

کنج حنور

متن کامل پیام‌های تلفنی

۹۷۸-۱

اجرا: آقای پرویز شهبازی

تاریخ اجرا: ۲۴ شهریور 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 ۱-۹۷۸

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 ۱-۹۷۸		
فرشاد از خوزستان	لیلی حسینی زاده از تبریز	شاپرک همتی از شیراز
مریم زندی از قزوین	ناهید سالاری از اهواز	پارمیس عابسی از یزد
عارف صیفوری از اصفهان	مهران لطفی از کرج	فاطمه رشنو از لرستان
مهردخت از چالوس	زهرا عالی از تهران	فهیمه فدائی از تهران
شبیم اسدی از شهریار	مهرپذیر خیابانی از تبریز	ریحانه شریفی از تهران
رها از مازندران	حسام موسوی از مازندران	کمال محمودی از سنندج
فاطمه زندی از قزوین	یلدا مهدوی از تهران	فرزانه پورعلیرضا از تهران
رویا اکبری از تهران	بهرام زارعیپور از کرج	پریسا از تبریز

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

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

@zarepour_b

لطفاً پیام‌های 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	آقای محمد از شهریار با سخنان آقای شهبازی	۵
۲	آقای بیننده و همسرشان با سخنان آقای شهبازی	۸
۳	خانم آنیا و پدرشان آقای مهدی از مشگین‌شهر	۱۴
۴	سخنان آقای شهبازی	۱۸
۵	خانم صدیق از کرج	۲۰
۶	خانم نیروانا و مادرشان از تهران با سخنان آقای شهبازی	۲۲
۷	خانم بیننده از چالوس	۳۰
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش اول ◇ ◇ ◇	۳۳
۸	آقای پویا از آلمان با سخنان آقای شهبازی	۳۴
۹	خانم نرگس از نروژ	۴۵
۱۰	آقای فرشاد از خوزستان	۴۹
۱۱	خانم پروین از استان مرکزی	۵۲
۱۲	خانم پروین از اصفهان	۵۸
۱۳	خانم دینا از کانادا	۶۰
۱۴	خانم‌ها زرین و تیارا و یکتا از زرین‌شهر اصفهان با سخنان آقای شهبازی	۶۴

ردیف	پیام دهنده	صفحه
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش دوم ◇ ◇ ◇	۶۷
۱۵	خانم سارا از آلمان	۶۸
۱۶	خانم اکرم از نجف‌آباد اصفهان	۷۳
۱۷	سخنان آقای شهبازی	۷۵
۱۸	آقای مصطفی و خانم نگار از گلپایگان با سخنان آقای شهبازی	۸۰
۱۹	خانم مریم از کانادا با سخنان آقای شهبازی	۸۷
۲۰	خانم پریسا از کانادا با سخنان آقای شهبازی	۹۳
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش سوم ◇ ◇ ◇	۱۰۱
۲۱	خانم فریده و آقای یاسر و مادرشان از تهران	۱۰۲
۲۲	آقای علی از کرمان	۱۰۸
۲۳	خانم فاطمه از گلپایگان با سخنان آقای شهبازی	۱۱۲
۲۴	خانم رها و مادرشان از بندرعباس	۱۱۸
۲۵	خانم آمیتیدا و مادرشان از فولادشهر	۱۲۱
۲۶	خانم عذرا از تورنتو کانادا	۱۲۵
۲۷	خانم فرزانه	۱۲۹
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش چهارم ◇ ◇ ◇	۱۳۲



۱- آقای محمد از شه‌ریار با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای محمد]

آقای محمد: یک چند خطی نوشتم با اجازه‌تان تقدیم می‌کنم.

آقای شهبازی: بفرمایید، خواهش می‌کنم.

آقای محمد:

گفت: رُو، هر که غم دین برگزید

باقی غم‌ها خدا از وی بُرید

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۱۳۷)

دید ما را دید او نِعْمَ الْعَوْضِ

یابی اندر دید او کُلِّ غَرَضِ

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۲۲)

نِعْمَ الْعَوْضِ: بهترین عوض

در تکرار، مداومت و تعهد، ما در سایه مولانا و با نور ابیاتش پیش می‌بریم و دید مولانای عزیز را دنبال می‌کنیم. با آگاه بودن مدام به منظور و مقصود زندگی که تبدیل ما و پیوستن به فضای یکتایی است، با زندگی همسو می‌شویم و این همسو شدن معنایی از تعهد به الست است، معنایی از تعهد به عهد الست است. و تسلیم و رضا که برکات زیادی به همراه دارد و در تمام ابعاد و همچنین در زندگی معمولی ما جاری خواهد شد. هزاران برکاتی که خواه ناخواه، دانسته و یا ندانسته [قطع صدا]

هزار ابر عنایت بر آسمان رضاست

اگر ببارم، از آن ابر بر سَرَتِ بَارم

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۲۳)

مثالی را البته به منظور سپاس‌گزاری عرض می‌کنم. وقتی خانوادگی با برنامه گنج حضور آشنا شدیم، دو نفر در بحران میانسالی بودیم و دو نفر در ابتدای نوجوانی، مقطع حساسی که تمام اعضای خانواده هر کدام به نوعی با چالش روبه‌رو هستند، البته ناآگاه و پر از ستیزه و مقاومت، وضعیتی که میدان برای تاخت و تاز من‌ذهنی آماده



است. عبور بی‌حاشیه و سلامت و یا حداقل کم‌مسئله از این مرحله و همین‌طور تمام مراحل جمعی و فردی برکاتی [قطع صدا]، برکاتی که به‌راستی ما را از آتش و درد فراهم‌شده من‌ذهنی ایمن می‌کند، امنیتی که نه براساس سبب‌سازی، بلکه متناسب با روی نیاز، طلب، حزم و حذر ماست. و یادآور آیه ۶۹ سوره انبیا که می‌فرماید:

«قُلْنَا يَا نَارُ كُونِي بَرْدًا وَسَلَامًا عَلَيَّ إِبرَاهِيمَ»

«گفتیم ای آتش بر ابراهیم خنک و سلامت باش.»

(قرآن کریم، سوره انبیا (۲۱)، آیه ۶۹)

درک پی‌درپی این معانی در لابه‌لای ابیات و دیدن این برکات در صورت نعمات، ما را قدردان می‌کند. شاکر و قدردان از زندگی، مولانای جان، استاد عزیز و تمامی همراهان.

در پایان تبریک فراوان برای افتتاح کانال‌های جدید برنامه. اکنون با وجود سه شبکه گنج حضور با بخش‌های مختلف و متنوع، غلتیدن در شکر، عملاً برای ما میسر است، چنان‌که مولانا در بیت ۲۵۲۹ دفتر پنجم مثنوی می‌فرماید:

در شکر غلطید ای حلواییان
هم‌چو طوطی، کوری صفراییان
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۵۲۹)

نیشکر کوبید کار این است و بس
جان برافشانید یار این است و بس
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۵۳۰)

استاد تمام شد.

آقای شهبازی: عالی، عالی. اسمتان آقای محمد بود، درست است؟

آقای محمد: بله بله.

آقای شهبازی: پیغامتان عالی بود. امیدوارم خانواده‌ها بشنوند. واقعاً این تمثیل شما که دو نفر جوان و دو نفر میانسال، دیو آن‌جا یک دیگی پخته برای ایجاد درد و نافرمانی، دعوا، و سم ریختن، خیلی خوب توضیح دادید، آفرین!

آقای محمد: زنده باشید.



آقای شهبازی: و این برنامه و مولانا راهل است که از این گذرگاه سخت خانواده عبور کند که بچه‌ها با هم دعوا نکنند، و پدر و مادر با آن‌ها اختلاف نداشته باشند، سر بچه‌ها پدر و مادر اختلاف نداشته باشند، خود پدر و مادر با هم نزاع نکنند. آفرین! شما معنا را گرفتید. آفرین!

آقای محمد: استاد دست‌بوس هستم.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای محمد]

آقای شهبازی: عالی، عالی!

پیغام‌های ویژه

۲- آقای بیننده و همسرشان با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای بیننده]

آقای شهبازی: بفرمایید اول از کجا زنگ می‌زنید؟ اگر می‌خواهید اسمتان را بگویید.

آقای بیننده: [قطع صدا] هستم از اصفهان زنگ می‌زنم.

آقای شهبازی: بفرمایید خواهش می‌کنم.

آقای بیننده: خواستم تشکر کنم از برنامه بسیار خوبتان. من مدت‌هاست که این برنامه را نگاه می‌کنم و خیلی هم هویت‌شدگی داشتم، خیلی با من ذهنی به خودم آسیب زدم و خیلی خسارت‌ها به خودم زدم، از خسارت جسمی گرفته تا مالی.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای بیننده: ولی باز هم این برنامه را ادامه دادم. امروز خدا را شکر می‌کنم که همه خانواده دیگر پای برنامه می‌نشینیم. خانم هم خیلی با هم ستیزه داشتیم، الان ایشان هر روز پای برنامه شما می‌نشیند و می‌گوید که پیر من آقای شهبازی هست. خیلی کلاس‌های مختلف رفت، هم خودم، هم ایشان، کلاس یوگا، کلاس‌های معنوی که بی‌نهایت است، زیاد است در جامعه، چون همه دردمند هستند، و هیچ‌کدام مثل کلاس شما پخته نبود، هیچ‌کدام انسان را به آن آرامشی که در گفته‌های شما هست نرساند. من چندین سال است نگاه می‌کنم و اولین بار است تماس می‌گیرم.

من با من ذهنی دچار سرطان شدم سال ۹۵ و به خاطر حرص و طمع، به خاطر همین افکار منفی، به خاطر ترس، دچار سرطان شدم. و باز هم خدا به من کمک کرد، باز هم خدا دستم را گرفت و کمک کرد که زنده بمانم.

ولی همیشه به خدا می‌گویم که من گیرایی‌ام کم است، نمی‌توانم متمرکز بشوم روی اشعار، نمی‌توانم تمرکز کنم روی برنامه شما. هرچه دعا می‌کنم، هرچه از خدا می‌خواهم که یک ذره به من کمک کند تا بتوانم این مطالبی که شما می‌گویید بنشینم به تنم، به روحم. همیشه این احساس را دارم که من شاگرد آخر کلاس هستم، نمی‌دانم چرا این حس را دارم. حالا چند وقتی است که شما یکی از بزرگ‌ترین کارهایی که برای ما کردید ما را آشتی دادید با قرآن، با این دینی که داشتیم، چون ما در ایران خیلی ستیزه و جنگ داریم.

من چند وقتی است که شروع کردم حالا با خدای خودم راز و نیاز می‌کنم، می‌ترسم، در همکاران، همیشه مخفیانه یک عبادتی می‌کنم، چون که دیگر الان خیلی جنگ زیاد شده، خیلی از این مذهب و از دین و این‌ها مردم خیلی

متنفر شده‌اند به واسطه یک سری مسائل. و حالا دیگر خیلی سخت است عبادت کردن یا صحبت کردن درباره این مسائل خیلی سخت است، همه همه‌چیز را به تاریخ می‌چسبانند که این‌جوری بوده، آن‌جوری بوده. من خودم هم همین آدم بودم. خودم مدام ستیزه داشتم با دین، با مذهب، با اسلام، با نمی‌دانم تاریخی که اتفاق افتاده. و با بقیه دوست‌ها در مورد این مسائل صحبت می‌کردیم، همه‌چیز را رد می‌کردیم. با یک عده از دوستان بودند که اصلاً خدانا باور بودند و حتی اسم خدا جلوشان می‌پردی ناراحت می‌شدند، می‌گفتند اصلاً چنین چیزی وجود ندارد.

می‌خواستم از شما تشکر کنم. شما ما را آشتی دادید با این کتاب بزرگ. ما را آشتی دادید با به‌رحال آن انسان‌های بزرگی که هر کدامشان یک وزنه‌ای هستند در جهان و می‌توانند به ما کمک کنند. واقعاً نمی‌شود نادیده گرفت، مولانا را بخواهی مقایسه کنی با بقیه انسان‌ها می‌بینی خیلی برتر است، باید زانو زد در مقابلش، باید در مقابل بزرگان دین زانو زد. همین، من بار اولم بود چیزی ننوشتم. ببخشید اگر تندتند صحبت کردم.

آقای شهبازی: خیلی زیبا. شما چند سالتان است ببخشید؟

آقای بیننده: من ۴۷ سالم است جناب شهبازی.

آقای شهبازی: خب دیگر، پس همین‌که ۴۷ سالتان است، جوان هستید، سرطان گرفتید، این نشان این است که من ذهنی چقدر می‌تواند تخریب کند و بدن انسان را خراب بکند. خوشحالم که شما برنامه را نگاه می‌کنید. البته برنامه همین‌طور که می‌بینید، برنامه را فقط من اجرا نمی‌کنم، الآن شما اجراکننده برنامه هستید. این برنامه مال مردم است، این تلویزیون هم مال مردم است، الآن سه‌تا شبکه شده روی ایران، مال شماست، مال من نیست، می‌گویید برنامه شما. برنامه من نیست، برنامه همه ماست.

آقای بیننده: زنده باشید. جناب شهبازی من یکی از بیننده‌های شما هستم که کمپانی من ذهنی هستم. یعنی هر اتفاقی که فکر کنی، با من ذهنی به سر خودم آوردم. در سن چهل‌سالگی دچار این مریضی صعب‌العلاج شدم و تومور بزرگی در روده‌ام رشد کرده بود، ولی به لطف شما و برنامه شما، به کمک خداوند توانستم این بیماری را بگذرانم. من خلبان هستم و توانستم دوباره برگردم به پرواز، دوباره بتوانم این آزمون‌ها را همه را اکی (ok) کردم بعد از دو سه سال که مراقبت کردم. دوباره برگشتم، الآن هر روز ورزش می‌کنم، هر روز زانو می‌زنم در مقابل خداوند.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!



آقای بیننده: و بچه‌هایم و خانم هم همه این کلاس‌ها را دور زد و عاقبت نشست پای درس شما، پای مکتب شما و واقعاً خودش اذعان می‌کند که هیچ کسی مثل آقای شهبازی نمی‌شود. یعنی ما خیلی دور زدیم، خیلی درد کشیدیم، خیلی به خودمان آسیب زدیم، من این را برای دوستانی می‌گویم که دارند این برنامه را نگاه می‌کنند، می‌گویم واقعاً از وقتی که با ذهن زندگی می‌کنی، پر از حرص و طمع هستی و همه‌چیز را از تو می‌گیرد، همه‌چیز، همان که فرمودید «از هر جهتی تو را بلا داد».

من فکر نکنم جهتی مانده باشد که دیگر به خودم آسیب نزده باشم. و امروز در این سن به همه کسانی که دارند این برنامه را گوش می‌دهند پیام این است که غفلت و درنگ نکنند، واقعاً دیگر دنبال جایی نگردند، دیگر دنبال راهی نگردند، و این مولانا چقدر اسرارآمیز است این مرد.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای بیننده: و چقدر می‌تواند بزرگ باشد و شما هم که از دیار خودش هستید، از دیار شمس، و من فکر می‌کنم این یک لطف خداست، این یک معجزه است، همین‌جوری هیچ اتفاقی بیخود و بی‌جهت نیست. این یک تناسبی است که شما می‌توانید به این زیبایی بیان کنید و این قدر ساده، این قدر ساده که حتی بچه‌ها هم الآن ماشاءالله همه نشستند پای این برنامه و چقدر من می‌بینم این بچه‌ها زیبا صحبت می‌کنند، احساس خوبی دارم.

من فکر نمی‌کردم بتوانم شماره شما را بگیرم. همیشه می‌گفتم که حالا همیشه گوش می‌کنیم، همیشه خودم را به حساب نمی‌آوردم، امروز به محض این‌که شماره شما را گرفتم برای اولین بار، گرفت.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای بیننده: و پیام همین است که مردم کمتر درد بکشند، کمتر آسیب به خودشان بزنند.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! بله بله هفته گذشته در غزل داشتیم «فسّاق»، گفتیم یک معنی‌اش می‌تواند بیهوده‌کار باشد. آدم زحمت می‌کشد، ولی نتیجه نمی‌گیرد، تمام کارهایش بیهوده می‌شود با من ذهنی. و خوشحال هستم که شما بزرگی و ارزش مولانا را فهمیدید. عرض می‌کنم من کاره‌ای نیستم، الآن دیگر همه‌کاره مولانا و شما هستید. و این جد و جهد و توجه شماست که شما را پیش می‌برد، قدر خودتان را بدانید. و پیغامتان عالی بود.

آقای بیننده: زنده باشید.



آقای شهبازی: نشان دادید که من ذهنی چه جوری می‌تواند به یک جوانی در چهل سالگی لطمه بزند به خاطر این‌که از ابتدا، به قول شما از هر جهتی به ما بلا می‌دهد دیگر. یعنی این من ذهنی آسیب می‌رساند و در حد شدت یافته ما را فلج می‌کند تا ما بفهمیم که من ذهنی راه نیست.

بله هفته گذشته هم در برنامه داشتیم، یعنی این هفته، ۹۷۸، این راه بی‌رهی است، راه نیست این. «آتشی پر در بُن دیگ تهی». یعنی آتش پر خداوند، عشق، زیر یک دیگ خالی روشن است. ما در دیگ من ذهنی جز درد چیز دیگری نمی‌پزیم، غیر از بیهوده‌کاری. ممنونم، واقعاً عالی بود پیغامتان.

آقای بیننده: خواهش می‌کنم. من به معاد هیچ اعتقادی نداشتم، به خداوند، هم در حد سطحی، فکر می‌کردیم یک خدایی هست، همه‌جا هم هست و می‌تواند، زیاد استفاده آن‌چنانی ندارد برای ما، ولی شما با این کلام مولانا نشان دادید که ثانیه‌به‌ثانیه باید زانو بزنی، ثانیه‌به‌ثانیه باید از خدا کمک بخواهیم و این‌جوری نبود. ما خدا را همین‌جور به صورت خیلی نمی‌دانم چه جوری بگویم، همین‌جور سطحی می‌دانستیم. اصلاً فکر نمی‌کردیم که این دنیا حساب و کتاب دارد. فکر می‌کردیم این شعرا، این بزرگان مثل حافظ، مثل سعدی، مثل مولانا، مثل عطار، مثل خیام، این‌ها همین‌جوری رفتند یک جا درس خواندند و شروع کردند به شعر گفتن. حالا کتابش هم همه در کتابخانه‌مان هست، از شاهنامه هست تا بیا پایین، تا تمام این داستان‌های معنوی، قرآن است، ولی هیچ‌وقت ما حتی اگر شعری هم از آن می‌خواندیم، چون به‌عنوان یک سرگرمی نگاه می‌کردیم، هیچ‌وقت به این درک، به این موشکافی که شما باز کردید برای ما اصلاً فکرش را نمی‌کردیم.

الآن یک جوری شده که ما جرئت این را داریم که راحت بتوانیم شاهنامه بخوانیم، جرئت این را داریم که راحت می‌توانیم مولانا بخوانیم.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای بیننده: و توضیح بدهیم برای یکی، برای خودمان، برای خانواده‌مان. حتی دیگر داستان‌های مثلاً هزار و یک شب هم که اگر من بخوانم، می‌دانم که این پشت پرده‌اش یک چیزی است می‌خواهد تو را وصل کند به آن اصل خودت، به آن ذات خودت.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای بیننده: فقط برای سرگرمی گفته نشده.

آقای شهبازی: آفرین!



آقای بیننده: خب این خیلی ارزشمند است.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! عالی، عالی!

آقای بیننده: خواهش می‌کنم. ممنونم.

آقای شهبازی: خب شاید خانمتان هم بخواهند صحبت کنند یک چند کلمه.

آقای بیننده: بله اجازه بدهید یک کم می‌ترسد، ولی من گوشی را به او می‌دهم. باید صحبت کند.

آقای شهبازی: [خنده آقای شهبازی] می‌ترسد، چرا؟ شما پهلویش بنشینید نترسند.

همسر آقای بیننده: سلام آقای شهبازی.

آقای شهبازی: سلام خوبید؟

همسر آقای بیننده: مرسی ممنون. شما خوب هستید؟ بیخشید من هول شدم.

آقای شهبازی: آفرین بر شما، آفرین بر شما. اختیار دارید، بفرمایید چند کلمه. همسرتان چقدر عالی صحبت

کردند. چقدر عالی پیشرفت کردید، خانواده‌تان را، خودتان را واقعاً نجات دادید. آفرین!

همسر آقای بیننده: بله خیلی خیلی. آقای شهبازی اصلاً من این قدر دور خودم چرخیدم در این زندگی‌ام. همیشه

راه معنوی را دوست داشتم، ولی همیشه دور خودم می‌چرخیدم. من حتی مثلاً در خانه‌ام کلاس سمع می‌گذاشتم.

صبح تا شب تدارک می‌دیدم که بیایند در خانه‌ام سمع کنند، ولی آخر شب حالم بد بود، هیچ وقت حالم خوب

نبود، چون با من ذهنی بودم، چون همه‌اش تظاهر بود، معنویتی در آن نبود، همه‌اش می‌خواستم تأیید طلب باشم،

همه‌اش می‌خواستم من ذهنی را ارضا کنم، نمی‌خواستم که وصل بشوم خود خدا را ببینم.

و این که الان اصلاً این قدر خوشحال هستم که من صبح‌ها وقتی بلند می‌شوم، اول باید بعد از نیایشم برنامه شما

را روشن می‌کنیم، هیچ کاری نمی‌کنم. عهد کردم با خودم که حتی شده یک ساعت برنامه را گوش کنم و می‌نویسم.

یک دفتر دویست برگ دارم اشعار را می‌نویسم، هرچه که شما می‌گویید تندتند یادداشت می‌کنم. بعد همه این‌ها

را می‌نشینم می‌خوانم تکرار می‌کنم، شعرها را حفظ می‌کنم.

آقای شهبازی: آفرین!

همسر آقای بیننده: در هر مشکلی که در روزمره برایم پیش می‌آید شعرها را می‌خوانم با خودم، و می‌گویم الان تو

باید این‌جا این کار را بکنی، فضاگشایی بکنی، الان باید سکوت بکنی. آنصتوا را خیلی وقت‌ها روی دستم بزرگ



یادداشت می‌کنم که فراموش نکنم واقعاً. و واقعاً از شما ممنونم آقای شهبازی چون من دوتا دختر هم دارم و خیلی وقت‌ها می‌آیند می‌گویند مامان امروز چه شعری می‌گویی که ما یادداشت کنیم.

آقای شهبازی: آفرین!

همسر آقای بیننده: یا دختر کوچک که قبلاً خیلی جبهه می‌گرفت، می‌گفت شما فقط به آقای شهبازی نگاه می‌کنید، الآن وقتی که من می‌گویم مامان الآن نوبت من است، من باید برنامه را نگاه کنم، می‌گوید خودم هم با تو نگاه می‌کنم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

همسر آقای بیننده: و برای من دیگر اصلاً خانواده‌مان تغییر کردیم. سکوت، آرامش، و به لطف خدا، مولانا و شما که عزیز جان هستید، خدا حفظتان کند، تندرست باشید و بمانید برایمان.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. واقعاً ماشاءالله به شما. آفرین، آفرین! همین است، راه را پیدا کردید. آفرین، آفرین!

همسر آقای بیننده: زنده باشید.

آقای شهبازی: خیلی خوب. من دیگر با شما خداحافظی کنم. اگر بچه‌هایتان در سنی هستند که می‌توانند ویدئو بفرستند یا یک شعری بخوانند بفرستند، ویدئو بگیرید بفرستید به ما پخش می‌کنیم، بیشتر به شوق می‌آیند.

همسر آقای بیننده: حتماً، حتماً آقای شهبازی.

آقای شهبازی: ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و همسر آقای بیننده]

آقای شهبازی: خیلی خوب.



۳- خانم آنیا و پدرشان آقای مهدی از مشکین‌شهر

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم آمیا]

خانم آنیا: من می‌خواهم برایتان شعر بخوانم.

آقای شهبازی: بفرمایید. شما اسمتان را اول بگویید.

خانم آنیا: من آنیا حسنی هستم، هشت سالم هست از مشکین‌شهر. می‌خواهم برایتان شعر بخوانم.

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

خانم آنیا:

بیاموز از پیمبر کیمیایی
که هر چت حق دهد می‌ده رضایی

همان لحظه در جنت گشاید
چو تو راضی شوی در ابتلایی
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۷۵)

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

خانم آنیا: تمام شد. استاد گوشه را می‌دهم به بابام.

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و پدر خانم آنیا]

آقای شهبازی: آفرین بر شما! چه زیبا خواندند این، اسمشان را یک بار دیگر بگویید!؟

آقای مهدی: قربان شما استاد. استاد آنیا بود، آنیا.

آقای شهبازی: آفرین، خیلی خوب. بله بفرمایید.

آقای مهدی: استاد با اجازه‌تان من هم یک متنی داشتم، می‌خواستم به اشتراک بگذارم اگر اجازه بدهید.

آقای شهبازی: بله، بله بفرمایید.

آقای مهدی:

به نام خدا



طرف حساب تمامی شعرهای مولانا فقط و فقط خود شخص «خواننده» است. هر بیته را که از مولانا می‌خوانیم بایستی آن بیت را بر روی «خودمان» اعمال کنیم و نورافکن آن بیت را تنها روی خودمان بیندازیم. چرا که اگر بعد از خواندن بیته از مولانا حواسمان به افراد اطرافمان باشد و عیب و ایرادی را که بیت به ما گوشزد می‌کند را در دیگران جست‌وجو کنیم، جهد بی‌توفیق کرده‌ایم.

آقای شهبازی: آفرین.

آقای مهدی: یعنی بیت را زحمت کشیده‌ایم، چندین بار تکرار کردیم و وقت گذاشته‌ایم، اما به‌جای تغییر دادن خودمان و بهره‌برداری از آن بیت، توجهمان را روی دیگران گذاشته‌ایم. که جناب مولانا در دفتر سوم، بیت ۸۳۹ فرموده‌اند که

**جهد بی‌توفیق خود کس را مباد
در جهان، واللہ اعلم بالسداد**
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۸۳۹)

سداد: راستی و درستی

و همچنین من یکی از چندین عیبی که در خودم شناسایی کرده‌ام این است که موقع خواندن بیته از جناب مولانا فوراً توجهم به‌جای این‌که روی نواقص خودم بروم روی دیگران می‌رفت. درحالی‌که ما از آموزش‌های جناب مولانا و برنامه گنج حضور یاد گرفتیم که هر عیب و نقصی را که در دیگران می‌بینیم چه‌بسا رنگین‌تر از آن‌ها در خود ما باشد! و همچنین حضرت مولانا در دفتر دوم، بیت ۳۰۳۸ فرموده‌اند که

**گر همان عیبت نبود، ایمن مباش
بوک آن عیب از تو گردد نیز فاش**
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۳۸)

بوک: باشد که، شاید که

پس اولین و مهم‌ترین هدف و منظور ما از گوش دادن به آموزه‌های جناب مولانا و صحبت‌های آقای شهبازی نازنین کار کردن و متمرکز شدن فقط بر روی «خودمان» است.

آقای شهبازی: آفرین!



آقای مهدی: ما فقط مسئول خودمان هستیم نه کس دیگر. منظور از کس دیگر حتی نزدیک‌ترین اشخاص زندگی‌مان را نیز شامل می‌شود.

در زمین مردمان، خانه مکن کار خود کن، کار بیگانه مکن (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۶۳)

همچنین از این آموزه‌ها یاد گرفتیم که اگر دوست داریم افراد اطرافمان نیز تغییر کنند، باید فقط و فقط روی خودمان کار کنیم و خودمان را تغییر دهیم. اگر خودمان را تغییر بدهیم، شاید افراد نزدیکمان این ارتعاش ما را گرفته و شروع به تغییر کنند.

یک چیز دیگری را که تازگی‌ها در خودم شناسایی کردم این است که من ذهنی من انتظار دارد که هر یک از برنامه‌گنج حضور که اقیانوسی برای خودش است را تمام و کمال درک کنم و متوجه این نیست که من ظرفیت و گیرایی تمام مطالب برنامه را ندارم و بایستی پندار کمالم را کنار گذاشته و در حد توان و ظرفیت از برنامه استفاده کنم و خدا را شکر کنم که به این برنامه وصل هستم و می‌توانم روی خودم کار کنم.

اما من ذهنی من، مرا از دنبال کردن و گوش دادن به برنامه ناامید می‌کند و می‌گوید که چون تو نمی‌توانی تمامی برنامه را دروناً دریافت کنی، پس پیشرفت نکرده‌ای و کار بیهوده‌ای را انجام می‌دهی!

درحالی‌که من قلباً متوجه این هستم که هر چقدر بیشتر روی خودم کار می‌کنم و روی ابیات و صحبت‌های آقای شهبازی نازنین متمرکز می‌شوم، هر روز بیشتر از دیروز درونم وسعت پیدا می‌کند و آگاهی‌ام بالا می‌رود.

علّتی بتر ز پندار کمال نیست اندر جان تو ای دُودلال (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴)

دُودلال: صاحب ناز و کرشمه

استاد با اجازه‌تان تمام شد.

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

آقای مهدی: قربان شما، سلامت باشید. ممنونم از زحمات‌های شما. ممنونم.



آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، عالی. ممنونم از شما که این دانش را می‌گیرید در زندگی‌تان به‌کار می‌برید، زندگی خودتان را و خانواده‌تان را درست می‌کنید. آفرین، آفرین بر شما!

آقای مهدی: قربان شما. ممنونم، مرسی. سلامت باشید.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای مهدی]

مجلس شورای اسلامی



۴- سخنان آقای شهبازی

روی صفحه همین‌طور که می‌بینید درواقع آدرس ابزارهای مختلف گنج حضور نوشته شده.

وبسایت (website):

parvizshahbazi.com

هست. در

Ganjnama.com

شما می‌توانید اشعار شاعران فارسی‌زبان را پیدا کنید.

اینستاگرام (Instagram) گنج حضور هست:

Shahbazi.parviz

GANJEHOZOUR2

هم آپ (application: app) ماست. آپ می‌توانید دانلود کنید به گوشی تلفنتان. هم می‌توانید آیفون به اصطلاح استفاده کنید، هم می‌توانید اندروید استفاده کنید. تلفن‌هایی مثل سامسونگ و این‌ها می‌توانید استفاده کنید. این آپ ما درواقع بسیار بسیار چه می‌گویند روان و استفاده از آن آسان است و هرچه ما تا حالا تولید کرده‌ایم در این آپ ما هست، یعنی فقط شما این گوشی را می‌خواهید و آپ GANJEHOZOUR2 را.

خواهش می‌کنم دانلود کنید، حتی کانال‌ها هم آن‌جا هست. این سه تا کانالی که الان داریم ما که نشان دادم، فرکانسش را خواهش می‌کنم یادداشت کنید. این کانال ۳ هست:

GANJEHOZOUR3

Frequency: 11958

Symbol Rate: 27500

Fec: Auto

Pol: Vertical

کانال ۳ جدید هست. کانال ۲ هم جدید هست:

GANJEHOZOUR2

فرکانس: 12073



27500

Vertical

FEC: Auto

این هم کانال قدیمی ما است:

GANJEHOZOUR1

فرکانس: 11766

27500

Vertical

FEC: Auto

این‌ها را استفاده کنید. در این سه‌تا کانال ما به‌طور متنوع محصولات خودمان را که در واقع تولیدات شما هم داخلش هست، همین پیغام‌های شما که می‌دهید در آن هست.

پیغام‌های بینندگان ما، منبع دانش واقعاً، دانشی است که شما می‌توانید استفاده کنید. امروز سه‌تا تلفن تا این‌جا آمده، هر سه‌تای آن‌ها عالی بودند. شما می‌توانید از آن یاد بگیرید. این را هم خواهش می‌کنم قبول کنید که ما از همدیگر می‌توانیم یاد بگیریم، لزومی ندارد که فقط من صحبت کنم یا مثلاً شعر مولانا باشد. ما انسان‌ها می‌توانیم از همدیگر یاد بگیریم.

۵- خانم صدیق از کرج

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم صدیق]

خانم صدیق: اولین بارم هست، ۶۱ سالم هست. سه چهار سال هست که با این برنامه آشنا شدم. اوایل متوجه نمی‌شدم، ولی خیلی کنجکاو بودم چون آرامش را در وجود کسانی که با این برنامه بودند می‌دیدم لذت داشت برایم.

پیگیر شدم و موفق شدم، با هاجر خانم آشنا شدم، ایشان برنامه گنج حضور را توضیح می‌دادند. من در یک خانواده مذهبی به دنیا آمده بودم و خیلی با ملاحظه رفتار می‌کردم، ولی آرامش نداشتم.

روز اول که وارد کلاس شدم توضیحاتی که در کلاس داده می‌شد من به خودم بالیدم، چون رفتارم را خوب می‌دیدم، ولی با من ذهنی آشنا نبودم. آن روز غزل شماره ۱۹۴۸، برنامه ۶۱۱:

بانگ آید هر زمانی زین رواق آبگون

آیت اِنَّا بَنَيْنَاهَا وَاِنَّا مُوسِعُونَ

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۹۴۸)

رواق: عمارتی که سقف قوسی شکل دارد؛ ایوان، راهرو و مدخل سقف‌دار در داخل عمارت. در این‌جا رواق آبگون به معنی آسمان آبی است.

آبگون: آبی، مانند آب

را توضیح می‌دادند و آن روز در سن ۵۸ سالگی، من متوجه شدم من ذهنی همان نفس من است و تمام دانستن‌های من از من ذهنی است. من که این قدر تلاش می‌کردم کار اشتباه انجام ندهم و منتظر جواب مثبت بودم، خوبی نمی‌دیدم، آرامش نداشتم، یواش‌یواش فهمیدم صبر من صبر نبوده، تحمل بوده!

آقای شهبازی: آفرین!

خانم صدیق: «صبر» آرامش دارد ولی «تحمل» خشم داشت. گذشت من، گذشت نبود معامله بود! توقعم بالا می‌رفت و از درون خودم اطلاعی نداشتم. خدا را شکر روزبه‌روز آشنایی‌هایم بیشتر شد و آرام‌تر شدم.

[صدا قطع شد.] دوستان این برنامه آن قدر عالی هست خدا را شکر، خیلی خوب است، عالی عالی. خدا حفظتان

کند. آقای شهبازی، من بار اولم هست زنگ می‌زنم. من امروز زنگ زدم برای «قانون جبران». یک چیزی متوجه شدم اگر اجازه بدهید بگویم.

آقای شهبازی: بله، بله خواهش می‌کنم.



خانم صدیق: با اجازه‌تان. من همیشه همانندگی‌هایم را شناسایی می‌کردم و به خدا می‌گفتم فقط شما خریدار هستید، نمی‌توانم کاری بکنم و دوست داشتم عدم باشم، بدون فکر و همانندگی، ولی امروز متوجه شدم به این بیت مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۰۰.

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

آقای شهبازی: آفرین!

خانم صدیق: من دوست دارم ایرادهایم را خدا ببخشد و حضور به من بدهد. پس از هرکس رنجشی دارم ببخشم و این ترازو شامل همه چیز هست. همین‌جوری که خدا من را دوست دارد، آن انسان‌هایی که از نظر من به من ظلم کرده‌اند، برای خدا عزیز هستند. اگر من «بخشش» می‌خواهم، باید ترازو، میزان باشد، من هم باید ببخشم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم صدیق: خب خوب هستید، خسته نباشید.

آقای شهبازی: خیلی ممنون، خیلی زیبا! آفرین!

خانم صدیق: من بار اولم بود سریع شروع کردم! خیلی استرس داشتم.

آقای شهبازی: خیلی خوب بود، خیلی خوب بود، عالی بود، ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم صدیق]



۶- خانم نیروانا و مادرشان از تهران با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم نیروانا]

خانم نیروانا: نیروانا هستم چهارده سالم است. و یکم هول شدم، معذرت می‌خواهم.

آقای شهبازی: یک دفعه دیگر اسمتان را بگویید.

خانم نیروانا: نیروانا هستم.

آقای شهبازی: نیروانا، خواهش می‌کنم، از کجا زنگ می‌زنید؟

خانم نیروانا: از تهران.

آقای شهبازی: از تهران، آفرین، آفرین! شروع کنید به صحبت، شما این‌که خیلی زیبا صحبت می‌کنید. آفرین! بفرمایید.

خانم نیروانا: استاد من جوری که با برنامه شما آشنا شدم، زمانی بود که مادرم در دوران استراحت بارداری‌شان بود و آن زمان اصلاً هنوز من به دنیا نیامده بودم که با برنامه شما آشنا شدند و این را به مادربزرگم هم معرفی کردند. و همیشه من احساس می‌کردم که کل زندگی‌ام ناخواسته هم که بود به برنامه شما گوش می‌دادم. تا الآن که چهارده سالم است نمی‌توانم اقرار کنم که یک تایمی واقعاً متعهد شدم که برنامه شما را پیوسته ببینم. ولی کلاً قوانین و صحبت‌های شما همیشه در خانه ما صدای شما هر لحظه‌ای که من بیدار می‌شدم یا داشتم یک کاری انجام می‌دادم صدای شما همیشه در خانه ما جاری بود. ولی همین چیز که من حتی بدون هیچ تعهدی برنامه شما را می‌دیدم باعث شد که یک تفاوتی را در خودم احساس کنم که حتی از موفقیت بعضی‌هایی که هیچ نسبت صمیمانه‌ای با من ندارند و حتی اصلاً علاقه‌ای هم به من ندارند خوشحال بشوم. و اصلاً حس حسادت نکنم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نیروانا: و استاد همیشه من به این چیز که قرین خیلی تأثیر دارد، همیشه به این مسئله می‌رسیدم که دوستانی را انتخاب می‌کردم یا افرادی که من با آنها حس نزدیکی می‌کردم و هر چقدر که می‌دانستم که این اشتباه است و یک روز ضربه می‌بینم، باز هم به خودم می‌گفتم که نه شاید این سری این دوستی با دوستی دفعه پیش فرق می‌کند. این را وقتی کامل متوجه شدم که آقای نیما هم گفت که این بار، همیشه من ذهنی من می‌گفت



که این بار با دفعه قبل فرق می‌کند. ولی واقعاً متوجه شدم که هیچ تفاوتی ندارد واقعاً همانی که سری پیش اتفاق افتاده، دوباره هم اتفاق می‌افتد و من همان ضربه را می‌بینم. ولی متوجه شدم که

تا به دیوار بلا ناید سرش نشنود پند دل آن گوش کرش (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۰۶۳)

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نیروانا: هر وقت که به یک سختی‌ای می‌رسیدم و یک اشتباهی می‌کردم، با خودم می‌گفتم که تو سری پیش هم این اتفاق برایت پیش آمده بود، چرا باز چنین اشتباهی کردی؟ مگر عقلت نمی‌رسد؟! بعد فهمیدم که ملامت کردن یکی از بدترین کارهایی است که می‌توانم بکنم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نیروانا: برای همین فهمیدم حتی وقتی اشتباه هم می‌کنم، نباید خودم را ملامت و سرزنش کنم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نیروانا: یک اشتباهی بوده که صورت گرفته و فقط باید متعهد شوم که این اشتباه را تکرار نکنم، نه این‌که هی بگویم چرا این کار را کردم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نیروانا: و بعد هم این‌که شکر است که هر وقت من و مادرم شروع کردیم که برای موقعیت‌های زندگی که برایمان پیش می‌آید شکر کنیم، آن‌ها بهتر می‌شدند و خودم قشنگ احساس می‌کردم که چقدر دارم پیشرفت می‌کنم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نیروانا: همین شکر باعث شد که حتی موقعی که یک سختی‌ای دارم، حتی در درس است یا هر چیز، برای همان موقعیت هم حتی شکر کنم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نیروانا: بعضی وقت‌ها کلاً خودم و دوستانم کلاً در این سن نوجوانی یک کاری می‌کنیم، یک حرفی می‌زنیم یا هر چیز که هیچ ضرورتی ندارد، که باز هم می‌توانیم بگوییم که



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

من این مشکل را که بدون ضرورت همه کار می‌کردم، حتی در غذا خوردنم می‌دیدم که وقتی [قطعی صدا] دارم باز هم احساس گرسنگی می‌کنم، چون عادت کردم که بدون ضرورت کارها را انجام بدهم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نیروانا: ولی اگر ضرورت یک کاری را پیدا کنم، می‌توانم خیلی بهتر عمل کنم و موفق بشوم. ولی یک بیت دیگری هم که از نظر من واقعاً مفید است، یعنی نه تنها این بیت، یکم هول شدم، همه بیت‌هایی که شما بیان می‌کنید.

لذت بی‌کرانه‌ای‌ست، عشق شده‌ست نام او
قاعده خود شکایت است، ورنه جفا چرا بود؟
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۶۰)

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نیروانا: استاد همه این‌ها هم به لطف شما و همچنین مولانا صورت می‌گیرد که من انصتوا، پرهیز، شکر و قرین را متوجه شدم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نیروانا: و استاد هر وقت «انصتوا» می‌کنم در برابر این‌که مثلاً یکی از دوستان من می‌آید می‌گوید که نیروانا درباره تو دارند چنین چیزی را می‌گویند، من سکوت می‌کنم و می‌گویم که خدا خودش ان‌شاءالله حل می‌کند و آن‌ها هم به اشتباه خودشان پی می‌برند، هم من نباید خیلی خودم را برای این ناراحت کنم و نباید خیلی نگران این باشم که دیگران درباره من چه چیزی فکر می‌کنند.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نیروانا: و صبر می‌کنم، صبر می‌کنم تا این مشکل به لطف خدا خودش حل بشود.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نیروانا: استاد اگر وقت دارم می‌شود ادامه بدهم؟



آقای شهبازی: بفرمایید ادامه بدهید، بله.

خانم نیروانا: همیشه دوست داشتم که همانندگی‌هایم را زودتر شناسایی کنم که خیلی با آن‌ها یعنی وابسته آن‌ها نشوم و آن‌ها را قرین خودم قرار ندهم. همانندگی من اول از همه، من با دوستانم همانندیده بودم که هر اتفاقی مثلاً می‌خواست برایشان پیش بیاید یا احساس می‌کردم که دارند اشتباه می‌روند، می‌خواستم که آن‌ها را یک جورهایی درس بدهم، وقتی که حتی خودم آن درس‌ها را کامل متوجه نشده بودم. ولی هر وقت این را متوجه می‌شدم به خودم می‌گفتم که نیروانا نباید این را تکرار کنی.

و این‌که همیشه از قرین بد وقتی می‌خواستم دوری کنم، اگر یک مدت کوتاهی این کار را می‌توانستم بکنم، بعداً باز آن خرس زندگی به سراغم می‌آمد و به من می‌گفت که خب چند ماه از او دور بودی حتماً یا او عوض شده و قطعاً تو هم عوض شدی، پس می‌توانید این سری متفاوت عمل کنید. ولی استاد هر وقت این اتفاق پیش می‌آمد آن اتفاق تکرار می‌شد و حتی بدتر از آن و متوجه می‌شدم که یک قرین بد همیشه برای من بد است.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نیروانا: و اگر یک آدم خوبی یا یک منبع خوبی را برای قرین بودن انتخاب کنم مثل برنامه شما که واقعاً الآن هم زنگ زده‌ام که متعهد بشوم بیشتر و متعهدانه‌تر نگاه کنم، این روی من تأثیر می‌گذارد و اگر یک سایت بد، یا حتی سریال بد که خیلی با دقت نگاه کنم و برای تمام وقت روزم انتخاب کنم، این هم خودش یک قرین بد است، که من مثل آن رفتار می‌کنم، مثل آن صحبت می‌کنم و آن کامل روی من تأثیر می‌گذارد.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نیروانا: حتی اگر دوستم یک گویشی دارد، مثلاً با یک لهجه‌ای یا یک طرز صحبتی صحبت می‌کند، من قشنگ متوجه شده‌ام اگر دو سه ساعت با او بیرون هستم یا با هم داریم وقت می‌گذرانیم بعد از آن من دقیقاً عین او صحبت می‌کنم، شبیه همان.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نیروانا: و این واقعاً عجیب است، برای منی که من می‌دانم که نباید این کار را کنم، ولی ناخواسته قرین تأثیر خودش را می‌گذارد.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم نیروانا: استاد اگر وقتش هست من می‌توانم گوشی را به مادرم هم بدهم؟



آقای شهبازی: بله. آفرین!

خانم نیروانا: ممنونم استاد، باز هم از شما تشکر می‌کنم.

آقای شهبازی: خیلی خوب بود.

خانم نیروانا: و همین‌جا هم به خودم، هم به شما قول می‌دهم که برنامه را متعهدانه‌تر نگاه کنم.

آقای شهبازی: آفرین! چقدر چیز یاد گرفتید شما در چهارده‌سالگی واقعاً، آفرین! ماشاءالله، دیگر من چه بگویم خیلی دوست‌داشتنی است این موضوع، اصلاً شنیدنش خیلی تشویق‌کننده است. من فکر می‌کنم هر کسی می‌شنود یک نوجوان چهارده‌ساله، یک حالا البته یک نوجوان عشق چهارده‌ساله این‌طوری حرف می‌زند، شما باور کنید که به‌اندازه یک آدم بالغ بالغ بالغ پنج‌ساله می‌دانید. من مطمئن هستم که آدم‌های پنج‌ساله امروز از شما درس گرفتند، مطمئن باشید.

خانم نیروانا: باعث خوشحالی من می‌شود استاد.

آقای شهبازی: ممنونم.

خانم نیروانا: استاد این قدرت شما و مولانا است که حتی منی که متعهدانه نمی‌توانم بگویم که شده حتی دوتا برنامه را کامل و بادقت پیاده کنم در هر چیز، توانسته‌ام این تغییر را در خودم ایجاد کنم و این تغییر را ببینم. و حتی استاد موانع راه معنوی که شما و خانم پریسا توضیح دادید را هم من می‌توانم بگویم که یکی از قسمت‌هایی بود که من کامل آن را گوش دادم چون تک‌تک آن موانع، هر سری مرا یک جورهایی از راه عقب می‌کشاند و نمی‌توانستم ادامه بدهم.

کلاً همه برنامه‌های شما واقعاً مفید است و تنها چیزی که من یاد گرفته‌ام این است که نباید خیلی عجله کنم باید صبر کنم که نخواهم همه برنامه‌ها را پشت‌سرهم مثلاً بگویم که خب من تمام برنامه‌ها را می‌خواهم در یک سال ببینم. اگر چندتا برنامه را انتخاب کنم که همان‌ها با همان‌ها شروع کنم آن‌ها را بارها بارها ببینم، همان به نظرم مفیدترین است.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین، خیلی خوب!

خانم نیروانا: استاد.

آقای شهبازی: جانم؟

خانم نیروانا: اگر اجازه هست من گوشی را بدهم به مادرم؟



آقای شهبازی: بله، بله، حتماً. ممنونم از شما.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم نیروانا]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و مادر خانم نیروانا]

آقای شهبازی: تبریک به شما برای دختر چهارده‌ساله نازنین، ماشاءالله، به به! چه بگویم واقعاً به شما؟!

مادر خانم نیروانا: زنده باشید. والله من خودم تعجب کردم چون نیروانا حقیقتش خیلی پرهیز می‌کند از این‌که حالا صحبت بکند، فیلم تهیه کند یا حتی برای برنامه هم نه، حتی همین‌طوری مثلاً در پروفایل (profile) یک وقت عکسش را بخواهد بگذارد و این‌ها. بعد این امروز که خانه دوستش هم بود، آمد خانه دید من داخل آپ (app) دارم برنامه خود تلفن‌ها. این آپ را بگویم که واقعاً خیلی خیلی مفید هست و واقعاً هر لحظه قرین من شده، هم سه‌تا شبکه، هم آن برنامه‌ها که همه‌شان تدوین شده‌اند و این‌ها.

آقای شهبازی: آفرین!

مادر خانم نیروانا: بعد این خودش هم آمد و با من یک مقدار شروع کرد به دیدن و این‌ها، دو سه روز قبل هم که تلفن‌های خانم ماندانا و مهرگان و هدیه جان را می‌دید و این‌ها، من می‌دیدم این دارد انگار یک مقدار انگیزه شده بود برایش زنگ بزند. ولی من واقعاً تسلیم شده بودم و اصلاً تشویقش نمی‌کردم که تو هم زنگ بزنی، فقط می‌دید که من مثلاً گوش می‌دهم و اصلاً به‌قول خانم مرجان که می‌گفت آن خبر و سنی را در مورد پدرشان می‌گفت مثلاً من بردم برنامه را در آشپزخانه که پدرم این قسمت را بشنود، واقعاً از آن پرهیز کردم. یعنی واقعاً از ته دل رها کرده بودم که نه، من نباید نیروانا را مجبور کنم که او هم تلفن بزند، پیشرفتت را بگوید یا متعهد شود برنامه را کامل بیاید ببیند و این‌ها.

و جالب بود برای من، می‌گویم من الآن خودم اصلاً خیلی ذوق‌زده شدم، تعجب کردم، می‌بینم که یک‌دفعه گفت من می‌خواهم زنگ بزنم امشب. بعد من اصلاً باور نکردم، گفتم این با من زیاد شوخی می‌کند، گفتم نه بابا. گفت چرا می‌خواهم بزنم، حالا نمی‌گیرد که ولی می‌زنم. گفتم تو اگر مصمم باشی، واقعاً از ته دل بخواهی، به‌قولی طلبش را داشته باشی، مطمئن هستم که می‌گیرد. واقعاً هم فکر کنم دو بار، سه بار گرفت، همان لحظه گرفت. و می‌گویم من هنوز هم باور نمی‌کنم که این گرفت و صحبت کرد و هیچ‌چیز هم آماده نکرده بود.

آقای شهبازی: خیلی زیبا صحبت کردند.



مادر خانم نیروانا: هیچ چیز هم آماده نکرد و همین‌طوری صحبت کرد و الآن هم به من می‌گوید که «در طلب زن دائماً تو هر دو دست» یادش افتاده آن شعر طلب را. واقعاً خوشحالم خیلی. این‌ها همه از لطف شما است، از آن تعهد همه‌جانبه شما است.

و این‌که یک نکته این‌که ما واقعاً خودمان همان چیزی که هستیم، بچه‌های ما می‌شوند. خودم هم متأسفانه متعهدانه کمتر گوش دادم، یعنی این‌همه سال همیشه برنامه بوده، هیچ‌وقت جدا نشدم، ولی خیلی طول کشید تا تعهد کنم، طول کشید تا جبران کنم، اول مالی بعد معنوی. و آن کاهلی واقعاً می‌بینم که ناخودآگاه یعنی اصلاً به نیروانا هم هرچند که در خیلی از کارهایش این کاهلی و این‌ها را ندارد، ولی در برنامه، و می‌بینم آن هم از خود من است. یعنی من همان‌جوری که طول کشیده تا من این پیشرفت را بکنم، یعنی تغییرات بکنم، نیروانا هم به همان طریق شده.

و حالا که من جالب است بدون این‌که، و جالب این‌جاست که من قبلاً روی نیروانا بیشتر تمرکز داشتم که این هم در برنامه وارد شود، ببیند [قطعی صدا] یا شعر حفظ کند و این‌ها، بعد به خودم آمدم دیدم من هنوز خودم خیلی جا برای کار کردن دارم و واقعاً رها کردم. یعنی بدون این‌که اصلاً نظرم روی نیروانا باشد، خیلی خیلی وقت قبل از پدرش خب این انتظارم را برداشتم و توقعی نداشتم، ولی بعد دیدم خب حالا نه پدرش را رها کردم که واقعاً هر جوری که دوست دارد به‌هرحال آن زندگی‌اش را بگذراند، علی‌رغم این‌که در خانه همیشه این برنامه هست و این‌ها، ولی خب به‌هرحال او یک جور دیگر دوست دارد فکر کند و زندگی کند، بعد دیدم نه نیروانا را انگار این همان‌دگی که همیشه فکر می‌کردم همان‌دیده نیستم با او، حتماً هستم که هی دوست دارم زودتر این مراحل را طی کند، زودتر بیاید در برنامه، پیام بدهد یا مثلاً بیشتر دقت کند، برنامه را بخواند، آپ را دارد مثلاً روی موبایلش ولی می‌بینم زیاد مثلاً اهمیت نمی‌داد، تا این چند روز شروع کرده و این‌ها.

واقعاً می‌گویم که یعنی درس‌هایی که شما به ما دادید، واقعاً این‌همه هم گفته بودید، ولی خب باز ما هی تکرار اشتباه و تکرار و تکرار، یعنی یک جور خیره‌سری بود برای خودم دیگر. بعد به محض این‌که واقعاً آن‌کُنه مطلب شما که خیلی هم ساده است، تسلیم بشو، توقع را کاملاً صفر کن، انتظار نداشته باش، آن نورافکن را روی خودت بینداز، از عزیزترین‌گست هم توقع تغییر نداشته باش، اصلاً این‌که برداشته می‌شود و ما بیشتر و بیشتر روی خودمان کار می‌کنیم، می‌بینیم که آن کسانی که واقعاً دوست داشتیم به این راه بیایند، می‌بینیم وارد شده‌اند و حتی بیشتر از ما دارند این مسیر را طی می‌کنند.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین، آفرین!



مادر خانم نیروانا: سلامت باشید، قربان شما استاد. دیگر وقت خیلی فکر کنم گرفتیم ما.

آقای شهبازی: عالی بود، عالی!

مادر خانم نیروانا: زنده باشید، قربان شما.

آقای شهبازی: آفرین بر شما، آفرین بر نیروانا.

مادر خانم نیروانا: ان شاءالله که راضی شود یک روزی فیلم هم تهیه بکند، می‌دانم باعث خوشحالی شما می‌شود.

آقای شهبازی: حتماً لطف کنید تهیه کند بفرستد.

مادر خانم نیروانا: ان شاءالله، ان شاءالله.

[خداحافظی آقای شهبازی و مادر خانم نیروانا]



۷- خانم بیننده از چالوس

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم بیننده]

خانم بیننده: من معذرت می‌خواهم این‌که هول می‌شوند، دیگر من هم واقعاً هول شدم، فکر نمی‌کردم بتوانم بگیرم شما را، ان‌شاءالله که همیشه سلامت باشید.

آقای شهبازی: خیلی ممنون، بفرمایید از کجا زنگ می‌زنید؟

خانم بیننده: من از چالوس زنگ می‌زنم و خواستم که یک تجربه از حضرت مولانا را برایتان بگویم، که خیلی قلبم تندتند می‌زند، ببخشید.

آقای شهبازی: یک نفس عمیق بکشید، شما حرف‌های نیروانا را شنیدید همین الان پخش می‌شد؟

خانم بیننده: متأسفانه من مهمان داشتم الان رفتند، یک‌هو روشن کردم و دیدم. و این را وظیفه خودم می‌دانم که تجربه‌ای که از مولانای جان داشتم این است که من البته برنامه شما را از ۹۶۳ دارم می‌بینم.

اما یک مسائلی داشتم. من پنجاه سالم است و در ایران در زمان جوانی و نوجوانی، ماهواره‌ای نبود و اگر هم بود، خیلی سخت بود، نمی‌شد، جامعه قبول نمی‌کرد. من شما را نمی‌شناختم، برنامه گنج حضور را نمی‌دیدم، ولی یک ماجراهایی برایم پیش آمد که آن زمان به‌عنوان درد یا رنج بود، ولی الان درد و رنج نمی‌بینم. این‌ها همه یک جور صیقل بود برایم و چطوری بگویم، دیگر آن‌ها را درد نمی‌بینم. حس می‌کنم همه آن‌ها پله‌هایی بود که باید به این‌جا می‌رسیدم، ولی آن زمان به‌خاطر مشکلاتی که بود، من نمی‌توانستم دسترسی داشته باشم به ماهواره و برنامه شما، به‌خاطر یک سری ناراحتی‌ها، یک کتاب‌هایی می‌خواندم. آن موقع‌ها دیده بودم در یک کتابی نوشته شده بود که

از هر جهتی تو را بلا داد

تا باز کشد به بی‌جهات

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۶۸)

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

این در آن دوران خیلی سخت خیلی به من ناراحتی، یعنی یک جور اطمینان قلب به من می‌داد و هر دردهایی که آن زمان می‌آمد، می‌گفتم که خدایا بلایت را دارم می‌بینم ولی بی‌جهات را هم به من نشان بده. من دارم تحمل می‌کنم، من شانزده هفده سالم بود، مورد قضاوت، تهمت و خیلی خیلی بی‌عدالتی‌ها شد.

و از برنامه ۹۶۳ که دارم برنامه شما را می‌بینم، دیدم تمام آن چیزهایی که شما دارید به من می‌گویید را انگار من قبلاً یکی این‌ها را به من می‌گفت. از «آنستوا» حرف می‌زنید، می‌گویم خب من که این را انجام می‌دهم. از نمی‌دانم، بی‌ضرورت اگر خوری، خودت مجرم شوی. من این را قبلاًها داشتم انجام می‌دادم، یک حرفی می‌زدم می‌گفتم این ضروری است؟ یک جایی می‌خواستم بروم، می‌گفتم این ضروری است؟ و دیدم چیز جدیدی من نمی‌شنوم یعنی البته قصدی ندارم بگویم، می‌گویم انگار همه این‌ها به من آموزش داده شده بوده.

من از برنامه ۹۶۳ که دارم می‌بینم، این بچه‌های عزیز وقتی صحبت می‌کنند، یک روزی این‌جا خیلی ناراحت بودم گفتم که چرا من زودتر پیدا نکردم؟ چرا زودتر صحبت نکردم؟ چرا زودتر مولانا را شناختم فقط به‌عنوان یک شاعر ایرانی؟

همین‌طور که داشتم با خودم صحبت می‌کردم که یکی در گوشم، که این سال‌ها می‌گفت باز هم گفت که من بودم، من همه این‌ها را به تو گفتم، تو با یک کلمه:

از هر جهتی تو را بلا داد

تا بازگشدد به بی‌جهات

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۶۸)

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

تو با یک بیت آمدی و من تمام این سال‌ها کنارت بودم، هر سؤالی پرسیدی من به تو جواب دادم، همه این‌ها را به تو آموزش دادم.

غرض از مزاحمت و گرفتن وقت شما این بود که می‌خواهم بگویم، این‌که بزرگان می‌فرمایند که اگر شما یک قدم بیاید، ما هزار قدم می‌آییم، شما با پا بیاید، ما با سر در خدمت شما هستیم، دیدم این عین واقعیت است.

من سال‌ها حضرت مولانا را نمی‌شناختم اما قدم به قدم من هر سؤالم را، هر چیزی که از ذهنم می‌گذشت را به من گفت، با من حرف زد، کنار من بود. من خیلی خوشحالم البته در این مدت خیلی لغزیدم، لغزش‌هایی داشتم، پله‌هایی را رفتم بالا، سر خوردم پایین، همیشه سؤال بود که چکار کنم که این حالت‌ها برایم پیش نیامد؟ که شما فرمودید متصل باش، وصل باش، غافل نشو.

آدم چیزهایی را حفظ کردم از مثنوی، از دیوان شمس، این‌ها را گاهی با خودم زمزمه می‌کنم، بیرون می‌روم، در خیابان، در تاکسی، در بانک، مهمان دارم، مهمانی می‌روم، این‌ها باعث می‌شود این‌قدر حضور پیدا می‌کنم آن لحظه، هم از اطراف غافل می‌شوم، هم حرف‌های غیرضروری را نمی‌شنوم، حرف‌های غیرضروری گفته نمی‌شود.



امروز من می‌بینم همه گنج حضوری‌ها می‌آیند از «ضرورت» صحبت می‌کنند، من می‌بینم مولانای من، مولانای جان من، سال‌ها قبل این‌ها را یکی یکی، یکی یکی در گوش من خوانده بود، همه این‌ها را به من آموزش می‌داد. این معجزه این بزرگان هست، یعنی این من بدون این‌که بشناسمش، بدون این‌که بدانم، تمام این سال‌ها راهنمای من بود. من آن موقع درد بزرگی داشتم که الآن البته این‌ها را این‌که دارم می‌گویم درد مال زمان ناآگاهی‌ام بود نه برای الآن.

خیلی خوشحالم، از من خواسته بود که ببخشم، بخشیدم. گفت از آن‌ها طلب مغفرت کن، از آن‌ها عذر بخواه، چون آن‌ها راهی بودند برای این‌که تو به این‌جا برسی. فکر نکن کار بدی کردند، آن‌ها به خودشان خراش وارد کردند، آن‌ها خودشان را اذیت کردند و تو یاد گرفتی آمدی این‌جا.

بخشیدم، از آن‌ها معذرت خواستم، چون دیگر می‌دانیم ما جسم نیستیم، بروم در رو بگویم که من را ببخشید، ما همه نور خداییم، امتداد پروردگار هستیم، همه‌مان انرژی خدا هستیم، از خود خدا هستیم، پس می‌توانیم چشم‌هایمان را ببندیم و عذرخواهی بکنیم، تشکر بکنیم، کسانی که باعث شدند من پله پله آدم و عزیزترین عزیزان، مولانای جان را این سال‌ها کنار خودم داشتم.

من از برنامه ۹۶۳ دارم می‌بینم. آقای شهبازی باور کنید هرچه را که شما می‌گویید انگار من کلاس حضرت مولانا بودم، به من آموزش می‌داد، به من درس می‌داد. و من، شما، نمی‌دانم چه جور می‌گویم، وقتی من آن روزی که، من همیشه می‌گفتم یک سؤالی پیش می‌آمد، یک مشکلی پیش می‌آمد، می‌گفتم که دوست من، چکار کنم؟ این‌جا راهنمایی‌ام کن و الآن فهمیدم آن دوست من با همان بیت:

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

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۶۸)

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

با همان بیتش ایشان می‌دانست من چقدر طالبش هستم، نماز خواندم، قرآن خواندم، نمازهای انواع و اقسام. همه می‌گفتند خوش به حالت که مثلاً شما قرآن را ختم کردید، خب من نمی‌فهمم وقتی، ولی الآن قرآن را می‌فهمم. الآن می‌خوانم متوجه می‌شوم. الآن مولانا را متوجه می‌شوم. خیلی خوشحالم.

من شادی بی‌سبب را چندین سال پیش فهمیده بودم، وقتی برای هر چیزی خدا را شکر می‌کردم، می‌گفتم که یک وقت احساس خجالت می‌کردم، می‌گفتم خجالت بکش چرا هرچه به تو می‌رسد شکر می‌کنی؟ می‌گویم مگر



می‌شود بدون رسیدن چیزی هم شکر کرد؟ و رسیدن به جایی که، به جایی رسیده بودم که ساعت‌ها می‌نشستم شکرگزاری می‌کردم، ولی نمی‌دانستم چرا؟ یعنی هیچ چیزی در ذهن من نبود آقای شهبازی.

شکر همان شکر بی‌سبب، شادی‌ای دارم، شادم، سال‌هاست شادم به کمک مولانا، شادم ولی اگر بخواهید توضیح بدهم برای شما چیزی از دنیا ندارم، نه خانه، نه ماشین، نه امکانات رفاهی، ولی این قدر راحت‌م که برایم جور می‌شود مسافرت‌های خارج از کشور، مسافرت‌های داخل کشور، نمی‌دانم چرا، همه می‌گویند چطور می‌روی؟! می‌گویم چون اصلاً برایم مهم نیست، یعنی اصلاً اهمیتی نمی‌دهم، من به نداشته‌های خودم، اصلاً چیزی به‌عنوان نداشته ندارم، چیزی که اصلاً نمی‌بینم.

کسانی که در موقعیت من هستند می‌گویند ما موقعیت‌هایمان شبیه تو است و چطور تو این قدر، البته شادی نه به این‌که هر جا می‌روم همه‌اش بخندم، مسئله خندیدن نیست، من واقعاً بگویم که شاید خب خیلی سخت است در کشور ما یک دختری برسد به پنجاه سال مجرد باشد، شوهر نکرده باشد، بچه نداشته باشد، خانه نداشته باشد، ماشین نداشته باشد، یک درآمد خیلی کوچکی داشته باشد، یعنی در این مورد همه یا دپرس هستند یا افسرده هستند یا چون شرایط فرهنگ ما این‌طوری است. اما من اصلاً این‌طوری نیستم.

سال‌ها می‌دانستم در جسم آمده‌ام، در قالب جسم آمدم، باید خودم را نگه دارم، از این جسم مراقبت کنم، پنجاه و یک سالم است و محال است کسی من را ببیند فکر کند من سی و پنج بالاتر به من سن نمی‌دهند و ورزش، غذای خوب، ورزش، ورزش، کوهنوردی، در طبیعت رفتن، غذایی خوب خوردن، فکر بد نکردن.

آقای شهبازی: ببخشید وقتتان هم تمام شده، شما دیگر معذرت می‌خواهم ببخشید، باید دیگر خداحافظی کنم با شما اگر می‌شود صحبتتان را تمام کنید.

خانم بیننده: باشد باشد، فقط خواستم بگویم که معجزه حضرت مولانا این بوده که من با یک بیت، ایشان همیشه کنار من بود و خیلی ممنون و متشکرم.

آقای شهبازی: عالی، عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم بیننده]

❖ ❖ ❖ پایان بخش اول ❖ ❖ ❖

۸- آقای پویا از آلمان با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای پویا و آقای شهبازی]

آقای پویا: یک مطلبی هست به نام «در آن ویرانه باید ریستن» که حالا در پایانش هم یک شعری هست. مطلب طولانی است، من همه را نمی‌خوانم، ولی می‌خواهم یک نمای کلی به شما بدهم، که بخش اولش یک کم بیان مسئله است، بعد بخش دومش ابزارهای کاربردی که از غزل این هفته به دست آوردیم است، شاید هم آن ابزارهای کاربردی را به صورت تیتروار بیان بکنم و از روی متنم هم نخوانم، ولی اگر اجازه بدهید من شروع بکنم یک کم قسمت اولش را با شما به اشتراک بگذارم.

آقای شهبازی: بله، بله، بفرمایید، هرچور دوست دارید.

آقای پویا: «در آن ویرانه باید ریستن»، به نظر من یکی از شوکه‌کننده‌ترین قسمت‌های برنامه ۹۷۸ جایی بود که شما مثنوی داستان آن عجزه را خواندید. این داستان را شما بارها برایمان خوانده‌اید. به خودی خود داستان بسیار تندی است که مولانا با صراحتی که در این داستان دارد تمام بنیان اعمال ما را در من ذهنی به زیر سؤال می‌برد. داستان عجزه‌ای که شهوت و حرصش تمام است، ولی دامش برای صید پاره‌پاره است. شوکه‌کننده‌تر از آن بیان و تفسیر شما بود از آغاز بیت:

چون مَسِنِ گشت و در این ره نیست مرد

تو بِنَه نامش عجزِ سال خورد

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۴۴)

عجزه: پیرزن
سال خورد: کهن سال

در میانه داستان سالی را داشتیم که آب و خشک‌نانه و پیه می‌خواست و تا بیت:

در چه کاری تو، و بهر چت خرنده؟

تو چه مرغی و، تو را با چه خورند؟

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۶۴)

اساساً به نظر من همین نیم‌بیت کافی است. «در چه کاری تو و، بهر چت خرنده». من وقتی رنجیده شده‌ام و نیروی زنده زندگی را به درد تبدیل می‌کنم از خود می‌پرسم «در چه کاری تو، و بهر چت خرنده». من وقتی نیروی زنده زندگی را به حسادت تبدیل می‌کنم از خود می‌پرسم «در چه کاری تو، و بهر چت خرنده». من وقتی ترس از آینده



دارم و در این لحظه در حال دردپراکنی‌ام از خود می‌پرسم «در چه کاری تو، و بهر چه خردند». من وقتی بر روی خود کار نمی‌کنم و تمرکز بر روی دیگری است از خود می‌پرسم «در چه کاری تو، و بهر چه خردند». من وقتی آموزه مولانا را به صورت عملی پیاده نمی‌کنم از خود می‌پرسم «در چه کاری تو، و بهر چه خردند». من وقتی فضاگشایی نمی‌کنم از خود می‌پرسم «در چه کاری تو، و بهر چه خردند». این نیم‌مصراع ابزاری است که وقتی سیصد بار تکرار شود آدمی تازه متوجه می‌شود عجب من در چه کاری‌ام و من را بهر چه می‌خردند؟ صدا قطع شد آقای شهبازی؟

آقای شهبازی: نه، نه، گوش می‌دهیم. بسیار هم عالی است قربان. ما داریم به خودمان تلقین می‌کنیم، می‌پرسیم «در چه کاری تو، و بهر چه خردند». [خنده آقای شهبازی] شما که می‌گویید، ما هم تکرار می‌کنیم، نترسید. آخرسر، آخرسر می‌بینیم بی‌مصرف بودیم. هیچ چیز نباید بخردند ما را. بفرمایید خواهش می‌کنم.

آقای پویا: خدا نکند. خلاصه این‌که بیان و تفسیر شما در این بخش می‌خکوب‌کننده بود. شما یک انسان مصرف‌گرای امروزی را به تصویر کشیدید. شما یک پویای مصرف‌گرایی را توصیف کردید که اگر مولانا نبود تا پایان عمرش یک مصرف‌گرا می‌ماند. مصرف‌گرا به این دنیا آمدم، مصرف‌گرا بزرگ شدم و رشد کردم و خدا نکند که مصرف‌گرا هم پیر شوم و از دنیا بروم. یک مصرف‌گرای محض.

مصرف‌گرای محض یعنی چه؟ یعنی یک انسانی که از اکسیژن این جهان، آب نوشیدنی‌ای که کره زمین در اختیارش قرار می‌دهد، تمام محصولاتی که از دل زمین بیرون می‌کشیم، تمام انرژی‌ای که مصرف می‌کنیم چه تجدیدپذیر چه تجدیدناپذیر مصرف کند، مصرف کند و مصرف کند و هیچ تولیدی نداشته باشد.

و اما قصه زمانی شوکه‌کننده‌تر می‌شود که این انسان مصرف‌گرای قرن بیست و یکم که در کوچک‌ترین قدم‌هایش هم در حال غر زدن است هرچه را مصرف می‌کند به درد و خشم و رنجش و حسادت تبدیل کند. عجیب نیست؟ بیهوده‌تر از این می‌شود؟ آدمی نور خورشید را بخورد، آب گوارای این جهان را بخورد، ماهی خوشمزه دریا را بخورد، جوجه کباب بخورد، بعد همه را تبدیل به درد و رنجش کند؟ بگوید فلانی درشت گفت به من و به ناموسم برخوردار. اصلاً مگر بیهوده‌کارتر از این هم می‌شود.

مولانا این انسان مصرف‌گرا را فاسق می‌نامد. مولانا غزل شماره ۱۵۱ دیوان شمس را با کلمه فسّاق یا اسم فاعلی آن فاسق به معنای بیهوده‌کار و کارافزا آغاز می‌کند. چاقوی بیانی باز بسیار صریح و به‌خودی‌خود بسیار تند.

سَر بُرون کن از دریچهٔ جان، ببین عشاق را
از صَبوحی‌های شاه، آگاه کن فسّاق را

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۱)



صَبوحی: نوشیدن شراب در بامداد
فُسَّاق: جمع فاسق، بدکاران، بیهوده کاران

قسمت‌های شوکه‌کننده برنامه ۹۷۸ به این‌جا ختم نمی‌شوند. در بخشی از داستان یک سایل یا درخواست‌کننده‌ای به در خانه شخصی می‌رود و نان می‌خواهد، صاحب‌خانه می‌گوید مگر این‌جا نانوايي است. سایل پیه یا چربی گوشت می‌خواهد، شخص می‌گوید مگر این‌جا قصابی است. سایل آرد می‌خواهد، شخص می‌گوید مگر این‌جا آسیا است.

خلاصه این‌که شخص با لحن طنزگونه تمام درخواست‌های سایل را رد می‌کند. سایل به آن خانه وارد می‌شود و قصد می‌کند در آن خانه بریند. حضرت مولانا بی‌هیچ تعارفی دقیقاً از لفظ ریدن استفاده می‌کند و می‌گوید در آن خانه، آن خانه خانه نیست عملاً و اسمش ویرانه است که وجه‌ای از زیستن نباشد باید رید.

سایلی آمد به سوی خانه‌ای خشک‌نانه خواست یا ترنانه‌ای (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۵۰)

گفت صاحب‌خانه: نان اینجا کجاست؟ خیره‌ای، کی این دکان نانباست؟ (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۵۱)

گفت: باری، اندکی پیهم بیاب گفت: آخر نیست دگان قصاب (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۵۲)

گفت پاره آرد ده ای کدخدا گفت: پنداری که هست این آسیا؟ (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۵۳)

گفت: باری، آب ده از مکرعه گفت: آخر نیست جو یا مشرعه (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۵۴)



هر چه او درخواست، از نان یا سُبوس
چُرَبکی می‌گفت و می‌کردش فُسوس
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۵۵)

آن گدا در رفت و دامن برکشید
اندر آن خانه به حِسَبَتِ خواست رید
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۵۶)

گفت: هی‌هی، گفت تن زن ای دُژم
تا درین ویرانه خود فارغ کنم
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۵۷)

چون در اینجا نیست وجه زیستن
در چنین خانه نباید ریستن
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۵۸)

پیه: چربی
مَکْرَعَه: مشک آب
مَشْرَعَه: آبشخور
چُرَبک: طنز و لطیفه
حِسَبَت: حساب و شمارش، مزد و ثواب.
دُژم: گدا
ریستن: ریدن، مدفوع را از اندرون شکم تخلیه کردن

به‌راستی آدمی عمیقاً به فکر فرومی‌رود. فرض کنید زندگی‌مان تمام شده‌است و وقت رفتن است، از ما بپرسند در تمام عمرت در دنیا چه کردی. ما بگوییم کمی خانه و خانواده و حساب بانکی جمع کردم، بخشی از زندگی‌ام را هم با مقام هم‌هویت بودم، قسمت زیادی هم در حال جلب توجه مردم و تأیید گرفتن از آن‌ها بودم. در مجموع هم با ده‌تا انسان قهر کامل بودم، به پنجاه نفر ترس و خشم دادم، صد نفر را هم با زبانم له کردم، همین خلاصه. نیروی زنده زندگی را این‌گونه خرج کردم.

مولانا می‌گوید این ویرانه‌ای که تو به‌عنوان کوله جمع کرده‌ای فقط به درد ریدن می‌خورد. والله وقتی یک بزرگی با این لحن با من حرف بزند که من به خود می‌لرزم و عهد می‌بندم با خودم تا پایان عمرم هم به یک نفر حسادت نکنم و ذره‌ای از الگوهای تکراری قبلی زندگی ویرانه‌ام را تکرار نکنم، شما را نمی‌دانم.



مولانا حتی به این‌جا هم بسنده نمی‌کند و در ادامه بیت دوم غزل شماره ۱۵۱ نهیب می‌زند که تمام جهاد و طاعت و انفاق توی انسان شنونده این برنامه خواه نوجوان پانزده‌ساله باشی، خواه جوان سی‌ساله، خواه پیری هفتاد هشتادساله اگر با من‌ذهنی و در من‌ذهنی بوده، بی‌جان و بی‌حیات بوده‌است.

تکرار می‌کنم تمام جهاد و طاعت و انفاق یعنی کوچک‌ترین قدمی هم که در زندگی‌ات برداشتی از لحظه‌ای که چشمانت را در صبح باز می‌کنی بی‌جان و بی‌حیات بوده. در مقابلش صناعی که از طرف فضای گشوده‌شده و زندگی می‌آید را عنایت‌های حیات‌انگیز و جان‌نو می‌نامد.

از عنایت‌های آن شاه حیات‌انگیز ما جان‌نوده مرجهاد و طاعت و انفاق را (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۱)

اما تا به این‌جای کار هرچه بیان داشته‌ایم تنها عمق دردناک بیهوده‌کاری ما در این جهان است. تنها بیانی بوده‌است از عادت‌های به‌نام من‌ذهنی، اما مولانا و گنج‌حضور ما را در همین‌جا رها نمی‌کنند. مولانا در غزل ۱۵۱ به ما ابزار می‌دهد برای بیرون آمدن از این منجلابی که در آن گیر افتاده‌ایم. می‌گوید تو اگر صبور باشی و با من‌ذهنی‌ات مهربان و لطف داشته باشی، می‌توانی از دست آن عادت‌های اشتباهی که هرچقدر تلاش می‌کنی از دستشان رها شوی و نمی‌شود، رها شوی.

پرده صبرم فراق پایداری خرق کرد خرق عادت بود اندر لطف، این مخراق را (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۱)

خرق کردن: پاره کردن، شکافتن
خرق عادت: خلاف عادت
مخراق: بزرگواری، سخاوتمند، کاردان و باتجربه

از این‌جا به بعد یک سری ابزارها را من معرفی می‌کنم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: بفرمایید، ادامه بدهید آقای پویا. خیلی جالب است پیغامتان، آفرین، آفرین!

آقای پویا: چشم، حتماً.

آقای شهبازی: چقدر هم زحمت می‌کشید شما و زحمت کشیدید. ممنونم از شما. عالی، عالی! بفرمایید.



آقای پویا: مرسی. می‌گویند قبل از این‌که این قدم را برداری باید از من ذهنی ناامید شوی، یعنی اگر همانندگی بزرگی داری و هر کاری می‌کنی از آن رها نمی‌شوی باید بدانی چون با ذهنیت عمل می‌کنی. بگو که خدایا من تا به این‌جای کار به آموزه‌های معنوی عمل کردم، ولی همانندگی‌ام نمی‌افتد و من با ذهنم به جایی نمی‌رسم، ولی من تسلیم و ایمان دارم به تو و کار را به تو می‌سپارم، با ذهنم عمل نمی‌کنم و تنها امیدم به تویی زندگی است تا مرا رهایی دهی.

چون بدید آن شاه ما بر در نشسته بندگان
وآن در از شکلی که نومیدی دهد مشتاق را

شاه ما دستی بزد، بشکست آن در را چنانک
چشم کس دیگر نبیند بند یا اغلاق را
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۱)

اغلاق: جمع غَلَق به معنی قفل و چفت و کلون. اغلاق: بستن، دربستن
إحراق: سوزاندن

آقای شهبازی: می‌شود شعر را تکرار کنید؟ چون قطع شد یک جایی.

آقای پویا: چشم، چشم.

چون بدید آن شاه ما بر در نشسته بندگان
وآن در از شکلی که نومیدی دهد مشتاق را

شاه ما دستی بزد، بشکست آن در را چنانک
چشم کس دیگر نبیند بند یا اغلاق را
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۱)

اغلاق: جمع غَلَق به معنی قفل و چفت و کلون. اغلاق: بستن، دربستن
إحراق: سوزاندن

آقای شهبازی: آفرین!



آقای پویا: ابزار دیگری که در این غزل شما آن را برایمان شفاف‌تر کردید اعتماد و توکل به زندگی است. اعتمادی از نوع این‌که کسی بخواهد جان ما را بگیرد و ما نه نگوییم. همان اعتمادی که اسحاق به پدرش داشت. می‌دانست تصمیم پدرش بهترین است برایش. پس عنایت‌های ابراهیم او را دست‌گیر شد و او نترسید. ما هم اگر به زندگی اعتماد می‌کنیم، نمی‌ترسیم که ابزار من‌ذهنی را یک‌جا بدهیم برود، می‌گوییم ای زندگی بیا بردار بپر. هرچه دارم بپر که با این‌ها من زنده نخواهم شد.

چون عنایت‌های ابراهیم باشد دستگیر سر بُریدن کی زیان دارد دلا اسحاق را؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۱)

اسحاق: پسر ابراهیم (ع) که برخی گویند ابراهیم او را (به جای اسماعیل) قربانی می‌کرد.

ابزار دیگری که شما آن را بسط دادید این بود که ما اگر بخواهیم با فکر کردن و ابزار ذهن به دنبال رهایی باشیم، تا ابدالدهر هم به آن نمی‌رسیم. وعده‌های ذهن در آینده هستند و شما گفتید از خود بپرسید چرا همین الآن نخواهم به زندگی زنده شوم، چرا همین الآن رهایی از منجلاب را تجربه نکنم. من اگر می‌دانستم که ذهنم و ابزار سبب‌سازی که این‌طور شده که آن‌طور شده نازای جاودان است از آن دست برمی‌داشتم. تک‌تک قدم‌های ما در ذهن براساس سبب‌سازی است. اصلاً امکان ندارد غیر این باشد. فلانی مرا رها کرد رفت من ناراحتم. فلانی خیانت کرد من قهرم. فلانی فلان کرد من فلانم. مولانا می‌گوید این زنجیره عقیم سرمدی، نازای جاودان است، آن را بریز دور و لذت زایش را بچش.

آن که در حبسش از او پیغام پنهانی رسید مست آن باشد نخواهد وعدهٔ اطلاق را

بوی جانش چون رسد اندر عقیم سرمدی
زود از لذت شود شایسته مر اَعْلَاق را

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۱)

اطلاق: رها کردن، آزاد کردن

عقیم سرمدی: نازای فطری، آن کس که طبعاً عقیم است.

اَعْلَاق: جمع علق به معنی انبان و هر چیز گرانبها، کنایه از حامله شدن.



ابزار دیگری که این غزل برای رهایی ما از زندگی پلاستیکی و پوچ اکتونمان داد این بود که ما در فراق خدمت شاه به سر می‌بریم. برای همین هست که جهان را از انتقاد و ناله و شکایت و قاعده جفا پر کرده‌ایم. کافی است خلافت را عمل کنیم و شروع کنیم بر روی این زمین بدون من و منیت به مردم خدمت کنیم. شروع کنیم پول و وقتمان را برای بیداری مردمان خرج کنیم. وقتی این‌گونه کنیم می‌بینیم ورق برگشت و دیگر انتقاد نمی‌کنیم، دیگر غرغر نمی‌کنیم، راه‌حل می‌دهیم و در شکایت کردن گیر نمی‌کنیم.

ورنه از تشنیع و زاری‌ها جهانی پُر کنم از فراق خدمت آن شاه، من آفاق را (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۱)

تشنیع: بدگویی و رسوا کردن، در اینجا سخنان گلابه آمیز و آتشین زدن

یکی از ابزارهای دیگر این غزل این بود که ما وقتی شروع کردیم که پیام‌آورنده به این جهان شویم دیگر به آفریده‌هایمان گیر نمی‌کنیم و به آفرینش می‌نگریم. دیگر ذوق نقل و سماع کافی‌مان نیست. وقتی نوشته‌ای خلق می‌کنیم در تعریف و تمجید در آن گیر نمی‌کنیم، رها می‌شویم و به خلق بعدی می‌پردازیم. یاد می‌گیریم در هر لحظه می‌توان زیباترین را خلق کرد و مخزن خداوند تمام نمی‌شود. شاه خوب‌اخلاق به ما نعمت و رحمت بی‌شائبه می‌ریزد، کافی است ما به آفریده نجسبیم و از آن هویت نخواهیم و خودمان را سوار آن نکنیم.

غَلْبَةُ جَانِهَا دَر آنجا پِشتِ پا بر پِشتِ پا رنگِ رِخ‌ها بی‌زبان می‌گفت آن آذواق را

سرد گشتی باز ذوق مستی و نُقل و سماع
چون بدیدندی به ناگه ماهِ خوب‌اخلاق را
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۱)

پشتِ پا بر پِشتِ پا: کنایه از انبوهی و ازدحام جمعیت
آذواق: جمعِ ذوق

خلاصه این‌که سرتان را درد آوردم. غزل شماره ۱۵۱ که تکرار شود، برنامه ۹۷۸ که تکرار شود در ما چیزی تغییر خواهد کرد. ما دیگر همان انسان قبلی نخواهیم بود. ما می‌بینیم با عمل کردن به ابزارهای غزل می‌توانیم



قدم به قدم از من ذهنی رهایی یابیم. می‌بینیم مرکزمان عوض می‌شود و شمس تبریزی بالا می‌آید و چشمه‌ای رواق جاری می‌شود از نوع همین نوشته.

سر برون کن از دریچه جان، بین عشاق را
از صبحی‌های شاه، آگاه کن فساق را
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۱)

صبحی: نوشیدن شراب در بامداد
فساق: جمع فاسق، بدکاران، بیهوده کاران

شاه جان است آن خداوند دل و سر، شمس دین
کیش مکان، تبریز شد آن چشمه رواق را
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۱)

رواق: ناب و خالص، پاک

آقای پویا: حالا دیگر یک غزلی هم هست که من برایتان نمی‌خوانم. همین جا بسنده می‌کنیم.

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

یک دنیا ممنون از وقتی که دادید آقای شهبازی.

آقای شهبازی: غزل چه بود آقای پویا. کدام غزل بود؟

آقای پویا: [خنده آقای پویا] یک چند بیتش را برایتان می‌خوانم.

در آن ویرانه بی‌عنایت‌های ابراهیم باید ریستن
در آن ویرانه بی‌طاق و بی‌ایوان باید ریستن

در آن ویرانه اسحاق و سر باید ریستن
در آن ویرانه نباشد طاووس و طوطی باید ریستن



در آن ویرانه بی بلبل بی هدهد باید ریستن
در آن ویرانه که لک‌لک بی‌وطن باشد باید ریستن

در آن ویرانه بی آن اذواق باید ریستن
در آن ویرانه بی‌جان پشت پا بر پشت پا باید ریستن

در آن ویرانه بی ماه خوب‌اخلاق باید ریستن
در آن ویرانه امید باشدت بر نفس باید ریستن

[ابیات از این‌جا به بعد ارسال شده، اما در برنامه خوانده نشده است]

در آن ویرانه در بند و در اغلاق باید ریستن
در آن ویرانه سرگرم با پاره‌ها باید ریستن

در آن ویرانه آن عجز سال‌خورد باید ریستن
در آن ویرانه در حرص مال و پایه باید ریستن

در آن ویرانه نه دهنده نه پذیرنده خوشی باید ریستن
در آن ویرانه نه معنی و نه معنی‌گشی باید ریستن

در آن ویرانه نه زبان نه گوش نه عقل و بصر باید ریستن
در آن ویرانه نه هُش و نه بیهشی نه فکر باید ریستن

در آن ویرانه نه نیاز و نه جمالی بهر ناز باید ریستن
در آن ویرانه تو به تویش‌گنده مانند پیاز باید ریستن

در آن ویرانه که کشی منت دقاق را باید ریستن
در آن ویرانه که خواهی وعده اطلاق باید ریستن



در آن ویرانه که هستی عقیم سرمدی باید ریستن
در آن ویرانه که نباشد عشق شمس‌الدین باید ریستن

در آن ویرانه نجوشد چشمه رواق باید ریستن
در آن ویرانه نکوبد شاه جان در هجر باید ریستن

در آن ویرانه می‌کنی تشنیع و زاری باید ریستن
در آن ویرانه در فراق خدمت آن شاه باید ریستن

در آن ویرانه در آن ویرانه در آن ویرانه چه باشی
بدر فراق پایدار با صبر بیاب تو وجه زیستن

بکن تو خرق این عادت نگر اندر لطف این مخراق
بکن از صبوحی‌های شاه آگاه که باید بیستن

(شاعر: پویا مهدوی)

حالا یک کم ادامه دارد، تو را خدا ببخشید من خیلی وقت گرفتم آقای شهبازی. من می‌فرستم برایتان.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، خیلی زیبا، آفرین، آفرین! ممنونم که به این دقت می‌خوانید، گوش می‌دهید، نکاتش را درمی‌آورید، این‌طوری ساده بیان می‌کنید. مطمئنم که خیلی‌ها درس می‌گیرند از این صحبت‌ها. عالی، عالی!

[خداحافظی آقای پویا و آقای شهبازی]

۹- خانم نرگس از نروژ

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم نرگس]

خانم نرگس: اول که می‌خواستم خیلی تشکر کنم برای حضورتان و همهٔ دوستان و پیام‌هایشان و برنامه‌های خیلی زیباییات و شکر کنم که یکی از اعضای گنج حضور هستم. با اجازه‌تان شروع می‌کنم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. بفرمائید، بله.

خانم نرگس:

سَر بُرون کن از دریچهٔ جان، ببین عشاق را
از صَبوحی‌های شاه، آگاه کن فُساق را
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۱)

صَبوحی: نوشیدن شراب در بامداد
فُساق: جمع فاسق، بدکاران، بیهوده‌کاران

از دریچهٔ جان فضا را باز کن و ابتدا خودت را ببین که از جنس جان هستی و بعد دیگران را. تمام انسان‌ها را ببین که همان جانی هستند که در تو وجود دارد.

پریسا، نیما، پویا، دینا، الناز، مرجان و اشکان و سعیده و سایر عشاق هر کدام صَبوحی از شاه در دست دارند که با پیام‌هایشان ما را به جان خود وحدت می‌دهند. ابیات را تکرار می‌کنیم و مریم را در خود می‌بینیم.

زین طلب بنده به کوی تو رسید
درد، مریم را به خُرمابُن کشید
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۹۸)

مریم ما که همان یوسف ماست که در اتاق زلیخاست با تصاویر و نقش‌هایی از گذشته، از شکل‌های من‌ذهنی خود که هر لحظه در اطراف دیوارهای ذهن زده و خود را به رخ تو می‌کشد، نقش‌هایی از اعمال گذشته. ناگاه پریسا سر در دریچهٔ جان می‌کند و می‌گوید: «سَرَّ اللهُ عَلَيْنَا».

مولانای جان می‌گوید:

ز درم راه نباشد، ز سر بام و دریچه
سَرَّ اللهُ عَلَيْنَا چه علاای تو دارم
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۶۱۱)



سَتَرَ اللَّهُ عَلَيْنَا: خداوند بر ما پوشانید.

علالا: بانگ و فریاد، هیاهو، سر و صدا

زندگی تمام این تصاویر گذشته تو را بخشیده است و الآن تو انسان جدیدی هستی.

چون عنایت‌های ابراهیم باشد دستگیر سر بُریدن کی زیان دارد دلا اسحاق را؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۱)

اسحاق را سر بُر. اسحاق من من ذهنی دردی موروثی من ذهنی خودم، مادرم هست. اسحاق من الگوها و باورهای خرافاتی من هست. اسحاق من تمام ارتعاشات دیگران برای بالا آوردن تصاویر من ذهنی من از اشتباهات گذشته است ولی من هیچکدام از آن تصاویر نیستم. من آن یوسف آزادی هستم که به هیچ یک از این تصاویر آلوده نیست.

«ألا يا أيُّها السَّاقِي» ببین که من آن تصاویر گذشته‌ام نیستم. مرکز را آینه می‌کنم تا «ریو» من ذهنی خودم را ببینم. ترازویی می‌شوم تا تصاویر زلیخا در آن افتد ولی کی تصاویر روی آینه می‌ماند. من آن «احد صمد» هستم.

مادرم، من تو نیستم. مادر مهربانم که مرا در آغوش بزرگ کردی ولی من تو و خصوصیات تو نیستم. دوست دارم و از اعماق وجودم بخشیدمت ولی من تو نیستم.

مادرم تو شخص جدا از من هستی، من با ریشه خودم به زندگی وصلم و حال انسان جدیدی هستم که زندگی از من عمل خواهد کرد.

من مسلمان نیستم، من زن نیستم، من خودم نیستم، من قلمی در دست زندگی هستم. من مادر نیستم، من همسر نیستم، من اشتباهات گذشته‌ام نیستم.

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

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۶۱۱)

مناره: جای نور و روشنایی، گل‌دسته مسجد

تمنا: خواهش، تقاضا، آرزو

«من و بالای مناره». ای زندگی من را در افق زلیخا نگه ندار و بشکن تمام دیوارها و عکس‌ها را، تمام اوهام را.



از همه اوهام و تصویرات، دور

نورِ نورِ نورِ نورِ نورِ نور

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۱۴۶)

دیو را نطقِ تو خامش می‌کند

گوشِ ما را گفتِ تو هُش می‌کند

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۵۸۵)

آقای شهبازی عزیز گوش کردن مداوم به صدای شما و برنامه‌ها و پیام‌های دوستان دیو درونم را خاموش می‌کند و گوشم را «هش» می‌کند.

گوشِ ما هوش است، چون گویا تویی

خشکِ ما بحر است، چون دریا تویی

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۵۸۶)

گوشِ ما هوش می‌شود از دل‌گویای شما و «خشکِ ما» به بحر یکتایی وصل می‌شود به واسطه دریای وجود شما.

حرف‌گو و حرف‌نوش و حرف‌ها

هرسه جان گردند اندر انتها

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۷۲)

تمام پیام‌های دوستان و صحبت‌هایشان ما را در آخر به وحدت می‌رساند و جان‌های ما متحد، مرتعش به عشق و هشیاری می‌شود.

بانگ درویشان و محتاجان بنوش

تا نگیرد بانگِ مُحْتالیتِ گوش

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۸۶۴)

بنوش: مخفف بنوش، فعل امر از نیوشیدن به معنی گوش کردن، شنیدن
مُحتال: حيله‌گر، مکار

پس هماره روی معشوقه نگر

این به دستِ توست، بشنو ای پدر

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۰۹۷)



ابراز نیاز می‌کنم با سر به آستان گنج حضور گذاشتن لحظه به لحظه. آینه‌ای می‌شوم در برابر ریوهای ذهنم.

شیخ کو یَنْظُرِ بِنورِالله شد
از نهایت، وز نخست آگاه شد
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۶۷)

حلقه کوران به چه کار اندرید؟
دیده بان را در میانه آورید
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۱۳۹)

آنکه او را چشم دل شد دیدبان
دید خواهد چشم او عین العیان
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۴۰۵)

بی حس و بی گوش و بی فکر شوید
تا خطابِ ارجعی را بشنوید
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۵۶۸)

ممنون آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین، آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم نرگس]

۱۰- آقای فرشاد از خوزستان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای فرشاد]

آقای فرشاد: دست شما درد نکند بابت برنامه ۹۷۸. راجع به ناامیدی از من ذهنی صحبت شد. یک متن نوشتم در این باره، با اجازه‌تان بخوانم.

آقای شهبازی: بفرمایید بله، خواهش می‌کنم.

آقای فرشاد:

در برنامه ۹۷۸، شرط زنده شدن به زندگی به این صورت بیان شد: ۱- بنده و تسلیم باشیم. ۲- مشتاق باشیم. ۳- ناامید باشیم نسبت به من ذهنی.

چون بدید آن شاه ما بر در نشسته بندگان
و آن در از شکلی که نومیدی دهد مُشتاق را

شاه ما دستی بزد، بشکست آن در را چنانک
چشم کس دیگر نبیند بند یا اغلاق را
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۱)

اغلاق: جمع غَلَق به معنی قفل و چفت و کلون. اغلاق: بستن، دربستن

چه چیزی ما را نسبت به من ذهنی ناامید می‌کند؟ بی‌مرادی. پس بی‌مرادی خیلی چیز خوبی است. چرا؟ چون

عاشقان از بی‌مرادی‌های خویش
باخبر گشتند از مولای خویش
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۶)

بی‌مرادی واقعاً خیلی چیز خوبی هست، چون باعث می‌شود که از من ذهنی ناامید بشویم و متوجه بشویم که در پنجه رهدان هستیم و در نتیجه فضا در درونمان باز می‌شود.

ناامیدی از من ذهنی یعنی چه اصلاً؟ یعنی من مطمئن باشم و یقین داشته باشم که امکان ندارد من بتوانم یک وضعیت را یا یک همانندگی را در مرکزم بگذارم و از آن زندگی و شادی بخواهم.



نامیدی یعنی این‌که من بیایم بالاتر از وضعیت‌ها و با سبب‌سازی‌های عقل ذهنی‌ام هم‌اش دنبال خوب کردن وضعیت نباشم، آن هم وضعیتی که من ذهنی با سبب‌سازی به من امید می‌دهد که اگر به فلان وضعیت رسیدی خوشبخت می‌شوی.

آن سه شرط زنده شدن را دوباره به یاد بیاوریم. اولینش بود بنده و تسلیم بودن. نامیدی یعنی این‌که من می‌دانم و درک می‌کنم که در دست شیر نر خون‌خوارهای هستم و به جز تسلیم و رضا چاره‌ای ندارم.

جز که تسلیم و رضا کو چاره‌ای؟ در کف شیر نر خون‌خوارهای (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۷۷)

نامیدی یعنی این‌که من بدانم و مطمئن باشم که با من ذهنی تکان نمی‌توانم بخورم و هر کاری بکنم نتیجه‌اش درد و خرابکاری است، بنابراین بنده می‌شوم، خضوع و فروتنی دارم و ادعا نمی‌کنم، ناموس ندارم.

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

وقتی می‌گوییم آن چیزی که ذهن نشان می‌دهد مهم نیست یعنی چه؟ وقتی می‌گوییم منظور اصلی ما زنده شدن به زندگی است یعنی چه؟ معنی این‌ها را وقتی نسبت به من ذهنی ناامید می‌شویم می‌فهمیم.

این‌ها به این معنی است که انگار خداوند به ما می‌گوید ببین برای من مهم نیست که تو در چه وضعیتی هستی، مهم نیست پولداری یا گدایی، مهم نیست دکتر هستی یا کارگر هستی، مهم نیست پدر و مادر و همسر و خانواده‌ات چه کسانی هستند، اصلاً هیچ وضعیتی مهم نیست، مهم فقط این است که این لحظه چیزی را به جای من در مرکز قرار ندهی و از آن زندگی نخواهی.

یعنی این‌طور بگوییم، انگار که من خدا نشستم بالای سر تو و نگاه می‌کنم که آیا مرا در مرکز گذاشتی یا این‌که رفتی در ذهن و چیزی را به جای من گذاشتی. اگر من در مرکز بودم، پس من دارم کار می‌کنم و درون و بیرون بهشت می‌شود، ولی این را بدان اگر چیزی به جای من گذاشتی و از آن زندگی خواستی، من آن همانندگی را با تیر می‌زنم و تو را بی‌مراد می‌کنم تا از من ذهنی‌ات ناامید بشوی.

ولی تو چکار می‌کنی؟ تو از بس که وضعیت پرست هستی، به جای این‌که قدر بی‌مرادی را بدانی و پیغامش را بگیری، شروع می‌کنی به ناله و شکایت که چرا وضعیتم خراب شد و این چه خدایی است و یا این‌که تقصیر



دیگران است. پس الآن دیگر این را متوجه بشو و بدان که فقط این مهم است، بنابراین حرف‌های سطحی زن که این چه خدایی است و از این قبیل حرف‌ها. من رحمت اندر رحمت هستم، منتها این را زمانی متوجه می‌شوی که از من ذهنی‌ات ناامید بشوی.

در دفتر سوم، از بیت ۲۲۰۲ مولانا موضوعی را بیان می‌کند که به موضوع ما ربط دارد. می‌گوید فرض کن که شما در دهان یک شیر گیر افتاده‌اید و هر لحظه ممکن است شما را بخورد، خب در آن لحظه به چه چیزی فکر می‌کنید؟ مطمئناً از همه‌کس ناامید می‌شویم، از پولمان، از همه‌چیزمان ناامید می‌شویم، از هر چیزی که در آن لحظه ذهن نشان می‌دهد ناامید می‌شویم، چون می‌دانیم که هر لحظه ممکن است این شیر ما را بخورد.

حالا ربط این داستان با موضوع ما این است که کسی که واقعاً درک می‌کند که این لحظه در دهان شیر زندگی است، در این صورت از من ذهنی‌اش ناامید است و می‌داند که شیر زندگی فقط این برایش مهم است که ما به منظور اصلی‌مان عمل کنیم.

باز هم سه شرط بالا را به یاد بیاوریم. تسلیم و بنده بودن، ناامید از من ذهنی بودن و یکی هم مشتاق بودن.

مشتاق بودن یعنی شل و ول نباشیم و محکم روی خودمان کار کنیم و به این فکرهای ناامیدکننده که من نمی‌توانم و من خیلی بدی کردم و از این حرف‌ها توجه نکنیم و به‌جای ناله و شکایت و آیه یأس خواندن، کار کنیم و دنبال راه‌حل باشیم. مشتاق بودن یعنی من می‌خواهم شادی و عشق زندگی را تجربه کنم و آن را به همه بدهم، به‌جای این‌که تا حالا به خودم و بقیه درد می‌دادم.

مشتاق بودن یعنی حالا که من از من ذهنی‌ام ناامید شده‌ام، میل و اشتیاق دارم که حواسم را جمع کنم که در این لحظه تصمیم درست را انتخاب کنم و با هشیار بودن، چیزی را به مرکزم نیاورم.

خیلی ممنون آقای شهبازی، تمام شد.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای فرشاد]

۱۱- خانم پروین از استان مرکزی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم پروین]

خانم پروین: یک پیغامی آماده کردم در مورد «طاق و طُرم».

آقای شهبازی: طاق و طُرم!

خانم پروین: یک کم طولانی است اگر اجازه بدهید.

آقای شهبازی: بفرمایید، خواهش می‌کنم.

خانم پروین:

خلق را طاق و طُرم عاریتی است
امر را طاق و طُرم ماهیتی است
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۱۰۳)

از پی طاق و طُرم، خواری کُشدند
بر امید عزّ در خواری خوشند
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۱۰۴)

بر امید عزّ ده روزه خُدوک
گرددن خود کرده‌اند از غم، چو دوک
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۱۰۵)

طاق و طُرم: جلال و شکوه ظاهری
خُدوک: پریشانی، پراکندگی خاطر از امور ناملایم

حضرت مولانا می‌فرماید جلال و شکوه من‌ذهنی ظاهری و عاریه‌ای است، من‌های ذهنی از چیزهایی هویت می‌گیرند و به چیزهایی می‌نازند که از جهان قرض کرده‌اند و ذهنشان به آنها نشان می‌دهد و آفل است. من‌های ذهنی با چیزهای به‌دردنخور و ازبین‌رفتنی، یک تصویر زیبا از خود ساخته‌اند و خودنمایی می‌کنند. از دور همه به نظر خیلی عالی و همه‌چیز تمام به نظر می‌آیند و ممکن است دیگران به زندگی آنها حسرت بخورند، اما وقتی به آنها نزدیک می‌شویم متوجه می‌شویم که آن تصویر به ظاهر زیبا چقدر زشت و وقیح است و با چه آشغال‌هایی درست شده‌است.

آن‌ها در درون پر از حس خشم و کینه و نفرت و حسادت و دشمنی و بدخواهی هستند، ولی ظاهراً خیلی زیبا صحبت می‌کنند، مؤدب هستند، بین مردم برو و بیا دارند، دوستان زیادی دارند، همه به آن‌ها احترام می‌گذارند و مورد تأیید و توجه مردم هستند و پیش همه اعتبار دارند، اما در واقع این جلال و شکوه ظاهری یک نقاب زیباست که چهره زشتشان را پشت آن پنهان کرده‌اند و هیچ اصلتی ندارد.

چیزهایی که من ذهنی به آن می‌نازد و فخر فروشی می‌کند، چیزهایی است که در یک لحظه می‌توان از او گرفت و با یک زلزله همه آن‌ها فرومی‌ریزد. مردم به خاطر این جلال و شکوه ظاهری و آفل به هر حقارت و پستی تن می‌دهند، خودشان را ذلیل و خوار می‌کنند و امیدوارند که به بزرگی برسند و در نزد مردم آرج و قُرب پیدا کنند و برای یک خوشی موقت و کوتاه که همراه با درد و پریشانی است، در دریای خون زندگی می‌کنند به امید آن‌که مردم آن‌ها را تأیید کنند.

آن‌ها گردن زنده زندگی خودشان را مثل دوک نازک کرده‌اند، یعنی ذره‌ای شور و شعف زندگی در آن‌ها وجود ندارد. حس بودن و خوشبختی آن‌ها به میزان همانندگی‌ها و اعتبارات دنیایی بستگی دارد و از درون آن‌ها نشأت نمی‌گیرد، چیزهایی است که به آسانی می‌توان از آن‌ها گرفت، کم و زیاد می‌شود، قابل مقایسه است. آن‌ها «لا أَحِبَّ الْآفَلِينَ» نمی‌گویند و در غم و غصه دست و پا می‌زنند و دلخوش‌اند به امید این‌که یک روزی به عزت و بزرگی برسند.

اما جلال و شکوه قسمت خدایی ما ماهیتی است، از درون ما سرچشمه می‌گیرد، متغیر نیست، قابل مقایسه نیست، قابل اندازه‌گیری نیست، کسی نمی‌تواند آن را از ما بگیرد. حس شادی، حس خوشبختی، حس بودن، حس زندگی که از درون انسان می‌جوشد را کسی نمی‌تواند از ما بگیرد، به هیچ‌چیز بیرونی بستگی ندارد.

حضرت مولانا می‌فرماید:

حلقه کوران به چه کار اندرید؟

دیده‌بان را در میانه آورید

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۱۳۹)

ای حلقه من‌های ذهنی که دیده غیب‌بین ندارید و دید شما دید چیزها و همانندگی‌هاست، ذره‌ای هوشیاری عدم ندارید، ای مجموعه انسان‌های کور که اکثریت مردم را تشکیل می‌دهید، به چه کاری مشغول هستید؟ بیایید دیده‌بان را، بزرگانی چون مولانا را در مرکزتان قرار دهید تا او شما را هدایت کند، بیایید فضا را باز کنید تا خرد فضای گشوده‌شده شما را هدایت کند.



تا زمانی که چیزهای عاریه‌ای در مرکزتان هست، مزه زندگی را نخواهید چشید. غذایی که از تأیید و توجه و مقایسه خود با مردم می‌گیرید چاشنی زندگی نیست، این یک جور بی‌مزگی است، مزه واقعی زندگی را زمانی خواهید چشید که تسلیم هستید، در این لحظه حاضر هستید. شکوه واقعی را زمانی حس خواهید کرد که فضا را در این لحظه باز کنید و خالق زندگی خود شوید و به قدرت الهی خود بی‌برید.

در ادامه ابیاتی از چند دفتر مثنوی در مورد جلال و شکوه ظاهری من‌ذهنی می‌خوانم.

همچو گورِ کافران، بیرون حَلّ اندرون، قهرِ خدا عَزَّوَجَلَّ

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۷)

چون قبور آن را مُجَصَّص کرده‌اند پرده پندار پیش آورده‌اند

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۸)

طبع مسکینت مُجَصَّص از هنر همچو نخلِ موم، بی‌برگ و ثمر

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۹)

حَلّ: زیورها، پیرایه‌ها، جمع حَلّه
عَزَّوَجَلَّ: گرامی و بزرگ است، از صفات خداوند
مُجَصَّص: گچ‌اندوده، گچ‌کاری شده

جلال و شکوه من‌های ذهنی مثل گور کافران است که از بیرون بسیار زیباست، چراغانی شده، نقاشی‌های زیبا شده، سنگی گران‌قیمت به‌کار رفته و به‌اصطلاح خیلی باشکوه به‌نظر می‌آید، ولی در درون قهر خدای گرامی و بزرگ است، یعنی ظاهر آراسته دارد و باطن خراب.

هر کسی که در مرکزش درد و همانندگی دارد، این شخص مورد قهر خداست ولو این‌که ظاهر آراسته‌ای دارد. تأیید و توجه مردم و اعتبارات مادی و اجتماعی که به‌واسطه همانندگی‌ها مردم به ما می‌دهند جزء همان آراستگی‌های ظاهری است. انسان‌ها در من‌ذهنی مرده‌اند، در واقع مردگان متحرک هستند و مثل قبرهای تزیین‌شده هستند که با لباس‌های زیبا و زیورآلات و اعتبارات توخالی، پرده پندار پیش آورده‌اند، یعنی «به‌به و چه‌چه» مردم را ملاک بودن خود قرار داده‌اند.



حضرت مولانا می‌فرماید این من‌ذهنی بیچاره، پر از زیورآلات هنر است، یعنی فضیلت‌های ذهنی زیادی دارد، اما مانند یک درخت خرما پلاستیکی است که نه برگ دارد و نه ثمری. یعنی زندگی یک من‌ذهنی هیچ حاصل و نتیجه‌ای ندارد و بیگاری است.

**همچو گور کافران پُردود و نار
وز برون بربسته صد نقش و نگار**
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۰۵۴)

**همچو مال ظالمان، بیرون جمال
وز درونش خون مظلوم و وبال**
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۰۵۵)

**چون منافق از برون صوم و صلوات
وز درون خاک سیاه بی‌نبات**
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۰۵۶)

**همچو ابری، خالی پر قر و قر
نه در او نفع زمین، نه قوت بر**
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۰۵۷)

**همچو وعده مکر و گفتار دروغ
آخرش رسوا و اول با فروغ**
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۰۵۸)

در این‌جا حضرت مولانا با چند مثال زیبا و تکان‌دهنده، شکوه ظاهری من‌ذهنی را توصیف می‌کند. می‌فرماید صورت بدون معنا یعنی جلال و شکوه عاریه‌ای مانند همان گور کافران است که درونش پر از دود و آتش است ولی ظاهرش پر از نقش و نگار و آراستگی. نیز صورت و شکوه ظاهری مانند اموال و دارایی‌های ستمگران است که ظاهر زیبا و جذابی دارد ولی در باطن ثروت آن‌ها از حق ضعیفان را خوردن و دل مظلومان را خون کردن به‌دست آمده و عذاب آخری را در پی دارد.

همچنین صورت و شکوه ظاهری مانند روزه گرفتن انسان‌های منافق و دورو است که ظاهراً عبادت می‌کنند، ولی چون عمل آن‌ها ریاکارانه است، دلشان مانند خاک سیاه نامطلوبی است که هیچ گیاهی در آن نمی‌روید، یعنی



عبادت ریاکارانه که فقط صورت اعمال مذهبی را دربردارد و در آن اثری از تسلیم و فضاگشایی و انداختن همانیدگی‌ها نیست، هیچ صفا و نورانیتی در دل انسان به‌وجود نمی‌آورد.

و نیز مانند ابر خالی از بارانی است که فقط سروصدا دارد و هیچ سودی نه برای زمین دارد نه برای گندم. و همین‌طور مانند وعده‌های مکرآمیز و سخنان دروغین است که در ابتدا بسیار جلوه و زرق و برق دارد ولی سرانجام موجب رسوایی و بدنامی می‌شوند.

و در دفتر سوم هم در این مورد می‌فرمایند:

بِنگر اَکُنون زنده اِطلسِ پُوش را
هیچ اِطلسِ دِست گیرد هوش را؟
 (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۴)

در عذابِ مُنکَرست آن جانِ او
کژدمِ غم در دلِ غم‌دانِ او
 (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۵)

از برون، بر ظاهرش نقش و نگار
وز درون، ز اندیشه‌ها او زار زار
 (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶)

و آن یکی بینی در آن دلِق کهن
چون نباتِ اندیشه و، شکرِ سُخن
 (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۷)

حضرت مولانا می‌فرمایند تو نگاه کن به آدم زنده‌ای که اکنون در این دنیا لباس‌های فاخر و باشکوه بر تن می‌کند، ولی آیا این جامه‌های زیبا بر هوش و عقل و خرد او چیزی اضافه می‌کند؟ مسلماً خیر.

می‌فرماید روح او در عذابی ناگوار است و عقرب اندوه در قلب اندوه‌زده او لانه کرده. یعنی کسانی که اسیر دنیا و همانیدگی‌ها و جلال و شکوه آفل من‌ذهنی هستند، آن‌قدر قلبشان زنگار گرفته و آن‌قدر در همانیدگی‌ها و چیزهای آفل غرق شده‌اند که متوجه این عذاب الهی که به‌صورت تیرگی قلب و غم و اندوه درونشان نمایان می‌شود نیستند، آن‌ها ظاهراً خودشان را در بین مردم خیلی خوشحال و خوشبخت و موفق نشان می‌دهند، ولی در درون پر از غم و غصه و اضطراب و استرس هستند و یک ذره آرامش ندارند. ولی اشخاصی هم هستند که



لباس ژنده و کهنه‌ای بر تن دارند، درحالی‌که فکر و اندیشه آن‌ها مانند نبات است و سخنانشان مثل شکر شیرین است.

یعنی انسان‌های به حضور رسیده که به خدای درونشان وصل هستند و هیچ همانندگی در مرکزشان نیست و نسبت به من‌ذهنی مرده‌اند یا بسیار کوچک شده‌اند، ممکن است جلال و شکوه ظاهری من‌ذهنی‌پسند نداشته باشند، ولی فضای درون آن‌ها باز شده و به خدا وصل هستند و شکوه آن‌ها ماهیتی است، آن‌ها در درون غرق در شادی و شرف و شور زندگی هستند و ارتعاش زندگی از وجودشان جاری است.

خیلی ممنون استاد، تمام شد.

آقای شهبازی: پروین خانم عالی، عالی، آفرین! خیلی خوب بود.

خانم پروین: ممنون استاد.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم پروین]

۱۲- خانم پروین از اصفهان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم پروین]

خانم پروین: با اجازه‌تان.

سَر برون کن از دریچهٔ جان، ببین عشاق را
از صَبوحی‌های شاه، آگاه کن فسّاق را
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۱)

حتی یک لحظه هم در ذهن نمان، «سر برون کن» و کشیدن طرح‌های متنوع با فکرهای رنگارنگ را متوقف کن، در عوض صیقلی کن یک دو روزی سینه را. زدن سر گیاهان همانیده و اصلاح و تعدیل باورهای کهنه راه نیست. به کلی ذهن را شخم زده، باورها را دور بینداز. به‌علت گیر افتادن در چهارچوب الگوهای پوسیده، من‌ذهنی تازگی و طراوت جوی روان زندگی را نمی‌بیند. همه‌چیز برایش تکراری و کسالت‌بار است. اجازه بده زلزله در ذهن افتاده و «سر برون کن» تا روز نو، شام نو، باغ نو و [قطع صدا] نو را ببینی. «سر برون کن» تا در انسان‌ها به‌جای نقش گرگ، نقش یوسف ببینی. هر چقدر مثل پیرزن داستان مثنوی، چیزها را به خود اضافه کنی و نسبت‌های خداگونه به خود نسبت دهی، باطن زشتت زیبا جلوه نخواهد کرد. «سر برون کن»:

که ز سایهٔ یوسف صاحب‌قران
شد زلیخای عجوز از سر جوان
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۸۸)

صاحب‌قران: در اینجا منظور نیکبخت، پیروز و مظفر است.

«سر برون کن» که تخم نادر در فضا کاشتی حتی ابلیس هم قصد نابودی بشر و جهان را نداشت. «سر برون کن» تا جهد و تلاش که برای بهتر جلوه دادن من تو و بیهوده‌کاری است، بر منظور خلقت متمرکز شود و بندگی و طاعت برای خداوند باشد نه من‌ذهنی. و انفاق مال، وقت و تمرکز که این‌جا روی جلب تأیید افراد و کنترل آن‌ها است، برای خدا گونگی باشد.

چاره‌هایی که در ذهن به شکل عصا دیدی، همه مار دوسر بود. پس «هماره روی معشوقه نگر» مثل عاشقان به عشق ارتعاش کن، تا توجه «فسّاق» جلب عنایت‌های زندگی‌انگیز خداوند شود.



چون بدید آن شاهِ ما بر دَرِ نشسته بندگان
وآن در از شکلی که نومیدی دهد مُشتاق را

شاهِ ما دستی بزد، بشکست آن دَر را چنانک
چشمِ کس دیگر نبیند بند یا اغلاق را
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۱)

ممنونم استاد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! عالی، عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم پروین]

۱۳- خانم دینا از کانادا

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم دینا]

خانم دینا: با اجازه‌تان یک پیامی را به اشتراک می‌گذارم.

سَر بُرون کن از دریچهٔ جان، ببین عشاق را
از صَبوحی‌های شاه، آگاه کن فُساق را
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۱)

صَبوحی: نوشیدن شراب در بامداد
فُساق: جمعِ فاسق، بدکاران، بیهوده‌کاران

مولانا دارد به من که الآن سرم در من ذهنی و همانندگی‌هاست می‌گوید که سرم را بیرون بیاورم، یعنی فضا را در این لحظه باز کنم تا از طریق این فضا بتوانم عشاق یعنی انسان‌های زنده به حضور یا زندگی زندهٔ درون انسان‌ها را ببینم، چراکه تنها با این فضای گشوده و ارتعاش به آن هست که می‌توانم من‌های ذهنی دیگر را که الآن مشغول بیهوده‌کاری و کارافزایی در من‌ذهنی‌شان هستند را از این شراب صبحگاهی این لحظه آگاه کنم. ولی مولانا در همین برنامهٔ ۹۷۸ یک سؤالی از من پرسید و آن این بود که

در چه کاری تو، و بهر چت خرنند؟
تو چه مرغی و، تو را با چه خورند؟
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۶۴)

و درواقع دارد از من همین سؤال را می‌پرسد که آیا حقیقتاً من از جنس عشق هستم و دیگران را عشق می‌بینم؟ آیا دارم به عشق ارتعاش می‌کنم و انسان‌های اطرافم را هم از این عشق آگاه می‌کنم؟ یا این‌که نه از جنس فساق هستم، دارم به درد ارتعاش می‌کنم و من‌ذهنی دیگران را تحریک می‌کنم و باعث می‌شوم که آن‌ها در من‌ذهنی باقی بمانند.

که شما آقای شهبازی در همین برنامهٔ ۹۷۸ وقتی که داستان آن عجزه‌ای را که روی زشتش را گلگونه می‌ساخت و می‌خواست برود شوهر پیدا کند در عروسی، یک پیام مهم به من دادید.

درواقع اول که این داستان را خواندید، من خودم هیچ شباهتی بین خودم و آن عجزه پیدا نمی‌کردم، ولی وقتی که واقعاً یک کمی تأمل کردم و هی برنامه را گوش می‌دادم، متوجه شدم که مولانا واقعاً این تمثیل و این اغراق را نیاز می‌دانسته که این تمثیل و اغراق را بیاورد که من بتوانم عمق فاجعه را در خودم مشاهده کنم، بتوانم



دوباره خودم را بازبینی کنم، بتوانم پندار کمال و سرمستی خودم را در من ذهنی ببینم. ببینم که حواسم به خودم نیست و پند مولانا را تمام و کمال گوش نمی‌دهم، هنوز بعضی از همانیدگی‌هایم را نگه داشته‌ام.

من متوجه شدم که هنوز دیگران را قضاوت می‌کنم و ایراد دیگران را می‌بینم و واقعاً همین داستان این پیام را به من داد که من نمی‌توانم نقص‌های من ذهنی‌ام را با استفاده از معانی کتاب‌های بزرگ، با استفاده از حرف و صحبت انسان‌های بزرگی مثل مولانا و به مفهوم درآوردن آن صحبت‌ها، این نقص‌های من ذهنی‌ام را پنهان کنم. نمی‌توانم این مفاهیم را به خودم آویزان کنم و فکر کنم که از دیگران برتر هستم. اگر دیگران به من می‌گویند آفرین، مرحبا، خوشحال بشوم و کیف کنم!

ولی باید این‌ها را در خودم ببینم و متوجه باشم که من در من ذهنی احساس بی‌نیازی به زندگی می‌کنم. برای همین هم هست که وقتی نصیحت می‌کنم، وقتی با یک عزیزی صحبت می‌کنم، یک حرفی می‌زنم، هر چقدر آن حرفم درست باشد، درد را در آن‌ها بیدار می‌کند، چون از مرکز همانیده‌ام می‌آید، چون مثل آن پیاز گندیده و کهنه، بویش درمی‌آید، که مولانا می‌گوید:

**نه نیاز و نه جمالی بهر ناز
تو به تویش گنده مانند پیاز**
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۴۸)

واقعاً کسی حاضر نیست این حرف‌هایی را که بوی گندِ ترس، اضطراب، کنترل، شکایت و درواقع تحمیل باورها و عقاید کهنه را می‌دهد، هیچ‌کس حاضر نیست این‌ها را بخرد. هر چقدر می‌خواهد این‌ها زیبا باشند، هر چقدر می‌خواهد این‌ها با ابیات مولانا عجین شده باشد، ولی مژده‌ای که مولانا در همین برنامه به من داده این است که

**کاله‌ای که هیچ خلقش ننگرید
از خلاق آن کریم آن را خرید**
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۶۶)

خلاقیت: کهنگی و فرسودگی

**هیچ قلبی پیش او مردود نیست
زان‌که قصدش از خریدن سود نیست**
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۶۷)



قلب: تقلبی

و می‌گویند که فقط زندگی هست که حاضر است این من‌ذهنی پر از درد من را بخرد و برایش هم فرق نمی‌کند، یعنی من‌ذهنی تک‌تک ما را زندگی مشتری‌اش هست و فقط من باید حاضر باشم، باید واقعاً امین باشم، باید ناامید شده باشم از این من‌ذهنی و نترسم.

به قول مولانا خرق عادت کنم، حاضر باشم که عکس من‌ذهنی عمل کنم، عکس آن الگوهای ترس و اضطرابی که من را وادار می‌کنند در آن حالت‌های من‌ذهنی باقی بمانم، آن رنجش‌ها را نگه دارم، دنبال زندگی در آینده می‌گردم، باید آن‌ها را پاره کنم و حاضر باشم و ببینم که همه‌چیز این لحظه هست و خودم را به دست زندگی بسپارم که در غزل هم این بیت امیدبخش را داشتیم:

چون بدید آن شاه ما بر در نشسته بندگان و آن در از شکلی که نومیدی دهد مشتاق را

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۱)

پاره‌های آن در بشکسته سبز و تازه شد کآنچه دست شه برآمد، نیست مر احراق را

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۱)

احراق: سوزاندن

می‌گویند وقتی که شاه که همین زندگی هست و می‌بیند که من ناامید شدم واقعاً از من‌ذهنی، تسلیم هستم و دیگر امیدی به من‌ذهنی ندارم، می‌خواهم زندگی را در خودم تجربه بکنم، می‌خواهم به عشق ارتعاش کنم، می‌خواهم عشق را به دیگران بدهم، واقعاً این در را پاره می‌کند، این من‌ذهنی را پاره می‌کند و ذره‌ذره هشیاری من از درون این همانیدگی‌ها، از درون این من‌ذهنی آزاد می‌شود و دوباره من به زندگی برمی‌گردم که در مثنوی هم داشتیم:

جَوَجَوی، چون جمع گردی زاشتباه

پس توان زد بر تو سکه پادشاه

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۹۰)

جَوَجَو: یک‌جو یک‌جو و ذره‌ذره

یعنی می‌گویند اگر به اندازه ذره‌ذره حتی فضا را باز کنی و به صورت حضور ناظر حواست فقط به خودت باشد، هشیاری‌ات را می‌توانی از این همانیدگی‌ها آزاد کنی و از اشتباه گذاشتن دوباره یک همانیدگی، یک ترس، یک



درد به مرکزت جلوگیری می‌کنی، از دیگران تقلید نمی‌کنی، تماماً از جنس خدا می‌شوی و آن موقع است که زندگی دوباره در تو ارتعاش می‌کند و زندگی نورش را به تو می‌زند و در تو تجربه می‌شود و:

چون به من زنده شود این مُرده‌تن
جان من باشد که رُو آرد به من
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۷۸)

من کنم او را از این جان محتشم
جان که من بخشم، ببیند بخششم
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۷۹)

محتشم: دارای حشمت، شکوه‌مند

این جا هم که دارد همین را می‌گوید، می‌گوید این تنِ مردهٔ من ذهنی تو را اگر فضا را باز کنی، دوباره می‌تواند به من زنده بشود و من می‌توانم تو را ای انسان، دوباره از این شراب صبحگاهی پر کنم و تو را شکوه‌مند کنم و به تو جان نو بدهم، جانی که بتواند بخشش من را ببیند و درک کند و آن را با دیگران به اشتراک بگذارد، به عشق ارتعاش کند و فساق را هم از این عشق آگاه کند.
پس یک بار دیگر این بیت طلایی را می‌خوانم:

چون به من زنده شود این مُرده‌تن
جان من باشد که رُو آرد به من
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۷۸)

من کنم او را از این جان محتشم
جان که من بخشم، ببیند بخششم
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۷۹)

محتشم: دارای حشمت، شکوه‌مند

ممنونم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین، آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم دینا]

۱۴- خانم‌ها زرین و تیارا و یکتا از زرین شهر اصفهان با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم زرین]

خانم زرین: خدا قوت بر شما و باغ گنج حضوری که کاشتید و هر روز گل‌های زیبا و نوشکفته را که می‌بینیم و ما را به‌وجود می‌آورند.

آقای شهبازی: ماشاالله، بله، ماشاالله به شما گل‌ها و فرزندانان این همه زحمت می‌کشید. سپاس از زحمات شما و توجه شما.

خانم زرین: ممنون استاد، با اجازه‌تان.

آقای شهبازی: بفرمایید.

خانم زرین:

اختیار آن را نکو باشد که او

مالک خود باشد اندر اتقوا

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۴۹)

چون نباشد حفظ و تقوی، زینهار

دور کن آلت، بینداز اختیار

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۵۰)

اتَّقُوا: بترسید، تقوا پیشه کنید.

زینهار: برحذر باش، کلمه تنبیه

تکرار این ابیات به ما نشان می‌دهد که کجاها «تقوی» و «پرهیز» داشته باشیم و اختیار و مالکیت خود را به‌دست بگیریم. پرهیز می‌کنم از من‌ذهنی که من را از عشق دور می‌کند و جز بیهوده‌کاران می‌کند و پادشاهی مرا بگیرد و گدایی و نیازمندی را به من بدهد.

پرهیز می‌کنم از «جهاد، اطاعت و انفاق کردن» من‌ذهنی که مرا از عنایت آن شاه حیات‌انگیز دور می‌کند. پرهیز می‌کنم از همانیده شدن با چیزها و گذاشتن آنها در مرکز تا نتوانم همواره روی معشوقه را بنگرم.

پرهیز می‌کنم از هر فکری که نتوانم زندگی را در دیگران ببینم. پرهیز می‌کنم از نگه‌داشتن سر من‌ذهنی و تمرکز بر روی دیگران و نداشتن مسئولیت که باعث می‌شود کارگاه صنع و خلاقیت از من گرفته شود.



پرهیز می‌کنم از هیجان‌ات من‌ذهنی که با انقباض باعث نگرفتن عنایت و رحمت ایزدی در این لحظه می‌شود. پرهیز می‌کنم از تحریک شدن من‌ذهنی تا براساس عقل آن فکر کنم نه عقل کل. پرهیز می‌کنم از مقاومت و ستیزه در برابر «قضا» و «کُن فکان» که باعث جدایی و فراق از زندگی می‌شود.

پرهیز می‌کنم از عشق به اشیا و اجسام که من را کور و کر کرده تا نتوانم با چشم زندگی ببینم و با گوش زندگی بشنوم. پرهیز می‌کنم از خم شدن در برابر اختران و همانیدگی‌ها که موجب عدم وحدت و هماهنگی من با زندگی می‌شود.

پرهیز می‌کنم از افتادن در «حلقه کوران» تا نتوانم «دیدهبان را به میانه» آورم. پرهیز می‌کنم از «طاق و طرم‌های» عاریتی که باعث گرفتن «تاج کرمنا» و «طوق اعطینا» از من می‌شود.

پرهیز می‌کنم از گله و شکایت که محور من را در محور خود نگه می‌دارد و محورم، محور خدایی نمی‌شود. پرهیز می‌کنم از ماندن در تاریکی ذهن که مرا وادار به حرف زدن و زیاده‌گویی می‌کند و با ارتفاع گرفتن، درد به خود و دیگران دهم.

پرهیز می‌کنم از هر چیزی که صبر و شکر را از من بگیرد و بی‌صبری و ناسپاسی را به من بدهد. پرهیز می‌کنم از چسبیدن به فکرها و باورها که موجب می‌شود پاسبان هوشیاری خود نباشم.

پرهیز می‌کنم از داشتن «ناموس» و «پندار کمال» که هشیاری جسمی را جایگزین هشیاری نظر می‌کند. پرهیز می‌کنم از سجده کردن به من‌ذهنی که باعث افتادن در «لجن بویناک» می‌شود.

پرهیز می‌کنم از کاشتن تخم بد که از روییدن عشق جلوگیری می‌کند. پرهیز می‌کنم از الگوهای من‌ذهنی که باعث نشان‌دار کردن من می‌شود و مرا از توحید و تعظیم بی‌خبر می‌کند.

پرهیز می‌کنم از من‌ذهنی که ادب در حضور خداوند را از من می‌گیرد و باعث امتحان کردن خدا و بی‌وفایی من به الست می‌شود. پرهیز می‌کنم از دانش من‌ذهنی، دشمن‌سازی، مانع‌سازی، مسئله‌سازی، همانیده شدن، از هیجان‌ات، مقاومت، قضاوت، خرابکاری من‌ذهنی، «حبروسنی» کردن دیگران، «ارتفاع گرفتن»، بی‌ضرورت بالا آمدن، شرطی‌شدگی‌ها، جدی گرفتن اتفاق این لحظه، از ناز کردن و احساس بی‌نیازی به زندگی، از «جهد فرعونی» داشتن، قال و قیل داشتن، تعهد به مرکز عدم نداشتن، نپذیرفتن قانون جبران، توقع و انتظار داشتن، میل و خواستن‌های من‌ذهنی، عیب دیدن و غیبت کردن، ناامیدی، رفتن به هر جهت و هر آنچه باعث جدایی ما از زندگی می‌شود تا ما نتوانیم براساس فکر و خرد زندگی عمل کنیم و بخواهد شادی بی‌سبب، فضای یکتایی، وحدت، صبر، شکر، رضا، انصتوا، خداگونگی و هوشیاری نظر را از ما بگیرد و مرکز ما را از عدم به جسم درآورد.



ممنونم استاد، تمام شد.

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

خانم زرین: ممنونم.

آقای شهبازی: چقدر زحمت کشیده بودید واقعاً، ممنونم. خب حتماً بچه‌ها می‌خواهند صحبت کنند، درست است؟

خانم زرین: بله استاد، ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم زرین]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم تیارا]

خانم تیارا:

صیقلی کن یک دو روزی سینه را

دفتر خود ساز آن آینه را

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۸۷)

می‌گوید: بگذار که این آینه زندگی که زنده شدن تو به زندگی است بگوید چه کاری را انجام بده، کتاب تو زندگی باشد، سینه را باز کن، یعنی فضا را باز کن و بگذار هر چیزی که می‌گوید از آنجا برخیزد، ما بیشتر به فکر همانندگی اصلی هستیم که در مرکز ماست، حتی همانندگی ممکن است درد باشد. ما از دردهایی که نمی‌توانیم بیندازیم رنج می‌بریم، پس باید همه همانندگی‌ها را شناسایی کنیم و بیندازیم و کتابی را که از روی آن می‌خوانیم آینه‌ای صاف شده باشد.

استاد تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین! آفرین!

خانم تیارا: ممنون استاد.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم تیارا]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم یکتا]



خانم یکتا: می‌خواهم یک غزل بخوانم.

آقای شهبازی: به به، بفرمایید.

خانم یکتا:

صورتگر نقاشم، هر لحظه بتی سازم
وانگه همه بت‌ها را در پیش تو بگدازم
صد نقش برانگیزم، با روح درآمیزم
چون نقش تو را بینم در آتشش اندازم
تو ساقی خماری یا دشمن هشیاری
یا آنک کنی ویران هر خانه که می سازم
جان ریخته شد بر تو، آمیخته شد با تو
چون بوی تو دارد جان، جان را هله بنوازم
هر خون که ز من روید، با خاک تو می‌گوید
با مهر تو هم‌رنگم با عشق تو هنبازم
در خانه آب و گل، بی‌توست خراب این دل
یا خانه درآ جانا یا خانه پردازم
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۴۶۲)

استاد تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین، ممنونم از شما.

خانم یکتا: ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم یکتا]

❖ ❖ ❖ پایان بخش دوم ❖ ❖ ❖

۱۵- خانم سارا از آلمان

[سلام و احوال‌پرسی خانم سارا با آقای شهبازی]

خانم سارا: یک پیغامی را داشتم که ان‌شاءالله بتوانم بیان کنم، چون متن نوشتنم، ولی در رابطه با غزل برنامه این هفته هست، غزل ۱۵۱.

آقای شهبازی: بفرمایید.

خانم سارا: که می‌خواستم تجربه‌ام را بگویم از این کاری که این غزل روی من تا الآن دارد انجام می‌دهد و چراغی که روشن شده. نکته اولش این هست که لزوم کشف غزل، یعنی این‌که شما می‌فرمایید که این غزل را شما باید این قدر تکرار کنید که خودش را به شما نشان بدهد، یعنی این‌طوری نیست که چون یک بار شنیدید خودش را به شما نشان داده باشد. و من امروز طبق توصیه شما گفتم بنشینم این غزل را تکرار کنم برنامه را هم خوب گوش داده بودم، برنامه زنده را.

و زمانی که چند بار غزل را خواندم، یک جوری احساس کردم که انگار من همه‌اش دارم دنبال معنی کلمات مشکل این غزل می‌گردم. چون که این یک غزلی بود که خوب یک مقدار کلماتی داشت داخلش که من برای اولین بار می‌شنیدم و کلاً فهمیدنش آسان نبود. یعنی اگر بیانات شما نبود من به هیچ عنوان نمی‌توانستم با این غزل ارتباط برقرار کنم.

ولی حتی با این‌که برنامه را گوش کرده بودم من احساس می‌کردم که یک جوری این غزل هنوز من درگیر این کلمه‌ها هستم و آن رابطه را نمی‌توانم با آن برقرار کنم. و این‌طوری شد که به این فکر افتادم که متنی را که گروه آقای زارع‌پور زحمت می‌کشند را مرور کنم، و آن برای من خیلی خیلی کلید گشایش بود. یعنی بعد از این‌که با دقت صحبت‌های شما را به صورت متن خواندم یک‌دفعه اصلاً تمام این غزل یک‌جور دیگری خودش را به من نشان داد. و مثل یک تابلوی خیلی شگفت‌انگیز ابریشمی که پر از نقش و نگارهای ظریف هستند خودش را به من نشان داد. و مثل این بود که این یک تابلویی است که داخلش پر از فرشته‌های زنده هستند هر کدامشان یک جام خاصی دستشان است و یک انرژی زنده کننده‌ای را به ما می‌دهند.

و برای من مهم‌ترین چراغی که در این غزل روشن شد این پدیده خوش‌اخلاقی بود. یعنی احساس کردم که در این غزل دائم از یک، حول و حوش یک کلماتی مثل حیات‌انگیز، ذوق، لذت، جان‌نو، پرده صبر، یعنی یک چیزهایی که از کلماتی که بیان کننده یک فضای خیلی پر از شادی و لذت و عشق و حیات هست که صحبت می‌کند، و این‌که کلید رهایی ما در همین فضای خوش هست، در این خوش‌اخلاقی، در این فضایی که داخلشان تندخویی

و خشونت نیست. و پی بردن به این‌که خب میل من ذهنی همان‌طوری که شما فرمودید به خشونت است، به بداخلاقی است، به اعتراض است. و این کار را در دین و در مسیر معنوی هم می‌آورد.

و من این‌جا از خودم شروع کردم به سؤال کردن که آیا من واقعاً خوش‌اخلاق هستم؟ و به‌خصوص این‌که آیا من با خودم خوش‌اخلاق هستم؟ و متوجه شدم که خب، نه!

یعنی اگر از خودم بپرسم که چقدر با خودم خوش‌اخلاق هستم، یک کم که تأمل کردم دیدم که در رابطه با خودم الگوهای بداخلاقی زیادی وجود دارند و این الگوها خودشان را به‌صورت انتقاد به خود، کوچک شمردن خود، ایرادگیری و سخت‌گیری نسبت به خود، نشان می‌دهند، که همان ابزار شکنجه من ذهنی هستند.

و این‌که وقتی که این الگوهای بداخلاقی را پیدا می‌کنم یعنی زندگی دارد به من می‌گوید که از این‌ها آگاه شو و تو باید این‌ها را رها کنی و بیایی به فضای انبساط، فضای خوش‌اخلاقی، که همان معادل فضاگشایی هست.

و برای این بداخلاقی یک مثال خیلی گویا پیدا کردم در درون خودم، و در رابطه با همین خود گنج حضور هست این. یعنی من متوجه شدم که بارها پیش آمده که من متقبض بشوم و دروناً یک جوری بداخلاق بشوم از این‌که من نتوانستم این هفته به‌طور کامل روی برنامه این هفته کار کنم. یعنی همه بیت‌ها را کامل رویشان تأمل کنم، و حالا که من نتوانستم دارد برنامه جدید می‌آید! و یک جوری ملامت و تحت فشار قرار دادن خود.

و بعد از خواندن این غزل مثلاً این برای من به‌عنوان یک بداخلاقی، یعنی یک کار کاملاً اضافی و عمل الگوی من ذهنی خودش را نشان داد.

و این فضای خوش‌اخلاقی حالا چه است؟ این‌که من هر دفعه این بداخلاقی‌ها را در خودم می‌بینم از زندگی بخواهم فضای خوش‌اخلاقی را به من نشان بدهد.

و آن فضای خوش‌اخلاقی خودش را خیلی راحت نشان داد و آن هم این‌طوری بود که ببین این برنامه گل‌فشان زندگی است، یعنی مثل این است که یک گل‌فشان پی در پی دارد می‌آید و تو فقط باید دامنت را باز کنی و هر چقدر که گل در این دامن تو افتاد برداری و کیفیتش را بکنی، همین!

و این‌که مثلاً یادم افتاد که خود شما همیشه می‌گویید که کل این‌همه برنامه گنج حضور در بیست و چند سال، یک گوشه‌ای از مولانا بوده. یعنی شما با این هم خوشحال هستید، یعنی می‌گویید تازه این‌که به‌نظر من مثلاً چقدر زیاد می‌آید یک گوشه‌ای از مولانا بوده، و این‌که شاید خود مولانا هم اگر بود می‌گفت اصلاً کل این چیزهایی که من هم الان گفتم این هم فقط یک گوشه‌ای بوده اصلاً، این‌طوری نیست که همه‌اش تمام شده باشد.



و من در این مثال مثلاً یک نمونه‌ای فقط دیدم که چقدر با الگوهای سخت‌گیری، با الگوهای خشونت، انتقاد، فشار آوردن در رابطه با خودم، این‌ها در من این‌قدر مثل آن کسی که، بی‌تی که می‌گفت که

آن که در تون زاد و، پاکی را ندید بوی مُشک آرد بر او رنجی پدید (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۵۶)

یعنی تودرتو این‌ها روی هم جمع شده و درون آدم کار می‌کند بدون این‌که متوجه بشویم. و چیزی که، مهم‌ترین نکته برای من در این غزل همین بود که این خوش‌اخلاقی را، پدیده خوش‌اخلاقی، و اول از همه هم با خودم، یعنی این‌که من اگر با خودم خوش‌اخلاق نباشم، خودم را تشویق نکنم، کارهای خوبی را که انجام می‌دهم نبینم، و این‌که چه اشکالی دارد آدم به خودش هم آفرین بگوید و شاکر باشد از این‌که اصلاً در این راه هست، شاکر باشد برای کوچک‌ترین کارهای خوبی که دارد انجام می‌دهد، این‌ها را ببیند. و قدر کارهایش را قدر این‌که آدم در این مسیر هست را آدم ببیند خودش خودش را تشویق کند و به خودش آفرین بگوید. به‌جای این‌که از هر فرصتی استفاده نکند برای این‌که بد اخلاق باشد با خودش.

و این‌که این بد اخلاقی با خود، یعنی این‌که ما یاد نگرفتیم با خودمان خوش‌اخلاق باشیم، چشمه یعنی نقطه آغاز بد اخلاقی با انسان‌های دیگر هم هست. یعنی ما نمی‌توانیم به انسان‌ها واقعاً عشق بدهیم اگر که با خودمان این را تجربه نکرده باشیم. و یک قسمت دیگری از این غزل هم که این در رابطه با این بیت بود که

چون عنایت‌های ابراهیم باشد دستگیر سر بُریدن کی زیان دارد دلا اسحاق را؟ (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۱)

که این پدیده سر بردن را شما فرمودید که یعنی بی‌اثر کردن عقل من‌ذهنی، و این هم دوباره یک پدیده بسیار زیبایی بود چون در ذهن من از بچگی این سر بردن، و داستان قربانی کردن یک گوسفند، که مثلاً به‌عنوان یک بچه در حیاط خانه‌مان یک بار دیده بودم که مثلاً یک گوسفندی را آورده بودند قربانی کنند و من چقدر غصه‌دار شده بودم. این‌که تمام این خشونت‌ها، تمام این بد اخلاقی‌هایی که ما درست کردیم این را ما درست کردیم این از آن معنویت نبوده. و این‌که شما فرمودید این هیچ معنی‌ای ندارد به جز این‌که عقل، یعنی سر بردن یعنی عقل من‌ذهنی را بی‌اثر کنیم.



و این‌که عقل من‌ذهنی را بی‌اثر کنی یعنی این‌که عقل ترس را، عقل این‌که من باید بترسم، باید محدوداندیش باشم، باید نگران باشم، باید کنترل کنم، این را در زندگی‌ات بی‌اثر کنی. و این خب خیلی فرق دارد با آن تصاویر خشونت‌انگیز و آن چیزهایی که ما تصور می‌کنیم از سر بردن، مثلاً.

و نکته آخر هم که برای من خیلی روشن شد این پرده صبر بود، که واقعاً تا حالا نمی‌دانستم که صبر می‌تواند یک پرده موسیقی باشد. یعنی همین مولانا در این غزل صبر را، در رابطه با صبر در بیت آخر می‌گویند که

پرده صبرم فراق پایدارت خرق کرد خرق عادت بود اندر لطف، این مخراق را (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۱)

خرق کردن: پاره کردن، شکافتن
خرق عادت: خلاف عادت
مخراق: بزرگواری، سخاوتمند، کاردان و باتجربه

یعنی آهنگ صبر من این دوری پایدار از عشق و زندگی را پاره کرد و باعث شد که به زندگی وصل بشوم. مولانا می‌گوید آهنگ صبرم، پرده موسیقی صبر من، در صورتی‌که باز این‌جا هم ما این را با خشونت خیلی وقت‌ها برگزار می‌کنیم. یعنی مثلاً من خودم شاید خیلی وقت‌ها به اسم صبر مشغول خودخوری و تحمل و زیر فشار گذاشتن خودم بودم، در صورتی‌که این مولانا در این غزل این پیغام را می‌دهد که صبر یک آهنگ است و من هیچ‌وقت این‌طوری به آن نگاه نکرده بودم که صبر یعنی همان فضای خوش‌اخلاق، همان فضایی که پر از شادی هست، پر از لذت هست، آن فضا است که می‌تواند این آهنگ صبر را هم بنوازش بیاورد.

خلاصه این غزل با این‌که خیلی غزل پیچیده و سنگینی به‌نظر می‌رسید ولی واقعاً توصیه‌ای که شما به ما می‌کنید که باید زحمت بکشیم، خیلی فرق می‌کند وقتی که خودش را به ما نشان می‌دهد. و من هم خب در این پیغام اصلاً نمی‌شود واقعاً، این هم باید خدا را شکر کرد چون که غزل به هر آدمی خودش را یک جوری نشان می‌دهد و اصلاً نمی‌شود در یک پیغام همه ابعادش را گفت. فقط می‌خواستم از شما و از گروه آقای زارع‌پور تشکر کرده باشم برای این‌همه امکاناتی که در اختیار ما قرار دادید. ببخشید که طولانی هم شد.

آقای شهبازی: عالی! عالی! آن قسمت گروه آقای زارع‌پور به‌نظرم حذف شد در قسمت آخر صحبتتان، می‌خواستید از گروه آقای زارع‌پور تشکر کنید درست است؟



خانم سارا: بله، بله. می‌خواستم از گروه آقای زارع‌پور تشکر کنم چون که واقعاً خوب خیلی این کمک می‌کند که این امکان وجود دارد که ما می‌توانیم این قدر سریع برویم به متن این برنامه‌ها مراجعه کنیم. و آن‌ها را بخوانیم.

آقای شهبازی: عالی، عالی. ممنونم سارا خانم عالی بود. عالی.

خانم سارا: ممنون از شما.

[خداحافظی خانم سارا با آقای شهبازی]

مجلس تخصصی

۱۶- خانم اکرم از نجف‌آباد اصفهان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم اکرم]

خانم اکرم: ببخشید یک متنی نوشتم، اگر اجازه می‌فرمایید خدمتتان بخوانم.

آقای شهبازی: بله، بله. خواهش می‌کنم.

خانم اکرم:

سَر برون کن از دریچهٔ جان، ببین عشاق را
از صَبوحی‌های شاه، آگاه کن فسّاق را
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۱)

دریچهٔ جان همان فضایی است که با تسلیم خدا بودن در اتفاق لحظه گشوده می‌شود، فضای «لَا حَبُّ الْآفَلین»، فضایی که خرد کل به خرد ناقصِ ذهن می‌ریزد و از برکات و الطاف آن فضای گشوده‌شده بهره‌مند می‌شوی. دیگر کار بی‌مزد و بیهوده انجام نمی‌دهی و در جذب و عنایت خدا قرار می‌گیری. ارتعاش به زندگی پیدا می‌کنی و موجب آگاهی و هشیاری من‌های ذهنی فاسق می‌شوی، اثرگذار می‌شوی. روح و جانت تازه می‌شود و [قطع صدا] و متعهدانه تلاش می‌کنی که اتصال تو به خدا قطع نشود و از فضای «لَا حَبُّ الْآفَلین» خارج نشوی، و این جهاد واقعی است.

در این حالت هر فکر و عملی انجام می‌دهی از روی تسلیم و طاعت و عبادت است، موجب رشد و شکوفایی بیشتر تو می‌شود، مشتاقانه و با رضایت کامل سر من‌ذهنی را می‌دهی، همانندگی‌ها را رها می‌کنی، و این اتفاق واقعی است.

جهاد و طاعت و انفاقی که در ذهن و با عقل من‌ذهنی انجام می‌دهی کار بیهوده و بی‌مزدی است که نه تنها موجب رشد و شکوفایی تو نمی‌شود چیزی جز سردرگمی، پوچی، ترس، رنج و درد به دنبال ندارد.

ولی وقتی از دریچهٔ جان سر برون آوردی چشم عدم‌بین تو بینا می‌شود، طاق و ایوانی را می‌بینی که سرشار از زیبایی، لطافت، عشق و رحمت است. روح و جسم تو را عشق و نوری بی‌پایان و بی‌اندازه فرا می‌گیرد که با زبان قابل توصیف نیست.

در این فضای گشوده‌شده «لَا حَبُّ الْآفَلین» نسبت به من‌ذهنی و همانندگی‌ها و جذابیت‌های فانی و توهمی محدود و آفل جهان ماده و جسم کاملاً بیزار و ناامید هستی، و هشیارانه و مشتاق درحالی‌که کاملاً ناامید نسبت به



من ذهنی هستی خدا با «کُنْ فَاكُن» خودش به ناگاه با دست خودش باقی‌مانده زوایای من ذهنی تو را می‌شکند و کاملاً از همانیدگی‌ها پاک می‌شوی. تمام وجودت در عظمت و قدرت و وحدانیت خدا ذوب می‌شود، آزاده و قلندری که اسیر همانیدگی‌ها نیستی، تمام افکار و رفتارت خلاق و نو می‌شود. پاک و عاری از عادت‌های پوسیده و کهنه من ذهنی، صبور، شاکر، خوش‌اخلاق و بسیار لطیف، ظریف، کریم و شریف.

خیلی ممنون آقای شهبازی عزیز.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین، آفرین. اکرم خانم ماشاءالله.

خانم اکرم: ممنون از زحمات‌های شما.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم اکرم: از زحمات‌های شما.

آقای شهبازی: اختیار دارید، ما که کاری نمی‌کنیم. **[خنده آقای شهبازی]**

خانم اکرم: و تمام دوستان گنج حضور، و تمام دوستانی که واقعاً پیغام‌های عالی‌شان این قدر برای ما بیدارکننده است. از کارگروه آقای زارع‌پور، واقعاً از همه‌تان، تشکر می‌کنم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: واقعاً. من هم تشکر می‌کنم. من از شما و همین‌طور که اسم بردید گروه آقای زارع‌پور، گروه نکات، بقیه گروه‌ها، تمام دوستانی که کمک می‌کنند، چه در درست کردن پیغام‌های معنوی، نوشتن پیغام‌های معنوی، تلفن کردن و پیغام‌های به این زیبایی را بیان کردن، همه کمک می‌کنید و می‌بینید که ما از همدیگر چقدر یاد می‌گیریم.

این همین سفره سیزده بدر هست، هر کسی باید غذایش را بگذارد در سفره، هر کسی هم هرچه می‌خواهد از آن جا بردارد. هیچ انتقادی نباشد، هیچ‌کس عیب کسی را نگوید، اصلاً عیب نیینند.

خانم، آقا، غذای من این است پختم آوردم حالا شما خوشتان می‌آید از این بخورید، نمی‌آید آن غذاهای دیگر هست بخورید. و هر کسی می‌بینید از هر غذایی که خوشش می‌آید به اندازه‌ای از آن برمی‌دارد، این کار درستی است.

ممنونم، کس دیگری که نمی‌خواهد صحبت کند؟

خانم اکرم: متشکرم، خیلی ممنون. سلام می‌رساند خدمت شما.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم اکرم]

۱۷- سخنان آقای شهبازی

پیغام‌های خیلی جالبی آمد. سارا خانم گفتند باید اول با خودمان خوش‌اخلاق باشیم تا با دیگران هم خوش‌اخلاق باشیم. اول باید به خودمان رحم کنیم، به خودمان ظلم نکنیم تا یاد بگیریم به دیگران هم رحم کنیم به دیگران هم ظلم نکنیم.

کسی که بلاهای زیادی با من‌ذهنی خودش سرِ خودش می‌آورد، خب واضح است که دیگران را هم راحت نمی‌گذارد. خیلی پیغام خوبی بود.

و گفت خداوند، زندگی، گفته این آزادی شما در گرو اخلاق خوب شماست، و من هم خوش‌اخلاقم. گفت این بزرگوار، این بخشنده، یعنی «خداوند» خوش‌اخلاق بوده، و خوش‌اخلاق هست. پس شما هم باید خوش‌اخلاق بشوید تا بتواند شما را درست کند. و این آهنگ صبر را باید بنوازید. بله صبر آهنگ است. اصلاً تمام چیزهایی که مولانا می‌گوید اگر ما گوش بدهیم همراهش یک آهنگ زیبای زندگی است.

شما باید فضاگشا باشید، صبر داشته باشید تا حد امکان پرهیز کنید، و همه همان چیزهایی که، دیگر من تکرار نمی‌کنم، امروز در پیغام‌ها گفته بودید شما، اگر این‌ها را همه با هم اجرا کنیم می‌بینیم یک آهنگ شد. آهنگ زیبای زندگی که شما می‌نوازید و زندگی می‌کنید.

اما من‌ذهنی هم آهنگ مُخرَب خودش را دارد. خدا نکند ما آن آهنگ را بنوازیم. آن آهنگ یک جنبه‌اش خرابکاری نیست، تمام جنبه‌هایش خرابکاری است. و من خوشحالم که می‌بینیم خانواده‌ها الآن فهمیده‌اند که نباید آهنگ ناهنجار مسموم‌کننده من‌ذهنی را در خانواده بنوازند زندگی‌شان را خراب کنند.

آدم‌هایی در سن و سال من شاید، من خودم را دارم می‌گویم، نمی‌دانستم. نمی‌دانستیم درست زندگی نکردیم، تحقیق کردیم، پیدا کردیم، الآن مجاناً در اختیار شما قرار می‌دهیم.

و قدردانی معنی‌اش این است که شما از این اطلاعات استفاده کنید. این اطلاعاتی که الآن مردم دارند به شما می‌دهند، مولانا داده با این ابیات، این‌ها «گران‌قیمت» است. خواهش می‌کنم قدرش را بدانید، استفاده کنید. غزل را بخوانید.

بگذارید غزل را صد دفعه، من می‌ترسم بگویم دویست دفعه، سیصد دفعه، یک عده‌ای می‌گویند آقا مگر ما نمی‌فهمیم؟! نه ما نمی‌فهمیم نیست، می‌فهمیم، ولی نمی‌دانیم. شما خیلی چیزها را واقعاً می‌فهمید، یادتان هست ولی عمل نمی‌کنید.



به یک آدم سی‌ساله می‌گوییم، به ما هم می‌گفتند سی‌سالمان بود، بابا این کار را نکن! نمی‌فهمیدیم. با همسرت این‌طوری صحبت نکن، البته نگفتند، ولی اگر شاید می‌گفتند هم گوش نمی‌کردیم. آن کار را نکن، این کار را نکن، گوش نمی‌کردیم. زندگی خراب می‌شود. خانواده خراب می‌شود. رابطه آدم با همسرش با بچه‌اش خراب می‌شود. الآن این دانش هست.

شما می‌گویید قدردانی، بله؟ سپاس‌گزاری، شکر، همه این‌ها بستگی دارد که شما این‌ها را به‌کار می‌برید یا نه. این‌ها را هم فهمیدن و به یاد داشتن خیلی مهم است. شبیه این است که، ببینید این‌ها خون زندگی است، زندگی خون معنوی ماست، همین‌طور که این خون این بدن نباشد این بدن زنده نیست.

شما فرض کنید این بدن شما پانصدتا سوراخ داشته باشد و خون از آن‌جا می‌رود بیرون. خب شما فعلاً می‌آیید چسب می‌گذارید نرود، بعد این یک مرضی است باید معالجه کنید.

به تعداد همانندگی‌هایتان خون زندگی است، زندگی زنده از طرف خداوند، زندگی، می‌آید از این سوراخ‌ها می‌رود بیرون. با تکرار این ابیات شما سوراخ‌ها را می‌بندید. موش نمی‌تواند بدزدد. زندگی هدر می‌رود، سر شما کلاه می‌رود. با همین من‌ذهنی.

قدرش را بدانید. این اشعار را بخوانید، تکرار کنید، پانصدتا، هزارتا، وقتی این‌ها را هر روز تکرار می‌کنید این سوراخ‌ها را می‌بندید. توجه می‌کنید؟ زندگی از آن‌ور می‌آید از این سوراخ همانندگی می‌زند بیرون یک شعر یادتان می‌افتد، یک کس یک چیزی می‌گوید می‌خواهید خشمگین بشوید نمی‌شوید، چسب را می‌گذارید آن‌جا، نمی‌رود بیرون. این خون جمع بشود بدن شما درست می‌گردد، خون اگر از پانصدتا سوراخ برود بیرون دیگر خون نمی‌ماند. بدن می‌میرد. بدن معنوی ما هم همین‌طور است.

نیروی زندگی اگر از طریق دردها و همانندگی‌های شما بدون اطلاع شما هرز برود، چیزی برای شما نمی‌ماند. برای همین مردم تهی هستند. در این هفته می‌گفت آخر تو را برای چه بخرند؟ آقای پویا خوب گفتند. یک کسی می‌آید به این جهان باید یک چیزی ارائه کند، چرا؟ برای این‌که زندگی مرتب به او پیغام می‌دهد، انرژی می‌دهد، زندگی می‌دهد. باید یک چیزی ارائه کند به مردم. اول باید به خودش بکند. آخر کسی که به خودش رحم نمی‌کند به دیگران هم رحم نمی‌کند دیگر! برای این‌که خودش هدر می‌رود.

وقتی این خون جمع بشود خودش را استفاده کند یک‌دفعه می‌پاشد بیرون، خون که نیست نیروی زندگی است، نیروی شادی‌بخش است، گفت این‌ها پیغام‌های زندگی، شراب‌های زندگی «حیات‌انگیز» است. پیغام‌های من‌ذهنی حیات‌کش است. زندگی‌کش است. می‌میراند.



پس خواهش می‌کنم شما بیایید یک لطفی به خودتان بکنید، شما بیایید این ابیات را، همین ابیات این برنامه را حدود مثلاً سی چهل تا اگر تا حالا نکرده‌اید، همین ابیات مثنوی را بنویسید تکرار کنید، تکرار کنید.

غزل این هفته را بخوانید. ۱۵۱ است شماره‌اش. بخوانید، بخوانید، بخوانید، بخوانید، بخوانید، تا مثل تابلو باز بشود. برای من که نمی‌خوانید برای خودتان می‌خوانید. وقتی تابلو باز شد، تا نخوانی، قانون جبران است، نمی‌شود، نمی‌شود!

حالا، شما می‌دانید که من ذهنی دارم، از شر این من ذهنی رها شدن آسان نیست. این ما را غافلگیر می‌کند، خون زندگی ما خون معنوی ما هرز می‌رود. شما نمی‌فهمید چه جوری هرز می‌رود. با من ذهنی نمی‌توانیم بفهمیم. تنها چاره این است این ابیات را بخوانید، زیاد که بخوانید سرِ موقع که این موش می‌خواهد بدزد فوراً یک چسب می‌گذارید آن‌جا می‌چسبانید. از آن‌جا نمی‌رود خون بیرون.

یک کسی غیبت شما را کرده می‌خواستید عصبانی بشوید یک‌دفعه یک شعر یادتان می‌افتد نمی‌شوید. توجه می‌کنید؟

دارید رانندگی می‌کنید یک کسی می‌پیچد جلوتان، می‌خواستید بروید جلو اش بپیچید به او نشان بدهید جلو من نمی‌شود پیچید، آرام می‌کنید، چون یک بیت یادتان می‌افتد، که من نباید واکنش نشان بدهم.

این‌ها یکی دوتا نیست که! ما با تعداد زیادی از الگوهای مخرب همانیده هستیم. و این‌ها در ما شرطی شدند. اتوماتیک بدون این‌که خبر داشته باشیم عمل می‌کنیم آن سوراخ‌ها باز می‌شود خون معنوی ما، آن زندگی طرب‌انگیز ما می‌رود بیرون. چیزی برای شما نمی‌ماند زندگی کنید، خشک می‌شوید، پژمرده می‌شوید، خانم سارا هم گفتند.

هر کسی الگوهای تنبیه خودش را دارد. یعنی مثل این‌که یک چیز نوک‌تیزی، چاقویی بیاورد به خودش چاقو بزند! تنبیه می‌کند خودش را. تنبیه نکن، ملامت نکن، یاد بگیر، خودت را عوض کن.

و این را هم عرض کنم، نباید صحبت کنم ولی دیگر شد دیگر، هر کسی هر کاری می‌کند شما باید به خودتان برگردید. کسی مثلاً در آزادراه می‌پیچد جلوی شما، همین مثال، شما نمی‌آیید بگویید من، بگویید من خودم را چه جوری درست می‌کنم؟ من چه جوری درست رانندگی کنم؟ من اگر یکی این کار را کرد چکار باید بکنم؟ من باید رفتارم را تغییر بدهم. همسرم عصبانی می‌شود، می‌رنجد، من باید خودم را تغییر بدهم. بچه‌ام جیغ زد سرم، من باید خودم را تغییر بدهم. باید ببینم چه چیزی را تغییر بدهم.



همه‌اش به خودمان برمی‌گردیم. این تغییر دنیا از ما شروع می‌شود. ما هستیم اصل‌کاری، یعنی شما هستید، هر کسی برای خودش، چون زندگی، خداوند، از این مرکز شما شروع می‌کند به پخش نور، به پخش آگاهی، پخش تغییر. شما می‌خواهید دیگران را تغییر بدهید؟ اول باید خودتان را تغییر بدهید. بعد که خودتان تغییر می‌دهید یک مدتی، مثلاً شش ماه روی خودتان کار می‌کنید اصلاً دیگر متوجه می‌شوید که واقعاً یاد می‌گیرید، با دیگران کاری ندارید. چون در عمل هم می‌بینید وقتی خودتان را تغییر می‌دهید روی دیگران اثر می‌گذارد.

شما تعجب می‌کنید می‌گویید که شش ماه، یک سال روی خودتان کار کنید کاری با همسرتان نداشته باشید، می‌بینید رفتار همسرتان با شما عوض شده. می‌گویید این آن همسر نیست مگر؟! مهربان‌تر شده، اصلاً یک جور دیگر شده، می‌خندند، شوخی می‌کند، قدرتان را می‌داند، احترام می‌گذارد، ارزش می‌گذارد روی شما. شما می‌گویید مگر می‌شود همسر من به من احترام بگذارد؟ می‌بینید می‌گذارد. قبلاً هی با چماق می‌گفتید باید به من احترام بگذاری قدر من را بدانی، نمی‌توانستند.

بله، ببخشید! ما گفتیم این‌جا اَنْصِتُوا را رعایت می‌کنیم، امروز نشد باز هم.



۱۸- آقای مصطفی و خانم نگار از گلپایگان با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای مصطفی]

آقای مصطفی: یک شعر هست اگر اجازه بدهید.

آقای شهبازی: بفرمایید. بله، بله.

آقای مصطفی:

گر تو را سیلی زدت زاری مکن
صبر کن با عقلک‌آت چاره مکن

گر تو را گمراه کرد دیو لعین
یا که کم کرد لحظه‌ای از تو یقین

یا که گوید از مناره تو پیر
مشنوش تو، چون نداری بال و پر

گر بگوید که آزین دانه خورید
چون ضرورت را ندانید، نخورید

پس ببايد صبر و تقوا پيشه کرد
تا که تمییز ضرورت دیده کرد

بال و پر روید ز صبر و اتقوا
پس بپرهیزید ز دانه، آیقنوا

پس درین ره صبر و پرهیز و تقی
لازم باشد مدام اندر لقا



اندرین آهنگ، منگر سُست و پست
کاندرین ره، صبر و شِقِّ اَنفُس است
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۴۶۶)

من نگویم کین ره دین هست دراز
پاره‌ای راه است، نه کوتاه، نی دراز

صبر باید، ننگرم باید، در این راه دراز
خطکش ذهنی نباشد ایدر این‌جا کارساز

پرده صبرت بزن، خوش ساز کن
خرقِ عادت کن، فضا را باز کن

از دریچه‌ی جان برون کن تو سرت
تا که آید هر دمی ساقی برت

با عنایت طاعت و انفاق کن
با عنایت سر بریدن راحت و هموار کن

با عنایت از گله و زاری گریز
از فراق و دوری آن شه گریز

از عنایت طائر درگه شوی
طاق و ایوان بینی و محرم شوی

با عنایت بر دهد هر دم صبح
تا بیابی هر دم از عشاق، روح



با عنایت کن جهاد در راه دین
با عنایت منقطع کن سر دیو

سر ببر آگاه کن فساق را
سر ببر پَران کن این جان را

سر بریدن باشد این جا اضطرار
پس ضرورت گفتمت، بی اختیار

اختیار عقل تن مفقود کن
تا ببینی قدر و امر کن فکن

یک ضرورت بیش نیست اندر زمن
سر بریدن اختیار جان تن

این دل پُر خون بینداز بی غرض
تا که اَعلاق آیدت گه گه عوض

لا نُسَلِّم و اعتراض، از ما برفت
چون عوض می آید از مفقود، زَفَت

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۷۵)

ز آن عوض صفحه‌ی دلت روشن شود
کز پی‌آش جان و تنت گلشن شود

(متن شعر: آقای مصطفی از گلپایگان)

آهنگ: قصد و اراده، راه و رسم، قاعده و قانون

زَفَت: ستبر، عظیم

لا نُسَلِّم: تسلیم نمی‌شویم



تمام شد.

آقای شهبازی: آقا مصطفی! خیلی ممنون. ماشاءالله [خنده آقای شهبازی] چه پُر بود این غزل شما، شعر شما. ماشاءالله.

آقای مصطفی: ببخشید دیگر جسارت کردم.

آقای شهبازی: اختیار دارید. خیلی عالی. عالی، عالی!

آقای مصطفی: ممنونم.

آقای شهبازی: باید یک ذره هم توضیح بدهید البته. می‌خواهید یک خرده توضیح بدهید؟ هنوز وقت دارید.

آقای مصطفی: بله آقای شهبازی. یک ترکیبی است، حالا در ذهن من آمد از غزل و قسمت‌هایی از جاهای مختلف مثنوی، که به قول گفتنی مردم همیشه می‌خواهند به ما سیلی بزنند یا دیو یا شیطان می‌خواهد به ما سیلی بزند، و هر لحظه می‌خواهد یقین ما را کم کند و می‌خواهد ما را برآشفته کند و گمراهان کند، یا این‌که می‌خواهد ما را بگوید تو الآن یک‌جای خوبی هستی، یک‌جای بالایی هستی، تو بپر دیگر، هیچ چیزات نمی‌شود.

ولی ما تا لحظه‌ای که ضرورت را نتوانیم بشناسیم و تا لحظه‌ای که هنوز به آن‌جا نرسیده باشیم که بال و پر داشته باشیم نمی‌توانیم بپریم، و مدام ما باید صبر و تقوا را پیشه کنیم.

همان شعر آقای صادق، و ما باید حواسمان باشد که هر دانه‌ای که می‌آید جلوی ما، دام است. و ما این تمییز «ضرورت» را بعد از صبر و یک راه طولانی به دست می‌آوریم، و این لازمه رسیدن به حالا حضور یا لقای خدا یا یکی شدن با او است. و همان‌جور که مولانا می‌گوید:

اندرین آهنگ، منگر سُست و پست

کاندرین ره، صبر و شِقِّ اَنفُس است

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۴۶۶)

آهنگ: قصد و اراده، راه و رسم، قاعده و قانون

ولی مولانا جای دیگر می‌گوید که باز این راه، پاره‌ای راه است. یعنی یک جوری می‌گوید که نه ناامید بشوید نه خیلی هم خوشحال باشید، ولی خب با خط‌کش ذهن ما نمی‌توانیم راه را اندازه بگیریم که ما کجای راه هستیم الآن؟

و دیگر این غزل بیشتر حالا به من نشان داد که نباید زاری کرد، گله و شکایت کرد، آن ابیات آخر غزل. و باید هر لحظه راضی بود و نباید از این لحظه ما گله و شکایت کنیم که شاید لحظه بعدی بهتر بشود حالمان خوب باشد.

ما در هر لحظه‌ای که هستیم باید حالمان خوب باشد و حال خدائیت خودمان را داشته باشیم و نیاز نیست که ما از این لحظه گذر کنیم. پس واقعاً گله و زاری فقط باعث فراق ما می‌شود و نیازی نیست که ما شکایت کنیم. و فقط باید صبر کرد و این راه را ادامه داد، و منتظر نتیجه هم نبود.

آقای شهبازی: آفرین! آفرین!

آقای مصطفی: و دیگر این خیلی نکات زیاد است دیگر حالا طولانی می‌شود.

آقای شهبازی: اگر می‌خواهید به یادداشتتان هم نگاه کنید، نگاه کنید. چیزهای خیلی خوبی در آن هست، بله.

آقای مصطفی: چیزی ننوشتم. همین شعرم است فقط.

آقای شهبازی: ها! خیلی خوب. شما همین شعرتان را یک تفسیری بکنید، هفته دیگر بیاید برای ما بخوانید. این خیلی پُر است. باید این را توضیح بدهید به ما و حالا یک ذره هم از وقتتان هم بیشتر بود، ما از آن استفاده کنیم. عالی عالی. آفرین.

آقای مصطفی: خیلی ممنونم. اجازه هست گوشه را بدهم به نگار؟

آقای شهبازی: بله بله، خواهش می‌کنم. می‌خواستم همین را بگویم.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای مصطفی]

[سلام و احوالپرسی آقای شهبازی و خانم نگار]

آقای شهبازی: ماشاءالله به شما، اول شما. بعد ماشاءالله به آقا مصطفی. [خنده آقای شهبازی].

خانم نگار: خیلی ممنون. ماشاءالله به شما و مولانا. همه این‌ها از برکت‌های شما است واقعاً و جناب مولانا.

آقای شهبازی: ممنونم.

خانم نگار: آقای شهبازی من مطلبی ندارم فقط داشتم الان حالا در حین برنامه شناسایی می‌کردم که چرا من این چند وقت این قدر انقباض شدیدی در فکرم، در دست‌هایم دارم. بعد یک سری چیزها آمد به ذهنم و با توجه به غزل این هفته، این بیت که:



چون بدید آن شاه ما بر در نشسته بندگان و آن در از شکلی که نومیدی دهد مشتاق را

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۱)

این شناسایی برای من صورت گرفت که من ناامید نیستم از من ذهنی‌ام، ناامید نیستم از این‌که با من ذهنی‌ام عمل می‌کنم. ناامید نیستم از این‌که با من ذهنی ارتفاع بگیرم، از حرف‌هایش ارتفاع بگیرم.

شناسایی کردم ناامید نیستم از دردهای من ذهنی ناامید نیستم، از حال‌بدی‌هایش ناامید نیستم. از سبک من ذهنی‌ام ناامید نیستم، از کارهای من ذهنی‌ام ناامید نیستم. از این‌که، از سبب‌سازی‌های من ذهنی ناامید نیستم، از گله و شکایت‌های من ذهنی ناامید نیستم، از مقاومت‌های من ذهنی ناامید نیستم، از قضاوت‌های من ذهنی‌ام ناامید نیستم. و از این‌که من نباید با من ذهنی زندگی کنم ناامید نیستم. و حالا همین که شناسایی کردم یک فشاری از روی این فک و دهان من برداشت، ولی باز هم حالا خواستم فقط این‌جا بگویم که از این سبک من ذهنی‌ام هنوز ناامید نیستم و فکر می‌کنم که کار می‌کند.

یک‌جاهایی فکر می‌کنم نه یک‌جاهایی باید مثلاً فضاگشایی کنم، ولی یک‌جاهای دیگر باید با ذهنم عمل کنم. امیدوارم که این را واقعاً از درون قلبم، با تمام وجودم متوجه بشوم که واقعاً این من ذهنی راه زندگی نیست.

آقای شهبازی: ان‌شاءالله. آفرین.

خانم نگار: و این‌همه هیجان، مثلاً من امروز رفته بودم بیرون فکر می‌کردم که من باید با هیجان زندگی کنم. اصلاً نمی‌دانم، امیدوارم که بتوانم چیزی که یک آن در ماه‌های قبل گرفتم را دوباره بتوانم، می‌دانم که الآن هم حالا دارم کمک می‌کنم راه را دارم می‌آیم، ولی این آگاهی برایم بیشتر بیاید بالا و واقعاً ناامید بشوم از من ذهنی‌ام. یاد بگیرم که این من ذهنی واقعاً راه زندگی نیست.

ببخشید وقتتان را گرفتم.

آقای شهبازی: نه، نه، نه! آخر شما ببینید خانم نگار یک خرده باید به خودتان فرصت بدهید. به ما درس‌های بدی دادند، الگوهای پُر دادن و گرفتن ارزش از این جهان، یعنی همان‌طور که گفتند قرض کردن ارزش و اعتبار از این جهان و به رُخ مردم کشیدن را به ما یاد داده‌اند.

شما فرض کن، شما را عرض نمی‌کنم ها! یک کسی سخت کار کرده یک خانه بزرگ خریده و دیگر ماشین مثلاً عالی مثلاً حالا بگوییم مرسدس بنز خریده، می‌خواهد خب با این پُر بدهد مولانا می‌خواند می‌بیند که مولانا می‌گوید



پُر نده، این‌ها را به رُخ مردم نکش، این «طاق و طُرب» است قرضی از جهان. خب آن‌جا زیر فشار قرار می‌گیرد که آخر پس این‌همه زحمت را برای چه کشیدم من؟!

آقا این اتومبیل برای سوار شدن و رفتن از مثلاً خانه‌ات به محل کارت است! فرق نمی‌کند حالا شما مرسدس بنز دوست دارید این را سوار بشوید، ولی این برای پُر دادن به مردم نیست که من از شما برترم.

این الگو فشار می‌آورد به ما. جوان هم باشید بیشتر. مثلاً یک خانم یا آقا می‌گوید حالا من حوالی سی سالم است بدنم خوشگل است این را باید به مردم ارائه کنم، پُر بدهم، از این هویت بگیرم. یک‌دفعه مولانا می‌گوید که از صورت ظاهر تان، از زیبایی ظاهر تان، نمی‌دانم از هیكلتان هویت نگیرید، با این همانیده نشوید. خب ما زیر فشار قرار می‌گیریم جوان باشیم. این‌همه زحمت کشیدم روی خودم، ورزش کردم که هیكلم را به رُخ مردم بکشم حالا نکشم که نمی‌شود که!

خب این صبر می‌خواهد دیگر. برای جوان صبر می‌خواهد. ما وقتی جوان هستیم، با من ذهنی که بزرگ شدیم می‌خواهیم یعنی من ذهنی می‌خواهد خودش را نمایش بدهد، از آن‌ور نیروی زندگی و عقل خوب ما می‌گوید این کار را نکن. هی می‌گوید این کار را نکن. خب ما زیر فشار. از این‌ور می‌خواهیم خودمان را ارائه کنیم از آن‌ور عقل درست ما می‌گوید نکن این کار را. هر دفعه می‌کنیم پشیمان می‌شویم یا ملامت. از آن‌ور می‌آید ملامت می‌کند.

یعنی من ذهنی مرتب می‌خواهد الگوهایش را به‌کار ببرد. ما هم تن می‌دهیم بعضی موقع‌ها. بعد آن موقع خود من ذهنی شروع می‌کند به ترساندن و ملامت کردن ما؛ ببین عرضه نداری، حرف مولانا را گوش نکردی.

می‌دانید؟ شما باید از این‌ها آگاه باشید، ولی چاره‌اش را همین‌طور که آقا مصطفی هم گفتند در شعرشان «صبر» است. صبر و تکرار، صبر و تکرار.

یک روزی متوجه می‌شویم خیلی خب این ظاهر زیبای من زیباست خیلی هم خوب است، من همین زیبایی را حفظ می‌کنم، ولی این برای پُر دادن و همانیدن با آن به‌صورت یک همانیدگی، هر جا می‌روم به رُخ مردم بکشم، نیست. ولی خیلی زیباست این خیلی خوب است، من خودم هم خوشم می‌آید می‌گویید، من از خودم خوشم می‌آید، ولی به دیگران ربطی ندارد این. برای گرفتن هویت نیست. بنابراین صبر لازم است.

در ضمن این نوشته آقا مصطفی هم خیلی چیزها داخلش هست ها! خانم نگار [خنده آقای شهبازی]

خانم نگار: بله [خنده خانم نگار].



آقای شهبازی: بله. خب کاری ندارید شما؟

خانم نگار: مرسی، خیلی ممنون از وقتی که به من دادید.

آقای شهبازی: صبر کنید. صبر کنید. جوان هستید. جوان‌ها همه باید صبر کنند. کار کنند، صبر کنند. این

بیت‌ها را تکرار کنند. یواش‌یواش آدم خم می‌شود می‌رود داخل این قالب زندگی.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم نگار]

پیغام‌های تلفنی

۱۹- خانم مریم از کانادا با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم مریم]

خانم مریم: من با اجازه‌تان آقای شهبازی، من این بیت:

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

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

آقای شهبازی: آفرین!

خانم مریم: اگر من، هفته پیش شما از من پرسیدید که، سر کلاس که من گفتم که من دچار انقباض شدم و بعد شما از من پرسیدید نکند ذهنت را جدی می‌گیری، فکرت را جدی می‌گیری؟ و واقعاً هم بعد از کلاس که خودم فکر کردم دیدم که آقای شهبازی من واقعاً گاهی وقت‌ها فکرم را بدون این‌که خودم بفهمم جدی می‌گیرم، یعنی گاهی وقت‌ها ذهنم می‌گوید نه این یکی درست است، این واقعاً دلیل می‌آورد یعنی من را می‌اندازد در سبب‌سازی ذهن، و بعد فهمیدم که خب اگر من از جنس هشیاری هستم، اگر من «احد صمد» هستم، حالا که من این‌ها هستم، پس وظیفه من برای حفظ هوشیاری‌ام چه هست؟
حالا مهم‌ترین چیزی که شما هر جلسه هم صحبت می‌کنید این هست که افکارم را جدی نگیرم یعنی افکارم را به مرکزم نیاورم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم مریم: و این بیت، این سه‌تا بیت که شما همیشه تکرار می‌کنید و این‌ها خیلی:

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 ضیف‌ست، او را دار خوش

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۶)

ضیف: مهمان

حالا من باید فکرها را مثل یک مهمان بدانم یعنی آنها را، با آنها صلح داشته باشم با آنها. بدانم که هر فکری که در هر لحظه می‌آید، از مرکز از فضای عدم می‌آید، از فضای نیستی می‌آید پس من، یعنی از آن‌ور می‌آید. این افکار می‌خواهند یک چیزی به من نشان بدهند، یک پیامی می‌خواهد زندگی به من بدهد، ولی اگر من با آن در جنگ و ستیز باشم، خب هم انقباض برای من ایجاد می‌شود، هم مرکزم بسته می‌شود.

و واقعاً هر کدام از این افکار گاهی وقت‌ها، بیشتر اوقات یک همانندگی را به ما نشان می‌دهند که اگر تیز باشم من، اگر فضا را باز کنم، یعنی مرکز را چوبک بزنم در پشت‌بام مرکز و هشپاری‌ام، و نگذارم که فکر وارد مرکزم بشود. چون وقتی فکر وارد مرکزم بشود، من می‌شوم دقیقاً می‌شوم مثل آن زلیخا که شما فرمودید تمام عکس‌هایش را چسبانده بود به دیوار و ما هر جا را نگاه کنیم آن افکار را فقط می‌بینیم، دیگر آن پیام فکر را نمی‌گیریم. و این‌که من حالا اگر که ما غم دین داریم، که پیغمبر می‌گوید:

گفت: رو، هرکه غم دین برگزید

باقی غم‌ها خدا از وی بُرید

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۱۳۷)

پس اگر غم ما رسیدن به او هست، من به خودم این را گفتم، پس من باید که هیچ غمی به‌جز این‌که مرکزم را مراقب باشم، نداشته باشم یعنی نگرانی دیگری نداشته باشم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم مریم: و این‌که امتحان، حالا:



یکی لحظه بنه سر ای برادر چه باشد از برای آزمون را؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۰۱)

خب حالا من نه این‌که بخواهم خدا را امتحان کنم، ولی من بارها شده که حرف زدم، وقتی فکری آمده، خواستم کسی را قضاوت کنم، فوری قضاوت را شناسایی کردم، لا کردم آن را و بعداً فهمیدم که این اشتباه بوده، این قضاوتی که می‌خواست ذهن من بکند این اشتباه بوده.

پس من امتحان کردم، بارها این اتفاق برای من افتاده، ولی چرا باز گول ذهنم را می‌خورم؟ خب این دیگر همان دست من است که من مراقب خودم باشم، مراقب مرکزم باشم. و بعد:

یکی دم رام کن از بهر سلطان چنین سگ را چنین اسبِ حرون را

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۰۱)

حرون: سرکش، نافرمان

خوب شما در آن جلسه پیش در داستان «امیر و سُنقر» گفتید که ما باید با ذهنمان با آرامش رفتار بکنیم و الا از عهده ذهنمان بر نمی‌آییم و واقعاً هم همین‌طور است یعنی باید رامش کنیم. حالا رام کردنش این است که مثل یک بچه، من گاهی وقت‌ها این را یاد گرفتم که مثل یک بچه با او صحبت کنم و آرامش بکنم. اما یک چیز دیگری که خیلی در این غزل من را جذب کرد صبر بود.

پرده صبرم فراقِ پایداری خرق کرد خرقِ عادت بود اندر لطف، این مخراق را

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۱)

خرق کردن: پاره کردن، شکافتن
خرق عادت: خلاف عادت
مخراق: بزرگواری، سخاوتمند، کاردان و باتجربه

این‌که من تا صبر نکنم، این رفتارهای من تغییر نمی‌کند، من عادت کردم، ذهن من شرطی شده. و حالا برای این‌که این عادت پاره بشود، باید که من صبر داشته باشم.

آقای شهبازی: آفرین!



خانم مریم: صبر هم این است که من فضاگشا باشم، یعنی این‌که ناامید نشوم. من خیلی آدم خودآزاری بودم. آقای شهبازی، یعنی خیلی وقت‌ها من به خودم می‌گویم مریم خودآزاری نکن. من خیلی به خودم سخت می‌گیرم. دست به ملامت خیلی عالی بود، یعنی من خیلی خودم را ملامت می‌کردم، خیلی سخت‌گیر بودم در مورد خودم. و شاید به تربیت خانوادگی‌ام بستگی داشت، ولی هرچه بود من یاد گرفتم که با خودم مهربان باشم. صبور باشم تا ببینم که تقریباً که کم‌کم دارد این رفتارهای من تغییر می‌کند، بالاخره زندگی من را هر لحظه دارد امتحان می‌کند. هر لحظه یا با فکر دارد من را امتحان می‌کند یا با یک اتفاق یا با حرف یکی از افراد خانواده‌ام یا با حرف یکی از همکاران. آیا من واکنش نشان می‌دهم؟ خب اگر واکنش نشان ندهم این صبر است که می‌آید وسط و به من کمک می‌کند که من به‌جای این‌که فکر را ببینم فضای اطراف فکر را ببینم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم مریم: بله، و این‌که خود مولانا هم تأکید دارد که

نی مَشو نومیَد، خود را شاد کن

پیشِ آن فریادرس، فریاد کن

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۵۲)

کای مُحِبِّ عَفو، از ما عَفو کُن

ای طبیبِ رنجِ ناسورِ کُهَن

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۵۳)

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

خب خیلی عادت‌های ما، ما هنوز رفتارهای پیشینیانمان را داریم تکرار می‌کنیم پس این خیلی کهنه است، این ذهن خیلی کهنه است و واقعاً خرقِ عادتش خیلی وقت می‌خواهد، این‌که ناامید نشویم خیلی مهم است، این‌که صبور باشیم. من به خودم دارم می‌گویم که باید صبر کنم، در مقابل هیچ چیزی واکنش نشان ندهم، با همه فضاگشا باشم، چون که

حکم حق گسترد بهر ما بساط

که بگویند از طریق انبساط

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۶۷۰)



بساط: هر چیز گسترده‌تری مانند فرش و سفره

اگر من واقعاً خوش و خوب و زیبا هستم، پس من باید از طریق انبساط با همه رفتار کنم. الآن این روزها من خیلی این انبساط را در خودم می‌بینم و خیلی وقت‌ها می‌بینم که مریض‌هایم به من می‌گویند تو چقدر شاد هستی! چقدر خوشحال هستی! و انرژی‌ام خیلی زیاد شده، من قبلاً نمی‌توانستم این قدر کار کنم ولی حالا خیلی کار می‌کنم، اصلاً خسته نمی‌شوم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم مریم: و واقعاً خدا را شکر می‌گوییم و چیزهایی که شما به ما یاد دادید این قدر گران‌بهاست که من که واقعاً نمی‌توانم جبران‌ش کنم. نمی‌دانم باید چه‌جوری جبران کنیم، چه‌جوری باید از شما تشکر کنم.

آقای شهبازی: لطف دارید.

خانم مریم: از خدا شکرگزار هستم که این‌ها را به ما، شما آموختید. و یک چیزی که امروز صبح من داشتم ویدئوی دینا جان را وقتی داشتم می‌رفتم سر کار همین‌جوری داشتم گوش می‌دادم که داشت در مورد:

حق قدم بر وی نهد از لامکان آنکه او ساکن شود از کن فکان

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۸۱)

یک‌دفعه‌ای یک جرقه‌ای زد ذهن من که خب من برای این‌که ساکن بشوم، باید حق پایش را در درون من بگذارد و برای این‌که حق پایش را در مرکز من بگذارد من باید آرام باشم، باید انقباض نداشته باشم، حتی اگر ذهنم به من می‌گوید که فلانی دارد به تو زور می‌گوید، تو اصلاً نشنیده بگیر.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم مریم: اگر دارد می‌گوید که مثلاً تو الآن مظلوم واقع شدی، چون ذهن ما خیلی مظلوم‌نمایی می‌کند، یک چیزی که من فهمیدم این است که ذهن ما خیلی مظلوم‌نمایی می‌کند، این‌ها را باید نشنیده بگیریم تا این‌جوری حالا بتوانی حق را بیاوری به مرکزت. یعنی حق در مرکزت هست، اجازه بدهی کار انجام بدهد. و بعد حالا که ذهن من جامد است، پس من باید ذکر کنم.

این قدر گفتیم، باقی فکر کن فکر اگر جامد بود، رو ذکر کن

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۷۵)



ذکر آرد فکر را در اهتزاز ذکر را خورشید این افسرده ساز (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۷۶)

اهتزاز: جنبیدن و تکان خوردن چیزی در جای خود

تنها راه ما برای این که عنایت‌های ایزدی شامل حال ما بشود، این است که ما ذکر کنیم، تکرار این ابیات خیلی کمک می‌کند. یعنی من همیشه که دارم کار می‌کنم سعی می‌کنم ابیات را با خودم تکرار کنم. و بعد در انتها:

من که صلح دایماً با این پدر
این جهان چون جنتسّم در نظر

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۶۳)

واقعاً که ما باید صلح باشیم همیشه و همه‌جا، هر چه هست ما باید با زندگی در صلح باشیم تا زندگی آن زیبایی خودش را به ما نشان بدهد. بعد، آقای شهبازی شما زندگی را برای من مثل بهشت کردید، من خیلی الان از درون شادی بی‌سبب دارم. چیزی که گاهی وقت‌ها، گاهی وقت‌ها ذهنم می‌گوید خب تو برای چه الان خوشحالی؟ واقعاً علتش را پیدا نمی‌کنم، اما خوشحالم خیلی.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم مریم: یک وقت‌هایی هست که انقباض می‌آید ولی من آن روز فهمیدم که من فکرها را جدی می‌گیرم بدون این که من بفهمم، ذهنم من را گول می‌زند و فکر می‌کنم که جدی نمی‌گیرم ولی واقعاً گاهی وقت‌ها ذهنم را، فکرها را جدی می‌گیرم.

خیلی ممنون آقای شهبازی.

آقای شهبازی: آفرین، عالی، عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم مریم]

آقای شهبازی: خیلی خوب. بله هر چه آرام‌تر، بیشتر از جنس خودمان می‌شویم، بیشتر از جنس خدا می‌شویم و زندگی بهتر می‌تواند روی ما کار کند.

۲۰- خانم پریسا از کانادا با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم پریسا]

آقای شهبازی: بفرمایید، خیلی خوشحالم که زنگ زدید.

خانم پریسا: خیلی ممنونم، مرسی. آقای شهبازی با اجازه‌تان می‌خواستم در مورد غزل شماره ۱۵۱ یک مقداری صحبت کنم و واقعاً نمی‌دانم که این غزل‌ها چقدر شگفت‌انگیز هستند و شما چه تفسیرهای عالی می‌کنید و چقدر عمقش را به ما نشان می‌دهید. حالا من در حد محدود یک چیزهایی را که برداشت کردم را می‌خواستم عرض کنم.

آقای شهبازی: ممنونم، بله بله، بفرمایید.

خانم پریسا: خیلی ممنونم. این غزل با سه بیت اولش که شروع می‌شود، حالا بیت اول را خدمتتان می‌خوانم:

سر برون کن از دریچه جان، ببین عشاق را از صبحی‌های شاه، آگاه کن فساق را

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۱)

صَبُوحی: نوشیدن شراب در بامداد
فُسَّاق: جمع فاسق، بدکاران، بیهوده‌کاران

این سه بیت اول غزل خیلی جالب حالتی هست که مولانا یک چیزهایی را از ما می‌خواهند یعنی انگار که این مسئولیت ما است که این کارها را انجام بدهیم. اولیش این‌که «سر برون کن از دریچه جان» یعنی این وظیفه ما هست که از این دیوار ذهنمان بیاییم بیرون، از یک دریچه‌ای به بیرون نگاه کنیم آن هم دریچه جان هست و وقتی که این کار را می‌کنیم ما باید عشاق را ببینیم یعنی باید زندگی درون آدم‌های دیگر را ببینیم.

بدانیم که همه انسان‌ها بالقوه عاشق هستند حالا بعضی‌ها هم مثل مولانا بالفعل عاشق هستند. ولی خب ما وظیفه‌مان هست که زندگی درون آن‌ها را ببینیم. و بعد این‌که «از صبحی‌های شاه آگاه کن فساق را» یعنی کسانی که در من ذهنی هستند، فساق هستند، بیهوده‌کاری دارند می‌کنند، وظیفه ما هست باز که آن‌ها را هم از صبحی‌های شاه آگاه بکنیم یعنی بگوییم که خدا دارد شراب صبحگاهی را در این صبح، در این روز به ما می‌دهد و شما هم می‌توانید از آن بهره‌مند بشوید ولی این آگاه کردن ما نباید به صورت، حالت زور کردن باشد بلکه فقط تنها کاری که ما می‌توانیم بکنیم این‌که فضا را باز کنیم به عشق ارتعاش بکنیم و یک جور آگاهی را فقط ما می‌توانیم در دیگران ایجاد کنیم ولی نه بیشتر. و بعد می‌گوید که خداوند، این «شاه حیات‌انگیز ما»، این خدایی



که همه‌اش می‌خواهد زندگی را در ما بیشتر بکند یک سری عنایت را نصیب ما کرده و ما می‌توانیم از این عنایات‌ها استفاده بکنیم که «جانِ نو ده مرجهاد و طاعت و انفاق را». یعنی این کلمه «جانِ نو» خیلی برای من جلب توجه می‌کرد یعنی این جهاد ما، طاعت ما و انفاق ما باید یک جان تازه‌ای را بگیرد.

این جهاد ما، این تلاش برای زنده شدن به خدا هست. طاعت هم کارهایی است که در عمل می‌کنیم حالا مثلاً ممکن است برای کسی که در زمینه مولانا کار می‌کند خواندن آیات باشد و حفظ کردن آن‌ها. و انفاق هم همان چیزی هست که می‌بخشد حالا خدمتی یا سرویسی می‌کند ولی همه این‌ها اگر آن جانِ نو همراهش نباشد هیچ فایده‌ای ندارد یعنی یک جور جان باید، جان زندگی را باید در این جهاد و طاعت و انفاق خودمان بیاوریم.

و بعد سومین بیت می‌گوید که حالا وقتی که عنایات‌های خدا دست‌گیر تو هست پس بدان که «سر بریدن اسحاق» هیچ زیانی به اسحاق نمی‌رساند. حالا این اسحاق همان نماینده بزرگ‌ترین همانندگی ما هست یا این‌که من‌ذهنی ما هست در کل، می‌گوید که اگر تو این را ببندازی، هیچ آسیبی و ضرری به تو نمی‌رسد پس توکل کن به زندگی به آن عنایات‌های خدا و اجازه بده که این اتفاق بیفتد.

خب آن سه بیت را که مولانا از ما یک سری چیزها را می‌خواهد، شما بیت‌های بعدی‌اش را که شروع می‌کردید گفتید، قبل از آن هم یک سری مثنوی‌ها را خواندید گفتید که مثل این نرمش‌هایی هست که قبل از این‌که وارد ورزش اصلی بشویم باید انجام بدهیم و آماده بشویم برای ورزش. چون واقعاً از بیت چهارم به بعد یک فضاگشایی خیلی بالایی را نیاز دارد این غزل چون دیگر دارد مولانا چیزهایی را صحبت می‌کند که دیگر ذهن هیچ‌جوره نمی‌فهمد ولی ما فقط باید فضا را باز نگه داریم تا بتوانیم آن را متوجه بشویم.

که بعد مولانا از طاق و ایوانی صحبت می‌کند، «طاق» آن آسمان باز شده درون ما است و «ایوان» آن جایگاهی هست که زندگی دارد نگاه می‌کند یعنی زندگی یا خدا از درون ما، همان شاه از درون ما می‌آید بالا و در آن ایوان قرار می‌گیرد، از دید ما از وجود ما بیرون را نگاه می‌کند و این شاه یا زندگی در آن طاق و ایوان مثل یک ماه زیبا می‌درخشد.

و بعد نقش‌هایی را مولانا بیان می‌کند که این‌ها می‌رویند و ناپدید می‌شوند. یک پروسه (طریقه: process) تبدیل ما را در آنجا دارد می‌گوید و بعد می‌گوید «نقش‌ها می‌رُست و می‌شد در نهران، آن طاق را» یعنی همه این‌ها کاملاً نهانی اتفاق می‌افتد. ذهن ما هیچ جور نمی‌تواند آن پروسه تبدیل را بفهمد. این‌که ما لحظه‌به‌لحظه داریم نو می‌شویم، هر لحظه زندگی این هشیاری ما را از نو می‌رویند و بعد این از بین می‌رود، بعد دوباره نقش جدید. این‌ها نقش‌ها و صورت‌های ذهنی نیستند که با ذهن قابل درک باشند، نقش‌هایی هستند که هشیاری ما می‌گیرد.

و بعد خود مولانا می‌گوید دوباره که «عَلْبَةُ جان‌ها در آن‌جا پشت پا بر پشت پا» یعنی پشت سر هم این جان‌ها به صورت، به حالت خیلی زیادی وجود دارند و مرتب تغییر پیدا می‌کند جان ما و رنگ رُخ‌ها هم بدون زبان، حاکی از آن ذوقی هست که ما داریم یعنی ما آن موقعی که داریم تبدیل می‌شویم یک ذوق خیلی زیادی از ما ابراز می‌شود ولی این‌ها بی‌زبان هست یعنی دوباره ما باید خاموش باشیم، اصلاً با ذهنمان، با زبانمان نمی‌توانیم آن‌ها را توصیف کنیم.

و بعد این ذوقی که می‌آید به ما یک مستی‌ای می‌دهد و حالا می‌گوید «ذوقِ مستی و نُقل و سماع» یعنی شاید مثلاً ما در بیرون یک سری صنُع و آفرینش هم داشته باشیم ولی وقتی که دوباره چشمان به شاه یا خدا یا زندگی می‌افتد حتی آن‌ها هم برای ما سرد می‌شود یعنی ما باز می‌نشینیم می‌گوییم که من می‌خواهم به خودِ خدا زنده بشوم. این‌ها خیلی زیبا هستند، تمام این شادی‌های بی‌سبب، تمام این داستان آفرینش و خلاقیتی که از من بروز می‌کند، همه این‌ها خیلی زیبا هستند ولی من فقط می‌خواهم به خودِ «ماهِ خوب‌اخلاق» خودم زنده بشوم.

و بعد یک نقطه عطفی که در این غزل پیش می‌آید یک جایی هست که می‌بینی که مولانا می‌گوید که

چون بدید آن شاه ما بر در نشسته بندگان و آن در از شکلی که نومیدی دهد مُشتاق را

شاه ما دستی بزد، بشکست آن در را چنانک
چشم کس دیگر نبیند بند یا اغلاق را
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۱)

اغلاق: جمع غَلَق به معنی قفل و چفت و کلون. اغلاق: بستن، دربستن

یعنی ما یک لحظه به این حالت می‌رسیم که وقتی که می‌خواهیم به خدا زنده بشویم می‌بینیم که دیگر این از دست ذهن ما هیچ چیزی بر نمی‌آید، نسبت به من ذهنی‌مان ناامید می‌شویم نه نسبت به زندگی. و در آن لحظه خدا هم ما را می‌بیند، در آن لحظه دستی می‌زند، آفرین می‌گوید که و می‌زند آن در را می‌شکند یعنی این یک نقطه خیلی خاصی از

پروسه (طریقه: process) تبدیل ما هست که ما بفهمیم که با سبب‌سازی ذهنمان هیچ کاری دیگر نمی‌توانیم بکنیم و ناامید می‌شویم از ذهنمان. و آن لحظه، لحظه خیلی خوب و مبارکی هست.

ببخشید آقای شهبازی، من فکر کنم از وقتم گذشته.



آقای شهبازی: نه‌نه‌نه، عجله نکنید، ادامه بدهید. اگر مطلبی دارید، بفرمایید.

خانم پریسا: چشم، ممنونم. بله پس اگر ما به آن حالت ناامیدی برسیم، نه آن ناامیدی که ما مثلاً از زندگی ناامید بشویم بلکه ما ناامید می‌شویم از من‌ذهنی خودمان و تمام سبب‌سازی‌هایی که کرده.

مثلاً در این راهی که داریم می‌رویم مرتب می‌بینیم که ما با ذهنمان به هیچ جایی نمی‌رسیم. هر بار هم تلاش ذهنی کردیم، ماندیم از کار. و آن لحظه، لحظه خیلی مبارکی است چون دیگر در همان لحظه خداوند می‌زند و آن درِ ذهن را می‌شکند به طوری که دیگر بعد از آن هیچ کسی بند یا اغلاق یا آن قفل را دیگر نمی‌بیند یعنی دیگر راه برای ما باز می‌شود.

و آن وقت آن خرده‌های من‌ذهنی ما که می‌شکند یک خرده‌های «آن در» سبز و تازه می‌شود یعنی که از آن همانندگی‌ها، آن زندگی آزاد می‌شود و این‌ها دیگر مثل آن چیزی نیست که من‌ذهنی می‌ساخته و فقط به درد سوختن می‌خورده، دیگر این‌ها همه‌اش داخلش جان و زندگی هست. و این پروسه که برای ما اتفاق می‌افتد تا تبدیل بشویم، توسط خود زندگی به آرامی و راحتی اتفاق می‌افتد. می‌گوید:

**جامه جانی که از آب دهانش شسته شد
تا چه خواهد کرد دست و منت دقاق را؟**
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۱)

دقاق: کوبنده، جامه شوی که جامه را می‌کوبد.

یعنی ما وقتی که بخواهیم با من‌ذهنی‌مان خودمان را درست بکنیم، نمی‌شود. مثل این دقاق، یک کسی که مثلاً قبلاً می‌زدند لباس را برای این که تمیز بشود با چوب می‌زدند و این‌ها، تمیز هم نمی‌شد لباس هم فرسوده می‌شد، ولی وقتی که این جان ما دارد تبدیل می‌شود دیگر منت من‌ذهنی‌مان را هم نباید بکشیم. این هشیاری ما خیلی به آرامی و با لطف توسط زندگی تبدیل می‌شود.

و بعد این که اگر ما در همین حبس زندگی هم که هستیم اگر پیغامی از طرف زندگی به ما برسد، ما مست آن می‌شویم و دیگر دنبال وعده‌های من‌ذهنی نمی‌رویم که می‌گفته که حضور در بعداً هست، در همین لحظه راضی هستیم.

**آن که در حبسش از او پیغام پنهانی رسید
مست آن باشد نخواهد وعده اطلاق را**
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۱)



إطلاق: رها کردن، آزاد کردن

و بعد یک کمی جلوتر که مولانا می‌رود به ما می‌گوید که آن شاه که گفتم، آن جان که گفتم، آن در درون خودتان است، آن شمس دینش از درون خودتان می‌آید بالا.

شاهِ جان است آن خداوند دل و سر، شمسِ دین کِشِ مکان، تبریز شد آن چشمهٔ رَوّاق را (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۱)

رَوّاق: ناب و خالص، پاک

و بعد دوباره ما را می‌برد به آن سمتِ وحدانیت که می‌گوید که این جانِ من هم جانِ تو هست خدایا، یعنی چیزی بیرون از تو نیست، پس خدایا در هجرِ من مکوب.

ای خداوندا برای جانت در هجرم مکوب همچو گربه می‌نگر آن گوشت برِ مِعلق را (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۱)

هَجْر: فراق، دوری
مِعلق: دستگیره، قناره، هر چیزی که بدان چیزی را بیاویزند.

و این‌که دیگر بیتِ آخرش که خیلی به‌نظم کلیدی هست می‌گوید که تمام این تبدیل‌ها موقعی اتفاق می‌افتد که ما صبر کنیم و توسط لطف خداوند این تغییر در ما ایجاد بشود و این عادتِ من‌ذهنی، عادت‌های شرطی‌شدگی‌ای که داریم، آن‌ها را خود زندگی از بین ببرد.

پردهٔ صبرم فراقِ پایداری خرق کرد خرقِ عادت بود اندر لطف، این مِخراق را (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۱)

خرق کردن: پاره کردن، شکافتن
خرقِ عادت: خلاف عادت
مِخراق: بزرگواری، سخاوتمند، کاردان و باتجربه



و این دو کلمه «صبر و عادت» در این بیت آخر خیلی باز مهم هستند. این‌که در تمام این پروسه ما باید خیلی صبر بکنیم و کلمه عادت، این‌که من احساس می‌کنم که این عادت‌های ما هست، عادت‌های شرطی‌شده ما هست که ما را همچنان در ذهن نگه می‌دارد. چون همان‌طور که شما در برنامه هم فرمودید هر لحظه خداوند ما را می‌بخشد یعنی آن گذشته ما نیست که باعث می‌شود الان نتوانیم به زندگی زنده بشویم. آن چیزی که ما را نمی‌گذارد زنده بشویم این عادت‌های اشتباهی هست که ادامه می‌دهیم در من‌ذهنی و به همین عادت‌ها، آن عادت‌ها را عوض نمی‌کنیم و عوض کردن عادت‌ها هم توسط خود زندگی اتفاق می‌افتد. همان‌طور که فرمودند:

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

خیلی ممنون آقای شهبازی، ببخشید طولانی شد.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، این‌که زندگی گناهان ما را بخشیده، یک شعری هم شما می‌خوانید که

خانم پریسا: سَتَرَ اللّٰهُ عَلَيْنَا [خنده خانم پریسا]

آقای شهبازی: بله بله، این را بخوانید، این هم بر‌ندش مال شماست بله؟

خانم پریسا: [خنده خانم پریسا] نمی‌دانم آقای شهبازی. یک لحظه فراموشش کردم، «ز درم راه نباشد ز سر بام و» این کلمه‌اش یادم رفته، «سَتَرَ اللّٰهُ عَلَيْنَا چه علای تو دارم» بله، «ز سر بام و دریچه» فکر می‌کنم.

ز درم راه نباشد، ز سر بام و دریچه سَتَرَ اللّٰهُ عَلَيْنَا چه علای تو دارم (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۶۱۱)

سَتَرَ اللّٰهُ عَلَيْنَا: خداوند بر ما پوشانید.

علالا: بانگ و فریاد، هیاهو، سر و صدا

آقای شهبازی: خب معنی‌اش را می‌خواستم فقط بگویید.

خانم پریسا: بله چشم، سَتَرَ اللّٰهُ عَلَيْنَا یعنی این‌که «خدا آن‌چنان پوشانید که گویی بخشیده‌است.» یعنی خداوند آن گناهان ما را یا حالا اشتباهات ما در من‌ذهنی را آن‌چنان می‌پوشاند که انگار دیگر بخشیده شده و واقعاً هم بخشیده شده. این‌که ما تصور کنیم ما از گذشته‌مان یک سری گناهان و یک سری اشتباه‌هایی داریم که باعث



می‌شود که به‌خاطر آن‌ها باید جزا ببینیم و باید مدت‌ها مثلاً تاوانش را پس بدهیم تا این‌که به خدا زنده بشویم این هم فکر من‌ذهنی است. خداوند همه آن‌ها را بخشیده و همین‌طور که شما یکی از معانی «الست» را برای ما باز کردید این‌که الست به‌معنی این هست که آینده ما را گذشته ما تعیین نمی‌کند بلکه آینده ما را فضاگشایی ما در این لحظه تعیین می‌کند.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم پریسا: یعنی اگر ما فضا را باز بکنیم، می‌بینیم که ما پاک پاک هستیم، ما از جنس زندگی هستیم، هیچ دلیلی ندارد که به‌خاطر اشتباهات گذشته‌مان در ذهن بمانیم و من‌ذهنی را ادامه بدهیم و به خدا نتوانیم زنده بشویم.

آقای شهبازی: بله بله، کاملاً، ممنونم که توضیح دادید. این بیت هم که شما توضیح دادید، یک عده‌ای در این اشتباه هستند که در گذشته گناه کردند الآن باید خودشان را زجر بدهند تا خداوند ببخشد آن‌ها را. و همین چیز هم که شما، یکی از بیت‌ها بود که گفتید که نکوبیم.

جامه جانی که از آب دهانش سُسته شد تا چه خواهد کرد دست و مِنتِ دَقَّاق را؟ (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۱)

دَقَّاق: کوبنده، جامه‌شوی که جامه را می‌کوبد.

دَقَّاق یعنی همین رخت‌شو، همین‌که گفتیم پارچه را می‌کوبیدند و رسم بر این بوده به اشتباه، که آدم‌ها را باید زجر داد. این‌که در غرب هم معمول بوده که مثلاً آدم‌ها را می‌زدند یا مثلاً روی میخ و چیزهای نوک تیز می‌خوابند تا دردشان بیاید. یعنی فرضشان این بوده که این بدن را اگر درد بدهند، روحشان پاک می‌شود و شاید هم این صوفیان که لباس‌های خشن می‌پوشیدند که بدنشان درد بیاید، این هم رنگ و بویی از این موضوع داشته باشد که مولانا می‌بینید رد می‌کند. می‌گوید جامه جان ما باید با آب دهان زندگی یا بعضی نسخه‌ها هست «آب وصال زندگی»، که می‌گوید با آب حکمت این غبارها را بشوید، باید فضاگشایی کنیم این جان ما به‌وسیله او سُسته بشود نه این‌که بدنمان را زجر بدهیم، بزنیم، همین‌طور که در مصرع دوم هست «تا چه خواهد کرد دست و مِنتِ دَقَّاق را؟» دَقَّاقان یا رخت‌شوهای قدیمی لباس را می‌گذاشتند و با چوب می‌زدند، خیس می‌کردند می‌زدند و قدیم هم انسان‌ها را کتک می‌زدند، الآن هم البته بعضی جاها می‌زنند که بلکه این‌ها صاف بشوند و از جنس هشیاری خالص بشوند.

یعنی میل به درد، ایجاد درد دارند که این غزل می‌گوید نه، شما باید ناامید بشوید از تمام طرح‌های من‌ذهنی که شما خیلی خوب گفتید که ما نسبت به الگوها و روش‌های من‌ذهنی ناامید می‌شویم نه به خداوند ناامید می‌شویم. هرچه به روش‌های من‌ذهنی از جمله کتک زدن خود، اصلاً شاید این زجر دادن به خود، امروز مریم خانم هم داشتند صحبت می‌کردند، اصلاً این الگوهایی که ما در خانواده داریم به بچه‌ها هم یاد می‌دهیم که سخت بگیرید، غصه بخورید که مثلاً تا آدم بشوید، این‌طوری نیست! چون این الگوهای سخت‌گیری دائماً در این‌ها می‌ماند که آدم خودش را تنبیه کند، سخت بگیرد. این‌ها را خوب توضیح دادید. پس:

جامه جانی که از آب دهانش شسته شد تا چه خواهد کرد دست و منت دقاق را؟ (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۱)

لازم نیست کتک بزنیم! باید با آب دهان زندگی شسته بشود. بله، خواستم فقط، با آن برند شما هم که می‌گویید «سَتَرَ اللهُ عَلَيْنَا» یعنی خداوند گناهان ما را بخشیده اما ما نمی‌بخشیم، این خیلی مهم است. عجیب است! می‌گوید خداوند گذشته ما را، هر کاری کردیم بخشیده، ولی ما نمی‌بخشیم، برای چه؟ شما بفرمایید چرا نمی‌بخشیم خانم، شما بیشتر از ما می‌دانید. [خنده آقای شهبازی]
خانم پریسا: خواهش می‌کنم آقای شهبازی، دیگر عادت‌های من‌ذهنی هست دیگر، ادامه می‌دهیم همین‌طوری.
آقای شهبازی: بله عادت است.

خانم پریسا: فکر می‌کنیم نباید ببخشیم درحالی‌که اشتباه است، خدا دیگر بخشیده، ما چرا نبخشیم!؟

آقای شهبازی: آفرین! همین است دیگر. می‌گوید این چیز یک عادت است، کل من‌ذهنی یک عادت است و عادتش هم همین تشنوع و زاری است. انسان با من‌ذهنی با بدگویی، فحش دادن، ناسرا گفتن، زاری کردن، ناله کردن، جهان را پر می‌کند. چرا؟ نمی‌داند که این از فراق خدمت شاه است یعنی ما چون محروم می‌شویم به خداوند خدمت کنیم این برنامه را اجرا می‌کنیم که باید هم خودمان را زجر بدهیم، ناله کنیم، هم دیگران را و خیلی هم خوب گفتید.

بعد آن موقع پیشنهاد می‌کند پرده صبر، این فراق یا جدایی پایدار که هی پیوسته برای انسان آمده، این را خرق می‌کند. می‌گوید زندگی با صبر ما این عادت بد را که کل من‌ذهنی یک عادت است، این را پاره می‌کند، خرق عادت اندر لطف می‌گوید بود «خرق عادت بود اندر لطف» این بزرگوار را، مخراق یعنی بزرگوار. بله، چیز دیگری می‌خواهید بگویید؟

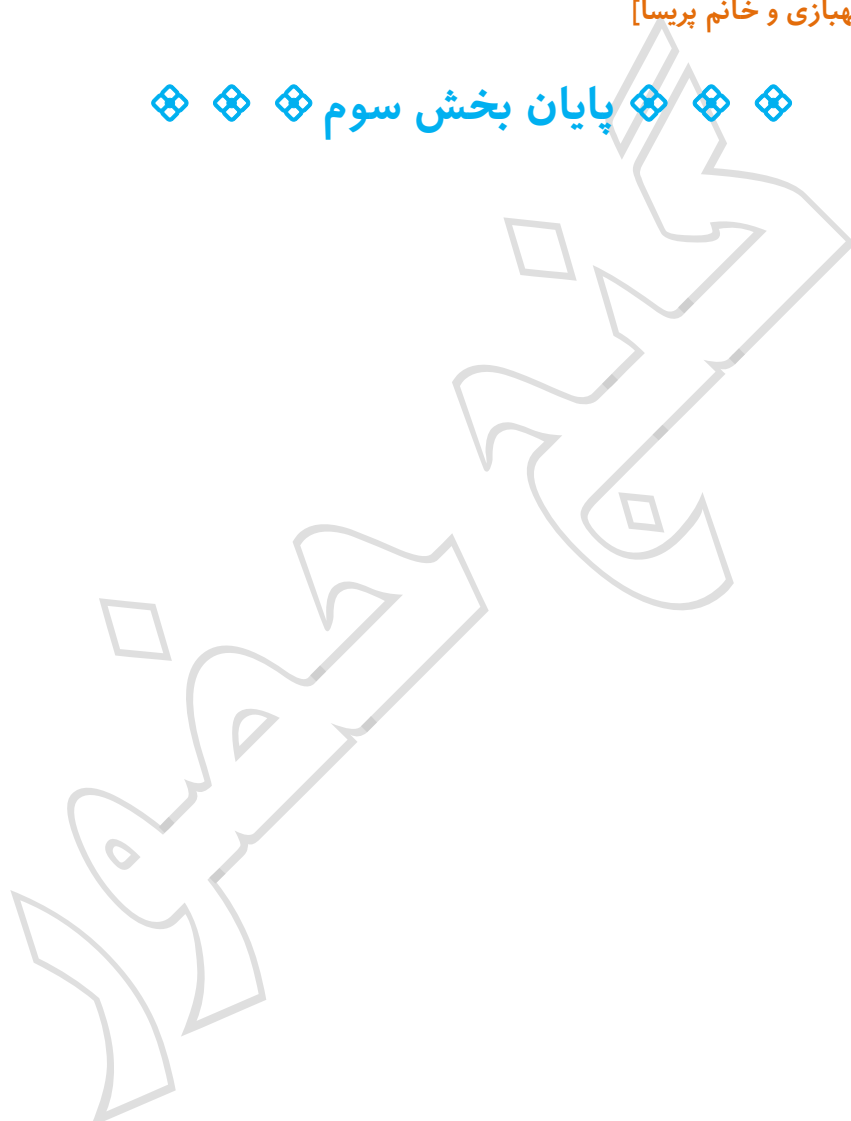


خانم پریسا: خیلی ممنون آقای شهبازی، ممنون از توضیحات جامع شما و واقعاً ممنون از شما که این غزل‌ها را می‌آوردید و این قدر هم برای ما باز می‌کنید آن‌ها را، هر بار یک چیز جدیدی برایمان باز می‌شود. از شما خیلی ممنونم.

آقای شهبازی: لطف دارید، خواهش می‌کنم. ممنون از شما، زحمت کشیدید.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم پریسا]

❖ ❖ ❖ پایان بخش سوم ❖ ❖ ❖





۲۱- خانم فریده و آقای یاسر و مادرشان از تهران

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فریده]

خانم فریده: فریده هستم، از تهران زنگ می‌زنم.

آقای شهبازی: بفرمایید، خواهش می‌کنم.

خانم فریده: ممنونم، باشد یک شعر بخوانم.

آقای شهبازی: یک شعر بخوانید.

خانم فریده: چشم، دست شما درد نکند، ممنونم.

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

اندر آن که بود اشجار و ثمار
بس مُرود کوهی آنجا، بی‌شمار
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۶۳۴)

گفت آن درویش: یا رب با تو من
عهد کردم زین نچینم در زَمَن
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۶۳۵)

جز از آن میوه که باد انداختش
من نچینم از درخت مُنتعش
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۶۳۶)

أشجار: جمع شجر، به معنی درختان
ثمار: جمع ثمر، به معنی میوه‌ها
مُرود: مخفف امُرود، به معنی گلابی
زَمَن: زمین
مُنتعش: سرزنده، با نشاط، سالم

ما با من‌ذهنی نباید فضاگشایی کنیم، باید خودمان حرف نمی‌زنیم ما، با من‌ذهنی فضاگشایی می‌کنیم، ما با مثال زاهد و درویش با خداوند عهد و پیمان می‌بندیم و قسم می‌خوریم با من‌ذهنی تصمیم نگیریم، حرف نزنیم، همانندگی‌ها را از مرکزمان بیرون کنیم و مثال، و دنبال چیزهای بیرونی نرویم و ناله و شکایت نکنیم.



آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم فریده: به هر چیزی که خداوند برای ما در نظر گرفته و تصویر الهی ما هست، ما باید او را قبول کنیم و پذیرا باشیم و راضی و خوشنود باشیم به رضای پروردگار و ایمان داشته باشیم و روز آلت را به یاد بیاوریم و به داشته‌هایمان و هر چیزی که هست راضی باشیم و سپاس‌گزار و شکرگزار از خداوند.

و بر عهد و پیمانمان وفادار باشیم و وفادار بمانیم و در کارهای خداوند هیچ دخالتی نکنیم. و مقاومت و ستیزه و هر مشکلی و گرفتاری که هست بدون دخالت، فقط باید فضا را باز کنیم و عقب بکشیم و ذهنمان را خاموش کنیم، حرف نزنیم، اجازه را خداوند بدهیم او درست کند و خدا از طریق ما حرف بزند، فکر و عمل کند. فقط او می‌داند و به هر چیزی دانا و تواناست، ما نمی‌دانیم و هیچ چیزی نمی‌فهمیم.

ما همه‌اش با این من‌ذهنی، با این فکر و عمل ناقصمان خرابکاری می‌کنیم و خوب و بد می‌کنیم، مرکز ما پر از همانیت‌ها و شکایت، ناله، با این همه درد و عیب و ایراد و من‌ذهنی بزرگ که داریم و به خداوند، بدقولی و هزار عیب داریم، عیب منفی داریم، حالا می‌خواهیم بدون اجازه خداوند سیب حضورمان را بچینیم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم فریده: ممنونم. سیب حضورمان را بچینم. بفرما آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی زیباست پیغامتان. تمام شد؟

خانم فریده: ممنونم. قربان شما، ممنوم.

آقای شهبازی: تمام شد صحبتتان؟

خانم فریده: نه، هست. راستش الآن تمام می‌شود قربانت بروم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم فریده: سیب حضورمان را بچینم و خداوند اجازه نمی‌دهد، می‌خواهد دست ما را قطع کند. او می‌خواهد ما را امتحان کند و به ما نشان می‌دهد که من‌ذهنی داری، عیب داری، راهت را اشتباه می‌روی، نباید با من‌ذهنی فضاگشایی کنی. ما باید با تسلیم کامل، بدون قیدوشرط فضا را باز کنیم و از خداوند بخواهیم ما را ببخشد.

ای خداوند دانا و توانا، عذر می‌خواهم، ما را ببخش. ای دانای راز، راه درستت را به ما نشان بده و ما را از این دوراهی نجات بده، ما را از این نفس پلید بالا بکش. فقط تو می‌دانی به هرچیز دانایی و توانایی. ای دانای راز، تو درست کن. ما دیگر با من‌ذهنی فضاگشایی نمی‌کنیم، با کمک خداوند با تسلیم و شکر و صبر و پذیرش اتفاق



این لحظه فضا را باز کنیم، مرکزمان را عدم کنیم و خدا را بیاوریم در مرکزمان، نه چیزهای بیرونی از بین رفتنی، گذرا، آفل، همانندگی‌ها، این‌ها همه روح ما را آلوده کردند و ما را از خدائیمان دور کردند.
ما باید همه این‌ها را، از مرکزمان دور کنیم، و عقب بکشیم و ذهنمان را خاموش بکنیم و حرف نزنیم.
لحظه‌به‌لحظه بگوییم ما از جنس زندگی هستیم. ما از جنس زندگی هستیم، لحظه‌به‌لحظه مرکزمان عدم باشد و هر منفی در درونمان هست همه را به صفر برسانیم، فقط و فقط خدا را بیاوریم در مرکزمان.

اول و آخر تویی، ما در میان

هیچ هیچی نیاید در بیان

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۵۰۱)

باید حواسمان به خودمان باشد و کاری به دیگران نداشته باشیم، فقط تمرکز روی خودمان باشد، مواظب هشیاری‌مان باشیم و مرکز ما عدم باشد و عدم بماند. اجازه ندهیم چیزهای بیرونی بیاید در مرکز ما و مرکز ما را آلوده کند و ما را از خدائیمان دور کند. و ما باید لحظه‌به‌لحظه ببینیم ما از جنس زندگی و مرکز ما عدم باشد و عدم بماند. الهی آمین.

انشاءالله با شکر و صبر و کمک الله تا میوه حضورمان برسد و پخته شود و هر همانندگی منفی در مرکز ما هست، باید به صفر برسانیم و مرکزمان عدم شود، عدم، هشیاری خالص شود و درونمان، حضورمان هشیاری عدم شود. انشاءالله به من‌ذهنی بمیریم و به نور خداوند زنده شویم:

چون به من زنده شود این مُرده تن

جان من باشد که رو آرد به من

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۷۸)

من کنم او را ازین جان مُحْتشم

جان که من بخشم، ببیند بخششم

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۷۹)

جان نامحرم نبیند روی دوست

جز همان جان کاصل او از کوی اوست

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۸۰)

ببخشید آقای شهبازی، قربانت بروم این نوه‌ام هم می‌خواهد حرف بزند، ببخشید.



آقای شهبازی: بفرمایید.

خانم فریده: الو.

آقای شهبازی: بله، بله.

خانم فریده: ببخشید، تمام شد عزیزم، ببخشید ها.

آقای شهبازی: تمام شد، خیلی خب. شما همان خانمی هستید که می‌گویید تنها زندگی می‌کنید؟

خانم فریده: نه، من تنها نیستم، نوه‌هایم هستند. الان دخترم پیش من هست می‌خواهد حرف بزند.

آقای شهبازی: نه، نه، معمولاً تنها هستید یا نوه‌ها پیش شما هستند؟

خانم فریده: بله، بله، بله.

آقای شهبازی: بله، بدهید نوه‌هایتان.

خانم فریده: بله، نوه‌هایم هستند، دخترهایم، این‌ها همه هستند.

آقای شهبازی: خیلی خب، خیلی خب، پس بفرمایید نوه‌تان حرف بزند.

خانم فریده: قربانت بروم، نوه‌ام حرف می‌زند بعد از آن، بفرمایید.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم فریده]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای یاسر]

آقای شهبازی: اسمتان را بگویید.

آقای یاسر: من یاسر هستم از تهران، یازده سالم هست. می‌خواهم برای شما یک غزلی بخوانم.

آقای شهبازی: به‌به! بفرمایید.

آقای یاسر: بسم‌اللهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ، غزل شماره ۱۵:

ای نوش کرده نیش را، بی‌خویش کن باخویش را

باخویش کن بی‌خویش را، چیزی بده درویش را



تشریف ده عشاق را، پرنور کن آفاق را
بر زهر زن تریاق را، چیزی بده درویش را

با روی همچون ماهِ خود، با لطفِ مسکین خواه خود
ما را تو کن همراه خود، چیزی بده درویش را

چون جلوه مه می‌کنی، وز عشق آگه می‌کنی
با ما چه همراه می‌کنی، چیزی بده درویش را

درویش را چه بود نشان جان و زبان درفشان
نی دلق صدپاره کیشان، چیزی بده درویش را

هم آدم و آن دم تویی، هم عیسی و مریم تویی
هم راز و هم محرم تویی، چیزی بده درویش را

تلخ از تو شیرین می‌شود، کفر از تو چون دین می‌شود
خار از تو نسرين می‌شود، چیزی بده درویش را

جان من و جانان من، کفر من و ایمان من
سلطان سلطانان من، چیزی بده درویش را

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۵)

تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی ممنون، خیلی زیبا، آفرین!

آقای یاسر: آقای شهبازی، من شما را خیلی دوست دارم.

آقای شهبازی: شما لطف دارید.

آقای یاسر: من شما را خیلی دوست دارم. گوشی را می‌دهم به مامانم.



آقای شهبازی: بفرمایید، ممنونم، با شما خداحافظی می‌کنم.

آقای یاسر: الان گوشی.

[سلام و احوال پرسى آقای شهبازی و مادر آقا یاسر]

مادر **آقای یاسر:** آقای شهبازی، من زیاد وقت برنامه را نمی‌گیرم، فقط خواستم از شما و برنامه خوبتان تشکر کنم. آقای شهبازی، من در زندگی‌ام خیلی مشکل داشتم، خیلی من‌ذهنی بزرگی داشتم، خیلی فکر منفی داشتم، ولی خدا را شکر با برنامه شما آشنا شدم. خدا را شکر الان زندگی‌ام خیلی بهتر شده، روی خودم کار می‌کنم، با من‌ذهنی‌ام مدارا می‌کنم. خدا را شکر الان فضاگشایی می‌کنم. قانون جبران را رعایت می‌کنم، قضاوت نمی‌کنم، با کسی کار ندارم.

آقای شهبازی، فقط می‌خواستم از شما، از مولانا برای برنامه خوبتان تشکر کنم، زیاد هم وقتتان را نمی‌گیرم. خسته نباشید، قربانت بروم. از طرف مادرم هم تشکر می‌کنم. می‌دانم خیلی‌ها الان پشت خط هستند، زیاد صحبت نمی‌کنیم. دست شما درد نکند.

آقای شهبازی: ممنونم، ممنونم. عالی.

[خداحافظی آقای شهبازی و مادر آقای یاسر]



۲۲- آقای علی از کرمان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای علی]

آقای علی: خیلی خوشحالم که خیلی ساعت دارم می‌گیرم، بالاخره گرفت. خدا را شکر.

آقای شهبازی: حالا شما، هم شما هم بینندگان دیگر من را ببخشید، برای این‌که من سعیم را می‌کنم، منتها دیگر این برنامه یک جوری پیش می‌رود، یک موقعی هست که یک کسی پیغامی دارد که عالی است، نمی‌توانیم قطع کنیم. خب دیگر، دیگر من معذورم، می‌دانم.

آقای علی: درست است. درست است. خیلی ممنون. وقت زیاد می‌گذارید، خیلی ممنون. من با دوستم رفتیم مراقبه بیرون، چون بعضی موقع‌ها، خیلی موقع‌ها یعنی، برنامه را به هر صورت دانلود می‌کنیم و می‌رویم بیرون. آقای شهبازی: بله، بله.

آقای علی: یک جورهایی، آن جور در خلوت برنامه‌ها را گوش می‌دهیم به من بیشتر می‌چسبد و یک جورهایی در محیط خانه و در شهر یا در روستا یک جورهایی من راحت نیستم. وقتی بیرون می‌رویم مراقبه با برنامه شما لذت می‌بریم و آری این جوری من خیلی خوشحال می‌شوم. آقای شهبازی: آفرین. بفرمایید پیغامتان را.

آقای علی: و برنامه‌تان را خدا را شکر من الآن نزدیک به پنج سال است، برنامه شما را گوش می‌دهم با دوستم و دیگر مرتب، هر شب دیگر با برنامه‌های شما بیرونیم و برنامه‌های شما را گوش می‌دهیم و خدا را شکر، لطف زندگی هم نسبت به ما زیاد هست و خدا را شکر هر دو تایمان دفتر شعر داریم و به قول گفتنی یک چیزهایی می‌نویسیم، حالا برای دل خودمان.

می‌خواستم یک شعر اگر وقت باشد بخوانم.

آقای شهبازی: بله، بله. بفرمایید.

آقای علی: خیلی ممنون، یک شعر هست در مورد عقل کل:

من عقل ناقص، پُر ز درد

هر کس که با سر می‌رود
بر سنگ و بر در می‌خورد



این جسم بی‌سر آن تو گِردم عروسک جان تو
من با خودم عهد می‌کنم باشم اسیر باد تو

هر جا روی من را ببر ای مهربان‌تر از پدر
چون کودکی تنهام نذار در این جهان پُر ز بذر

گوشم بگیری باک نیست ماندن ز ذهن افلاک نیست
بیرون آر جنس خودت چون که منی در کار نیست

من می‌کنم قربانی‌ات هر چه که غیر از با نیت
الله اکبر گویم و هر چه که بودش عاریت

شُکرت بگویم دم‌به‌دم قربان آن روی عدم
لطفی نما یک لحظه هم بیرون نایم زین عدم

ای آفرینش آن تو نیست خالق جز ذات تو
من دسته‌گل آورده‌ام سر می‌بُرم در پای تو
(شعر از آقای علی)

ممنون آقای شهبازی، تشکر.

آقای شهبازی: خیلی زیبا علی آقا، عالی، عالی. آفرین، آفرین!

آقای علی: ممنون آقای شهبازی. این‌ها همه لطف زندگی و تلاش شما است آقای شهبازی. خداوکیلی من اصلاً با ادبیات، یک بیگانه که چه عرض کنم، خیلی بیگانه بودم و خدا را شکر که از آن‌جایی که خدا خواست و دست ما را گرفت و با کمک مولانا و شما آدمم یک جورهایی شروع کردم روی خودم کار کردن.

و یک شب خواب بودم، خواب که نه، دراز کشیده بودم، دیدم یکی درون من دارد شعر می‌گوید، خدایی گفتم این چه کسی هست دارد شعر می‌گوید؟ خب گفتم نه این حس خوبی است، می‌خواهم همین‌جوری همین حس باشد. یک شب گفتم بگذار این‌هایی که می‌گوید را من بنویسم.



آقای شهبازی: آفرین!

آقای علی: بعد بلند شدم، آری خداوکیلی بلند شدم دیدم این چیزهایی که این دارد می‌گوید من شروع کردم به نوشتن و فهمیدم که بابا این‌ها چه هستند؟ شعر هستند، [صدا نامفهوم] هرچه هستند، خب من نوشتم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

آقای علی: و برای خودم آقای شهبازی خیلی خوب هستند. خودم می‌خوانم لذت می‌برم و یک جورهایی به قول گفتنی، آری خودم می‌خوانم، برای دل خودم خیلی خوب است.

و خدا را شکر می‌کنم از این لطف زندگی و از این‌که در این راه هستم و دیگر برای حال خوب آقای شهبازی من برنامه گوش نمی‌دهم که. من که چهل سال گذراندم، اگر قرار بود با حال خراب این بیست سی سال را هم می‌گذراندم و از خدا می‌خواهم برای حضرت آفرینشش دارم می‌روم پیش.

هرچه خواست به خودش ربط دارد و من سعی می‌کنم این ذهن را هر لحظه که می‌آید بالا خاموش کنم و بگویم بابا تو دست از سر من بردار دوست من، بگذار تو که چهل سال من را بردی، کجا می‌بردی؟ بگذار آن کسی که می‌خواهد از این جسم من استفاده کند، او [کلمه ناواضح] را بیاورد.

و یک جورهایی خدایی از دست این من‌ذهنی، یک جورهایی دارم راحت می‌شوم، ولی این هست و من انکارش نمی‌کنم که بگویم الآن فعلاً نیست. فعلاً با من است، خب فقط مثل همان یک دوست ناباب که هر لحظه می‌خواهد یک پیشنهادی بدهد، می‌گویم ممنون دستت درد نکند، تو نظر نده. آری.

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

آقای علی: آقای شهبازی، خیلی ممنون از زحماتتان، خیلی زحمت کشیدید شما.

آقای شهبازی: آفرین! جانم. خواهش می‌کنم. عالی، عالی علی آقا.

آقای علی: خدا وکیلی یعنی اگر این تفسیر شما نبود و اگر این زحمت شما نبود، من یکی نمی‌فهمیدم. شاید دیگران می‌فهمیدند، خب من نمی‌فهمیدم، همین‌جور که الآن هم به‌قول گفتنی آن چیزی که درون من هست دارد حرف شما را می‌فهمد، خب و من‌ذهنی من قرار نبود دیگر بفهمد.

و از این بابت شکرگزار خدا و شکرگزار مولانا و شکرگزار همه بزرگان، هر بزرگی که یک کلمه برای من گذاشت به‌عنوان یک چراغ، امشب از همه‌شان ممنونم و خدا را شکر می‌کنم که جهان را چراغ‌باران کردند.



ولی ما چراغ‌ها را نمی‌دیدیم و این راه به این خوبی، اگر ما چشمان را باز کنیم و چراغ‌ها را ببینیم واقعاً می‌توانیم آزاد بشویم، واقعاً راه آزاد شدن هست و ممنون خدا که همین‌جور بنده‌اش را رها نکرد و هی پشت سرهم پیام‌رسان آورد و الآن هم شما یکی از آن پیام‌رسان‌ها هستید. از شما هم ممنونم. دستتان درد نکند. خیلی زحمت می‌کشید.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. عالی، عالی، عالی.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای علی]

مجلس
حضرات



۲۳- خانم فاطمه از گلپایگان با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فاطمه]

خانم فاطمه: آقای شهبازی من متنی ننوشتم ولی در رابطه با همین صحبت‌های دوستان و این‌که هم شما فرمودید، هم خانم پریسا، خانم سارا، این‌که شما ناامید بشوید ولی از من ذهنی‌تان، نه از زندگی.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه: و این‌که من خودم هم واقعاً به خودم اجازه نمی‌دادم هیچ وقت بیایم از پیشرفت‌های در این چند ساله‌ام صحبت کنم. به خاطر این‌که همیشه من ذهنی قسمت منفی من را بیشتر برای من پررنگ می‌کرد و من واقعاً در این سال‌ها خیلی پیشرفت‌های زیادی کردم، خیلی خیلی زیاد. ولی همیشه این قسمت ملامت من ذهنی در من زیاد، بیشتر پررنگ بود.

آقای شهبازی: بله.

خانم فاطمه: و من همیشه، اواخر متوجه می‌شدم که به ما می‌گفتند که نفس آماره و نفس لوامه. دوتایش نفس است، اول همین که شما فرمودید امر می‌کند به بدی، بعد می‌آید ملامت می‌کند.

آقای شهبازی: بله.

خانم فاطمه: که چرا این کار را کردی؟

من گفتم امشب پیام از پیشرفت‌هایی که در این سال‌ها کردم بگویم.

آقای شهبازی: بله بله.

خانم فاطمه: یک ذره خودم را تشویق کنم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، بفرمایید.

خانم فاطمه: این‌که من واقعاً حالا شاید بعضی وقت‌ها با خودم می‌گویم چندین سال است دارم کار می‌کنم، خوب دردهای ما زیاد بوده، سنمان هم یک کم بالآخره بیشتر بوده که شروع کردیم به کار کردن روی خودمان و دردهای زیادی که داشتیم.



ولی شاید به نظر می‌آمد که آدم تغییر نکرده ولی از همان روزی که شروع کردم به کار کردن، من تغییراتم شروع شده! وگرنه یکی یکی وقتی نگاه می‌کنم، می‌بینم که من این بالنی که قرار است پرواز کند را یکی یکی بارهایش را انداختم پایین.

خیلی زیاد بوده، خیلی سنگین بوده و یادم می‌آید که مثلاً من آن سالها قرص‌های اعصاب مصرف می‌کردم، با چه سختی من این‌ها را گذاشتم کنار.

یا این‌که آن اوایل با خانواده همسرم به خاطر توعی که داشتم دعوا کرده بودم. دقیقاً روز اولی که من گنج حضور را شروع کردم، دقیقاً همان روزی بود که من به همسرم گفتم که برود شیرینی بگیرد، یادم هست که برای شما زنگ زدم گفتم، و شیرینی گرفته بودیم که بروم با آن‌ها آستی کنم.

من قبلاً یک آموزش‌های دیگر می‌رفتم، آن‌جا من یادم هست که شک کردم به همان آموزش‌ها،

چون کسی که به من آموزش می‌داد مثلاً یادم هست، شاید ده دفعه، چقدر برای ما در مورد توقع گفت، ولی هیچ وقت به من نگفت تو چرا توقع داری از خانواده همسرت؟

من همان‌جا شک کردم به همان آموزش‌ها و ولش کردم. همین‌ها پیشرفت‌های من بود در این گنج حضور که ول کردم. گفتم خب چرا هیچ وقت به من بر نمی‌گردد بگوید که خب، چه راهنمایی‌ای هست که به من می‌گویی؟ خب تو نباید توقع داشته باشی.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه: و من بعد خودم این را فهمیدم و تصمیم گرفتم که جدا بشوم از آن مجموعه و رفتم. توقع من این قدر شدید بود که شاید تا حالا هم آن زیرزیرها یک مقداری ادامه دارد، ولی من از همان وقت تغییراتم شروع شده واقعا.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه: و همین که قرص را گذاشتم کنار. من قرص‌ها را داخل کابینت نگه می‌داشتم نمی‌انداختم دور، می‌گفتم باید جلوی دستت باشد و مصرف نکنی. باید بفهمی که خدا را می‌خواهی انتخاب کنی یا خرما را؟ و واقعا من حتی شش ماه خواب نرفتم، ولی نترسیدم. گفتم به هر حال این درست می‌شود، چون که قرص را گذاشته بودم کنار خوابم نمی‌برد.

آقای شهبازی: آفرین!



خانم فاطمه: من خیلی پیشرفت‌های زیادی کردم من، یا در همان جلساتی که می‌رفتیم من دوستان زیادی داشتم، همه را با هم یک‌دفعه گذاشتم کنار.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه: من، آن‌ها مثلاً خب، جایی بودم که من راهنما شده بودم، آن‌ها خیلی برایم سخت بود. این قدر من پیشرفت‌های زیادی این‌جوری کردم، هی یکی‌یکی واقعاً پیشرفت‌های بزرگی کردم.

یا الآن مثلاً همین ما در کوچه خودمان، یک همسایه‌ای داریم که برادرش این چند روز فوت شده بود. من هم خواستم این مراسم را نروم، خیلی واقعاً در یک شهر کوچک سخت است این کارها. من نرفتم این مراسم و حالا دخترم هم همین‌طور نرفتند، با این‌که ایشان هم مثلاً نزدیک همکارشان بودند، برای من هم که همسایه. و از طرفی هم باید حالا یک جوری چیز می‌کردم که باعث رنجش هم نشود، فکر نکنند که، زنگ زدیم با ایشان تماس گرفتیم گفتیم من فقط نه این مراسم، هیچ جای دیگری نمی‌روم، یک وقت فکر نکنید من با شما مشکلی دارم. دوست داشتم ببرم مثلاً بگردانمشان، بچرخانمشان حالا گفتیم در فرصت مناسب این کار را انجام می‌دهم.

ولی خب این کارهای خیلی زیادی است، ولی خب ملامت، این‌که من به خودم سخت می‌گیرم که صحبت‌های خانم سارا خیلی واقعاً برای من مفید است. ولی هر بار یک سری از دوستان می‌آیند به ما بیم می‌دهند، یک سری از دوستان می‌آیند مزده می‌دهند و این واقعاً همان حالت ابیات مولاناست، حالت قرآنی است که آن هم همین حالت را دارد.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه: شاید بعضی دوستان من، من یکی از، یاد می‌آید اوایل گفت که این برنامه همه‌اش ملامت دارد در آن، من نمی‌توانم گوش کنم و ولش کرد. من این ملامت‌ها را می‌دیدم، نه این‌که این ملامت کند، این برنامه ما را ملامت نمی‌کند، ابیات مولانا درست است که یک جایی به‌خاطر اشتباهات خود ماست.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه: همان سیب‌گندیده‌ای است که می‌داد آن شخص، می‌داد به آن بیماری که، همان آدمی که مار رفته بود داخل دهانش، باید سیب‌گندیده را باید بخورد تا بتواند آن‌ها را بالا بیاورد. آن داستانی بود که در مثنوی هست.



و من واقعاً آن سبب گندیده‌ها را خوردم، خیلی هم کتک خوردم احساس می‌کنم. این ابیات حالتش این‌جوری است همیشه مثل آیات قرآن هم، سوره‌های قرآن هم اوایلش همین‌جوری است و آخرش دوباره یک امیدی به تو می‌دهد، به‌خاطر این‌که اگر همه‌اش فقط امید باشد ما راه نمی‌رویم، باید حتماً در آن یک بیم و اندازی هم در آن باشد.

آقای شهبازی: بله.

خانم فاطمه: حالا، و من واقعاً پیشرفت‌های زیادی کردم، از آن‌ور هم حالا در هر داستانی می‌بینم مثلاً خب آن عجزوگی را مثلاً در داستانی که قبلاً گفتید. این‌ها همه هست در درون من ولی از آن‌ور هم هشیاری هم هست. درست است که من ذهنی دارم ولی هشیاری هم هست، او هم دارد کار خودش را انجام می‌دهد. و این‌که من خودم را می‌گویم، نگذاشتم ناامیدی به من غلبه کند تا حالا نگذاشتم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه: ان‌شاءالله که از این به بعد هم خدا همان خودش، هشیاری یاری کند که ناامید نشوم ادامه بدهم به کار و خودش واقعاً بوده که من را تا حالا را آورده.

خیلی هم واقعاً ممنون از شما، خیلی به‌قول دوستان اگر شما این‌ها را برای ما معنی نمی‌کردید ما که هیچ‌وقت، من الآن خودم مثنوی را در خانه داشتم، می‌خواندم، فکر می‌کردم یک سری داستان است که زیاد توجهی نمی‌کردم، اصلاً متوجه نمی‌شدم این چیزها را داخل این داستان‌ها هست باید توجه کنیم. زیاد نمی‌خواندیم البته، این قدر بخوانیم تکرار بشود که برای ما باز بشود.

آقای شهبازی: بله.

خانم فاطمه: و من باز هم تشکر می‌کنم هم از شما هم از دوستانی که می‌آیند پیغام می‌دهند. پیغام‌هایشان خیلی عالی است. ما در سطح آن‌ها نیستیم، ولی به‌هرحال همین دیگر بضاعتی که داریم در همین حدی که هست.

آقای شهبازی: بله، شما هم هستید در سطح آن‌ها خانم، خانم فاطمه هستید. خیلی پیشرفت کردید آفرین! نه، بیاید پیشرفت‌هایتان را بگویید، نگذارید من ذهنی این پیشرفت‌ها را کوچک نشان بدهد. خوشحالم که آمدید گفتید و این پیشرفت‌ها بسیار بزرگ بودند. تهدیدات من ذهنی که شما این مقام را از دست ندهید. یک جایی دیگر شما می‌گویید راهنما بوده‌اید یا دوستانتان را از دست می‌دهید، تنها می‌مانید و یا مثلاً عدم وابستگی به قرص و این‌ها.



این‌ها تحولات عظیمی است در زندگی انسان به‌وجود می‌آید یا آشتی با خانواده همسران. این‌ها همه پیشرفت بوده، به شما تبریک می‌گویم و باز هم خب حتماً ادامه دارد. یواش‌یواش به‌رحال تمام خواهد شد این همانیدگی‌ها.

همین‌طوری باید پیش بروید دیگر.

صبر، ببینید در هر جلسه‌ای چندین بار صبر می‌آید، در پیغام دوستان هم یک در میان صبر می‌آید، پس صبر لازم است. وقت دادن لازم است و سخت نگرفتن به خود لازم است. شما خیلی فن‌ها یاد گرفتید.

خیلی خوب گفتید، من ذهنی مجبور می‌کند ما را یک کاری بکنیم، بعد می‌آید شروع می‌کند به ملامت. خب آن تشویقت چه بود؟ الآن زجر دادن من، تنبیه من به‌وسیله ملامت چه هست؟

ملامت یکی از بدترین چیزهاست. شاید ملامت مضرترین چیزی است که ما به‌وسیله من ذهنی اختراع کردیم. هیچ فایده‌ای ندارد، فرسوده‌کننده هم هست. ملامت خود و دیگران، یعنی از این خطرناک‌تر نیست، که ما را، ظاهراً خدمت می‌کند من ذهنی به ما، برای این‌که ما را از زیر بار مسئولیت به‌اصطلاح آزاد می‌کند، می‌گوید: «تو بگو من نکردم، تقصیر من نیست.» خب چه کسی کرده؟ همسرت کرده، نمی‌دانم این گروه کرده، آن گروه کرده، نمی‌دانم فلان کس کرده، غریبه‌ها کردند، خداوند کرده. یعنی چه؟ یعنی هیچی. یعنی هیچ پیشرفتی در این راه نخواهد بود.

شما تا روی خودتان تمرکز نکنید، بگویید چه اشکالی من دارم؟ و خوشحالم که دوستان ما می‌آیند مرتب این بی‌مرادی را می‌گویند. خداوند بی‌مرادی می‌دهد به ما که ما یک پیغامی را بگیریم، نه این‌که عصبانی بشویم! «بی‌مرادی شد قلاووز بهشت» همین است دیگر.

امروزه شما یاد گرفتید هر موقع بی‌مرادی می‌آید که من ذهنی شما ناراحت می‌شود، این یک پیغام زندگی است. شما می‌گویید من ببینم چه چیزی‌ام را باید درست کنم؟

همیشه این سوال هست. فقط یک سوال هست! چه چیزی را من در خودم درست می‌کنم؟ همین. نه که ایراد دیگران چه هست؟ دیگران چه چیزی را باید درست کنند؟

من چه چیزی را درست می‌کنم؟ و همیشه پیغام این‌جاست، اگر کسی پیوسته حواسش به خودش باشد، زندگی مرتب، لحظه‌به‌لحظه به ما نشان می‌دهد چه چیزی را باید درست کنیم.

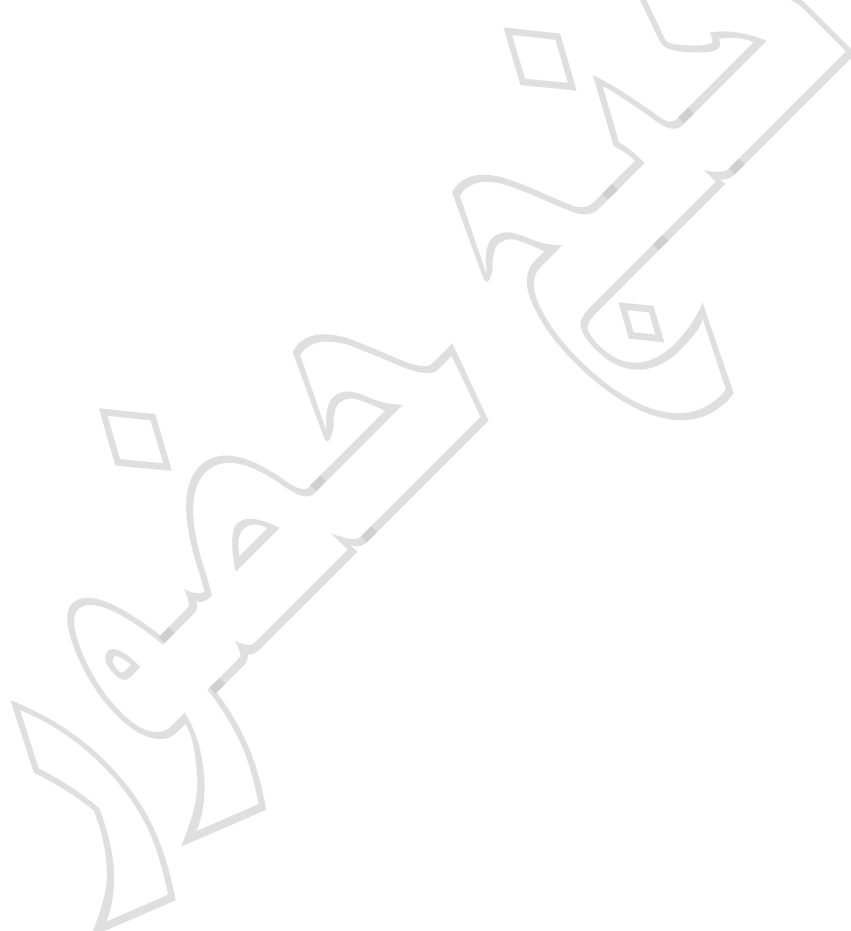


خیلی موقع‌ها بی‌مرادی بعد از بی‌مرادی، بی‌مرادی بعد از بی‌مرادی، حواس آدم به خودش باشد، خب این بی‌مرادی می‌گوید شما با این همانیده شدی، هنوز این درد هست، داری ملامت می‌کنی.

به محض این‌که بی‌مراد می‌شوید، بپرسید سوال را، و جواب را بلد نیستید، بمان روی آن. دو سه روز فکر کن، عیب ندارد. آدم یک پیغام را درست بگیرد، یک جایی از خودش را آزاد کند، خب آن کمک می‌کند به جاهای دیگر. عجله نداریم ما در آزاد شدن.

ممنونم. خیلی خوب بود عالی بود یعنی. [خنده آقای شهبازی] خوب نبود، عالی بود.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم فاطمه]





۲۴- خانم رها و مادرشان از بندرعباس

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و مادر خانم رها]

مادر خانم رها: آقای شهبازی من یک تجربه دارم. مامان رها هستم از بندرعباس.

آقای شهبازی: مامان رها هستید، آفرین!

مادر خانم رها: بله.

آقای شهبازی: آفرین!

مادر خانم رها: حالا رها هم هستند. من تجربه‌ای دارم خدمتتان عرض می‌کنم، اگر دوست داشتند که شعرشان را بخوانند.

آقای شهبازی: بفرمایید، بله، بله.

مادر خانم رها: در مجله‌ای تبلیغ سفرهای معرفت‌جویانه در سرزمین هندوستان توجه‌ام را به خود جلب کرده بود. در آن دوران به شدت احساس گنجی و سردرگمی می‌کردم، به دنبال معنای واقعی زندگی می‌گشتم. تصور می‌کردم باید به هندوستان سفر کنم و دست به دامان مرتاضان هندی شوم تا شاید مرا از رنج حس بیهودگی خلاص کنند و تعریف تازه‌ای از زندگی به من ارائه دهند.

قصه انسان از جایی تبدیل به تراژدی غمناکی می‌شود که با داشتن خیلی چیزها دیگر احساس سعادت و شادمانی نمی‌کند. هرچه بیشتر بهتر شعار او می‌شود، اما هرچه انباشتگی‌اش بیشتر می‌شود، حس رضایتمندی‌اش کمتر می‌شود. من نیز به این نقطه رسیدم. به نقطه‌ای که دنیا با تمام عظمت و زیبایی‌اش به چشم من تنگ و تاریک و غم‌افزا شد.

تصور می‌کردم برای خلاص شدن از این زندان باید مکان جغرافیایی‌ام را عوض کنم، غافل از این‌که باید به هندوستان درون خود سفر می‌کردم.

در همان حال و هوا و پریشانی خاطر بودم که دوستی مرا با دنیای مولانا آشنا کرد. گفت به کجا چنین شتابان؟ انسان‌های بی‌شماری مست و مدهوش حکمت مولانا هستند و تو بی‌نصیب مانده‌ای از گنجی که به تو تعلق دارد و ابیاتی از مولانا را برایم خواند.

بگیرم ادب را ببندم دو لب را
که تا راز گوید لب دل‌گشایش

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۸۹)



با زمزمه و تکرار این بیت آرام‌آرام متوجه حقیقتی شدم که سال‌ها در جست‌وجوی آن بودم. من سکوت را نیاموخته بودم، باید تمرین سکوت و خاموشی می‌کردم. هرچه ساکت‌تر می‌شدم، حس آرامشی می‌کردم که در تمام طول زندگی‌ام تجربه نکرده بودم، ولی به سرعت آن حس خوش‌آیند و شیرین، محو و ناپدید می‌شد.

آن دوست خردمند از زبان مولانا به من آموخت تا سلسله افکارم را پاره نکنم به آرامش واقعی دست نخواهم یافت. زندگی که از جنس بی‌فرمی است، هر لحظه منتظر است تا فاصله بین دو فکر خودش را به صورت شادی بی‌سبب، ذوق آفرینش، ایجاد ساختارهای مفید و نیک از انسان بیان کند، اما انسان گمشده در افکار گذشته و آینده، در دردها، گره‌های ذهنی، خویش را از این موهبت بزرگ الهی محروم کرده‌است.

تا عمیقاً از گذشته و آینده جمع نشویم و در این لحظه اکنون مستقر نشویم و خود را در دسترس خرد کل قرار ندهیم، همچنان گیج و سردرگم در این دنیا به گرد خود می‌چرخیم، درد می‌کشیم و درد پخش می‌کنیم.

حال با داشتن بزرگانی چون مولانا که مانند مشعلی پرنور وجود تاریک و ظلمت‌زده بشر را روشنایی می‌بخشند، چرا باید گمشده در تاریکی و اوهام باشیم؟ معدن جواهرات معنوی مولانا در اختیار ماست، این‌که ما چنگ نمی‌زنیم و مشتی از این ثروت را بر نمی‌داریم، نشان کاهلی و جبر ما است. جبری که چون غل و زنجیر به دست و پایمان پیچیده و ما تصور می‌کنیم که نمی‌توانیم خویش را خلاص کنیم. به قول مولانا:

هرکه ماند از کاهلی بی شکر و صبر

او همین داند که گیرد پای جبر

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۰۶۸)

هرکه جبر آورد، خود رنجور کرد

تا همان رنجوری‌اش در گور کرد

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۰۶۹)

کاهلی: تنبلی

هر کس از کاهلی و تنبلی شکر و صبر را تمرین نکند، بی‌شک دچار جبر می‌شود، یعنی تصور می‌کند که مجبور است در وضعیت فعلی خود بماند و هیچ تغییری نکند. هر کس جبر را ادامه دهد، رفته‌رفته رنجور و ناتوان می‌شود و عاقبت همان رنجوری‌اش او را در گور جهل مدفون می‌کند.



درحالی‌که ما از حمایت نیروی عظیم و شفابخش زندگی برخورداریم، اما اختیار زندگی‌مان را سپرده‌ایم به دست دشمن درونی‌مان که همان من‌ذهنی‌مان است. تمام بزرگان، انبیا، اولیا، عارفان، ما را از این دشمن آگاه کرده‌اند، اما ظاهر قضیه نشان می‌دهد که بشر همچنان میل به کاهلی، جبر و خواب‌آلودگی دارد و هزینه‌های سنگینی هم در این راه می‌پردازد.

با هم سری به معدن جواهرات مولانا بزنیم و مشتی از آن را برداریم و خرج التیام روح خسته‌مان کنیم. بی‌شک ذوق سفر از ظلمت به سوی نور در ما بیدار خواهد شد، ان‌شاءالله. ممنونم از شما.

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

[خداحافظی آقای شهبازی و مادر خانم رها]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم رها]

خانم رها:

هله پاسبان منزل، تو چگونه پاسبانی؟
که بُرد رختِ ما را همه دزدِ شب، نهانی

بزن آبِ سرد بر رو، بجه و بکن عللا
که ز خوابناکی تو همه سود شد زیانی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۳۰)

عللا: بانگ، شور و غوغا

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم رها]

۲۵- خانم آمیتیدا و مادرشان از فولادشهر

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم آمیتیدا]

خانم آمیتیدا:

هرجا که روی هُش است مِفتاح
اینجا چه کنی؟ که قفل هوش است

در روی تو بنگرد، بخندد
مغرور مشو که روی پوش است

هر دل که به چنگ او درافتاد
چون چنگ همیشه در خروش است
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۸۰)

مِفتاح: کلید

روی پوش: ظاهر سازی، پوشاندن باطن

وقتی که بخواهیم با هر شرایطی یا با چالشی روبرو شویم، کلید آن هشیاری حضور است و ما در اینجا در من‌ذهنی چه می‌کنیم؟ که هر لحظه در حال ناشکری یا غر زدن هستیم.

پس اگر بخواهیم در زندگی همین جور پیش برویم همه‌چیز بر روی ما قفل می‌شود، پس همه‌جا کلید ما فضاگشایی و خاموشی است. خنده زندگی یعنی شکوفایی و ما اگر با من‌ذهنی در چیزی موفق شویم و مغرور، یعنی روپوشی بر تن خود کرده‌ایم.

هر مرکز انسانی اگر که دلش را در اختیار خداوند قرار بدهد یعنی در حال خوش است و این‌که اگر ما فضاگشایی و خاموش باشیم و دلمان را در اختیار زندگی بگذاریم یعنی این‌که در چنگ خداوند هستیم.

پس عدو جان صرّاف است قلب
دشمن درویش که بود غیر کلب؟
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۶)



انبیا با دشمنان برمی‌تنند
پس ملایک رَبِّ سَلِّمْ می‌زنند
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۷)

قلب: تقلبی
کلب: سگ

صَرَاف: کسی که پول‌ها را تبدیل می‌کند؛ کسی که سگ‌های تقلبی را از سگ‌های حقیقی بازمی‌شناسد.
رَبِّ سَلِّمْ: پروردگارا سلامت بدار.

فروشنده سکه تقلبی دشمن صراف است. دشمن درویش چه کسی است به‌جز سگ؟ انبیا با حق‌ستیزان مقابله می‌کنند و در همان حال فرشتگان برای سلامتی انبیا دعا می‌کنند.

کین چراغی را که هست او نورکار
از پُف و دَم‌های دُزدان دُور دار
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۸)

دزد و قَلَّاب است خصم نور، بس
زین دو ای فریادرس، فریاد رس
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۹)

نورکار: روشنی‌بخش، مُنیر
قَلَّاب: حقه‌باز

این چراغی که به همگان نور و روشنی می‌بخشد، از نَفَس دزدان دور دار، یعنی این‌که نور خداوند را از من‌ذهنی دور دار، آدم دزد و حقه‌باز تنها دشمن نور خداوند است. ای خدایا! فریادرس از دست این دزد، به فریادمان برس.

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

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



شُکر و صبر: در اینجا کنایه از نعمت و بلاست.
صُنْع: آفرینش، آفریدن
مصنوع: آفریده، مخلوق
گبر: کافر
صُنْع: آفرینش
مصنوع: آفریده، مخلوق

استاد عزیز تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، خیلی زیبا!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم آمیتیدا]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و مادر خانم آمیتیدا]

مادر خانم آمیتیدا: با هر چیزی که همانیده شویم به دام او افتاده‌ایم و صید او شده‌ایم، در صورتی‌که باید فضا را باز کنیم و صید خداوند و عشق شویم.

هر اشکالی که پیش می‌آید باید به خودمان رجوع کنیم و بدانیم که عیب از خود ما است.

بی‌مرادی یعنی که من اشکال دارم و باید این اشکال را پیدا کنم و رفع کنم و به ذهن اهمیت ندهم.

کار اصلی ما این است که هرچه ذهن بخواهد ما آن را برعکس نشان دهیم، یعنی آن چیزی که ذهن نشان می‌دهد به مرکزمان نیاوریم و اتفاق این لحظه را مهم‌تر از چیزی که ذهن نشان می‌دهد را قدر بدانیم. شناسایی کنیم و روی خودمان کار کنیم.

با من‌ذهنی بودن از سفره آفلین استفاده می‌کنیم، تمام این دردهای ذهنی ما شریک سفره شیاطین و آفلین هستیم. در سر سفره عقل کل دیگر نباید یاد گذشته و آینده کنم و به من‌ذهنی نروم و در این لحظه ساکن باشم و در گذشته و آینده نمانم.

کار من‌ذهنی مقاومت و قضاوت است و اگر رشد کند باید درد بکشیم. شرط زنده شدن به زندگی، مرده شدن به من‌ذهنی است.

**باید که جمله جان شوی تا لایق جانان شوی
گر سوی مستان می‌روی مستانه شو مستانه شو**

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱۳۱)



من‌ذهنی یک بیمار است که علاج ندارد و با این همانیدگی‌ها علاج نمی‌شود، باید آسمان درون را باز کنیم و از مولانای جان کمک بگیریم و صادق باشیم و بفهمیم که این من‌ذهنی مریض است و علاجش چیزهای بیرونی نیست.

علاج من‌ذهنی درون ما است و باید از درون به زندگی زنده شویم.

استاد عزیز یک چندتا بیت هست، اجازه هست بخوانم؟

آقای شهبازی: بله‌بله، خواهش می‌کنم.

مادر خانم آمیتیدا:

چون تو گوش‌ی، او زبان، نئی جنس تو

گوش‌ها را حق بفرمود: اَنْصِتُوا

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۶۲۲)

ننگرم کس را و گر هم بنگرم

او بهانه باشد و، تو منظرم

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۵۹)

منظر: جای نگریستن و نظر انداختن

سوی حق گر راستانه خم شوی

وارهی از اختران، محرم شوی

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۵۸۳)

چون شوی محرم، گشایم با تو لب

تا ببینی آفتابی نیم شب

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۵۸۴)

استاد عزیز تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا!

[خداحافظی آقای شهبازی و مادر خانم آمیتیدا]



۲۶- خانم عذرا از تورنتو کانادا

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم عذرا]

خانم عذرا: من یک مروری دارم می‌کنم از برنامه‌های اولیه گنج حضور که این بار از برنامه ۳۳۲ و از غزل ۱۲۰ هست که بیت‌هایی را می‌خوانم، یعنی نکات برگزیده‌ای هست که من آموخته‌ام و به حضورتان می‌رسانم در این فرصت چند دقیقه‌ای که دارم، بعد هم که باقی‌مانده غزل را ان‌شاءالله جلسه‌های بعدی به نظر می‌رسانم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم عذرا: غزل این‌طور شروع می‌شود که می‌گوید:

تا چند تو پس روی به پیش آ
در کفر مرو به سوی کیش آ
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۰)

یعنی من نبایستی با من ذهنی‌ام که کفر و توهم هست و تشکیل شده از یک سری افکارها، باورها، و هیجاناتی که آن‌ها بار می‌آورند، نهایتاً این‌ها تبدیل به درد می‌شوند که انسان پس می‌رود و به‌جای آن ما بایستی با خداییمان که خود زندگی زنده و هشیاری حضورمان هست به پیش برویم، که این‌ها همه کیش و آیین اولیه ما انسان‌ها بودند که از روز «الست» ما به خداوند گفتیم که ما از جنس او هستیم و همین‌طور پیش برویم.

بیت بعدی:

در نیش تو نوش بین به نیش آ
آخر تو به اصل اصل خویش آ
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۰)

نیش همان قضا و قدری هست که برای ما اتفاق می‌افتد که بعد «کُنْ فیکون» در پیش می‌آید.

ما در مقابل آن مقاومت، قضاوت می‌کنیم، به ما برمی‌خورد، از آن‌ها شکایت و گله‌گزاری می‌کنیم چون من ذهنی ما کوچک می‌شود، بعد واکنش به خرج می‌دهیم. در صورتی‌که این نیش‌ها باید همان عسل و شیرینی‌ای باشد که شادی بی‌سبب را به‌وجود می‌آورد و ما را به‌سوی اصل خود خداییمان می‌برد. پس باید خودمان را زیر نورافکن بگذاریم، به من ذهنی بها ندهیم، چون من ذهنی ریشه ندارد و برای بقای خود به غیر احتیاج دارد.



هر چند به صورت از زمینی

پس رشته گوهر یقینی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۰)

در زمین ما به صورت فرم یا بدن زندگی می‌کنیم که شامل فکر، باور و هیجانات ما هست و این زمین همیشه محتاج به آسمان هست که همان خدایت ما است.

ما به این فرم احتیاج داریم که هشیاری خدایی در ما زندگی کند و تجربه بگیرد و این زندگی کردن هست که به ما هشیاری حضور می‌دهد که شامل شادی و عشق می‌شود و اصیل است و همان اصل اصل ما هست. ولی ما با خویش خودمان در منیت خودمان در ذهن ما هستیم و به حساب اصیل نیستیم. ما شرطی شده هست کارهایمان، واکنش به خرج می‌دهیم و بایستی خودمان را زیر نورافکن بگذاریم، با پیچ و مهره‌های اشعار مولانا آن‌ها را ببینیم و هشیاری‌مان را از ذهن بکشیم بیرون.

مثلاً اگر رنجشی داریم بایستی با بخشیدن آن رنجش را از دردم بکشم بیرون و بنزین این رنجش واکنش ما است که از ذهن شرطی شده می‌آید بیرون و با آن‌ها هم‌هویت شده‌ایم که همه کفر هستند.

مثل پول است، مثل سواد، مقام، قوم ما که همه این‌ها توهم هستند و ما به خواب این‌ها رفته‌ایم که طلسم هستند. مثلاً تصویر روی گنج‌ها هست که آن‌ها را ما می‌خوانیم و آخر هم گنج را پیدا نمی‌کنیم تا آخر عمرمان. در صورتی که این گنج درون ما نهفته هست و در بیرون نیست که ما به دنبال این گنج هستیم. بایستی این باورهایمان را بشکنیم تا این به ذات حقیقی گوهر ما که یقین هست برسیم که خداوند آن را در ما انسان‌ها نهاده.

بر مخزن نور حق امینی

آخر تو به اصل اصل خویش آ

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۰)

ما به مخزن نور حق دسترسی داریم چون خدا ما را امین دانسته، اصلاً نژاد ما انسان‌ها از این نور حق است و این‌ها در اختیارمان هست که برویم و به حساب از خزانه الهی هشیاری برداریم و خلق کنیم این چیز جدید را، نه باورهای کهنه و قدیمی و پیچیده را بریزیم دور که همه شرطی هستند و همه آن‌ها کفر هستند و با آن‌ها هم به قول معروف همدم نشویم.

بروم جلوی آینه نگاه کنم که من شایسته آرامش و شادی و نور حق هستم. اگر کسی مثلاً به من توهینی کرد، من درونم را مثل آینه پاک کنم و از آن مسئله بگذرم و او را ببخشم.



خود را چو به بیخودی ببستی می‌دانک تو از خودی برستی (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۰)

بایستی من یا خود نداشته باشیم. با تمرین‌هایی که خودمان را بی‌خود می‌کنیم مثل پندار کمال که فکر می‌کنیم همه چیز را می‌دانیم، این‌ها را بگذاریم کنار، من ذهنی که توهمی هست، آن را کوچک کنیم و نبایستی این چیزها ما را از جا بکنند، از خوشحالی ما بکنند. این‌ها مثل دام و دانه هستند که باید از آن‌ها بپريم. که در مورد بیت بعدی صدق می‌کند و به اصل خودمان برگردیم.

وز بند هزار دام جستی آخر تو به اصل اصل خویش آ (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۰)

که همین بند و دام است که ما باید از روی آن‌ها بپريم.

آوه که بدین قدر تو شادی آخر تو به اصل اصل خویش آ (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۰)

افسوس و صد افسوس که ما با این من‌ذهنی شاد هستیم، ما را شاد می‌کند چیزهای این دنیا، به آن‌ها چسبیده‌ایم، از آن‌ها شادی می‌خواهیم، هویت می‌خواهیم و از آن‌ها ما به حساب خوشبختی می‌خواهیم و نژاد و اصلیت و ذات ما مثل همان انسان‌های اولیه هست که با آن به دنیا آمدیم از روز «الست» و به خداوند گفتیم که از جنس تو هستیم ما. و نتیجه آخر که از، در همین برنامه از غزل ۱۲۶۶ [صدا قطع شد]

روحیست بی‌نشان و ما غرقه در نشانش روحیست بی‌مکان و سر تا قدم مکانش

خواهی که تا بیابی یک لحظه‌ای مجویش خواهی که تا بدانی یک لحظه‌ای مدانش (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۶۶)



روح ما نام و نشان ندارد، ولی ما غرقِ دنبال گشتن یک نشانی برای روح و خداییمان هستیم. همچنین روح ما جا و مکان هم ندارد و سراسر جهان همان مکانش است و وقتی که می‌خواهیم خدا را پیدا کنیم و خدا را بجوییم از روی من‌ذهنی هست و دنبال دانستن خدا نباشیم و دانایی نکنیم بگوییم که می‌دانیم و خدا را می‌خواهیم بشناسیم. خدا خودش دانایی‌های لازم را در ما برقرار می‌کند.

و برند من هم در آخر:

ای نوش کرده نیش را بی‌خویش کن باخویش را
باخویش کن بی‌خویش را چیزی بده درویش را
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵)

متشکرم جناب شهبازی از فرصتی که به من دادید.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم عذرا]

۲۷- خانم فرزانه

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فرزانه]

آقای شهبازی: این آخرین تلفن ما است، بعد از این دیگر خطی نخواهم گرفت. عذرخواهی می‌کنم از کسانی که پشت‌خط هستند و بوده‌اند و نتوانستند صحبت بکنند. بفرمایید فرزانه خانم.

خانم فرزانه: آقای شهبازی شما خیلی وقت‌ها می‌گویید که سفره سیزده‌بدر را و بعد امروز هم گفتید. من فکر کردم خب در سفره سیزده‌بدر گاهی آدم یک کاهو و سکنجبینی دارد یا به‌قول ما شیرازی‌ها یک کاهوترشی می‌بریم، من هم گفتم حالا من هم آن را بیاورم.

آقای شهبازی: من فکر کردم قورمه‌سبزی می‌خواهید بیاورید شما.

خانم فرزانه: می‌دانم که برنامه‌های شما عالی است و ما خیلی لذت می‌بریم، همه آن‌ها به‌خصوص سارا جان که می‌آیند صحبت می‌کنند من اصلاً فکر می‌کنم از یک جای دیگر دارد می‌آید صحبت می‌کند، خیلی همه آن‌ها خیلی واقعاً خیلی عالی هست، واقعاً دست شما درد نکند.

آقای شهبازی: اختیار دارید، خواهش می‌کنم. بفرمایید.

خانم فرزانه: این چندتا بیت:

تو چو عزم دین کنی با اجتهاد

دیو، بانگت بر زند اندر نهاد

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۳۲۶)

این چندتا بیتی که شما تأکید هم کردید که ما این‌ها را حفظ کنیم و خیلی بیت‌های عالی‌ای هستند، کلیدی هستند.

آقای شهبازی: بله، هر روز هم بخوانید.

خانم فرزانه: من این‌ها را که می‌خواندم چندین دفعه و آن بیت آخر که می‌گوید که

تو ز بیم بانگ آن دیو لعین

وا گریزی در ضلالت از یقین

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۳۲۹)



که هلا فردا و پس فردا مرو راه دین پویم که مهلت پیش ماست

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۳۳۰)

بعد من این را می‌خواندم برخوردارم به یک دانه از این داستان‌های مثنوی در دفتر دوم که می‌دانم که این را در یکی از برنامه‌هایتان گفتید، حالا یادم نیست چه شماره‌ای، و آن والی است که آن مردی را که یک خار بُنی را در راه نشانده بود و به او می‌گفتند این را بکن و برایم خیلی جالب بود، یک کم به نظرم آمد یکی یا دوتا از این راه‌حل‌هایی که برای این چندتا بیت ممکن است درمان باشد در این قصه هست، اگر اجازه بدهید، من ببخشید آقای شهبازی من متن نوشتم، ولی همین‌جوری این برداشتی که از این شنیدم اگر اجازه بفرمایید.

آقای شهبازی: بله، بفرمایید. آن شعری هم که خواندید، الآن روی صفحه هست، همین تصادفی بود. در مورد پریسا خانم هم همین‌طور بود، پریسا خانم داشتند توضیح می‌دادند، یک‌دفعه ابیات غزل همین‌طور شانس آمد روی صفحه، الآن هم همین‌طور، «تو چو عزم دین کنی با اجتهاد» الآن روی صفحه هست، بفرمایید مردم می‌بینند. **خانم فرزانه:** بله. بعد من این قصه خار بُن را که می‌خواندم دیدم که نوشته که، با اجازه‌تان بعضی از بیت‌ها را اگر اجازه بفرمایید، هر وقت وقتم تمام شد به من بگویید دیگر، مرسی.

همچو آن شخص درشت خوش‌سخن در میان ره نشاند او خار بُن

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۲۷)

یعنی مثل همان من‌ذهنی ما که خیلی عادت بد دارد، درشت دارد، ولی آن‌قدر ما را با سخن‌های خوبش راضی می‌کند و مثل این بیت هی به ما می‌گوید بینوا می‌شوی، از یارانت می‌بری، خوار می‌شوی، پشیمان می‌شوی و ما را راضی می‌کند، می‌گوید او یک خار بُنی را، یک ریشه خاری را، یک خاری که ریشه دارد در این راه نشاند.

ره گذریانش ملامت گر شدند بس بگفتندش: بکن آن را، نکند

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۲۸)

ما خودمان خیلی وقت‌ها خودمان را ملامت می‌کنیم که من که این من‌ذهنی را انداخته بودم، چه شد؟! انگار که باز بالا آمد و ملامت می‌کنیم خیلی وقت‌ها خودمان را، و این دلیلش حالا با این قصه‌ای که برداشت کردم این است که ما آن خار را اول که می‌گوییم که نمی‌کنیم، می‌گوید:



مدتی فردا و فردا وعده داد شد درخت خار او محکم‌نهاد (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۳۲)

هی فردا و پس فردا کرد به حاکم، گفت باشد فردا این را می‌کنم، پس فردا، و همین‌جوری که ما خودمان این کار را می‌کنیم و این من‌ذهنی‌هایمان را بعضی‌هایش نگه می‌داریم برای خودمان، یا اگر هم که نگه نداریم، از رو فقط می‌بریم آن‌ها را. یک وقت‌هایی نگاه می‌کنیم به این راه خودمان می‌گوییم خب خوب است، من مثل همان خرس که برای خودمان می‌سازیم، خوب است دیگر من این من‌ذهنی‌ام را برداشتم، ولی ما از ریشه آن‌ها را برنداشتیم و یک‌دفعه از یک جایی این ریشه سر بلند می‌کند. باز یک شعری، یک بیتی داریم که شما خیلی می‌فرمایید:

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

بُن: ریشه، بنیاد، بیخ

و واقعاً این سرها از این ریشه بالا می‌آید. و همین‌طوری به او می‌گوید که خب این درخت بد جوان‌تر می‌شود، ولی تو پیرتر می‌شوی و نمی‌توانی، این عیب و من‌ذهنی تو، این قوی‌تر می‌شود و تو یک موقع دیگر نمی‌توانی. بعد این دوتا راه‌حل این اواخر، یعنی شعرهای بعدی می‌گوید که خیلی برای من جالب بود، یکی می‌گوید که تو اگر می‌توانی با تبر:

یا تبر برگیر و مردانه بز تو علی‌وار این در خیبر بکن (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۴۴)

اگر خودمان می‌توانیم که خب ما باید واقعاً مردانه، یعنی این‌که ما آن در خیبر را بکنیم، نه این‌که فقط ببریم از روی آن، نه این‌که فقط یک چیزهایی از آن را درست کنیم. و یک راه دومش که جالب است این است که می‌گوید که حالا نمی‌توانی؟ تو خودت را باید آن خار را به گُل وصل کنی.

یا به گُلبن وصل کن این خار را وصل کن با نار، نور یار را (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۴۵)



حالا نمی‌توانیم؟ باید از مولانا، از شما واقعاً درس، یعنی با شما خودمان را وصل کنیم و از نور شماها ما باید، من خودم را می‌گویم ببخشید، باید از نور شماها من آن نار را بسوزانم، آن خاربن را از ریشه دریاورم. و بعد چندتا بیت درباره این‌که نور چه‌جوری روی آن آتش و روی آن خار کار می‌کند و به یک جایی می‌رسد که می‌گوید:

حسّ و فکر تو همه از آتش است
حسّ شیخ و فکر او نور خوش است
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۵۶)

و وقتی که آن نورش را می‌اندازد، این آتش تو چک‌چک می‌کند و می‌ریزد یواش‌یواش، از بین می‌رود. و

چون کند چک‌چک، تو گویش: مرگ و درد
تا شود این دوزخ نفس تو سرد
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۵۸)

تا نسوزد او گلستان تو را
تا نسوزد عدل و احسان تو را
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۵۹)

و آن رحمت نور او هست که این آتش ما را ریزه‌ریزه می‌ریزد.

مرسی، مرسی از وقتی که آقای شهبازی به من دادید.

آقای شهبازی: عالی، عالی، عالی، ممنونم!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم فرزانه]

♦ ♦ ♦ پایان بخش چهارم ♦ ♦ ♦