

# کنج حضور

متن کامل پیام‌های تلفنی

۹۷۴-۰

اجرا: آقای پرویز شهبازی

تاریخ اجرا: ۲۵ مرداد ۱۴۰۲

[www.parvizshahbazi.com](http://www.parvizshahbazi.com)

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

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۹۵)

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

(پرویز شهبازی، برنامه گنج حضور شماره ۹۰۷)

متن کامل پیام‌های بینندگان برنامه ویژه پیام‌های تلفنی ۰-۹۷۴

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.

مجلس شورای اسلامی

همراهان عشق در تایپ، ویرایش و بازبینی برنامه گهر بار ۰-۹۷۴		
فاطمه زندی از قزوین	مریم زندی از قزوین	ناهید سالاری از اهواز
الهام فرزامنیا از اصفهان	اعظم جمشیدیان از نجف‌آباد	شاپرک همتی از شیراز
فرشاد کوهی از خوزستان	الناز خدایاری از آلمان	فهیمه فدایی از تهران
زهره عالی از تهران	بهرام زارع‌پور از کرج	حجت‌الله کوچکی از اصفهان
فرزانه پورعلیرضا از تهران	نصرت ظهوریان از سندج	ریحانه شریفی از تهران

**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 خواننده 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 ماریا و حورا و آقای علی از تهران	۵
۲	خانم سالاری از اهواز	۱۱
۳	خانم کانی و برادرشان و خانم کبری از ایلام	۱۴
۴	خانم پرنیا از زاهدان	۱۹
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش اول ◇ ◇ ◇	۲۰
۵	خانم سعیده از تهران	۲۱
۶	خانم زینب از کرج	۲۴
۷	خانم مریم از فولادشهر	۲۷
۸	خانم‌ها ستایش و صدف‌ماه از تاجیکستان	۳۰
۹	آقای حجت از فولادشهر	۳۳
۱۰	خانم فرخنده از جوزدان نجف‌آباد	۳۵
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش دوم ◇ ◇ ◇	۳۸



## ۱- خانم ماریا و حورا و آقای علی از تهران

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم ماریا]

خانم ماریا: یک متن کوتاه نوشتم آقای شهبازی بخوانم.

آقای شهبازی: بفرمایید. بله.

خانم ماریا: زنده باشید.

دل من روشن و مُقبِل ز چه شد؟ با تو بگویم  
که در این آینه دل رخ زیبای تو دارم  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۶۱۱)

مرکز عدم مورد قبول خداوند است، نیک‌بخت است، سعادت‌مند است، چون قرین خداوند است و چون آئینه شده. در بیرون هم اتفاقات خوب می‌افتد، دل آئینه‌شده هم از درون زیبا است هم از بیرون.

صد نامه فرستادم، صد راه نشان دادم  
یا راه نمی‌دانی، یا نامه نمی‌خوانی  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۷۲)

نامه برنامه گنج حضور است، ابیات مولانا است، نصایح بزرگان ما است. وقتی که ما این نامه را به‌درستی خواندیم و فهمیدیم که جریان چیست، راه پیدا می‌شود. زمانی که خداوند به‌صورت «کُن فکان» یا «قضا و قدر» یا یک وضعیت می‌آید، دیگر ما تسلیم هستیم، مقاومت و قضاوت نمی‌کنیم تا خداوند نامه ما را بخواند.

چون بیابی‌اش نمایی منتظر  
هم هویدا او بود، هم نیز سر  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۱۹)

این بیت از دفتر سوم است، داستان مشغول شدن عاشقی به عشق‌نامه خواندن و مطالعه کردن عشق‌نامه در حضور معشوق خویش و معشوق آن را ناپسند داشتن. پنج بیت از آن را می‌خوانم، از بیت ۱۴۰۶.

آن یکی را یار، پیش خود نشاند  
نامه بیرون کرد و، پیش یار خواند  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۰۶)



بیت‌ها در نامه و مدح و ثنا  
زاری و مسکینی و بس لابه‌ها  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۰۷)

گفت معشوق: این اگر بهر من است  
گاه وصل، این عمر ضایع کردن است  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۰۸)

من به پیشت حاضر و، تو نامه‌خوان؟  
نیست این باری، نشان عاشقان  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۰۹)

پس نیم کلی مطلوب تو من  
جزو مقصودم ترا اندر زمن  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۱۶)

خداوند می‌گوید اجازه بده من نامه‌ات را بخوانم، وقتی تو مرا خواندی، طلبیدی و طبق غزل برنامه امروز تمنا و تقاضا داری، حالا باید تسلیم باشی. وگرنه همچو قوم موسی در صحرای ذهن هر روز تندتند می‌روی و آخرسر می‌بینی که همان‌جا هستی، هنوز در ذهن هستی، در علت و معلول ذهنی هستی. با بررسی نامه هی تندتند فکر می‌کنی، عمل می‌کنی. اگر سیصد سال هم همین‌طور بگذرد، باز هم در ذهن هستی، چون خدا را نمی‌خواهی، عاشق علت و معلول ذهنت هستی.

«کرد فعل خود نهان دیو دنی» من ذهنی هم چون بسیار پنهان‌شونده است، ما به آن حزم نداریم، شک نمی‌کنیم. می‌گوییم خدا نمی‌خواهد ما به حضور برسیم، وگرنه ما این‌همه تلاش کردیم، چرا جواب نگرفتیم؟ آگاه نیستیم که گوساله پرست شده‌ایم.

وَر تو ریو خویشتن را منکری  
از ترازو و آینه کی جان بری  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۵۸۳)

پس تو مقبل نیستی، مورد قبول خداوند نیستی. خداوند را می‌خواهی اما با من ذهنی، پس روی سعادت و نیک‌بختی را نخواهی دید. بیرون تو نشان می‌دهد که درونت چه خبر است، چون آینه و ترازو کار می‌کند. راست باش تا راستی ببینی.



**سوی حق گر راستانه خم شوی**  
**وارهی از اختران، محرم شوی**  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۵۸۳)

آقای شهبازی متن من دیگر تمام شد اگر اجازه بدهید حورا هم متنش را بخواند.

**آقای شهبازی:** بله، بله خواهش می‌کنم، خیلی ممنون، خواهش می‌کنم.

**خانم ماریا:** خیلی خوشحال شدم آقای شهبازی صدایتان را شنیدم.

**آقای شهبازی:** من هم همین‌طور، ممنونم.

**خانم ماریا:** زنده باشید. علی می‌خواهد صحبت کند، می‌گوید من می‌خواهم صحبت کنم. با اجازه‌تان گوشی را می‌دهم به علی.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم ماریا]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای علی]

آقای علی:

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

**شب رفت صبح آمد، غم رفت فتوح آمد**  
**خورشید درخشان شد، تا باد چنین بادا**  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۸۲)

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





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

پس هماره روی معشوقه نگر  
این به دست توست، بشنو ای پدر  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۰۹۷)

راه کن در اندرون‌ها خویش را  
دور کن ادراک غیراندیش را  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۰۹۸)

از آسَلَمَّ شَیْطَانِی شُدْ نَفْسِ تُو رَبَّانِی  
ابلیس مسلمان شد تا باد چنین بادا  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۸۲)

از همه اوهام و تصویرات دور  
نورِ نورِ نورِ نورِ نورِ نور  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۱۴۶)

الست گفت حق و جان‌ها بلی گفتند  
برای صدق بلی حق ره بلا بگشاد  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۹۳۰)

در این بحر، در این بحر، همه چیز بگنجد  
مترسید مترسید گریبان مدرانید  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۳۷)

تنگدل ماندی که دل یک قطره خونست  
عالمی در عالمی می‌بایدت  
(عطار، دیوان اشعار، غزلیات، غزل ۱۸)

دوستت دارم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی به‌به! آفرین. من هم شما را دوست دارم علی آقا. آفرین، آفرین! خیلی جالب است. ممنونم.



[خداحافظی آقای شهبازی و آقای علی]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم حورا]

آقای شهبازی: علی آقا آنصتوا را شکسته، نه؟

خانم حورا: بله، به نظر که این جور می‌آید.

آقای شهبازی: [خنده آقای شهبازی] عجب، به نظر این طوری می‌آید، آری. خیلی خوب. آفرین، آفرین! علی آقا چند

سالش است حورا خانم الان؟

خانم حورا: الان چهار سالش است.

آقای شهبازی: چهار سالش است، آفرین! خیلی خوب شما می‌خواهید بخوانید پیغامتان را؟

خانم حورا: بله. با اجازه‌تان شروع می‌کنم.

که بُوَد همنشین تو؟ که بیابد گزین تو؟  
که رهد از کمین تو؟ که کشد خود کمان تو؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۵۷)

مولانا در این دو بیت به ما می‌گوید که چه کسی همنشین خدا می‌شود. اول کسی است که جهان و همانندگی‌ها را انتخاب نمی‌کند، خدا و مرکز عدم را انتخاب می‌کند.

دوم کسی است که با عقل من‌ذهنی حرکت نمی‌کند. چون می‌داند خدا جلوی او درمی‌آید و به‌جای این‌که مقابل خدا دربیاید، می‌رود در کمین‌گاه، همنشین و قرین خداوند می‌شود. یعنی چه؟ یعنی از جنس حضور ناظر می‌شود و جلوی عقل من‌ذهنی را می‌گیرد. پس به‌جای این‌که مقابل خدا دربیاید، قرین و همنشین خدا می‌شود. و همچنین کسی که کمان است و خدا از طریق او تیر می‌اندازد، یعنی وقتی که خدا را انتخاب کرد و در مقام حضور ناظر قرین خداوند شد، تسلیم هست و با من‌ذهنی به‌جای خدا حرف نمی‌زند، قضاوت و مقاومت نمی‌کند، آنصتوا است. دهان من‌ذهنی را می‌بندد، ادب دارد و سؤال نمی‌پرسد، چون پذیرفته است که هیچ‌چیزی نمی‌داند.

موسیا بسیار گویی، دور شو  
ورنه با من گنگ باش و کور شو

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۵۱۵)



مولانا می‌گوید اگر می‌خواهی با خضر همنشین بشوی، یعنی با خدا همنشین بشوی هیچ‌چیز نگو، ساکت باش، قضاوت و عقل من‌ذهنی را کنار بگذار، دید و زبان من‌ذهنی را ببند، ناظر باش.

برای مثال، ما وقتی که از خدا پیغام نمی‌گیریم یا دیر به دیر می‌گیریم، باید آنستوا باشیم و دست از قضاوت برداریم و خودمان را در معرض کُن‌فکان و قضا و قدر قرار بدهیم. یا مثلاً وقتی که عملی از ما سر زده که از نظر من‌ذهنی اشتباه است و من‌ذهنی برچسب گناه به آن می‌زند، باز هم آنستوا باشیم و خودمان و خدا را قضاوت نکنیم و قرین حضور ناظر بشویم. مثل کارهایی که خضر انجام داد و از نظر موسی گناه و اشتباه بود.

ما اگر می‌خواهیم قرین خدا بشویم باید با او به کمین‌گاه برویم، عقل او را انتخاب کنیم. آنستوا باشیم، در مقام قضاوت برنیاییم، چون ما هیچ‌چیزی نمی‌دانیم. ما با این کار خداوند را انتخاب می‌کنیم و خدا هم ما را انتخاب می‌کند.

## زین کمین، بی‌صبر و حزمی، کس نجست

### حزم را خود، صبر آمد پا و دست

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۳)

آقای شهبازی گفتند که صبر کیفیتی است که مربوط به فضای گشوده‌شده است. این فضا با تسلیم و سکوت همراه است. در حالت حضور ناظر شما حزم دارید، یعنی به من‌ذهنی‌تان شک دارید. چون می‌دانید افکار و اعمال و قضاوت ذهن درست نیست. بنابراین با من‌ذهنی همراه نمی‌شوید، قرین نمی‌شوید و این خود «صبر» است. «فرمود رَبَّ الْعَالَمِينَ».

آقای شهبازی: قطع شد.

[این قسمت ادامه پیام است که در اثر قطع تماس خوانده نشد و در متن ارسالی آمده است:] «فرمود رَبَّ الْعَالَمِينَ با صابرانم همنشین» پس خداوند قرین و همراه کسانی است که با من‌ذهنی همنشین نمی‌شوند، صبر دارند و خدا هم صابران را قرین خودش می‌کند. والسلام.

## ۲- خانم سالاری از اهواز

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم سالاری]

**خانم سالاری:** من سالاری هستم از اهواز تماس می‌گیرم. یک تجربه‌ای داشتم می‌خواستم به اشتراک بگذارم.

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

**خانم سالاری:** خواهش می‌کنم. خیلی سال پیش آقای شهبازی، من خیلی کنترل‌گر بودم و خط قرمزهای زیادی هم در زندگی‌ام داشتم مخصوصاً نسبت به بچه‌ها. بعد یک کاری که خیلی از آن وحشت داشتم و همیشه بچه‌ها را تأکید می‌کردم، یک روز متوجه شدم که بله! پسر بزرگم دقیقاً همین کاری را می‌کند که من خیلی از آن می‌ترسم.

اولش که اصلاً انکار می‌کردم و نمی‌خواستم باور کنم. بعد هم شروع کردم به کنترل کردن او و پشت سرش می‌رفتم که ببینم کجا می‌رود و چکار می‌کند، با چه کسی هست؟ خلاصه خیلی، دیدم که بله دقیقاً چیزی که خیلی از آن می‌ترسیدم دارد انجام می‌دهد.

خیلی پریشان بودم و خیلی واقعاً احساس درماندگی می‌کردم. بعد یک مدتی گذشت خلاصه یک ماهی شاید بیشتر، اصلاً فراموش کردم که من شاگرد این کلاس گنج حضور هستم باید روی خودم کار کنم. اصلاً برنامه را گذاشتم کنار.

خلاصه یک روز این قدر احساس عجز و درماندگی داشتم و تنها بودم در خانه، این قدر با صدای بلند گریه کردم و فریاد کشیدم که دیگر نمی‌دانم شاید هم بیهوش شدم، بعد به خودم آمدم و با هر بدبختی بود خودم را جمع‌وجور کردم. تلویزیون را که روشن کردم برنامه شما را گرفتم بعد از شاید نزدیک به یک ماه و نیم، دو ماه. دیگر متوجه شدم، یعنی می‌دانستم تنها راه نجات من همین برنامه است. دوباره خدا کمک کرد برگشتم به برنامه.

تلویزیون را که روشن کردم، ابیاتی که روی صفحه بود، آمده بود که دفتر ششم:

**جان بسی‌کندی و اندر پرده‌ای**

**زآن‌که مُردن اصل بُد، ناورده‌ای**

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۷۲۳)

**تا نمیری، نیست جان‌کندن تمام**

**بی‌کمال نردبان نایی به بام**

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، ۷۲۴)



اصلاً متوجه شدم که امتحان خیلی سختی پیشِ رویم هست و واقعاً شاید این امتحان سخت‌ترین امتحانی بوده که من تا حالا دارم. این قدر سخت بود، این قدر هم‌هویت‌شدگی من با این پسرم زیاد بود و شدید بود که مثل این‌که قلبم را از قفسه سینه‌ام می‌خواستند بکنند و جدا کنند، خیلی سخت بود، ولی متوجه شدم که واقعاً به قول معروف «این تو بمیری از آن تو بمیری‌ها نیست» و خیلی امتحان سخت و جدی هست.

دیگر متوجه شدم باید یک کاری بکنم. یک شعری هست من خیلی دوستش دارم. این بیتش را من برداشتم و شروع کردم به خواندن، می‌گوید:

**زهی حاضر، زهی ناظر، زهی حافظ، زهی ناصر**  
**زهی الزام هر مُنکر، چو او برهان من باشد**  
 (مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۷۸)

این قدر این را تکرار کردم، تکرار می‌کردم هر وقت که این فکرها به من حمله می‌کردند این قدر این‌ها را تکرار می‌کردم تا ذهنم خاموش می‌شد و آرام می‌گرفتم. خلاصه وقتی خیلی شدید می‌شد این حمله‌ها، چون دست‌بردار نبود این داستان، دست‌هایم را به صورت تسلیم بالا می‌بردم و می‌گفتم خدایا من نه می‌دانم و نه می‌توانم چکار کنم، خودت از پسرم محافظت کن. و واقعاً آقای شهبازی از ته قلبم دست از سر این بچه برداشتم و ره‌ایش کردم، گفتم این هم یک زندگی دارد، یک خدایی هست، بالاخره این هم یک درسی شاید باید پس بدهد، یک تجربه‌ای باید کسب کند، دست از سر این بچه برداشتم. البته هر وقت که موقعش می‌شد و خودم حال خوب بود، با عشق با محبت بغلش می‌کردم، با او صحبت می‌کردم.

خلاصه بارها و بارها بعد از این موضوع این من‌ذهنی با همین افکار کنترل‌گر و همین ترس‌ها و این چیزها به من حمله کرد و من هر بار با خواندن همین ابیات آرام می‌گرفتم.

و این را می‌خواهم عرض کنم که ما واقعاً با همانیده شدن با عزیزانمان به خصوص، آن‌ها را به خطر می‌اندازیم. امروز هم در همین قسمت آخر برنامه که من خدا را شکر توانستم ببینم، شما دوتا بیت، من یک بیتش را خیلی دوست داشتم که فرمودید:

**من بمردم یک ره و، باز آمدم**  
**من چشیدم تلخی مرگ و عدم**  
 (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۲۳)



واقعاً آقای شهبازی من با این تجربه‌ای که داشتم، با این امتحانی که خدا از من گرفت این تلخی مرگ و خطر را حس کردم. و در این داستان نصوص هم فرمودید که تا سرحد مرگ بعضی وقت‌ها این همانندگی‌های شدیدمان ما را می‌برند و باز خدا کمک می‌کند، لطفش شامل حال ما می‌شود و ما برمی‌گردیم.

و این‌که تکرار ابیات برای من و آن کار کردن در چهار بُعدی که شما می‌فرمایید، خیلی، یعنی همین کار می‌کند برای من. تکرار ابیات، ورزش، خوراک سالم، قرین، قرین. این‌ها باعث می‌شود که ما در این راه بمانیم و خدا کمک کند پیشرفت کنیم.

دیگر بیشتر از این مزاحم وقتتان نشوم. خیلی هم خوشحال شدم که توانستم تماس بگیرم.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین! ممنونم. خانم سالاری شما خیلی وقت است به برنامه گوش می‌کنید، نه؟ شما نزدیک بیست سال پیش، نوزده سال پیش زنگ می‌زدید، درست می‌گوییم؟

**خانم سالاری:** بله، [خنده] شرمندهام بله.

**آقای شهبازی:** شما نبودید؟ شما بودید از اهواز، شما آن موقع زنگ می‌زدید، نزدیک بیست سال است شما به برنامه گوش می‌کنید.

**خانم سالاری:** اوایلش خیلی جدی نبود، ولی بله، به‌خصوص از زمانی که با آقای زارع‌پور آشنا شدم، با گروه ایشان، البته آن موقع که گروه نبود من بودم و ایشان، بله خیلی آقای شهبازی دیگر به‌طور جدی پیگیری کردم.

**آقای شهبازی:** خیلی‌خب، خیلی خوشحال شدم، ممنونم.

**خانم سالاری:** قربان شما بروم، من هم از شما خیلی خیلی ممنونم، ان‌شاءالله زنده باشید.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم سالاری]



### ۳- خانم کانی و برادرشان و خانم کبری از ایلام

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم کانی]

خانم کانی: کانی هستم، از ایلام زنگ می‌زنم.

آقای شهبازی: آهان، خواهش می‌کنم، اسمتان چیست؟

خانم کانی: اسمم کانی است.

آقای شهبازی: خیلی خب به‌نظر جوان می‌آید شما خانم، سنتان چقدر است؟

خانم کانی: من یازده سالم است.

آقای شهبازی: یازده سال، بله خواهش می‌کنم، بفرمایید.

خانم کانی: می‌خواستم یک شعر برایتان بخوانم.

آقای شهبازی: بله، بله، بفرمایید.

خانم کانی: با اجازه‌تان شروع می‌کنم.

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

ای سرخوشان ای سرخوشان آمد طرب دامن‌کشان  
بگرفته ما زنجیر او بگرفته او دامان ما

آمد شراب آتشین ای دیو غم‌کنجی نشین  
ای جان مرگ اندیش رو ای ساقی باقی درآ

ای هفت‌گردون مست تو ما مهره‌ای در دست تو  
ای هست ما از هست تو در صد هزاران مرحبا



ای مطرب شیرین نفس هر لحظه می‌جنبان جرس  
ای عیش زین نه بر فرس بر جان ما زن ای صبا

ای بانگ نای خوش سمر در بانگ تو طعم شکر  
آید مرا شام و سحر از بانگ تو بوی وفا

بار دگر آغاز کن آن پرده‌ها را ساز کن  
بر جمله خوبان ناز کن ای آفتاب خوش لقا

خاموش کن پرده مدر سغراق خاموشان بخور  
ستار شو ستار شو خو گیر از حلم خدا  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۴)

آقای شهبازی: به به، آفرین! آفرین! چقدر قشنگ خواندید، آفرین!

خانم کانی: می‌خواهم چند بیت را با معنی برایتان بخوانم.

آقای شهبازی: بفرمایید، بله.

خانم کانی:

بت من ز در درآمد به مبارکی و شادی  
به مراد دل رسیدم به جهان بی‌مرادی

تو بپرس چون درآمد که برون نرفت هرگز  
که درآمد و برون شد صفتی بود جمادی

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





مولانا از زبان انسان می‌گوید که بت من، همان زندگی یا خداوند در من تجلی کرد، یعنی من به بی‌نهایت خداوند زنده شدم، در این حالت انسان هر فکر و عملی که انجام بدهد، نتیجه‌اش بی‌درد است و مبارک است. این زنده شدن به خداوند با شادی و مبارکی همراه است از این مصرع اول می‌فهمیم که انسانی که در ذهن است و همانندگی دارد، با شادی و مبارکی همراه نیست، پس باید بدانیم آیا در مرحله‌ای هستیم که قدممان مبارک است؟

انسانی که در درونش شادی و مبارکی دارد، درد پخش نمی‌کند. باید ببینیم آیا در ما شادی بی‌سبب وجود دارد؟ و یا بت ما از در درآمده؟ با درآمدن معشوق عرفانی یعنی خدا زندگی‌مان تحت اداره او قرار می‌گیرد. وقتی که ما اجازه بدهیم که بت ما از در دربیاید، تمام فکرهایمان خلاق می‌شوند و خدا هر لحظه با قانون «کُنْ فَيَكُنْ» آن را اداره می‌کند. در این حالت ما دیگران را مقصر نمی‌کنیم و شخصاً مسئولیت زندگی‌مان را بر عهده می‌گیریم.

«به مراد دل رسیدم» در این‌جا مراد دل هدف‌های این دنیا نیست یعنی از درون ما زندگی به صورت خورشید طلوع کند، که آن خورشید هم خدا است و هم انسان است.

**آقای شهبازی:** آفرین! آفرین!

**خانم کانی:** «مراد دل» منظور از آرزوهای این دنیا نیست.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم کانی:** مثلاً بگوییم بزرگ که شدیم چه شغلی داشته باشیم؟ و یا به فضا بروم یا دکتر بشوم. مراد دل یعنی هشیاری و یا خداوند در من تجلی پیدا کند.

«جهان بی‌مرادی» مولانا می‌گوید اگر مراد ذهنی داشته باشیم، ما را بی‌مراد می‌کند و اگر این را در مرکز انسان قرار بدهیم، بی‌مراد می‌شویم. انسان از هر طرفی برود، زندگی به او درد می‌دهد، به‌جز یک راه و آن فضاگشایی در درون خود است. مثلاً من اگر بگویم کلاس چهارم را با معدل خیلی خوبی گذراندم و این یک موفقیت عالی است، این یک مراد ذهنی است و من را بی‌مراد می‌کند. البته اگر این را در مرکز قرار بدهم و به‌جای خدا قرار بدهم، نمی‌توانم شادی واقعی را از این بگیرم. مراد دل یعنی زنده شدن به زندگی. تمام شد آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** خیلی زیبا! ممنونم. خب کس دیگری می‌خواهد صحبت کند؟

**خانم کانی:** بله برادرم هم هست.

**آقای شهبازی:** برادرتان. بفرمایید خیلی ممنون، عالی! عالی! آفرین!

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و برادر خانم کانی]



برادر خانم کانی: می‌خواستم برایتان یک شعر مولانا بخوانم.

آقای شهبازی: بفرمایید، اسمتان را بگویید اول.

برادر خانم کانی:

تا با تو قرین شده‌ست جانم  
هر جا که روم به گلستانم

تا صورت تو قرین دل شد  
بر خاک نیم بر آسمانم  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۶۶)

آقای شهبازی: آفرین!

برادر خانم کانی: آقای شهبازی می‌خواستم برایتان:

در این بحر در این بحر همه چیز بگنجد  
مترسید مترسید گریبان مدرانید  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۳۷)

آقای شهبازی: خیلی خوب، آفرین!

برادر کانی: خداحافظ آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خداحافظ، مادرتان می‌خواهند صحبت کنند، کسی دیگر؟

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم کبری]

آقای شهبازی: خب اسم شما چیست؟

خانم کبری: اسم من کبری است از ایلام تماس می‌گیرم.

آقای شهبازی: از ایلام، بله، آفرین! آفرین! خب این کوچولو چند سالش بود؟

خانم کبری: این پنج سالش است آقای شهبازی، دوقلو هستند، یکی‌شان که الان نیست و خیلی دوست داشتند  
با شما حرف بزنند.



آقای شهبازی: آفرین! آفرین! خب این شعرها را شما یاد می دهید به آنها؟

قطع شد. بله، خیلی عالی، خیلی عالی، آفرین! خب دیگر این روش واقعاً آموزش و پرورش مولانایی است،

بچه‌های چهارساله شعر مولانا می‌خوانند، خیلی خوب است، آفرین!

مجموعه آثار



#### ۴- خانم پرنیا از زاهدان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم پرنیا]

**خانم پرنیا:** با اجازه می‌خواهم یک مطلبی آماده کردم که قبل از این‌که با برنامه گنج حضور آشنا بشوم مثلاً چکار می‌کردم و من ذهنی‌ام بودم و این‌جوری.

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

**خانم پرنیا:** می‌توانم بگویم؟

**آقای شهبازی:** بله، بله البته.

**خانم پرنیا:** من قبل از این‌که با برنامه گنج حضور آشنا بشوم، خیلی زورگو و حسود بودم و همیشه می‌خواستم همه چیز تحت نظارت من باشد. بعضی وقت‌ها هم کاری می‌خواستم بکنم، ترس درونم را می‌گرفت.

پدرم برنامه شما را گوش می‌کرد، ولی من اعتقاد نداشتم به برنامه شما. یک روز که داشتم تکالیفم را می‌نوشتم، پدرم به برنامه شما گوش می‌کرد، من هم داشتم به حرف‌های شما گوش می‌کردم که عاشق این برنامه شدم. الان دیگر من ذهنی خودم را رها کردم و برنامه شما را همیشه گوش می‌کنم.

**آقای شهبازی:** آفرین! چند سالتان است شما گفتید؟

**خانم پرنیا:** من ده سالم است.

**آقای شهبازی:** ده سال، بله، آفرین، آفرین! خوب چطور شد که،

**خانم پرنیا:** و این‌که آقای حسین سلامتی هم سلام می‌رسانند به شما.

**آقای شهبازی:** خیلی خوب، با آقای سلامتی شما آشنا هستید؟

**خانم پرنیا:** بله، فامیلیم.

**آقای شهبازی:** فامیلید، آفرین، آفرین! خیلی خوب، حالا چه جوری شد از،

**خانم پرنیا:** مثلاً بعضی وقت‌ها مثلاً می‌رویم پیششان و آن‌ها به ما کمک می‌کنند.

**آقای شهبازی:** چه شد از گنج حضور خوشتان آمد؟



**خانم پرنیا:** نمی‌دانم چه شد، آخر وقتی که مثلاً شما می‌گفتید که من ذهنی ما را مثلاً عذاب می‌دهد، من هم خیلی ترسو بودم، از همه چیز می‌ترسیدم، همیشه استرسی بودم ولی خب دیگر الآن وقتی که به برنامه شما گوش دادم دیگر استرسی نمی‌شوم. اصلاً الآن عالی است حالم.

**آقای شهبازی:** خیلی خب، آفرین! خب دیگر صحبت دیگری ندارید؟

**خانم پرنیا:** نه آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** ممنونم، عالی، عالی! کسی از خانواده شما می‌خواهد صحبت کند؟ پدرتان یا کس دیگر؟

**خانم پرنیا:** نه، فقط خودم بودم این بار.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم پرنیا]

**آقای شهبازی:** خیلی زیبا.

❖ ❖ ❖ پایان بخش اول ❖ ❖ ❖



## ۵- خانم سعیده از تهران

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم سعیده]

**خانم سعیده:** آقای شهبازی من حدود یک ماه پیش پیغام خانم پریسا، نوشته بودم هم ولی، هی زنگ می‌زدم نمی‌توانستم بگیرم که هم از ایشان تشکر کنم، قسمت امروز بود، که ایشان به یک موضوعی جزء به جزء پرداخته بودند که

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

ارتفاع: بالا رفتن، والایی و رفعت جُستن

استماع: شنیدن

که من همیشه با این‌که این همه دارم برنامه‌ها را گوش می‌کنم، مثلاً می‌رفتم یک جمعی در خانواده همیشه من در این شکست می‌خوردم یعنی نمی‌توانستم جاخالی بدهم. بعد ایشان این را چون خیلی دقیق، خوب پرداخته بودند، من نمی‌دانم اصلاً بعضی چیزها را آدم نمی‌داند چه جوری می‌شود، چه می‌شود اثر می‌کند.

گوش یک بار کرده بودم بعد آن را نگه داشته بودم، قبل از آن‌که بروم به مهمانی دوباره ایرپادم (AirPods) را گذاشتم در گوشم و آماده می‌کردم، احساس می‌کردم مثلاً می‌روم روی رینگ مثلاً، بازی در عالم [صدا ناواضح] مبارزه می‌خواهم بروم بکنم، دوباره گوش کردم داشتم حاضر می‌شدم که مثلاً می‌آیند دنبالم و این‌ها، من دوباره پیغام ایشان را گوش کردم بعد رفتم در مهمانی و این‌ها.

مهمانی که خانوادگی بود، من همیشه یک جوری می‌شد چون مثلاً همه در خانواده‌ام می‌دانند که مثلاً من دارم مثلاً روی خودم کار می‌کنم، خب کسانی هستند که کتاب می‌خوانند یا یک سری دانستگی‌ها و حرف می‌شد، بحث می‌شد، از یک سری دردها و این مسائل پیش می‌آمد، همیشه من ذهنی من می‌خواست حتی از روی این‌که من این آدم‌ها را دوست دارم حیف که این‌ها این‌طوری می‌بینند و این‌ها، کاش همه ما می‌توانستیم درک کنیم بعضی چیزها را هی می‌خواستم اشاره‌هایی حتی به صورت مخفی از حرف‌های مولانا به وسط بیاورم، ولی همیشه هم شکست می‌خوردم می‌آدم خانه، یعنی انگار که خسته و کوفته می‌افتادم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم سعیده:** بعد این سری دیگر گفتم مثل همین صحبتی که امروز کردید «توبه نصوح» گفتم سعیده پس تو کی می‌خواهی واقعاً عمل کنی؟ بعد ایشان هم که داشتند این طوری توضیح جزء به جزء می‌دادند، من خیلی مثلاً نمی‌دونم چه جوری اثر کرد روی من. بعد واقعاً دیگر حتی مثلاً یک جورهایی آن‌جا هی تحریک می‌شدم، گفتم با درد آگاهانه حرف نزن و نتیجه‌اش این بود که آمدم خانه دیدم که چقدر این سری من حالم خوب است. مثلاً خوب خوابیدم، خوب بیدار شدم، مثل همیشه دو سه روز این طوری در حالت چیز نبودم که واقعاً انگار خسته و کسل بودم و این‌ها. واقعاً این «حبر و سنی» کردن دیگران انرژی آدم را می‌گیرد.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم سعیده:** این سری حالا می‌گویم یک ماه پیش و این‌ها بود و این باعث شد که برای خودم هم یک حالت تشویق شد و این‌که بیشتر این را حتی مثلاً بعضی وقت‌ها چون جواب نمی‌دادم می‌آمدم خانه در ذهنم حرف می‌زدم.

بعد دیگر یاد گرفتم که در ذهنم هم همین «انصتوا» و «استماع» کردن را یعنی همین استماع در واقع از طرف زندگی را رعایت کنم و دیدم که چقدر این دیگر نمی‌گذارم موش از انبارم بدزدد.

**آقای شهبازی:** آفرین! [خنده آقای شهبازی]

**خانم سعیده:** درز انرژی را در واقع جلویش را می‌گیرم، ولی خیلی خوب بود برایم، در این یک ماه اثراتش را دیدم و در جاهای دیگر یعنی این نفوذ می‌کند این حالت.

می‌بینی مثلاً حتی یک فضای مجازی را باز می‌کنی، انگار از نظر ذهنی تشویق شدی دوباره نمی‌خواهی حتی ذهناً هم، باز حضور ناظرت کار می‌کند که آدم‌ها را قضاوت نکنی با ذهنت چون مولانا خواندی و این‌ها را می‌دانی.

خیلی می‌خواستم از ایشان تشکر کنم. خیلی برای من خوب کار کردید. همین دیگر آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین! می‌خواهید سنتان را بگویید؟ جوان هستید شما. ببینیم در چه رده سنی هستید.

**خانم سعیده:** بله، من امسال چهل و چهار سالم می‌شود.

**آقای شهبازی:** چهل و چهار. خیلی ممنون. خیلی عالی، عالی! آفرین! خب چیزی دیگری نمی‌خواهید بگویید؟

**خانم سعیده:** والله این پیشرفت این یک ماهم بود، فعلاً چیزی به نظرم نمی‌آید. این خیلی برای من مفید بود، چون واقعاً می‌گویم انرژی که همیشه من ده سال است برنامه شما را گوش می‌کنم، این را نمی‌توانستم عمل کنم، ولی با حرف ایشان انگار یک جوری جاخالی دادم. مثلاً این بیت که می‌گفت که:

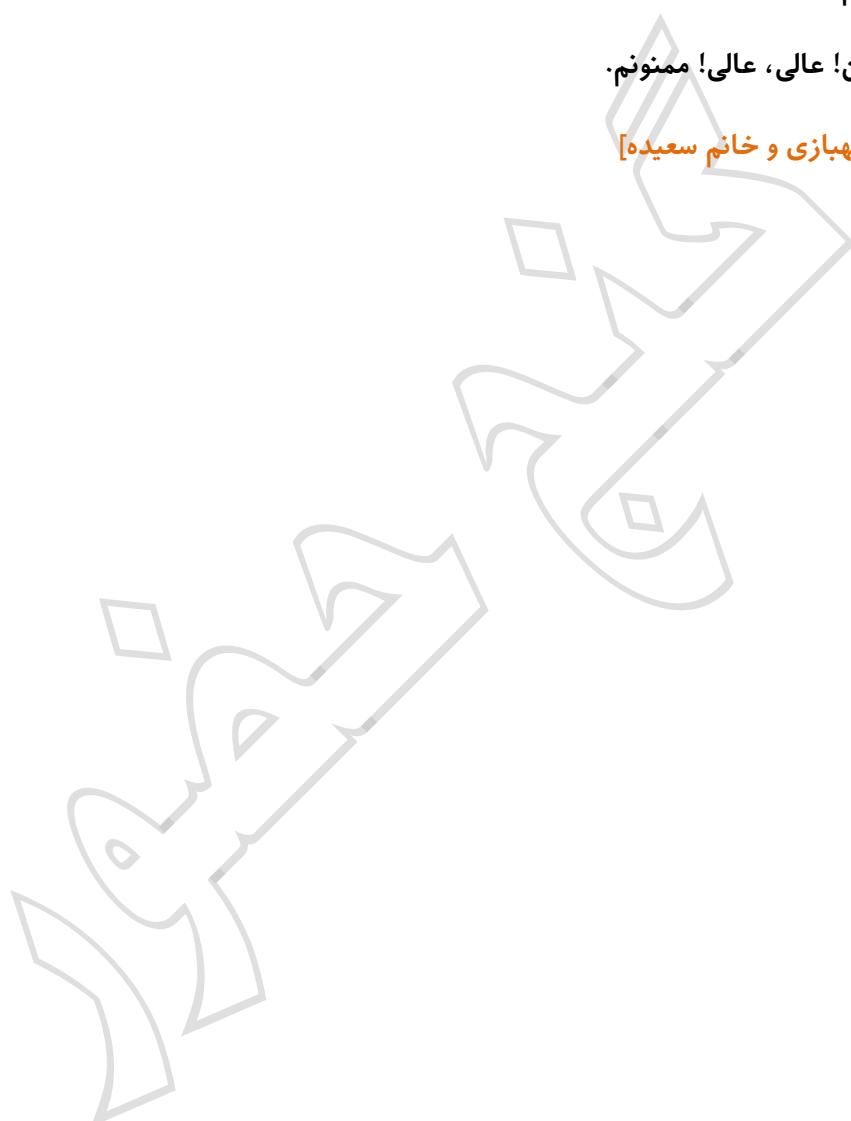


از سخن‌گویی مجوید ارتفاع  
منتظر را به ز گفتن، استماع  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۱۶)

انگار جاخالی می‌دادم در رینگ. مثل دوتا بوکسور که دارند ورزش می‌کنند، خیلی دیگر حرفه‌ای شده بودم از  
بس درد کشیده بودم.

آقای شهبازی: آفرین! عالی، عالی! ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم سعیده]





## ۶- خانم زینب از کرج

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم زینب]

خانم زینب: زینب هستم از کرج، خدا قوت.

آقای شهبازی: خانم زینب خواهش می‌کنم بفرمایید، اختیار دارید، ممنونم.

خانم زینب: آقای شهبازی اول یک تبریک بگویم بابت کانال‌های جدید گنج حضور، هم به شما، هم به خودم، هم به بقیه اعضا، و این‌که یک تبریک دیگری هم بگویم بابت این‌که در قسمت اول پیغام‌های تلفنی بیشتر بچه‌ها دارند تماس می‌گیرند. و من یک ذوق خیلی شدیدی به من می‌آید که چقدر عالی که این تماشاگران هی سانشان دارد می‌آید پایین‌تر.

آقای شهبازی: بله، آفرین!

خانم زینب: و نوجوان‌ها و بچه‌ها دارند تماس می‌گیرند و شعر می‌خوانند. خب این‌ها میوه‌های این برنامه هستند و میوه‌ها دارند به ثمر می‌نشینند و چه حس خوبی است آقای شهبازی، چه حس خوبی است واقعاً. به من خیلی حس خوبی می‌دهد. وقتی می‌بینم، مخصوصاً آن بچه‌هایی که خودشان تماس می‌گیرند.

آقای شهبازی: بله، بله.

خانم زینب: بچه‌های ده یازده‌ساله که خودشان با ذوق تماس می‌گیرند و از تغییراتشان می‌گویند.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم زینب: از همه‌شان ممنونم و همه‌شان معلم من هستند، یعنی بچه‌هایی که جای بچه من هستند، معلم هستند.

آقای شهبازی: بله، آفرین!

خانم زینب: آقای شهبازی یک پیامی می‌خواستم بدهم راجع به این پیغام آقای صادق.

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

مفتی: فتوادهنده

آقای شهبازی یک اتفاقی که در من افتاده این است که من، قبلاً خوب چندین سال گذشته از جلوی ویتترین مغازه‌ها حالا، کیف، کفش، لباس، طلا، هر چیزی که خانم‌ها را جذب می‌کند، رد می‌شدم یک علاقه خاصی هم نمی‌دانم چرا به کفش داشتم. اصلاً از جلوی کفاشی رد می‌شدم باید یک کفش می‌خریدم، حالا چه پول کافی داشتم چه نداشتم، چه پس‌اندازم بود، چه اصلاً برای یک چیز دیگر بود، من باید کفش می‌خریدم، اصلاً نمی‌دانم چرا یک محترک کفش بودم. دوست داشتم احتکار کنم، کفش جمع کنم، کلکسیون داشته باشم.

آقای شهبازی: خیلی خوب.

خانم زینب: خیلی جالب است آقای شهبازی، الان که رد می‌شوم، وقتی نگاه می‌کنم می‌گویم که آیا این چیزی که داری نگاه می‌کنی، حالا هر چیزی که هست، آیا ضروری است بخری؟

آقای شهبازی: آفرین.

خانم زینب: آیا می‌خواهی بخری، الان می‌خواهی این را استفاده کنی یا می‌خواهی بگیری مُحترک‌جان جمع کنی آن‌جا؟ یعنی به درد نمی‌خورد، ضروری نیست.

آقای شهبازی: آفرین.

خانم زینب: آقای شهبازی می‌بینم که خیلی جالب است، یک لذتی اول در دلم می‌آید که آن چیز را بخرم ولی وقتی به ضرورتش فکر می‌کنم که آیا ضروری است یا نه، می‌بینم که نه ضروری نیست و من به‌خاطر احتکار کردن آن چیز دارم دنبال این هستم که آن را بخرم و از جلوی مغازه، ویتترین مغازه نگاه می‌کنم و لذتش را می‌برم و رد می‌شوم.

آقای شهبازی: آفرین.

خانم زینب: این یکی از تغییرات بزرگ من هست آقای شهبازی و من این خصلت را خودم در خودم خیلی شبیه به کلاغ دیدم. مثلاً کلاغ دیدید که می‌رود چیزهای زرق و برقی، هر چیز به‌دردبخور، به‌دردنخور، هر چیزی که می‌بیند جمع می‌کند می‌برد در لانه‌اش، حتی اگر از آن استفاده نکند. و جالب است من در یک داستانی می‌خواندم که کلاغ‌ها این ته سیگار را می‌برند داخل لانه‌شان و آن ته سیگار بعضی‌هایشان روشن است، باعث آتش‌سوزی می‌شود.



آقای شهبازی: صحیح.

**خانم زینب:** یعنی این کلاغ بدون این‌که بداند، برمی‌دارد یک جایی را آتش می‌زند یعنی ته سیگار را می‌برد یک جایی، آن‌جا یک آتشی روشن می‌شود و این دیدم چقدر شبیه من است. یعنی من اصلاً آقا بدون این‌که بدانم هی دارم می‌خرم، جمع می‌کنم و اصلاً آن چیزی که دارم جمع می‌کنم آقا شاید قرار است به من آسیب بزند و واقعاً می‌زند.

آقای شهبازی: می‌زند، بله.

**خانم زینب:** و من را مجرم می‌کند و آسیبی خواهد حتماً به یک قسمتی از زندگی من بزند و این یکی از چیزهایی بود که درون من اتفاق افتاده. خیلی جالب است آقای شهبازی، وقتی شب‌ها من، گذشته عادت داشتم که من خیلی هم می‌خودم مخصوصاً شام، اصلاً نمی‌دانم یک میل عجیبی داشتم که شب‌ها بخورم یعنی یک نشخوار هم فکری هم جسمی داشتم.

آقای شهبازی: بله.

**خانم زینب:** بعد الان خیلی جالب است وقتی دارم پرخوری می‌کنم می‌گویم ببین حواست باشد ها! بی‌ضرورت داری می‌خوری، این حالا یا قرار است فشارت برود بالا یا قرار است قندت برود بالا، خودت هم چهل سالت است. احتمال هست شب در خواب سخته کنی، ببین مجرم قرار است بشوی حواست را جمع کن. و آقای شهبازی همین یک تلنگری در ذهن من می‌زند و من را از خوردن نگه می‌دارد یعنی من این قاشق در دستم می‌ماند یک لحظه، می‌گویم ببین ضروری نیست دیگر بقیه‌اش، خوری سیر شدی رها کن دیگر.

آقای شهبازی: آفرین، [خنده]

**خانم زینب:** و این‌ها تغییراتی بود که در من الان ایجاد شده، ان‌شاءالله خدا کمک کند ادامه‌دار باشد. مزاحمتون دیگر بیشتر از این نشوم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: ممنونم، خیلی زیبا!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم زینب]



۷- خانم مریم از فولادشهر

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم مریم]

خانم مریم: خدا قوت استاد جان.

آقای شهبازی: خیلی ممنونم، خواهش می‌کنم.

خانم مریم: ممنونم، با اجازه‌تان متنی را آماده کردم که به اشتراک می‌گذارم.

آقای شهبازی: بفرمایید، بله.

خانم مریم: ممنونم، غزل زیبای برنامه امروز غزل شماره ۱۶۱۱.

مکن ای دوست، غریبم، سر سودای تو دارم  
من و بالای مناره، که تمنای تو دارم

ز تو سرمست و خمارم، خبر از خویش ندارم  
سر خود نیز نخارم که تقاضای تو دارم  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۶۱۱)

مناره: جای نور و روشنایی، گل‌دسته مسجد

تمنا: خواهش، تقاضا، آرزو

-----

خداوند دقیقاً آن چیزی که فکر می‌کنیم هست، نیست و این‌که بدانیم چقدر متفاوت هست با آنچه ما فکر می‌کنیم هست. ما انسان‌ها به دو گروه تقسیم می‌شویم.

یک سری از آدم‌ها خدایشان خیلی بدخلق و بدرفتار است، دقیقاً می‌شود مثل خودشان و جالب این‌که خدای هر کس شبیه خودش است و من‌ذهنی می‌گوید خدا مجازاتگر است، ناعادل است، این‌جوری آن را به ما معرفی می‌کند.

یک سری آدم‌ها هستند خدایشان مهربان است، رحمان است، رحیم است، بخشنده است. یک سری صفات برای خدایشان در نظر دارند، ولی خداوند ورای آنچه ما فکر می‌کنیم است و در ذهن نمی‌گنجد، ولی من‌ذهنی پُر ادعا فکر می‌کند خدا را می‌شناسد، ولی خداوند آن است که در آن تو نگنجد.



صورت نقض وفای ما مَباش  
بی‌وفایی را مکن بیهوده فاش  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۲۰)

مر سگان را چون وفا آمد شعار  
رو، سگان را ننگ و بدنامی میار  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۲۱)

بی‌وفایی چون سگان را عار بود  
بی‌وفایی چون روا داری نمود؟  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۲۲)

خدا آن است که در آن تو ننگند. من انسان که سر تا پا خطا و اشتباه و غفلت هستم، اما خداوند سراسر رحمت و بخشش است، و رای آن‌چه که تو درک کنی و انسان همه‌اش در غفلت و فراموشی.

و این‌که اگر من نوعی، برنامه گنج حضور و جناب مولانا نبودند، الآن کجا بودم؟ در خواب ناآگاهی همچنان درد ناآگاهی می‌کشیدم.

اگر کسی خواب باشد، می‌شود بیدارش کرد و پیغام خدا را به او داد، ولی آمان از مدعی که خودش را به خواب من‌ذهنی می‌زند و می‌گوید: «می‌دانم، بلد هستم، آگاه هستم.» ولی برنامه می‌گوید در من‌ذهنی ماندن، خطا است.

خدا را شکر، شکر وجودی، به لطف برنامه و جناب مولانا و استاد نازنین در حال آموزش درس عشق و عدم هستیم و وصل هستیم به نقطه عشق و آگاهی و این خیلی مهم است استاد جان.

لیک من آن ننگرم، رحمت کنم  
رحمتم پُرسست، بر رحمت تنم  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۹)

ننگرم عهد بدت، بدهم عطا  
از گرم، این دم چو می‌خوانی مرا  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۶۰)



خداوند واقعاً نگاه نمی‌کند یک دقیقه قبل را یا یک سال قبل را یا حتی یک روز قبل را، چقدر غافل بودی و گمراه ای انسان. و این لحظه تا بخوانی و بخواهی در باز است تا به وادی حقیقت مشغول بشوی، دروازه رحمت به سوی ما باز می‌شود.

خداوند تو را هیچ‌گاه خاطی و گمراه و آلوده و مُشْرِک نمی‌بیند، من خودم بودم که خودم را این‌جوری می‌دیدم و ناامیدی و ترس‌های من‌ذهنی نمی‌گذاشت به خودم بیایم.

این من‌ذهنی من است که من را مُسْتَحَقَّ رابطه نزدیک و عاشق با خدا نمی‌بیند، چون من‌ذهنی دویی می‌بیند، می‌گوید: من! کجا؟ من کجا! خدا کجا؟! ولی خداوند ابدی و ازلی است، رحمتش بی‌انتهاست و این به لطف برنامه است استاد جان.

سپاس‌گزارم از شما و لطف بی‌نهایتان.

من یک لحظه سکوت می‌کنم و خداحافظی. ممنونم استاد.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم مریم]



۸- خانم‌ها ستایش و صدف‌ماه از تاجیکستان

[سلام و احوال‌پرسی خانم ستایش و آقای شهبازی]

خانم ستایش: می‌خواهم برایتان [صدا ناواضح] خودم را بخوانم. با اجازه‌تان شروع می‌کنم.

بیدار شو، بیدار شو، هین رفت شب، بیدار شو  
بیزار شو، بیزار شو وز خویش هم بیزار شو

در مصر ما یک احمقی نک می‌فروشد یوسفی  
باور نمی‌داری مرا، اینک سوی بازار شو

مشنو تو هر مکر و فسون، خون را چرا شویی به خون؟  
همچون قدح شو سرنگون، و آنگاه دُردی خوار شو

این سینه را چون غار دان، خلوتگه آن یار دان  
گر یارِ غاری، هین بیا، در غار شو، در غار شو  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱۳۳)

والسلام استاد [صدا ناواضح].

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم صدف‌ماه]

آقای شهبازی: خانم ستایش شعرشان تمام شد؟ خیلی زیبا بود!

خانم صدف‌ماه: خیلی این غزل را دوست دارد، برندشان است.

آقای شهبازی: برندشان است.

خانم صدف‌ماه: هر وقت که برای خانواده دارد و به مشغول است برای همین غزل را می‌سراید، «بیدار شو، بیدار شو».

آقای شهبازی: بیدار شو، بله، خیلی خب خیلی خب، خیلی ممنون. خب صحبتی دارید شما؟



خانم صدف‌ماه: استاد بزرگوار اگر اجازه فرمایید امروز در قصه‌ی نصوص هم از بی‌مرادی سخن رفت.

## چون شکست آن کشتی او بی‌مراد در کنار رحمت دریا فتاد

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۲۷۷)

## عاشقان از بی‌مرادی‌های خویش با خبر گشتند از مولای خویش

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۶)

از طریق، عاشقان این برنامه استاد از ره بی‌مرادی آمدند، امروز گفتید از امتحان‌های بزرگ آگاه و ناآگاه خداوند این‌ها را، ما را یعنی از همانیدگی‌هایمان جدا کرد.

هر وقت که برنامه‌ای نقل یک لحظه‌ای زندگی‌ام از پیش‌نظم می‌گذرد و همان مثال‌ها و مثال‌هایی که در مثنوی هست در حیات ما روی داده‌است استاد.

من هم بسیار چهار سال می‌شود برنامه گنج حضور را می‌بینم استاد، از اول با عشق و علاقه زیاد به این برنامه با شوق بزرگ مشغول بودم. خداوند این آتش را بر دل من روز از روز زیاد می‌کرد و وقتی که همسرم به مهاجرت رفتند، من فهمیدم که خیلی من بسیار با آن کس هم‌هویت بودم. سه سال شد، بر دوام سه سال نیامدند، استاد بعد من دردی که مثل امروز نصوص را خواندید گفتید و گذشتید، درد زیادی کشیدم استاد مثل این‌که بسیار مانند بود استاد. خداوند این مثال‌ها را در زندگی ما هم از سر ما گذرانده است استاد، ولی ما آگاه و ناآگاه از این‌ها.

## باز، رحمت پوستین دوزیم کرد توبه شیرین چو جان روزیم کرد

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۰۷)

[در حال گریه] استاد خداوند با رحمت خود همه این‌ها را از ما می‌شوید به‌واسطه این برنامه. بسیار دردهای ناآگاه می‌کشیدیم استاد، خدا را شکر که دردهای ما آگاه می‌شود و بعد دردها استاد ما مثل پرنده آزاد می‌شویم.

استاد در هفته‌های آخر هم من بسیار با انگبین هم‌هویتی خود را درک کردم. درد زیادی کشیدم استاد. مثل این‌که یک عضوی از جسم مرا می‌برند، دو هفته درد بسیار کشیدم، به خدا ناله و زاری کردم. من با من‌ذهنی‌ام





به کارهای انگبین هر وقت دخالت کرده، کنترل کردم. استاد بعضی برنامه شما را دیده نقاشی می‌کند، بسیار نقاشی‌های کوچک، خلاقیت‌های زیبا، نمی‌دانم استاد از کجا باشد.

در این خانه ما خدا را شکر که رحمت خدا ریخته. من با همه این‌ها خودم را آگاه هم‌هویت بودم. و انگبین را به معلمی، استادی دعوت کردند که بیاید و به کودکان [صدا ناواضح] آموزد، نقاشی را آموزد. من در کار او دخالت کرده این کار را ویران کردم استاد و آگاه شدم و خیلی درد می‌کشیدم. ولی انگبین می‌گفت که مادر جان من هم‌هویت نیستم، من راضی هستم که از این کار رفتم، شما برای چه غم می‌خورید؟ من دیدم استاد حالا هم من با فرزندانم و همسر هم‌هویتی زیاد دارم. هرچند که آنقدر درد زیاد کشیده باشم استاد، حالا هم این چیز از من پاک نشده است.

خدا را شکر که این برنامه‌های هر هفته زنده شما از این نقد نو باز خیلی چیزها را ما باز در این آینه می‌بینیم و شناسایی می‌کنیم که این قدر دنیا این قدر من‌ذهنی کثیف دارد. استاد ببخشید من می‌گویم نه می‌مرم من استاد خلاص شوم، نه زنده می‌شوم. من‌ذهنی ناامید می‌کند، ولی شما با هر برنامه زنده ما را امیدوار می‌کنید استاد.

[گریه خانم صدف ماه، صدا ناواضح]

واقعاً این فرزندانم را من بسیار می‌خواهم که هر طرف فرزندانم از برنامه دور می‌شوند، همیشه هشیاری من برای این‌ها است استاد که از این برنامه این‌ها دور شدند، خیلی خشمگین و خیلی خلاصه هشیاری‌ام برای این‌ها می‌شود. از خدا خواهان هستم که هشیاری‌ام را برای خودم کند و برای خودم کار کنم، باز این‌ها هشیارانه برگردند. یا همه این من‌ذهنی من باشد، نمی‌دانم.

استاد ببخشید، شکر که وقت دادید به من گوش کردید.

آقای شهبازی: ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم صدف ماه]

خانم صدف ماه: دعا کنید استاد. دعا کنید برای آن‌که نصوص [صدا ناواضح] اول اول دعا کرده بود که تو از این همانیدگی‌ات برکنده [صدا ناواضح] او فهمیده بود و دعا کرده بود و نصوص با سبب همان دعای عارف نجات یافت استاد بزرگوار.

آقای شهبازی: بله، بله، ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم صدف ماه]

## ۹- آقای حجت از فولادشهر

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای حجت]

**آقای حجت:** خدا را شکر، آموزش جناب مولانا را به کام ما شیرین کردید استاد نازنین واقعاً.

**آقای شهبازی:** اختیار دارید، من کاری نکردم.

**آقای حجت:** من نمی‌دانم، عالی ابیات جناب مولانا. ما بیشتر، من خیلی شگفت‌انگیز است، اعجاز‌انگیز است، و باز هم باید بگوییم که این به زبان فارسی است و چقدر خوشبخت هستیم، چقدر خوش اقبال، کلاً جامعه بشری واقعاً خوش اقبال هستند، یک چنین داستان‌هایی، یک چنین ابیاتی. این بیت باعث شده که من خودم، به قول جناب مولانا بر سر خاکستر اندوه باید بنشینم، چاه همانیدگی‌ها، و باعث شده که نعره شادی جناب مولانا من یک کمی سر بلند کنم ببینم چه خبر است.

### می‌زنم نعره در این روضه و عیون

### خلق را یا لیت قومی یعلمون

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۱۶)

«من در میان این بوستان‌ها و چشمه‌ساران در خطاب به مردم فریاد برمی‌آورم که ای‌کاش قوم من بدانستندی.» این بیت خیلی از آن اولی که شنیدم، خیلی من را به تکاپو و جنب و جوش کشاند ببینم چه خبر است. و خیلی خدا را شکر می‌کنیم و این غزل امروز، سر سودای تو دارم، تمنای تو دارم، تقاضای تو دارم، رخ زیبای تو دارم، در دریای تو دارم، چه که صفرای تو دارم، بر و پهنای تو دارم، پنهان چه تماشای تو دارم، چه علاای تو دارم، دف و سرنای تو دارم، همه هیهای تو دارم، دل‌گویای تو دارم.

این‌ها باز بشوند واقعاً این «سَرَّ اللهُ عَلَيْنَا» هم، اگر این «سَرَّ اللهُ عَلَيْنَا» هم نباشد، اصلاً نمی‌توانیم عبور کنیم، و الحمدالله که داشتند:

### باز، رحمت پوستین‌دوزیم کرد

### توبه شیرین چو جان روزیم کرد

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۰۷)

پوستین‌دوزی: وصله زدن بر پوستین، در اینجا به معنی اغماض و چشم‌پوشی از گناه

ان‌شاءالله ما هم لیاقت پیدا کنیم. و



## سوی حق گر راستانه خم شوی وارهی از اختران، محرم شوی (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۵۸۳)

واقعاً این دیگر برای همه ما یک چیز خیلی جالب و عصایِ عالی هست که تصمیم قاطع پیدا می‌کنیم که دیگر به سمت چیزهای ذهنی کشیده نشویم، وارد بهشت مولانا بشویم. بهشت مولانا هر لحظه در دسترس است و هر لحظه جناب مولانا نعره شادی و علای حضور او را دارند. ممنونم استاد نازنین، اصلاً باید، نمی‌دانیم، خود شما استاد نازنین دیگر همه آن چیزی که باید باشد هستید. ممنونم، تشکر می‌کنم.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای حجت]

۱۰- خانم فرخنده از جوزدان نجف‌آباد

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فرخنده]

خانم فرخنده: استاد قدردان زحمات شما هستیم از این برنامه عالی و خوب.

آقای شهبازی: خیلی ممنون.

خانم فرخنده: که «مُحَوِّلُ الْأَحْوَالِ» هست واقعاً، احوال بد ما را دارد به بهترین حال تبدیل می‌کند، به احسنُ الحال. خیلی تشکر می‌کنیم.

آقای شهبازی: لطف دارید، ممنونم.

خانم فرخنده: با اجازه‌تان.

آقای شهبازی: بفرمایید.

خانم فرخنده:

قُلْ أَعُوذُ بِكَ يَا كَايَ أَحَدٍ

هَيْنَ زَنْفَاتٍ، افغان وز عَقْدٍ

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۴۲)

«در این صورت باید سوره قُلْ أَعُوذُ بِكَ بِخَوَانِي وَ بَكُوِيِي كِه اِي خِداوَنَدِ يِگانه، به فریاد رس از دست این دمندگان و این گره‌ها.»

قُلْ: بگو.

أَعُوذُ: پناه می‌برم.

زَنْفَاتٍ: بسیار دمنده

عَقْدٍ: گره‌ها

موضوع من‌ذهنی و همانش و دیدن برحسب آن و پندار کمال و ناموس و این‌که تأثیر منفی بر زندگی خود و دیگران گذاشته و زندگی آن‌ها و خود را خراب می‌کنیم را نباید به شوخی بگیریم؛ چراکه تمام این‌ها نتیجه دمیدن بد و مخرب شیطان در مرکز ماست، که ما را در عمل تبدیل به دمنده‌ای بد کرده و دم حلال زندگی را از ما گرفته.



اکنون من به‌عنوان من‌ذهنی بسیار دمنده، آن هم دمنده‌ای بد و ضررزننده چطور می‌توانم از کار سختی که در آن گیر کرده‌ام خلاص شوم؟

مطمئناً با هشیاری جسمی، پندار کمال، سبب‌سازی‌هایم موفق نخواهم شد، چراکه اگر کارساز بودند این انباشتگی درد و غم و ناامیدی، آن هم به این میزان زیاد، چرا عوض کم شدن بیشتر شده؟ پس امن‌ترین جایی که می‌توان به آن پناه برد و از این پناه بردن به او ضرری متوجه ما نمی‌شود، پناه بردن به تنهاترین و بهترین حیات‌بخش که زندگی است می‌باشد.

تنها با پناه بردن به اوست که می‌توانیم به مسابقه‌ای که در دمیدن خرابکاری با دیگران گذاشته‌ایم و می‌خواهیم با دمیدن‌های بد از آن‌ها پیشی بگیریم پایان دهیم. واقعاً چرا باید دائماً کارم دمیدن در گره‌های همانندگی باشد؟ به‌خاطر این‌که می‌خواهم آن‌ها را نگه دارم و بزرگ‌ترشان کنم.

با پناه بردن به تنها فریادرس که زندگی است متعهد می‌شوم از این به بعد عکس هر آنچه را که تاکنون با من‌ذهنی انجام داده‌ام انجام دهم.

یارب، تو مرا به نفسِ طَنّاز مده  
با هر چه بجز تُست، مرا ساز مده

من در تو گریزان شدم از فتنهٔ خویش  
من آن توأم، مرا به من باز مده  
(مولوی، دیوان شمس، رباعی ۱۶۵۱)

طَنّاز: حيله‌گر، مکار

با نهایت عجز و درماندگی فریاد می‌زنم ای زندگی، ای فریادرس به دادم رس از این‌که لحظه‌به‌لحظه مانند ساحران از گره‌ای در گره دیگر می‌دمم، این‌که دنیا بُرد و من مات شدم، از مغلوب شدنم توسط دنیا، از این‌که شیطان از من بُرد و من باختم، پناه می‌برم به زندگی، که تنها او می‌تواند مرا از شرّ ذهن خارج کند، بازکنندهٔ صبح فقط در من اوست.

می‌دمند اندر گره آن ساحرات  
الغیث الْمُسْتَغَاثُ از بُرد و مات  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۴۳)



«آن زنان جادوگر در گره‌های افسون می‌دمند. ای خداوندِ دادرس به فریادم رس از غلبهٔ دنیا و مقهور شدنم به دستِ دنیا.»

الغیاث: کمک، یاری، فریادرسی

المُستغاث: فریادرس، کسی که به فریاد درماندگان رسد.

به بهترین فریادرس پناه می‌برم از شرِّ خودم، حسادتِ خودم که مدام مزاحم من و مردم است، چراکه عبور از این گردنهٔ سخت را تنها او برای من آسان می‌کند. در گردنهٔ حسادت که قرار می‌گیرم ریشه‌ام از زندگی کاملاً قطع می‌شود و نمی‌توانم براساس زندگیِ حسِّ زندگیِ کنم. در زندگیِ مصنوعیِ پلاستیکیِ ذهنی‌ام خودم را با دیگری مقایسه می‌کنم و در جنبه‌های او را برتر و بهتر از خود می‌بینم. فضای درونم بسته می‌شود، به او حسادت می‌کنم، بنابراین توجه‌ام را از روی خودم برمی‌دارم و می‌گذارم روی او که ضربه‌ای سخت به او بزنم و ضرری بزرگ به او برسانم.

### عقبه‌ای زین صعب‌تر در راه نیست ای خنک آنکیش حسد همراه نیست (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۳۱)

اثر تمام دردها و غم‌هایی که کسی جز خودم برایم ایجاد نکرده، اثر زندگی کردن در شب ذهن، اثر به خودم که در سحرِ ساحری چون من ذهنی قرار گرفتم و این‌که من ذهنی در ساحری مرا به استادی رسانده که دیگران را به راحتی سحر می‌کنم، به آن‌ها می‌آموزم که چطور ساحر باشند، یعنی در همانندگی‌ها بدمند و آن‌ها را زیادتر کنند، چطور رنجش و ترس و خشم را در خود ذخیره کنند و در هر موقعیتی به راحتی از آن استفاده کنند. این‌که دائم می‌رنجم، با رنجش گره‌ای ایجاد می‌کنم و در آن می‌دمم تا آن را زنده نگه دارم.

وقت آن است به بهترین فریادرس که زندگی است پناه ببرم، بیایم به جای این دمیدن‌های مخرب و ویرانگر به پناه بردن به تنها فریادرس که خداست اجازه دهم دمی جز دم او وارد جانم نشود تا در دم او جان بگیرم.

به جای دمیدن‌هایی مثل دمیدن در خشم، ترس، رنجش، مقاومت، حسادت، اجازه دهم دم‌های سازندهٔ زندگی که تسلیم، صبر، شکر و فضاگشایی است در من بدمد. که با دمیدن هرچه بیشتر در این دم‌های سازندهٔ زندگی به جای ارتعاش درد و غم به دیگران، ارتعاش دم‌های [قطع صدا] استاد عفو و گذشتِ زندگی است، کسی که با پناه بردن به او کارهای دشوار آسان می‌گردد، به طبیعی که دردهای سخت و کهنهٔ من را می‌شناسد.



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

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

ناسور: زخم سخت و چرکین، زخمی که آب کشیده و چرک و ورم کرده باشد.

ممنونم استاد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم فرخنده]

❖ ❖ ❖ پایان بخش دوم ❖ ❖ ❖