

کنج حضور

متن کامل پیام‌های تلفنی

۱-۹۷۳

اجرا: آقای پرویز شهبازی

تاریخ اجرا: ۲۰ مرداد ۱۴۰۲

www.parvizshahbazi.com

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

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۹۵)

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

(پرویز شهبازی، برنامه گنج حضور شماره ۹۰۷)

متن کامل پیام‌های بینندگان برنامه ویژه پیام‌های تلفنی ۱-۹۷۳

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.

همراهان عشق در تایپ، ویرایش و بازبینی برنامه گهر بار ۱-۹۷۳		
رویا اکبری از تهران	عارف از اصفهان	فاطمه زندی از قزوین
مریم زندی از قزوین	ناهید سالاری از اهواز	ریحانه شریفی از تهران
آقای فرشاد از خوزستان	الناز خدایاری از آلمان	فاطمه رشنو از لرستان
شبم اسدپور از شهریار	بهرام زارع‌پور از کرج	زهرا عالی از تهران
مهردخت از چالوس	پارمیس عابسی از یزد	اعظم جمشیدیان
الهام فرزامنیا از اصفهان	حسام موسوی از مازندران	مریم مهرپذیر خیابانی از تبریز
لیلی حسینی‌زاده از تبریز	یلدا مهدوی از تهران	کمال محمودی از سنندج

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

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

@zarepour_b

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

کانال گروه متن کامل برنامه‌های گنج حضور در تلگرام:

<https://t.me/ganjehozourProgramsText>

ردیف	پیام دهنده	صفحه
۱	خانم شهین از شیراز با سخنان آقای شهبازی	۵
۲	سخنان آقای شهبازی در مورد قانون جبران	۷
۳	آقای عرفان از کرمانشاه	۱۱
۴	سخنان آقای شهبازی	۱۷
۵	خانم هستی و خانم مهتاب از کوهدشت	۱۸
۶	خانم نیلا شاملو و مادر بزرگشان از تهران	۲۶
۷	خانم فاطمه از کرج با سخنان آقای شهبازی	۲۹
۸	سخنان آقای شهبازی	۳۶
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش اول ◇ ◇ ◇	۳۶
۹	خانم‌ها زرین و تیارا و یکتا از زرین شهر اصفهان	۳۷
۱۰	آقای پویا از آلمان با سخنان آقای شهبازی	۴۱
۱۱	خانم جیران از آبادان با سخنان آقای شهبازی	۴۵
۱۲	آقای صادق از ایلام	۵۲
۱۳	خانم سمانه از ملایر	۵۹
۱۴	آقای عارف از اصفهان با سخنان آقای شهبازی	۶۳
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش دوم ◇ ◇ ◇	۶۵
۱۵	آقای نیما از کانادا	۶۶

ردیف	پیام دهنده	صفحه
۱۶	سخنان آقای شهبازی	۷۰
۱۷	خانم یلدا از تهران با سخنان آقای شهبازی	۷۲
۱۸	خانم نرگس از نروژ	۷۵
۱۹	خانم فرزانه	۷۹
۲۰	خانم‌ها سمیه و ماهک از گیلان	۸۱
۲۱	خانم پروین از اصفهان	۸۵
۲۲	خانم پریسا از کانادا	۸۷
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش سوم ◇ ◇ ◇	۹۲
۲۳	خانم‌ها آرشیدا و شیدا و مریم از فولادشهر	۹۳
۲۴	خانم فاطمه از لرستان	۹۸
۲۵	خانم عصمت از شاهین شهر	۱۰۲
۲۶	خانم زینب و میترا از بروجن	۱۰۴
۲۷	خانم بهناز از انگلستان	۱۰۸
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش چهارم ◇ ◇ ◇	۱۱۲

۱- خانم شهین از شیراز با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم شهین]

خانم شهین: سلامت باشید، استاد من تقریباً یک سال است برنامه‌تان را دنبال می‌کنم و خیلی از شما ممنونم، خیلی از شما ممنونم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم شهین: من یک تغییرات خیلی خوبی داشتم. بیشتر کنترل روی بچه‌ها، خدا را شکر برداشته شده این کنترل و احوال روحی‌ام خیلی عالی شده، و نگفتم اولین بار است خدمتان تماس می‌گیرم.

آقای شهبازی: بله، بله.

خانم شهین: و خیلی هم خوشحال هستم که صدای شما را می‌شنوم.

آقای شهبازی: لطف دارید، ممنونم.

خانم شهین: قربان شما. ان‌شاءالله که سالم باشید و جبران مالی هم انجام می‌دهم. خیلی از شما ممنونم بابت برنامه خوبتان. ممنونم از دوستان و از کودکان عشق. الان هیجان‌زده هستم.

آقای شهبازی: یک نفس عمیق بکشید بله، تا سه هم بشمارید یواش، بعد آرام صحبت کنید دیگر. من که همیشه مهمان شما هستم دیگر هول شدن ندارد خانم، نفس‌تنگی ندارد.

خانم شهین: بله درست می‌فرمایید. درست می‌فرمایید. هیجان‌زده از این هستم که خدا را شکر تا شماره‌تان را گرفتم جواب دادید و متنی آماده نکردم. حالا ان‌شاءالله دفعات بعد و این‌که استاد من این «آنصتوا» را خیلی خوب فهمیدم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم شهین: خیلی خوب، بله. و روی قرین هم خیلی کار می‌کنم که با چه کسانی قرین باشم، قرین نشوم.

آقای شهبازی: آفرین.

خانم شهین: خیلی برایم مهم است.

آقای شهبازی: آفرین. البته این را هم شما حتماً می‌دانید بهتر از من، که وقتی می‌گویید بچه‌ها را نمی‌خواهم کنترل کنم معنی‌اش این نیست که شما مسئول نیستید و نباید چیزهای خوب را به آنها یاد ندهید، چیزهای لازم را یاد ندهید. شما مسئول هستید تا آنها به حداقل هجده‌سالگی برسند و تمام چیزها را باید به آنها یاد بدهید. مطمئن باشید که این‌ها درسشان را می‌خوانند. البته اگر گنج حضور تماشا می‌کنید و آنها هم می‌شنوند یا اگر



خودشان را در معرض آموزش مولانا قرار بدهند، خودشان می‌توانند خودشان را اداره کنند دیگر. ولی خب شما باید دائماً مواظب باشید که بچه‌ها دیگر کارهای درست انجام بدهند. کنترل ولی نمی‌کنید.

خانم شهین: صد درصد.

آقای شهبازی: نگران نیستید. ها! کجا رفتی؟

خانم شهین: آفرین! همان نگرانی‌ام کم شده استاد.

آقای شهبازی: چرا دیر آمدی؟ کجا بودی؟ کنترل با اداره کردن فرق دارد. همه‌جا همین‌طور است. کنترل با اداره کردن درست فرق دارد، بله.

خانم شهین: همان، نگرانی‌ام کم شده استاد. این‌که حالا بیرون می‌رفتند حتماً ببینم کجا هستند؟ چکار می‌کنند؟ این نگرانی خدا را شکر دیگر کم شده و زیاد پیگیر این قضیه نیستم.

آقای شهبازی: خیلی خوب.

خانم شهین: اما این‌که مراقب هستم کارهای دیگرشان را، بله صد درصد.

آقای شهبازی: عالی، عالی. آفرین. خیلی خوب، چیز دیگر؟

خانم شهین: خیلی خوشحال شدم استاد.

آقای شهبازی: ممنونم.

خانم شهین: خیلی خوشحال شدم. ببخشید که متنی هم آماده نکرده بودم.

آقای شهبازی: عالی. نه، همین‌طوری صحبت کنید. اتفاقاً بدون متن خوب است دیگر الآن. پس از بیست و چند

سال برنامه و مدت زمان طولانی که شما به این برنامه گوش کرده‌اید، باید بتوانید پنج دقیقه، سه دقیقه خودتان

صحبت کنید. به متن احتیاجی نیست دیگر. اوایل می‌گفتیم متن بنویسید، الآن دیگر متن لازم ندارد، [خنده آقای

شهبازی] ممنونم.

خانم شهین: قربانتان. استاد یک چیز دیگر هم می‌خواهم بگویم خدمت دوستان. این جبران مالی فوق‌العاده کار

می‌کند، عالی است، خیلی عالی است. ممنونم استاد. ان‌شاءالله که پایدار باشید. ما نا باشید.

آقای شهبازی: عالی، عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم شهین]

۲- سخنان آقای شهبازی در مورد قانون جبران

بله، پیشرفت شما بستگی دارد به این‌که شما دوتا قانون، در واقع دو قسمت از «قانون جبران» را رعایت می‌کنید یا نه؟ یکی جبران معنوی است، به اندازه کافی روی خودتان باید کار کنید. یکی هم جبران مادی، حتماً باید جبران مادی کنید، یعنی خودتان با انتخاب و تصمیم خودتان، با اراده خودتان، بدون این‌که کسی شما را مجبور کند، بخواهید به این برنامه در ازای دانشی که می‌گیرید کمک کنید تا این برنامه ادامه پیدا کند.

اگر «جبران مادی» را نکنید، «جبران معنوی» را هم قادر نخواهید بود بکنید. ولی خب چون ما با «پول» هم‌هویت هستیم، این‌که شما خودتان را بتوانید متقاعد کنید جبران مادی کنید، بسیار بسیار سخت است! و در طول شاید بیست و دو سال شد دیگر، من مرتب این قانون را به شما توضیح دادم، ولی تعداد معدودی از شما به این قانون توجه کردید و عقل شما حکم کرده که نه! چه فرق می‌کند؟ من که دیگر گوش دارم می‌دهم، هرچه می‌گویند یاد دارم می‌گیرم. این طوری نیست.

زندگی قوانینی دارد که با عقل من‌ذهنی ما قابل دریافت نیست، قابل شناسایی نیست. مرتب در این مورد داریم صحبت می‌کنیم. خیلی چیزها واقعاً از «قضا و کُنْ فُکَانَ» سرچشمه می‌گیرد. شما اگر جبران نکنید، محال است که یک چیزی را به‌دست بیاورید، اگر هم به‌دست بیاورید، نمی‌توانید استفاده بکنید.

«قانون جبران» را در تمام شئون زندگی‌مان رعایت کنیم. همسرمان یک کاری می‌کند باید عوضش انجام بدهیم، نگوییم وظیفه‌اش است. همین‌طور بچه‌مان برای ما، اگر ما برای بچه‌مان، بچه باید جبران کند، حالا در کارهای خانه کمک کند، بیرون برود خرید کند، یک کارهایی بکند.

شما هم می‌توانید که بچه‌هایتان را عادت بدهید به «قانون جبران»، حتی به پسران بگویید خیلی خب ماشین را بشوی من مثلاً ده دلار به تو بدهم.

نه این‌که من که میلیارد هستم، بچه‌های من باید بروند مرسدس بنز سوار بشوند، بی‌امو (BMW) سوار بشوند به‌قول شما، ما که دیگر زحمت کشیده‌ایم این‌ها لازم نیست! این غلط است. بچه‌تان می‌رود معتاد می‌شود، تمام سرمایه شما را بر باد می‌دهد! باید زحمت بکشند تا قدر پول را بدانند، قدر خوبی شما را بدانند.

اگر «قانون جبران» را یاد ندهید، این بچه شما بیست و پنج سالش شد می‌گوید چکار کردی؟ مگر چکار کردید شما؟ این‌همه پول داری، یک خرده‌اش را برای ما خرج کردی. فلان کار را نکردی! طلبکار می‌شود. مواظب «قانون جبران» باشید، هرچه ما می‌کشیم از دست این «قانون جبران» می‌کشیم.



تجربه بنده، بیست و دو سال با شما، این است که راستش ما مردم ایران [آقای شهبازی می‌خندند] نمی‌خواهیم قانون جبران را بفهمیم و عمل کنیم. می‌بینید عقب هم می‌افتیم دیگر، عقب می‌افتیم. دیگر خودتان می‌دانید، من گفتم. بینندگان ما هم می‌گویند ولی شما با عقل خودتان فکر می‌کنید که نه فرق نمی‌کند، یا من زرتنگ هستم، بگذار بقیه بدهند من استفاده کنم! چنین چیزی وجود ندارد، این را در مورد من هم می‌بینید.

من در سن هفتاد و شش سالگی می‌نشینم هشت ساعت برای شما برنامه اجرا می‌کنم. «قانون جبران» را انجام می‌دهم. این هشت ساعت برنامه، بیشتر از شما به من فایده می‌رساند، توجه می‌کنید؟ زندگی پاداش من را می‌دهد. من برای پول این کار را نمی‌کنم، ولی شما هم یک تکانی بخورید! نمی‌شود شما بگویید که دیگران بیایند آباد کنند، ما برویم در پارک زیبا قدم بزنیم. نیست همچون چیزی والله!

«قانون جبران» است که یک جوان چه زن چه مرد، بین بیست تا بیست و پنج سالگی تحصیل می‌کند، سخت کار می‌کند، مهارت یاد می‌گیرد، بعداً سر کار می‌رود و در رفاه مادی می‌افتد.

یکی از جنبه‌های ما «پول» است، مادی است. شما باید بتوانید درس بخوانید، مهارت یاد بگیرید، پول در بیاورید. نگویند، الان تلفن‌هایی می‌آید، پیغام‌هایی می‌آید من چهل سالم هست، چهل و پنج سالم هست، کار به من نمی‌دهند! خب برای این‌که کار بلد نیستی، وقت را تلف کردی. یکی دوتا نیست. شما راهنمایی کنید!

هیچ‌کس نمی‌داند کسی را که «قانون جبران» را زیر پا می‌گذارد، راهنمایی کند. خداوند راهنمایی کند، شما هم که به حرفش گوش نمی‌دهید. او گفته «قانون جبران» نه! دینی هستید؟ می‌گوید: «لَيْسَ لِلْإِنْسَانِ إِلَّا مَا سَعَى» قرآن می‌گوید. یعنی «برای انسان نیست مگر نتیجه زحمتش».

شما هم اگر نمی‌خواهید زحمت بکشید، یک چیزی را می‌خواهید، نه! آقا، خانم، آن‌هایی که به جایی رسیده‌اند واقعاً کار کرده‌اند. در همین سن، روزی اگر بگویم من شانزده ساعت کار می‌کنم، برای همین این تلویزیون می‌گردد، این برنامه‌ها را شما گوش می‌کنید! کار نکنم نمی‌شود. من کار می‌کنم، دوستان ما هم کمک می‌کنند. اگر کار نمی‌کردم، آن‌ها هم تشویق نمی‌شدند کار کنند.

الآن ده‌ها نفر برای شما کار می‌کنند، مجانی! چرا؟ برای این‌که یک کاری انجام شده. یک سرمایه‌ای داریم ما، الآن نهصد و هفتاد و سه تا برنامه داریم. این برنامه‌ها شعرهای مولانا در آن هست، درس مولانا، ارزش دارد این برنامه‌ها به‌خاطر مولانا. همین‌طور پیغام‌های شما.

حالا ببخشید وقت شما را می‌گیرم. اجازه بدهید دیگر من حرف زدم، این فرکانس‌ها را هم نشان بدهم.

می‌دانید دوتا کانال اضافه شده و این‌ها فرکانس‌هایشان هستند. برایتان نشان می‌دهم:



GANJEHOZOUR2

فرکانس: 12073

27500

Vertical

FEC :Auto

بگذارید می‌گیرد. این گنج حضور ۲ هست، فرکانس‌های جدید گنج حضور هست.

و همین‌طور این فرکانس:

GANJEHOZOUR3

فرکانس: 12149

27500

Vertical

FEC : Auto

بگذارید، گنج حضور ۳. پس بنابراین سه تا کانال خواهیم داشت، این‌ها تخصصی خواهند بود. این‌طوری نیست که هر سه یک برنامه پخش کند، برنامه‌ها را تقسیم می‌کنیم، هم برنامه‌های قدیم را برایتان پخش می‌کنیم، هم ما الآن محصولات خیلی زیادی داریم از برنامه کودکان عشق، برنامه‌های معنوی نیم‌ساعته و همین‌طور ویدئوهای شما بینندگان، اعضا، برنامه‌های تلفنی.

خلاصه یک مقدار تقسیم می‌کنیم که همه‌چیز را برایتان پخش کنیم. این هم «قانون جبران» است، نکنیم نمی‌بینید. نزدیک هزار و پانصدتا دارد می‌شود، شما برنامه‌های نیم ساعتی تولید کردید، باورتن می‌شود؟

هر کدام از این‌ها آن‌قدر باارزش است که اگر یکی گوش بدهد، حتماً یک چیزی را در خودش عوض می‌کند! این پیغام‌ها را مردم داده‌اند. فهمیده‌اند این برنامه چه هست؟ مولانا چه می‌گوید؟ خودشان را بیان کرده‌اند. دوباره نشان می‌دهم. یکی‌اش:

GANJEHOZOUR2

فرکانس: 12073

27500

Vertical

FEC :Auto

حالا به این دو و سه‌اش زیاد توجه نکنید. یکی‌اش همین گنج حضور اولیه هست که تا به حال بوده. فرکانس جدید:

GANJEHOZOUR2
فرکانس: 12073
27500
Vertical
FEC :Auto

یکی هم:

GANJEHOZOUR3
فرکانس: 12149
27500
Vertical
FEC : Auto

اگر قبلاً وارد کردید نگرفته، دوباره وارد کنید و ریست (reset) کنید می‌گیرد. علتش این است که می‌دانید برنامه‌های ما الآن اچ‌دی است، ما اچ‌دی تولید می‌کنیم دیگر. اچ‌دی هم می‌فرستیم، آن‌ها باید یک جوری تبدیلیش کنند به یک چیزی که آنتن‌های ایران می‌تواند بگیرد. خیلی از دیش‌های ایران، آنتن‌های ایران، آنتن‌های ماهواره‌ای که در پشت‌بام هستند اچ‌دی را نمی‌توانند بگیرند در نتیجه ممکن است نتوانید بگیرید. الآن یک جوری کردیم سطحش را آوردیم پایین، کیفیتش ممکن است بدتر بشود ولی خب شما می‌توانید بگیرید. دوباره وارد کنید اگر قبلاً وارد کردید دیدید نمی‌گیرد.

درضمن هر کدام از این‌ها سه مگابایت یا (Megabyte) است حتی در واقع قدیم، قدیم قدیم دو بود، کردیم دوونیم. الآن این‌ها هر کدام سه هست، این‌ها باید خیلی خوب باشند، کیفیت تصویر باید عالی باشد در این فرکانس‌های جدید.



۳- آقای عرفان از کرمانشاه

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای عرفان]

آقای عرفان: یک چند، نزدیک به بیست مرتبه است تماس می‌گیرم، آخرین سری موفق شدم، خلاصه.

آقای شهبازی: از کجا زنگ می‌زنید؟

آقای عرفان: من از کرمانشاه.

آقای شهبازی: کرمانشاه، بله بفرمایید. اولین بار است نه؟

آقای عرفان: بله، بله، اولین بار است تماس می‌گیرم. بیست و هفت سالم هست.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! بیست و هفت سال، آفرین.

آقای عرفان: آقای شهبازی من نزدیک به، حالا خواستم یک سری نکات را بگویم. یک خرده‌ای هم چون برای بار اول است استرس دارم.

آقای شهبازی: نفس عمیق بکشید.

آقای عرفان: خدا کمک کند که این صحبت‌ها را بتوانم انجام بدهم، شاید مفید واقع بشود برای مردم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! بفرمایید.

آقای عرفان: آقای شهبازی عزیز، بنده نزدیک به دو سه سال است که دارم برنامه گنج حضور را نگاه می‌کنم، ولی بگذارید یک خلاصه‌ای از زندگی خودم بگویم، حالا شاید مفید واقع بشود.

آقای شهبازی: بفرمایید.

آقای عرفان: بنده از مادرم، موقعی که من پانزده سالم بود مثلاً، شانزده سالم بود، مادرم برنامه شما را دنبال می‌کرد گنج حضور را و هم‌اش مثلاً به من می‌گفت، البته مقطعی دنبال کرد، نزدیک به یک سال، دو سال دنبال کرد دیگر ادامه نداد.

من هم آن موقع، بعد هم‌اش می‌گفت راستی عرفان بیا این آقا را گوش بده ببین چه می‌گوید، راجع به مولانا حرف می‌زند و فلان و این‌ها. تو گوش بده ببین چه دارد می‌گوید و این‌ها. من هم که آن موقع اصلاً اطلاعاتی نداشتم از این برنامه و از این داستان‌ها و مولانا و این‌ها. خلاصه گوش نمی‌دادم و گذشت.

خلاصه گذشت و یک چندین سال گذشت، آقای شهبازی ولی همیشه یک چیزی در وجود من می‌گفت که یعنی مثلاً مثال عرض می‌کنم، وقتی صدای تنبور می‌شنیدم که مثلاً آقای خلیل عالی‌نژاد که آهنگ‌های، شعرهای مولانا را می‌خواندند، به قول معروف یک حالی می‌شدم کلاً و همیشه می‌گفتم خدایا این چه هست و ناگهان گریه می‌کردم. عرض کنم خدمتان گذشت، حالا ما رفتیم در ذهن خیلی هم شدید و خیلی هم هویت‌شدگی پیدا کردیم. اولین چیزی که بود هم هویت‌شدگی با چشم بود. من چشم‌هایم ضعیف است، خیلی ضعیف است.

آقای شهبازی: بله.

آقای عرفان: و عرض شود خدمت شما که با این‌که دکتر مثلاً برای من عینک نوشته بود، مثلاً از کلاس اول، من عینک را نمی‌زدم، می‌گفتم مثلاً دوستانم مسخره می‌کنند.

اوایل این‌جوری بود، بعد بزرگ‌تر که شدم باز هم همان مقاوت، یعنی شدم مثلاً پانزده سال، شانزده سال، یعنی واقعاً یک جایی نیاز داشتم که ببینم الآن مثلاً آن‌جا دارد چه دارد می‌شود. نیاز شدید‌ها! مثلاً یک ثانیه، دو ثانیه بگذارم عینک روی چشمم باشد ببینم اصلاً چه خبر است؟ بعد آن من ذهنی می‌گفت نه، الآن این‌ها می‌گویند چشم‌هایت ضعیف است، مسخره‌ات می‌کنند و فلان و این‌ها و خلاصه کار خودش را می‌کرد و من با این‌که عینک داشتم، عینک نمی‌زدم.

تا این‌که خلاصه نزدیک به، از وقتی که برنامه شما را دنبال کردم فهمیدم که یک هم هویت‌شدگی بزرگ با جسمم دارم. یعنی به غیر از چشم حالا که این‌ها را خدمت شما عرض کردم، می‌خواهم بگویم که این من ذهنی چقدر می‌تواند ما را با این‌که نیاز حقیقی به یک چیزی داشته باشیم، محدودمان کند.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای عرفان: که ما استفاده نکنیم از یک چیزی که واقعاً برایمان مفید است. حالا چشم‌هایت ضعیف است، خب عینک بزن. چه کاری است که خودت را زجر بدهی؟ ولی این قدر آن حس منیت زیاد می‌شود در انسان که نه، این تیپم را خراب می‌کند یا مثلاً به تو می‌گویند عینکی است و فلان و این‌ها، برای همین عینک نمی‌زدم، با این‌که خیلی احتیاج داشتم به عینک. حالا یکی از این هم هویت‌شدگی‌ها همین بود.

یکی دیگر آقای شهبازی هم هویت‌شدگی شدید با جسمم بود، به طوری که من بیست و چهار ساعته جلوی آینه بودم، عرض شود خدمت شما که بیست و چهار ساعته جلوی آینه و کافه رفتن و برویم این‌ور و آن‌ور و خیلی ظاهربین شده بودم. یعنی مولانا چطور می‌گوید «شده‌ای غلام صورت، به مثال بت پرستان»، دقیقاً شده بودم یک



غلام صورت، هم همه افراد را به ظاهر نگاه می‌کردم، حالا نمی‌گویم این‌ها را واقعاً حقیقتش را بگویم، نه، به ظاهر همه را نگاه نمی‌کردم، ولی خیلی برایم مهم بود، هم ظاهر خودم و هم ظاهر دیگران.

و عرض شود خدمتتان آقای شهبازی ظاهرپرستی در من خیلی زیاد شده بود و گذشت و گذشت با این‌که مثلاً دماغ من هیچ ایرادی نداشت به‌جز یک مثلاً نمی‌دانم، یک برآمدگی مثلاً بالای دماغم با یک انحراف خیلی کم، این من‌ذهنی من را وادار کرد که عمل بینی انجام بدهم و این عمل بینی‌ام که انجام دادم یکی از مهم‌ترین درس‌هایی برای من شد که کلاً این بُت من‌ذهنی راجع به ظاهرپرستی از بین برود، چون خیلی به من درد داد آقای شهبازی.

آقای شهبازی: بله.

آقای عرفان: و از لحاظ گوناگون من را اذیت کرد. یعنی از لحاظ تنفس، از لحاظ صحبت کردن، من حالا گه‌گاهی مثلاً می‌خوانم با گیتار و استاد و این‌ها، من را اذیت می‌کرد که حتی نتوانم آن چیزی که علاقه‌ام بود را بخوانم. البته با صدایم هم شاید هم‌هویت شده بودم، که آن همه سرم آمد.

و عرض شود خدمت شما آقای شهبازی این عمل بینی که بدون این‌که هیچ ایرادی داشت، این را من الآن به همه می‌گویم، می‌گویم به‌خاطر قانون جبران این قضیه می‌گویم، آقا هر کسی می‌خواهد عمل کند چرا؟ خدا یک چیز فابریکی (اصلی: Fabric) به تو داده، اوکی اوکی (Ok) است، چرا شما می‌خواهی بیایی دستکاری‌اش کنی که مثلاً خوشگل‌تر بشوی؟ مگر صورت مهم است یا سیرت انسان مهم است؟ چقدر الآن ما آدم مثلاً زیبا داریم، ولی خب رفتارشان آن‌جوری زیبا نیست. و من دقیقاً گول من‌ذهنی را خورده بودم از این ظاهرپرستی.

و خدا را شکر، خدا را شکر درست است که من را خیلی اذیت کرد این عمل بینی، بعدش را دارم می‌گویم، چون حالا دیگر نمی‌خواهم طولانی بشود داستان، ولی من را خیلی از لحاظ سلامتی اذیت کرد این عمل بینی، ولی باعث شد آقای شهبازی یک درد شدید در من ایجاد بشود، به‌خاطر این‌که مثلاً قبلش پیش‌بینی کرده بودم خب حالا دماغم را عمل می‌کنم، چه می‌دانم فلان می‌کنم، خوش‌تیپ‌تر می‌شوم، بعد می‌روم خواننده می‌شوم، فلان و این داستان‌ها.

یعنی برای من یک مسیر کشیده بود من‌ذهنی که کلاً نقش بر آب شد و خلاصه این درد باعث شد که من بیشتر یک خرده تفکر کنم و خدا را شکر، خدا را شکر که زندگی، خداوند شما را و این برنامه گنج حضور را در مسیر من قرار داد و من یک‌هو به یادم آمد، گفتم مامان راستی آن موقع‌ها چرا برنامه گنج حضور گوش می‌کردی؟ شعرهای مولانا، یک خرده این‌جوری صحبت کردیم، گفت آری فلان و این‌ها، آمدم برنامه شما را در تلگرام،



ماهواره نداشتیم، در تلگرام دانلود می‌کردم فایل‌های صوتی‌اش را و هر روز گوش می‌کردم. حالا تا الآن هم گوش می‌دهم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای عرفان: این ظاهرپرستی خیلی من را اذیت می‌کرد. حالا چندتا قضیه دیگه هم هست، دوست دارم که برای مردم مفید واقع بشود که عزیزان دل، خانم‌ها، آقایان، کسانی که مثلاً حالا نمی‌گویم ظاهر بد است، آدم یک ظاهر مرتب داشته باشد، نه این‌ها بد نیست، ولی واقعاً واقعاً اگر نیاز مبرمی از لحاظ سلامتی، یعنی اگر برای شما مشکلی ایجاد نکرده، مثال عرض می‌کنم دماغتان، جزوی از صورتتان، چرا بروید دست بزنید؟ چرا آن چیزی که خدا به شما داده، فابریک (اصلی: Fabric) به شما داده را چرا همان را نداشته باشید؟ دستکاری در کار خدا خوب نیست کلاً در هر کاری.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای عرفان: خدا را شکر که بله این را من فهمیدم. و آقای شهبازی من با پدر و مادرم خیلی بد رفتار می‌کردم. یکی دیگه از نمونه‌های این من‌ذهنی. برعکس آقای شهبازی مثلاً با فامیل، دوست و آشنا خوب رفتار می‌کردم، خب؟ مثلاً می‌گفتم حرمت بگیرم و احترام و این‌ها، ولی با نزدیک‌ترین، من‌ذهنی این‌جوری کار می‌کند، با نزدیک‌ترین افراد خانواده‌ام که پدر و مادرم این قدر برایم زحمت کشیدند، چون واقعاً پدرم سخت کار کرده، مادرم همیشه سخت کار کرده، من‌ذهنی طوری مرا چیز می‌کرد که به نزدیک‌ترین افراد خانواده‌ام را احترام نگیرم، عصبانی بشوم و خیلی بد رفتار کنم. خدا را شکر آقای شهبازی با برنامه شما عصبانیتم خیلی کم شده، خیلی کم شده و این ظاهرپرستی را خدا را شکر خیلی کم شده و باز هم همیشه می‌گویم تا روز آخری که مردم تلاش می‌کنم که باز هم کمترش کنم ظاهرپرستی را.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای عرفان: و عرض شود خدمت شما، بله آقای شهبازی چند ثانیه به من مهلت بدهید، یک سری چیزها را نوشتم گفتم این‌ها را بگویم خدمت شما و عرض شود خدمت شما آقای شهبازی من بسیار بی‌مسئولیت بودم.

یعنی با این‌که پدرم سخت کار می‌کرد و من به سنی رسیده بودم که بتوانم کمک‌خرج خانواده باشم، این من‌ذهنی باعث شده بود که من بسیار بی‌مسئولیت و تنبل باشم و با این‌که احتیاج مالی داشتیم، ترجیح می‌دادم در خانه بنشینم ولی نروم کار کنم. با این‌که کاری هم نداشتیم، دانشگاه هم آمده بودم تمام شده بود یعنی کلاً دانشگاه را که اصلاً انصراف دادم. کلاً دارم می‌گویم، دانشگاه هم نداشتیم.

آقای شهبازی این بی‌مسئولیتی واقعاً خیلی بد است، یعنی آدم حتی به نیاز حقیقی، مثال عرض می‌کنم، که نیاز به پول دارد ولی باعث می‌شود که انسان نرود کار کند.

آقای شهبازی: بله.

آقای عرفان: تنبلی باعث می‌شود که انسان نرود کار کند و این یکی از همان حقه‌های من‌ذهنی است. و آقای شهبازی این عصبانیت خیلی من را اذیت می‌کرد که خدا را شکر الآن بهتر شده. مرا ببخشید دارم جسته و گریخته حرف می‌زنم یک خرده هول شدم، ولی می‌خواهم همه را بگویم که شاید برای مردم مفید واقع بشود.

بعد آقای شهبازی یک داستان دیگری که داشت این قضیه این بود که من یک آدم فوق‌العاده حریص بودم یعنی الآن هم هستم آقای شهبازی، و دارم روی خودم کار می‌کنم که این حرص و طمع را از خودم کم کنم.

آقای شهبازی: آفرین.

آقای عرفان: یعنی طوری بوده که باعث شده آقای شهبازی من نزدیک به بیست بار سرمایه‌ام را از دست بدهم. یعنی حالا چند بار کوچک و زیاد، بیست بار سرمایه از دست بدهم. چرا؟ چون می‌خواستم در مدت یک شب پولدار بشوم، می‌خواستم در مدت یک شب میلیاردر بشوم، میلیونر شوم و این‌ها.

یعنی بیست بار من دارم این را می‌گویم واقعاً الکی نمی‌گویم، بیست بار من سرمایه‌ام را کوچک و زیاد، یعنی مبلغ مثال عرض می‌کنم دو تومان، سه تومان تا برو بالای صد تومان، دویست تومان [با واحد میلیون تومان] از دست دادم به‌خاطر این‌که این حرص و طمع من‌ذهنی باعث نشده که من با یک روال منطقی، با یک روالی که آرامش در آن سهیم باشد، پولم را سرمایه‌گذاری کنم، در بورس کار می‌کردم، پولم را سرمایه‌گذاری کنم و خیلی مستمر، یعنی با آرامش و بدون حرص و طمع من کار کنم.

و خلاصه آقای شهبازی این دغدغه‌ها را دارم خدمت شما می‌گویم و خدمت مردم عزیز می‌گویم که واقعاً واقعاً یک گنج است در این زمانه ما. مردمی که الآن داریم، مردم جامعه ما خیلی نیاز به این آموزه‌ها دارند و ان‌شاءالله که این مسیر، این برنامه بتواند به روش‌های گوناگون، بتواند عرض کنم خدمت شما که مردم بتوانند، کسانی که دسترسی دارند به اینترنت، دسترسی دارند به ویدئو درست کردن، خلاق هستند، ذهنشان می‌تواند خلاقیت به خرج بدهند، این برنامه‌ها را، صدای شما را روی تصویرهای مختلف در اینستاگرام پخش کنند.

در بعضی از، نمی‌گویم که به‌زور بگویند فلانی بیا گنج حضور گوش بده، می‌گویم به‌قول حافظ «رندانه» اگر جاهایی می‌بینند یکی را می‌توانند به او معرفی کنند، مثلاً گنج حضور را معرفی کنند، نه این‌که اجبارش کنند. این است



مثلاً آقا یک چنین برنامه‌ای هست به نام گنج حضور، دوست داشتی گوش بده. این هم فایل‌های صوتی‌اش در تلگرام اگر خواستی، برو گوش بده.

آقای شهبازی: بله.

آقای عرفان: یا این هم شبکه گنج حضور، این هم فرکانسش. ان شاءالله که آقای شهبازی مردم ما و اولین نفر خودم بتوانیم که در این راه عرض شود خدمتتان پایدار بمانیم و تا آخرین لحظه از عمرمان بتوانیم این من‌ذهنی را کوچک کنیم و هر لحظه این عشق را بیشتر کنیم در وجودمان. آقای شهبازی ببخشید من زیاد پرحرفی کردم.

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

آقای عرفان: من عرفان کوچک شما. عرفان از کرمانشاه.

آقای شهبازی: بله آقای عرفان، آفرین، عالی بود. عالی، عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای عرفان]



۴- سخنان آقای شهبازی

خب علت این که هیچ چیز نمی‌گویم ایشان صحبت کنند، بیست و هفت سالشان است. صحبت‌های ایشان که یک جوان بیست و هفت ساله هستند، بسیار باارزش است. احتمال دارد که کسانی که بین بیست تا سی هستند به حرف‌های ایشان گوش بدهند، از تجربه ایشان یاد بگیرند.

و اتفاقاً این «بیست تا سی» سنی است که اگر ما به این آموزش توجه کنیم، واقعاً می‌توانیم زندگی‌مان را نجات بدهیم از دست خرابکاری‌های من‌ذهنی!

در حوالی سی سال است که مثلاً ایرانی‌ها ازدواج می‌کنند دیگر، حالا زن یا مرد. و این رابطه درحالی که با من‌ذهنی شروع می‌شود، می‌تواند بسیار مخرب باشد! بارها و بارها من توضیح دادم این را دیگر، الان نمی‌خواهم وقت شما را بگیرم.

و صحبت‌های آقای عرفان را شنیدید. دیدید که رد پای عدم رعایت «قانون جبران» دیده می‌شود. کسی که می‌خواهد راه کوتاه برود و زود پولدار بشود. احتمالاً می‌رود بورس، بورس‌بازی می‌کند و آن هم مثل «قمار» می‌ماند. با قماربازی شما نمی‌توانید زود ثروتمند بشوید، می‌بازید.

و خب کار کردن و پس‌انداز کردن و یک موقعی یک حرفه‌ای را شروع کردن و یک بیزینس (Business: تجارت) زدن، خب بیزینس اگر «قانون جبران» در آن رعایت شده باشد، سریع نمی‌گیرد. باید زحمت بکشی، باید سرویس بدهی، مردم بشناسند، کالای شما را بخرند، سرویس شما را بخرند، طول می‌کشد.

اگر شما می‌گویید من حوصله ندارم، می‌خواهم زود پولدار بشوم، آن را هم که داری از دست می‌دهی، نمی‌شود! نمی‌شود «قانون جبران» را رعایت نکرد، نمی‌شود.



۵- خانم هستی و خانم مهتاب از کوه‌دشت
[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم هستی]

خانم هستی: هستی هستم نه‌ساله از کوه‌دشت زنگ می‌زنم. خدا قوت.

آقای شهبازی: به خانم هستی! آفرین بر شما، ماشاءالله! چند سالتان است گفتید؟

خانم هستی: نه سالم است.

آقای شهبازی: به‌به، به‌به! آفرین، آفرین! بفرمایید هستی خانم.

خانم هستی: می‌خواستم یک غزل برایتان بخوانم از برنامه ۹۷۲.

آقای شهبازی: آفرین، بفرمایید.

خانم هستی:

ای وصل تو آب زندگانی
تدبیر خلاص ما تو دانی

از دیده برون مشو، که نوری
وز سینه جدا مشو، که جانی

آن دم که نهان شوی ز چشمم
می‌نالد جان من نهانی

من خود چه کسم که وصل جویم؟
از لطف، توأم همی‌کشانی

ای دل، تو مرو سوی خرابات
هرچند قلندر جهانی

کانجا همه پاک‌باز باشند
ترسم که تو کم زنی، بمانی
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۷۳۳)



مانند سپر می‌پوش سینه
گر عاشق تیر آن کمانی

پرسید یکی که عاشقی چیست؟
گفتم که می‌پرس ازین معانی

آنکه که چو من شوی ببینی
آنکه که بخواندت، بخوانی

مردانه درآ، چو شیرمردی
دل را چو زنان چه می‌طپانی؟

ای از رخ گلرخان غیبت
گشته رخ سرخ زعفرانی

ای از هوس بهار حسنت
در هر نفسم دم خزانی

ای آنکه تو باغ و بوستان را
از جور خزان همی‌رهانی

ای داده تو گوشت پاره‌ای را
در گفت و شنود ترجمانی

ای داده زبان انبیا را
با سر قدیم هم‌زبانی

ای داده روان اولیا را
در مرگ حیات جاودانی



ای داده تو عقل بدگمان را
بر بام دماغ، پاسبانی

ای آنکه تو هر شبی ز خلقان
این پنج چراغ می‌ستانی

ای داده تو چشم گلرخان را
مخموری و سحر و دلستانی

ای داده دو قطره خون دل را
اندیشه و فکر و خرده‌دانی

ای داده تو عشق را به قدرت
مردی و نری و پهلوانی

این بود نصیحت سنایی
جان باز، چو طالب عیانی

شمس تبریز، نور محضی
زیرا که چراغ آسمانی
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۷۳۳)

آقای شهبازی: آفرین!

خانم هستی: تمام شد.

آقای شهبازی: آفرین. عالی، عالی، عالی! خب کس دیگری می‌خواهد صحبت کند؟ مادر شما نمی‌خواهند صحبت کنند؟

خانم هستی: نه، ممنون آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی خب. باشد دیگر پس غزل دیگر یاد گرفتید بیاید بعداً بخوانید. عالی بود، عالی. آفرین!

خانم هستی: می‌توانم الآن یک دانه دیگر بخوانم؟



آقای شهبازی: بخوانید، بله.

خانم هستی: این غزل مال برنامه ۹۷۰ است.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم هستی:

سحری کرد ندایی عجب، آن رشکِ پری
که گریزید ز خود در چمنِ بی‌خبری

رو به دل کردم و گفتم که زهی مژدهٔ خوش
که دهد خاکِ دژم را صفتِ جانوری

همه ارواح مقدّس چو تو را منتظرند
تو چرا جان نشوی و سویِ جانان نپری؟

در مقامی که چنان ماه تو را جلوه کند
کفر باشد که ازین سو و از آن سو نگری

گر تو چون پشه به هر باد پراکنده شوی
پس نشاید که تو خود را ز همایان شمری

بمترسان دل خود را تو به تهدیدِ خسان
که نشاید که خسان را به یکی خس بخری

حیله می‌کرد دلم، تا ز غمش سر ببرد
گفتم ای ابله اگر سر ببری، سر نبری

شمس تبریز، خیالت سوی من کژ نگرست
رفتم از دست و بگفتم که چه شیرین نظری

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۷۴)

آقای شهبازی: به به، آفرین! عالی، عالی!



خانم هستی: ممنون آقای شهبازی. می‌توانم معنی بیت پنجمش را هم بگویم؟

آقای شهبازی: بله‌بله، البته که می‌توانید. بفرمایید.

خانم هستی:

**گر تو چون پشه به هر باد پراکنده شوی
پس نشاید که تو خود را ز همایان شمری
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۷۴)**

مولانا در این بیت می‌فرماید یعنی ما در ذهنمان مثل یک پشه هستیم، یک پشه وجود دارد که به هر باد، «به هر باد» یعنی به هر فکری، فکری که با آن‌ها همانند هستیم، مثل پدر، مادر، پسر، برادر، خواهر، و نمی‌توانیم به این بادها که با آن‌ها پراکنده می‌شویم یک دقیقه و یک ثانیه در لحظه بمانیم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم هستی: «پس نشاید که تو خود را ز همایان شمری»، یعنی این‌که ما نمی‌توانیم مثل یک پشه با این فکرهايمان پراکنده می‌شویم، نمی‌توانیم خودمان را همایان، از جزو آن‌ها شماریم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم هستی: پرنده‌های خیلی بزرگی بودند که جثه‌های خیلی بزرگی داشتند، روی دست و شانه هر کسی می‌ایستادند، آن پادشاه می‌شده، پادشاه خودش می‌شده، به خوشبختی می‌رسیده، از دست من‌ذهنی خلاص می‌شده، در فضای عدم بوده، مثل ما مثل پشه فکرش پراکنده نمی‌شده، به هر فکری به فکر دیگری نمی‌رفته. ولی ما نمی‌توانیم خودمان را از جنس آن همایان کنیم، چون مثل پشه به هر باد و فکری پراکنده می‌شویم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم هستی: آقای شهبازی، خیلی ممنون. می‌خواستم مادر بزرگم هم صحبت کنند.

آقای شهبازی: خیلی خب بفرمایید. ممنونم. عالی بود. عالی، عالی!

خانم هستی: خیلی ممنون.

آقای شهبازی: یک بار دیگر اسمتان را بگویید.

خانم هستی: هستی هستم، نه‌ساله از کوه‌دشت.



آقای شهبازی: بله هستی خانم، نه‌ساله از کوه‌دشت. بفرمایید، بله. بفرمایید مادر بزرگ صحبت کنند.

خانم مهتاب: سلام علیکم پدر عزیزم.

آقای شهبازی: سلام خوبید شما؟ ماشاءالله ممنون.

خانم مهتاب: ماشاءالله به جان شما، ماشاءالله به روح عزیزتان.

آقای شهبازی: لطف دارید. خواهش می‌کنم. کارتان عالی است.

خانم مهتاب: مهتاب هستم از لرستان.

آقای شهبازی: بله، بله خواهش می‌کنم.

خانم مهتاب:

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

چون نخواهی، من کفیلیم مر تو را
جنت المآوی و دیدار خدا
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۴)

آقای شهبازی: آفرین!

خانم مهتاب: هر لحظه که ذهنم چیزی می‌خواهد از همسر، از بچام، از هر کاری که می‌کنم، این را تکرار می‌کنم
و می‌گویم مهتاب:

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

چون نخواهی، من کفیلیم مر تو را
جنت المآوی و دیدار خدا
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۴)

آقای شهبازی: آفرین!



خانم مهتاب: این‌ها را می‌خوانم. بعد یک اتفاقاتی می‌افتد می‌گویم:

یار در آخر زمان کرد طرب سازی‌ای
باطن او جدّ جدّ، ظاهر او بازی‌ای

جمله عشاق را یار بدین علم کُشت
تا نکند هان و هان، جهل تو طنّازی‌ای
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۱۳)

اتفاقاتی می‌افتد می‌گویم خب این‌ها بازی خداوند هستند، فضای گشوده‌شده از همین لحظه [صدا ناواضح]، فضای گشوده‌شده بهتر از این‌ها است. ممنونتان هستیم. گفت زبان ندارم پدر عزیزم.

آقای شهبازی: خیلی زیبا. آفرین، آفرین!

خانم مهتاب: تکرار هم می‌کنم، می‌گویم:

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 هم‌اکنون باز پرد در عدم
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۵)

هرچه آید از جهان غیب‌وش
در دلت ضیف است، او را دار خوش
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۶)

آقای شهبازی: به‌به! آفرین!

خانم مهتاب:

چیست تعظیم خدا افراشتن؟
خویشتن را خوار و خاکی داشتن
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۰۰۸)



چيست توحيد خدا آموختن؟
خويشتن را پيشِ 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)

می‌گویم مهتاب، اگر می‌خواهی به خدا برسی ساکت بنشین، من ذهنیات را ساکت کن. می‌روم جلسه می‌نشینم، می‌روم در یک جمعی سعی می‌کنم بیننده باشم، نه گوینده.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم مهتاب: هر اتفاقی می‌افتد از آقای صادق عزیز یاد گرفتم آنصتوا، هر لحظه اتفاق هست می‌گویم:

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

آقای شهبازی: آفرین!

خانم مهتاب:

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

زیاد مزاحم شدیم پدر عزیزم. هستی ماشاءالله چند بار می‌خواند غزل‌ها را حفظ می‌کند، من زیاد می‌خوانم حفظ نیستم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! همین‌طور باید باشد. آفرین.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم مهتاب]

آقای شهبازی: آفرین!



۶- خانم نیلا شاملو و مادر بزرگشان از تهران

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم نیلا]

خانم نیلا: من نیلا شاملو هستم، یازده سالم است از تهران.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! خیلی خوب.

خانم نیلا: خیلی ممنونم. می‌خواستم برایتان یک شعر از مولانا بخوانم اگر که لطفاً.

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

خانم نیلا:

ای کرده تو مهمانم در پیش درآ جانم
زان روی که حیرانم من خانه نمی‌دانم

ای گشته ز تو واله هم شهر و هم اهل ده
کو خانه نشانم ده من خانه نمی‌دانم

زان کس که شدی جانم زان کس مطلب دانش
پیش آ و مرنجانم من خانه نمی‌دانم

وان کز تو بود شورش می‌دار تو معذورش
وز خانه مکن دورش من خانه نمی‌دانم
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۴۶۵)

ای مطرب صاحب‌صف می‌زن تو به زخم کف
بر راه دلم این دف من خانه نمی‌دانم
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۴۶۵)

من عاشق و مشتاقم من شهره آفام
رحم آر و مکن طاقم من خانه نمی‌دانم
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۴۶۵)

شمس الحق تبریزم جز با تو نیامیزم
می‌افتم و می‌خیزم من خانه نمی‌دانم
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۴۶۵)



آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم نیلا: خیلی ممنون. ممنونم. و من برداشتی که از این شعر کردم این بود که ما در واقع فقط باید در این دنیا که آمدیم تسلیم باشیم و فضا باز کنیم، خداوند خودش راه را به ما نشان می‌دهد و این واقعاً در زندگی اثر دارد، اگر که شما دنبال یک کاری همه‌اش باشید و همه‌اش سعی کنید فقط خودتان آن کار را انجام بدهید، واقعاً به آن نمی‌رسید یا به سختی می‌رسید. باید تسلیم باشیم و بگذاریم خداوند در کارهایمان به ما کمک کند.

آقای شهبازی: آفرین! خیلی زیبا!

خانم نیلا: خیلی ممنونم.

آقای شهبازی: خب کسی دیگری می‌خواهد صحبت کند؟

خانم نیلا: بله مادر بزرگم، گوشی را می‌دهم. من گوشی را بدهم به ایشان، از من خدا نگهدار.

آقای شهبازی: بله، بله، ممنونم، خدا حافظ. عالی، عالی!

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و مادر بزرگ خانم نیلا]

آقای شهبازی: ممنونم، چقدر زحمت می‌کشید، آفرین!

مادر بزرگ خانم نیلا: بله من تقریباً نوهام سه سالش که بوده به برنامه شما گوش می‌دادیم و خیلی شعر حفظ بود قبلاً که شاید صدتا، صد و پنجاه بیت حفظ بوده، ولی حالا یک خرده‌اش را یادش رفته، با همدیگر می‌خوانیم، با هم حفظ می‌کنیم.

آقای شهبازی: آفرین!

مادر بزرگ خانم نیلا: خیلی گوش می‌دهیم و خیلی اثر دارد برنامه شما واقعاً سپاس‌گزارم. واقعاً زحمت می‌کشید و ان‌شاءالله که خدا کمک کند به شما و به ما.

آقای شهبازی: آفرین! دیگر بهتر از این نمی‌شود که شما مادر بزرگ‌ها به نوه‌هایتان این شعرها را یاد بدهید، هم موضوع صحبت دارید که چکار کنید و با همدیگر می‌توانید دوست بشوید، رفیق بشوید، آشنا بشوید. [خنده]

آقای شهبازی:

مادر بزرگ خانم نیلا: دقیقاً همین است، دقیقاً همین است و واقعاً خیلی هم اثرگذار است تکرار، من خودم تازگی‌ها ذهنم به‌جای این‌که فکر کند شعرها را تکرار می‌کند. یک وقت‌هایی از بس ذهنی تکرار می‌کنم، می‌آورم به زبان. یعنی دیگر ذهنم شعرها در آن تکرار می‌شود، شعرهای مولانا هم تکرار می‌شود.



آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

مادر بزرگ خانم نیلا: بیشتر وقت‌ها شعرها در مغزم همین‌جور بالا و پایین می‌روند، یک چندتا کلیدی حفظ کردم، یک وقت‌هایی که یک مشکلی پیش می‌آید، یک چالشی پیش می‌آید، در آن مواقع آن‌ها را می‌خوانم و خیلی برایم اثرگذار است، هم آرامش‌بخش است.

آقای صادق آن چیزهایی که می‌گویند چقدر برای ما آموزنده، خانم فریبا ایشان هم خیلی آموزنده است و خیلی از همه سپاس‌گزارم، از شما هم سپاس‌گزارم، وقت شما را بیشتر نمی‌گیرم.

آقای شهبازی: ممنونم، عالی!

مادر بزرگ خانم نیلا: سپاس‌گزارم.

[خداحافظی آقای شهبازی و مادر بزرگ خانم نیلا]



۷- خانم فاطمه از کرج با سخنان آقای شهبازی
[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فاطمه]

خانم فاطمه: آقای شهبازی امروز زنگ زدم یک ذره از تجربیاتم به شما بگویم که چه تحولاتی در این یک سالی که با شما در ارتباط بودم، برنامه‌تان را گوش دادم، برایم پیش آمد.

آقای شهبازی: بله، بله، می‌خواهید سنتان را بگویید؟ به نظر جوان می‌آید شما؟

خانم فاطمه: بله. بیست و شش سالم است.

آقای شهبازی: بیست و شش سالتان است، بله، بفرمایید، عالی، عالی!

خانم فاطمه: آقای شهبازی من اوایل که برنامه‌تان را نگاه می‌کردم، در یک برنامه گفتید که اخلاق‌های بدتان را مثلاً بنویسید روی کاغذ و یک هدف‌گذاری کنید که چه می‌خواهید؟ چه تغییراتی داشته باشید؟ من این کار را کردم، تمام چیزهایی که به ذهنم می‌رسید، اخلاق‌های بدم را نوشتم.

یکی از بزرگ‌ترین اخلاق‌های بدم این بود که حرف در دلم نمی‌ماند، هر اتفاقی می‌افتاد، هر جا می‌افتاد، باید زنگ می‌زدم به مادرم، به خواهرم همه‌چیز را مخابره می‌کردم، این دست من نبود، می‌دانستم این کار بدی است، می‌دانستم که مثلاً چیست الآن هر اتفاقی می‌افتد زنگ می‌زنم و به همه اطلاع می‌دهم، اصلاً خودم می‌دانستم کار درستی نیست، اما دست خودم نبود، من ذهنی من اتوماتیک‌وار این کار را انجام می‌داد.

آقای شهبازی: بله.

خانم فاطمه: که هر جایی می‌رفتم یک مسئله‌ای برای غیبت بود دیگر، می‌دانستم کار بدی است، اما انجام می‌دادم. الآن خدا را شکر خیلی بهتر شدم آقای شهبازی، خیلی که شاید نود درصد، شاید خیلی تلاش می‌کنم، با سختی خیلی زیادی است این موضوع، یعنی دیگر می‌گویم دارم موفق می‌شوم، اما واقعاً خیلی سخت است که من ذهنی‌ام را مدام چک می‌کنم، نمی‌گذارم زیاد حرف بزند، از سخن‌گویی نمی‌گذارم ارتقاع بگیرد.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه:

«منتظر را به ز گفتن، استماع». یک دانه این موضوع بود که همین‌طور باعث می‌شد که من ذهنی بقیه آدم‌ها را هم خب بالا می‌آوردم با این موضوع، شاید این حرف‌هایی که من می‌زدم برای من مهم بود، برای شنونده زیاد مهم نبود.



آقای شهبازی: بله.

خانم فاطمه: اما به‌رحال من ذهنی بقیه را هم فعال می‌کردم با این کارم.

آقای شهبازی: درست است.

خانم فاطمه: به‌خاطر همین شعرهای «آنصتوا» را همیشه وقتی من ذهنی‌ام می‌آید بالا که زنگ بزن این چیزها را بگو همه‌اش با خودم تکرار می‌کنم:

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

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

آنصتوا: خاموش باشید
لاغ: بیهوده

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

آنصتوا: خاموش باشید

صبر و خاموشی جذوب رحمت است
وین نشان جستن، نشان علت است
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۲۵)

جذوب: بسیار جذب‌کننده
علت: بیماری

خموشید، خموشید، خموشی دم مرگ است
هم از زندگی‌ست این که ز خاموش نَفیرید
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۳۶)



نَفیر: روی‌گردان

الآن جووری شده که خودم ناظر کارهای خودم هستم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه: می‌دانم که وقتی دارم به یک نفر نگاه می‌کنم، به محض این‌که می‌خواهم قضاوتش کنم این بیت یادم می‌آید که:

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

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

عاشقِ صُنْعِ خدا با فَرِ بُوَد
عاشقِ مَصنوعِ او کافر بُوَد
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۱)

مَنظَر: جای نگرستن و نظر انداختن
شُکر و صبر: در اینجا کنایه از نعمت و بلاست.
گبر: کافر
صُنْع: آفرینش
فَر: شکوه ایزدی
مصنوع: آفریده، مخلوق

مطمئنم اگر کسی را دارم قضاوت می‌کنم آن من‌ذهنی من است که دارد اشتباه خودم را به من نشان می‌دهد.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه: و خداست که دارد آن مسیر را به من نشان می‌دهد، خودم را کند و کاو می‌کنم، هیچ‌وقت اجازه نمی‌دهم در این یک سال هیچ‌وقت به خودم اجازه ندادم که کسی را قضاوت کنم، بگویم این چرا مثلاً چه رفتاری است دارد می‌کند؟

آقای شهبازی: آفرین، آفرین، عالی!



خانم فاطمه: و این را هم فهمیدم که هر لحظه خدا را شکر می‌کنم.

شیرین چو شکر تو باش شاکر
شاکر هر دم شکر ستاند
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۱۲)

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه: همسرم هر روز وقتی می‌آید خانه می‌گوید حالت چطور است؟ می‌گویم:

مرا عهدیست با شادی که شادی آن من باشد
مرا قولیست با جانان که جانان جان من باشد
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۷۸)

من راهی به جز شاد بودن ندارم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه: من آفریده شده‌ام که شاد باشم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه:

سودی همگی سودی بر جمله برافزودی
تا بود چنین بودی تا روز مشین از پا
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۸۳)

بیدار شد آن فتنه کو چون بزند طعنه
در کوه کند رخنه تا روز مشین از پا
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۸۳)

آقای شهبازی من در این مسیر شاید چند هفته پیش بود که یک خانمی زنگ زده بود، گفتند که بعد از بیست سال از فرزندم جدا شدم، من الآن خودم دوتا دختر دارم، یک دختر چهارساله و یک دختر یک‌ساله.

آقای شهبازی: بله.

خانم فاطمه: از وقتی که دختر دومم به دنیا آمد، دختر اولم یک روز در میان رفت خانه مادر شوهرم این‌ها، اوایل همه‌اش خودم را بهانه می‌آوردم که آره می‌رود تربیتش اشتباه، خراب می‌شود، من نمی‌توانم درست تربیت



کنم، چکار کنم؟! همین جور با خودم فکر و خیال می‌کردم تا این‌که اتفاقاً به شما هم گفتم شما گفتید بگذارید بروم، به او عشق می‌دهند، کاری‌تان نباشد، من به حرف شما گوش دادم آقای شهبازی، اما واقعاً یک دردی کشیدم آقای شهبازی من در این یک سال، دقیقاً عین این معتادها بودم، معتادها چه‌جوری می‌گویند بدنشان درد می‌کند، من بدنم درد می‌کرد آقای شهبازی، روزهایی بود که اصلاً شل می‌افتادم یک گوشه، فقط برنامه شما را نگاه می‌کردم، به‌جز شما دیگر هیچ راه و چاره‌ای نداشتم، هیچ کار.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه: اصلاً دلارام دخترم که می‌رفت اصلاً بی‌حس می‌شدم، فکر می‌کردم که یک تیکه از وجودم از من گرفتند او را، یک همچون فکری می‌آمد در ذهنم، الآن خدا را شکر خیلی بهتر شدم، الآن آن وابستگی خیلی کمتر شده آقای شهبازی، الآن به نقطه‌ای رسیدم بعد از این یک سال که خودم دوست دارم بروم که من راحت‌تر بتوانم برنامه شما را ببینم، با تمرکز بیشتری برنامه‌تان را نگاه کنم. اما یک موضوعی که هست دخترم خیلی وابسته خانواده همسر شده و این‌که زیاد به آموزه‌های مولانا علاقه‌ای نشان نمی‌دهد، حالا الآن این اواخر من ذهنی‌ام این را برای خودش مسئله‌سازی کرده، هی می‌گوید که آره دخترت را نمی‌توانی مولانایی کنی، نمی‌توانی عشقی بزرگش کنی، حالا من ذهنی‌ام این را گرفته دستش نمی‌دانم دیگر خدا.

آقای شهبازی: شما نگران نباشید، با این تربیتی که شما خودتان را کردید و خودتان را عوض کردید، این انرژی شما، ارتعاش شما، ایشان را مولانایی خواهد کرد، اصلاً نگران این موضوع نباشید، شما همه‌اش روی خودتان کار کنید، خواهید دید که دخترتان بیشتر از همه از شما یاد خواهد گرفت. ما بیشتر از همه‌کس از مادرمان یاد می‌گیریم، شما اصلاً نگران نباشید ایشان می‌رود خانه خانواده شوهرتان، شما مادرش هستید، وقتی شما عوض می‌شوید، نور شماست که ایشان را به حرکت درمی‌آورد، نگران نباشید، دیدید که رفتند خیلی خوب شد دیگر، درست است؟ **[خنده آقای شهبازی]**

خانم فاطمه: بله در این مسیر خیلی کمک کرد که با آرامش خاطر بیشتری برنامه‌های شما را تماشا می‌کنم.

آقای شهبازی: خب به ایشان هم خیلی کمک کرد، به خانواده شوهرتان هم خیلی کمک کرد، به همه کمک کرد، تا این‌که بگیری یک بچه را نگه داری، خودت را بیندازی رویش، این مال من است و وابسته بشوی به او یا همانیده بشوی، کنترلش کنی، خب شما پیشرفت کردید که توانستید رها کنید بروم، این تجربه مهمی برای شما هم بوده، خیلی خب دیگر با شما خداحافظی کنم، اگر کاری ندارید، عالی بود، عالی بود!

خانم فاطمه: یک دانه فقط این بیت را هم بخوانم راجع به همین جدا شدن فرزند:



فراغتی دهم عشق تو ز خویشاوند
از آنک عشق تو بنیاد عافیت برکند

از آنک عشق نخواهد به جز خرابی کار
از آنک عشق نگیرد ز هیچ آفت پند

چه جای مال و چه نام نکو و حرمت و بوش
چه خان و مان و سلامت چه اهل و یا فرزند
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۹۳۷)

آقای شهبازی: به به، آفرین، آفرین!

خانم فاطمه: خیلی از شما ممنونم آقای شهبازی، واقعاً دست‌هایتان را می‌بوسم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: من از شما ممنونم که زحمات بنده و همکارانم را و این همه ده‌ها نفر که روی گنج حضور کار می‌کنند به نتیجه رساندید، این همه شعر مولانا را از حفظ می‌خوانید، به کار بستید، خودتان را عوض کردید و پیغام دوباره سن شما سن جالبی است، بیست و شش سالتان است، همسر هم دارید، دوتا بچه دارید، شما نمونه عالی هستید که توانستید خودتان را عوض کنید، این همه بیت‌ها را که خواندید من مطمئنم این‌ها را عمل می‌کنید و کردید، دیدید که چالش برانگیز است عمل کردن به این بیت‌ها و شما از عهده‌اش برآمدید، روز به روز هم بهتر خواهید شد.

خانم فاطمه: خدا را شکر می‌کنم، واقعاً پیشرفت خودم را می‌بینم آقای شهبازی، خدا را هر روز شکر می‌کنم.

آقای شهبازی: آفرین! بله، بله. و شما گوش کردید، جوان بودید. چقدر خوب است که جوان‌ها گوش کنند، نگذارند زندگی‌شان خراب بشود، توجه می‌کنید؟

خانم فاطمه: بله. و این‌که یک موضوع دیگر این‌که من همیشه منتظر بودم همسر من را خوشبخت کند، اما با این بیت یک کم دیدگاهم عوض شد که:

زندانی مرگند همه خلق یقین دان
محبوس تو را از تک زندان نرھاند
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۵۲)

آقای شهبازی: آفرین!



خانم فاطمه: تنها کسی که می‌تواند ما را نجات بدهد خود ما هستیم، منتظر هیچ‌کس نباشید.

آقای شهبازی: بله.

خانم فاطمه: نگویید یکی می‌آید ما را خوشبخت می‌کند.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه: خودتان خودتان را خوشبخت کنید.

آقای شهبازی: خب دیگر یک مادر این‌طوری حرف بزند، یک معلم خوبی است! عالی است یعنی نه خوب برای بچه‌اش، همین را شما به بچه‌تان یاد بدهید کافی است که کسی نمی‌آید ما را نجات بدهد، ما خودمان هستیم و خدای خودمان، همین دیگر کسی نیست و انتظار هم نداریم از کسی، امروز این بیت مولانا را خواندند دیگر، شما هم بخوانید:

«گفت پیغمبر که جنت از اله»، حتماً حفظ هستید دیگر؟

خانم فاطمه:

«گر همی‌خواهی، ز کس چیزی نخواه»

چون نخواهی، من کفیلیم مر تو را
جنت‌المأوی و دیدار خدا

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۴)

جنت‌المأوی: یکی از بهشت‌های هشت‌گانه

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه: بله، این را همیشه به دخترم می‌گویم آقای شهبازی. تا از کسی چیزی می‌خواهد یادآوری می‌کنم این را برایش.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین، آفرین! خیلی خب، با شما خداحافظی کنم دیگر.

خانم فاطمه: خدا نگهدار، مواظب خودتان خیلی باشید آقای شهبازی.

آقای شهبازی: ممنونم، چشم، چشم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم فاطمه]

۸- سخنان آقای شهبازی

خیلی خوب، خیلی خوب! اصلاً این پدیده شکر دارد. ای بینندگان محترم گنج حضور [آقای شهبازی می‌خندند] این پدیده، پدیده نویی است، در ایران نبوده که آدم‌های بین بیست تا سی سال بیایند شعر مولانا را بگیرند و تا جوان هستند، زندگی خودشان را بر پایه این دانش بنا کنند، نگذارند خراب بشود، نگذارند خراب بشود. چقدر خوب است که ما یک چیزی را نگذاریم خراب بشود، نمی‌توانیم درست کنیم.

ای جوان، این بدن را نگذار خراب بشود! این بدن یدکی ندارد، خراب بشود نمی‌شود درستش کرد. دور و بر دود و مشروب و نمی‌دانم فلان نگریدید، ورزش کنید، این شعرها را بخوانید تا سالم بمانید و شما نتیجه‌اش را در سنین بالا می‌بینید. آدم نمی‌میرد راحت بشود، می‌رسد به سن هفتاد، هفتاد و پنج، هشتاد، آن موقع می‌افتد به دردسر! این بدن نمی‌کشد.

بدن، فکر، چهار بُعد داریم ما. این جسم است، فکر است، هیجان است، جان تنی ما است. دوتا جان داریم، یکی این جانی که در این تن است، یک جان دیگر، جان حضورمان است. این چهارتا بُعد را باید ما سالم نگه داریم و دست خودمان است.

مخصوصاً توجه کنید، جوان‌ها خب به خودشان خیانت می‌کنند، بدنشان را خراب می‌کنند. و من الآن در دوستانم، هم‌کلاس‌هایم می‌بینم آن‌هایی که بدنشان را نگه داشتند، ورزش کردند، الآن سرحال هستند، مریض نیستند، خود من هم همین‌طور من مریض نیستم.

ولی یک عده‌ای مریض شدند. این‌ها کسانی بودند که خب در همان موقع دانشجویی خیلی مشروب می‌خوردند، بعضی دودها را می‌کشیدند، خب همین‌طوری ادامه دادند، وسط کار چهل و پنج سالگی، پنجاه سالگی مریض شدند! این بدن مریض بشود دکترها نمی‌توانند درست کنند اگر مریض بد بشود، سخت است. به این امید نباشید که خب من مریض می‌شوم دکتر هست می‌روم درست می‌کند! همچون چیزی نیست.

❖ ❖ ❖ پایان بخش اول ❖ ❖ ❖

۹- خانم‌ها زرین و تیارا و یکتا از زرین‌شهر اصفهان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم زرین]

خانم زرین:

قلم از عشق بشکند چو نویسد نشانِ تو
خردم راه گم کند ز فراقِ گرانِ تو

که بودِ همنشینِ تو؟ که بیابد گزینِ تو؟
که رهد از کمینِ تو؟ که کشد خود کمانِ تو؟
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۵۷)

وقتی با من ذهنی بلند می‌شویم و ارتفاع می‌گیریم و خود را نشان‌دار کرده و با قرین و همنشین شدن با من‌های ذهنی دیگر و داشتن مرکز جسم و جدا شدن از زندگی، خرد را گم کرده‌ایم و کمان را از دست زندگی گرفته و خود تیراندازی می‌کنیم و تیرمان به هر جهتی می‌رود. و شب خود را تیره و تاریک می‌کنیم و نور و رحمت ایزدی را پس می‌زنیم و براساس همانیدگی‌ها راه دم ایزدی را بر خود بستیم. و با حزم نداشتن، به همه‌چیز و همه‌کس سوءظن داریم به‌جز من‌ذهنی خود. و با تغذیه دادن، موش من‌ذهنی خود را بزرگ‌تر کرده و با دزدیدن هشیاری ما باعث جدایی و فراق سنگین از زندگی شده‌ایم.

و با بستن روزن دل شروع به ناسپاسی کردیم و با سبب‌سازی‌های من‌ذهنی رحمت و لطف ایزدی را از خود دور کردیم. و با مقاومت و قضاوت گرد محور من‌ذهنی می‌گردیم و با عینک آن قرآن‌مان که هشیاری و ذات اصلی‌مان است را می‌خوانیم. و بدون ناظر بودن به ذهن، این لحظه ابدی را از دست داده و دائم در حال انقباض هستیم. و با پندار کمال و ناموس من‌ذهنی قلم را در دست گرفته‌ایم و شروع به توصیف خدا، عشق و اصل خودمان کردیم. و با نداشتن صبر، از آتش زدن همانیدگی‌ها و عدم شدن مرکزمان سر باز می‌زنیم.

و با آوردن ذهنمان به مرکزمان و در پی جست‌وجوی من‌ذهنی در امتحان مردود می‌شویم. و با شکایت کردن از اتفاق این لحظه، از زیر بارش ابر عنایت فرار می‌کنیم. و با عادت کردن به بوی هیجان‌ات من‌ذهنی، بوی وحدت را نمی‌شناسیم. و با سلسله فکرها اجازه نمی‌دهیم اشارات و نیروی شفا‌دهندگی در ما اثر کند. و با مرادهای ذهنی و قرار گرفتن در زمان مجازی نمی‌توانیم در این لحظه مستقر شویم، و پیغام‌های زندگی را نگرفته و به آن‌ها واکنش نشان می‌دهیم.



و با قلم من‌ذهنی شروع به نوشتن می‌کنیم، مسئله‌سازی، دشمن‌سازی و مانع‌سازی می‌کنیم و هرچه پیش می‌رویم به درد می‌افتیم. برای درمان باید پیش بزرگان رفت و با تکرار ابیات و رعایت قانون جبران و تمرکز روی خود، چراغی را که دود می‌کند را در پیش خورشید دور انداخته و نیست شد، تا این‌که تیرگی بمیرد و تبدیل به نور شود.

تمام شد استاد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین، آفرین!

آن دو بیت اول را یک بار دیگر می‌شود بخوانید؟

خانم زرین: چشم.

قلم از عشق بشکند چو نویسد نشانِ تو
خردم راه گم کند ز فراقِ گرانِ تو
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۵۷)

«که بود همنشینِ تو؟ که بیابد گزینِ تو؟»

آقای شهبازی: این «گزین» هست. یعنی انتخاب تو، گزیدن. «که بیابد گزینِ تو؟» بقیه را بخوانید.

خانم زرین: «که رهد از کمینِ تو؟ که کشد خود کمانِ تو؟»

آقای شهبازی: «که کشد خود کمانِ تو؟». آفرین، عالی، عالی! همین کلمه «گزین» را می‌خواستم شما یک بار دیگر بخوانید.

خانم زرین: ممنون.

آقای شهبازی: خیلی خب. کس دیگر هم می‌خواهد صحبت کند؟

خانم زرین: بله استاد با اجازه‌تان.

آقای شهبازی: خیلی ممنون، عالی بود، پیغام عالی بود.

خانم زرین: ممنون استاد.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم زرین]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم تیارا]

خانم تیارا: تیارا هستم، دوازده ساله.

آقای شهبازی: آفرین! بفرماید.



خانم تیارا:

رحمتی، بی‌علتی بی‌خدمتی آید از دریا، مبارک ساعتی

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۲۴)

می‌گویند یک لطفی که بدون علت‌های بیرونی است، بستگی به این ندارد که ما خدمت کرده‌ایم به خدا یا دیگران. «از دریا» یعنی از طرف خدا. یک ساعت مبارکی است که این لحظه است. هر لحظه ما مبارک است، برای این که رحمت ایزدی می‌تواند به این لحظه بیاید، چون فقط او می‌تواند پاهایش را در مرکز ما بگذارد.

پس متوجه می‌شویم یک بخششی، یک رحمتی، یک برکتی که علت مادی ندارد، علت ذهنی ندارد، یک خدمت هم نکرده، پس از فضای یکتایی در این لحظه مبارک که لحظه تسلیم است، می‌آید.

ممنون استاد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین! چه بیت عالی‌ای خواندید، یک بار دیگر بیت را بخوانید.

خانم تیارا: چشم استاد.

رحمتی، بی‌علتی بی‌خدمتی آید از دریا، مبارک ساعتی

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۲۴)

آقای شهبازی: خیلی خوب، آفرین، آفرین!

خانم تیارا: ممنون استاد.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم تیارا]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم یکتا]

خانم یکتا: یکتا هستم، هشت ساله.

آقای شهبازی: بله یکتا خانم بفرمایید.

خانم یکتا: می‌خواهم چند بیت از مولانا بخوانم.

گفت: مُفْتیِ ضرورت هم تویی

بی‌ضرورت گر خوری، مُجرِمِ شوی

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۳۰)



ور ضرورت هست، هم پرهیز به
ورخوری، باری ضَمَانِ آن بده
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۳۱)

هست مهمانخانه این تن ای جوان
هر صباحی ضیفِ نو آید دوان
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۴)

هین مگو کین مانند اندر گردنم
که هم اکنون باز پَرْد در عدم
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۵)

هرچه آید از جهان غیب‌وَش
در دلت ضیفست، او را دار خوش
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۶)

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

منصب تعلیم، نوع شهوت است
هر خیالِ شهوتی در ره بُت است
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۱۷)

استاد تمام شد.

آقای شهبازی: عالی، عالی، آفرین یکتا خانم! عالی، عالی!

خانم یکتا: خیلی ممنون.

آقای شهبازی: این‌ها را ویدیو بگیرید بفرستید به ما.

خانم یکتا: چشم استاد.

آقای شهبازی: عالی! ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم یکتا]



۱۰- آقای پویا از آلمان با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای پویا]

آقای پویا: اسم متن هست «گنج حضور ۱، ۲ و ۳».

به‌نظرم لحظه‌ای بسیار ساده و پُر از افتادگی و تواضع بود، متن منتشر شده در تلگرام برای معرفی دو شبکه جدید: «سلام، گنج حضور برای پخش تمام تولیدات خود و بینندگان دو کانال ماهواره‌ای در یاهست اضافه کرده‌است. لطفاً در ناحیه خودتان در ایران چک کنید و به ما کیفیت پخش را خبر دهید. سپاس از زحمت...»، لحظه معرفی شبکه‌های جدید «گنج حضور ۲ و ۳» را می‌گویم. آن هم نه یکی اضافه‌تر، همزمان دو شبکه جدید بیشتر!

اگر در هر جای دیگر دنیا بود، در بوق و کرنا می‌کردند، فرش قرمز پهن می‌کردند، بریز و بپاش یا حداقل گوسفندی قربانی می‌کردند، کبوتری از قفس آزاد می‌کردند و یا دیگر آخرش کیکی می‌آوردند و به مناسبت راه‌اندازی شبکه‌های جدید می‌بریدند.

به‌نظر من هر کسی در هر کجای دنیا هست، باید لحظه‌ای صبر کند و با هر وسیله‌ای دارد برنامه را می‌بیند، لحظه‌ای مکث کند، هرچه در دست دارد را بگذارد زمین و بنشیند و با خود تکرار کند «گنج حضور ۱، ۲ و ۳». به لطف پروردگار تولیدات تلویزیون گنج حضور این روزها بسیار متنوع‌تر شده‌است. از جمله آن‌ها می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

برنامه اصلی هفتگی گنج حضور

برنامه هفتگی پیام‌های ویژه تلفنی

بیش از ۱۳۰۰ برنامه ضبط‌شده پیغام عشق

ویدیوی کودکان عشق

ویدیوی جوانان عشق

ویدیوهای تهیه شده اعضای گنج حضور

ویدیوهای نکات برگزیده

خلاصه برنامه‌های گنج حضور

موسیقی‌های متنوع دلنواز



لازم به ذکر است که محصولات جانبی قابل دسترس بر روی وبسایت بسیار متنوع‌تر از لیست من است و امیدوارم همیاران مرا ببخشند که اگر برنامه‌ای را من از قلم انداخته‌ام.

همه خلقان چو مورکان، به سوی خرم‌نت دوان همه عالم نواله‌ای ز عطا‌های خوانِ تو

به نواله قناعتی نکند جان آن فتی
که طمع دارد از قضا که شود میهمانِ تو
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۵۷)

به‌راستی که موهبتی نصیبمان شده‌است که اجازه یافته‌ایم در پای سفره عطا‌های خداوند و مولانا بنشینیم و اجازه یافته‌ایم در این راه خدمت کنیم. در زمانه‌ای که همه خلقان چون مورچگان به دنبال خرمن این دنیایی‌اند و دارند به همدیگر مدرک تحصیلی، خانه، ماشین، همسر و غیره را پُز می‌دهند، عده‌ای دیگر در پی بیداری خودشان و بشریت تلاش می‌کنند.

در این زمانه است که با خودت می‌گویی که خدا را شکر که راهی باز شد که من تنها خودم را در جمع‌آوری همانیدگی‌ها غرق نکنم. تا چشم هم بر روی هم بگذاری می‌بینی تنها سرمایه‌ات، زمانت از بین رفته و وقت خداحافظی است. می‌بینی این عجزه دنیا که هزار داماد است به تو هم رحم نکرده‌است.

مَجو درستی عَهْد از جهان سُسْت‌نهاد که این عَجوزه عروس هزار دامادست (حافظ، دیوان حافظ، غزل ۳۷)

و به‌راستی که تمام عالم در مقابل آن بیداری‌ای که مولانا به ما عطا کرده‌است، تنها نواله و لقمه‌ای است. به‌راستی که چشم انسان که باز شود از قضا و قدرت الهی طمع دارد که به لقمه‌ای قناعت نکند.

ابزار خرافات و برداشت‌های خرافی از آموزه‌های معنوی یکی از مخرب‌ترین ابزارهای نیروی هم‌هویت‌شدگی بزرگ، ابلیس و یا همان شیطان است. خرافات در بطن یک جامعه و یک ملت می‌توانند نفوذ کنند. همچون گیاه هرز رونده‌ای که ره‌ایش کنی تا ابدالذهر رشد می‌کند و در نمای ساختمان فرومی‌رود. وقتی هم که گیاه را می‌خواهی از نما جدا کنی تمام سیمان نمای ساختمان را با خود می‌کند.



من و تو، بی من و تو، جمع شویم از سرِ ذوق
خوش و فارغ ز خرافات پریشان من و تو
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۱۴)

اما راه‌حلی پیدا شده‌است، راه‌حلی که من و توی بیننده را از من و توی جداافتاده از زندگی جمع می‌کند. من و تویی که ذوق یکتایی را به ما می‌نمایاند. آن زمان است که ما با روی آوردن به آموزش‌های معنوی می‌توانیم خوش و فارغ از خرافات پریشان جمع شویم. در نمودار بیداری بشریت بازدهی و کارایی گنج حضور شگفت‌آور است. آخر خرافه‌زدایی در یک سال از این خرافه‌های اندوخته‌شده در هزار سال که چیزی نیست.

گنج حضور امروزه با استفاده از ابزارهای ارتباط جمعی و رسانه‌های جمعی، سیل دانش معنوی و بیداری را با تکیه بر مولانا بر سر یک فارسی‌زبان می‌ریزد. گنج حضور گوشه‌ای از اقیانوس مولانا را در لیوانی ریخت و به دست ما داد، این همه محصول جانبی تولید شد. تصور کنیم روزی با تلاش و خدمت شبانه‌روزی ما در راه شادی، عارفان دیگر این سرزمین پارسی به جهانیان معرفی شوند. معماری و آبادانی‌ای بر پا خواهد شد که جز شادی از آن اثر دیگری نخواهد ماند.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای پویا: باشد که هر کس که در این راه خدمت می‌کند با دست راست خود به شانه‌ی چپش بزند و بگوید تولد گنج حضور ۲ و ۳ مبارک.

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

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

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

به غیر خدمت ما که مشارق شادی‌ست
ندید خلق و نبیند ز شادی آثاری
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۵۵)



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

یک دنیا ممنون.

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

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای پویا]

آقای شهبازی: ماشاءالله به این جوانان واقعاً، ماشاءالله. یعنی دیگر مولانا را در عمقشان درک کرده‌اند واقعاً.
خیلی خوب، آفرین، آفرین! خدا را شکر.



۱۱- خانم جیران از آبادان با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم جیران]

خانم جیران: دوست داشتم زنگ بزنگ از شما تشکر کنم، من متنی آماده نکردم، ولی خیلی ممنونم از شما.

آقای شهبازی: خب دیگر شما دیگر متن سرخود باید باشید، این همه برنامه را گوش کردید متن نمی‌خواهید شما

[خنده آقای شهبازی]. خانم جیران الان چند سالتان شده شما؟ بیست و چهار؟

خانم جیران: من بیست و شش سالم است.

آقای شهبازی: بیست و شش سال. از بیست و یک، بیست و دوسالگی دارید گوش می‌دهید، نه؟

خانم جیران: بله، بله.

آقای شهبازی: خب خوبید؟

خانم جیران: وقتی که کنکور داشتم هجده سالم بود، با این برنامه آشنا شدم.

آقای شهبازی: آری، آری می‌دانم.

خانم جیران: استاد من یک کم مثلاً این جووری است که چون کمال‌گرا هستم، مثلاً به خودم می‌گویم باید برنامه

گنج حضور را از اول مثلاً بروی از برنامه یک گوش بدهی، بعد می‌آیم جدول‌بندی می‌کنم، مثلاً از برنامه یک مثلاً

می‌گویم که در هفته اگر چهارتا برنامه بخوانی، تماس‌های تلفنی را هم گوش بدهی، مثلاً سال ۱۴۰۵ مثلاً می‌رسی

به استاد دیگر با برنامه پیش می‌روی.

اصلاً همه‌اش فکر می‌کنم این وسطها یک چیزی را از دست داده‌ام اگر تماس‌های تلفنی یا همه برنامه‌ها را

نخوانم، یک جوهرایی قبلاً که درس می‌خواندم، همین‌شکلی درس می‌خواندم. بعد الان دقیقاً همان ویژگی‌های

درس خواندن را، که مثلاً یک کتاب به من می‌دادند این قدر آن را زیر و رو می‌کردم تا همیشه ۲۰ بگیرم. در

مدرسه یا حالا دوران درس خواندنم همیشه ۲۰ می‌گرفتم، هیچ وقت ۷۵/۱۹ خیلی به ندرت. برای همین آن را هم

وارد گنج حضور کردم و مثلاً خیلی از نظر این که اعتماد به نفس داشته باشم، خیلی پایین است، همه‌اش می‌گویم

بقیه پیشرفت کردند، من اصلاً پیشرفت نکردم.

یا مثلاً چون همیشه به من می‌گفتند تو خیلی باهوش هستی، تو خیلی مثلاً می‌توانی مسائل را حل می‌کنی و واقعاً

هم مثلاً می‌رفتم سر جلسه همه مسائل را که حل می‌کردم، به جواب می‌رسیدم، ولی الان همه مسائل زندگی را



هرچه بخواهم با فکر و هوش خودم حل کنم نمی‌شود، مثلاً گیر می‌کنم. برای همین چون کنترل همه‌چیز را همیشه به دست گرفتم، الآن مثلاً می‌بینم که نمی‌توانم مثل قبل کنترل زندگی‌ام را به دست بگیرم.

یک کم هم استرس دارم، الآن دارم حرف می‌زنم.

آقای شهبازی: خیلی خب، یک نفس عمیق بکشید.

خانم جیران: آری برای همین چرخه‌ای باطل شده در خواندن گنج حضور که مثلاً هی می‌گویم نه کامل‌تر، هرچه کامل‌تر بهتر می‌رسم به حضور.

یک مقدار هم از این نظر که خودم را زیاد باارزش نمی‌دانم، چون مثلاً خیلی از اطرافیان به من می‌گویند تو خیلی خوب هستی، یا مثلاً زیبا هستی، قدر خودت را بدان، کار می‌کنی در این سن می‌روی این شهر، چندتا شهر دیگر کار می‌کنم. می‌روی خودت تنها می‌آیی، برمی‌گردی؛ ولی خب مثلاً یک کم از نظر این‌که اعتماد به نفس داشته باشم یا خودم را مثلاً باارزش بدانم، زیاد این‌جوری نیست.

ولی خب در این سال‌ها خیلی گنج حضور به من کمک کرده، یعنی من قبلاً یک لحظه، حالا نمی‌دانم چرا این‌جوری بودم، یک لحظه نمی‌توانستم مثلاً تحمل کنم که یکی کنارم نباشد که مثلاً در رابطه نباشم. هم‌ااش از این رابطه به آن رابطه باید حتماً یکی وجود داشته باشد، ولی الآن خدا را شکر خیلی وقت است که مثلاً من با کسی در ارتباط نیستم، خودم تنها زندگی می‌کنم، اصلاً این‌که بخواهد یکی کنارم حتماً باشد، اصلاً این‌جوری نیست دیگر. خیلی راحت شدم از این موضوع که حتماً یکی بیاید هم‌ااش پیش من باشد، هم‌ااش به من زنگ بزند، قربان صدقه‌ام برود، نمی‌دانم اصلاً دیگر این ویژگی‌ها وجود ندارد خدا را شکر.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم جیران: خیلی از این نظر بهتر شدم، خیلی حالم خوب شده، اصلاً قبلاً می‌دانید زنگ هم می‌زدم، پیام هم می‌گذاشتم در کانال که من نمی‌توانم. اصلاً فکرش را نمی‌کردم یک روز برسد که مثلاً جیران که این قدر وابسته است به این و آن، این قدر التماس بقیه می‌کند که تو را خدا کنارم بماند، مثلاً برسد که من بتوانم خیلی مستقل برای خودم زندگی کنم، کارهایم را انجام بدهم، حتی به این فکر نکنم که یکی بیاید در زندگی‌ام نجاتم بدهد، دیگر آن فکرها و این‌ها همه، می‌گویم اصلاً این‌جوری نیست که پیشرفتی نکرده باشم، چون همیشه پیشرفت‌هایم را نمی‌بینم.

آقای شهبازی: شما خیلی پیشرفت کردید جیران خانم. شما یادم است من بیست و یک، بیست و دو سالتان بود، دانشجو بودید، شما یادتان هست چه کارها می‌کردید؟



خانم جیران: بله، خیلی من اذیت بودم از نظر روحی روانی خیلی دچار مشکل بودم. اصلاً حمله‌های عصبی خیلی شدید، جوری که خودم را می‌زدم خیلی خودم را بی‌ارزش. الان خیلی، حالا می‌گویم خودم را بی‌ارزش می‌بینم، ولی نسبت به گذشته خیلی بهتر شدم اصلاً.

آقای شهبازی: بهتر شدید خانم؟ بهتر شدید چه هست؟ شما عوض شدید، شما مستقل شدید. همین‌طور یک اشاره کردید می‌خواهید روشن بگویید چکار می‌کردید؟

خانم جیران: از این نظر که حالم خوب نبود، خودم را می‌زدم و دقیقاً یادم نیست. حالا یک چیزهایی مامانم به من می‌گوید که تو این کارها را می‌کردی، خودم یادم رفته.

آقای شهبازی: خب دیگر آن کارها خیلی خطرناک بود می‌کردید، الان خدا را شکر خیلی پیشرفت کردید، خیلی پیشرفت کردید، شما آن جیران نیستید دیگر، الان در بیست و شش سالگی.

خانم جیران: من همه‌اش فکر می‌کنم فقط بقیه پیشرفت کردند.

آقای شهبازی: این کار جیران خانم این کار مدرسه و دانشگاه نیست که شما خودتان را مقایسه بکنید با دیگران ۲۰ بگیرید. این کار «قضا و کُنْ فِکَان» است. شما باید صبر و شکر داشته باشید، اتفاقاً باید شکر داشته باشید الان.

شما این چارق ایازتان را حالا من اشاره‌ای به آن کردم، آن‌ها را به یاد بیاورید، نمی‌شود یادتان رفته باشد آن حالت‌ها. شما آن‌ها را یادتان بیاورید، نه یادتان بیاورید که دوباره آن کارها را بکنید، یادتان بیاورید که زندگی چقدر به شما کمک کرد و شما از آن حالت‌های خطرناک که حمله‌های عصبی به شما می‌شد بیرون آمدید، الان مستقل شدید و به قول خودتان تنها می‌توانید زندگی کنید، لزومی نمی‌بینید از کسی آویزان بشوید، به خانواده بچسبید یا به یک آقایی بچسبید، نمی‌دانم از این حرف‌ها، مستقل شدید. شما خیلی پیشرفت کردید. این کار شکر دارد، یک موقعی هست خدای ناکرده ما ناشکر می‌شویم. و:

ز ناسپاسی ما بسته است روزن دل

خدای گفت که انسان لِرِبّه لَکَنود

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۹۱۴)

بله انسان اگر ناسپاس بشود، روزن بسته می‌شود و شاد باشید واقعاً شکر کنید، کار کنید، تمام نشده، ولی مسابقه نگذارید، شاگرد اول نباید بشوید، با کسی مقایسه نکنید.

خانم جیران: دقیقاً فکر می‌کنم مثلاً در گنج حضور هم باید من شاگرد اول باشم. دقیقاً به این شکل است.

آقای شهبازی: نه، نه، نه! این‌جا شاگرد اول وجود ندارد. یک‌دفعه می‌بینید شاگرد آخر، اول شد. کار توجه می‌کنید؟ [خنده آقای شهبازی] این‌جا ما می‌خواهیم ببینیم چه‌جوری می‌خواهیم به خرد کل وصل بشویم، فضا را باز کنیم.

شما همین فضاگشایی کنید، یاد گرفتید الآن. فضاگشایی کنید، لزومی ندارد شما از اول بروید به همه برنامه‌ها گوش بدهید. همین برنامه‌های اخیر را گوش بدهید، هم‌اش را گوش بدهید. بیت‌ها را بخوانید، شما حافظه قوی دارید، بیت‌ها را می‌شود تکرار کنید که بیت‌های اساسی را. همین‌که امروز هم مردم می‌خوانند دیگر، می‌بینید. آن‌ها را برای خودتان بخوانید.

خواهید دید که این خوبی اصل شما را مرتب بالا می‌آورند، هی مرتب انگار که آدم در خودش طلا کشف می‌کند. ولی هیچ موقع مقایسه نکنید، اصلاً خودتان را مقایسه نکنید با هیچ‌کس. بله، کار کنید و بهترین خودتان باشید، مقایسه نکنید، توجه می‌کنید؟

من مثل این برنامه گنج حضور، بنده سعی نمی‌کنم برنامه را، یا کارم را با کسی مقایسه نکنم. نمی‌آیم این‌جا بگویم آهای مردم به برنامه من گوش بدهید، به برنامه فلان گوش ندهید، آن خراب است و نمی‌دانم اشکال دارد، نه. من دارم سعی می‌کنم بهترینم را بگذارم، بهترین کارم را و بهترین کوشش‌م را بگذارم یک برنامه‌ای تا آن‌جا که مقدور است بهترین صورت اجرا بشود و اگر زندگی هم کمک کند، اجرا می‌شود و دیگر مقایسه نمی‌کنم. اگر مقایسه کنم، یعنی من ذهنی دارم دیگر، دارم خرابکاری می‌کنم. درست است؟

خانم جیران: بله.

آقای شهبازی: حیف است که شما جیران خانم که این‌همه پیشرفت کردید ماشاءالله در بیست و شش‌سالگی، بروید دوباره با مقایسه کارتان را خراب کنید.

خانم جیران: بله، استاد این را می‌خواستم بگویم که برنامه گنج حضور برای دختران جوان خیلی، آن هم مخصوصاً در این سن در ایران که همیشه مثلاً زده‌اند به سر دخترها و آوردند آن‌ها را پایین، خیلی مفید است، به‌خاطر این‌که من خودم را می‌گویم از برنامه گنج حضور قدرت می‌گیرم از این نظر که هی نخواهم وابسته پسرها باشم، هی التماس این و آن کنم. جالب این‌جاست هر چقدر هم که من خودم را مثلاً پایین بیاورم یا مثلاً فکر کنم رها شدم یا حال بد است، وقتی وارد مثلاً هر چقدر که بیشتر التماس می‌کنم، طرف مقابل بیشتر من را رها می‌کند، بیشتر من را ول می‌کند می‌رود.



به‌خاطر همین این برنامه گنج حضور خیلی برای مثلاً دخترهایی که در این سن و سال هستند مفید است که روی پای خودشان بایستند، از نظر احساساتی و از نظر احساسی وابسته نشوند. قدرت در همین گنج حضور است، من قدرتم را از گنج حضور گرفتم که وابسته نباشم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! همین‌طور است.

شما که بهتر می‌دانید، بنابه قانون آلت ما همه‌مان جنس خدا هستیم.

«پس از نظر آید صُور، اشکال مرد و زن شده»

از جنسیت خداوند صورت مرد و زن آفریده می‌شود. در مرد و زن هر دو جنسیت خداوند است. بنابراین این‌طوری نیست که مرد بهتر از زن باشد یا زن بهتر از مرد باشد. زن و مرد هر دو جنس خداوند هستند، به دو صورت متفاوت.

این‌که می‌فرمایید ما خانم‌ها را تحقیر کردیم، بسیار اشتباه کردیم، اگر این کار را بکنیم، ظلم به بشریت می‌کنیم، به خودمان می‌کنیم.

کودکان ما را خانم‌ها دارند بزرگ می‌کنند، یعنی شما فردا بچه‌دار می‌شوید، بچه را باید شما بزرگ کنید، مرد که بزرگ نمی‌کند که، مرد می‌رود بیرون کار می‌کند. هنوز در فرهنگ ایران، حتی زن و مرد کار کنند، بیشتر مادر است که نه ماه بچه را در شکمش نگه می‌دارد و پرورش می‌دهد. اگر این زن تحقیر بشود، به‌قول شما به سرش بزنند، این چه‌جوری می‌خواهد یک مرد عالی را در شکمش پرورش بدهد؟ یک مرد توسری‌خور به دنیا می‌آورد.

نباید این کار را بکنیم ما، باید به خانم‌ها احترام بگذاریم، باید با ملایمت رفتار کنیم، لطیف باشیم، خانم‌ها لطیف هستند، خیلی ملایم، خیلی آرام و هر مردی وظیفه دارد که اطراف خانمش فضا باز کند، مهربان باشد، یعنی مثل پروانه دور خانمش بگردد، والسّلام. هیچ راه دیگری هم ندارد. اگر نگردد خودش ضرر می‌کند، خودش ضرر می‌کند، آن چیزی که می‌خواهد به‌دست نمی‌آورد، به زور نمی‌تواند به‌دست بیاورد.

این‌جا زور کار نمی‌کند جیران خانم، در کار خداوند زور بشر معنی ندارد. اصلاً همه صحبت این است که زور را خداوند دارد، بشر ندارد.

بشر اگر بگوید من زور دارم، یعنی من ذهنی‌اش آمده بالا. بشر باید زورش را به خداوند تفویض کند، هر لحظه. اصلاً تسلیم یعنی همین.



تمام دین اسلام یعنی همین اصلاً، همین صحبت که شما در این لحظه قدرت را به او تفویض می‌کنید. بگویید من هیچ هستم، هیچ هیچ نمی‌دانم، نه می‌دانم، نه کاری می‌توانم بکنم، ما قدرت را از او می‌گیریم، پشتمان به او گرم است.

گفت فرشتگان گفتند خدایا ما چیزی نمی‌دانیم غیر از آن چیزی که تو الآن در این لحظه به ما یاد می‌دهی. «لا عِلْمَ لَنَا»، شما شعرش را بلدید؟

خانم جیران: آری، بلد بودم الآن یادم رفته.

آقای شهبازی: خیلی خوب، پس ما هم مثل فرشتگان می‌گوییم که ما چیزی بلد نیستیم غیر از آن چیزی که با فضاگشایی تو به ما یاد می‌دهی. چه زن، چه مرد هیچ فرقی ندارد.

توجه می‌کنید؟ این موضوع بسیار بسیار مهم است که ما زورمان را بالا نیاوریم به‌عنوان من ذهنی. هر چقدر زورمان را بالا بیاوریم، زورمان ما را خُرد می‌کند، توجه می‌کنید؟ ما نمی‌توانیم جلوی زور بی‌نهایت مقاومت کنیم. هر کسی به‌صورت من ذهنی می‌آید بالا، خُرد می‌شود، خمیر می‌شود، زیر پا له می‌شود. نمی‌شود. خوب ما همه این‌ها را با شعرهای مولانا این‌جا گفتیم دیگر.

خب جیران خانم خیلی خوشحال شدم که پیشرفت کردید.

خانم جیران: من هم همین‌طور، دستتان درد نکند استاد. خیلی دوستتان دارم، مرسی.

آقای شهبازی: به هم‌سن‌های خودتان می‌خواهید یک پیشنهادی بدهید؟ یک توصیه‌ای چیزی؟ بیست و شش سالتان است.

خانم جیران: ببخشید استاد صدایتان قطع شد.

آقای شهبازی: می‌گویم به هم‌سن‌های خودتان می‌خواهید یک پیشنهادی بکنید، یک توصیه‌ای، چه چیزی دارید؟ یک چیزی بگویید که آن‌ها رعایت کنند به‌عنوان دختر بیست و شش‌ساله که پنج شش سال است برنامه را گوش می‌کنی و من پیشرفت شما را دیده‌ام خانم، شما اگر یادتان نیست، من یادم است، بیست و یک سالتان است دانشجو بودید، تنها بودید، خوابگاه بودید.

خانم جیران: می‌شود استاد بگویید یک کم؟



آقای شهبازی: دیگر من نباید بگویم، اگر من بگویم، می‌شود آن موقع حرف زیادی می‌شود، ممکن است شما نخواهید من چیزهایی را بگویم، ولی شما مرتب می‌نوشتید، من این‌ها را می‌خواندم، به شما چیزهایی می‌نوشتم، ولی شما خودتان را نجات دادید، شما خودتان را از یک وضعیت بسیار مشکل نجات دادید، توجه می‌کنید؟

خانم جیران: بله، استاد من هنوز هم آن قدر محکم نیستم، ولی خب چیزی که خودم می‌دانم و به خودم می‌گویم این است که این جور نباشد که هر وقت حالت بد شد، بیایی برنامه را بخوانی. یعنی من هر وقت حالم بد شد، بدودو سریع، زود باش بخوان، بعد بیست و چهارساعته هندزفری را بگذار در گوشت، برنامه را گوش بده، بعد بگویم آخیش خوب شدم، خوب شد گوش دادم برنامه را.

وقتی حالم خوب می‌شود، همه چیزم اوکی است، پول دارم، مثلاً پول در حسابم هست و همه چیز اوکی است، می‌توانم بگیرم و حالم خوب است و این‌ها، دیگر برنامه یادم می‌رود.

بعد برای همین این را نه فقط به بقیه، به خودم می‌گویم که جیران خواهش می‌کنم حتی اگر حالت خوب هست هم دل بده به برنامه. الان من پنج شش سال است برنامه را گوش می‌دهم، همه‌اش این جور گوش دادم، احساس می‌کنم برای همین زیاد پیشرفت نکردم. اگر مدام گوش بدهم، روزهایی که مدام گوش دادم، روزهایی که شعرها را حفظ کردم، ادامه‌دار گوش دادم، اصلاً یک حالت‌های دیگر هست، اصلاً حرف من یک چیز دیگر است، حال من یک چیز دیگر است. این را می‌توانم بگویم.

آقای شهبازی: عالی، عالی! خیلی ممنون.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم جیران]



۱۲- آقای صادق از ایلام

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای صادق]

آقای صادق: آقای شهبازی، ضمن خسته نباشید من امشب می‌خواهم یک، پنج شش تا شعرهای مولانا را اول بار این‌جا معنی کنم. حالا به خودم دیگر این جرئت را داده‌ام که یک چندتایشان را معنی کنم، چون برای خودم معنی‌شان خیلی استفاده داشته،

آقای شهبازی: آفرین!

آقای صادق: گفتم شاید.

آقای شهبازی: بفرمایید، بله.

در دفتر چهارم، ابیات ۷۴ تا ۷۹ شش شعر پشت‌سرهم هست که تقریباً چهارچوب کلی این آموزش ارزشمند را در خود جای داده‌است. من در ابتدا هر شش تا شعر را یک تکه می‌خوانم و بعد توضیحاتی می‌دهم. البته چون احتمال دارد از ۵ دقیقه یک ذره بیشتر طول بکشد دیگر خانم هم وقتش را به من داده و ایشان دیگر می‌گویند من بعداً تماس می‌گیرم که این مطلب امشب کمی طولانی است.

آقای شهبازی: بفرمایید، خواهش می‌کنم.

آقای صادق: مطلب طوری هست که باید کامل گفته شود. البته خیلی هم دوست داشتم بدانم شما در کدام برنامه این اشعار را توضیح داده‌اید که واقعاً موفق نشدم.

اشعار ۷۴ تا ۷۹، دفتر چهارم مثنوی:

گر تو خواهی کو تو را باشد شکر

پس ورا از چشم عشاقش نگر

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۷۴)

منگر از چشم خودت آن خوب را

بین به چشم طالبان، مطلوب را

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۷۵)

چشم خود بر بند زان خوش چشم، تو

عاریت کن چشم از عشاق او

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۷۶)



بلک ازو کن عاریت چشم و نظر

پس ز چشم او به روی او نگر
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۷۷)

تا شوی ایمن ز سیری و ملال
گفت: کان الله له زین ذوالجلال

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۷۸)

چشم او من باشم و، دست و دلش

تا رهد از مدبری‌ها مقبلش
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۷۹)

مولانا از این‌جا شروع می‌کند که

«گر تو خواهی کو تو را باشد شکر»، همین ابتدای کار می‌گوید باید بخواهی، شکر بودن او را بخواهی، و در همین اوایل می‌گوید که این که زندگی برای تو تبدیل به شکر شود باید خودت بخواهی، کسی به جای تو فتوای خواستن نمی‌دهد. و اگر شکرین بودن زندگی را که برای تو بسیار ضروری است را نخواهی، آنگاه جریمه خواهی شد و جریمه‌اش هم این است که زندگی برایت خون می‌شود.

اسناد زیادی در اشعار مولانا وجود دارد که نشان می‌دهد که زندگی برای بعضی‌ها شکر نیست، البته زندگی همیشه شکر است، اما خیلی‌ها آن را به زهر تبدیل می‌کنند، چون از جنس فرعون هستند.

یا مگر فرعونی و، کوثر چو نیل
بر تو خون گشته‌ست و ناخوش، ای علیل

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۳۳)

حالا طبق الگوی شعر وقتی من خواهان این هستم که زندگی برای من شکر باشد، در همین ابتدا فوراً مولانا می‌گوید با عقل من ذهنی خودت پیش نروی و با چشم افراد زنده‌شده به زندگی بنگر.

گر تو خواهی کو تو را باشد شکر

پس ورا از چشم عشاقش نگر
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۷۴)

حال طبق این شعر من باید از طریق چشم افرادی مانند مولانا به روی خدا بنگرم.



مثلاً مولانا دیده که رضایت ابری تشکیل می‌دهد که خدا از طریق آن ابر رحمتش را بر روی ما می‌بارد. یا این‌که دیده که خاموشی پاداش دارد و از این موارد. زیرا نردبان را خدا به افرادی مانند مولانا نشان داده و ما آن نردبان را با من‌ذهنی خود نمی‌توانیم ببینیم.

در برنامه ۹۷۳ هم داشتیم که:

**به امینان و نیکوان بنمودی تو نردبان
که روان است کاروان به سوی آسمان تو**
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۵۷)

یا مثلاً مولانا دیده که آنصتواگلی است خوشبو و شفابخش و آبی است گوارا که باغ خشکیده مرا سیراب می‌کند. و این چیزها با چشم من‌ذهنی من دیده نمی‌شوند. در برنامه ۹۷۳ هم داشتیم، در غزل ۳۰۴۵:

**به چشم عشق توان دید روی یوسف جان را
تو چشم عشق نداری، تو مرد وهم و قیاسی**
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۴۵)

در شعر دوم می‌گوید:

**منگر از چشم خودت آن خوب را
بین به چشم طالبان، مطلوب را**
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۷۵)

باز هم مولانا تأکید می‌کند که با عقل من‌ذهنی خودت پیش نروی، زیرا آن‌چه که با چشم من‌ذهنی‌ات می‌بینی در واقع او خدا نیست و بی‌راهه می‌روی. حالا ما در نظر بگیریم که کسی که به شدت گرسنه است، غذا را چطور می‌بیند؟ شخص گرسنه غذا را بسیار شیرین و گوارا و خوش‌عطر و بو می‌بیند و غذا هم برایش شیرین و گوارا است، زیرا طالب غذا و گرسنه است.

اما ما در نظر بگیریم که وقتی گرسنه نیستیم و سیر هستیم، هیچ غذایی جلو چشم ما خوش‌مزه نیست و چه بسا از دیدن آن حالمان هم به هم بخورد، و اگر هم از آن بخوریم در ما تبدیل به سم و زهر می‌شود و ضرر دارد و ما را اذیت می‌کند، چون طالبش نیستیم. پس ما باید از طریق چشم مولانا که طالب و تشنه زندگی است به زندگی بنگریم تا برای ما شیرین و گوارا باشد.



در شعر سوم می‌گوید:

چشم خود بر بند زان خوش چشم، تو
عاریت کن چشم از عشاق او
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۷۶)

و این‌جا مولانا باز هم ضمن تأکید بر این‌که می‌گوید با عقل من‌ذهنی پیش نرو، اشاره به تسلیم می‌کند، زیرا شخصی که چشمش را می‌بندد خودبه‌خود پاهایش هم از حرکت و راه رفتن باز می‌ایستند و عملاً باید یکی دست او را بگیرد، زیرا دیگر خودش جایی را نمی‌بیند.

اگر ما با چشم باز من‌ذهنی دستمان را به دست مولانا بدهیم، آنگاه خودمان چه بسا قضاوت هم بکنیم که این‌جا مولانا درست نمی‌بیند، زیرا این‌که مولانا می‌گوید چاله است اصلاً شکل چاله ندارد! و آنگاه باز هم در دهان افعی می‌افتیم.

پس وقتی می‌گوید چشم خودت را بر بند و تعطیل کن و با چشم عشاقش ببین تا درست ببینی، ما هم باید قبول کنیم و با دوربینی که مولانا روی چشمش گذاشته، با آن ببینیم.

حالا در مورد دوربین من این را بگویم که در همین روستای ما وقتی ما بچه بودیم تازه دوربین به روستای ما آمده بود، منظورم دوربین شکاری است که چیزهایی که با چشم معمولی دیده نمی‌شوند نزدیک می‌آورد و واضح نشان می‌داد. روستای ما هم سه طرفش کوه است و فقط یک طرفش کوه نیست و کسانی که دوربین داشتند مثلاً می‌گفتند در نوک کوه، پای فلان درخت چند تا کبک هست. در صورتی‌که ما با چشمان خودمان اصلاً کبکی نمی‌دیدیم، اما وقتی آن دوربین را به ما می‌دادند که با آن ببینیم می‌دیدیم که واقعاً درست می‌گویند و آن‌جا چند تا کبک هست. در صورتی‌که قبل از این که دوربین را به ما بدهند ما با چشم خودمان آن‌ها را سنگ می‌دیدیم و یا چیز دیگری می‌دیدیم.

من یادم هست یک بار چند تا بز کوهی با آن دوربین‌ها دیدم که وقتی دوربین را برمی‌داشتیم اصلاً شبیه بز کوهی نبودند و دوربین واضح و همه‌چیز را واقعی نشان می‌داد. این‌جاست که مولانا می‌گوید با چشم خودت نگاه نکن و با چشم عشاق ببین تا حقیقت‌ها را ببینی.

دیده‌ ما چون بسی علت دروست
رو فنا کن دید خود در دید دوست
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۲۱)



ما با چشم خودمان زندگی را در پول، مقام و این چیزها می‌دیدیم، اما وقتی با چشم مولانا نگاه می‌کنیم، می‌بینیم که ما عوضی دیده‌ایم و زندگی در پول نیست. آنچه که ما در پول به‌عنوان زندگی دیده‌ایم عوضی بوده، مانند کبک‌ها که ما آن‌ها را سنگ می‌دیدیم.

در برنامه ۹۷۳، در غزل ۱۱۵۴ هم داشتیم که:

به چشم نفس نشد روی ماه او دیدن
که نفس می‌نگشاید به سوی شاه نظر
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۱۵۴)

در ادامه که مولانا به‌اندازه کافی تأکید کرد به ما با عقل من‌ذهنی خود پیش نرویم و دستمان را در دستان مولانا قرار دهیم و با راهنمایی‌ها و یا درواقع با چشم او ببینیم.

بعد در شعر بعدی می‌گوید:

بلک ازو کن عاریت چشم و نظر
پس ز چشم او به روی او نگر
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۷۷)

این‌جا مولانا کم‌کم می‌خواهد فضاگشایی را به ما بیاموزد تا ما کم‌کم بتوانیم با چشم خود زندگی یا همان چشم عدم‌بین ببینیم.

اگر ما به‌اندازه کافی با چشم مولانا دیده باشیم و به درست دیدن عادت کرده باشیم، حالا آماده دیدن از طریق فضاگشایی هستیم تا چشم عدم‌بین ما باز شود.

ما وقتی کلاغی را می‌بینیم کلاغ را چشم حسی ما می‌بیند، اما فضای دور کلاغ را که خلأ است و از جنس چیز نیست، چشم عدم‌بین ما می‌بیند. بعد از این‌که ما فضای دور کلاغ را دیدیم و تمام توجه خود را به آن فضا دادیم آن‌گاه می‌بینیم که کلاغ به کبوتری زیبا تبدیل شد.

این‌جا ما باید هشیار باشیم و جذب کبوتر زیبا نشویم و عاشق کبوتر زیبا نشویم و نگوییم وای چه رنگ قشنگی! چه بال قشنگی! چه صدای قشنگی! و از این حرف‌ها. زیرا اگر فضای گشوده‌شده را رها و فراموش کنیم و جذب کبوتر قشنگ شویم، آن‌گاه دوباره کبوتر قشنگ تبدیل به کلاغ زشت اولی می‌شود، زیرا ما عاشق مصنوع شدیم. ما باید عاشق این شویم که این فضای گشوده چقدر قدرتمند است، چقدر هنرمند است و چقدر کارهایش معجزه است که کلاغ را به کبوتر زیبا تبدیل کرد، و درواقع عاشق صنع او شویم.



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

و بدانیم که این تبدیل‌های معجزه‌گر حاصل فضای گشوده است که ما هم جزئی از آن هستیم. بعد می‌بینیم که کبوتر زیبا تبدیل به گل قشنگی شد و این خلق زیبایی ادامه دارد و ما همچنان عاشق صنَع هستیم. کلاغ می‌تواند هرکدام از نامرادی‌های ما مانند بیماری، فقر یا هر نامرادی دیگر باشد که این‌جوری باید تبدیل به زیبایی‌ها شود و ما فقط نظاره‌گر باشیم و عاشق صنَع.

تو سَبَبِ سازی و دانایی آن سُلطانِ بین
آنچ مُمکن نَبُود، در کَفِ او امکانِ بین
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۰۰۲)

و آن‌گاه ما همه‌اش زیبایی می‌بینیم و دیگر رنجی وجود ندارد و این است که در شعر بعدی می‌گوید:

تا شوی ایمن ز سیری و ملال
گفت: کان الله له زین ذوالجلال
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۷۸)

و این‌جا دیگر فقط خدا برای ما کافی است. و در شعر آخر هم می‌گوید دیگر ما خودمان بخشی از آن فضا هستیم و دیگر وجود مقبول ما از رنج و درد خلاص می‌شود و ما دیگر تبدیل شده‌ایم.

چشم او من باشم و، دست و دلش
تا رهد از مُدبری‌ها مُقبِلش
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۷۹)

پس به‌طور خیلی خلاصه آن شش شعر گفتند ما باید خواهان و طالب شکر زندگی باشیم، بعدش تسلیم شویم و از طریق افراد زنده مانند مولانا ببینیم و قرین آن‌ها شویم تا کم‌کم به درست‌بینی عادت کنیم و بعد آن با چشم عدم‌بین خود از طریق فضای گشوده‌شده ببینیم و آنگاه است که ما دیگر تبدیل می‌شویم و خلاق و عاشق صنَع. و چون این کار و این تبدیل برای ما ضرورت دارد، و ما برای این کار آمده‌ایم اگر نتوانیم تبدیل شویم، آنگاه جریمه خواهیم شد و جریمه‌اش هم این می‌تواند باشد که ما همیشه در درد و رنج می‌مانیم و هیچ‌گاه از مُدبری‌ها خلاص نمی‌شویم.



گفت: مُفتی ضرورت هم تویی
بی ضرورت گر خوری، مُجرم شوی
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۳۰)

خسته نباشید آقای شهبازی.

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

آقای صادق: خواهش می‌کنم.

آقای شهبازی: بله، سلام به خانم برسائید، ان شاء الله هفته دیگر ایشان بیایند صحبت کنند. خیلی ممنونم. خیلی
خیلی جامع و عالی بود!

آقای صادق: ممنونم، خواهش می‌کنم.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای صادق]



۱۳- خانم سمانه از ملایر

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم سمانه]

خانم سمانه:

چگونه آنچه را که ذهن نشانم می‌دهد به مرکز می‌آورم؟

جمله طلایی: «چیزهایی را که ذهنتان نشان می‌دهد به مرکزتان نیاورید.»

مدت‌هاست که این جمله پرتکرار را در هر برنامه، بالغ بر صدها بار از زبان آقای شهبازی می‌شنیدم. این تکرار زیاد نشان‌دهنده اهمیت درک و به عمل درآوردن آن بود. اما نمی‌دانم چرا دقیق متوجه معنای آن نمی‌شدم. انگار ذهنم یک فیلتری روی آن انداخته بود تا از همین راه، اتفاقاً چیزهایی را که ذهنم نشان می‌دهد به مرکزم بیاورم و دیو بتواند زیرزیرکی کار خودش را انجام دهد.

اما چون از مولانا یاد گرفته‌ام که در این مواقع سؤال نپرسم و در ذهنم دنبال پاسخ آن نگردم، این جمله را هر بار که از آقای شهبازی می‌شنیدم در هشیاری خودم نگه می‌داشتم و از آن رد می‌شدم.

در این حین در میان همه ابیات کلیدی و قدرتمندی که در تمام این سال‌ها مانند پدري دلسوز در بزنگاه‌ها و قدم‌به‌قدم دستم را می‌گرفتند تا در این راه سخت دوام بیاورم و لذت شیرین راه رفتن را تجربه کنم، دو بیت نورانی چراغ راهم شد که با خودش ابیات دیگر را هم در جانم به عمل درمی‌آورد:

هرچه گوید نفس تو کاینجا بد است

مشنوش چون کار او ضد آمده‌ست

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۲۶۶)

تو خلافت کن که از پیغمبران

این چنین آمد وصیت در جهان

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۲۶۷)

این دو بیت را مدتی بود که تکرار می‌کردم و چنان چراغی در دلم روشن می‌کرد که دیگر خبری از ترس و نومیدي نبود. مثل یک معلم و راهبر هر جا که قدرت تشخیص برایم سخت و پیچیده می‌شود، این بیت به دادم می‌رسد و دستم را می‌گیرد.

وقتی من ذهنی می‌گوید:



«تو در راه معنوی از دیگران عقب‌تر هستی و همه خیلی پیشرفت کرده‌اند، مرا مقایسه می‌کند و پیشرفتم را با معیارهای خودساخته‌اش اندازه می‌گیرد.»

وقتی من ذهنی می‌گویند:

«تو نیازی به تکرار این بیت یا هر بیت دیگر نداری. هر نوع حس بی‌نیازی که نسبت به برنامه در من ایجاد می‌کند.»

وقتی من ذهنی می‌گویند:

«پیغام تلفنی تو به اندازه کافی مفید و کاربردی و خوب نیست.»

وقتی من ذهنی می‌گویند:

«فعلاً وقت داری به خدا زنده شوی، یا فعلاً وقت داری فلان کار را انجام دهی، الآن خسته‌ای، الآن کارهای مهم‌تر داری.»

وقتی من ذهنی می‌گویند:

«تو نمی‌توانی.»

وقتی من ذهنی می‌گویند:

«اگر برای گنج حضور این همه کار انجام دهی می‌میری، چشمانت آسیب می‌بینند و کم می‌آوری.»

وقتی من ذهنی می‌گویند:

«خودم با اسبابی که دارم می‌توانم با خدا یکی شوم.»

وقتی من ذهنی هزار بهانه و حيله و بازی درمی‌آورد تا از این جمع معنوی دور شوم.

وقتی من ذهنی می‌گویند:

«تو تافته جدا بافته هستی و از همه باهوش‌تر و برتری.»

وقتی من ذهنی دیگران را متهم می‌کند که مسائل زندگی‌اش را ساخته‌اند و آن‌ها دشمنش هستند.

وقتی من ذهنی از دیگران زندگی می‌خواهد. و هزاران دستور و تهدید و نظر و پیشنهاد و رأی و خیرخواهی و میل و شهوت دیگر که از صبح تا شب جلوی من می‌گذارد تا به آن‌ها تن دهم، نیروی این دو بیت به سرعت در من به‌کار می‌افتد و دقیقاً عکس آن‌ها را در پیش می‌گیرم.



این دو بیت دقیقاً کاری کرد که معنای این جمله طلایی آقای شهبازی هم در عمل برایم باز شود «آن چیزی که ذهنت در این لحظه نشانت می‌دهد به مرکزت نیاورد».

یعنی برحسب آن خوب و بد نکن. یعنی برحسب آن بلند نشو. یعنی برحسب آن به سبب‌سازیِ ذهن و تولید مانع نرو. یعنی برحسب آن تأیید و توجه مردم را طلب نکن و از کسی چیزی نخواه. یعنی برحسب آن مقاومت نکن و به آن گیر نده. یعنی برحسب آن حرف نزن، آنصِتوا را نشکن و ارتقاع مجو. یعنی برحسب آن به خواسته من‌ذهنیات تن نده.

یعنی برحسب آن حزم داشته باش. یعنی برحسب آن مُفتی ضرورت شو و از خودت بپرس: «آیا ضرورت دارد؟»
یعنی برحسب آن خودنمایی و «من می‌دانم» نکن. یعنی برحسب آن اتفاق را جدی نگیر و آن را مهم ندان.

یعنی برحسب آن خودت را مقایسه نکن. یعنی برحسب آن هشیاریات را نشان‌دار نکن و حضور و پیشرفت معنویات را نسنج. یعنی برحسب آن قانون جبران را زیر پا نگذار. یعنی برحسب آن دلت را مترسان.

یعنی برحسب آن، کار را متوقف نکن. یعنی برحسب آن برنامه زندگیات را دست من‌ذهنی نده تا عنان و اختیار امور به دستش بیفتد و فراموشی با تو به نبرد برخیزد. یعنی برحسب آن تحت تأثیر قرین به ذهن نرو و تقلید نکن.

یعنی برحسب آن حس بی‌نیازی به زندگی و عقل کل نداشته باش. یعنی برحسب آن سؤال نکن. یعنی برحسب آن وصل خدا را جست‌وجو نکن و در راه معنوی دخالت من‌ذهنیات را صفر کن. یعنی برحسب آن ناله و شکایت نکن.

یعنی برحسب آن با راهکارها و استدلال‌ها و سبب‌سازی ذهن نخواه که مسائلی که با من‌ذهنیات ساخته‌ای را حل کنی. یعنی برحسب آن ناموس و حیثیت بدلی خود را تقویت نکن. یعنی برحسب آن به پندار کمال خود جان نده.

یعنی برحسب آن ناسپاسی نکن، زرنگی نکن، بی‌ادبی نکن و از امتحان زندگی دست بردار. یعنی هر لحظه در خودت حاضر باش تا خداوند تو را در خانه بیابد و پیغامش را بدهد.

لیک حاضر باش در خود ای فتی

تا به خانه او بیابد مر تو را

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۶۴۳)

استاد تمام شد.



آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین! ممنونم، خیلی زحمت کشیده بودید.

خانم سمانه: ممنونم از شما. خواهش می‌کنم استاد. خیلی ممنونم که این قدر شما هوشمندانه و آگاهانه و مسئولانه این جمله طلایی را این قدر در این برنامه‌ها برای ما تکرار کردید و تأکید کردید و خسته نشدید از تکرار این جمله که این طوری به عمل ما دربیاید، به جان ما بنشیند و بشود فرهنگ ما و اصلاً این بشود شرطی‌شدگی ما که ما یاد بگیریم این لحظه چیزی که به ذهن ما می‌آید، برحسبش بلند نشویم و برحسبش قضاوت نکنیم و برحسبش زندگی نکنیم. استاد بی‌نهایت از شما سپاس‌گزارم و بی‌نهایت قدردانتان هستم.

آقای شهبازی: آفرین! لطف دارید، ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم سمانه]



۱۴- آقای عارف از اصفهان با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای عارف]

آقای عارف: تشکر می‌کنم از شما.

آقای شهبازی: اختیار دارید.

آقای عارف: همچنین از دوستان و پیغام‌های پربرکتشان.

آقای شهبازی: بله واقعاً، جوانانی مثل شما واقعاً لطف دارند.

آقای عارف: ما هم دست‌پرورده شما هستیم استاد.

آقای شهبازی: کاری نمی‌کنیم.

آقای عارف: اگر شما نبودید ما الآن معلوم نبود در کدام آواره‌ای از من‌ذهنی بودیم! هنوز هم هستیم، خودم را می‌گویم، هنوز هم هستیم.

آقای شهبازی: شما لطف دارید.

آقای عارف: خواهش می‌کنم، لطفی هم که ما داریم از شماست.

آقای شهبازی: ممنونم.

آقای عارف: راستش نمی‌دانم ولی خیلی دوست دارم تشکر کنم، نمی‌دانم با چه زبانی واقعاً تشکر کنم؟ شکر کنم، جبران کنم واقعاً، حتی حالا نمی‌دانم، اصلاً قابل‌قیاس نیستم، خودم را می‌گویم با گذشته‌ای که بودم، چیزی که بوده و الآن هستیم، خودم را زیر ذره‌بین می‌گذارم، رفتارهای خودم را.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای عارف: یا کارهایی که انجام می‌دهم نسبت به گذشته مثلاً ببینم که واقعاً تغییر کردم؟ واقعاً این خودم هستیم؟!

آقای شهبازی: آفرین!

آقای عارف: چه شده است؟! چه اتفاقی افتاده است؟! این همه مردم تلاش می‌کنند که تغییر بکنند، این همه هزینه می‌کنند که آخرش هم هیچی، یعنی واقعاً با کوتاه‌ترین زمان، حالا شما داخل به اصطلاح تیزر برنامه این که می‌گوید «در کوتاه‌ترین زمان»، واقعاً همین است در کوتاه‌ترین زمان، یک مثلاً جوانی که چه مشکلاتی داشته، چه



حالا ناسامانی‌های اخلاقی، رفتاری، ذهنی، احساسی ولی الآن احساس استقلال، مستقل بودن، این‌که اصلاً همان حس «صمد» بودن.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای عارف: بی‌نیاز بودن، این‌که دیگر میلی نداشته باشیم چیزی را بیاوریم به مرکزمان، خب این خیلی شگفت‌انگیز است. و واقعاً برای همین است که نمی‌دانم واقعاً چه‌جوری شکر کنم. و الآن بیتی هم که روی صفحه است:

**ناسپاسی و فراموشی تو
یاد ناورد آن عسل‌نوشی تو
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۰)**

واقعاً ما نباید «ناسپاس» باشیم.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای عارف: و عسل و شیرینی، برکتی که زندگی الآن به ما داده‌است، واقعاً داده و نباید چشم‌پوشی کنیم، فراموش کنیم، پشت‌پا بزنییم به زندگی، دراصل پشت‌پا می‌زنیم به خودمان.

آقای شهبازی: درست است.

آقای عارف: باید، حالا من نمی‌خواهم زیاد حرف بزنی، ولی واقعاً ممنونم از شما.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، همین که در سن و سال شما یک آقا یا خانم مثلاً شکرگزار است، در مقام شکر آمده، این پیشرفت بزرگی است، طلبکار نیست از همه، شما آن حالتی را درنظر بگیرید که یک روزی از همه طلبکار بودید.

آقای عارف: بله کاملاً همین‌طور بودم من واقعاً.

آقای شهبازی: الآن سپاس‌گزاری را فهمیدید، شکر را فهمیدید، بله همین‌که می‌گویید نمی‌دانم چه‌جوری شکر کنم، خب این پیشرفت بزرگی است، یعنی طلبکار نیستم.

طلبکاران همه براساس من‌ذهنی طلب بیهوده می‌کنند، و این طلب کردن براساس بیهودگی که تابع قانون جبران نیست الآن دیگر در شما آقای عارف دیده نمی‌شود، خب این پیشرفت بزرگی است.

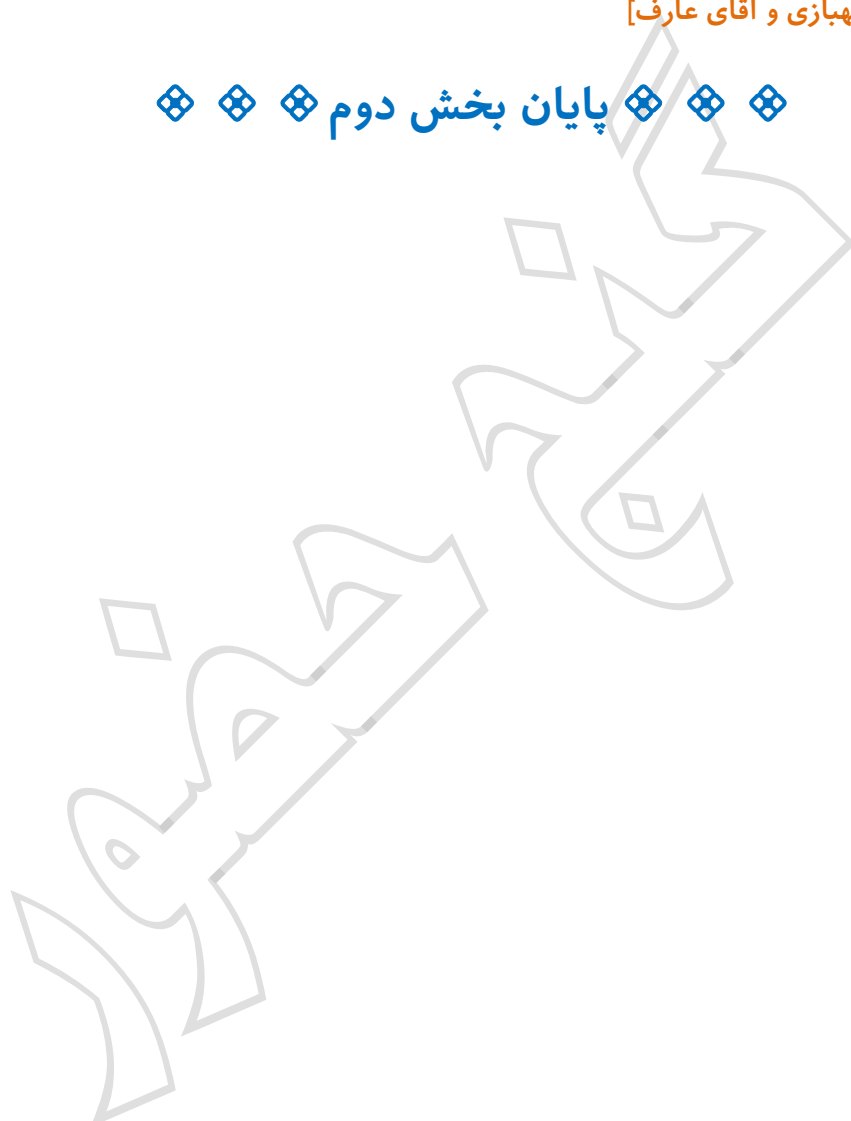


ان شاء الله که همه‌مان این قاعده را رعایت کنیم، این همان قانونِ جبران است دیگر. این قانونِ جبران خیلی جامع هست، ان شاء الله همه ما بتوانیم خوب یاد بگیریم و به عمل دریاوریم و شما دارید این کار را می‌کنید. آفرین!

آقای عارف: خواهش می‌کنم.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای عارف]

❖ ❖ ❖ پایان بخش دوم ❖ ❖ ❖



۱۵- آقای نیما از کانادا

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای نیما]

آقای نیما: تبریک می‌گویم کانال‌های جدید را خدمت شما و خدمت خودمان، مبارکمان باشد.

آقای شهبازی: بله، واقعاً مبارکمان باشد. خیلی ممنون.

آقای نیما: بزرگوار اگر اجازه بدهید، یک چندتا در رابطه با پیشرفت‌هایی که خودم کردم و قانون جبران یک توضیحاتی بدهم.

آقای شهبازی: آفرین، بفرمایید.

آقای نیما: من، یک غزلی مولانا داشت با این مطلب که می‌فرمود:

**یکی فرهنگ دیگر نو برآر ای اصل دانایی
ببین تو چاره‌ای از نو که الحق سخت بینایی
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۶۲)**

من این چند وقت پیش دنبال این بودم که یک ماشین بگیرم، بعد ماشین قبلی که داشتم خب خیلی قدیمی بود و با این بیت، وقتی که می‌خواستم ماشینم را عوض کنم، این بیت می‌آمد در ذهنم. و من فهمیدم که من خیلی از این عاداتی که معمولاً داشتم و می‌خواستم تغییر بدهم را، همیشه می‌گفتم بگذار چیز جدید بیاید، من بعداً درستش می‌کنم.

برای مثال می‌گفتم خب این ماشین من که مثلاً درست نیست، من تمیزش نگه نمی‌داشتم، می‌گفتم می‌خواهم عوضش کنم. مثلاً دست‌اندازها را سریع رد می‌کردم و اصلاً خیلی برایم مهم نبود. بعد یک‌هو باز گفتم ماشین نو می‌گیرم درستش می‌کنم. بعد متوجه شدم که این، من با نگه داشتن فرهنگ جدید، نمی‌توانم رفتارم را تغییر بدهم و باید یک فرهنگ نو ایجاد کنم.

و شما هم همیشه گفتید که از چهار مرغ ابراهیم، زاغ خطرناک‌ترینشان است، چون همیشه ما را می‌برد به آینده و از زمان حال به عبارتی ما را دور می‌کند و از حضور در این لحظه دور می‌کند. همان لحظه تصمیم گرفتم که یک فرهنگ نو در زندگی‌ام به‌وجود بیاورم. گفتم من اصلاً فرض می‌کنم ماشین نو گرفتم، الان دیگر درست رانندگی می‌کنم. چون اگر فرهنگم نو نباشد، اگر ماشین جدید هم بگیرم، همان عادت را دوباره روی آن ماشین هم اعمال می‌کنم.



یا مثلاً بارها شده که همه ما تصمیم گرفتیم از شنبه دیگر این کار را می‌کنم، حالا برای ما می‌شود دوشنبه. یا مثلاً از سال جدید این کار را می‌کنم ولی هیچ‌وقت انجام نمی‌شود، چرا؟ چون ما فرهنگ نو را نداریم. به خاطر همین مهم‌ترین چیزی که در این قسمت فرهنگ نو ایجاد کردن است، همین رعایت قانون جبران است. چه‌جوری؟

مثلاً خانم بهار خیلی حرف قشنگی زدند جلسه پیش در تلفن‌ها که فرمودند ما استفاده کنیم. ما، من مثلاً کوچکترین کاری که می‌توانم باعث ایجاد فرهنگ نو در این، اگر می‌خواهم از گنج حضور و آموزش‌های مولانا و شما استفاده کنم، این است که خودم را وصل بدانم. من چه‌جوری می‌توانم خودم را با خویشان عشقی‌ام وصل بدانم، و دنبال خدا باشم؟ این خودش از همان دوئیت من‌ذهنی می‌آید که من را جدا می‌کند.

چه فرهنگی است که ما حاضریم مثلاً در اینستاگرام و فیس‌بوک و غیره، الکی ملت را فالو می‌کنیم، ولی دوستان عشقی‌مان که کار می‌کنند را به‌عبارتی، دنبال نمی‌کنیم کارهایشان را؟ به آن‌ها انرژی نمی‌دهیم که لااقل این‌ها هم، نه که دیده شوند و به‌عبارتی من‌ذهنی‌شان را ببریم بالا، همین که پیغام‌هایشان خوانده می‌شود، همان‌جوری که مثلاً کانال‌ها، چرا مثلاً کانال شما، کانال اصلی باید ۹۰۰۰ تا داشته باشد ولی کانال مثل مثلاً مثنوی باید ۲۰۰۰ تا داشته باشد؟

من نمی‌خواهم بگویم که مهم نیست و یا مثلاً حالا هرکه هرچور، ولی همین که ملت، مردم، استفاده می‌کنند، قوت قلبی می‌شود برای کسانی که کار کردند. همان‌جوری که خانم بهار هم فرمودند، وقتی که استفاده می‌شود، انسان خودش را مفید می‌داند. می‌بیند کارش دارد به‌عبارتی، مورد قبول واقع می‌شود.

همان‌جور که شما با این‌همه حضور باز هم هنوز می‌گویید من خوشحالم که مردم توجه می‌کنند و این به شما قوت قلبی می‌دهد، پس به ماهایی که کوچک‌ترین کاری هم نمی‌کنیم، من را می‌گویم، خودم، کوچک‌ترین کاری نمی‌کنم، اگر وقتی ببینم یکی دارد از آموزش‌های شما استفاده می‌کند، این قوت قلبی می‌شود برای من که کارم را بیشتر کنم، خدمتم را بیشتر کنم، بتوانم وقتم را بیشتر بگذارم و نگذارم من‌ذهنی مرا از این راه به‌در کند. این یکی از آن موضوع‌ها بود که می‌خواستم بگویم.

یک موضوع دیگر این‌که شما فرمودید که دیگران کار می‌کنند، من خودم دقیقاً همین‌جوری بودم قدیم، می‌گفتم دیگران بکنند، من بخورم. من چون تک‌فرزند بودم، می‌گفتم چیست؟ وظیفه پدر و مادرم است، در بیاورند، من بخورم! ولی این نبود. الآن شما به من یاد دادید که نه، تو مسئول زندگی خودت هستی، تو باید بیشتر از آنی که برداشت می‌کنی، بکاری. باید بیشتر به‌عبارتی مفید باشی تا این‌که به‌عبارتی مصرف‌کننده.

الآن همه کسانی که حتی در دنیای مادی هم پیشرفت کردند، این را پیشنهاد می‌کنند که شما باید مفید واقع شوی، نباید مصرف‌کننده شوی. هرچه بیشتر تولیدکننده باشی، بیشتر سود می‌کنی تا این‌که بیشتر مصرف‌کننده باشی. مصرف‌کننده باعث می‌شود که تولیدکننده بیشتر سود کند. حالا در دنیای مادی.

به‌خاطر همین این را از شما یاد گرفتم و این‌که می‌گویم حالا دیگران بکنند، این همانی هست که من ذهنی دارد می‌شود. من ذهنی دارد برنامه را گوش می‌دهد. چه‌جوری می‌شود کسی من ذهنی داشته باشد، این برنامه را گوش بدهد ولی پیشرفت هم بکند؟! این امکان ندارد، امکان ندارد پیشرفت کند. و به‌خاطر همین من از شما ممنونم که این جریان قانون جبران را هر دفعه می‌گویید و ما را هی تلنگر می‌زنید.

نمی‌دانم چرا این موضوع تو خون ما رفته که ما این قوه کم‌بینی را داریم اصلاً، نمی‌دانیم چه‌جوری می‌شود این از خون ما برود. ما همیشه فکر می‌کنیم یک چیزی کم است. من به‌عنوان یک شخص ایرانی هر جای دنیا هم باشم، احساس کمبود می‌کنم. فکر می‌کنم یک چیزی کم است. فکر می‌کنم به من نمی‌رسد اگر من این کار را بکنم.

همیشه یک‌جوری سیو (save) می‌خواهم بکنم، یک‌جورهایی می‌خواهم ذخیره کنم تا این‌که بدهم. با این‌که من می‌بینم کسانی که در همین خارج از کشور هستند، آن‌هایی پیشرفت می‌کنند که دائم می‌خواهند ببخشند. اصلاً انباری‌ای ندارند این‌ها، خارجی‌ها هیچ انباری‌ای ندارند. هر چیزی که به دردشان نمی‌خورد، مجانی می‌گذارند جلوی در که یکی اگر خواست استفاده کند. من این فرهنگ را نداشتم. به‌خاطر همین دوباره این بیت را می‌خوانم:

یکی فرهنگ دیگر نو برآر ای اصل دانایی بین تو چاره‌ای از نو که الحق سخت بینایی (مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۶۲)

و بیت بسیار زیبایی که این هفته خواندید و بسیار هم عالی بود که می‌فرمود که:

شمس باشد بر سبب‌ها مُطَّلَع
هم از او حبل سبب‌ها مُنْقَطَع
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۱۱۱)

یعنی ما این دلیل و ذهنی که همه‌اش می‌دانیم را، این شمس است، همانی که از حق چاره نو می‌آورد، سخت بیناست. او است که همه‌چیز را می‌داند. و ما اگر فقط، فقط گوش ندهیم به این، یک فرهنگ نویی ایجاد کنیم، فردی، فردی. شما ببینید فردی، بیست و دو سال چه کار کردید! ما هرچه‌قدر هم می‌خواهیم به شما خدمت



کنیم، شما ده برابر، یک دانه کانال نبود، الآن شد سه‌تا. دیگر ما هرکاری کنیم به شما نمی‌توانیم برسیم. شما واقعاً خودتان را وقف کردید. ممنونم از شما لاقلاً این‌چنین آدمی در زندگی‌مان دیدیم. خیلی ممنونم از وجودتان.
آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

آقای نیما: ان‌شاءالله بتوانیم یک درصد جبران کنیم این خدمات شما را.

در این چند سالی که من زنده بودم جز کار بد، چیزی نکردم، البته ملالی نیست، ولی خب می‌دانم چه کار کردم. خودم یادم است چه بودم. امکان ندارد فراموش کنم. هر روز به خودم می‌گویم حواست باشد نیما، از سگ کمتری اگر یادت برود از کجا استخوان خوردی.

ممنونم باز هم، مبارکمان باشد. ان‌شاءالله که بچه‌هایی که الآن کودکان عشق و جوانان عشق، این‌ها باعث ایجاد فرهنگ نو می‌شوند.

آقای شهبازی: ان‌شاءالله. شما هم خیلی پیشرفت کردید، آقا نیما، شما هم ماشاءالله خیلی پیشرفت کردید. عالی بوده پیشرفتتان.

آقای نیما: لطف دارید.

آقای شهبازی: ممنونم، خیلی زحمت کشیدید، نتیجه‌اش را هم گرفتید.

آقای نیما: این آموزش‌ها جواب می‌دهد. سخت است، ولی جواب می‌دهد. خدا را شکر. می‌بوسم روی ماهتان را.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای نیما]



۱۶- سخنان آقای شهبازی

بعضی خاصیت‌ها از ذات من‌ذهنی بالا می‌آید، کاری نمی‌شود کرد. یکی از آن‌ها همان خواستن است. درواقع به هر کسی می‌رسیم ما به‌عنوان من‌ذهنی، می‌گوییم که این شخص چه چیزی به من می‌تواند بدهد؟ و عکسش را حضور می‌گوید.

امروز هم راجع به این موضوع تأکید شد. مخصوصاً آقای صادق از ایلام که یکی دو نفر هم راجع به عکسش را عمل کردن، صحبت کردند.

هرچه من‌ذهنی می‌گوید عکسش را عمل کن و آن عبارت از این است که من به هر کسی می‌رسم به‌جای این‌که انتظار داشته باشم ببینم این‌الآن چه می‌خواهد به من بدهد، اگر ندهد به درد من نمی‌خورد، خوب دقت کنم با خلاقیت خودم که چه کار خوبی، چه کمکی من به این شخص می‌توانم بکنم؟ این حالت بسیار کارگشاست.

حتی نیازهای مادی شما را همین موضوع برآورده می‌کند که شما می‌خواهید ببینید که من به هر کسی می‌رسم چه می‌توانم بدهم، نه این‌که چه می‌توانم بگیرم.

خب چیزی که من‌ذهنی شرطی‌شده نمی‌تواند انجام بدهد، همین است که با این کار واقعاً دیو در زندگی ما خراب‌کاری زیادی می‌کند که ما طمع داریم و انتظار داریم به هر کسی می‌رسیم آقا، خانم، چه کاری برای من می‌توانید بکنید؟ نمی‌توانید بکنید، خب دیگر پس خداحافظ شما، نه.

یکی دیگر توجه کنید، این علم، این دانش مولانا، درواقع رودخانه را داریم ما سربالایی شنا می‌کنیم. همه مردم جهت‌گیری کردند با من‌ذهنی زندگی کنند. تقریباً همه مردم شرطی شدند در هر لحظه پولشان را زیاد کنند، چون با پول همان‌بده هستند. بعضی موقع‌ها آگاهانه است بعضی موقع‌ها حتی ناآگاهانه است، یعنی ما حتی در خواب هم که می‌بینیم، می‌خواهیم ببینیم پولمان را چه‌طوری می‌توانیم زیاد کنیم. [خنده آقای شهبازی]

خب بنابراین، این‌که شما بیاید بگویید من چه کار می‌توانم برای کسی بکنم یا حتی انتظار داشته باشید اگر این گنج حضور خوب است چرا همه مردم گوش نمی‌کنند؟! همه مردم نمی‌توانند گوش بدهند برای این‌که باید عادت‌های مخرب من‌ذهنی را عوض کنند. چه‌طوری ما به یک نفر می‌توانیم یاد بدهیم که از این خاصیت که از همه توقع دارد، چون من‌ذهنی براساس خواستن درست می‌شود، تو توقع نداشته باش! هی می‌خوانیم:

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



لحظه بعد توقع داریم از همسرمان، از بچه‌مان، از پدر و مادرمان، از دوستان، از رئیس‌مان و این توقع بی‌جاست و بلافاصله موجب رنجش می‌شود، موجب خشم می‌شود، موجب کدورت، موجب کینه می‌شود، یعنی دشمن سازی. ارتباط را فلج می‌کند، یعنی مانع سازی. دشمن ساختیم، مانع ساختیم، مسئله ساختیم. چه کسی ساخت؟ من ذهنی‌مان. چرا؟ برای این‌که توقع دارد. از کجا؟ برای این‌که شرطی شده که دائماً بخواهد.

این‌طوری نیست که ما در هر وضعیتی به هر کسی می‌رسیم یک چیزی بخواهیم. شما این را در نظر بگیرید، بگو من می‌خواهم کمک کنم، بعد آن موقع می‌بینید که کمک‌ها روی شما سرازیر می‌شود. توجه می‌کنید؟

در راه من‌ذهنی، ما به تنگنا می‌رسیم. شما از همه بخواهید هیچ‌کس هیچ‌چیز به شما نمی‌دهد، ولی اگر شروع کنید به بخشیدن، کمک کردن یک تعداد از این‌ها برمی‌گردند، همان برای شما کافی است.



۱۷- خانم یلدا از تهران با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی خانم یلدا و آقای شهبازی]

خانم یلدا: من یک متن دارم با اجازه‌تان به اشتراک می‌گذارم.

از وقتی یادم می‌آید ذهنم می‌گفت پیام ندهم، پیام‌های من به درد نمی‌خورد. من خیلی وقت‌ها این حرف‌های من‌ذهنی‌ام را جدی گرفتم. من خیلی وقت‌ها فکر می‌کردم پیام‌های من بیشتر از این‌که تأثیر مثبت داشته باشد تأثیر منفی دارد و به خودم می‌گفتم:

**زشت‌آوازم به هر جا که رود
مایه خشم و غم و کین می‌شود
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۹۸)**

خیلی وقت‌ها فکر می‌کردم من لطیف نشدم، نباید پیام بدهم و پیام‌های من لطیف و عشقی نیست. هفته پیش یکی از دوستان پیام داد و گفت: «یلدا جان می‌دانی ویدیوهای شما خیلی طرفدار دارد؟». من در جا اشکم جاری شد. دیدم چه جوری برده شیطانم و حرف‌های من‌ذهنی خودم و حرف من‌های ذهنی اطرافم برایم وحی منزل است و پیام زندگی، بزرگان و یاران معنوی را اصلاً جدی نمی‌گیرم. هیچ چیزی به اندازه بیت زیر نمی‌تواند وضعیت من را نشان دهد.

**کار سحر اینست کو دم می‌زند
هر نفس، قلب حقایق می‌کند
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۷۲)**

دیدم وای سحر چه‌ها که نمی‌کند. کار سحر من‌ذهنی این است که دم می‌زند، حرف می‌زند و هر نفس، هر لحظه قلب حقایق می‌کند. حقایق را برعکس نشان می‌دهد. چیز زیبا را زشت نشان می‌دهد و چیز زشت را زیبا نشان می‌دهد. دیدم من می‌توانم در خدمت زندگی باشم، اما با این حرف‌ها جلوی خدمت را می‌گیرم. دیدم چقدر این قبیل پیام‌ها از طرف یاران معنوی آمده، اما من جدی نمی‌گیرم، اصلاً انگار نمی‌شنوم. بعد کوچک‌ترین حرف من‌های ذهنی اطرافم معیار فکر و عمل من می‌شود. دیدم من بیت زیر را اصلاً رعایت نمی‌کنم:

**بهر اظهارست این خلق جهان
تا نماید گنج حکمت‌ها نهران
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۰۲۸)**



حضرت مولانا می‌گوید خلق جهان یعنی ما برای اظهار هستیم، برای این‌که گنج حکمت‌ها مخفی نماند. آن وقت من با جدی گرفتن حرف‌های ذهنم که همان شیطان است جلوی این اظهار را می‌گیرم، اصلاً انگار باور ندارم خلق جهان برای اظهار زندگی هستند. دیدم من یک تصویر ذهنی از ارائه شدن دارم و می‌خواهم بر آن اساس خودم را بیان کنم، درحالی‌که زندگی از هر کسی خودش را هر جوری که بخواهد بیان می‌کند و من فقط می‌توانم مثل قلم در دست زندگی باشم.

صحنِ اَرْضُ الله واسع آمده

هر درختی از زمینی سرزده

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۵۶۰)

فرم تک‌تک ما مثل درختی است که از فضای یکتایی، از زمین خدا بالا آمده و این زمین خدا وسیع است. من در وهم کمال انتظار درخت خاصی دارم. خلاصه خیلی از شدت سحر من‌ذهنی شوکه شدم. واقعاً هیچ کلمه‌ای به اندازه سحر بلایی که من‌ذهنی سر انسان می‌آورد را بیان نمی‌کند.

نفخ او، این عقده‌ها را سخت کرد

پس طلب کن نفخه خلاق فرد

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۰۲)

خدا می‌داند چقدر از این عقده‌ها هست و من اشتباه می‌بینم، اشتباه فکر می‌کنم و اشتباه عمل می‌کنم. دم من‌ذهنی این گره‌ها را سخت کرده، فقط می‌توانم دم ایزدی را طلب کنم که این سحرها را نشان دهد و باطل کند. مرسی آقای شهبازی از وقتی که به من دادید.

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

خانم یلدا: مرسی، ممنونم.

آقای شهبازی: حالا من هم تأکید کنم که پیغام‌های شما خیلی عالی است. خیلی آموزنده است. خیلی عمیق است و خیلی هم طرفدار دارد. مرتب پیغام می‌گیریم از مردم پیغام‌های شما را پخش کنیم، یلدا را پخش کنیم. ما می‌گوییم چشم. ما هم پخش می‌کنیم البته. بله، نه، من هم، به حرف سحر گوش ندهید خانم. به حرف دیو گوش ندهید.

خانم یلدا: چشم، حتماً، ممنونم، مرسی.



آقای شهبازی: زندگی از طریق شما خودش را می‌خواهد به زیبایی بیان کند، به لطافت بیان کند، شما ادامه دهید.
به حرف من ذهنی خودتان و من‌های ذهنی اصلاً گوش ندهید.

[خداحافظی خانم یلدا و آقای شهبازی]

خداحافظی خانم یلدا و آقای شهبازی



۱۸ - خانم نرگس از نروژ

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم نرگس]

خانم نرگس: می‌خواستم یک پیغام کوتاه برایتان بخوانم.

شاهِ لَا تَأْسُوا عَلَيَّ مَا فَاتَكُمْ
کی شود از قدرتش مطلوب گم؟
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۵۶)

ای زندگی که گفته‌ای بر آنچه به‌دست می‌آوردی شادمان نباشید و بر آنچه از دست رفته اندوهگین نباشید، چراکه هر دو ناشی از کبر من‌ذهنی است. ای زندگی، قدری که دست ما را گرفته با روشن کردن چراغ‌ها در سینه ما، کمک کنی تا از خواب نسیان بیدار شویم.

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

زندگی به ما یاد می‌دهد که تمام فراموشی و نسیان ما، از زندگی خواستن از چیزها و آوردن آن‌ها به مرکز ماست. پس باید صد درصد مسئولیت زندگی خود را قبول کنیم و پای خود را از گِلِ خرافات بیرون بکشیم. در ذهن زندگی کردن ما، خرافات است. هر چیزی که سبب وابستگی ما به دنیای بیرون می‌شود خرافات است. این‌که من به‌عنوان مادر روش غلط تربیتی و رفتاری خود با فرزندم را به عهده دیگران بیندازم، خرافات است. باید ببینم که حضور ناظری نداشتم هنگام بزرگ کردن فرزندم و انعکاس درون من به فرزندم می‌خورد، پس فقط درونم را با کار کردن روی خودم پاکسازی کنم.

این‌که همسرم را به‌صورت جسم به مرکزم بیاورم و از او حس امنیت بگیرم، خرافات است.

این‌که انتظار داشته باشم خانواده‌ام همان چیزی را دوست داشته باشند که من دوست دارم، خرافات است.

چون ملایک، گوی: لَا عِلْمَ لَنَا
تا بگیرد دست تو عِلْمَتَنَا
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۱۳۰)

این لحظه مانند فرشتگان بگو «علمی ندارم» تا دانشی که در این لحظه به شما خرد می‌دهد، دست شما را بگیرد.

این‌که به پندار کمال و ناموس خود تکیه کنم، خرافات است.



این لحظه به «نمی‌دانم» واقعی باید برسیم، دانش براساس هر چیز ذهنی خرافات است.

هر الگو، هر روش باوری، هر عمل ناشی از درد گذشته خرافات است.

در تگ جو هست سرگین ای فتی
گرچه جو صافی نماید مر تو را
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۹)

فتی: جوان، جوانمرد

زندگی در مراحل مختلف زندگی‌ام، چه زیبا افرادی را در سر راهم قرار داد که حتی به صورت چهره ظاهری به افرادی که در درون با آن‌ها مشکل داشتم، خود را به من نشان دهد و جالب بود که در هر بار من حتماً باید در محیط کار، کلاس، یا به هر صورتی باید با آن‌ها مراوده می‌داشتم و این من ذهنی من بود که براساس خرافات ذهنی، الگوهای شرطی‌شده قبل را برای من بالا می‌آورد.

ولی چقدر زندگی در کار کردن روی ما ماهر است. وقتی عقب می‌کشی و می‌بینی این آن فرد نیست، بلکه شیشه کبودی جلوی چشم تو است که تو را به خرافات می‌راند، یک‌دفعه غوغای ذهن خاموش می‌شود، ثبات برقرار می‌شود، بی‌واکنش و صبور می‌شوی و اجازه نمی‌دهی من ذهنیات وارد عمل شود.

فرمود ربّ العالمین با صابرائم همنشین
ای همنشین صابران افرغ علینا صبرنا
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰)

زندگی فرموده‌است من تنها همنشین کسانی می‌شوم که با صبر، فضا را باز کنند.

ای زندگی، خودت بر ما صبر و شکیبایی بیفزای.

عاشق صنّع توأم در شکر و صبر
عاشق مصنوع کی باشم چو گبر؟
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۰)

تازه معنی صنّع را وقتی عقب می‌کشم و شکر عملی به فضای گشوده‌شده می‌کنم و صبر می‌کنم، خود را به من نشان می‌دهد.

صنّع زندگی را در نشان دادن خرافه‌ای در مرکز می‌بینم و تنها تماشايش می‌کنم و عمل نمی‌کنم تا زندگی خود بگوید چه حرفی بزن.



آیا ضرورت دارد به رستورانی بروی؟ آیا ضرورت دارد حرف اضافه‌ای بزنی؟ آیا ضرورت دارد از کسی طلب کمک کنی وقتی من در درونت روشن هستم؟

گفت: مُفْتیِ ضرورت هم تویی
بی ضرورت گر خوری، مُجرِم شوی
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۳۰)

ای زندگی، به دست اولیای خود دست ما را می‌گیری و با حزم و صبر از چاه ذهن به بیرون هدایت می‌کنی، با تکرار ابیات مولانا زندگی خود طناب نامرئی‌های جدایی از غم را به ما نشان می‌دهد.

گفت: رُو، هرکه غم دین برگزید
باقی غم‌ها خدا از وی بُرید
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۱۳۷)

اگر روی خودم کار کنم، ابیات را تکرار کنم و در جمع معنوی بمانم، نه غم همسر دارم، نه غم فرزند دارم، نه غم کار. این زندگی هست که راه را برای تو صاف می‌کند.

به غیرِ خدمتِ ما که مشارقِ شادی‌ست
ندید خلق و نبیند ز شادیِ آثاری
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۵۵)

غیر از فضاگشایی و خدمت زیر سایه بزرگان، هیچ جای دنیا شادی واقعی نصیبمان نمی‌شود.

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

نازِش: به خود بالیدن

هر لحظه فضا باز کن، خرابی‌های درونت را ببین، کارافزایی‌ها، مقایسه‌ها، انقباض‌ها، کمیابی‌اندیش‌ها تا دوی زندگی و مرهم آن بر زخم‌هایت برسد.

سینه خود باز کردم، زخم‌ها بنمودمش
گفتمش از من خبر ده دلبر خون‌خواره را
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۴۳)



زین کمین، بی صبر و حزمی کس نجست
حزم را خود، صبر آمد پا و دست
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۳)

صبر آرد آرزو را، نه شتاب
صبر کن، وَاللَّهُ أَعْلَمُ بِالصَّوَابِ
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۰۰۳)

هرچه غیر شورش و دیوانگی ست
اندرین ره دُوری و بیگانگی ست
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۶۰۹)

پارک ذهنی که به هم می خورد تازه ناهمواری‌های خود را می بینی. وقتی عقاب زندگی کفش را می دزدد تا مار از آن بیفتد، تازه می بینی چه سرگینی در تگ جویت هست و چه ناموس و می دانمی داشتی.
تازه می فهمی مثل پشه این طرف و آن طرف می شوی. بعد سر به آستان دوست می گذاری و از سویی به سویی نمی جهی و باز درمیابی باید فقط روی خودم کار کنم، باید فقط روی خودم تمرکز کنم.

شاهِ لَا تَأْسُوا عَلٰی مَا فَاتَكُمْ
کی شود از قدرتش مطلوب گم؟
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۵۶)

قادری، بی‌گاه باشد یا به‌گاه
از تو چیزی فوت کی شد ای اله؟
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۵۵)

نئی مشو نومید، خود را شاد کن
پیش آن فریادرس، فریاد کن
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۵۲)

کای مُحِبِّ عَفْوٍ، از ما عفو کن
ای طبیب رنج ناسور کهن
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۵۳)

مرسی آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، عالی، عالی!



[خداحافظی آقای شهبازی و خانم نرگس]

خداحافظی

۱۹- خانم فرزانه

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فرزانه]

خانم فرزانه: با اجازه‌تان یک متنی آماده کردم به اشتراک می‌گذارم.

آقای شهبازی: خیلی ممنون، بفرمایید.

خانم فرزانه: استاد چند مدتی است که، زمانی که مثل همیشه می‌فرمایید که همه ما انسان‌ها همین یک زندگی هستیم، این جمله را می‌نویسم، یعنی قبلاً هم می‌نوشتم، ولی این چند بار که می‌نویسم و به آن توجه می‌کنم، همه رفتارهایی که مطابق با این جمله نیست، پیش رویم می‌آید یا مثلاً می‌توانم بگویم این یک جمله تمییزدهی است که رفتارهای من ذهنی را نشان می‌دهد.

آقای شهبازی: بله.

خانم فرزانه: مثلاً نشان می‌دهد که زمانی که می‌خواهیم برنجیم، زمانی که می‌خواهیم دروغ بگوییم، زمانی که تنها من ذهنی را در انسان‌ها می‌بینیم و شروع به قضاوت و بدگویی کردن انسان‌ها می‌کنیم، این جمله نشان می‌دهد که این دید اشتباه است و ما باید تنها همین یک زندگی را در انسان‌ها ببینیم و این من ذهنی در ما فعال است که باعث می‌شود ما بخواهیم من ذهنی را در دیگران ببینیم.

پس آیا می‌توانیم، من به خودم گفتم می‌توانی این من ذهنی را کنار بگذاری که ارتعاش من ذهنی نداشته باشی که بخواهی او را در دیگران ببینی؟

آیا می‌توانی که در دیگران تنها خداگونگی را ببینی و عشق را ارتعاش بدهی؟

زمانی که به صورت ناخودآگاه یک دروغی گفتم، با خودم گفتم آخر چرا این کار را کردی؟ چه دلیلی دارد که این کار را بکنی؟ ولی من ذهنی به خاطر هر منفعتی برای خودش، انسان‌ها را مجبور می‌کند که چه بخواهند و چه نخواهند دست به این کار بزنند. اما اگر توجه کنیم، می‌بینیم که اصلاً هیچ ضرری به ما نمی‌رسد که ما دست به عمل‌های من ذهنی نزنیم، دست به کنترل کردن دیگران نزنیم، دست به دروغ گفتن یا هر عمل من ذهنی نزنیم و با خیال راحت بخواهیم فضا را باز کنیم.

ما همان طبق قانون کشاورز که دانه را می‌کارد و مطمئن است که این رشد می‌کند، ما هم باید به این اعتماد داشته باشیم که فضای گشوده شده، واهمانش کردن، نرنجیدن، قضاوت نکردن، خشمگین نشدن و این‌که دست به فضاگشایی نزنیم، این مطمئن‌ترین راه است و این‌که ما بخواهیم کنترل کنیم، دست به هر عمل من ذهنی که شما برایمان کاملاً همه را بیان کردید، دست به این نزنیم، این راه کاملاً اشتباه است، ولی در من ذهنی ما تصور



می‌کنیم که نه، اگر این کار را نکنم، به ضرر من می‌شود، ولی ضرر ما همان لحظه‌ای است که فضا را می‌بندیم و دقیقاً عمل من ذهنی را انتخاب می‌کنیم و با من ذهنی‌مان می‌آییم دوستی می‌کنیم، ولی اگر اعتماد کنیم، واهمانش انجام بدهیم، این بهترین راه است که انتخاب می‌کنیم.

خیلی ممنون استاد بابت وقتی که به من دادید.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم فرزانه]

مهرروز

۲۰- خانم‌ها سمیه و ماهک از گیلان

[سلام و احوالپرسی آقای شهبازی و خانم سمیه]

خانم سمیه: با اجازه‌تان سه بيتی که من با آن کار کردم و تکرارش کردم و برایم خیلی تأثیر داشت را می‌خوانم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم سمیه: البته منتش را نوشتم فقط از روی ابیات می‌گویم.

آقای شهبازی: بله، بله.

خانم سمیه: این سه بيت این است. اولین بيت این است:

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

استاد من همیشه برایم سؤال بود که چطوری این بيت می‌گوید که من «ننگرم کس را و گر هم بنگرم»، یعنی آن بهانه من چطوری می‌توانم در یک سختی، حالا یک چالشی، من چه‌جوری مثلاً به کسی نگاه نمی‌کنم. حالا منظرَم تویی مثلاً حالا خدا است یا زندگی است.

بعد حالا که آن بيت که «گفت آدم که ظَلَمْنَا نَفْسَنَا» آن را که خواندید، من متوجه شدم که حالا تمام چالش‌هایی که برای من پیش می‌آید مقصر صددرصدش [خنده خانم سمیه] حالا خودم هستم.

خودمم که نه این‌که من بخواهم مثلاً یک اشتباهی را ظاهراً انجام بدهم، سریع بفهمم که حالا من این راه را رفتم، اشتباه کردم حالا این چالش برایم پیش آمده که درون خودم را ببینم.

نه، من چیزهایی در درونم هست که پنهان است مثل همان سرگین زیر جوی که زندگی می‌آید این‌جا به آن صورت، با آن اتفاق، لباس آن اتفاق را می‌پوشد، خداوند می‌آید لباس آن اتفاق را می‌پوشد و ظاهر می‌شود. بعد من این‌جا می‌گویم خب:

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

یعنی من در این چالش باید صددرصد بتوانم زندگی را ببینم. باید بدانم که زندگی این‌جا چه درسی برایم دارد، چه هدفی دارد که به این صورت ظاهر شده. حالا خیلی هم [خنده خانم سمیه] قبول مسئولیت سخت است که



آدم مثل حضرت آدم بگوید که من خودم به خودم ظلم کردم. یعنی خداوند این وسط مقصر نبوده با من مشکل شخصی نداشته که این اتفاق را برای من به وجود بیاورد.

و این‌که وقتی که آدم متوجه می‌شود که نهایتاً در این جهان فقط با خودش روبه‌رو می‌شود، یعنی مثل این است که بقیه انسان‌ها آینه درون ما هستند. بقیه هر چیزی که سر راه ما قرار می‌گیرد به نوعی آینه‌ای در دست دارد که ما درون خودمان را ببینیم.

حالا ممکن است این یک چالش خیلی بزرگ، بد از نظر ذهنمان باشد یا یک چیزی حتی خوب از نظر ذهنمان باشد. این چیزی دارد به ما یاد می‌دهد. دارد به ما می‌آموزد و همین درس این مسئله باعث می‌شود که ما اعتراف کنیم که درست است که من حالا شاید هم ظاهراً الآن خودم را خیلی خوب می‌دانم و خیلی با خودم حال می‌کنم [خنده خانم سمیه]، ولی من هستم که دارم به خودم ظلم می‌کنم، چون من بودم که داشتم به خودم ظلم می‌کردم، ولی خوب حالا ذهن آمده بود یک پرده‌ای انداخته بود من متوجه نمی‌شدم. بنابراین من می‌گویم:

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

خدایا طرف حساب من تویی، من اصلاً با کس دیگری کاری ندارم. الآن یک نفر آمد به من یک چیزی گفت به من برخورد بعد آن‌جا برمی‌گردیم دوباره به آن بیت که گفت:

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

حالا شاید خیلی ساده باشد که من نخواهم که حالا مثلاً همسرم برایم یک [نامفهوم] بزرگ بخرد، ذهن این‌جا می‌آید می‌گوید خب آره تو که چیزی نمی‌خواهی از کسی. تو مثلاً از پدر و مادرت، از همسرت توقعی نداری.

نه، این‌جا من مثلاً می‌آیم می‌بینم یک نفر پشت سر من یک حرفی زده، من می‌بینم ذهنم را مثلاً می‌بینم توقع نداشتم این حرف را از آن طرف بشنوم، بعد آمدم به خودم آمدم مثل این‌که این هم یک توقع داشتن است.

تو اصلاً چرا توقع داری که این حرف را در مورد تو بزند یا نزند. چرا تو این را از پیش، حتی این صنع نیست، این همان کهنگی ذهن است که دارد قضاوت می‌کند که فلان شخص فلان کار را در حق من بکند یا نکند.



دوباره همان توقع داشتن است که ما را از همان برمی‌گرداند به همان جایی که از جنت الهی خارج می‌شویم می‌رویم می‌افتیم در ذهن چون دوباره توقع داشتیم از یک نفر.

این سه بیت بود که استاد برای من خیلی جالب بود تکرارشان. از شما هم ممنونم.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین! چه چیزی خوبی فهمیدید شما.

خانم سمیه: ممنونم، زنده باشید.

خانم سمیه: اگر اجازه بدهید ماهک هم یک متن کوتاهی دارد بخواند.

آقای شهبازی: بله، بله، حتماً.

[خداحافظی آقای شهبازی با خانم سمیه]

[سلام و احوالپرسی آقای شهبازی با خانم ماهک]

خانم ماهک:

آفتابی که ز هر ذره طلوعی داری کوه‌ها را جهت ذره شدن می‌سای (مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۹۰)

خداوند مثل خورشید از مرکز هر انسانی که به او زنده شده و خودش را به‌عنوان امتداد خدا شناخته باشد طلوع می‌کند.

برای انسان‌ها من‌ذهنی با به‌وجود آوردن اتفاقات، شرایطی فراهم می‌آورد تا همانندگی‌ها را از درون آن‌ها پاک و مرکزشان را عدم کند.

بنابراین اگر انسان‌ها مرکزشان را با فضاگشایی عدم کنند و آنچه که ذهن نشان می‌دهد را مهم ندانند و برحسب آن فکر و عمل نکنند، هشیاری حضور که در ذره ذهن پنهان شده از درون آن‌ها طلوع می‌کند و آن‌ها از من اصلی خود آگاه می‌گردند و من توهمی خود را به آن‌ها نشان می‌دهد، از درون آن‌ها طلوع می‌کند.

آفتابی در یکی ذره نهان ناگهان آن ذره بگشاید دهان (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۵۸۰)



هر انسانی می‌تواند فضا را باز کند تا تابش نور فضای عدم در او اتفاق بیفتد و خودش را که امتداد خداست بشناسد و از آن پس دیگر خود را با ملاک‌های ذهنی توصیف نکند.

خداوند برای هشیار کردن انسان در این لحظه اتفاقاتی به وجود می‌آورد تا به او پیام بدهد که این اتفاقات همگی مهمان او هستند.

هرچه آید از جهان غیب‌وش
در دلت ضیف است، او را دار خوش
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۶)

این انسان است که تشخیص می‌دهد در برابر اتفاق ستیزه کند یا با فضاگشایی در اطراف اتفاق پیام خدا را بگیرد. همه این اتفاقات در جهت شناسایی همانیدگی‌های او هستند.

گفت: مَفْتیِ ضرورت هم تویی
بی ضرورت گر خوری، مُجْرَم شوی
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۳۰)

پس ای انسان به خودت بیا. بدان که هر لحظه که با منذهنات فکر و عمل می‌کنی در حقیقت از من اصلی خودت دور شده و به توهم می‌افتی. پس این توهمات را بشناس.

ناظر فکرهایت باش و در برابر اتفاقات ستیزه نکن و مهم‌تر از همه آگاه باش! تو از جنس فکرهاهای گذرای ذهن نیستی! پس اصلاً از آنچه که ذهن‌ت نشان می‌دهد زندگی نخواه و آن را به مرکزت نیاور. تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین! شما ویدئو جدیداً برای ما فرستادید؟

خانم ماهک: ویدئو؟ نه، نفرستادم.

آقای شهبازی: [خنده آقای شهبازی] چرا نمی‌فرستید؟ همین‌ها را بگوئید بفرستید.

خانم ماهک: چشم.

آقای شهبازی: خیلی ممنون.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم ماهک]

۲۱- خانم پروین از اصفهان

[سلام و احوالپرسی آقای شهبازی با خانم پروین]

خانم پروین:

قلم از عشق بشکند چو نویسد نشانِ تو
خردم راه گم کند ز فراقِ گرانِ تو
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۵۷)

اولین موجودی که به‌عنوان «من» دیدیم، من‌ذهنی بود که با سبب‌سازی کار کرده و دنبال زیاد کردن درد است.

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

تا زمانی که عینک درد دیدن داریم، قرین حق نیستیم و در فراق سنگین می‌مانیم. یکی از روش‌های من‌ذهنی برای زیاد کردن درد، مظلوم‌نمایی، نپذیرفتن مسئولیت و وقت‌کشی، تلاش برای ثابت کردن اشتباهات دیگران یا حتی تأیید رفتار دیگران و خود است.

در صورتی‌که زندگی پشت اتفاقات است و افراد فقط وسیله‌ای برای رساندن پیغام زندگی هستند.

دیده‌ای باید، سبب سوراخ‌کن
تا حُجُب را برکنند از بیخ و بُن
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۵۲)

دیده‌ای که «يَنْظُرُ بِنُورِ اللَّهِ» شده، پرده‌ها را از جلوی دید کنار می‌زند و بی‌شیشه نور مطلق را می‌بیند. ما درد می‌بینیم، چون حواسمان نیست که در خواب همانندگی هستیم و همه‌چیز را خیلی جدی می‌گیریم.

دیده‌ای کاندِر نُعَاسِی شد پدید
کی تواند جز خیال و نیست دید؟
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۳۳)

نُعَاس: چُرت، در اینجا مطلقاً به معنی خواب.

روانِ خوش‌دل اگر بداند که در خواب است اتفاقات را وهم می‌بیند و خوب و بد اتفاق اهمیتی ندارد.

هر چه گویی ای دم هستی از آن



پردهٔ دیگر برو بستی بدان

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۷۲۶)

آفت ادراک آن، قال است و حال خون به خون شستن، مُحال است و مُحال

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۷۲۷)

با فکر کردن و حرف زدن در هشیاری جسمی می‌مانیم. هر حالتی بهانه‌ای برای فضاگشایی است.

نگرم کس را و گر هم بنگرم او بهانه باشد و، تو منظرَم

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۵۹)

ممنونم استاد از وقتی که به من دادید.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی با خانم پروین]

۲۲- خانم پریسا از کانادا

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم پریسا]

خانم پریسا: آقای شهبازی یک پیامی را آماده کرده‌ام در ارتباط با این‌که ما چقدر راحت دسترسی به مرکز عدم داریم، و سه اشتباهی را گفتم که باعث می‌شد که مرکز من از عدم بودن دربیاید، یک اشتباهی که مرتب کردم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم پریسا: با اجازه‌تان این پیام را بخوانم.

آقای شهبازی: بفرمایید.

خانم پریسا: خیلی ممنونم.

سحری کرد ندایی عجب آن رشکِ پری که گریزید ز خود در چمن بی‌خبری (مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۷۴)

رشک: حسد، غیرت، حمیت

این بیت می‌گوید رشک پری، یعنی خدا در سحر یک ندای عجیبی کرد، یک بانگ بلندی زد که معنی‌اش این بود که از خود، از من توهمی و ساختگی و ذهنی خود، به چمن بی‌خبری بگریزید.

«چمن بی‌خبری» چیست؟ چمن بی‌خبری فضای عدم است که ما در همین لحظه در همین‌جا به آن دسترسی داریم. این فضا این‌قدر نزدیک است و این‌قدر قابل دسترس است که ما از نزدیکی، راه را گم کرده‌ایم.

تعجب من از خودم این است که چطور سال‌های سال این‌قدر دسترسی نزدیک به این فضا داشتم، به طوری که کل وجود من از عدم است، آن وقت من آن را نمی‌دیدم!؟

خدا فرمودند که من از رگ گردن به تو نزدیک‌تر هستم. وقتی این را می‌شنیدم، تصویری که از خدا در ذهن من شکل می‌گرفت این بود که خدا یک وجودی است که من نمی‌بینمش، اما خیلی به من نزدیک است، خیلی خیلی نزدیک.

مشکل کار من این‌جا بود که این وسط یکی خدا بود، یکی من. یعنی من هم برای خودم این‌جا کسی بودم، یعنی من یک فرمی، جسمی، چیزی بودم که آن‌جا وجود داشت، خدا هم خیلی به من نزدیک بود. من نمی‌دانستم که من اصلاً نیستم. یعنی این منی که برای خودش بلند می‌شود می‌گوید من، اصلاً نیستم، یک توهم است، یک خیال



است. هرچه هست فقط اوست، فقط یک فضای عدم گسترده بی‌نهایت به هم پیوسته است، که حالا چرخش ذهنم امتداد او که من هستم را جدای او می‌بیند، درحالی‌که هیچ‌چیزی، هیچ‌چیزی جز او نیست.

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

گفتن این حرف البته خیلی ساده است، اما زنده شدن به آن نه. وقتی پنج سال و نیم پیش پا در این مسیر زیبای معنوی گذاشتم، تمام صحبت‌های شما [آقای شهبازی] و مولانا به جان و دلم می‌نشست و من هم به شدت تشنه بودم. همین‌طور جرعه‌جرعه آب می‌نوشیدم و جانم سیراب می‌شد. اما مدت‌ها باید روی خود کار کرد و من‌ذهنی را کوچک و کوچک‌تر کرد تا حضور غلظت پیدا کند. باید فهمیدن ذهنی، به عین و عیان تبدیل شود. باید این قدر جلو رفت، و این قدر این من‌ذهنی را کوچک کرد، تا به حقیقت و به عین زنده شد. من هم همچنان دارم روی خودم کار می‌کنم.

هزاران بار از شما شنیده بودم، عشق یعنی وحدت با کل زندگی و کائنات و هستی، و چقدر عاشق این جمله بودم و هستم. اما عشق را نمی‌شود با ذهن فهمید، باید به آن زنده شد. باید به عین دید که هیچ‌چیزی نیست غیر از او. باید به عین دید که همه‌چیز در یک فضای خالی عدم یکپارچه و به هم پیوسته محو می‌شود و فقط فضای عدم می‌ماند. باید به عین خاموش شدن ذهن در این لحظه را دید، جایی که فقط عدم می‌ماند. و اما این فضای عدم چقدر به ما نزدیک است، اصلاً تماماً خودش هست و بس. این چمن بی‌خبری به یک آن و به یک لحظه در دسترس است. فقط کافی است از ذهن بیرون بپریم تا وارد آن فضا بشویم. از دفتر چهارم مثنوی بیت ۳۳۱۶ داشتیم:

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

اگر ما به صورت من‌ذهنی بلند نشویم و ارتفاع نگیریم و نگویم «من»، به یک‌باره خود را در چمن بی‌خبری پیدا می‌کنیم.



زندگی در فضای عدم یک حقیقت است. بیرون پریدن از ذهن یک حقیقت است. عالمی که عدم است و خلاء است و تمام برکات از آن می‌آید، یک حقیقت محض است. ذهن این حرف‌ها را نمی‌فهمد، فقط می‌توان به او زنده شد.

اگر ما به‌عنوان مرغ جذبه که خدا ما را به‌شدت به خود جذب می‌کند، یک لحظه از آشیانه ذهن بیرون پریدیم و صبح را دیدیم، همان‌جا باید شمع ذهن را بکشیم، باید دیگر به ذهن برنگردیم.

مرغ جذبه ناگهان پرد ز عَش چون بدیدی صبح، شمع آنگه بکش

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۸۰)

و چقدر ذهن می‌خواهد ما را دوباره برگرداند به آشیانه ذهن.

من در این‌جا سه‌تا از اشتباهاتم را می‌خواهم بگویم که مرا مرتب از فضای عدم و چمن بی‌خبری برمی‌گرداند به ذهن. این اشکالات هنوز کامل برطرف نشده‌اند، اما خدا را شکر با آگاه شدن به آن‌ها قدرتشان روی من کمتر شده‌است.

اشکال و غلط‌بینی اول من این بود، تو هنوز به آن مرحله نرسیدی، حال‌حالاها باید روی خود کار کنی، بعداً به حضور می‌رسی.

سؤالم از خودم این است که چرا بعداً؟! اصلاً مگر غیر از این است که زنده بودن من به خدا، اصل من و حقیقت من است که باید زندگی‌اش کنم! این من‌ذهنی تقلبی‌ست، اصل من که عدم است، پس فردا چه معنی‌ای دارد؟ مگر نه این‌که عدم از رگ گردن به من نزدیک‌تر است؟ مگر نه این‌که تمام وجود من عدم است؟ مگر نه این‌که من در همین لحظه و همین‌جا دسترسی کامل و بی‌قید و شرط دارم به فضای عدم؟ پس چرا فردا؟!

یک سال پیش این بیت زیاد به ذهنم می‌رسید.

یک زمان کار است بگزار و بتاز کارِ کوتاه را مکن بر خود دراز

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۸۱)



همان موقع این بیت مولانا در خیلی از کارهای دنیایی‌ام به من کمک کرد. اما دیروز که دوباره در ذهنم نقش بست، دیدم حقیقتاً واقعاً زنده شدن به خدا «یک زمان کار است». پریدن از ذهن و رفتن به چمن بی‌خبری، رفتن به فضای عدم، «یک زمان کار است». کار زیاد با سبب‌سازی ذهن لازم نیست، راه طولانی لازم نیست. یک لحظه فضاگشایی که می‌کنی، می‌بینی وارد چمن یکتایی شدی. چرا من کار کوتاه را این‌قدر برای خودم دراز کردم؟ پریدن به فضای عدم و شناخت اصل خودم و اقرار به «آلست» که بله من از جنس تو هستم، که این‌قدر زمان لازم ندارد.

این ره چنین دراز به یکدم میسر است این روضه دور نیست، چو رهبر تو را رضاست

(مولوی، دیوان شمس، ترجیعات، ترجیع بیست و پنج)

این روضه، این بهشت فضای یکتایی دور نیست. به یک دم، به یک لحظه، به یک آن فضاگشایی، به یک آن تعطیل کردن ذهن، به یک آن عدم کردن درون، وارد این بهشت می‌شویم. فقط کافیست در این لحظه راضی باشیم و تسلیم. وسیله دیگری، سبب دیگری، هیچ‌چیز، هیچ‌چیز ما لازم نداریم برای این‌که بپریم به «چمن بی‌خبری».

کلاغ عمرخواه می‌خواهد راه را طولانی کند. می‌گوید بعداً، بعداً زنده می‌شوم. بگذار صدتا بیت دیگر مولانا را بخوانم، بگذار بیست‌تا برنامه دیگر گنج حضور را ببینم، بگذار فلان کار معنوی را اول انجام بدهم، بگذار به اندازه کافی خدمت به مردم بکنم، بالاخره خدا یک روز من را لایق می‌کند که به او زنده بشوم. نه، بعداً در کار نیست، همیشه همین لحظه است و یک قدم که باید برداشت تا وارد بهشت یکتایی شد و آن قدم فضاگشایی است. همین که فضاگشایی کنیم وارد فضای عدم می‌شویم. این من‌ذهنی است که می‌خواهد زمان بخرد، تا بودنش را طولانی کند.

ایراد دومی که داشتیم و باعث می‌شد بیشتر در ذهن بمانم این بود که خودم را لایق زنده شدن به خدا نمی‌دانستم. حالا سؤال از خودم و شما به‌عنوان انسانی که امتداد خدا است، این است که اگر من لایق نباشم، اگر شما لایق نباشی، پس چه کسی لایق است؟ آیا این من‌ذهنی توهمی و تقلبی لایق است یا من به‌عنوان هشیاری و امتداد خدا؟! خدا!

من لایق هستم که در همین لحظه و در همین‌جا زنده باشم به خدا، چون اصلاً من امتداد خودش هستم، چون غیر از او چیزی نیست.



انسان در من‌ذهنی از خدا شرم می‌کند. اما وقت آن برای انسان رسیده‌است که «پرده شرم و حیا» را بدرد، خود را لایق بداند که «سراسر جان» شود و به خدا زنده بشود.

**وقت آن آمد که من عریان شوم
نقش بگذارم، سراسر جان شوم**
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۶۱۳)

**ای عدو شرم و اندیشه بیا
که دریدم پرده شرم و حیا**
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۶۱۴)

هر بار به خودم می‌گویم:

**اگر نالایقم جانا، شوم لایق به فرّ تو
وگر ناچیز و معدومم، بیایم از تو من چیزی**
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۴۰)

بله من‌ذهنی نالایق است، اما من که من‌ذهنی نیستم. من لیاقتم را از زندگی می‌گیرم، چون امتداد او هستم. اگر من‌ذهنی ناچیز و معدوم است، اما زندگی من را تبدیل می‌کند و خودش به من لیاقت را می‌دهد.

اشتباه سوم هم این بود که وقتی در این مسیر اشتباهی می‌کردم و پایم می‌لغزید و مرکز از عدم بودن درمی‌آمد، خیلی به خودم سخت می‌گرفتم. خودم را سرزنش می‌کردم و یا فکر می‌کردم حالا خیلی باید زمان بگذرد تا من برگردم به خان اول. این هم از من‌ذهنی بود، از پندار کمال بود. حالا متوجه شدم که این کارم درست نبود. بله، من اشتباه می‌کنم، خیلی هم اشتباه می‌کنم، به قول مولانا، این دل نادان من اندر غلط جغد می‌شود، ولی خب مسئولیت اشتباهم را می‌پذیرم و سعیم را می‌کنم که تکرارش نکنم، اما لازم نیست یک هفته، یک ماه، یک سال بگذرد تا من از آن اشتباه پاک بشوم. همین‌که عکس روی زندگی به این جغد بزند، همین جغد همایی می‌کند.

**دل ویران من اندر غلط، ار جغد درآید
بزند عکس تو بر وی، کند آن جغد همایی**
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۱۷)

وقتی که عشق، وحدانیت و یکی بودن با خدا، وقتی این فضای عدم اصیل است، وقتی افسانه و خیالی نیست، وقتی آسمانی است و همیشه است، با یک اشتباه من، با یک بد و نیک من که این عشق از خانه دل من نمی‌جهد



و نمی‌رود. پس هر بار اشتباه کردم برمی‌گردم و می‌دانم که عشق هنوز آن‌جا است، جایی نرفته‌است. من یک لحظه از چمن بی‌خبری رفتم بیرون، حالا برگشتم او هم آن‌جا است، همیشه بوده است هیچ‌جایی نرفته‌است.

به بد و نیک زمانه، نجهد عشق ز خانه نبود عشق فسانه، که سمایی‌ست، سمایی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۱۷)

خیلی ممنونم از شما آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! خیلی زحمت کشیده بودید.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم پریسا]

❖ ❖ ❖ پایان بخش سوم ❖ ❖ ❖

۲۳- خانم‌ها آرشیدا و شیدا و مریم از فولادشهر
[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی با خانم آرشیدا]

خانم آرشیدا: من آرشیدا هستم نه سالم است، اولین بارم است می‌خواهم به شما زنگ بزنم. از فولادشهر هستم.

آقای شهبازی: اسمتان چیست؟

خانم آرشیدا: آرشیدا.

آقای شهبازی: به‌به‌به! بفرمایید.

خانم آرشیدا: می‌خواهم برای شما چند بیت از غزل شماره ۲۱۴۴ از جناب آقای مولانا بخوانم. با اجازه شما.

آقای شهبازی: بفرمایید. بله، اختیار دارید.

خانم آرشیدا:

کار جهان هر چه شود، کار تو کو، بار تو کو؟
گر دو جهان بتکده شد، آن بُت عیّار تو کو؟

گیر که قحط است جهان، نیست دگر کاسه و نان
ای شه پیدا و نهان، کیله و انبار تو کو؟

گیر که خار است جهان، گزدم و مار است جهان
ای طرب و شادی جان، گلشن و گلزار تو کو؟

گیر که خود مُرد سخا، کُشت بخیلی همه را
ای دل و ای دیده ما، خلعت و ادرار تو کو؟

گیر که خورشید و قمر هر دو فروشد به سقر
ای مدد سَمع و بَصَر، شعله و انوار تو کو؟

گیر که خود جوهری نیست پی مشتری
چون نکنی سروری، ابر گهربار تو کو؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱۴۴)



ممنون تمام شد. خداحافظی می‌کنم. دختر عمویم هم می‌خواهد یک بیتی از مولانا برایتان بخواند.

آقای شهبازی: ببخشید آن سه بیت اول را دوباره می‌خوانید، چون صدایتان قطع شد.

خانم آرشیدا: از اول بخوانم استاد جان؟

آقای شهبازی: سه بیت، سه بیت، آری از اول.

خانم آرشیدا: آری سه بیت برایتان می‌خوانم.

گیر که خود مُرد سخا، کُشت بخیلی همه را
ای دل و ای دیدهٔ ما، خلعت و ادرار تو کو؟

گیر که خورشید قمر،

آقای شهبازی: نه، بیت اول را می‌گویم.

خانم آرشیدا: آهان، بیت اول.

کار جهان هر چه شود، کار تو کو بار تو کو؟
گر دو جهان بتکده شد، آن بت عیار تو کو؟

خانم آرشیدا: بس است یا بقیه‌اش را هم بخوانم؟

آقای شهبازی: دو بیت بعدی را هم بخوانید.

گیر که قحط است جهان، نیست دگر کاسه و نان
ای شه پیدا و نهان کیله و انبار تو کو؟

گیر که خار است جهان، گزدم و مار است جهان
ای طرب و شادی جان، گلشن و گلزار تو کو؟

آقای شهبازی: آفرین، عالی!

خانم آرشیدا: آهان! بله، ممنون تمام شد خداحافظی می‌کنم، ولی دختر عمویم هم می‌خواهد یک بیتی بخواند

برایتان.

آقای شهبازی: بله، بله بخوانند.

[خداحافظی آقای شهبازی با خانم آرشیدا]



[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی با خانم شیدا]

آقای شهبازی: اسمتان؟

خانم شیدا: شیدا هستم پنج سالم است.

آقای شهبازی: خیلی خب، پنج سالتان است آفرین! بفرمایید.

خانم شیدا:

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

شیرین چو شکر تو باش شاکر
شاکر هر دم شکر ستاند

شکر از شکرست آستین پُر
تا بر سر شاکران فشانند

تلخش چو بنوشی و بخندی
در ذات تو تلخی نماند

گویی که چگونه‌ام خوشم من
گویم ترشم دلت بماند

گوید که نهان مکن ولیکن
در گوشم گو که کس نداند

در گوش تو حلقه وفا نیست
گوش تو به گوش‌ها رساند
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۱۲)

آقای شهبازی: آهان، یک کمی صدایتان پایین بود. آن دو بیت اولش را می‌توانید با صدای بلندتر بخوانید؟ یک

کمی بلندتر بخوانید.



خانم شیدا: باشد.

آقای شهبازی: بلندتر، تا می‌توانی بلندتر!

خانم شیدا:

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

شیرین چو شکر تو باش شاکر
شاکر هر دم شکر ستاند

شکر از شکرست آستین پُر
تا بر سر شاکران فشاند

تلخش چو بنوشی و بخندی
در ذات تو تلخی نماند
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۱۲)

تمام شد.

آقای شهبازی: تمام شد، آفرین، آفرین! کسی دیگر می‌خواهد صحبت کند؟ مامانت یا کس دیگری نمی‌خواهد صحبت کند؟ مادرت یا مادر بزرگتان؟

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی با خانم مریم]

آقای شهبازی: یک کمی بلندتر صحبت کنید. شما اسمتان چیست؟

خانم مریم: مریم هستم.

آقای شهبازی: مریم خانم این‌ها بچه‌های شما هستند، نه؟

خانم مریم: آرشیدا بچه برادر شوهرم بود، شیدا پنج‌ساله دختر خودم بود.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

هول شد اولین بارش بود تماس گرفته بود، وگرنه خیلی زیبا می‌خواند.



آقای شهبازی: بله اولین بارش بود، صدا هم یک کمی پایین بود. خیلی ممنون که شما این قدر زحمت می‌کشید خانم.

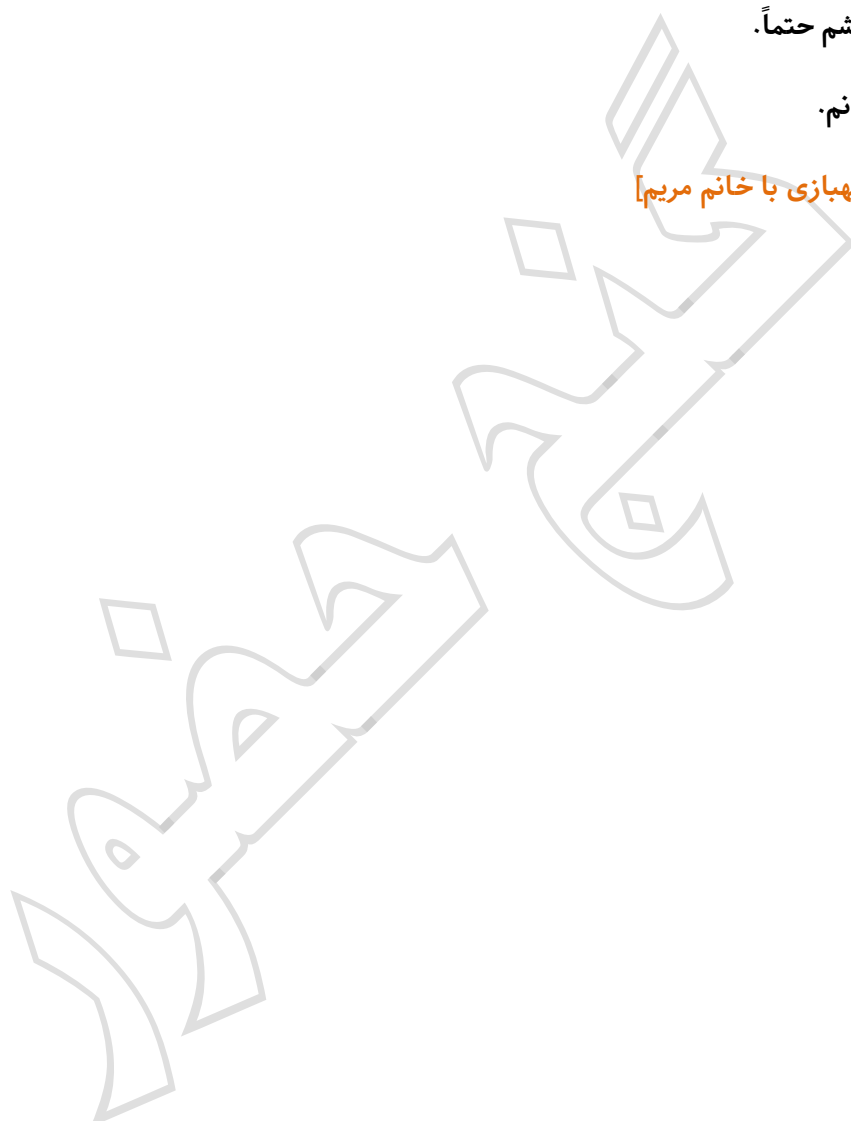
خانم مریم: خواهش می‌کنم عمویشان بانی این کار بوده، به آنها انگیزه داده.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! ببینید می‌توانند این‌ها ویدئویشان را بگیرند به ما بفرستید.

خانم مریم: باشد چشم حتماً.

آقای شهبازی: ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی با خانم مریم]



۲۴- خانم فاطمه از لرستان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی با خانم فاطمه]

خانم فاطمه: اول این‌که آقای شهبازی می‌خواستم یک عذرخواهی به خودم بدهکار بودم بابت این‌که من وقتی که پانزده ساله بودم، یعنی شش سال پیش با برنامه شما آشنا شدم. منتهی به دلیل سوءتعبیر، سوءبرداشت‌هایی که از برنامه داشتم هی مرتباً برنامه را هی گوش می‌دادم و ول می‌کردم. الآن حدود یک سال، شاید هم بیشتر برنامه را هی مرتباً گوش می‌کنم و این‌که این یقین را پیدا کردم که واقعاً مسیری جز این نیست.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه: یک کمی همیشه ناراحت می‌شدم می‌گفتم ای کاش این شش سال یعنی من این شش سال می‌توانستم خیلی بیشتر روی خودم کار کنم و شش سال کمتر درد بسازم. ولی باز خدا را شکر می‌کنم الآن اواخر بیست و دوسالگی هستم و در این مسیر هستم و می‌دانم جز این مسیر، مسیر دیگری وجود ندارد.

آقای شهبازی: آفرین! حالا سوءتعبیر شما چه بوده خانم، چرا؟

خانم فاطمه: آقای شهبازی اوایل مثلاً فکر می‌کردم که این برنامه یا مثلاً در راه عرفانی و این‌ها نباید خیلی غذا خورد، خیلی غذا خورد، یا پوشاک داشت، یا مسافرت رفت، یا مثلاً سکس داشته باشی یا هر چیزی. من فکر می‌کردم نباید این‌ها باشد، در صورتی‌که بعدها متوجه شدم اتفاقاً این‌ها هست ولی خیلی لذت از این‌ها می‌بری بدون این‌که همانیده باشی. این‌که بود و نبود این‌ها دیگر در حال من تأثیری ندارد، ولی وقتی هست می‌توانم تماماً از آن‌ها لذت ببرم. نباشند هم روی حال من نباید تأثیری بگذارد.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه: به هر حال من باید انرژی را از خودم، از خدا که درونم قرار دارد بگیرم یعنی شادی بی‌سبب از درون من است،

من از خودم باید شاد باشم نه از چیزهای بیرونی.

آقای شهبازی: درست است.

خانم فاطمه: خدا را شکر این‌ها را متوجه شدم و بالاخره این قدر درد کشیدم دیگر درد شاید، یعنی واقعاً درد من را بیدار کرد.



آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه: الان طی این چند روز من یک چندتا شناسایی داشتیم نوشتیم و گفتم خدمت شما ارائه بدهم.

آقای شهبازی: بفرمایید.

خانم فاطمه: دیگر «زیره به کرمان آوردن» است ولی خب حالا ما هم یک چیزهایی را می‌گوییم. [خنده]

به نام خدا.

عاشقِ حالی، نه عاشقِ بر منی

بر امیدِ حالِ بر من می‌تنی

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۲۸)

یک شناسایی که به تازگی کردم، این بود که من برای حال من ذهنی خودم می‌کوشیدم یعنی وقتی یک اتفاقی می‌افتاد، اگر هم فضاگشایی می‌کردم مدتی، به خاطر حال من ذهنی‌ام بود.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه: وقتی که فضاگشایی هم نمی‌کردم، با خودم می‌گفتم خب چرا خدایا من، چرا دیگری نه؟

تا این‌که یک روز وقتی یک اتفاقی برای بزرگ‌ترین همانیدگی من افتاد، همین‌که به ذهن رفتم یکهو انگاری یکی به من گفت که چرا برای حال من ذهنیات داری کار می‌کنی؟ تو داری کاری می‌کنی که من ذهنیات خوشحال بشود.

خداوند وقتی دارد همانیدگی تو را با تیر می‌زند، نشان می‌گیرد، برای این‌که تو از این همانیدگی بکنی. یعنی انگاری یکی دقیقاً در گوش من این را گفت. آن لحظه گفتم:

مانند سپرِ میپوشِ سینه

گر عاشقِ تیرِ آن کمانی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۷۳۳)

این‌که واقعاً من اعضای خانواده نیستم، برادرم، پدرم، مادرم نیستم بلکه هست و نیست من فقط خداست. با این‌که بعد از آن، باز هم مثلاً تکرار می‌شد، این‌که می‌خواستم بروم ذهن به خودم می‌گفتم:

عاشقِ حالی، نه عاشقِ بر منی

بر امیدِ حالِ بر من می‌تنی

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۲۸)



باز تو دوست داری حال من ذهنیات را خوب کنی که مثلاً بروی خوش بگذرانی، در جمع شاد باشی، بیرون شاد باشی.

فرصت کوتاه است. امیدوارم بتوانم هر روز فضاگشایی را تکرار کنم.

**گفت شیطان که بَمَا أَغْوَيْتَنِي
کرد فعل خود نهان، دیو دنی**
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۴۸۸)

دنی: فرومایه، پست

عذرخواهی می‌کنم من دفترش را ننوشتم ببخشید.

شناسایی کردم در چند روز گذشته این‌که من مسئول تمام دردها و اتفاقات خودم هستم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه: مسئول حال خودم هستم. تا الآن از پدر و مادر و برادر و همه را سرزنش کردم ولی از این به بعد می‌گویم:

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

این بیت را تکرار می‌کنم و می‌خواهم بفهمم من مسئول خودم هستم و خودم را نجات خواهم داد.

این‌که چند وقت پیش هم پیغام خانم مهرگان و ماندانا را در چند هفته گذشته گوش می‌دادم، یک جمله شنیدم که گفت آقای شهبازی من خودم می‌توانم خودم را نجات بدهم. درکش آن لحظه به‌طور کامل نبود برای من، تا این‌که چند روز پیش اتفاقی برای من پیش آمد. یکهو ناشکری کردم، شکایت کردم، لطیف نبودم و ایراد گرفتم. بعد از یک مدت خیلی کوتاهی که به خودم آمدم گفتم خُب اشکالی ندارد الآن می‌روم برنامه را گوش می‌کنم و حالم خوب می‌شود.

باز انگاری یک کسی به من گفت، متن خانم مهرگان را جلوی چشم من آورد و گفت «تو خودت خودت را نجات می‌دهی، نه کس دیگری». این را می‌گویم ناشکری نمی‌کنم، نالطفی نمی‌کنم که شما هیچ چیزی به من یاد



ندادید، من اگر چیزی هم دارم، از شما دارم. ولی اگر دیگر وسواسی نمی‌شوم مثل قبل، از شما دارم. ولی من این را می‌گویم که من با کمک شما می‌توانم خودم را نجات بدهم نه این‌که شما من را نجات می‌دهید. آقای شهبازی آفرین! درست است.

خانم فاطمه: درواقع خودم می‌توانم از شما کمک بگیرم.

آقای شهبازی: بله.

خانم فاطمه: که ان‌شاءالله هم همین‌طور است.

این شناسایی‌ها خیلی خیلی به من کمک کردند، واقعاً من را متوجه کردند. و این‌که این را هم می‌خواستم بگویم آقای شهبازی، من ذهنی واقعاً مسخره است! یعنی شما چندین سال است، من با این‌که می‌آمدم و می‌رفتم به برنامه متعهد شدم می‌دیدم، همین‌جوری می‌گفتید «غزل‌ها را حتماً بخوانید» یعنی ما در مسیر هستیم، برنامه شما هر بار ما می‌رویم جلو، برنامه را گوش می‌دهیم، مثل یک چراغ‌هایی هستند هی مسیر را دارند برای ما روشن می‌کنند.

غزل‌ها هم همین‌طور که دارند چراغ‌ها را روشن می‌کنند به ما انرژی و تغذیه و مواد مغذی می‌دهند که ما انرژی داشته باشیم این مسیر را برویم. الآن من مدتی است با دوتا از عزیزانم با هم می‌نشینیم غزل‌خوانی می‌کنیم من خودم چند روز پیش،

(قطع شد)

آقای شهبازی: قطع شد.



۲۵- خانم عصمت از شاهین شهر

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم عصمت]

خانم عصمت: من شش هفت سال است به این برنامه دارم گوش می‌دهم و می‌شنوم و سال‌های اول تماس گرفتم با شما یکی دو بار، ولی الآن پنج شش سال است موفق نشده بودم تا حالا امشب الآن زدم، خدا را شکر گرفت.

آقای شهبازی: از کجا؟

خانم عصمت: من از شاهین‌شهر اصفهان، عصمت هستم.

آقای شهبازی: اصفهان. بله خانم عصمت بفرمایید، بله.

خانم عصمت: ممنونم. من حالا بیشتر جهت سپاس‌گزاری از شما زنگ زدم، چون سال‌ها من اذیت بودم. یک پسر داشتم، شرایط خوبی نداشت، الآن هم همین‌جور است، ولی خب خدا را شکر با راهنمایی‌ها و با این ابیات مولانا توانستم زندگی‌ام را آرام کنم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم عصمت: خیلی خوشحالم. خیلی واقعاً از این مسئله خوشحالم که کنار هم زندگی می‌کنیم، ولی آرامش داریم. دیگر سعی کردم مراقب خودم باشم، مراقب فرزندم باشم، سخت نگیرم، آسان بگیرم همه‌چیز را.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم عصمت: رها کنم، آری خلاصه خیلی خوشحالم الآن توانستم با شما بعد از پنج شش سال است صحبت کنم.

آقای شهبازی: ممنونم.

خانم عصمت: ان‌شاءالله که موفق باشید شما همیشه خودتان، خانواده‌تان. برنامه را من خیلی دوست دارم، حالا درست است ممکن است یک موقع جسته‌گریخته می‌بینم، ولی باز هم خیلی روی من تأثیر گذاشته، فضاگشایی‌ام زیادت‌ر شده، در مورد خیلی چیزها.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم عصمت: خیلی آرامش دارم. زندگی‌ام آرام است.

آقای شهبازی: عالی، عالی خانم!



خانم عصمت: ممنونم. من الآن حدود ۶۷ سالم است، ولی خب تازه دارم فضاگشایی یاد می‌گیرم، تازه دارم خیلی مسائلی که قبلاً نمی‌توانستم، خشمگین می‌شدم، عصبانی می‌شدم از همه‌چیز. الآن نه، همه‌چیز را راحت می‌گیرم، راحت کنار می‌آیم با همه‌چیز. خلاصه زندگی خیلی بهتر شده. همه‌اش هم از شما دارم و از جناب مولانا. حالا یک بیت هم که همیشه سرلوحه زندگی‌ام بوده می‌خوانم.

آقای شهبازی: بفرمایید.

خانم عصمت:

هر لحظه که تسلیمم در کارگه تقدیر
آرام‌تر از آهو بی‌باک‌تر از شیرم

هر لحظه که می‌کوشم در کار کنم تدبیر
رنج از پی رنج آید زنجیر پی زنجیر
(شاعر: ناشناس)

خانم عصمت: و با این حرف، با این بیت من خیلی خودم را راحت می‌کنم، همیشه تسلیم هستم در برابر مشکلات، در برابر زندگی. من چیزی یادداشت نکردم، همین‌جوری دارم برایتان.

آقای شهبازی: خیلی خب، عالی!

خانم عصمت: اگر اشتباهی می‌کنم، اگر حرف درست نمی‌زنم، ببخشید در هر صورت.

آقای شهبازی: عالی حرف می‌زنید خانم، عالی!

[خداحافظی خانم عصمت و آقای شهبازی]



۲۶- خانم زینب و میترا ناز از بروجن

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم زینب]

آقای شهبازی: بله زینب خانم خوب هستید شما؟

خانم زینب: خیلی ممنونم، مچکرم استاد، شما خوب هستید؟

آقای شهبازی: امروز هم توانستید بگیرید، آفرین.

خانم زینب: بله خدا را شکر، خدا را شکر. با اجازه‌تان گوشی را یک لحظه بدهم به دخترم.

آقای شهبازی: بله بدهید.

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم میترا ناز]

آقای شهبازی: بله سلام.

خانم میترا ناز: سلام. میترا ناز هستم از بروجن، هشت‌ساله.

آقای شهبازی: آفرین، بفرماید.

خانم میترا ناز: می‌خواستم یک شعری برایتان بخوانم:

فربه و پُر باد توام، مست و خوش و شاد توام

بنده و آزاد توام، بنده شیطان نشوم

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۹۸)

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! خب دیگر چه؟

خانم میترا ناز: حالا می‌شود گوشی را بدهم به مادرم؟

آقای شهبازی: بله، بله.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم میترا ناز]

خانم زینب: یک متنی تقریباً یک کمی بلند است باید بیخشید دیگر، نصف آن را می‌خوانم.

آقای شهبازی: خیلی خب.

خانم زینب: متشکرم.

تو به هر صورت که آیی بیستی



که منم این، واللّه آن تو نیستی

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۸۰۴)

من با خواندن این بیت در هر وضعیتی، در هر فکری، در هر سختی‌ای، در هر نامرادی، در هر بحثی، در هر دردی که می‌آمد بالا، متوجه شدم من نه وضعیت هستم، نه فکر هستم، نه نامرادی هستم، نه بحث هستم، نه درد هستم و نیستم و نیستم.

مولانا در این بیت تأکید می‌کند که به خدا تو این نیستی! پس من به این بیت خیلی توجهم جلب شد. مدام آن را در هر وضعیتی تکرار کردم، وقتی حتی یک بیت دیگر می‌آمد مثلاً:

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

نگر اوّلین قَدَم را که تو بس نکو نهادی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۴۲)

قَدَم: دیرینگی، قدیم (مقابل حدوث)

من این بیت را با بیت:

تو به هر صورت که آیی بیستی

که منم این، واللّه آن تو نیستی

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۸۰۴)

این بیت را با این بیت متوجه شدم که یعنی من نباید به چگونگی بروم، یعنی من نباید خود را صورت ببینم و برای خود چگونگی و یک وسیله توصیف ذهنی بیابم، چراکه در این صورت خود را با دیگری مقایسه می‌کنم و آن وقت به ذهن می‌افتم.

تو به هر نشان و چگونگی خود را بخوانی و تصور کنی حتماً آن نیستی و وظیفه تو «اولین قدم» درست با فضاگشایی است، این‌که تو با ذهن، خود را اندازه‌گیری نکنی.

در این بیت یافتیم که این بیت با بیت:

صورتی را چون به دل ره می‌دهند

از ندامت آخرش ده می‌دهند

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۴)



خیلی تناسب دارد، معنی این بیت برایم کاملاً روشن می‌شود. من با آوردن صورت‌های ذهنی و جسم دیدن، با آوردن گذشته به مرکز و آن را به صورت ذهنی تبدیل کردن مثل این‌که در این لحظه این وقایع رخ داده‌است آن‌ها را دوباره زنده می‌کردم، مثل جادوگران دوباره در آن‌ها می‌دمیدم. من با خواندن این بیت متوجه شدم که این کار را نباید بکنم.

با خواندن این بیت:

تو به هر صورت که آبی بیستی
که منم این، واللّه آن تو نیستی
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۸۰۴)

یاد گرفتم که رفتن به گذشته و احیای خاطرات، این‌ها من نیستم، این‌ها صورت‌های توهمی هستند که من توهمی به آن‌ها دامن زده و سعی در زنده نگه داشتن آن‌ها به صورتی شده‌اند.

در گذشته چون صورت‌های ذهنی را در مرکز قرار دادم و حول آن‌ها چرخیدم و سعی در ثابت کردن آن‌ها داشتم و مراقب بودم که این صورت‌ها خدشه‌دار نشوند، این‌ها همه برایم مشکل درست کردند و این گذشته توهمی باز هم من نیستم.

من با خواندن:

تو به هر صورت که آبی بیستی
که منم این، واللّه آن تو نیستی
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۸۰۴)

و تطابق آن با این بیت:

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

متوجه شدم که من خشم، درد، حسادت، ملامت، ناشکری، شکایت، احساس گناه، احساس تنهایی، حساست، عدم توکل، توقع نیستم، من درد نیستم. این دردها نتیجه ماندن در من ذهنی است که من به اشتباه سعی در نگه داشتن آن‌ها در مرکز به طور ناآگاهانه کردم.



با بیت:

تو به هر صورت که آبی بیستی
که منم این، واللّه آن تو نیستی
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۸۰۴)

معنی بیت «بی‌مرادی شد قلاووز بهشت» را متوجه شدم، در هر بی‌مرادی، در هر زمانی که فکر می‌کردم اگر به آن چیز یا با آن شرایطی را که می‌داشتم بهتر بود ولی خداوند نگذاشت من با منم پیش بروم و من خود را با داشتن آن چیز و یا آن شرایط بزرگ‌تر کنم و خواستم شکایت کنم پس این بیت به من می‌گوید تو نیستی، فقط و فقط:

تو خوش و خوبی و، کان هر خوشی
تو چرا خود منت باده گشی؟
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۵۷۳)

اگر این‌ها که ذهنم نشان می‌دهد و مرا از حضور دائماً درمی‌آورد نیستم پس چه کسی هستم؟

مولانا در بیت بعدی می‌گوید:

این تو کی باشی؟ که تو آن اوحدی
که خوش و زیبا و سرمست خودی
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۸۰۶)

اوحَد: یگانه، یکتا

پس همه ما یکتایی و بی‌نیازی هستیم که خوش و زیبا و مستِ خودمان هستیم و به چیزی که ذهن نشان می‌دهد نیازی نداریم.

متشکرم استاد، تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین، آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم زینب]

۲۷- خانم بهناز از انگلستان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم بهناز]

خانم بهناز: از انگلیس زنگ می‌زنم.

آقای شهبازی: بهناز خانم می‌دانید این‌جا روز است، الان تقریباً ساعت دو است.

خانم بهناز: بله. ان‌شاءالله که روزتون به‌خیر باشد.

آقای شهبازی: ممنونم. جانم بفرمایید.

خانم بهناز: سلامت باشید. من متمنم را نمی‌خوانم آخر برنامه است. یک چیز، یک شناسایی را می‌گویم که کلاً از این‌که این شناسایی‌ها دارد این‌قدر به‌سرعت اتفاق می‌افتد این روزها، خیلی برایم عجیب و جالب است. به‌خاطر این‌که من چون معلم زبان بودم وقتی ایران بودم، یادم است بچه‌هایی که سشنان پایین‌تر بود، سؤال نمی‌پرسیدند و فقط همان تکلیفی که مثلاً معلم می‌داد را انجام می‌دادند و بعد یک مدتی که هی این‌حالا مثلاً تعهد نشان می‌دادند یک‌هو شروع می‌کردند به پیشرفت کردن، این پیشرفت‌ها برای من هم همین‌طوری اتفاق افتاد، یعنی من کار کردم، کار کردم، زمانی که یک تناقضی، یک مسئله‌ای در ذهنم داشتم هی جنگیدم که آن را بفهمم، شناسایی کنم، بیندازم، نشد.

زمانی شناسایی اتفاق افتاد، مثلاً وقتی که رها کردم. یکی از مشکلاتی که من خیلی داشتم در ذهنم درگیر بودم با آن، مسئله آرزواندیشی و اُمنیت‌اندیشی و خواسته بود، نمی‌فهمیدم که وقتی من مثلاً یک شغلی دارم که درآمدش برای من راضی‌کننده نیست، باید یک خواسته داشته باشم که این را تغییر بدهم یا نه؟ این با تسلیم بودن آیا تناقض دارد یا نه؟

البته که شما می‌گفتید خواستن خوب است چیزهای مادی تا زمانی که در مرکز شما نباشد.

آقای شهبازی: بله، بله.

خانم بهناز: ولی خیلی برای من جا نمی‌افتاد، درکش نمی‌کردم و به‌خاطر همین این موضوع من را هی آزار می‌داد، هی مثلاً من را سیخونک می‌زد. هی مجبور بودم به چیزهای مختلف دستاویز قرار بدهم تا بفهمم که خب آیا من باید خواسته داشته باشم؟ نباید داشته باشم؟ باید آرزو بکنم؟ نباید یا باید تسلیم باشم؟ این دوتا متضاد هم هستند؟ تا این‌که امروز یک‌هو این تناقض به طرز عجیبی از بین رفت در ذهن من.

من امروز نشسته بودم در محوطه روی چمن و فکر کردم که من چون ده سال پیش با یک قانون جذب و این‌ها که در ایران یک‌هو خیلی زیاد شده بود که می‌گفتند تصویرسازی کنید، بنویسید و هر چیزی را که می‌خواهید به



آن می‌رسید، من این کار را می‌کردم، تصویرسازی می‌کردم، یک دفتری داشتم و همه خواسته‌هایم را در آن می‌نوشتیم و جالب این است که من به نود و نه درصد خواسته‌هایم رسیدم.

آقای شهبازی: خب.

خانم بهناز: حالا ذهن قوی‌ای داشتم نمی‌دانم چه بود که واقعاً الآن امروز که نشستیم یادم افتاد به آن دفترم، دیدم تمام آن چیزهایی که در آن دفتر نوشتم به آن رسیدم، حالا با یک فاصله‌ای دیگر مثلاً سه ماه طول می‌کشید، شش ماه، گاهی وقت‌ها چند سال، ممکن است خب بعضی‌ها فکر کنند که وای چقدر خوب است، ولی یک مسئله‌ای وجود دارد این وسط، مسئله این است که وقتی که به آن خواسته‌ام می‌رسیدم گاهی پیش می‌آمد که دیگر آن را نمی‌خواستیم، یعنی بزرگ‌تر از آن خواسته شده بودم، حالا مثلاً زندگی یک طوری شده بود که معیارهایم تغییر کرده بود یا این‌که دانش جدیدی کسب کرده بودم.

مثلاً یک مثال برایتان بزنم خب یک زمانی در ایران این‌جا هم البته هست می‌گویند (culture of SUV) یک فرهنگی بود که همه خیلی دنبال ماشین شاسی‌بلند بودند و یک موجی بود و منم خب مثل همه بودم، همین حس را داشتم و وقتی که خریدم البته خودم که نه، وقتی بابایم برایم خرید خب خیلی خوشحال بودم و این‌ها، به‌نظرم یک پیروزی خیلی بزرگ بود که وقتی سوار می‌شدم یک حس چیزی داشتم، دوست داشتم مردم من را ببینند.

بعداً که حالا دکترا را این‌جا شروع کردم خُب در مورد محیط زیست و این‌ها است، فهمیدم که خب چقدر همین ماشین شاسی‌بلند به محیط زیست آسیب می‌رساند، مصرف بنزینش زیاد است، اصلاً لزومی ندارد داشته باشد آدم، یا این‌که من در یک شهر کوچک زندگی می‌کردم، خیلی مسافت‌ها را مجبوراً اصلاً نبودم از ماشین استفاده کنم، خب آن موقع آن دانش را نداشتم و بی‌اطلاعی من باعث شد آن خواسته را داشته باشم.

می‌خواستیم با این مثال بگویم که آرزواندیشی و امنیت‌اندیشی یکی از بدی‌هایش این است که شما با بی‌اطلاعی در ذهنتان، یعنی با من‌ذهنی آن خواسته را دارید که آن شاید خیلی وقت‌ها به‌درد شما نمی‌خورد یا به نفعتان نیست و حتی به ضررتان است.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم بهناز: یکی از طبق معمول خُب به‌هرحال برنامه گنج حضور و یک بستری که برنامه گنج حضور ریخت، باعث شد که این امروز این تناقض و این مسئله این شکلی از بین رفت که محور اساسی‌ای که خب شما به ما دادید «دغدغه اصلی» بود. هر کسی باید ببیند دغدغه اصلی چیست؟ مولانا می‌گوید:



گفت رو، هرکه غم دین برگزید
باقی غم‌ها خدا از وی برید
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۱۳۷)

یعنی وقتی من دغدغه اصلی‌ام زنده شدن به خدا باشد، بقیه مسائل یک‌هو پیچیدگی خودشان را از دست می‌دهند یک‌هو ساده می‌شوند. مثل این‌که وقتی من شغلم درآمد کافی ندارد خُب طبیعتاً باید تغییر بکند و یک شغل دیگری حالا مثلاً به دست بیاید که من باید برایش تلاش کنم، دیگر از حالت آرزو خارج می‌شود، یک چیز طبیعی می‌شود، یک سیر طبیعی که جریانش در زندگی هست، دیگر شما را، وسواسش شما را درگیر خودش نمی‌کند. شما مسئله دیگری دارید، می‌دانید که آمدید به عشق خدا زنده بشوید و در کنارش باید این زندگی‌ات را همین‌طوری فراوانی هم باید در زندگی‌ات باشد، شغل خوب هم باید باشد و چیزهایی که به تعادل برای زندگی‌ات لازم است. تو لازم نیست که با وسواس دنبال آن‌ها باشی، تو فقط کافی است به آن دغدغه اصلی خودت بچسبی برای بقیه چیزها هم کاری که لازم است انجام بدهی تا زندگی‌ات هم آن تعادل را در تو به‌وجود بیاورد، درآمد مناسب، کار مناسب، وضعیت شغلی و خانوادگی و حالا خانه، همه چیز.

جالب است که امروز یک‌هو این انرژی‌اش در من آزاد شد و من احساس کردم که مثلاً وقتی، مدت‌هاست وقتی خانه قشنگ می‌بینم دیگر دلم نمی‌خواهد، یا مثلاً ماشین خیلی چیز، چه می‌دانم ماشین‌هایی که قبلاً دوست داشتم می‌بینم دیگر یک جور حسرتی اصلاً ندارم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم بهناز: می‌گویم چرا مثلاً من حسرت زمینی در فضای یکتایی را ندارم؟ به‌قول مولانا که می‌گوید:

مگر زمینِ مسلم دهد تو را سلطان
چنانکه داد به بشر و جنیدِ بغدادی
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۹۹)

بشر: ابونصر بشر حافی، صوفی معروف که در بغداد می‌زیست.
جنیدِ بغدادی: از مردم بغداد و از عارفان بزرگ بود.

چرا من باید مثلاً حسرت یک خانه یا زمین در این دنیا را داشته باشم. و این‌ها به مرور زمان اتفاق افتاد دیگر. می‌گویم شاید پنج شش سال پیش من می‌جنگیدم این‌ها را بفهمم چی به چی است. وقتی جنگیدن را کنار گذاشتم یک‌هو دانه‌دانه این‌ها همه‌شان مثل ستاره‌هایی روشن شدند یک‌هو، البته نه این‌که روشن شدند، منظورم این



است که به هر حال دانه‌دانه این‌ها نور تابید رویشان و ماهیت خودشان را آشکار کردند و البته هزارتا ستاره دیگر هست که باید روشن بشود و هنوز در من روشن نشده، ولی به هر حال همین‌ها به من خیلی امیدواری می‌دهد و دلگرمی می‌دهد و تشویق می‌کند که کار روی خودم را ادامه بدهم.

آقای شهبازی: آفرین! شما پزشکی می‌خواندید درست است؟

خانم بهناز: من ادبیات انگلیسی می‌خوانم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: ادبیات انگلیسی، ببخشید.

خانم بهناز: نه، شما ببخشید، خواهش می‌کنم.

آقای شهبازی: عالی، عالی! آفرین، آفرین! خیلی نکته جالبی را بیان کردید، امیدواریم همه ما توجه کنیم به آن.

خانم بهناز: سلامت باشید، این نکاتی است که شما دانه‌دانه به ما نشان دادید. قبل از این‌که ما اهمیتش را بفهمیم، شما به ما گوش‌زد کردید. شما همیشه یک قدم جلوتر از ما هستید این‌ها را به ما نشان دادید و خوشبختی ما این است که راه برای ما روشن است و آن‌قدر برای ما روشن است و کسی استفاده نکند باید تعجب کند. مرسی از شما.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم بهناز]

❖ ❖ ❖ پایان بخش چهارم ❖ ❖ ❖