: با اجازه‌تان:

هله یک قوم بگریند، و یکی قوم بخندند  
ره عشق تو ببندند به استیزه‌نمایی  
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۱۷)

چه قومی که غمگینند و چه قومی که همیشه می‌خندند، امور مادی خود دارند و همیشه به شادی هستند، این‌ها هیچ‌کدام رغبتی به فکر کردن به حضور مرکز عدم، ندارند چون مقاومت دارند .  
این بیت از غزل ۹۶ که در تکرار یکی از برنامه‌ها شنیدم، شبیه این بیت است:

سگ سیر شود، هیچ شکاری بنگیرد  
کز آتش جوعست تک و گام تقاضا  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۹۶)

«سگ سیر» نماد قومی که با من‌ذهنی شادند و از همانندگی اشباع هستند. فرمودید، شکارچی اگر سگ را سیر نگه دارد، هیچ‌وقت سگ دنبال شکار نخواهد رفت. این سیر بودن و شادی ذهنی، مقاومت است. مقاومت یعنی قبض.

قبض دیدی چاره آن قبض کن  
زانکه سرها جمله می‌روید ز بن  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۲)

[قطع صدا] در ته جو سرگین است ولی ظاهر زندگی صاف و آرام به‌نظر می‌آید. حکایت من‌ذهنی و وقت تلف کردن ما.

پس نیم کَلِّیِ مطلوبِ تو من  
جزو مقصودم تو را اندر زَمَن  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۱۶)

همه چیز این لحظه ابدی است ولی زنده شدن به خداوند را جزو مقصودهای خود در زمان دنبال می‌کنیم.



عقلِ کُلِّ را گفَت: مازاغَ البَصَرَ  
عقلِ جزوی می‌کند هر سو نظر  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۰۹)

مازاغَ البَصَرَ: چشم نلغزید

درک نکردیم که این زندگی که در ظاهر می‌خندیم، سزاوار ما نیست، در زیانکاری هستیم. وقتی به هر سو نظر می‌کنیم، عقل «مازاغ» فضا باز می‌کند، یک‌راست به سمت جلو می‌رود.

گفَت: اگر صد رَه کنی تو راست، من  
کژ رَوَم، چون کژروی ای مَوْتَمَن  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۰۵)

مَوْتَمَن: امین، کسی که مورد اعتماد

مرکز جسمی و میل به شهوت‌ها در درون یعنی کژ رفتن، از ترازو کم کردن. جناب مولانا حجت را با این بیت تمام می‌کند که با این کار، نیروی زندگی [قطع صدا] در بیت به نحوی اشاره به کژروی و از ترازو کم کردن دارد.

مکن ای دوست، نشاید که بخوانند و نیایی  
و اگر نیز بیایی، بروی زود، نیایی  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۱۷)

وقتی کژ می‌رویم، پشت به خداوند حرکت می‌کنیم و او را صدا می‌زنیم، کی به او می‌رسیم؟ مثل عام، جهان ما را کنترل می‌کند و همه چیز خشک و بی‌رمق می‌نماید.

ای وصلِ تو اصلِ شادمانی  
کان صورت‌هاست، وین معانی  
یک لحظه مَبْرُز بنده که نیست  
بی‌آب سفینه را روانی

من مُصَحَفِ باطمِ ولیکن  
تصحیح شوم، چو تو بخوانی  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۷۵۶)

روانی: روش، راه رفتن، روان بودن



سفینه: کشتی  
مُصحف: قرآن

ممنونم استاد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم پروین]

مهرزور





۲۵- آقای علیپور

[سلام و احوالپرسی آقای علیپور و آقای شهبازی]

آقای علیپور: ارادتمند هستم یا حبیبی!

آقای شهبازی: خیلی ممنون، به‌طور متقابل. بفرمائید.

آقای علیپور: قربان شما!

### بی‌ادب تنها نه خود را داشت بد

### بلکه آتش در همه آفاق زد

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۷۹)

آقا ما همین تا دست گذاشتیم، ببخشید تا دست گذاشتیم رو تلفن، شماره‌ام را گرفت. شانس‌ی بود! من هم نه تلویزیون خاموش کرده بودم، همین شماره‌ی اولی، بوق اولی گرفت.

آقای شهبازی: خیلی خب.

آقای علیپور: بعضی وقت‌ها دویست بار می‌زنیم نمی‌گیرد. [خنده آقای علیپور]

این که بچه‌ها یا کسی از این‌ور، بالاخره نمی‌تواند دُرست حرف بزند، حق دارد. یک دفعه‌ای می‌بینی شما تعارف می‌کنی می‌گویند بفرما، او هم آمادگی ندارد.

آقای شهبازی: [می‌خندند] خیلی خب، بفرمائید حالا، گرفته یک موقع قطع نشود.

آقای علیپور: خواهش می‌کنم. یکی از بی‌ادبی‌ها دروغ گفتن به خدا یا آدمی که جنسِ خداست، می‌باشد. چرا؟ برای این که او را من ذهنی حساب می‌کنیم ولی او جنسِ خداست.

من ذهنی بی‌ادب است چون رَبِّ را قبول

ندارد. توهین به خدا و حقیقت محض که یکی از آن هم آدمی است که جنسِ خداست. آدم جنسِ خدا عمل‌های من ذهنی را می‌شناسد. حتی از راه دور چون نشانی‌های عمل، گفتار ماست. گفتار ما می‌گوید، رفتار من ذهنی داریم، یعنی دنبال خواسته‌ی نفسی هستیم.

### پس شما خاموش باشید اَنْصِتُوا

### تا زبانتان من شوم در گفت و گو

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۶۹۲)



ای بندهای که طالب خدا و حقیقت شدی، این همه کوشش مکن با اظهار علمت. [صدای پارس سگ ضمن

صحبت‌های آقای علیپور شنیده می‌شود.]

**آقای شهبازی:** این صحبت‌های شما آقای علیپور، با صدای عوعو سگ همراه می‌شود. می‌شود شما آن سگتان را ساکت کنید؟

**آقای علیپور:** آئی ببخشید، ببخشید! خاموش می‌کنم، باز می‌گیرم. ببخشید، شرمنده!

**آقای شهبازی:** نه، نه! آن را می‌توانید، سگتان را یک جایی بیاورید نزدیکتان که آرام بشوند شما صحبت کنید.

**آقای علیپور:** داخل حیاط است، کسی هم پهلویم نیست، ببخشید.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.

**آقای علیپور:** من در را ببندم. [آقای علیپور در را می‌بندد] یا علی، ببخشید، از دوستان هم عذر می‌خواهم.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.

**آقای علیپور:** خب پدر جان، خاموشی گزین از این رفتار و گفتار تا زمانش برسد که من حق، جای تو بدون خواسته نفسی که تو داری و نمی‌دانی، حرف بزنم.

مولانا می‌گوید همه آدم‌ها قرآن هستند یعنی حقیقت محض و بدون نفس و جسم ولی وقتی نفس و جسم وارد می‌شود، قرآن آن‌ها باطل می‌شود.

**آقای شهبازی:** آفرین.

پس عاشق یا عارف، قرآن است چون جسم و نفس در آن‌ها مُرده. پیش آن‌ها وقتی ما با منیت یا دید غیر عدم و یا همان دید جسم و نفس، حرف می‌زنیم، می‌فهمد.

حتی از راه دور و پشت تلفن هم می‌داند، درک ما می‌کند چون نشانی صحبت ما، نشان عمل ماست که من ادب دارم یا ندارم. هر چند گاهی ما اشتباه می‌کنیم و فکر می‌کنیم کسی، نوع دیگری غیر از این که ظاهراً به او می‌گوییم ادب، حرف می‌زند، بی‌ادب است.

بهلول به شخصی که ادعا می‌کرد همه‌چیز می‌داند الا یکی دو مسئله، فرمایش داد، تو حرف زدن بلدی؟ گفت بله، من داخل حرف کسی نمی‌دوم، شمرده حرف می‌زنم صدایم خوب برسد، فلان از این حرف‌ها. بهلول سری تکان داد که یعنی شما نمی‌دانید، حرف زدن بلد نیستی.



بعد که از او سؤال کرد، گفت شما اول پپرس ببین حرفت حق است؟ حق کسی پایمال نمی‌کنی؟ دروغ نمی‌گویی؟ به اصطلاح آبروی کسی نمی‌بری؟ غیبت کسی نمی‌کنی؟ اگر چنین چیزی هست، داخل حرف شاه بدو، حرفت را بزن. اصلاً فریاد بزن حرف بزن، چون آن فریاد از خداست و از گلوی تو بیرون می‌آید.

از بس ما دروغ می‌گوییم، یا بد می‌گوییم گاهی اوقات خداوند عصبانی می‌شود بعد و از زبان یک آدمی که اهل حقیقت هست، سر ما فریاد می‌زند. این هم از بهلول.

گویا تو حرف یواش و آرام در گوشت نمی‌رود، مجبورم فریادم از گلوی او که تو می‌توانی و جنس تو هست و می‌بینی، به گوشت برسانم. خدا می‌گوید. حرف خدا «أَلْعَاقِلُ فِي الْإِشَارَةِ» است.

او که با تأیید کسی یا کسانی فکر می‌کند قرین خدایند یا جنس خدایند، خودش را شناخته، یعنی بر مبنای تأیید یک نفر یا چند نفر خود را عالی و دیگران را خالی می‌بیند. مرکب کلام و حرکاتش را می‌تازد تا جایی که «قضا و قدر» جلویش را بگیرد، با اتفاقی که پیش می‌آورد، تا طرف از خواب منیت بیدار شود. اگر قبول کند، یعنی آن ملامتی که قضا می‌فرستد را قبول کند، بیدار می‌شود و اگر از آن برنجد، در من‌ذهنی خواهد ماند.

با آمادگی نداشتیم، ببخشید.

آقای شهبازی: خیلی ممنون.

یک شعری هم دارم، خدمتان بخوانم آقای شهبازی، خداحافظی کنم.

آقای شهبازی: بفرمایید.

آقای علیپور: اجازه می‌دهید؟

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، بفرمائید.

آقای علیپور: خواهش می‌کنم.

**خُنک آن دم که نشینیم در ایوان من و تو**

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۱۴)

[شعر سروده شده توسط آقای علیپور]:

مکن کاری که از تو خر بخندد

خدا بر تو در رحمت ببندد



ببندد در چو کَا الْإِنْعَامِ گشتی  
به جای پخته گشتن خام گشتی

گرفتی راه تبدیلی ز حیوان  
به جای آن که برگردی به ایوان

مگر در منزل همکف چه دیدی  
که رخت خویش بر آسفل کشیدی

خودت همکف ز ایوان راه دارد  
رهی سوی ستاره و ماه دارد

ندیدی راه و اندر چاه گشتی  
و یا با مردم گمراه گشتی

رهی که می‌روی ابلیس رفته  
و یا انسان بی تشخیص رفته

بسی رفتند و در دوزخ گرفتار  
شدند از خودسری تا روز بشمار

یکی این سو رود تا قلۀ قاف  
یکی هم رو به دوزخ رفت و اِعراف

آقای علیپور: اعراف، سعدی می‌فرماید، منزلی است بین دوزخ و بهشت. و جهنم ببخشید.

چو حکم دوزخ از عدل الهی است  
کسی کمتر از آن، راهِ رهایی است

نرفت گر ز حد بیرون، تو بنگر  
ندای اِرجعی آید مکرر

[ صدا مفهوم نیست ]



از هستی ندای قل تعالوا  
شنو هر لحظه از درگه او

ترحم کن به خود جان برادر  
مرو سوی خدای فکر و باور

خدا آنست که دل یادش نماید  
و او درهای رحمت را گشاید

خدا آن نیست که هر ناشسته‌رویی  
ز آبش پُر کند مَشک و سبویی

خدا اندر دل مرد خدایی است  
که دایم در غم وصل و رهایی است

خدا آن نیست که هر بَز کرد یادش  
کند او را وکیل عدل و دادش

خدا لطف است و عشق است و محبت  
خدا یک رحمت است بر کُلِّ اُمت

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای علیپور]

## ۲۶- آقای فرشاد از خوزستان با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای فرشاد با آقای شهبازی]

**آقای فرشاد:** آقای شهبازی یک متن نوشتم در مورد «منصب تعلیم»، با اجازه‌تان بخوانم.

**آقای شهبازی:** بفرمایید بله، یک کمی بلندتر صحبت کنید.

**آقای فرشاد:** چشم، چشم. یعنی من پرسیدم از خودم که منصب تعلیم در من چگونه کار می‌کند؟ دیگر یک مواردی به نظرم رسید، تجربه کرده بودم، بعد نتیجه‌اش رسیده بود مثلاً به مقاومت و درد، دیگر به نظرم از منصب تعلیم بود، این‌ها را نوشتم. با اجازه‌تان می‌خوانم.

**آقای شهبازی:** بفرمایید. بله، بله.

**آقای فرشاد:**

این چه مرضی است که آدم هم‌هانش دوست دارد برود به بقیه یاد بدهد و بگوید این کار را بکنید، این کار را نکنید؟ مولانا می‌گوید «منصب تعلیم» است و این یک شهوت است.

### منصب تعلیم، نوع شهوت‌ست

### هر خیال شهوتی در ره بُت‌ست

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۱۷)

منصب تعلیم در من چگونه است؟

۱- وقتی با یک دوست یا با دوستان نشستیم و از او سؤال می‌پرسم که آیا از زندگی‌ات راضی هستی؟ یعنی می‌خواهم او جواب بدهد نه راضی نیستم و من بپرسم چرا راضی نیستی؟ و بعد شروع کنم به تعلیم دادن.

۲- ارسال پیام مثلاً معنوی به پی‌وی اشخاص و توقع و انتظار برای پاسخ دادن او و این‌که بگوید عجب چیزی فرستادی!

۳- تلویزیون گنج حضور در خانه روشن است و من دارم برنامه را گوش می‌کنم، یک‌دفعه در مورد یک موضوع خاصی صحبت می‌شود که من به ذهنم می‌آید که چه خوب می‌شود که فلان شخص از اعضای خانواده بیاید این را گوش بدهد. یعنی تمرکز از روی خودم برداشته می‌شود و با پندار کمال فکر می‌کنم که من در این مورد مشکل ندارم، بلکه مربوط به فلانی است.



۴- در خانواده مثل این‌که جا افتاده که حرف من درست است و بعضی موقع‌ها بدون این‌که به من ربطی داشته باشد، نظر می‌دهم و از سخن‌گویی ارتفاع می‌گیرم و همین باعث شده ناموس پیدا کنم.

۵- یک نفر از من می‌خواهد کاری را برایش انجام دهم، به‌طور کامل و تمام انجام می‌دهم. دوباره از من کار دیگری می‌خواهد و باز انجام می‌دهم. همین‌طور چندین بار از من کاری می‌خواهد و من انجام می‌دهم. بعد یک دفعه دیگر کاری از من می‌خواهد و من می‌گویم نه و یا دیگر پیگیری نمی‌کنم، و می‌بینم که نتیجه این کار من ناراحتی و مقاومت طرف مقابل شد.

حالا من کاری با طرف مقابل ندارم که شاید به‌نظر برسد قدرشناس و متوقع باشد، از خودم می‌پرسم که من چه اشتباهی کردم که این‌طور شد؟ چرا به درد و مقاومت منجر شد؟

اشتباه من به‌نظم همین منصب تعلیم است. اشتباه من ندانستن فرق کمک کردن و دخالت کردن است. اشتباه من زیاده‌روی و اصرار به کمک کردن بوده است. اشتباه من کور کردن خلاقیت و توانایی تأمل کردن، حس مسئولیت و قانون جبران در دیگران است.

فرق کمک کردن و دخالت کردن من‌ذهنی چیست؟

کمک را باید بخواهند و تازه بعدش باید دید که آیا من می‌توانم کمکی کنم؟ چگونه می‌خواهم کمک کنم؟ آیا باعث می‌شوم که طرف مقابل حس مسئولیت و خلاقیتش را کامل کنار بگذارد؟

یادم است آقای شهبازی در یکی از برنامه‌ها فرمودند که کارهای ما با من‌ذهنی، همیشه با مقاومت دیگران در بیرون مواجه می‌شود. حالا بعدش می‌گوییم من این‌قدر کمک کردم و زحمت کشیدم، ولی هیچ‌کس قدر مرا ندانست، مردم همه قدرشناس هستند، من دستم نمک ندارد.

در یک خانواده، پدر و مادر مدام فرزند جوان یا نوجوانشان را کنترل می‌کنند و مدام روی او تمرکز می‌کنند، بسیار برای او خرج می‌کنند، او را انواع کلاس‌ها می‌فرستند، مدام حواسشان است که او چه می‌کند و کجا می‌رود و به او می‌گویند تو جوان و خام هستی، بیا این کاری که ما می‌گوییم بکن.

در عوض این‌همه کار که می‌کنند، می‌بینند فرزندشان با مقاومت و سرکشی با آن‌ها رفتار می‌کند. بعد پدر و مادر با خود می‌گویند من این‌همه زحمت کشیدم، حالا بین بچه‌ام چه‌جوری جواب من را می‌دهد.

آن‌ها فکر می‌کنند کمک کرده‌اند، ولی آیا واقعاً این کمک است؟ یا دخالت است؟ یا می‌دانم من‌ذهنی است؟ یا منصب تعلیم است؟ یا همانندگی با باور است؟ یا سبب‌سازی است؟



اگر کارشان درست است، پس چرا با این همه مقاومت روبرو می‌شود؟ آیا عشق را در بچه‌شان پرورش می‌دهند؟ آیا مسئولیت‌پذیری و قانون جبران را در او پرورش می‌دهند؟

۶- من مولانا را می‌خوانم که فقط و فقط خودم را عوض کنم، نه این‌که به‌طور خودکار فکر کنم من دارم همه را رعایت می‌کنم.

۷- آقای شهبازی فرمودند که ملاک ما همیشه باید بیت مولانا باشد، بیت را بنویسیم و راجع به آن صحبت کنیم، نه این‌که از خودم بخواهم حرف بزنم و کاری به بیت نداشته باشم.

من شخصاً این‌ها را چند دفعه تجربه کردم و با مقاومت و درد مواجه شدم و همین باعث شد که به خودم شک کنم و ببینم که اشتباه من کجاست.

خیلی ممنون آقای شهبازی تمام شد.

**آقای شهبازی:** خیلی زیبا آقای فرشاد، عالی، عالی.

**آقای فرشاد:** خیلی ممنون. آقای شهبازی ببخشید می‌توانم یک چیزی بگویم؟

**آقای شهبازی:** بله، بله، بله حتماً.

**آقای فرشاد:** فرمودید که اگر جوان هستید، فقط زندگی‌تان را خودتان می‌توانید درست کنید، پس بنابراین همین الان بگویید من چه می‌خواهم؟ و فرمودید که آدم خردمند می‌گوید من چه می‌خواهم؟ [قطع صدا] حالا مثلاً من خودم در یک سنی هستم که

**آقای شهبازی:** آقای فرشاد، حدود سی ثانیه، یا بیست ثانیه صدایتان قطع بود. این‌ها را تکرار کنید. سؤالتان را یک بار دیگر تکرار کنید اگر می‌شود.

**آقای فرشاد:** چشم، چشم. فرمودید که اگر جوان هستید، زندگی‌تان را خودتان می‌توانید درست کنید. بنابراین همین الان بگویید من چه می‌خواهم؟ و آدم خردمند هم نمی‌گوید من این را نمی‌خواهم، آن را نمی‌خواهم، بلکه می‌گوید من این را می‌خواهم. هنر این نیست که بگویی این را نمی‌خواهم، این را نمی‌خواهم، بلکه این است که بگویی چه می‌خواهم و این مشکل است.

حالا من خودم هم اصلاً هرچه فکر می‌کنم سردرگم هستم، خیلی سخت است برایم. بعد خواستم یک سؤال بپرسم که مثلاً شما اگر الان مثلاً برگردید زمان بیست و پنج، بیست و شش سالگی، مثلاً چه‌جوری زندگی را، وقف چه می‌کنید مثلاً؟



**آقای شهبازی:** خب اگر من بگویم این کار را می‌کنم، این می‌شود تقلید شما. ولی یک کمی به خودتان فرصت بدهید، متوجه می‌شوید «من چه می‌خواهم؟»، شما هم می‌توانید با این خردی که دارید، بنشینید فکر کنید که من می‌خواهم زندگی‌ام را چه‌جوری صرف کنم واقعاً؟ و مخصوصاً «من چه می‌خواهم؟» در این لحظه در مقابل جبری است که انسان‌ها انتخاب می‌کنند، می‌گویند که سال‌ها ما این‌طوری زندگی کردیم و فلان کسان زندگی ما را خراب کردند، حالا این زندگی خراب شده، ما باید بنشینیم غصه بخوریم که یا مثلاً انتقام بگیریم یا اصلاً کاری نمی‌توانیم بکنیم.

گفتم این کار را نکنید. این لحظه شما ببینید که چه می‌خواهید؟ گذشته را بگذارید کنار شما. نگذارید گذشته در زندگی فعلی شما و انتخاب شما، به اصطلاح دخالت کند. این‌که چه می‌خواهم، از نظر فیزیکی مثلاً من در چه سنی هستم؟ در زندگی بیرونی‌ام چه می‌خواهم به وجود بیاورم؟ و الآن وضع من چیست؟ آیا مقدار زیادی درد دارم؟ یا مقدار زیادی فضاگشایی کردم؟

این‌که الآن من می‌توانم از مولانا استفاده کنم و درس زندگی یاد بگیرم، زندگی آینده‌ام را روی این آموزش بگذارم. این‌که من در گذشته آموزش غلطی داشتم، به همین دلیل زندگی‌ام خراب شده یا درد ایجاد کردم. این من هستم که تصمیم می‌گیرم درد ایجاد نکنم، خشمگین نشوم، این من هستم که حواسم را می‌دهم به خودم.

این‌ها انتخاب‌ها و تصمیم‌های شماست که شما حواستان را اگر بگذارید روی خودتان و نگذارید دیگرانی که اطرافتان هستند، روی زندگی شما دخالت کنند یا اثر بگذارند. توجه می‌کنید؟

همین الآن شما دارید از این موضوع اقبال می‌کنید که شما بگویید بیست و پنج سالتان بود، چکار می‌کردید؟ بله من الآن برگردم بیست و پنج‌سالگی، شاید برای خودم یک بینش دیگری داشته باشم ولی آن به درد شما نمی‌خورد. توجه می‌کنید؟ شما باید خودتان برای خودتان فکر کنید. هر کسی خودش باید برای خودش فکر کند چه می‌خواهد، انتخاب بکند، گردن دیگران نیندازد.

خیلی‌ها در سن و سال شما می‌خواهند مثلاً خانواده تشکیل بدهند. باید بگویند که من خودم را اول درست می‌کنم، نمی‌آورم کس دیگر را با خودم شریک کنم درحالی‌که کلی اشکال دارم خودم. از دیگران نمی‌خواهم من را درست کنند. مسئول درست کردن خودم، خودم هستم.

اگر حواستان به خودتان باشد، خیلی چیزها می‌بینید. همین الآن خودتان می‌گفتید، می‌گفتید به صورت ناظر به خودم نگاه می‌کنم. به صورت ناظر به خودتان نگاه کنید، من ذهنی‌تان را ببینید. ببینید این من ذهنی چه ترکیبی دارد؟ چه‌جوری فکر می‌کند؟ چقدر مانع‌سازی می‌کند؟ چقدر مسئله‌سازی می‌کند؟



بگویید من مسئول هستم که دیگر کارافزایی نکنم، مسئله‌سازی نکنم، توجه می‌کنید آموزش‌های مولانا را بگیرم و قدم به قدم زندگی خودم را خودم درست کنم، من مسئولم. این‌ها خیلی چیزها هست که شما خیلی خوب می‌دانید، الآن می‌توانید از آن‌ها استفاده کنید. بعد یواش یواش که فضا باز می‌شود، این فضا در درون به شما می‌گوید که شما چه استعدادی دارید، کجا می‌خواهید زندگی کنید، چه جوری می‌خواهید زندگی کنید، این‌ها تصمیمات شخصی هستند. توجه می‌کنید؟

چه کاری می‌خواهید بکنید که زندگی بیرونی خودتان را یا معاش خودتان را تأمین کنید؟ شما می‌گویید من مسئول پول درآوردن هستم. من باید پول خودم را خودم در بیاورم. چه کاری انتخاب می‌کنم؟ بروم در آن کار حرفه‌اش را یاد بگیرم، به درجه‌ای خودم را برسانم که بتوانم پول در بیاورم، روی پای خودم بایستم، مستقل بشوم، فکرهای خودم را خودم بکنم، محتاج فکر کسی نباشم، پول خودم را خودم در بیاورم، از نظر مادی روی پای خودم بایستم، به هیچ‌کس احتیاجی نداشته باشم. توجه می‌کنید؟

این‌ها بنشینید یک قلم و کاغذ بردارید حواستان به خودتان باشد، هی می‌آید. مطمئن باشید می‌توانید روی کاغذ بنویسید.

ولی مطلب خیلی مهمی گفتید، هیچ موقع ما نباید بگوییم این را نمی‌خواهم. از این راه حتی یک ملت می‌توانند به تله بیفتند. همیشه ملت را می‌گویند یا فرد را می‌گویند، حالا بعداً می‌فهمیم چه می‌خواهیم! الآن این را نمی‌خواهیم! توجه می‌کنید؟ خب این را نمی‌خواهید، به جایش چه می‌خواهید؟ این مهم است و نمی‌توانند جواب بدهند.

اگر شما الآن نمی‌توانید جواب بدهید، آن موقع هم نمی‌توانید جواب بدهید. اول باید تعیین کنید چه می‌خواهید؟ بعد قدم بعدی را. نه این‌که چه را نمی‌خواهید. اگر بگویید این را نمی‌خواهم باید این را از بین ببرم، یک دفعه آن را از بین می‌برید، می‌بینید که هنوز نمی‌دانید چه می‌خواهید! کار بدتر شد! توجه می‌کنید؟ این خیلی مهم است. خیلی خیلی مهم است، شاید از همه چیز مهم تر است.

چرا مردم زیر بار نمی‌روند؟ این همین فرق شیطان و می‌گوید حضرت آدم است. شیطان گفته تو ما را گمراه کردی، همین الآن نشان دادم، و آدم گفت ما به خودمان ستم کردیم.

شیطان می‌گوید اول آن چیزی را که نمی‌خواهی از بین ببر و نشان می‌دهد که چه چیزهایی زندگی شما را خراب کردند. آن چیزها خراب نکردند، خود ما خراب کردیم! در همین بی‌بینشی، بی‌تصمیمی، به کار بردن عدم انتخاب



خودمان، این‌که تأمل نمی‌کنیم من چه می‌خواهم؟ ولی ذهنمان دائماً از طریق انقباض و مقاومت می‌گوید چه نمی‌خواهم! چه نمی‌خواهم!

شما نگاه کنید خیلی جاها، آقا آن صندلی را آن‌جا نگذار. خب کجا بگذارم؟ نمی‌دانم! نه، بگو کجا بگذارم؟ نمی‌دانی، پس صندلی را تکان نده. توجه می‌کنید؟ اول باید تصمیم بگیرید، انتخاب کنید چه می‌خواهی، نه چه نمی‌خواهی، چون چه نمی‌خواهی را ذهن نشان می‌دهد از طریق مقاومت، این قدر آسان است.

خیلی‌ها در خانواده، مرد ممکن است بگوید من فقط می‌دانم این زن را نمی‌خواهم! زن هم بگوید من این مرد را نمی‌خواهم! این غلط است. شما جدا می‌شوید، می‌گویید ای بابا این که خیلی خوب بود، من چرا این کار را کردم؟! برای این‌که به یک موردی مقاومت داشتی.

مردم نمی‌توانند بفهمند چه می‌خواهند، برای این‌که مسئولیت می‌خواهد، فکر می‌خواهد، تأمل می‌خواهد، فضاگشایی می‌خواهد، نمی‌دانند! الآن هم شما ظاهراً گیر همان هستید. شما از من می‌پرسید بیست و پنج سال‌تان بود چه می‌خواستید؟ [خنده آقای شهبازی]

من بیست و پنج سالم بود، الآن هفتاد و شش سالم هست. بله الآن می‌دانم بیست و پنج‌ساله بودم چه چیزی را؟ ولی توجه کنید آقا فرشاد که امکانش هم نبود. توجه می‌کنید بیست و پنج‌سالگی من فرض کن که دانشجو بودم، پول نداشتم، امکان نداشتم، هیچ‌چیز نداشتم. فقط از طریق درس خواندن می‌توانستم پیشرفت کنم. خب وضعیت من فرق می‌کرد. ولی خب من انتخاب‌هایی کردم که اشتباه بوده، ولی یک ذره که جلو رفتم، فهمیدم اشتباه است، برگشتم.

همیشه همین‌طور است، آدم انتخاب می‌کند، بعد از یک مدت می‌بیند اشتباه است، برمی‌گردد. نباید ناموس داشته باشد، نباید بگوید می‌دانم، نباید بگوید همین است که هست. همیشه باید ما آماده شنیدن و تأمل و تغییر باشیم.

ما اشتباه زیاد می‌کنیم، همه‌مان می‌کنیم چون اطلاعات نداریم ما، در هیچ زمینه‌ای اطلاعات ما کامل نیست. مشورت خیلی خوب است.

تمام کسانی که در یک زمینه‌ای متخصص هستند، خیلی می‌دانند این‌ها. مثلاً یک حقوقدان قانون می‌داند، باید از او بپرسیم. یک دکتر پزشکی می‌داند، باید از ایشان بپرسیم. یک حسابدار خبره، امور مالی را می‌داند، از او بپرسیم. یک روانشناس خوب واقعاً خیلی چیزهای روانشناسی را می‌داند. توجه می‌کنید؟



با این‌ها باید مشورت کنیم، خودمان هم عقلمان را، هیچ موقع نباید عقل خودمان را از دست بدهیم، ولی باید مرتب کمک بگیریم. آخرسر این ما هستیم که انتخاب می‌کنیم و مسئول انتخاب کردنمان هستیم. مردم از زیر بار مسئولیت درمی‌روند.

خیلی از خانم‌ها ممکن است به پدرشان بگویند پدرجان شما هر کسی را می‌خواهید، من زنش می‌شوم. بعد از دو سال هم یقه پدرش را می‌گیرد نفرین می‌کند، شما گفتید من زن این بشوم، حالا این طوری از آب درآمد. شما نبودید من نمی‌شدم! خب این درست نیست. چشم‌هایت را باز کن، هر تصمیمی می‌گیری، هر انتخابی می‌کنی خودت می‌کنی، باید جریمه‌اش را بدهی اگر انتخاب بد می‌کنی، هیچ‌کس مسئول نیست.

من یک چیزی یاد گرفتم [خنده آقای شهبازی] هر موقع انتخاب غلط کردم، مسئول بودم. آخرسر هزینه‌اش را خودم دادم، جریمه‌اش را خودم دادم. وقت من تلف شده، نمی‌توانم بروم بگویم که شما باعث شدید. فلانی، من به شما گفتم، شما گفتم این کار را بکن، من کردم اشتباه بود. مگر خودت عقل نداشتی؟ آخرسر عقل شماست. ما هم این برنامه، برای همین است دیگر، روی همین اساس است که شما خلاق بشوید. چرا این قدر می‌گوییم صنع، انتخاب؟ هر هفته من این توانایی انتخاب را که نقشه گنج است، به شما نشان می‌دهم، نه این‌که نمی‌فهمم، نمی‌دانم، نه. این را من هر هفته یادآوری می‌کنم. شما بیننده توانایی انتخاب دارید. باید این توانایی را به کار ببرید، اما مسئولیتش را هم به عهده بگیرید. نمی‌توانید شما بگویید من همین طوری انتخاب کردم. همین طوری هم نمی‌شود! شما باید تأمل کنید، زندگی شماست. خراب می‌شود، یقه یکی دیگر را می‌خواهید بگیرید. بگیرید هم فایده ندارد. شما مسئولید، پس توانایی انتخاب دارید، تأمل می‌کنید، ولی مسئول خودتان هستید. ببخشید باز هم ما زیاد صحبت کردیم.

آقای فرشاد: آقای شهبازی خیلی زحمت کشیدید. خیلی ممنون، معذرت می‌خواهم سؤال پرسیدم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. [خنده آقای شهبازی]

آقای فرشاد: دستتان درد نکند.

آقای شهبازی: امیدوارم به درد دیگران هم بخورد، جوانانی مثل شما.

آقای فرشاد: حتماً همین‌طور است، ما حالا، خیلی کمک می‌کند دیگر. این حرف‌ها می‌اندازد جلو آدم را، خیلی می‌اندازد جلو.



**آقای شهبازی:** ان شاء الله. مخصوصاً، مخصوصاً، مخصوصاً این عادت شرطی شده و جاافتاده من ذهنی می‌گوید من این را نمی‌خواهم! نمی‌داند چه می‌خواهد؟ ولی می‌داند که این را نمی‌خواهد، این را نمی‌خواهد، این را نمی‌خواهد، این را نمی‌خواهد! همه این را نمی‌خواهم‌ها غلط است. و این را می‌خواهم درست است که آن را هم نمی‌داند، پس محکوم به شکست است.

حتی یک ملت می‌تواند شکست بخورد. باید تعیین کنند چه می‌خواهند؟ قبل از این که اولین قدم را بردارند، دسته جمعی باید بگویند ما این را می‌خواهیم. شاید بنویسند روی کاغذ که ما این را می‌خواهیم، نه که این را نمی‌خواهیم. توجه کنید. ممنونم، آقا فرشاد خداحافظ شما.

**آقای فرشاد:** خیلی ممنون، بزرگوارید.

[خداحافظی آقای فرشاد و آقای شهبازی]



۲۷- آقای نیما از کانادا

[سلام و احوالپرسی آقای شهبازی و آقای نیما]

آقای نیما: خیلی زحمت می‌کشید. ممنونم. وقف کردید خودتان را.

آقای شهبازی: اختیار دارید.

آقای نیما: لطف دارید. بتوانیم قدرتان را حالا لفظاً می‌دانیم. حالا ان‌شاءالله که حالا، خیلی ممنونم.

آقای شهبازی: ممنونم شما هم زحمت می‌کشید. شما هم خسته نباشید.

آقای نیما: قربانتان بروم. نه واقعاً لطف دارید شما. ما که واقعاً کاری نمی‌کنیم. کار را شما می‌کنید.

یک متنی نوشتم با عنوان «یکی نه‌ایم، هزاریم» اگر اجازه بدهید.

آقای شهبازی: بله، بله، بفرمایید.

آقای نیما:

### یک یوسف بی‌کس است و صد گرگ اما برهد، چو تو شبانی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۷۵۶)

در هفته گذشته و جاری پس از مدت‌ها مجبور به مشغولیت به برخی امور این دنیایی شده‌ام. برای مشکلی که برای آپارتمانم ایجاد شده، به دنبال رفع آن و حتی پیدا کردن خانه‌ای جدید شده‌ام. همزمان ماشینم را نیز باید عوض کنم و نیز برای کارم نیز به دنبال برخی کاغذبازی‌ها بودم.

خلاصه که خیلی وقت بود که از این معرکه دور بودم ولی دست بر قضا، زندگی از چندی پیش گفت که بخوان آن هم نه یک بار که هزاران هزار بار:

کافیَم، بدهم تو را من جمله خیر

بی‌سبب، بی‌واسطه یاری غیر

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۱۷)

کافیَم بی‌نان تو را سیری دهم

بی‌سپاه و لشکرت میری دهم

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۱۸)

## بی‌بهارت نرگس و نسرين دهم

### بی‌کتاب و اوستا تلقین دهم

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۱۹)

## کافیَم بی داروت درمان کنم

### گور را و چاه را میدان کنم

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۲۰)

افکار هجوم می‌آوردند و حتی با بامرادی می‌خواستند مرا بخندانند ولی من می‌دانستم که خنده شیر است و من جز او را نباید بخواهم. اما این را هم می‌دانستم که من نمی‌توانم کاری کنم جز این‌که نظارت کنم، نه این‌که استیزه کنم.

از این‌که به من نشان می‌دهد که انصافاً کافی است و بدون سبب‌سازی همه را فراهم می‌کند. ولی من باز با ذهن آن را می‌سنجم و چند و چونی می‌کنم.

این را در خودم شناسایی کرده‌ام که این آخرین قدم برای «لی‌مع‌الله وقت»، هیچ سعی و تلاشی نمی‌خواهد، همان دو قدم و «خُطوتین»، همان «لایسَع فیهِ نَبیُّ مُجْتَبی».

اشاره به این‌که بایزید می‌گفت این لحظه دو قدم است. «خُطوتین» یعنی دو راه است. یکی‌اش این‌که بکشیم عقب، و آن یکی بگذاریم زندگی کارش را بکند. و «لی‌مع‌الله وقت» برای حضرت رسول است که می‌گوید در آن لحظه، لحظه یکی شدن من با زندگی است که حتی رسول برگزیده هم در آن نمی‌گنجد، در آن ثانیه، هیچی یعنی نباید در ذهن بیاید. فقط باید خالی خالی بشود و تسلیم مطلق.

ولی خب همینش سخت است. اما چگونه با سختی‌ها کنار می‌آیم؟ با ایمان به شُبَّان، به عشق به مولانا و بزرگان و اساتید مقرب و شما آقای شهبازی عزیز. به شما خویش عشقی که صدای مرا می‌شنوی که ما شاخ یک درختیم و خواجه‌تاش.

فهمیدم که چقدر این فضا ارزشمند است. از خودم بدم می‌آید که بخواهم از این دنیا کام بگیرم و شرم بر من باد که یک امتحان را هم طوری نمره نمی‌گیرم که لااقل با ارفاق رد نشوم.

## اگرم خصم بخندد، و گرم شِحنه ببندد تو اگر نیز به قاصد به غضب دست بخایی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۱۷)



## به تو سوگند بخوردم، که ازین شیوه نگردم بکنم شور و بگردم، به خدا و به خدایی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۱۷)

آب در صد درجه به جوش می‌آید و در همان صد درجه نیز به بخار تبدیل می‌شود. اما برای تبدیل مایع به بخار، باید مقدار مشخصی گرما و یا انرژی به آب جوش داده شود تا این تغییر شگفت‌انگیز رخ دهد. گرمایی که به آن در فارسی «گرمای نهان تبخیر» می‌گویند. یعنی انرژی‌ای که آب مایع را به گاز تبدیل می‌کند که بخشی از فضا می‌شود.

این شوری که در زندگی من می‌افتد برای این است که مرا بخار کند. من مرا از حالت جسم بشکنند و نرم کند و آب کند، سپس بشوراند و پارک ذهنی و گوشه سلامت را خراب و سپس فضا کند. فضایی از جنس بی‌نهایت. سخت است ولی با کریمان کارها دشوار نیست.

آقای شهبازی نازنین، شما در این سن و سال بهترین رفیق من هستید. شما به من یاد دادید که انسان‌های بزرگ کارهای بزرگ نمی‌کنند، بلکه این کارهای بزرگ است که انسان‌ها را بزرگ می‌کند.

شما یک‌تنه یک کار غیر ممکن کردید و یک دانشگاه تحویل ما دادید و ما بهترین دوستان را داریم. من، بهترین دوستان را دارم. از ایشان عذرخواهی می‌کنم اگر قدرشان را نمی‌دانم.

به ما کار بزرگ دادید که بزرگ شویم. خدا را شکر. ان‌شاءالله که از این شیوه نگردم و با «رُدوَالْعَادُوا» خودم را ناامید و ناسپاس نکنم. ان‌شاءالله، ان‌شاءالله.

## یک یوسف بی‌کس است و صد گرگ

اما برهد، چو تو شبانی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۷۵۶)

«ما یکی نه‌ایم، هزاریم.» ممنون از وقتی که به من دادید.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین! آفرین! آقا نیما، عالی، عالی! ممنونم زحمت کشیدید.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای نیما]



**۲۸- خانم فاطمه از کرج با سخنان آقای شهبازی**

[سلام و احوال‌پرسی خانم فاطمه با آقای شهبازی]

**خانم فاطمه:** می‌خواستم راجع به برنامه امروز صحبت کنم، خیلی عالی بود. روز چهارشنبه دیگر، من جمعه‌ها نگاه می‌کنم. خیلی عالی بود، ممنون از زحمتهایی که برایمان می‌کشید.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.

**خانم فاطمه:** واقعاً یک دید جدیدی برایمان باز شده در این یک سال، دقیقاً امروز یک سال شد که من برنامه شما را می‌بینم.

**آقای شهبازی:** آفرین.

**خانم فاطمه:** واقعاً از شما متشکرم بابت زحمتهایی که می‌کشید. و راجع به «لن‌ترانی» که فرمودید، من یک مطلبی یک جایی خوانده بودم، می‌خواستم با شما به اشتراک بگذارم.

**آقای شهبازی:** بفرمایید.

**خانم فاطمه:** که جناب سعدی و حافظ و حضرت مولانا هم یک چیز دیگری راجع به این‌ها گفته بودند، می‌خواستم به شما بگویم. البته که شما می‌دانید، می‌خواستم به اشتراک بگذارم.

**خانم فاطمه:** جناب سعدی فرموده‌اند که:

**چو رسی به طور سینا ارنی مگو و بگذر**

**که نیرزد این تمنا به جواب لن‌ترانی**

(شاعر ناشناس)

جناب حافظ فرمودند:

**چو رسی به طور سینا ارنی بگو و بگذر**

**تو صدای دوست بشنو نه جواب لن‌ترانی**

(شاعر ناشناس)

و مولانای جان می‌فرمایند:

**ارنی کسی بگوید که تو را ندیده باشد**

**تو که با منی همیشه چه تری چه لن‌ترانی**

(شاعر ناشناس)



واقعاً من در لحظه لحظه زندگی‌ام، دیگر خدا را کنار خودم می‌بینم. یادم نمی‌آید قبل از این‌که با برنامه شما آشنا شوم اصلاً چه جور بود، آیا این ذهنم را می‌دیدم قبلاً یا نه؟ اما الآن هر اتفاقی که برایم می‌افتد انگار یک فاطمه دیگر از زیر دارد مرا می‌بیند، سریع. اوایل خیلی شاید بعد از چند ساعت، بعد از یک روز متوجه می‌شدم، اما الآن درجا وقتی یک اتفاقی می‌افتد، خودم را می‌بینم و با خودم می‌گویم اگر کار اشتباهی کرده باشم، می‌گویم که این‌جا کار اشتباه بود.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم فاطمه:** گاهی اوقات هم هست که حتی یک جاهایی فضاگشایی می‌کنم که خودم هم متوجه نمی‌شوم، فردایش می‌گویم که من ذهنی‌ام با او صحبت می‌کند فردایش، که این‌جا می‌توانستی آن جواب را به او بدهی، نگفتی. بعد واقعاً آن لحظه به خودم افتخار می‌کنم که توانستم فضاگشایی بکنم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم فاطمه:** اوایل خیلی برایم سخت بود. مخصوصاً این اواخر رابطه‌ام با دخترم خیلی بهتر شده، اوایل خیلی عصبانی می‌شدم از کارهایش، احساس می‌کردم دارد اذیتم می‌کند، اما الآن رابطه‌مان خیلی خدا را شکر بهتر شده.

**آقای شهبازی:** آفرین! چند سالشان است دخترتان؟

**خانم فاطمه:** ۴ سالش است دخترم.

**آقای شهبازی:** ۴ سال، خیلی خوب، آفرین!

**خانم فاطمه:** و این‌که زرین خانم، آن سری صحبت کردند راجع به بی‌مرادی که با دخترشان صحبت می‌کردند، خیلی برایم آموزنده بود، از ایشان می‌خواهم که تجربه‌هایشان را بیشتر با ما در میان بگذارند. و این‌که اگر دخترم به چیزی وابستگی پیدا کرد، من نمی‌دانم چه جور به او بگویم که این وابستگی اشتباه است؟ می‌خواستم تجربه‌شان را بدانم که راجع به این موضوع باید چکار کرد؟ راجع به بی‌مرادی گفتند آن سری. این سری هم اگر می‌شود راجع به وابستگی بگویند.

**آقای شهبازی:** خیلی خب، خیلی خب. خانم زرین نه؟ از اصفهان؟

**خانم فاطمه:** بله، بله. هفته پیش خیلی پیام آموزنده‌ای داشتند برای من.



**آقای شهبازی:** آفرین! حالا ببینید ما از همدیگر یاد می‌گیریم. چندین بار من این‌جا این موضوع را تأکید کردم که شما ببینید ما معلم یک‌دیگر هستیم، شاگرد یک‌دیگر هم هستیم. ان‌شاءالله که این‌جا بیفتد واقعاً مردم بدانند و قبول کنند که ما از همدیگر یاد می‌گیریم. این‌طوری نیست که شهبازی فقط بنشیند این‌جا حرف بزند، ما از ایشان یاد بگیریم، نه. ما از همدیگر یاد می‌گیریم.

در همه این زندگی، این خدا، دارد حرف می‌زند. یک‌دفعه می‌بینید که ما یک چیزی را از کسی یاد می‌گیریم که اصلاً انتظارش را نداریم. باید فقط «منتظر را به ز گفتن استماع»، ما همه منتظریم چیزی یاد بگیریم، بنابراین بهتر است حرف نزنیم گوش بدهیم. بله، بله، بفرمایید صحبت کنید.

**خانم فاطمه:** بله و این‌که من معمولاً الآن یک جوری شده، اوایل خیلی حس درد می‌کردم که از خانواده‌ام جدا شدم. هی فکر می‌کردم باید هم‌هاش بروم بینمشان، دیربه‌دیر می‌بینم من خانواده‌ام را، اما الآن به مرحله‌ای رسیده که حس می‌کنم تنها باشم بهتر است. نمی‌دانم این کار، اتفاق، دوستشان دارم هنوزها! خواهرم را، مادرم را، اما الآن به مرحله‌ای رسیده‌ام که نمی‌دانم، احساس می‌کنم وقتی می‌رویم پیش همدیگر، از طریق قرین خیلی روی همدیگر تأثیر می‌گذاریم. شاید بیشتر دوست دارم بروم به خانواده همسر چون احساس می‌کنم آن‌جا بیشتر می‌توانم یک چیزی یاد بگیرم.

دقیقاً، یک جوری شده آقای شهبازی، این شعر:

**ننگرم کس را و گر هم بنگرم  
او بهانه باشد و تو منظم  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۵۹)**

واقعاً دارد روی من کار می‌کند این بیت.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم فاطمه:** یعنی اصلاً هر لحظه هر اتفاقی می‌افتد، بدون این‌که [ناواضح] اول می‌گویم، چرا مثلاً این چقدر اتفاق بدی بود. فاطمه تو هم آیا این کار را می‌کنی؟ تو هم این اتفاق آمد، مطمئن باش در درون تو هم وجود دارد، بین چقدر اتفاق بدی است و آن لحظه خدا را شکر می‌کنم که آن را به من نشان داد. احساس می‌کنم هر اتفاقی می‌افتد دارد برای یک درس می‌شود.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین!



**خانم فاطمه:** و خدا را هم هر لحظه شکر می‌کنم بابت این نعمت.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم فاطمه:** که واقعاً این حدیثی که حضرت پیامبر فرمودند: «بمیرید قبل از این‌که بمیرید»، واقعاً روی من تاثیرگذار بود.

**آقای شهبازی:** بله، بله!

**خانم فاطمه:** واقعاً دلم می‌خواهد از شر این ذهن لعنتی‌ام که هر لحظه دارد مغزم را، روحم را می‌خورد، البته الان خیلی بهتر شدم آقای شهبازی، واقعاً خیلی بهتر شدم. می‌بینم خودم را. هر لحظه که ببینم دارم فکر اشتباه می‌کنم، فکری دارم می‌کنم، کسی را دارم قضاوت می‌کنم، سریع برمی‌گردم. از همان نقطه‌ای که بفهمم، خودم را از این منجلاب می‌کشم بیرون.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین! ولی مواظب باشید از این حرف‌ها که می‌زنید، می‌گویید لعنتی و زشت و [خنده آقای شهبازی] شما باید با آن دوست باشید. عین مهمانی است که باید با آن رفیق باشید، احترام بگذارید، بگویید خب شما کارتان را کردید. می‌خواستید من باقی بمانم. ممنونم، دیگر الان وقتش است که از هم جدا بشویم، ولی با آن رفیق باشید. به حرفش گوش ندهید ولی آن حرف‌ها را بزنید یک موقعی احساس مقاومت به شما دست می‌دهد و از آن طریق این بیشتر می‌ماند. توجه می‌کنید؟ آن الفاظ.

**خانم فاطمه:** واقعاً؟ من با آن بدرفتاری می‌کنم.

**آقای شهبازی:** نه بدرفتاری نکنید، با آن دوست باشید. دوست باشید، نه این‌که بماند. بالاخره ما دوستانی داریم که می‌آیند خانه ما، بعد هم می‌خواهند بروند. دیگر باید به موقع بروند دیگر این‌ها، نمی‌شود که همیشه بمانند. آمدنشان خوب است همین یکی دو ساعت، بعد دیگر باید بروند. اگر بخواهند بیشتر بمانند، ناراحت می‌کنند ما را. این هست که این من‌ذهنی هم برای بقای ما بوده، کارش را انجام داده، باید بگویید که خوب کارت را انجام دادی خیلی ممنون، ولی از آن بدتان نیاید.

اتفاقاً فضاگشایی همیش خوب است دیگر. مگر شما آن سه بیت را نمی‌خوانید که، «هست مهمان‌خانه این تن ای جوان» بله؟ این را می‌خوانید؟ بلدید؟

**خانم فاطمه:** بله، بله.



هست مهمان‌خانه این تن ای جوان

هر صباحی ضیف نو آید دوان

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۴)

هین مگو کاین ماند اندر گردنم

که هم اکنون باز پرد در عدم

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۵)

هرچه آید از جهان غیب‌وش  
در دلت ضیف‌ست، او را دار خوش

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۶)

ضیف: مهمان

آقای شهبازی: آهان، این من‌ذهنی هر لحظه به یک شکلی درمی‌آید، مهمان شماست، یک پیغامی دارد. باید «او را دار خوش» باید فضا را باز کنید. من‌ذهنی تا زمانی که هست، زندگی از طریق او به شما پیغام می‌دهد. می‌گوید مثلاً این درد را دارید، این رنجش را دارید، این‌جا اشتباه می‌کنید. چون من‌ذهنی اشتباه می‌کند و به شما زندگی می‌گوید که بین این‌جای زندگی تو غلط است، درست کن. در آن شعر هم که بودیم، گفت: من، تو «مُصْحَفِی»، قرآنی، ولی قرآنی هستی که به هم ریختی. یادتان است دیگر؟ این هفته خواندیم.

خانم فاطمه: باطل شد. بله این هفته یاد گرفتیم.

آقای شهبازی: بله باطل شدی. باطل بودنش را به شما نشان می‌دهد.

من‌ذهنی هر لحظه به ما اطلاع می‌دهد که مواظب چه چیزی از من باید باشی و چکار باید بکنی. بنابراین تا خوش نداری، تا فضا را باز نکنی، آن را نمی‌توانی بفهمی. نمی‌توانی بگویی این لعنتی است، فلان فلان شده کی باید برود؟ این پدر ما را درآورده، نفرین کنی، کی پس تو می‌روی؟

شما مگر می‌توانید به یک مهمان این حرف را بزنید؟ [خنده آقای شهبازی و خانم فاطمه]

خیلی ممنون، با او خوش‌رفتاری کنید، خودش می‌رود. پیغامش را می‌دهد می‌رود. هر دفعه به شما من‌ذهنی می‌گوید که این‌جا را ببین. آن‌جا را که دیدی، خلاص شدی بعد می‌گوید آن‌جا را ببین. پس زندگی از طریق این پیغام می‌دهد به شما. توجه می‌کنید؟ تا ایراد هست، این هم هست.



**خانم فاطمه:** بله، اوایل شاید من وقتی یک اتفاقی می‌افتاد ناراحت می‌شدم، اما الان یاد گرفتم که ناراحت نشوم. آن لحظه شکر می‌کنم که خدا آن اشتباه، آن خطایی که در من وجود دارد را در واقع دارد به من نشان می‌دهد.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین!

**خانم فاطمه:** به این نتیجه رسیدم، بله. یک جایی، یک بار دیگر هم مادرم همین‌جوری به من گفت فضاگشایی یعنی چه؟ من هم گفتم نمی‌توانم توضیح بدهم، فقط بدان که همین‌جوری که دخترم دارد راه رفتن یاد می‌گیرد، بدان که فضاگشایی هم در وجودمان هست.

**خانم فاطمه:** بدون این‌که بخواهیم یاد بگیریم خدا به ما یاد می‌دهد، بعد برگشت به من گفت او که اما تو این راهی که داری می‌روی آدم باید همه‌اش خودش را خوار و ذلیل کند.

آن لحظه نمی‌توانم بگویم عصبانی شدم اما دید من انگار خیلی فرق داشت از نظر من این راهی که ما داریم می‌رویم خوار شدن ما نیست.

مادر من همین بحثی که می‌گوید باید کوتاه بیایی، انصتوا کنی، جواب طرف را ندهی، منظورش به این بود که باید خودت را ذلیل کنی خوار کنی، اما از نظر من این‌جوری نبود. بعد یکی دو ساعت بعدش با خودم همین‌جوری مرور می‌کردم یاد همین بیت افتادم که می‌گفتید:

چیست توحید خدا آموختن؟

چیست، وای فراموش کردم

**آقای شهبازی:**

خویشتن را پیش واحد سوختن

**خانم فاطمه:** بله بله، خویشتن را پیش واحد سوختن

**چیست تعظیم خدا افراشتن؟  
خویشتن را خوار و خاکی داشتن**

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۰۰۸)

**چیست توحید خدا آموختن؟  
خویشتن را پیش واحد سوختن**

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۰۰۹)



## گر همی خواهی که بفروزی چو روز هستی همچون شب خود را بسوز (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۰۱۰)

تعظیم: بزرگداشت، به عظمت خداوند پی بردن

و دیدم که واقعاً همین‌جوری است باید خودمان را این قدر پیش خدا ذلیل کنیم تا بتوانیم به او زنده بشویم. درواقع من ذهنیمان را داریم خوار و ذلیل می‌کنیم خود ما که هیچ‌وقت خوار و ذلیل نمی‌شود.

**آقای شهبازی:** آفرین، شما دارید بزرگ می‌شوید. شما دارید به خدا زنده می‌شوید پس شمای اصلی، دو جور من وجود دارد، یکی من ذهنی یکی من اصلی شما. بزرگی شما به من اصلی شما است.

**خانم فاطمه:** بله.

**آقای شهبازی:** چقدر به او زنده می‌شوید نه به من ذهنی شما. هرچه من ذهنی خوار می‌شود ذلیل می‌شود کوچک می‌شود از آن‌ور من اصلی‌تان بزرگ‌تر می‌شود، پس شما ذلیل نمی‌شوید شما بزرگ‌تر می‌شوید.

**خانم فاطمه:** بله.

**آقای شهبازی:** با کوچک شدن من ذهنی شما بزرگ‌تر می‌شوید شمای اصلی‌تان شمایی که جنسیت خدایی دارید.

**خانم فاطمه:** بله.

**آقای شهبازی:** بله. خیلی خب. با شما خداحافظی می‌کنم.

**خانم فاطمه:** دستتان درد نکند.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.

**خانم فاطمه:** متشکرم از وقتی که به من دادید.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم فاطمه]

❖ ❖ ❖ پایان بخش سوم ❖ ❖ ❖

خانم صدف‌ماه:

## این عدم خود چه مبارک جایست که مددهای وجود از عدمست (مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۳۵)

آقای شهبازی در دو برنامه‌های آخر شما تماماً به ما بینش دیگر دادید، شما از شکی ما را باز کردید. وقتی که در بخش اول برنامه شما عدم را و فضاگشایی را به ما می‌فهمانید، باور کنید استاد، ببخشید هیجان‌زده شدم. **آقای شهبازی:** یک نفس عمیق بکشید.

**خانم صدف‌ماه:** وقتی که عدم را، خلأ را می‌فهمانید و مثالی می‌آوردید از آن گلدان، باور کنید استاد در درون من خلئی ایجاد شد و من دیدم و آن خلأ را در درون هم دیدم که ما چیزی نیستیم. ۹۹/۹۹ ما می‌فرمایید خلأ است، و همین هم [نامفهوم] است، آن را چه گویم درک کردم، احساس کردم. بعد این استاد خیلی موقع‌ها، به من چه شد که من خیلی به ذهن می‌روم و فضای خالی می‌آید، این کمتر شد استاد.

برای آن که وقتی که ما در بیرون هم هر فضا را می‌بینیم و احساس می‌کنیم آن وقت لحظه، به لحظه ما می‌آییم و در آن واحد دقت ما به روی خودمان می‌شود و از خلأ آگاه می‌شویم، از خاموشی و سکوتی که شما این قدر بار به ما تأکید، تلقین کردید و تکرار کردید، منت‌دار هستم از شما پدر مهربان، آن درحقیقت در درون ما باز شده‌است استاد و ما با آن زندگی می‌کنیم.

می‌گویند که خداوند از عیانی‌اش پنهان است، ما ساده ندانیم گفته‌اید استاد. ما فقط آگاه نیستیم، ما باید که آگاهانه استفاده ببریم.

**آقای شهبازی:** آفرین.

**خانم صدف‌ماه:** و درونمان را باز کرده و آن عدم را وقتی که ما سکوت کردیم، آن عدم خودش را از ما بیان می‌کند، استاد و این بیت‌هایی که درباره عدم می‌خواندید چقدر با مفهوم، چقدر معنی‌دار بود به من.

## این عدم خود چه مبارک جایست که مددهای وجود از عدمست (مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۳۵)





ما چیزی نیستیم، این دنیا، این هستی، این یک چیزی نیست استاد، در بیرون هم آن قدر خلأ هست، اگر هر وقتی که هر کس آن قدر خانه تنگ و کوچک داشته باشد، بسیاری آن را فضای خالی احاطه کرده‌است و دربرگرفته‌است.

استاد من بسیار می‌ترسیدم از تنهایی، از تاریکی، بعد از این دیگر من خلأ درون و بیرون را که احساس کردم دیگر ترسی نماند، دیگر چیزی نبود. بسیار این دیدهای ما درحقیقت یکی می‌بینیم انسان‌ها را، همه چیز را یک می‌بینیم. نه خیلی که شما می‌فرمایید که جسم نیستند، ما باید که آن خلأ درون آن‌ها را ببینیم.

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

قَدَم: دیرینگی، قدیم (مقابل حدوث)

آن قدم اول، آن فضاگشایی که می‌کنیم، آن سکوت را که می‌شنویم و ما، این چه گویم؟ بیانم درست نیست استاد، آن چیزی که می‌فهمم در پرده نمی‌توانم، اگر که ما در اول فضاگشایی کردیم همه‌اش درست می‌شود، همه‌اش درست است. «نگر اولین قَدَم را که تو بس نکو نهادی» ما از جنس «قَدَم» هستیم.

و من در هر کجا این بیت‌ها را استاد با من هست و می‌سرایم، شما پدر بزرگوار چه کرده‌اید، که امروز فرمودند درست است شما هستید استاد، شما مثل فضای عدم و ما هستید و من می‌سرایدم که

## اول و آخر تویی ما در میان هیچ هیچی که نیاید در بیان (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۰۱)

اول و آخر اوست، فضای یکتایی بود و چند دقیقه‌ای ما به وجود می‌آییم و می‌رویم، این بین هم اوست. امروز فرمودید شما که آن چشم عدم‌بین مهمان است، مهمان من ذهنی هم می‌خواهد که پیغام دهد خداوند به واسطه این من ذهنی آن بیت به خاطر من رسید که

## دیده‌ای خواهیم که باشد شه‌شناس تا شناسد شاه را در هر لباس (منسوب به مولانا)



این من‌ذهنی هم اوست، با هر لباسی می‌خواهد ما را همیشه از آن فضای خالی، گفتید گلدان مهم نیست، گل مهم نیست، فضای خالی آن مهم است، ولی هر وقتی که من‌ذهنی من بالا بیاید هم آن عدم پیش می‌آید و خداوند در برابر من‌ذهنی ما همیشه بسیار مهربان و با رحمت است که فضاگشایی می‌کند، همه وقت فضای خداوند باز است و فضاگشایی می‌کند.

## جمله عالم زین غلط کردند راه

### کز عدم ترسند و، آن آمد پناه

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۸۲۲)

و من‌ذهنی من بعد این احساس، استاد بسیار می‌ترساند که تو خطا کردی، این دید تو درست نیست، در مدت بعد این برنامه روز چهارشنبه استاد، بسیار من‌ذهنی ما می‌ترساند، ما می‌ترسیم از عدم، لیکن عدم پناه ماست. درحقیقت دید چیزی نیست، این فکرها از آن عدم برمی‌خیزند، بسیار ناپایدار هستند بسیار گذرا، ولی ما را آن‌قدر به خود جذب کرده‌اند حتی ما از عدم بیرون هم آگاه نیستیم، مثل این‌که ما در بند خب خلئی نیست، فکر بین فکر، صندوق، صندوق، ما مثل این‌که همان آدم‌ها را می‌بینیم، همان فکر را می‌کنیم، بعد از این تجربه استاد دیدم بسیار خلأ زیاد است، بسیار بین ما آرامش و سکوت است، فقط این من‌ذهنی مودی ما را مشغول می‌کند و فکر، این فکر تمام نشده با فکر دیگر، این فکر تمام نشده و فکر دیگر استاد.

آقای شهبازی: خیلی خب.

**خانم صدف‌ماه:** و وقتی که استاد شما می‌فرمودید که عدم، من به‌خاطر البته خداوند، آدم و حوا خلق کرد و ما، نام پدر ما را عدم «آدم» و این هم عدم است و حوا گفت، حوا هم عدم است، فضا است. شما گفتید فرزند همان یک آدم و حوا بیاید ما چقدر که این قدر بی‌خبر مانده‌ایم که

## من از عدم زادم تو را، بر تخت بنهادم تو را

### آینه‌ای دادم تو را، باشد که با ما خو کنی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۴۳۶)

همه‌اش را گفتم، این قدر برنامه شما استاد آن شما کوه طور ما در هر هفته شما تجلی، به‌واسطه این برنامه تجلی می‌کند، استاد باور کنید در درون من چیزی رخ می‌دهد، مثل این‌که نمک را به آب می‌اندازید و آب می‌شود استاد، می‌خواهم که آب بشوم، از هستی من وجودی نماند، مثل شمع باور کنید می‌خواهم که سوزم. ولی نمی‌دانم استاد چطور بعد از این برنامه‌ها باقی می‌ماند و من وقتی که از برنامه زنده دور می‌شوم آهسته‌آهسته من‌ذهنی



من تنیده، خودش را آن قدر بزرگ می‌کند استاد، من این قدر خشمگین هستم، این قدر من‌ذهنی دارم، شاگرد تنبل شما هستم، ولی همیشه مثل آن شترگم کرده، یکی از پس شتر می‌گشت، من همیشه همان هستم استاد که برنامه‌های شما را با جان و دل پیگیری می‌کنم استاد. بسیار در هفته آخر من سخت خشمگین شده بودم، من‌ذهنی‌ام مرا ناامید کرده بود که تو این قدر ده سال گنج حضور دیدی، این قدر گوش می‌کنی چه فایده هست؟ تو زنده نشدی. باور کنید استاد، دو سه روز من فقط می‌گفت خودت را کُشت، دیگر راهی نیست، دیگر ماندن تو فایده ندارد وجود تو. ولی این برنامه آخر شما گفتید استاد ناامید نشوید، ناامید نباشید، شما ممکن است که پیش‌روی‌هایی کرده باشید و شما را ناامید کند.

خدا را شکر که ما این قدر پدر مهربان، استاد داریم. خداوند، باور کنید استاد ما در آن چهره زیبای شما، این برنامه، این تلویزیون، این همه‌اش بهانه است، خداوند از زبان شما، از زبان هر یک پیغام‌دهنده سخن می‌گوید با ما، ما چه شانس داریم استاد و یک‌به‌یک را مرا درحقیقت مهمان آن شخصانی که زنده شده‌اند به حضور، این قدر لحنشان زنده‌کننده است، باور کنید استاد این خانم فریبا خانم، آقای شاپور، فقط من گوش می‌کنم گریه می‌کنم استاد، دیگر هیچ راهی ندارم، می‌خواهم که نیست و نابود بشوم و گریه می‌کنم دیگر راهی ندارم. ببخشید استاد بسیار سخن کردم، وقت عزیز شما را گرفتم.

آقای شهبازی: خیلی زیبا!

خانم صدف‌ماه: این‌که فرمودید «طال بقا» هم شما را نمی‌گوییم، شما زنده هستید و هستید و باشید [نامفهوم].

آقای شهبازی: ممنونم، عالی، عالی! عالی، عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی با خانم صدف‌ماه]



### ۳۰- خانم پریسا از کانادا

[سلام و احوال‌پرسی خانم پریسا با آقای شهبازی]

**خانم پریسا:** خسته نباشید آقای شهبازی با این برنامه عالی‌تان.

**آقای شهبازی:** خیلی ممنون! برنامه شماسنت خانم، برنامه مردم. برنامه عالی اجرا می‌کنند، ماشاءالله پیغام‌های عالی می‌دهند، واقعاً تحقیق می‌کنند، مطالعه می‌کنند.

**خانم پریسا:** بله، واقعاً، واقعاً. خدا را شکر. خدا را شکر واقعاً زنده‌کننده است همه این برنامه‌ها. هم برنامه روز چهارشنبه‌تان هم برنامه‌های جمعه. خیلی عالی هست، خدا را شکر.

**آقای شهبازی:** ممنونم، ممنون از زحمات شما، شما هم خیلی زحمت می‌کشید. ممنونم.

**خانم پریسا:** خواهش می‌کنم. من هیچ کاری نمی‌کنم آقای شهبازی. لطف شماست، بزرگواری‌تان است.

با اجازه‌تان اگر اجازه بفرمایید، یک پیامی را آماده کرده بودم در مورد بیت اول غزل این هفته بود که یک مصرعش این بود که «و اگر نیز بیایی، بروی زود، نیایی». این پیامم حول این بیت از غزل هست، با اجازه‌تان می‌خوانم.

غزل شماره ۲۸۱۷ که در برنامه ۹۷۱ تفسیر فرمودید با این بیت شروع می‌شود:

### مکن ای دوست، نشاید که بخواند و نیایی

### و اگر نیز بیایی، بروی زود، نیایی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۱۷)

این بیت خطاب به زندگی از جانب یک انسان هست که می‌خواهد به خدا زنده شود. با تفسیر موشکافانه‌ای که شما از این بیت در برنامه ۹۷۱ داشتید، چند نکته مهم برای ما باز شد.

اول این‌که ما به زندگی می‌گوییم «مکن ای دوست». یعنی ما می‌گوییم این‌که ما بخواهیم به زندگی زنده باشیم دست خداست، نه دست من‌ذهنی ما. پس تلاش و جهد بی‌توفیق با ذهن هیچ فایده‌ای ندارد.

دوم این‌که می‌گوییم «نشاید»، یعنی شایسته نیست. یعنی ما می‌دانیم این وضعیتی که اتفاق افتاده است و ما در ذهن گیر افتادیم و به خدا زنده نیستیم یا لحظات وصل ما کوتاه است، این شایسته نیست.

سوم این‌که ما می‌فهمیم که خدا می‌خواهد ما زنده بشویم، اما ما خودمان داریم یک اشتباهی می‌کنیم که با آن مانع این امر مهم، یعنی زنده شدن به خدا می‌شویم.



حالا می‌خواهیم شناسایی بکنیم ببینیم اشتباهات ما چه هستند.

علت اصلی این‌که این غزل و به خصوص این بیت، فهمیدن معنایش خیلی حیاتی است این است که این بیت دارد به یک موضوعی اشاره می‌کند که در راه زنده شدن به زندگی، خودش را ممکن است بارها و بارها نشان دهد و آن این است که ممکن است ما چندین بار در لحظاتی درونمان عدم شود و سکوت ذهن را تجربه کنیم، اما این لحظات وصل، دائمی و همیشگی نیست و به قولی می‌آید و می‌رود. در این‌جا مولانا می‌گوید: «و اگر نیز بیایی، بروی زود، نیایی». یعنی خدا در لحظاتی می‌آید، ولی زود می‌رود.

سؤال این‌جاست که چرا این‌طور می‌شود؟

شما در برنامه ۹۷۱ بارها به همین یک نکته برگشتید و در مورد آن صحبت فرمودید که چرا خدا اگر در دل ما می‌آید، زود می‌رود و این وصال دائمی نیست. این مواردی که شما به آن‌ها اشاره فرمودید را به‌صورت خلاصه این‌جا مطرح می‌کنم:

اول این‌که برای نگه داشتن حضور و طولانی کردن لحظات وصل نباید تلاش ذهنی کنیم.

فرمودید وقتی ما یک لحظه، دو لحظه، سه لحظه، یک دقیقه به زندگی زنده می‌شویم، حالا می‌رویم به ذهنمان می‌گوییم: «این را چه‌جوری می‌توانم نگه دارم؟ این حضور را چطور می‌توانم بیشتر کنم؟» آن هم با چه؟ با من‌ذهنی.

در بیتی از مثنوی داشتیم:

**آن‌که ارزد صید را، عشق است و بس**

**لیک او کی گنجد اندر دام کس؟**

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۹)

**تو مگر آیی و صید او شوی**

**دام بگذاری، به دام او روی**

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰)

یعنی تنها چیزی که در ارزش صید کردن را دارد، عشق است، ولی همین عشق کی در دام کسی می‌گنجد؟ یعنی من نمی‌توانم بروم عشق را شکار کنم و برای خودم نگه دارم. نمی‌توانم با ذهنم لحظات حضورم را بیشتر کنم. تنها کاری که می‌توانم بکنم این است که بروم خودم شکار عشق بشوم. بگذارم ببینم زندگی چکار می‌کند. خودم



را تسلیم کنم، فضا را باز کنم و بگذارم زندگی با کُنْ فَاکَانَ خودش کار کند، و اصلاً هم به دنبال گرفتن و نگه داشتن و حفظ و طولانی کردن حضورم نباشم، فقط تسلیم باشم.

مورد دوم این‌که اجازه بدهیم که کوه من ذهنی ما به هم بریزد.

در برنامه ۹۷۱ شما داستان حضرت موسی و کوه طور را آوردید. موسی به خدا گفت: «خدایا خودت را به من نشان بده». خدا در پاسخ گفت: «لَنْ تَرَانِي»، هرگز من را با ذهن و چشم حسی خود نخواهی دید. در همان لحظه کوه از هم پاشید، و موسی از هوش رفت. سمبلی از این‌که کوه من ذهنی موسی متلاشی شد و موسی از هوش من ذهنی رفت. وقتی دوباره به هوش آمد، یعنی این بار تبدیل شد، آن وقت خدا را ملاقات کرد. پس شرط این‌که زندگی خودش را به ما نشان دهد و حضور در ما استقرار پیدا کند این است که اجازه بدهیم کوه من ذهنی ما از هم بپاشد.

سومین مورد این هست که سبب‌سازی ذهنی را رها کنیم.

در برنامه‌های اخیر شما خیلی در مورد سبب‌سازی ذهن صحبت کردید و یکی از موانع راه را همین سبب‌سازی ذهن خواندید. برای دیدن خدا با چشم حضور و برای استقرار حضور در ما، باید از سبب‌سازی ذهنی بیرون بیایم. نگوییم من این کار معنوی را می‌کنم، سبب می‌شود که فلان تغییر را پیدا کنم و سپس آن تغییر باعث تبدیل و زنده شدن من به خدا می‌شود. کار خدا مستقیم و بدون واسطه و بدون سبب‌سازی ذهنی انجام می‌شود.

**کار من بی‌علت است و مستقیم  
هست تقدیرم نه علت، ای سقیم**

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۶۲۶)

سقیم: بیمار

**عادت خود را بگردانم به وقت  
این غبار از پیش بنشانم به وقت**

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۶۲۷)

**بحر را گویم که هین پر نار شو  
گویم آتش را که رو گلزار شو**

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۶۲۸)



## کوه را گویم، سبک شو همچو پشم چرخ را گویم فرو در پیش چشم (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۶۲۹)

## گویم ای خورشید، مقرون شو به ماه هر دو را سازم چو دو ابر سیاه (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۶۳۰)

فرمودید که «با سبب‌سازی ذهنی نخواهید که خداوند را بگیرید و نگه دارید، نخواهید با سبب‌سازی ذهنی فضا را باز کنید. این کار غلط است. این طوری فضا زود بسته می‌شود، بنابراین خدا می‌آید و زود می‌رود.»  
مورد چهارم این‌که بگوییم آنچه ذهن من نشان می‌دهد، مهم نیست.

این نکته چهارم بود که در این مورد فرمودید. در یک لحظاتی که فضای درون باز می‌شود و ما به زندگی متصل هستیم، درست در همان موقع‌ها ذهن ما می‌خواهد یک چیزی را برای ما مهم کند و به مرکز ما بیاورد. باید بگوییم آنچه ذهن نشان می‌دهد اصلاً و ابداً مهم نیست. فرمودید: «اگر بگویید آنچه ذهن نشان می‌دهد مهم نیست و نباید به مرکز بیاید، آن وقت ذهن کند می‌شود و ما به تعظیم خدا درمی‌آییم و خدا ما را اداره خواهد کرد.»

## اگر چرخ وجود من ازین گردش فروماند بگرداند مرا آن کس که گردون را بگرداند (مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۹۲)

شماره پنجم: پیشرفت معنوی خود را نسنجید.

فرمودید که نیاید بگویید من به گنج حضور گوش می‌دهم، چقدر پیشرفت کرده‌ام و بخواهید آن را با خط‌کش ذهن بسنجید. بگویید بیرون چقدر اوضاع تغییر کرده‌است، چقدر پولم زیاد شده‌است، چقدر روابطم خوب شده‌است. اگر این کار را بکنید، ممکن است این معیارها شما را ناامید کنند. چه بسا که شما خیلی هم پیشرفت کردید، ولی با همین سنجش‌ها دوباره می‌افتید به ذهن. یعنی خدا می‌آید، ولی نمی‌ماند، زود می‌رود.  
حتی ما نباید با ذهن خود بسنجیم بگوییم من چقدر الآن در حضورم؟ چند دقیقه وصل بودم؟ دو دقیقه، پنج دقیقه، یک ساعت؟ مگر ذهن می‌تواند میزان وصل بودن ما با خدا را بسنجد؟

و شماره ششم این‌که سکوت کنید.



و مورد آخر که خیلی تأکید کردید، سکوت و سکوت و سکوت بود. این‌که با سخن‌گویی ارتفاع نگیریم. نکند ما وصل می‌شویم، و بعد با سخن گفتن می‌رویم به ذهن. هم خودمان ارتفاع می‌گیریم و هم قرین‌های ما ارتفاع می‌گیرند و روی ما تأثیر می‌گذارند، و این‌گونه اتصال ما زود قطع می‌شود. یعنی خدا می‌آید، ولی زود می‌رود.

## از سخن‌گویی مجوید ارتفاع منتظر را به ز گفتن، استماع

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۱۶)

ارتفاع: بالا رفتن، والایی و رفعت جُستن  
استماع: شنیدن

## منصب تعلیم، نوع شهوت‌ست هر خیال شهوتی در ره بُت‌ست

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۱۷)

خیلی ممنونم از شما آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم. عالی، عالی! پریسا خانم. خیلی ممنون زحمت کشیده بودید. به‌به! خیلی خیلی خوب، خیلی خیلی خوب، آفرین!

**خانم پریسا:** خیلی ممنون، لطف دارید، زحمت‌ها را شما می‌کشید آقای شهبازی. ممنونم از شما.

[خداحافظی خانم پریسا با آقای شهبازی]





۳۱- خانم اکرم از تهران

[سلام و احوال‌پرسی خانم اکرم و آقای شهبازی]

خانم اکرم: اکرم هستم از تهران، از برنامه‌تان شماره ۹۷۱ که اجرا کردید و واقعاً عالی بود تشکر می‌کنم. یک یادداشتی نوشتم از این برنامه اگر اجازه بدهید، بخوانم.

آقای شهبازی: بله بخوانید منتها یک کمی بلندتر اگر می‌توانید.

خانم اکرم: بله چشم، بله.

ادب یعنی این چیز ذهنی و فکری نباید بیاید به مرکز و عقل خودمان را نگیریم، عقل خداوند را بگیریم.

مکن ای دوست، نشاید که بخوانند و نیایی

و اگر نیز بیایی، بروی زود، نیایی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۱۷)

هله ای دیده و نورم، گه آن شد که بشورم

پی موسی تو طورم، شدی از طور، کجایی؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۱۷)

آقای شهبازی: معذرت می‌خواهم، یک کمی یواش‌تر می‌توانید بخوانید؟ عجله نکنید.

خانم اکرم: بله چشم، یک لحظه اجازه بدهید، ببخشید.

بی‌ادب تنها نه خود را داشت بد

بلکه آتش در همه آفاق زد

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۷۹)

وقتی همه فضاگشایی می‌کنیم به هم کمک می‌کنیم از زبان زندگی صحبت کنیم.

وقتی زیر تسلط من‌ذهنی هستیم، من‌ذهنی‌هی ما را قانع می‌کند که فضاگشایی نکنیم.

ما اگر مرکزمان را به‌جای عدم کردن جسم بکنیم، ضرر می‌کنیم، پس جسم نباید بیاید به مرکزمان و ضرورت

ندارد. وقتی وضعیتی می‌آید به مرکز ما، ما نفس درست می‌کنیم، من‌ذهنی درست می‌کنیم، برای همین من‌ذهنی‌ها

روی ما کنترل دارند.



گر نه نفس از اندرون راهت زدی  
رهزنان را بر تو دستی کی بُدی  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۶۳)

ز آن عَوان مُقْتَضی که شهوت است  
دل اسیرِ حرص و آز و آفت است  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۶۴)

ز آن عَوانِ سِرِّ شدی دزد و تباه  
تا عوانان را به قهر توست راه  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۶۵)

عَوان: مأمور  
مُقْتَضی: خواهش‌گر

من ذهنی و بد دیدن حتی می‌تواند نسل انسان‌ها را از روی زمین برکند. چون ما برحسب چیزها نگاه می‌کنیم می‌گوییم چرا خدا را بخوایم؟ از خدا نیازهایم را می‌خواهم در صورتی که اگر خدا را بخوایم از خدا، چون صد پیش ما است، نَوَد هم خواهد آمد.

اندر آن عالم که هست این سحرها  
ساحران هستند جادویی گشا  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۷۵)

«نپایی» یعنی خدا را متوجه شدیم می‌گوییم نگه دارم نرود که این ذهنی هست و این کار درست نیست، نمی‌ماند. با ذهن نخواهیم خدا را نگه داریم، فضا را باز می‌کنم تا تو بمانی و من فقط تماشاگر خواهم بود. من باید بگذارم که تو در من عمل کنی نه خودم.

اگرم خصم بخندد، و گرم شِحنه ببندد  
تو اگر نیز به قاصد به غَضَب دست بخایی  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۱۷)

شِحنه: داروغه، پاسبان  
به قاصد: از روی قصد، دانسته



## به تو سوگند بخوردم، که از این شیوه نگردم بکنم شور و بگردم، به خدا و به خدایی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۱۷)

وقتی شکایت نکنیم از اتفاق، تسلیم بشویم، فضای اطرافش را می‌بینیم، خدا را می‌بینیم. پس اتفاق بهانه‌ای شد که من خدا را ببینم، پس شکایت معنی ندارد.

من ذهنی ما را به خطر می‌اندازد ولی ما فکر می‌کنیم ما را حفظ می‌کند. نیروی زندگی را می‌بریم به ذهنمان مار درست می‌کنیم. عصای موسی اژدها شد و به زندگی زنده شد و مارهای ذهنی را خورد.

ما فکرهای در ذهن را زندگی می‌بینیم که مار هست. ما نیروی زندگی را به مارهای ذهنی تبدیل می‌کنیم.

نهایت این است که باید خاموش باشیم. تعظیم خدا این است که نیفتیم به سبب‌سازیِ ذهن.

«فَوَقَعَ الْحَقُّ وَبَطَلَ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ.»

«پس حق به ثبوت رسید و کارهای آنان باطل شد.»

(قرآن کریم، سوره اعراف (۷)، آیه ۱۱۸)

ما در ذهن هستیم که حالمان را خوب بکنیم ولی اتفاقات هم دست خداست که مثلاً به چیزها و کس‌ها و به خدا برسیم در صورتی که ما باید در پی زنده شدن به خدا باشیم تا حالمان خوب بشود. ذهن هرچه نشان می‌دهد آفل هست.

## اندر این بحث ار خرد ره بین بُدی فخر رازی رازدان دین بُدی

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۴۴)

اگر چیزی بیاید مرکزمان، از طریق آن چیزی که ذهن می‌بیند، می‌بینیم، جریمه می‌بینیم، ضرر می‌بینیم. کارمان در درون و بیرون جور نمی‌شود و باد کژ می‌وزد و شیرازه امور از دست ما خارج می‌شود.

گفت: اگر صد ره کنی تو راست، من

کژ روم، چون کژ روی ای مؤتمن

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۰۵)

پس سلیمان آندرونه راست کرد

دل بر آن شهوت که بودش، کرد سرد

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۰۶)



مؤتمن: امین، کسی که مورد اعتماد باشد

برای این‌که با قضا و کُن فکان، خدا تصمیم بگیرد و ما با من‌ذهنی تصمیم نگیریم، باید مرکزمان را عدم کنیم. اگر همانیده بشویم، شکارِ آن چیز یا کس می‌شویم که با آن همانیده شدیم.

خدا از جنس بی‌نهایت فضاگشایی است. بزرگان مثل حضرت رسول و مولانا وقتی قضا را باز کردند بعد از آن دوباره یک ساعت نرفتند داخل ذهن بلکه همان فضاگشایی را ادامه دادند و رفتند تا آخر و چشمشان نلغزید و عقل مازاغ داشتند.

«مَا زَاغَ الْبَصَرُ وَمَا طَغَى.»

«چشم لغزش نکرد و از حد درنگذشت.»

(قرآن کریم، سوره نجم (۵۳)، آیه ۱۷)

خیلی ممنونم آقای شهبازی از وقتی که به من دادید، لطف کردید.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، خواهش می‌کنم، ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم اکرم]



### ۳۲- آقای بیننده

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای بیننده]

آقای شهبازی: بفرمایید.

آقای بیننده: عرضم به حضورتان اول یک مطلب بسیار کوتاه این که در بیت اول غزل برنامه ۹۷۱ داشتیم «و اگر نیز بیایی، بروی زود، نپایی».

آقای شهبازی: بله.

آقای بیننده: من دو بیت از غزل برنامه به‌نظرم ۸۸۹ یادم آمد که داشتید این بیت:

شهم گوید در این دشتم، تو پنداری که گم گشتم  
نمی‌دانی که صبر من غلاف ذوالفقار آمد  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۸۸)

من این برنامه را من بخش چهارم را ابتدا که شما توضیح می‌دادید من گوش می‌کردم، یک مطلبی یک دقیقه‌ای نوشتم. که این را می‌خواهم بخوانم.

آقای شهبازی: بله، بله.

آقای بیننده: شاید یک دلیلی که شاه پیش ما نمی‌ماند، شاید به این دلیل باشد که نمی‌دانیم که می‌گوید «صبر من غلاف ذوالفقار آمد» یعنی باید در حالت صبر باشیم که پیش ما بماند.  
«فرمود رب‌العالمین با صابرانم همنشین»، که بتوانیم به این بیت مولانا برسیم:

تیغ جانی تو بر آور ز نیام بدنت  
که دو نیمه کند او قرص قمر از تیزی  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۶۳)

ما اگر در حالت صبر باشیم و صبر هم به خودی خود یعنی آن چیزی که ذهن نشان می‌دهد مهم نیست. پس اشکال اساسی ما این است که یک لحظه فضا را باز می‌کنیم ولی فضا را باز نگه نمی‌داریم.



بنابراین باید با صبر و شکر و عذرخواهی فساداری کنیم تا فضا را باز نگه داریم. این خانم پریسا که مطلبشان را خواندند این من یادم آمد. ولی عرضم به حضورتان به این دلیل من زنگ زدم که این حکایت آن «پادشاه‌زاده» که در دفتر چهارم از بیت ۳۰۸۵ شروع می‌شود را با توجه به این «سحر» که شما در برنامه:

## سَحْرَ الْعَيْنِ چه باشد، که جهان خشک نماید برِ عام و برِ عارف چو گلستانِ رضایی (مولوی، مثنوی، غزل ۲۸۱۷)

از این، این قصه یادم آمد در ارتباط با سحر و جادویی.

**آقای شهبازی:** عالی، عالی!

**آقای بیننده:** در دو سه، چهار دقیقه قصه را می‌خوانم با اجازه‌تان.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم. در ضمن آن کلمه تلفظش «سَحْرَ الْعَيْنِ» است. «سَحْرَ الْعَيْنِ».

**آقای بیننده:** ببخشید، من این را زیاد تکرار نکرده بودم.

**آقای شهبازی:** نه آن یعنی در واقع سحر کرد چشم‌ها را. سحر کرد چشم‌ها را یعنی جادوگران سحر کردند. می‌گوید این چه باشد، سحر کردن جادوگر چه باشد. پس «سحر» است. سحر نیست آن‌جا. «سَحْرَ الْعَيْنِ» است. بله بفرمایید.

**آقای بیننده:** عذرخواهی می‌کنم، ببخشید.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم. نه. فقط... بفرمایید.

**آقای بیننده:** خلاصه قصه در چند جمله به این ترتیب است که پادشاهی در خواب می‌بیند که پسرش که بسیار جوان و باهنر و زیبا بوده فوت شده است.

می‌ترسد و می‌گوید برای پسرم زنی بگیرم که اگر مرد نوه‌ای داشته باشم و با مشورت با پسرش زنی برای او از خانواده‌ای اصیل پیدا می‌کند.

قابل ذکر است که خانم پادشاه مخالفت می‌کند و می‌گوید باید مثل خودمان باشد، ولی پادشاه راه خودش را می‌رود و منظور این است که هشیاری که از آن طرف می‌آید باید با هشیاری عروسی کند یعنی هشیاری بر هشیاری منطبق شود.



ولی همین‌که یک زن خوب که اهل ستیزه نیست پیدا می‌کند، یک پیرزن کابلی که منظور همین دنیاست به این پسر زیبا که از جنس هشیاری است نظر دارد و او را سحر می‌کند به طوری که پسر آن زن زیبا یعنی هشیاری را فراموش می‌کند.

و این قصه نماد این است که ما به عنوان امتداد خدا به خواب می‌رویم و در این خواب، خدا که همان پادشاه است سعی می‌کند که ما را از خواب بیدار کند که البته این خواب هم مانند مردن است.

ولی زمانی که می‌خواسته عروسی بگیرد این پیرزن کابلی و این دنیای ساحر، عرضم به حضورتان، پسر پادشاه را سحر می‌کند به طوری که پسر جوان عاشق پیرزن می‌شود و پاهای پیرزن را می‌بوسد و منقاد و مطیع این ساحره می‌شود و از عروس و عروسی می‌گذرد و ما همان شاهزاده هستیم که هم از عروسی گذشتیم و هم از عروس. چند بیت اگر اجازه بدهید بخوانم.

آقای شهبازی: بله، بله، خواهش می‌کنم.

آقای بیننده: اگر وقت داشته باشم.

آقای شهبازی: بله، بله. بفرمایید.

آقای بیننده:

### چون بر آمد این نکاح آن شاه را با نژاد صالحان بی مرا

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۱۴۴)

از قضا کمپیرکی جادو که بود

عاشق شهزاده با حسن و جود

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۱۴۵)

این‌جا این قضا خیلی قابل تأمل است. اشاره دارد به این‌که ما به عنوان انسان به صورت هشیاری هم زیبا هستیم و هم بخشنده و این قضا یعنی آن بیت را شاید یادمان بیاورد:

گر قضا پوشد سیه، همچون شَبَت

هم قضا دست بگیرد عاقبت

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۲۵۸)



این قضای زندگی است که ما بیاییم هم‌هویت بشویم بعد هم به‌رحال این هشیاری بر هشیاری منطبق بشود و بعد آزاد بشود.

## جادوی کردش عجزه کابلی کی برد زان رشک سحر بابلی (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۱۴۶)

مولانا می‌خواهد بگوید این همانیده شدن و برحسب همانیدگی‌ها دیدن جادویی بزرگ است به‌طوری‌که دید ما را اشتباه و غلط می‌کند که تغییر این دید آسان نیست.

## شه بچه شد عاشق کمپیر زشت تا عروس و آن عروسی را بهشت (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۱۴۷)

می‌خواهد بگوید این جهان عروسی است و ما آمدیم شادی بی‌سبب را تجربه و پخش کنیم ولی دچار عزا شدیم و همیشه مشغول همانیدگی‌ها هستیم.

## یک سیه دیوی و کابولی زنی گشت به شه‌زاده ناگه ره‌زنی (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۱۴۸)

## تا زیا رب یا رب و افغان شاه ساحری استاد پیش آمد ز راه (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۱۵۹)

این ساحر، ساحر من‌ذهنی نیست بلکه ساحر زندگی‌ست که از آن طرف آمده است.

## دست بر بالای دستت ای فتی در فن و در زور تا ذات خدا (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۱۶۲)

پس ما هر لحظه تصمیم بگیریم، می‌توانیم به خدا زنده بشویم. من وقتم تمام شد آقای شهبازی و دیگر من آدرس ابیات را می‌دهم دوستان اگر لازم بود می‌توانند استفاده بکنند از این.





آقای شهبازی: بله، خیلی ممنون. پس آدرس می‌دهید؟

آقای بیننده: بله، دفتر چهارم. تا این جایی که من خواندم تا بیت ۳۱۶۲ بود. البته چند ابیاتی هم بود که این وسط نخواندم و از بیت ۳۱۶۲ به بعد دیگر در دفتر چهارم دوستان می‌توانند مراجعه بکنند. من دیگر زیاد مزاحم وقتتان نشوم.

[خداحافظی آقای شهبازی با آقای بیننده]

❖ ❖ ❖ پایان بخش چهارم ❖ ❖ ❖

