

# کنج حنور

متن کامل پیام‌های تلفنی

۱-۹۷۹

اجرا: آقای پرویز شهبازی

تاریخ اجرا: ۳۱ شهریور ۱۴۰۲

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

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

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۹۵)

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

(پرویز شهبازی، برنامه گنج حضور شماره ۹۰۷)

متن کامل پیام‌های بینندگان برنامه ویژه پیام‌های تلفنی ۱-۹۷۹

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 ۱-۹۷۹		
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	مرجان فرخ سرشت از استرالیا
مهردخت از چالوس	زهرا عالی از تهران	فهیمة 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
الهام فرزامنیا از اصفهان	الناز از آلمان	رویا اکبری از تهران

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

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

**@zarepour\_b**

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

کانال گروه متن کامل برنامه‌های گنج حضور در تلگرام:

<https://t.me/ganjehozourProgramsText>

ردیف	پیام دهنده	صفحه
۱	آقای رضا از مشهد با سخنان آقای شهبازی	۵
۲	خانم نگین از اصفهان با سخنان آقای شهبازی	۷
۳	خانم آیلین از کرج	۱۲
۴	خانم آیلین از تبریز با سخنان آقای شهبازی	۱۴
۵	خانم بیننده از شیراز با سخنان آقای شهبازی	۱۸
۶	خانم زهره و آقای کیان از آمل با سخنان آقای شهبازی	۲۰
۷	خانم بی بی مریم و خانم ستایش از تاجیکستان	۲۸
۸	آقای محمد از کامفیروز با سخنان آقای شهبازی	۳۴
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش اول ◇ ◇ ◇	۳۹
۹	آقای پویا از آلمان با سخنان آقای شهبازی	۴۰
۱۰	خانم فریده از هلند	۴۷
۱۱	آقای صادق از ایلام	۵۴
۱۲	خانم سمانه از ملایر	۵۹
۱۳	خانم ریحانه از استرالیا	۶۵
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش دوم ◇ ◇ ◇	۷۰

ردیف	پیام دهنده	صفحه
۱۴	خانم‌ها فرزانه و زهره با سخنان آقای شهبازی	۷۱
۱۵	آقای علی از دانمارک	۷۵
۱۶	خانم نیوشا و پسرشان از تهران	۷۹
۱۷	آقای مهران از کرج	۸۱
۱۸	خانم دینا از کانادا	۸۴
۱۹	خانم مهرداد از چالوس	۸۷
۲۰	سخنان آقای شهبازی	۹۱
۲۱	خانم پروین از اصفهان	۹۳
۲۲	خانم اکرم از تهران	۹۵
۲۳	آقای محمد از ایتالیا	۹۹
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش سوم ◇ ◇ ◇	۹۹
۲۴	خانم سرور از گلستان با سخنان آقای شهبازی	۱۰۰
۲۵	آقای حسام از مازندران با سخنان آقای شهبازی	۱۰۵
۲۶	خانم سرور از گلستان با سخنان آقای شهبازی	۱۰۹
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش چهارم ◇ ◇ ◇	۱۱۱



## ۱- آقای رضا از مشهد با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای رضا]

**آقای رضا:** خدمت شما سلام عرض می‌کنم و خدمت دوستان گنج حضور. من دوازده سال است بنده برنامه شما را دنبال می‌کنم و الآن تقریباً موفق نشدم دو سال است فکر می‌کنم یا سه سال است تماس بگیرم. دیگر امشب خدا خواست و اولین تماس شدیم ما.

**آقای شهبازی:** بفرمایید.

**آقای رضا:** اولاً می‌خواستم جناب شهبازی تشکر کنم از بابت زحمات بی‌دریغ شما شبانه‌روز و کاملاً این را حس می‌کنیم، و ببخشید.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم، نفس عمیق بکشید، عجله نکنید. [خنده آقای شهبازی]

**آقای رضا:** چه لطفی کردید که این دو شبکه دیگر را اضافه کردید، چقدر عالی شده! چقدر دارید شما روی آپتان (App) کار می‌کنید، از این هم استفاده داریم می‌کنیم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**آقای رضا:** آری. خدمتتان عرض کنم که شما دارید، می‌بینیم که چه زحمتی دارید می‌کشید، شما پیرو آن بیت:

**یار در آخر زمان کرد طرب سازی‌ای**

**باطن او جدِّ جدِّ ظاهر او بازی‌ای**

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۱۳)

شما چندین جلسه است دارید سعی می‌کنید که به ماها یک جوری بفهمانید که ذهنتان را مرکزتان نیاورید و این را کاملاً دارم از شما متوجه می‌شوم آقای شهبازی. چقدر شما دارید زحمت می‌کشید روی این کار.

**آقای شهبازی:** آفرین! بله، خواهش می‌کنم.

**آقای رضا:** دیگر برنامه‌ها را مرتب ما دنبال می‌کنیم، مرتب. قانون مادی را هم رعایت می‌کنیم، هم قانون معنوی را هم رعایت می‌کنیم. خلاصه این‌که بچه‌ها هم در خانه استفاده می‌کنند، از جمله دخترم، بیت «گفت مفتی ضرورت هم تویی»، الآن خجالت کشید رفت آقای شهبازی، «بی‌ضرورت گر خوری مجرم شوی» و بیت‌های دیگر که شامل:



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

آقای شهبازی: آفرین!

آقای رضا: از همه این‌ها ما داریم استفاده می‌کنیم آقای شهبازی. خیلی از شما ممنونیم. وضعیت ما دارد الحمدالله روزبه‌روز بهتر می‌شود.

آقای شهبازی: به‌به! آفرین.

آقای رضا: و واقعاً این را بگویم آقای شهبازی، ممنونم از شما. خدا ان‌شاءالله به شما طول عمر بدهد تا ما بتوانیم قدرتان زحمات شما باشیم، بیشتر کار کنیم روی خودمان.

آقای شهبازی: ان‌شاءالله. بله، کار هم می‌کنید، کار هم می‌کنید. باید صبر کنید. طول می‌کشد یک خرده، باید صبر کنید.

آقای رضا: خیلی ممنون، آری آری آقای شهبازی زمان می‌برد. به‌رحال باز وقت دوستان را نگیرم.

آقای شهبازی: آفرین! ممنونم. پس خداحافظی می‌کنم. دخترتان می‌خواهد بخواند شعر؟

آقای رضا: بزرگواری. بچه‌ها سلام می‌رسانند. ببخشید، حالا جلسات بعد صحبت می‌کنند.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای رضا]

آقای شهبازی: بله‌بله، این ابیات متداول را که ما مرتب تکرار می‌کنیم و کرده‌ایم، لطف کنید این قدر تکرار کنید که حفظ بشوید. نه برای حفظ کردن بخوانید، بخوانید این قدر که حفظ بشوید تا آن ناحیه عملش را به شما نشان بدهد، بیت باز بشود. خواهید دید که در چالش‌های روزانه زندگی به شما خیلی کمک می‌کنند، خیلی!

و این‌ها را هم ما جمع‌آوری کرده‌ایم، این‌طوری نیست که شما بگویید من از کجا پیدا کنم؟ شما یک جوری با ما تماس بگیرید، تلفن یا ایمیل‌های تماس را می‌گذاریم روی صفحه که اگر هم ندارید، ما یک مجموعه‌ای به شما می‌فرستیم آماده، همین‌ها را بخوانید.

خانم فاطمه از گلپایگان لطف کرده‌اند یک مجموعه‌ای درست کرده‌اند به‌صورت پی‌دی‌اف، خیلی جالب است آفرین، و همین را می‌فرستیم به شما، شما هم همین را بگیرید. همین‌ها را حفظ کنید برای شما کافی است.

## ۲- خانم نگین از اصفهان با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم نگین]

خانم نگین: اصلاً باورم نمی‌شود گرفت. خوب هستید؟

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. خوب.

خانم نگین: وقتتان به خیر. نگین هستم ۲۶ ساله از اصفهان.

آقای شهبازی: آفرین! بفرماید.

خانم نگین: بله یک لحظه، چندتا نفس عمیق بکشم.

آقای شهبازی: بله‌بله، عجله نکنید. هیچ عجله‌ای در کار نیست.

خانم نگین: ببخشید. من آقای شهبازی نزدیک یک سال است که با برنامه شما آشنا شدم یعنی دو سالی می‌شود،

ولی قبل از این‌که با برنامه شما آشنا بشوم، با آقای قویدل پیش می‌رفتم.

آقای شهبازی: بله.

خانم نگین: بعد خواهرهای من برنامه شما را می‌دیدند، بعد نمی‌دانم اصلاً چه می‌شد که من اصلاً مثل این‌که

خیلی بخواهم مقاومت بکنم، اصلاً نمی‌توانستم سمت برنامه‌تان بیایم. بعد خیلی خوشم می‌آمد از حالت آرامشی

که در چهره‌تان دارد و خیلی لذت می‌بردم، ولی برنامه تلفنی‌ها که مثلاً می‌گذاشتند می‌گفتم آخر چه کسی می‌نشیند

برنامه تلفنی‌ها را ببیند؟ آخر چه هست که بخواهم ببینم؟ بعد الان جوری شدم که تایم (زمان: time) تعیین

می‌کنم که هرچور شده این برنامه تلفنی‌ها را هرطور شده ببینم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نگین: این قدر که من از این برنامه تلفنی‌ها و هر کسی که تماس می‌گیرد این قدر چیزهای مختلف یاد گرفتم،

این قدر لذت بردم و می‌توانم بگویم من آقای شهبازی یک آسیبی دیدم چند سال پیش و فوق‌العاده همانیده بودم

با پول، حتی قادر نبودم که بخواهم برای درمان خودم هزینه کنم، یعنی این قدر همانیدگی من زیاد بود.

آقای شهبازی: بله.

خانم نگین: بعد می‌گفتم آخر من چه‌جوری هزینه کنم، آخر من مثلاً از کجا بخواهد این پول، چون نمی‌توانستم

به‌خاطر این موضوعی که داشتم حتی سر کار هم بروم.





از وقتی که همانندگی‌ام را گذاشتم کنار، یک جورى من دارم اصلاً پیش می‌روم که اصلاً نمی‌فهمم چه جورى، ولى پول درمان من خيلى قشنگ دارد می‌آید، حتى من قانون جبران را رعایت می‌کنم در توانم هر چقدرى که باشد، ولى سعى [قطع صدا] خودم تعیین کردم که حتماً سر آن تاریخ قانون جبران را رعایت بکنم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم نگین:** فوق‌العاده آدم مخصوصاً در رانندگی، آدمى بودم که اگر مثلاً ماشین جلویی به من راه نمی‌داد، می‌گفتم یعنی چه؟ چرا به من راه نمی‌دهد؟ بوق بزن و چکار کن و، مثلاً حالا از کنار هم که رد بشوم چپ‌چپ نگاه کنم، ولى الآن خيلى آرام شدم مخصوصاً در رانندگی.

حتى من یک ماه پیش نزدیک بود که اگر مثلاً عجله می‌کردم مثل قبلاً، نزدیک بود که یک تصادف خيلى خيلى بدى برای من به‌وجود بیاید، ولى من پشت یک ماشینی بودم، یک بار بوق زد و ماشین جلویی نرفت کنار، من همان آرام آرام پشت‌سر همان ماشين شروع کردم حرکت کردن، گفتم نگین قرار شد عجله نکنی.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم نگین:** و اصلاً هم حق نداری بخواهی یک موقع مثلاً بگویی چرا نمی‌رود کنار که بخواهی از کنارش رد شوی، چپ‌چپ نگاه کنی. در حد دو دقیقه جلوترش لاستیک ماشين من دررفت. یعنی من اگر سرعتم زیاد بود، اگر مثل قبلم بودم، و مثلاً می‌خواستم عجول باشم یا حالا بخواهم حالت چپ‌چپ نگاه کنم، از کنارش سبقت می‌گرفتم می‌رفتم، ولى با همان حالت خيلى آرام پشت سرش حرکت کردم و آن آسیب که می‌توانست ناگوار باشد، خيلى ساده لاستیک دررفت و من همین‌طوری ایستادم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم نگین:** یعنی می‌توانست یک تصادف خيلى بد باشد برایم. تغییر خيلى کردم، خودم می‌فهمم. مخصوصاً مثلاً یکی از تغییراتی که داشتم همین‌که می‌گویم در رانندگی دیگر عجول نیستم، سعى می‌کنم خيلى آرام رانندگی کنم یا همانندگی‌هایم را سعى می‌کنم بشناسم یا خيلى جاها هست که ناظر هستم روی رفتارهای خودم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم نگین:** یعنی می‌بینم که الآن این رفتار من اشکال داشته. همان موقع مثلاً شاید، همان موقع هم می‌فهمم، ولى یک‌هو می‌بینی همان موقع شاید یک سری وقت‌ها من ذهنی من نمی‌گذارد و می‌خواهد مقاومت کند که نه، این اصلاً چیزی نبود که تو بخواهی مثلاً در برابرش مقاومت نشان بدهی و این‌ها، این رفتار عادی تو بود. ولى



بعد می‌فهمم که نه واقعاً آن اشکال بوده در آن رفتار من و سعی می‌کنم هرطور شده ناظر باشم و ببینم و تصحیحش کنم هرطور شده. خیلی خیلی من شما را دوستان دارم، خیلی کمک کردید به من.

**آقای شهبازی:** لطف دارید.

**خانم نگین:** من این آسیب جسمی که الان دیدم اکثر دکترها می‌گفتند مشکل خاصی نیست و می‌توانم بگویم هفتاد هشتاد درصد درد من به خاطر اعصاب بوده. خیلی برنامه شما به آرامش من کمک کرده، خیلی خیلی.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم نگین:** یعنی من این قدر آرامش از برنامه شما، حتی از کودکان عشق، من عاشق فریمه جان هستم، عاشق پانته آ جان هستم، تک به تک، بهار، تمام بچه‌های عشق، تمام پیغام‌های معنوی که می‌آید برای شما. یعنی یک جوری می‌شود من قبلاً می‌گفتم آها این حرفی که الان آقای شهبازی دارد می‌زند مامان را دارد می‌گوید، نه، بابا را دارد می‌گوید، الان دیگر فقط در خودم دنبالشان می‌گردم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم نگین:** دیگر نمی‌گویم فلانی مقصر است، یا آن یکی مقصر است. تا مثلاً می‌خواهم یک نفر را قضاوت کنم می‌گویم تو خدا نیستی، ساکت باش، بنشین سر جاییت و حواست روی زندگی خودت باشد. اصلاً سعی می‌کنم تا جایی که بشود این اجازه را به خودم ندهم کسی را قضاوت نکنم، سعی می‌کنم تا بتوانم ناظر باشم روی تک تک رفتارهایم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم نگین:** و خیلی مثلاً دیدم که حتی اطرافیانم را قبلاً می‌رنجاندم، ولی الان از وقتی که ناظر شدم، اطرافیانم خیلی خیلی حتی مثلاً من قبلاً خیلی غرور داشتم نمی‌رفتم معذرت‌خواهی بکنم از اطرافیانم، ولی الان نه، الان سعی می‌کنم رفتارم را درست انجام بدهم، اگر ایرادی داشته باشد، عذرخواهی بکنم و ناظر هستم همه‌جوره.

از شما خیلی خیلی ممنونم و این که تک تک پیام‌ها پویا جان، خانم مرجان و پریسا جان، فوق‌العاده من انرژی خیلی خیلی خوبی می‌گیرم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم نگین:** و تک به تک حرف‌هایی که می‌زنند را واقعاً در خودم می‌بینم که مثلاً من هم این طوری هستم، یا من هم این طوری بودم، و همان موقع سعی می‌کنم حرف‌هایی که می‌زنند را من هم رعایت کنم و عملی‌اش کنم.



آقای شهبازی: آفرین!

خانم نگین: یک بیتی هم می‌گویم بیت، آری درست گفتم، این قدر استرس دارم که دارد صدایم می‌لرزد. یک بیتی هست که من خیلی خیلی دوستش دارم، گفتم برای شما هم بخوانم.

آقای شهبازی: بله‌بله.

خانم نگین:

یارب، تو مرا به نفسِ طَنَّاژ مَدَه  
با هر چه بجز تُسْت، مرا ساز مَدَه

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

طَنَّاژ: حیلَه‌گر، مَکَّار

آقای شهبازی: آفرین. یک بار دیگر می‌شود بخوانید؟ یک ذره اولش قطع شد.

خانم نگین: بله.

یارب، تو مرا به نفسِ طَنَّاژ مَدَه  
با هر چه بجز تُسْت، مرا ساز مَدَه

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

طَنَّاژ: حیلَه‌گر، مَکَّار

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نگین: یک وقت‌هایی هم که ناراحتی برایم پیش می‌آید یا مثلاً از کسی دلخور می‌شوم، این بیت را می‌خوانم

که



## چونکه قبضی آیدت ای راهرو آن صلاح توست، آتش دل مشو (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۷۳۴)

قبض: گرفتگی، دلتنگی و رنج  
آتش دل: دل سوخته، ناراحت و پریشان حال

و سعی می‌کنم از هر اتفاق ناگواری که برای من پیش می‌آید درس بگیرم و طبق تجربه‌هایم پیش بروم و طبق برنامه شما. خیلی خیلی ممنونم از شما، ببخشید اگر وقت برنامه را گرفتم.

آقای شهبازی: عالی، عالی!

خانم نگین: خیلی خیلی دوستتان دارم. امیدوارم که همیشه سالم و سلامت باشید و امیدوارم که همیشه چهره نورانی شما را ببینیم.

آقای شهبازی: ممنونم، لطف دارید.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم نگین]

آقای شهبازی: فرکانس‌ها را گذاشتم، سه تا فرکانس یا هست (Yahsat) که روی ایران است. الان هم اطلاعات پشتیبانی در تلگرام و واتساپ روی صفحه هست. اگر شما سؤالی دارید به لحاظ فنی یا راجع به برنامه‌ها، با این اطلاعات تماس بگیرید.

ایمیل: support@parvizshahbazi.com

و

آیدی تلگرام: @ganjehozoursupport2

و تلفن هست به نظرم:

0014386867580

این تلفن ساپورت (Support) تلگرام و واتساپ است. باز هم فرکانس‌ها را خواهم گذاشت، فرکانس‌های ایران را روی صفحه.

### ۳- خانم آیلین از کرج

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم آیلین]

آقای شهبازی: به‌به‌به! ماشاءالله! بفرماید.

خانم آیلین: اسمم آیلین است، می‌خواهم برایتان شعر مولانا بخوانم. شش سالم است از کرج، می‌خواهم برایتان شعر مولانا بخوانم.

آقای شهبازی: به‌به! آفرین.

خانم آیلین:

من نمی‌گویم مرا هدیه دهید  
بلکه گفتم لایق هدیه شوید  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۵۷۴)

فعلِ توست این غصه‌های دم‌به‌دم  
این بُودِ معنی «قَدْ جَفَّ الْقَلَمُ»  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۲)

أَنْصِتُوا رَا غُوشِ كُنْ، خَامُوشِ بَاشْ  
چون زبانِ حقِ نگشتی، گوشِ باش  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۴۵۶)

أَنْصِتُوا: خاموش باشید.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! آیلین خانم باز هم بلد هستید؟

خانم آیلین:

من غلامِ قمرم غیرِ قمرِ هیچ مگو  
پیشِ من جز سخنِ شمع و شکرِ هیچ مگو

سخنِ رنجِ مگو جز سخنِ گنجِ مگو  
ور از این بی‌خبری رنجِ مبرِ هیچ مگو  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۱۹)



دوستت دارم.

آقای شهبازی: ممنونم. این شعر آخر را یک بار دیگر می‌توانید بخوانید؟ پیش من، من غلام قمرم.

خانم آیلین:

من غلامِ قمرم غیرِ قمرِ هیچِ مگو  
پیشِ من جز سخنِ شمع و شکرِ هیچِ مگو

سخنِ رنجِ مگو جز سخنِ گنجِ مگو  
ور از این بی‌خبری رنجِ مبرِ هیچِ مگو

دوش دیوانه شدم عشق مرا دید و بگفت  
آدم نعره مزن جامه مدرِ هیچِ مگو

گفتم ای عشق من از چیز دگر می‌ترسم  
گفت آن چیز دگر نیست دگر هیچِ مگو  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۱۹)

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! خیلی خوب بود. خب آیلین خانم کس دیگر می‌خواهد صحبت کند؟

خانم آیلین: نه.

آقای شهبازی: نه، خیلی خب. خداحافظی می‌کنم با شما، آفرین! عالی بود.

خانم آیلین: دوستتان دارم، خداحافظ.

آقای شهبازی: من هم همین‌طور.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم آیلین]

#### ۴- خانم آیلین از تبریز با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم آیلین]

**خانم آیلین:** آیلین هشتم ۲۷ ساله از تبریز. استاد پیامی آماده کردم که می‌خوانم برایتان.

استاد من همه‌اش فکر می‌کردم پیشرفت زیادی نکردم و ابیات را در زندگی‌ام عملی نمی‌کنم تا این‌که چارق ایازم را دیدم. من دو سال و نیم پیش که همانیدگی‌ام را از دست داده بودم خیلی درد داشتم و حتی یک سال طول کشید تا من از این درد و همانیدگی رها بشوم.

ولی بعد از دو سال و نیم گوش دادن به گنج حضور، الآن که باز زندگی همانیدگی مشابه‌ای را از من گرفت من نه‌تنها درد زیادی نداشتم بلکه احساس سبکی و رهایی می‌کردم و حتی اموراتم در بیرون برایم آسان شده بود.

**قضا که تیرِ حوادث به تو همی انداخت  
تو را کُند به عنایت از آن سپس سپری**  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۵۶)

و وقتی ریاضتی از سوی خدا می‌آید اگر آن را بپذیریم و سعی کنیم پیامش را بگیریم و ستیزه نکنیم، خدا در قبالتش درون ما را باز می‌کند.

**پس ریاضت را به جان شو مشتری  
چون سپردی تن به خدمت، جان ببری**  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۳۹۶)

**پس سلیمان آندرونه راست کرد  
دل بر آن شهوت که بودش، کرد سرد**  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۰۶)

**بعد از آن تاجش همان دم راست شد  
آن‌چنان‌که تاج را می‌خواست شد**  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۰۷)

**خشم خود بشکن، تو مشکن تیر را  
چشم خشمت خون شمارد شیر را**  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۳۰۷)



بوسه ده بر تیر و، پیش شاه بر

تیر خون آلود از خون تو تر

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۳۰۸)

گر خضر در بحر، کشتی را شکست

صد درستی در شکست خضر هست

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۳۶)

ما وقتی همانندگی‌مان را از دست می‌دهیم، من‌ذهنی شروع می‌کند به حرف زدن که زندگی در آن چیز بود، الآن همه به زندگی رسیدند، تو دیگر نمی‌رسی، بدبخت شدی، ای بیچاره. این جاست که با صدای بلند می‌گوییم:

نعره لاضیر بر گردون رسید

هین ببر که جان ز جان‌کندن رهید

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۳۳۹)

ما بدانستیم ما این تن نه‌ایم

از ورای تن، به یزدان می‌زی‌ایم

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۳۴۰)

«ساحران با بانگی بلند که به آسمان می‌رسید گفتند: هیچ ضرری به ما نمی‌رسد. هان اینک (ای فرعون دست و پای ما را) قطع کن که جان ما از جان‌کندن نجات یافت.»

ضیر: ضرر، ضرر رساندن

«قَالُوا لَا ضَيْرَ ۗ إِنَّا إِلَىٰ رَبِّنَا مُنْقَلِبُونَ»

«گفتند: باکی نیست، ما نزد پروردگارمان باز می‌گردیم.»

(قرآن کریم، سوره شعراء (۲۶) آیه ۵۰)

نه‌تنها در چیزهای آفل زندگی نیست، بلکه وقتی از مرکز ما کشیده می‌شوند، از مرکز ما کشیده می‌شوند بیرون و مرکز ما عدم می‌شود، تازه ما به زندگی می‌رسیم، چرا؟ چون زندگی خداست.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم آیلین:





چون شدی مَن کانَ لِلَّهِ از وَلَّهِ  
من تو را باشم که کانَ اللهُ لَهُ  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۹۳۹)

ولّه: حیرت

«مَن کانَ لِلَّهِ اللهُ لَهُ.»

«هر که برای خدا باشد، خدا نیز برای اوست.»

(حدیث)

پس ما ضرر نمی‌کنیم بلکه به خدا می‌رسیم.

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

تمام مانع، مسائل، دشمنی، درد، غم‌های ذهنی‌ات را رها کن. فقط غم زنده شدن به خدا را داشته باش تا خدا  
غم‌های ذهنی‌ات را از بین ببرد.

آقای شهبازی: بله، بله. تمام شد؟

خانم آیلین: یک دانه هم شعر بود.

خشمِ خود بشکن، تو مشکن تیر را  
چشمِ خشم‌ت خون شمارد شیر را  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۳۰۷)

بوسه ده بر تیر و، پیش شاه بر

تیرِ خون‌آلود از خون تو تر  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۳۰۸)

پس این تیر یا بی‌مرادی که از سوی خدا می‌آید را ببوس و شکر کن، این همان چیزی است که تو نیاز داشتی.

استاد تمام شد.



**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین! عالی، عالی، عالی!

**خانم آیلین:** ممنونم، استاد خیلی متشکرم. واقعاً یک چیزی هم که می‌خواستم بگویم، این‌که شما هر هفته برنامه را اجرا می‌کنید خیلی خوب است یعنی یک امیدی می‌دهد که هر هفته انگار شما دست ما را می‌گیرید، چون هیچ‌جور چیزی وجود ندارد در این دنیا که حالا الآن قدم بعدی‌ات من باز هستم، قدم بعدی‌ات را بردار. دوباره هفته بعدی باز دست ما را می‌گیرید، قدم بعدی. و پیام‌های معنوی هم آدم حس می‌کند که تنها نیست، بقیه هم هستند امیدوارم می‌شود، ممنونم.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین! ممنونم. واقعاً فلسفه کاری ما هم همین است که ما هستیم این‌جا، به کار مشغولیم، شما هم باشید. تعداد برنامه‌ها الآن به ۹۷۹ تا با همین فلسفه رسیده که این کار باید ادامه پیدا بکند. برای همین بود که کانال را روی ایران سه‌تا کردیم که بتوانیم تمام محصولاتمان را و آن بیانات نغز و خردمندانه‌ای که بینندگانمان کرده‌اند برای مردم پخش بکنیم که بتوانند استفاده کنند. شما آن کانال‌های، اولاً از طریق ماهواره می‌بینید شما؟

**خانم آیلین:** ما بله ماهواره وصل است، هر سه‌تا هست ولی من چون تنهایی گوش می‌کنم در خانواده، بیشتر از طریق گوشی‌ام نگاه می‌کنم.

**آقای شهبازی:** آپ؟ درست است از آپ استفاده می‌کنید؟

**خانم آیلین:** آپ یک‌دوره چون اینترنت ضعیف است قطع می‌شود، چیز می‌شود دیگر خیلی گیر می‌کند مجبور می‌شوم یا از تلگرام یا یوتیوب (Youtube) نگاه کنم.

**آقای شهبازی:** خیلی خوب، خیلی خوب. عالی بود، عالی بود! دیگر چه سن خوبی هم دارید به برنامه نگاه می‌کنید. در این سن هم از بحران‌های معمول خودتان را نجات می‌دهید، هم پایه این زندگی مادی‌تان را روی یک فونداسیون (foundation) خوبی می‌گذارید که محکم است. همین بیت‌هایی که خواندید چقدر عالی بودند، چقدر توانستند به شما کمک کنند. آفرین!

**خانم بیننده:** خیلی استاد. ممنونم که هستید. مرسی.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم بیننده]

**آقای شهبازی:** خیلی زیبا!

## ۵- خانم بیننده از شیراز با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم بیننده]

**خانم بیننده:** یکی از تجربیاتم را می‌خواستم بگویم، من موقعی که می‌رفتم مدرسه هیچ‌وقت، شعرها و ادبیاتم صفر بود همیشه، هیچ‌وقت شعرها را حفظ نمی‌شدم، خیلی می‌خواندم حفظ نمی‌شدم. ولی برایم خیلی جالب است برنامه گنج حضور شعرها مثلاً حالا نمی‌گویم کامل، همان دو سه تا بی‌تی هم که هست خیلی سریع حفظ شدم! خیلی قشنگ وقتی آن را می‌خوانم ناخودآگاه به من حس آرامش می‌دهد، انگار ناخودآگاه درکشان می‌کنم، حالم را خیلی خوب می‌کند، اصلاً یک حال خاصی است. بعد می‌گویم وای! نگاه بکن من موقعی که می‌رفتم مدرسه چقدر قلبی می‌کردم، شعرها را حفظ نمی‌کردم، این‌ها چقدر راحت است. این یکی از تجربیاتم بود برای شعرها.

**آقای شهبازی:** آفرین! بله، خانم شما استعداد شعر می‌گویم در خونتان است، شما از نواده‌های حافظ و سعدی هستید! [خنده آقای شهبازی] شما دیگر شعر خواندن و حفظ شدن و این‌ها در خونتان هست، یک ذره کار کنید به‌کار می‌افتد این استعداد.

**خانم بیننده:** درست است، دقیقاً درست می‌فرمایید دقیقاً. چون یکی از خواهرهایم شعر می‌گوید. و این‌که خدمتتان عرض کنم من استاد شهبازی در چیزی مانده‌ام که خودم نمی‌دانم چکار کنم واقعاً! به‌قولاً می‌خواهم آن حالت عدم شکل بگیرد، می‌گویم خدایا فقط تو مرکز من باش، فلان و این‌ها! بعد همسر من همراهش می‌آید به من می‌گوید تو من را دوست نداری! یعنی یک چنین حرفی به من می‌زند. بعد من ناخودآگاه می‌گویم این همسر من می‌خواهد بیاید مرکز من. متوجه هستید چه می‌گویم؟

**آقای شهبازی:** بله.

**خانم بیننده:** می‌خواهد بیاید مرکز من، باز ذهن من درگیر این می‌شود که چکار کنم این خوشحال بشود؟ چکار کنم فلان و فلان؟! رهایش که می‌کنم احساس رهایی به من دست می‌دهد، احساس شادی، واقعی، ولی همسر من فکر می‌کند به او علاقه ندارم. این شادی من خُب از یک جای دیگر دارد می‌آید!

واقعاً کلافه هستم، این ذهن من را خیلی درگیر کرده، من واقعاً نمی‌دانم واقعاً باید چکار بکنم. بعضی موقع‌ها می‌گویم شاید من از روی من ذهنی این را انتخاب کردم. نمی‌دانم واقعاً در یک چالش بزرگی مانده‌ام.

**آقای شهبازی:** بله. بله البته توجه می‌کنید که پس از این‌که شما گنج حضور به اصطلاح گوش می‌کنید و به شعرهای مولانا عمل می‌کنید شکل دوست داشتنتان عوض می‌شود. یعنی مرکزتان عدم بشود حقیقتاً عشق می‌ورزید، ولی مردم به سبک عشق من ذهنی عادت کرده‌اند. مثلاً یک مرد از بیرون بیاید اگر خانمش مثلاً هی



می‌پرسید کجا بودید و این‌ها، یک چند وقت نپرسد خُب مرد شک می‌کند می‌گوید اصلاً نمی‌پرسی تو! یا قبلاً مثلاً یک حرفی شما می‌زدید همسران عصبانی می‌شد، الان نمی‌شود می‌گویید که چه شده؟ عصبانی نمی‌شوید؟ دیگر ما را دوست ندارید! اصلاً توجه ندارید! پس دیگر اصلاً من مهم نیستم! این‌ها را باید توضیح بدهید که ما قبلاً سبک زندگی غلطی داشتیم، ما واکنشی بودیم، آن سبک درست نبوده که حتماً باید ایرادی به همدیگر بگیریم، مقاومت کنیم، اوقات تلخی کنیم، خیلی خانواده‌ها اوقات تلخی که نمی‌کنند می‌گویند «دیگر اصلاً همدیگر را دوست نداریم دیگر! هیچ نه اوقات تلخی هست، همه‌اش شادی هست» نه، آن دید غلط است. ایشان قطع شدند البته.

باید توجه کنید وقتی سبک زندگی، نگاه به زندگی عوض می‌شود، این نگاه جدید را در خانواده قبول کنید. اصلاً لزومی ندارد ما ایراد بگیریم، انتقاد کنیم، خشمگین بشویم، حساسیت داشته باشیم به طوری که طرف مقابل می‌داند که فلان حرف را بزند ما باید عصبانی بشویم، حالا که نمی‌شویم خُب فکر می‌کند ما دیگر دوستش نداریم. برای ما دیگر اصلاً مهم نیست [خنده آقای شهبازی]، هرچه می‌خواهی بگو من دیگر عصبانی نمی‌شوم. نه، ما الان سبک زندگی جدیدی انتخاب کردیم و آن عشق است. عشق واقعی یعنی این‌که همیشه شادی باشد.

غم از من ذهنی می‌آید. اگر غم نبود، شما به خودتان شک نکنید، زندگی دارد درست می‌شود دیگر، وقتی درست می‌شود شما قبول کنید. خیلی مهم است که درست شدن را شما قبول کنید و غلط بودن را رها کنید. تمام واکنش‌های من ذهنی، شما بگویید خشم، ترس، رنجش، حرص و حسادت، حساسیت به بعضی چیزها، اوقات تلخی، این‌ها مال من ذهنی است. اگر این‌ها نباشد، نگران نباشید شما نمی‌میرید، زندگی‌تان هم خراب نمی‌شود، زندگی‌تان دارد درست می‌شود.



## ۶- خانم زهره و آقای کیان از آمل با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی با خانم زهره]

**خانم زهره:** خدا قوت، خیلی خوشحال هستم. من از آمل زنگ می‌زنم. زهره هستم. آقای شهبازی همین تازه همین فرمایشاتی که گفته بودید در مورد این خانم، خودم همین شکلی بودم، یعنی خیلی قبلاً با من ذهنی، ببخشید هل شدم خیلی.

**آقای شهبازی:** یک نفس عمیق بکشید، نفس عمیق بکشید.

**خانم زهره:** آقای شهبازی با من ذهنی برخورد می‌کردم با همسر. به خانه می‌آمد اصلاً خشمگین که می‌شد من هم دقیقاً مثل این رفتار می‌کردم که شما می‌گفتید که انگار که دارید من ذهنی برخورد می‌کنید، طرف مقابل می‌گوید که با من هم همین‌طوری برخورد کن، من از جنس همین هستم، کم‌کم این برنامه‌ای که شما اجرا می‌کردید متوجه شدم که با من ذهنی برخورد می‌کنم، اصلاً فضا را باز نمی‌کردم، الآن فضاگشایی می‌کنم در مقابلش، در مقابل فرزندم، در مقابل همسر، خیلی نرم شدم، من که نرم هستم می‌بینم این‌ها هم چقدر انعطاف‌پذیر شده‌اند.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم زهره:** بعد اصلاً خشم و نفرت و کینه و این‌هایی که داشتیم خدا را شکر، اصلاً خدا شاهد است این‌ها نیست در خانم! دوست ندارم درد ایجاد کنم اصلاً. فرزندم چقدر خوب شده و هم این‌که همسر. خیلی خوشحالم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم زهره:** گفتم در مورد همین چیزها صحبت کنم که اتفاقاً این خانم زنگ زد خودم این‌جوری بودم. کم‌کم به تدریج می‌بیند که یعنی اصلاً کاری با او نداشتم می‌آمد خانه، ره‌ایش کرده بودم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم زهره:** همه‌اش از او می‌خواستم، خیلی چیزها می‌خواستم. الآن اصلاً نمی‌خواهم. این قدر شاد هستم. به او می‌گویم، تعجب می‌کند، خودش هم کم‌کم دارد دقیقاً مثل من می‌شود، برنامه را گوش می‌دهیم همیشه.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم زهره:** خودش هم همیشه می‌زند. این سه‌تا کانال را هم قبلاً می‌گفت حذف کنم، اصلاً برخوردت درست نیست‌ها. خودم تعجب می‌کردم، من دارم این برنامه را نگاه می‌کنم، من چرا این‌جوری برخورد می‌کنم.



آن داستان خرس، خرس که گفته بودید، یا این عاشق بی‌ادب، دقیقاً خودم همین کارها را انجام می‌دادم و خیلی شرمنده می‌شدم، می‌گفتم آقای شهبازی دارد همین‌ها را می‌گوید، پس من چرا این جور می‌خورم؟ اصلاً این کارهایی که آقای شهبازی می‌کند دارم هدر می‌دهم، اصلاً جبران نمی‌کنم، فقط پول می‌ریختم به این برنامه، اصلاً کار معنوی نمی‌کردم، روی خودم کار نمی‌کردم.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**خانم زهره:** فقط انگار این‌که پول می‌ریختم، وظیفه‌ام این‌جوری بود. الان همین‌که جبران مادی را هم انجام می‌دهم به بضاعت و توان خودم، بیشتر روی خودم کار می‌کنم حالا.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**خانم زهره:** خیلی بهتر است این‌جوری می‌بینم چقدر نتیجه دارد روی خودمان کار می‌کنیم. دقیقاً برعکس شده یعنی این‌که هم مالی را به توان خودم، به بضاعت خودم می‌ریزم، ولی بیشتر روی خودم کار می‌کنم، بیرون می‌روم، دوست دارم همه انسان‌ها را از شکل زندگی ببینم.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**خانم زهره:** خدا را شکر که شما هستید، واقعاً هستید به ما کمک می‌کنید. همه‌اش می‌گویم خدایا شکر در این راه اصلاً ناامید نیستم، می‌دانم من ذهنی‌ام است، می‌پرد هر لحظه وسط می‌خواهد کار را خراب کند.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**خانم زهره:** دقیقاً آقای شهبازی این همسر هم عین من امروز مثلاً بعضی وقت‌ها می‌گوید ناظر باش فقط، تعجب می‌کنم از حرف‌هایش. می‌گویم خدایا شکر، ببین خودش دارد، اصلاً نمی‌بیند برنامه را همین‌که من مثلاً این‌جوری رفتار می‌کند خودش می‌گوید ناظر باش، ببین فقط، تماشاگر باش. تعجب می‌کنم واقعاً!

**آقای شهبازی: آفرین!**

**خانم زهره:** خدا را شکر می‌کنم، واقعاً خدا را شکر می‌کنم که شما هستید، همه هستید، به ما کمک می‌کنید.

**آقای شهبازی: لطف دارید.**

**خانم زهره:** و این‌که برادرم، خواهرم، ممنونم زینب از مازندران چقدر تغییر کرده، ایشان چقدر به من کمک می‌کند واقعاً. دستتان درد نکند.

**آقای شهبازی: زینب خواهر شما هستند پس؟**



خانم زهره: بله، بله، زینب از ما زندان خواهرم هستند.

آقای شهبازی: بله، آفرین!

خانم زهره: ایشان هم خیلی واقعاً من مثلاً در چالش قرار می‌گیرم خیلی کمک می‌کند به من. می‌گوید زهره من را ببین، من خودم مثل تو من ذهنی قوی‌ای داشتم، از من الگو بگیر، یعنی من آقای شهبازی به شما بگویم آن یک دانه شعر هست که می‌گوید که جمله کُفر، می‌گوید هر لحظه غم می‌بینی، لحظه بعد می‌افتی در غم، یعنی من این‌جوری بودم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم زهره: این شعر را یادم رفت الآن، حضور ذهن ندارم. جمله خفت در عین غم. نمی‌دانم چه بود.

از سخن‌گویی مجوید ارتفاع  
منتظر را به ز گفتن، استماع

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۱۶)

منصبِ تعلیم، نوعِ شهوت است

هر خیالِ شهوتی در ره بُت است

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۱۷)

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

خیلی این به من کمک کرد. هم این‌که

گفت شیطان که بما اغویتنی  
کرد فعلِ خود نهران، دیو دنی

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۴۸۸)

«شیطان به خداوند گفت که تو مرا همراه کردی. او همراهی خود را به حضرت حق، نسبت داد و آن دیو فرومایه، کار خود را پنهان داشت.»

دنی: فرومایه، پست



آقای شهبازی: آفرین!

خانم زهره:

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

«ولی حضرت آدم گفت: پروردگارا، ما به خود ستم کردیم.

و او همچون ما از حکمت کار حضرت حق بی‌خبر نبود.»

این را خیلی تکرار می‌کنم. این دوتا بیت خیلی کمکم کرد، یعنی می‌بینم قشنگ این من هستم، مقصر من هستم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم زهره: گردن گرفتم، خیلی راحت شدم، اعتراف کردم به گناهان گذشته‌ام، خودم را بخشیدم. این قدر آقای شهبازی فضا باز شد برایم، فقط دوست دارم در این راه باشم.

من جز احد صمد نخواهم  
من جز ملک ابد نخواهم  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۷۸)

آقای شهبازی فقط دوست دارم در این راه باشم، از صمیم قلب می‌گویم، ولی تلاشم را می‌کنم، ناامید نیستم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم زهره: اصلاً ناامید نیستم، می‌دانم من ذهنی هست، صبر می‌کنم، شکر می‌کنم، فقط می‌گویم خدایا تو خودت به من کمک کن، من دوست ندارم اصلاً در این جهان هم‌هویت شدگی و این‌ها، تو که باشی، صد که باشد نود هم پیش ما است. واقعاً هم هست این طوری. می‌بینم چقدر خیالم آسوده است، چقدر شاد هستم بی‌سبب. چقدر خوب است، با این‌که هیچ‌چیز ندارم باز شکر می‌کنم. هیچ‌چیز ندارم یعنی این‌که هست همه‌چیز، با این زندگی مستأجر هستیم، مثلاً مادیات و این‌ها کم است، می‌بینم که بالا و پایین می‌شویم، ولی شکر، انگار همه‌چیز دارم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم زهره: ولی شوهرم مثلاً می‌گوید که زهره خُل شدی؟ دیوانه شدی؟ چه می‌گویی تو؟ می‌گویم باور کن، رها کن، خودش هم هست این چیزها را حالا از طریق تلویزیون نه، ولی اینترنت مثلاً می‌رود جست‌وجو می‌کند، می‌بینم



چقدر خودش هم دارد تغییر می‌کند، پس ارتعاش خودمان است، من روی خودم کار کنم همه این ارتعاش را می‌گیرند، شما می‌گویید که مادر در خانه که عشق باشد واقعاً همین‌طور است، من اصلاً نمی‌دیدم، هم همسر را نمی‌دیدم، هم فرزندم را، فقط می‌نوشتیم ارسال می‌کردم به برنامه، بعداً کم‌کم گفتم خب زهره جان تو به که می‌گویی؟

این‌ها را داری در مورد که می‌گویی؟ بیننده‌ها را می‌گویی؟ خودت چه؟ اول خودت را ببین دریاب، بعد کم‌کم مثلاً اگر زندگی خودش بخواید، آن مسجد اقصی بود می‌گفت که دیگر، نمی‌دانم آن به حضرت داوود می‌گوید تو نساز.

**آقای شهبازی:** بله، بله.

**خانم زهره:** بعد به پسرش می‌گوید این را بساز، یعنی من با ذهنم اگر کار کنم، اصلاً نمی‌شود، اجازه نمی‌دهم خدا بیاید به مرکز.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین!

**خانم زهره:** دارم چکار می‌کنم؟ دارم وقتم را حیف و میل می‌کنم، واقعاً باید روی خودم کار کنم. خدا را شکر. من مزاحم برنامه نمی‌شوم، این دوستان دیگر می‌خواهند صحبت کنند.

**آقای شهبازی:** عالی، عالی، عالی، عالی! آفرین، آفرین!

**خانم زهره:** تازه من در این چالش قرار گرفته بودم شوهرم گفته بود بیا شام بکش، سفره را بگذار. گفتم خب من باید پذیرش کنم اول برای ایشان چه کنم، کم‌کم حالا اگر شد زنگ می‌زنم.

**آقای شهبازی:** عجب! [ آقای شهبازی می‌خندند ] چه عالی!

**خانم زهره:** ببخشید اصلاً نمی‌دانم چه صحبت کردم.

**آقای شهبازی:** عالی صحبت کردید. عالی، عالی، عالی!

**خانم زهره:** ممنونم. یک دفعه‌ای زنگ زده بودم. ببخشید.

**آقای شهبازی:** همین کار، خیلی خوب نشان دادید. من فکر کنم البته می‌گویید آن یک بیتی بود. «جملگی از ترس غم در عین غم» این را می‌خواستید بگویید، نه؟

**خانم زهره:** آهان، این، این، دقیقاً همین، که ادب افتاده است. نمی‌دانم یادم نیست.



**آقای شهبازی:** آن مهم نیست می‌خواستم بگویم که شما ببینید معنا یادتان است اگر شعر با کلمات.

**خانم زهره:** بله معنا یادم هست.

**آقای شهبازی:** بله، این مهم است. مهم است معنا یادتان باشد، شعر را بعداً پیدا می‌کنید. الآن ببینید معانی شما را دارند هدایت می‌کنند. می‌گویید یک شعری هست در آن غم و فلان، همین درست است. یواش یواش شعر را بخوانید می‌بینید شعر هم یادتان می‌ماند، ولی مهم نیست شعر یادتان نیست، مهم این است که این معناها در شما جا افتاده و معناها می‌آیند بالا، یعنی یک نیرویی می‌آید بالا، به شما می‌گوید که این‌جا باید این کار را باید بکنی یا این کار را نباید بکنی، روشن می‌کند، معنا موضوع را روشن می‌کند.

**خانم زهره:** دقیقاً آقای شهبازی. خیلی ممنونم از شما. چقدر شما به ما کمک کردید. این داداشم هم می‌آمد و می‌رفت، افتان و خیزان داشت الآن می‌گوید زهره اصلاً ما چیزی نمی‌گوییم این چقدر دوست دارد، چقدر مشتاق است، چقدر، یعنی هم‌اش گوشه در گوشه است، هم‌اش حرف‌های آقای شهبازی چقدر آدم را دل‌داری می‌دهد. تعجب می‌کنم خودش می‌گوید خدایا شکر، خدا سلامتی بده به ایشان.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم زهره:** خیلی خوشحال هستم من هم، من هم می‌گویم قبلاً با درد و من‌ذهنی اصلاً این قدر درد داشتیم آقای شهبازی من اصلاً گم بودم، چه‌جوری بگویم ناامید بودم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم زهره:** دکتر رفته بودم، هم‌اش می‌رفتم روان‌شناسی. شوهرم می‌گفت این چه کارهایی است، این‌ها قرص‌ها همه گج است الآن اصلاً نه قرصی می‌خورم، نه هیچ‌چیزی، اصلاً هیچ‌چیز، قرصی نمی‌خورم.

**آقای شهبازی:** آفرین! می‌بینید زهره خانم چقدر پیشرفت کردید. صحبت ناامیدی نکنید. چرا می‌گویید ناامید نمی‌شوم؟ شما پیشرفت کرده‌اید. این معنا در شما نفوذ کرده. خب دیگر چه می‌خواهید شما به این زیبایی.

**خانم زهره:** خدا را شکر. دیگر نمی‌دانم الآن می‌خواستم زنگ بزنم. امشب به مامان گفتم همیشه زنگ می‌زدم، ولی موفق نمی‌شدم به مامان گفتم زنگ می‌زنم، ایشان هم عضو گنج حضور است، گفتم من‌ذهنی می‌گوید می‌خواهی چه بگویی؟ چیزی بلد نیستی.

**آقای شهبازی:** اختیار دارید.



**خانم زهره:** تو اصلاً بیان خوبی نداری می‌خواهی چه بگویی؟ [آقای شهبازی می‌خندند]. الآن خدا را شکر موفق شدم زنگ زدم بابتش خیلی خوشحال شدم به خدا.

**آقای شهبازی:** ممنونم، عالی، عالی، عالی! خیلی چیزها بلد هستید. به مادران بگویید که پیغام عالی بود، من هم فهمیدم خیلی چیزها بلد هستم. شما خیلی چیزها بلد هستید خانم [آقای شهبازی می‌خندند] خداحافظی می‌کنم.

**خانم زهره:** از برکت شماست به خدا، شما اصلاً نور هستید به خدا.

**آقای شهبازی:** لطف دارید.

**خانم زهره:** ممنونم، دستتان درد نکند. دست همه‌ی دوستان درد نکند. یک لحظه گوشی کیان می‌خواهد با شما صحبت کند.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی با آقای کیان]

**آقای شهبازی:** یک شعر می‌توانید بخوانید؟

**آقای کیان:** نه.

**آقای شهبازی:** نه، خیلی خب [آقای شهبازی می‌خندند].

**آقای کیان:** بخوانم؟

**آقای شهبازی:** بخوانید. بله.

**آقای کیان:**

شب که جهان است پر از لولیان  
زهره زند پرده‌ی شنگولیان

ببند مریخ که بزم است و عیش  
خنجر و شمشیر کند در میان



ماه فشاند پر خود چون خروس  
پیش و پسش اختر چون ماکیان  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱۰۴)

لولیان: جمع لولی، کولی، سرودخوان کوچک  
شنگولیان: جمع شنگولی، شاداب، شوخ

رفته ره درشت من، بارِ گران ز پشت من  
دلبر بُردبار من، آمده بُرده بار من  
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۳۷)

آقای شهبازی: آفرین!

آقای کیان:

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

تمام.

آقای شهبازی: عالی، عالی، عالی! آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای کیان]

۷- خانم بی بی مریم و خانم ستایش از تاجیکستان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم بی بی مریم]

خانم بی بی مریم: می‌خواستم کژ وزیدن باد بر سلیمان علیه‌السلام به سبب زلّت او را به شما بخوانم.

آقای شهبازی: بفرماید.

خانم بی بی مریم:

باد بر تخت سلیمان رفت کژ  
پس سلیمان گفت: بادا کژ مغز  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۸۹۷)

باد هم گفت: ای سلیمان کژ مرو  
ور روی کژ، از کژم خشمین مشو  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۸۹۸)

این ترازو بهر این بنهاد حق  
تا رود انصاف ما را در سبق  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۸۹۹)

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

همچنین تاج سلیمان میل کرد  
روز روشن را بر او چون لیل کرد  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۰۱)

گفت: تاجا کژ مشو بر فرق من  
آفتابا کم مشو از شرق من  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۰۲)



راست می‌کرد او به دست آن تاج را  
باز کژ می‌شد بر او تاج ای فتی  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۰۳)

هشت بارش راست کرد و گشت کژ  
گفت: تاجا چیست آخر؟ کژ مغز  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۰۴)

گفت: اگر صد ره کنی تو راست، من  
کژ روم، چون کژروی ای مؤتمن  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۰۵)

پس سلیمان آندرونه راست کرد  
دل بر آن شهوت که بودش، کرد سرد  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۰۶)

بعد از آن تاجش همان دم راست شد  
آنچنانکه تاج را می‌خواست شد  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۰۷)

آقای شهبازی می‌خواهم معنی بکنم.

آقای شهبازی: بفرمایید.

خانم بی‌بی مریم:

باد بر تخت سلیمان رفت کژ  
پس سلیمان گفت: بادا کژ مغز  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۸۹۷)

[سکوت خانم بی‌بی مریم] ببخشید فراموش کردم.

آقای شهبازی: عیب ندارد، این قدر قشنگ خواندید ماشاءالله، همه را درست خواندید.



**خانم بی بی مریم:** تاج حضرت سلیمان کج گشت و حضرت سلیمان وقتی که در مرکزشان همانیده شدند، تاج آن کس کژ شد، فضای آن کس بسته شد. حضرت سلیمان نمی دانستند که آن کس مرکزشان را پر کرده، منذهنی، همانیدگی، چیزی را همانیدگی کرده و می خواستند که تاج آن کس راست باشد و تاجشان را هشت بار آن کس را راست کردند. این معنی آن دارد که ما فقط با همان چیز همانیده می شویم و مثل حضرت سلیمان فضا بندی می کنیم. ما وقتی که فضایمان را باز می کنیم همه چیز درست می شود.

**آقای شهبازی:** آفرین! بله، ادامه بدهید، عالی است، عالی!

**خانم بی بی مریم:**

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

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

و السلام استاد.

**آقای شهبازی:** خیلی زیبا، آفرین، آفرین! پس با شما خداحافظی می کنم.

**خانم بی بی مریم:** خواهرم می خواستند با شما صحبت کنند.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم بی بی مریم]

[سلام و احوال پرسى آقای شهبازی و خانم ستایش]

**خانم ستایش:** ستایش هشتم پنج ساله از تاجیکستان. می خواهم برایتان غزل قرائت کنم.

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

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



و السلام استاد. خیلی شما را دوست می‌دارم.

**آقای شهبازی:** خیلی زیبا، آفرین، آفرین! من هم شما را دوست دارم. پس خداحافظی می‌کنم با شما.

**خانم ستایش:** مانده نباشید.

**آقای شهبازی:** ممنونم.

**خانم ستایش:** مادرم با شما صحبت می‌کند.

**آقای شهبازی:** باشد، صحبت کنند.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم ستایش]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم صدف‌ماه]

**آقای شهبازی:** خیلی ممنون که با بچه‌ها این قدر خوب کار می‌کنید واقعاً، ممنونم، با ستایش پنج‌ساله، بی‌بی مریم ده‌ساله، خیلی زحمت می‌کشید.

**خانم صدف‌ماه:** راستش آقای شهبازی روز چهارشنبه، [صدا ناواضح] کمتر مانده بودم، خوابم برد، ستایش خودش تلفن را گرفته به شما زنگ زده، این غزل‌ها را قرائت می‌کنند. کودکان بی‌صبرانه برنامه‌های زنده را انتظارند و بی‌بی مریم چند وقت می‌شود این حضرت سلیمان پیامشان را که تهیه کرده بود استاد، ولی از بس که آن قدر شما استاد انرژی که می‌گیرد باور کنید ما را هیجان زده می‌کند و آن چیزی که ما گفتنی می‌خواهیم فراموش می‌شود.

**آقای شهبازی:** خیلی ممنون. خیلی زیبا!

**خانم صدف‌ماه:** آقای شهبازی خیلی پیشرفت کردیم استاد، خیلی بعد این برنامه مرا دیدن، روز از روز زندگی ما تغییرات‌های زیاد می‌شود و مثل آن پیغام‌دهندگان ما آن قدر زیبا آمده بیان کرده نمی‌توانیم، ولیکن آن‌ها می‌آیند حرف دل ما را می‌گویند، باور کنید استاد. هر برنامه، هر هفته امتحان خود را دارد استاد، مثل این‌که ما برنامه شما را می‌بینیم و امتحان خود را می‌داریم و بسیار وقت من می‌بینم که من رفوزه شده‌ام.

استاد در این هفته گذشته و برنامه‌های آخر، غزل‌های آخر آقای شهبازی آن قدر بی‌نظیر بی‌نظیر بودند، باور کنید از تکرار هر یک بیت مثل این‌که دانه‌دانه با تکرار این بیت، استاد این قدر شما می‌فرمایید تکرار کنید، تکرار کنید. باور کنید صحبت‌های شما را روزبه‌روز من فکر می‌کنم که بار اول می‌شنوم و آن قدر درک می‌کنم که به رقص می‌پریم استاد از تکرار این ابیات، مثل این‌که ما ذره‌به‌ذره، ذره‌به‌ذره استاد بالا می‌رفته باشیم. بعد این‌که





بالا می‌روی مثل این‌که در مثال در غزل‌های مولانا ایوان هست، بر ایوانی می‌برآییم و آن چیزی را که ما در دفعه اول دیده بودیم، ندیده بودیم، این دفعه بر نظر ما عیان می‌شود استاد مهربان مثل این‌که در مثنوی خودتان قرائت کردید.

بازگو دانم که این اسرار هوست  
ز آنکه بی‌شمشیر کشتن کار اوست

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۴۷)

صانع بی‌آلت و بی‌جارحه  
واهب این هدیه‌های رابحه

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۴۸)

صد هزاران می‌چشانند هوش را  
که خبر نبود دو چشم و گوش را

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۴۹)

جارحه: عضو بدن انسان خصوصاً دست  
واهب: بخشنده  
رابحه: دارای سود

استاد این مراجعت بر شماست.

بازگو، ای باز عرش خوش‌شکار  
تا چه دیدی این زمان از کردگار؟

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۵۰)

چشم تو، ادراک غیب آموخته  
چشم‌های حاضران، بردوخته

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۵۱)

آن باز، آن باز شکاری دست شاه است، استاد هر هفته از آن دست بی‌نظیر شاه برای ما شکار می‌کنید استاد. بسیار بسیار این روح ما این نکته‌ها را می‌چشد و باور کنید رخس زده و باور کنید در خیلی از وقت‌ها مثل این‌که از خود بی‌خود می‌شود انسان.



استاد یک پیش‌روی دیگر ما کردیم با همراهی خواهرم. همیشه شما می‌گفتید، همیشه، سال‌های سال که در برابر کار کردن گنج حضور ما ورزش هم کنیم، ولی من بسیار تنبل هستم استاد، شاگرد تنبل شما، خداوند بزرگ این را به من لایق بدید، من در خانه ورزش می‌کردم، راستش به باشگاه رفته نمی‌خواستم، من ذهنی‌ام حيله کرد استاد. ولی من در دو هفته آخر شما گفتید نام‌نویس کنید، حاضر خیزید روید. باور کنید خیزید رفتیم، تماماً رفته دیگر. استاد هر روز از این ورزشی که من می‌کنم، بر روی جسم خود کار می‌کنم، بسیار پیغام‌هایی می‌گیرم که مثل این‌که در روی برابر بر روی جسمم کار کردم، برای روحم هم کار می‌کرده بودم.

آقای شهبازی: بله، بله.

خانم صدف‌ماه: اگر وقت عزیز شما را می‌گیرم، مثالی هست که ما با آهنگ‌های زیبا رقص می‌کنیم، وقتی که از این آهنگ‌ها اگر من برآیم، مثل این‌که آن تمرکزی که بر روی جسم خودم می‌کنم از دست می‌رود. این کائنات هم آهنگ دارد، موسیقی‌های زیبا دارد. ما اگر لحظه‌ای از این ریتم آهنگ‌ها فضاگشایی نمی‌کنیم و فضا بندی می‌کنیم و تمرکزمان از روی خودمان به دیگر سو لحظه‌ای می‌شود، استاد مثل همین کار کردن بر روی جسم است و بسیار گفتنی‌ها دارم، ما بسیار صحبت کردیم.

آقای شهبازی: ممنونم.

خانم صدف‌ماه: تشکر که به ما وقت دادید استاد بزرگوار.

آقای شهبازی: ممنونم، ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم صدف‌ماه]



## ۸- آقای محمد از کامفیروز با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای محمد و آقای شهبازی]

آقای محمد: یکی دو بار هم قبلاً مزاحمتان شده‌ام.

آقای شهبازی: لطف دارید، اختیار دارید.

آقای محمد: آقای شهبازی چه سپاه و لشکری دارید ماشاءالله، ماشاءالله، ماشاءالله، ماشاءالله.

آقای شهبازی: اختیار دارید.

آقای محمد: آدم با سپاه و لشکر شما که روبه‌رو می‌شود، به‌غیر از عشق و محبت و شادی و سرور و این‌ها چیزی نمی‌بیند. ولی با سپاه و لشکر من ذهنی که روبه‌رو می‌شود غیر از خشم و نفرت و عبوسی و این‌جا را بکوبیم و آن‌جا را خراب کنیم و آن‌جا را دزدی کنیم، غیر از این‌ها چیزی نمی‌بیند، ماشاءالله، ماشاءالله. چه معجزه‌ای بزرگ‌تر از این آقای شهبازی؟ واقعاً بهارستان کردید جناب شهبازی، ماشاءالله.

آقای شهبازی: معجزه شما و مولانا است آقا محمد، معجزه شما بینندگان به‌عنوان زندگی و مولانا است. من کارهای نیستم، من یک نفر هستم، نشستم این‌جا یک چیزهایی روی صفحه می‌نویسم، شما می‌خوانید، می‌بینید که این بیت‌ها چه معجزه‌ای می‌کنند واقعاً.

آقای محمد: آقای شهبازی نگوئید، آقای شهبازی چندتا برنامه، چندتا تلویزیون دارد برنامه پخش می‌کند. ما همه‌اش در ذهن که بودیم نشستیم اخبارها را گوش می‌کنیم، آی این‌جا زلزله آمده، آن‌جا سیل آمده، آن‌جا خراب‌کاری شده. ولی ببین چه داری پخش می‌کنی، غیر از شور، نشاط، ثبات، امنیت، مثل این‌که اصلاً داری همه را بیمه می‌کنی. ماشاءالله، ماشاءالله.

آقای شهبازی: لطف دارید.

آقای محمد: ما دیگر چیزی نمی‌بینیم، ما شاید در ذهن که بودیم می‌گفتیم آخی فردا همه‌چیزمان می‌رود، آخی دُلام کم می‌شود، آخی مال کم می‌شود، خیلی‌هایش منفی بود دیگر، همه‌اش بار منفی بود. ولی الآن شما که صحبت می‌کنید با یک دریچه دیگر که برای ما باز کردید، می‌بینیم همه‌جا امنیت است، همه‌جا چه خوب است، چقدر دنیا خوب است، به گل توجه می‌کنیم، به کوه توجه می‌کنیم.

آقای شهبازی: آفرین!



**آقای محمد:** به دریا توجه می‌کنیم، ولی ما زمانی که در ذهن بودیم، همه‌اش می‌خواستیم همانندگی‌ها را زیاد کنیم، پول را زیاد کنیم، خشم را زیاد کنیم. می‌گفتیم اگر خشم نداشته باشیم، کسی از ما نمی‌ترسد دیگر، باید یک کاری کنیم خشم ایجاد کنیم. ماشاءالله، ماشاءالله.

**آقای شهبازی:** بله، ماشاءالله به شما واقعاً.

**آقای محمد:** اجازه هست یک چند بیت شعر بخوانم جناب شهبازی عزیز؟

**آقای شهبازی:** بفرماید، بله، بله.

**آقای محمد:** آقای شهبازی این قدر ابعاد زیاد است، نمی‌دانیم از کجایش بگوییم به خدا قسم. به خدا قسم برای یک بیتش می‌شود صدها کتاب نوشت.

**کافیم، بدهم تو را من جمله خیر**

**بی سبب، بی واسطه یاری غیر**

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۱۷)

**کافیم بی‌نان تو را سیری دهم**

**بی سپاه و لشکرت میری دهم**

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۱۸)

**بی بهارت نرگس و نسرين دهم**

**بی کتاب و اوستا تلقین دهم**

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۱۹)

**کافیم بی داروت درمان کنم**

**گور را و چاه را میدان کنم**

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۲۰)

به به، به به، به به!

**آقای شهبازی:** آفرین!



**آقای محمد:** جناب شهبازی شما نه تفنگی، نه اسلحه‌ای، نه توپی، نه تانکی دست ماها دادید، ولی شما ببینید از کوچک تا بزرگ در این شعر چه سپاه و لشکری شما دارید، چه سپاه و لشکری مولانا دارد. کلام هر کس که باز می‌شود، غیر از عشق و شادی نیست.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**آقای محمد:** یعنی وقتی ما بین چندتا گنج حضوری که می‌رسیم، به هم می‌رسیم، این قدر امنیت داریم، این قدر خوشی، این قدر شادی در آن فضا هست که باور کن دوست داریم سالیان سال در کنار هم با امنیت زندگی کنیم.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین!

**آقای محمد:** و این نتیجه فرار از همانیدگی‌ها است، فرار از من‌ذهنی است و دیدگاه ما باز شده که کجا بنشینیم، کجا حرف بزنیم، کجا غذا بخوریم، کجا سفر بکنیم و واقعاً این بزرگی شعر مولانا این قدر وسعت دارد در همه ابعاد زندگی ما سرازیر شده جناب شهبازی.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین! همین‌طور است.

**آقای محمد:** درود بر شما، درود بر شما، درود بر شما. کاش، کاش ما ده سال جلوتر، بیست سال جلوتر با این برنامه آشنا می‌شدیم و الآن هم شکر خدا را می‌کنیم واقعاً، شکر خدا که فهمیدیم کجا هستیم، چه داریم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**آقای محمد:** ما فکر می‌کردیم قبلاً چهارتا ماشین داریم، چهارتا خانه داریم، این‌ها ثبات زندگی ما است، ولی این‌ها همه‌اش زندان بودند برای ما در ذهن که بودیم.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین! همین‌طور است.

**آقای محمد:** آقای شهبازی خیلی دوستان دارم.

**آقای شهبازی:** لطف دارید، من هم همین‌طور و ممنون هستم که این حرف‌های بسیار خردمندانه را زدید. لطف دارید.

**آقای محمد:** خیلی خیلی ممنون از زحمتهایی که می‌کشید، واقعاً ما با این زبانمان قاصر هستیم. با این چندرغازی که می‌دهیم، واقعاً ما خجالت می‌کشیم می‌گوییم ما قانون جبران را با پول می‌توانیم، ما زندگی‌مان را باید بگذاریم در این راه، همین کاری که شما کردید واقعاً. واقعاً کار بزرگی کردید جناب شهبازی، من بارها گفتم این را، کاری که شما کردید دست کمی از خود مولانا ندارد، واقعاً کار بزرگی کردید، احسنت به شما.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم. این‌ها قابل مقایسه نیست کار ما با مولانا، ولی ما هم سعیمان را می‌کنیم دیگر، آن کاری که از دست ما برمی‌آید، صد درصد انرژی‌مان را در این راه می‌گذاریم و خدا را شکر نتیجه داده، یعنی لطف کرد خداوند.

**آقای محمد:** جناب شهبازی عزیز ما در ذهن که بودیم، ما روی هیچ‌کدام حالت‌های خودمان تمرکز نداشتیم. خشم، یک کمی خشم می‌آمد، یعنی آن خشم را خودمان یک پیچ‌گوشتی، آچاری برمی‌داشتیم همچو بزرگ‌ترش می‌کردیم که باور بکنید می‌خواستیم یک خونی راه بیندازیم. غم می‌آمد، دوست داشتیم این غم را بیشتر کنیم. خوشی هم که می‌آمد، بلد نبودیم از خوشی‌هایمان استفاده کنیم، با خوشی‌هایمان خرابکاری می‌کردیم، با همان خوشی‌هایمان هم خرابکاری می‌کردیم.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین، آفرین! همین‌طور است، الآن می‌دانید:

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

«بسط دیدی، بسط خود را آب ده» «چون برآید میوه»، میوه خوب، شیرین به اصحاب ده، به دوستانت بده. و خداوند بی‌نهایت شادی است، بی‌نهایت آرامش است، بی‌نهایت فراوانی است، ما باید خوشحال باشیم که دیگران خوشحال هستند. همیشه وقتی دیگران خوشحال باشند، از آن خوشحالی یک چیزی هم به ما می‌آید، اگر غمگین باشند، غمشان می‌آید. من ذهنی می‌خواهد همه گریه کنند، همه زاری کنند، همه بدبخت بشوند. حضور، خداوند می‌خواهد همه شاد بشوند، تمام نمی‌شود که، تمام نمی‌شود. یک حواصیل، این مرغ هست کنار اقیانوس می‌ایستد، می‌ترسد بخورد، می‌ترسد اقیانوس تمام بشود، این درست است؟ این طرز فکر این مرغ کنار اقیانوس ایستاده، می‌گوید یک قطره بخورم ممکن است آب کم بشود. نمی‌شود، نمی‌شود، آن طرز فکر آن مرغ است که این‌طوری است. طرز فکر ما غلط است، شما ببینید خداوند از همه‌چیز بی‌نهایت به ما داده، ما بلد نیستیم استفاده کنیم، برای این‌که ذهنیت کم‌یابی داریم، می‌گوییم نرسد به ایشان، اگر می‌شود به ایشان نرسد، خب به من هم نرسد، ولی به ایشان نرسد. این بخل از کجا آمده؟ از من ذهنی. بسیار عالی! من دیگر خداحافظی کنم با شما، اگر امری ندارید.

**آقای محمد:** اجازه می‌دهید چند بیت هم از حافظ بخوانم، چون در منطقه حافظ هستم، جزو استان فارس هستم، اجازه می‌دهید؟



آقای شهبازی: اختیار دارید قربان، نبودید هم می‌توانستید بخوانید. حافظ درست است که مال شیرازی‌ها است،

مال ما هم هست.

آقای محمد:

شاه شمشادقدان خسرو شیرین‌دهنان  
که به مژگان شکند قلب همه صف‌شکنان

مست بگذشت و نظر بر من درویش انداخت  
گفت ای چشم و چراغ همه شیرین‌سخنان

تا کی از سیم و زرت کیسه تهی خواهد بود  
بنده من شو و برخوردار ز همه سیم‌تان

کمتر از ذره نه‌ای پست مشو، مهر بورز  
تا به خلوت‌گه خورشید رسی چرخ‌زنان

بر جهان تکیه مکن و رقدحی می‌داری  
شادی زهره‌جبینان خور و نازک‌بدنان

پیر پیمان‌کش من که روانش خوش باد  
گفت پرهیز کن از صحبت پیمان‌شکنان

دامن دوست به‌دست آر و ز دشمن بگسل  
مرد یزدان شو و فارغ‌گذر از اهرمنان

با صبا در چمن لاله سحر می‌گفتم  
که شهیدان که‌اند این‌همه خونین‌کفنان



## گفت حافظ من و تو محرم این راز نه‌ایم از می لعل حکایت کن و شیرین‌دهنان (حافظ، دیوان غزلیات، غزل ۳۸۷)

آقای شهبازی: آفرین!

آقای محمد: درود بر شما شیرین‌دهنان، ماشاءالله به شما، درود بر شما استاد بزرگوار.

آقای شهبازی: غزلی هم خواندید که من خیلی، آقا محمد این غزل را من خیلی دوست دارم، خیلی دوست دارم از حافظ. عالی، چه حسن تصادفی!

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای محمد]

❖ ❖ ❖ پایان بخش اول ❖ ❖ ❖





## ۹- آقای پویا از آلمان با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای پویا]

**آقای پویا:** اسم متن هست «عاقبت‌بینی یا عاقبت‌بینی؟» اولی مصدری هست، دومی نکره است.

سمیناری بود در شرکت و سخنران‌های مختلفی از داخل و خارج شرکت آمده بودند ارائه بدهند. یکی از سخنرانان مدعو از اتاق فکرهای معروف فرانکفورت آمده بود. کار اتاق فکر این است که ابرسویه و ابراستاهای بازار را تصویر کند و به نمایش بگذارد. برایمان بگوید الان بحث‌های محیط‌زیستی روی بورس است و یا هوش مصنوعی؟ خلاصه کلام سخنران این بود که اولاً آینده را نمی‌شود پیش‌بینی کرد آینده را تنها می‌توان تصور کرد. دوماً آن آینده‌ای را که دولت‌ها با قوانینشان دیکته می‌کنند دنبال نکنیم چون به قهقرا می‌برند ما را. سوماً خودمان آینده خودمان را تصویرسازی کنیم و چهارماً با پذیرش مسئولیت کامل به‌سوی آن آینده تصویر شده برویم.

یکی از حضار می‌گوید این‌که تو می‌گویی خیلی انتزاعی است، می‌شود ابزارهای کاربردی و ملموس‌تر بیشتری ارائه کنی؟ و خلاصه کمی رفت و برگشتی بحث می‌شود و مطلب به پایان می‌رسد. ولی در پایان می‌توان از روی ارتعاش شناسایی کرد که آن بی‌قراری‌ای که در چشمان شرکت‌کنندگان طالب جواب بودند نه تنها کم شده بود بلکه بیشتر هم شده و بی‌قرارتر شده‌اند.

مولانای عزیز اما در مورد این بی‌قراری و بی‌ثباتی مردم چه می‌گوید؟ او می‌گوید تمام بی‌قراری تو به این دلیل است که با ذهنت، با ذهنت، با ذهن، با این فکر کردن و تصور کردن می‌خواهی به قرار برسی. این را رها بکن تا به قرار برسی.

**جمله بی‌قراریت از طلب قرار توست  
طالب بی‌قرار شو، تا که قرار آیدت**

**جمله بی‌مرادیت از طلب مراد توست  
ور نه همه مرادها همچو نثار آیدت**

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۲۳)

مولانای عزیز می‌گوید تمام این بی‌ثباتی از این نشأت می‌گیرد که ما دهنده قوت و تمکین و ثبات را اشتباهی گرفته‌ایم. فکر می‌کنیم با ذهن پول درمی‌آوریم، با ذهن هم می‌توانیم زندگی‌مان را بیشتر کنیم.

## ای دهنده قوت و تمکین و ثبات خلق را زین بی‌ثباتی ده نجات (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۱۹۷)

ما می‌دانیم مولانا می‌گوید که اصلاً آینده‌ای وجود ندارد که اتفاق بیفتد. تمام زندگی در این لحظه است. باید تماماً در این لحظه مستقر شد و هشیاری‌مان بر هشیاری منطبق شود. و این آدمی است که در این لحظه با تصمیمش برای فضاگشایی یا فضابندی ثبات خودش را تعیین می‌کند.

ما در دو هفته قبل صحبت از این داشتیم که پاسخ به بی‌قراری ما در این لحظه از غیب می‌رسد و نباید به وعده اطلاق ذهن دل بست که در آینده فلان می‌شود:

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

ما اصلاً در چندین هفته گذشته داشتیم که تمام بنیان زندگی بر «زلزال» است و زندگی می‌خواهد به فرم‌های ما در شب تاریک ذهن زلزله بیندازد تا بگوید به فرم نجسب. به هر چیزی که بچسبی من آن را می‌لرزانم.

## شب شد و درچین ز هجران رخ چون آفتاب درفتاده در شب تاریک بس زلال‌ها (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۱)

چرا راه دور برویم؟ ما این هفته داشتیم که مولانا می‌گفت با ذهنت عاقبت‌بینی نکن، بلکه آن عاقبت‌بین واقعی بشو که ورای ذهن می‌رود. تو آن شیر حق شو تا ببینی که هستی‌ات از عدم سر می‌زند. آن موقع است که متوجه می‌شوی که تو آن روح مطلق کامکاری هستی که اگر با ذهنت نخواهی قرار را بیابی، مرتضی می‌شوی و از خود خشنود. این‌گونه که بشود جمله عشق، جمله لطف، جمله قدرت و جمله دید می‌شوی. این‌گونه که بشود می‌بینی نیروی محرکه تصمیم‌های تو در زندگی‌ات چیست. می‌بینی نیروی محرکه تو ترس‌های جمع نیست. نیروی محرکه و جلوبرنده تو در زندگی تقلید از جمع نیست. نیروی محرکه تو از عدم‌نامی که ناکجا است می‌آید و آن همان نیرویی است که کائنات را می‌گرداند و آسیاب تو را هم خواهد گرداند. اگر داخل موج زندگی بشوی، می‌بینی دیگر نمی‌گذاری باورهای دو هزار سال پیش موتور جلوبرنده تو شوند. اصلاً می‌بینی که فکرهای کسی را دیگر



نمی‌خواهی قرقه کنی بلکه به دنبال این هستی که نوبه‌نو از زندگی فکر تازه بیاوری. تو دیگر به مامّضی، آنچه که آفریده شده‌است، نمی‌چسبی و می‌خواهی خودت آفریننده شوی.

عاقبت بینی مکن، تا عاقبت بینی شوی  
تا چو شیرِ حق باشی، در شجاعتِ لافتی

تا ببینی هستی‌ات چون از عدم سر برزند  
روحِ مطلق کامکار و شهبازِ هل آتی

جمله عشق و جمله لطف و جمله قدرت، جمله دید  
گشته در هستی شهید و، در عدم او مُرتضی

آن عدم‌نامی که هستی موج‌ها دارد از او  
کز نهیبِ موجِ او گردان شده صد آسیا

اندر آن موجِ اندر آبی، چون پُرسندت ازین  
تو بگویی صوفی‌ام، صوفی نخواند مامّضی  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۵)

لافّتی: جوانی نیست.

هل آتی: اشاره به آیه ۱ سوره انسان (۷۶).

شهید: گواه و شاهد و آگاه به امور

مُرتضی: پسندیده، مورد رضایت، لقب امام علی (ع)

مامّضی: آنچه گذشت، گذشته

و اما به قول شما آقای شهبازی عزیز و حافظ که «عشق آسان نمود اول، ولی افتاد مشکل‌ها».

ما به آن دو چشمِ پایان‌بینِ راد دست پیدا نمی‌کنیم، چون:

یک: آیا حقیقتاً به دنبال تبدیل شدن هستیم یا نیستیم؟

و یا دو: حقیقتاً اعتماد داریم که مولانا و عمل کردن به آموزشش می‌تواند ما را تبدیل کند؟



## حَبَّذَا دُو چَشمِ پايانِ بينِ راد که نگه دارند تن را از فساد

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۵۷)

تا مادامی که ما پاسخی برای دو سؤال بالا نیابیم می‌بینیم سال‌ها می‌گذرد و شعر می‌خوانیم، ولی واقعاً آن عمقی را که باید بیابیم نمی‌یابیم. آن دوزخی را که این لحظه به آن دچار می‌شویم را نمی‌توانیم موبه‌مو مانند احمد ببینیم.

## آن ز پایان دید احمد بود کو دید دوزخ را همینجا مو به مو

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۵۸)

مولانا در چند هفته اخیر به ما نهیب زد از خودتان بپرسید در چه کارید شماها و شما را بهر چه می‌خرند؟ یعنی حتی آن‌هایی هم که سال‌های سال است همراه گنج حضور هستند به خود نهیب بزنند ببینند آیا تبدیل صورت گرفته‌است؟ آیا آفتاب شمس دین بالا آمده‌است؟ آیا هر لحظه لبریز از شادی‌اند یا لنگان‌لنگان می‌روند؟ یک روز فضاگشایی روز بعدی فضابندی؟ آیا هنوز به دنبال مشتری این جهانی هستیم یا نه، پی برده‌ایم که تنها مشتری ما خدا است؟ نکند هنوز از تأیید و توجه دلمان آب می‌شود؟

## در چه کاری تو و، بهر چت خرنند؟ تو چه مرغی و، تو را با چه خورند؟

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۶۴)

## زین دکان با مکاسان برتر آ تا دکان فضل، کالله اشتری

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۶۵)

مولانای عزیز در هفته‌های اخیر به ما شدیداً نهیب زد که ما نیروی ناب زندگی را این لحظه می‌گیریم و آن را خرج اعمال و ابزارهای من‌ذهنی می‌کنیم. آن را خرج زندگی در توهمی به نام «آینده» می‌کنیم. ما تخم نادر در فضا بخت می‌کاریم، این‌که نیروی بالندگی و علم زندگی را خلق آفرینش بمب اتمی بکند آدمی، تخم نادر در فضا بخت است. این‌که سلاحی درست کنیم که با بشکن زدن میلیون‌ها بتوانیم آدم بکشیم، تخم نادر در فضا بخت است. ما حرف مردان خدا چون مولانا را می‌دزدیم تا برای خود اعتبار و آبروی مصنوعی جمع کنیم.



تمام پروفایل اینستاگرام را پر می‌کنیم از شعرهای مولانا تا وقتی از ما پرسیدند بگوییم ما معنوی هستیم ولی یک بار هم واقعاً نتوانسته‌ایم درد فضاگشایی و کوچک شدن را تحمل کنیم.

## تخم نادر در فضاگشایی در جهان تو مُصَحَفی نگذاشتی (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۷۹)

## چند دزدی حرف مردان خدا تا فروشی و ستانی مَرَحَبَا؟ (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۸۲)

و اما تا مادامی که ما واقعاً به دنبال تبدیل و فضاگشایی نباشیم و نخواهیم به آن دل اصلی اتصال یابیم، از دست ذهن و آینده‌نگری آن خلاصی نخواهیم داشت.

## چونکه دل غیب است خواهی زو مثال زو بجو که با دل استش اتصال (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۹۵)

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

مرسی که گوش دادید، طولانی شد.

**آقای شهبازی:** خیلی خیلی زیبا! آفرین، آفرین! که به این دقت گوش می‌کنید به برنامه و مولانا را می‌خوانید و معنا را درمی‌آورید و به ما می‌گویید. آفرین! عالی، عالی!

**آقای پویا:** مرسی، من یک تشکر بزرگ می‌خواستم از شما و حضرت مولانا بکنم. حالا شاید ما خودمان متوجه نباشیم که کوچک‌کوچک با شما می‌آییم جلو، ولی از بیرون که مردم یک موقع‌هایی به ما بازخورد می‌دهند، متوجه می‌شویم که چقدر عمق پیدا کردیم و این عمق، عمق واقعی است. و نمی‌دانم من چطوری می‌توانم از زندگی سپاس‌گزار باشم که ما توانستیم یک آموزگاری مثل مولانا پیدا کردیم که هیچ، این طوری بگوییم هیچ **[ان قُلْتی: ایراد و اشکال گرفتن]** در دانشش وارد نیست و هیچ جای شکی نیست، و این که آدم دلش قرص است، به نظر من اصلاً آرامشی بالاتر از این نیست که آدم یک پشتوانه‌ای مثل زندگی و حضرت مولانا را که دلش قرص است و

مطمئن است که این دانش جواب می‌دهد، جواب خواهد داد، جواب داده و می‌دهد و خواهد داد. یک دنیا ممنون آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** بله، چه جووری تشکر کنید؟ همین‌طوری که می‌کنید. زندگی‌تان را، پولتان را در این راه صرف کنید. همین‌طور که یک موقعی من متوجه شدم کردم. الان مشخص می‌شود که چرا یک موقعی ما این‌همه پول خرج کردیم و چرا ۹۷۹ تا برنامه اجرا کردیم و پخش کردیم و خب، ۹۷۹ برنامه کم نیست که آقا پویا! ۹۷۹ بار باید تو یک چیزهایی را درست کنی بعد طرح بریزی بیایی اجرا کنی، در اینترنت پخش کنی، در ماهواره پخش کنی، پول ماهواره بدهی، نمی‌دانم اجاره جا بدهی، پول برق بدهی، آب بدهی، این‌ها یک امیدی می‌خواهد، یک نیروی محرکه‌ای می‌خواهد و به‌علاوه همین حرفی که شما زدید، چه جووری می‌توانیم شکر کنیم؟ شکرش این است که پخش کنیم دیگران هم بشنوند. جا بیندازیم. این‌که زندگی ما را یک موقعی انداخته به یک انبار شادی، یک دفعه متوجه شدید این‌جا گنج هست، واقعاً گنج مولانا، درست می‌گویید. آدم پشتوانه‌ای دارد می‌داند که این دانش کار می‌کند، می‌داند یک منبعی هست به آدم کمک می‌کند و آدم ناامید نیست، تنها نیست.

الآن شما، بینندگان نگاه نکنید یک عده‌ای که می‌گویند آقا مولانا کیست و فلان و این‌ها، نه. شما با آن‌ها کاری ندارید، چون نمی‌دانند، آدم شناسد خب ارزش یک چیزی را نمی‌داند. به‌قول مولانا شما یک فرض کن یک سیب به یک بچه بده، یک جواهر چند میلیون‌دلاری را از دستش بگیر، آن سیب را بیشتر دوست دارد. من ذهنی هم همین‌طور است، ولی برمی‌گردیم به این‌که بله، ما افتادیم یک وضعیتی که فهمیدیم مولانا وجود دارد و یک مقدار هم از او یاد گرفتیم، دیدیم که کار می‌کند. پس ما می‌توانیم به خودمان و به هم‌نوعانمان در ایران فرض کن، در منطقه فارسی‌زبان و به جهان کمک کنیم.

الآن شما آقای پویا بیست و هشت، نه سالتان است، هم فارسی می‌دانید هم آلمانی می‌دانید. پس از یک مدتی احتمالاً انگلیسی را خوب می‌توانید بلد باشید، بیفتید در راه، ذره‌ذره به‌قول خودتان آدم یاد می‌گیرد، دریا می‌شود. وقتی هر روز مطالعه می‌کنید یک چیزی را، هر روز تحقیق می‌کنید، محقق می‌شوی. خیلی چیزها ممکن است بلد باشی در ظاهر نشان نمی‌دهد، ولی بلدی و شکرش این است که بله وقت بگذاری. وقت بگذاری از این سه‌تا زبان استفاده کنی، به دنیا نشان بدهی.

خب من ۷۶ سالم است شما ۲۸ سالتان است، درست است؟ ۲۸ است؟

**آقای پویا:** ۳۰ شد دیگر، ۳۰ هم دارد تمام می‌شود دیگر آقای شهبازی.



**آقای شهبازی:** سن شما تندتند می‌رود بالا، روی چه حسابی است! چند وقت پیش ۲۷ سالتان بود. [خنده آقای شهبازی]

**آقای پویا:** شما هنوز ما را جوان می‌بینید.

**آقای شهبازی:** نه ۳۰ سال، ۳۰ سالتان عالی! اصلاً بهترین سن است ۳۰ سال، آدم بفهمد در ۳۰ سالگی که به‌خاطر شکر و قدردانی یک کارهایی هم باید به دیگران به‌عنوان خدمت انجام بدهد، نه هم‌اش بگیرد.

یک موقعی حالا ما که اگر سن و سال شما هم‌اش می‌گفتیم بگیریم! توجه می‌کنید؟ هم‌اش جمع کنیم بگیریم، بلد نبودیم. درست است که می‌خواندیم این‌قدر که الآن می‌فهمیم، آن موقع نمی‌فهمیدیم، ولی خوبی شما این است، مزیت شما، شما آن چیزی را که ما بعداً فهمیدیم شما در این سن فهمیدید. یک عده‌ای در بیست‌سالگی می‌فهمند.

امروز همه، همه آن‌هایی که زنگ زدند امروز به معنا پی برده بودند، ولی یک خانم جوانی هم ۲۶ به‌نظم گفتند، از تبریز زنگ زدند، چقدر عالی صحبت کردند، ولی دانش را گرفته‌اند در زندگی‌شان کاربردی کرده‌اند، به‌کار بردند، زندگی‌شان را درست کرده‌اند و از جهنم من‌ذهنی بیرون بریده‌اند. ایشان هم مطمئنم که به بقیه کمک خواهند کرد، خانواده اگر تشکیل بدهند یا حالا نمی‌دانم دارند یا ندارند، بچه‌شان را درست تربیت می‌کنند، با همسرشان با امنیت، با آرامش، درحالی‌که در درون این حس امنیت و آرامش از درونشان می‌آید کمک می‌کنند. هر شب نمی‌آید جیب‌های شوهرش را بگردد، هی به گوش‌اش نگاه کند، هی نگران باشد این شوهر من چکار می‌کند.

وقتی آرامش دارد، این آرامش در خانواده پخش می‌شود، بچه‌ها آرام می‌شوند، یک محیط سالم درست می‌کنند، شوهرش هم آرام می‌شود کار دیگر نمی‌کند. کار غلط شوهر به‌خاطر نگرانی و عدم آرامش همسر است، یعنی زن‌شان است. الآن دیگر خانم‌ها آرامش از درون دارند. نمی‌گویند این همسر من می‌رود فلان کار را می‌کند من تنها می‌مانم. وقتی آرامش برقرار است همسر هیچ‌جا نمی‌رود، بهترین جا همان‌جایی است که آرامش است. ولی وقتی دعوا هست، کنترل هست، جیغ و داد هست، اعتراض هست، توقع هست، خواستن‌های متعدد هست، گله است، شکایت است، واکنش هست، نه! نه، آدم می‌خواهد از آن محیط فرار کند.

ممنونم آقای پویا.

**آقای پویا:** مرسی از شما، قربان شما.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای پویا]



۱۰- خانم فریده از هلند

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فریده]

آقای شهبازی: من هم خوب هستم بله. چرا بد باشم! دوستانی مثل شما داریم خانم، مولانا را داریم، خدا را داریم.

خانم فریده: خواهش می‌کنم. زیر سایه شما هستیم.

آقای شهبازی: لطف دارید، بفرمائید.

خانم فریده: آقای شهبازی خواستم دوتا مثال از زندگی خودم بزنم در برنامه‌ای که این هفته خواندید، داشتید. خیلی غزل و داستان‌هایی که خواندید خیلی جالب بود. در غزل این هفته، غزل شماره ۱۵۵:

از فراق شمس دین افتاده‌ام در تنگنا  
او مسیح روزگار و درد چشمم بی‌دوا  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۵)

اشاره است بدان که عیسی (ع) به اذن خداوند کور مادرزاد را شفا می‌داد. اشاره به قرآن کریم، آیه ۴۹، سوره آل عمران (۳).

آقای شهبازی: آفرین.

خانم فریده: «تنگنا» را این هفته شما با مثال خیلی زیبایی این را برای ما مطرح کردید. در داستان مثنوی داریم در دفتر سوم از بیت ۵۰، راجع به جنینی صحبت می‌کند که داخل رحم مادر اگر به او بگویند که تو از این فضای رحم اگر بیایی بیرون، آن بیرون یک دنیای خیلی زیباتری وجود دارد.

آقای شهبازی: بله.

خانم فریده: این جنین به هیچ عنوان نمی‌تواند این را باور کند چون اصلاً تصویری ندارد و اگر تصویری هم دارد تصورش همان محدوده است، چیزی بیشتر از این نیست.

آقای شهبازی: بله.

خانم فریده: به‌عنوان مثال من خودم آن موقع‌ها یادم است برنامه گنج حضور را در تلویزیون می‌دیدم ولی پیش خودم می‌گفتم که این آقا این قدر زیبا و قشنگ نشسته آن‌جا پشتش هم یک تصویر خیلی قشنگی است ولی چه می‌گوید؟ اصلاً کی آخر این برنامه را گوش می‌کند؟ اصلاً آدم چیزی متوجه نمی‌شود که از این برنامه.





## در صفت ناید عجایب‌های آن تو درین ظلمت چهای در امتحان؟

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۵۸)

## خون خوری در چارمیخ تنگنا در میان حبس و آنجاس و عنا

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۵۹)

## او به حکم حال خود مُنکر بُدی زین رسالت مُعرض و کافر شدی

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۶۰)

آنجاس: جمع نجس به معنی پلید و آلوده

خب حال ما هم، حال خود من هم آن موقع همین بود. اگر کسی به من می‌گفت که ببین اگر از این ذهن بیایی بیرون یک دنیایی دیگری وجود دارد من اصلاً باور نمی‌کردم.

آقای شهبازی: بله.

از طریق برنامه گنج حضور می‌توانستم بفهمم ولی از آنجایی که من آنقدر در ذهن بودم و در آن رجم مادر که حضرت مولانا در همین ابیات می‌گویند، گیر بودم هرچه هم به من می‌گفتند باور نمی‌کردم، تازه مُنکر هم می‌شدم یعنی می‌گفتم اگر که مشکلی هم هست از من نیست، از دیگران است، از وضعیت‌هاست و إلا آخر.

## کاین جهان چاهی‌ست بس تاریک و تنگ

## هست بیرون، عالمی بی بو و رنگ

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۶۴)

## هیچ در گوش کسی زایشان نرفت کاین طمع آمد حجابِ ژرف و زفت

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۶۵)

## گوش را بندد طمع از استماع

## چشم را بندد غرض از اطلاع

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۶۶)

خب من برنامه گنج حضور را می‌دیدم ولی این قدر این گوش و چشم من بسته بود، آن قدر در آن تنگای ذهن بودم که اگر به من هم می‌گفتند هیچ وقت قبول نمی‌کردم، چرا؟ برای این که این قدر طمع عمیق بود و این قدر این حجاب، این پرده این قدر عمیق بود، زندگی این برنامه را می‌آورد در تلویزیون من می‌دیدم ولی اصلاً حاضر نبودم نگاه کنم، اصلاً نمی‌فهمیدم شما چه می‌گویید.

ولی حالا حضرت مولانا به ما می‌گوید که تو اگر مشکلی برایت می‌آید انبساط داشته باش، با انقباض نرو جلو. خب این‌ها همه چیزهایی که ما با دیدن برنامه گنج حضور یاد گرفتیم. به ما می‌گوید:

### حکم حق گسترد بهر ما بساط که بگویند از طریق انبساط (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۶۷۰)

بساط: هر چیز گستردنی مانند فرش و سفره

یا به فرض می‌گوید:

### چونکه قبضی آیدت ای راهرو آن صلاح توست، آتش دل مشو (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۷۳۴)

قبض: گرفتن، دلتنگی و رنج  
آتش دل: دل سوخته، ناراحت و پریشان حال

ولی ما اگر آن موقع قبل از این برنامه که من آن موقع هنوز نمی‌دیدم، وقتی، اصلاً نمی‌دانستم قبض یعنی چه، اصلاً نمی‌دانستم انبساط یعنی چه! اگر مسئله‌ای پیش می‌آمد یا کسی به من حرفی می‌زد یاد گرفته بودم که باید به جای یک جواب چندین جواب بدهم. ولی الآن حضرت مولانا به من می‌گوید نه، تو با انبساط برخورد کن، فضا را باز کن و آن وضعیت را در آغوش بگیر.

و یا به ما می‌گوید که با دو روش پیش برو. با صبر و با شکر:

### این دو ره آمد در روش یا صبر یا شکرِ نعم بی شمع روی تو نتان دیدن مرین دو راه را (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱)



نتان: نتوان

الآن این‌جوری من یاد می‌گیرم با این برنامه درحالی‌که آن موقع من برنامه‌ی گنج حضور را می‌دیدم و پیش خودم می‌گفتم این آقا چه می‌گوید؟! اصلاً قابل فهم نیست حرف‌هایش. یا به فرض می‌گوید:

**اِحْتِمَا كُن، اِحْتِمَا ز اندیشه‌ها  
فكر، شير و گور و، دلها بيشه‌ها**  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۹۰۹)

**اِحْتِمَاها بر دواها سرور است  
ز آنکه خاریدن فزونى گر است**  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۹۱۰)

**اِحْتِمَا، اصل دوا آمد يقين  
اِحْتِمَا كن قوه جان را بين**  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۹۱۱)

اِحْتِمَا: پرهیز  
گر: کچلی

الآن یاد گرفتم که وقتی فکر هم‌هویت شده می‌آید خودم را آن‌جا مشغول نکنم ولی آن زمان یاد گرفته بودم که اگر فکری می‌آید فکر بیشتری بکنم، با فکرهای هرچه بیشتر و تندتند مسئله را حل کنم. درحالی‌که الآن حضرت مولانا می‌گوید نه، تو دَمَت را نگه دار.

**آب، ذِکْرِ حَقِّ و، زنبور این زمان  
هست یاد آن فلانه و آن فلان**  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۴۳۷)

**دَم بخور در آبِ ذِکْرِ و صبر کن  
تا رهی از فکر و وسواس کهن**  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۴۳۸)



الآن یاد گرفتم که آقا این حرف را حتماً لازم نیست بگویم، یک خورده بسنجم، یک خورده این دم را نگه دارم. ولی آن زمان هرچه به فکر می‌آمد می‌گفتم، باید دوتا جواب می‌دادم، باید واکنش نشان می‌دادم، اصلاً بسطی در کار نبود.

خلاصه در یک کلام حضرت مولانا می‌گوید:

### چون ملایک، گوی: لا عِلْمَ لَنَا تا بگیرد دست تو عِلْمَتَنَا

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۱۳۰)

آقا بگو من نمی‌دانم، من بلد نیستم. بسیار دستت را در دست حضرت مولانا.

مثال دومی که در زندگی خودم در مورد داستان دومی هستش که شما در مورد آن رنجوری صحبت می‌کنید در کتاب مثنوی از دفتر ششم که آن رنجور در واقع می‌رود پیش طبیب ولی می‌گوید نبضم را بگیر یعنی به ظاهر قضیه فقط چسبیده است.

من آن زمان‌ها مثلاً مشکلاتی که داشتم، کتاب حافظ داشتم، یک دوستی داشتم وقتی می‌آمد خانه‌ام به او می‌گفتم بیا برای من یک فال بگیر، من بدانم از این فالی که تو برای من می‌گیری این شعر چه جوری مشکل من را می‌خواهد حل کند. فقط آن ظاهر را می‌دیدم. اصلاً نمی‌فهمیدم که آقا معنی این بیت‌ها چه چیزی هست.

### آن یکی رنجور شد سوی طبیب گفت: نبضم را فروبین ای لَبیب

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۹۳)

### که ز نبض آگه شوی بر حالِ دل

### که رگِ دست است با دل متصل

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۹۴)

لَبیب: خردمند، عاقل

فقط به ظاهر چسبیده بودم. می‌گفتم که حالا من با این فالی که برای من گرفته می‌شود بینم اوضاع و احوال زندگی‌ام درست می‌شود؟!



## نبض او بگرفت و واقف شد ز حال که امید صحت او بُد مُحال

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۲۲)

## گفت: هر چتِ دل بخواهد، آن بکن تا رَوَد از جسمت این رنج کهن

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۲۳)

## هرچه خواهد خاطر تو، وامگیر تا نگردد صبر و پرهیزت زحیر

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۲۴)

## صبر و پرهیز این مرض را، دان زیان هرچه خواهد دل، در آرش در میان

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۲۵)

خب من فکر می‌کردم که حالا آن‌جا من دل را، دل را من آن‌جا این گرفته بودم که هر چه که آمد به دستت، به فکرت، به ذهنت همان را انجام بده. در واقع من را داشته آن موقع می‌گفت ولی متوجه نبودم این دل، دل من ذهنی بود. حالا با این ابیات حضرت مولانا می‌آید می‌گوید نه‌بابا منظور آن دل من ذهنی نبود منظور آن دل اصلی بود. اجازه بده این ابیات در تو کار کند. نرو در خیابان هر واکنشی، هر ارتعاش درونی داری به همه بدهی.

## خلق، رنجورِ دِق و بیچاره‌اند

## وز خِدا ع دیو، سیلی باره‌اند

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۳۷)

## جمله در ایذای بی‌جرمان حریص

## در قفای همدگر جویان نقیص

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۳۸)

خِدا ع: حیلہ‌گری

سیلی باره: کسی که میل فراوانی به زدن سیلی دارد. در اینجا مراد کسی است که خوی آزار و تهاجم بسیار داشته باشد.

ایذا: اذیت کردن

قفا: پشت گردن، پس سر

نقیص: عیب‌جویی



راه می‌رفتیم رنجش می‌دادیم به آدم‌ها. این قدر درون خودمان پر از درد و بدبختی بود، وقتی می‌رفتیم بیرون به همه هم آن را ارتعاش می‌دادیم.

این تقریباً دوتا مثالی بود که من خواستم بزنم آقای شهبازی از این نتیجه‌گیری که گرفتیم.

**آقای شهبازی:** خیلی زیبا! عالی. خیلی خیلی خردمندانه!

**خانم فریده:** امیدوارم توانسته باشم مطلب را خوب گفته باشم.

**آقای شهبازی:** خیلی خوب! عالی عالی خانم فریده.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم فریده]



۱۱- آقای صادق از ایلام

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای صادق]

آقای صادق: من از ایلام زنگ می‌زنم، از یکی از روستاهای ایلام.

آقای شهبازی: بله، آقای صادق بله، بله، صدای شما آشناست. [خنده آقای شهبازی]

آقای صادق: خواهش می‌کنم، اختیار دارید.

آقای شهبازی: خانم خوب هستند؟

آقای صادق: خیلی ممنون سلام دارند خدمتان، بعد ایشان امشب به من یک خرده شاید یکی دو دقیقه از وقتش بگذرد از پنج دقیقه، بعد گفت من دیگر مطلب آماده نمی‌کنم تا شما پیامتان را کامل بخوانید و سلام دارند خدمتان.

آقای شهبازی: بفرمایید، خواهش می‌کنم.

آقای صادق: عنوان پیام، گفت‌وگوی من و شعر ۵۳۵ از دفتر ششم.

من سالها است که از طریق این برنامه ارزشمند با شعر طلایی ۵۳۵ از دفتر ششم آشنا شدم. شعر ۵۳۵ دیگر برای من یک رفیق صمیمی، یک دوست و استادی واقعی است. معلم و راهنمای من است، که مرا از تنگناها نجات می‌دهد و به سوی اصل خودم هدایت می‌کند.

همین شعر بود که وزن من را تنظیم کرد. همین شعر بود که مرا تا حدود زیادی از تنگناهای اقتصادی بیرون کشید و همین شعر بود که به من گفت ورزش کن، غذای سالم بخور. همین شعر بود که غیبت و تهمت و دروغ را تا حد زیادی در من کنترل کرد و همین شعر بود که به من فهماند که فتوادهنده خودت هستی، کسی نمی‌آید برایت فتوا دهد، پس بلند شو و حرکت کن. و همین شعر بود که به من گفت درد یک جریمه است، وقتی درد داری بدان حتماً یک جایی بی‌ضرورت خوری کرده‌ای.

من نمی‌گویم که در همه موارد موفق شده‌ام، اما حقیقتاً این شعر مرا از خیلی از تنگناها بیرون کشید.

آقای شهبازی: آقای صادق یک بار شعر را بخوانید، ممکن است مردم نشنیده باشند، یک عده‌ای تازه باشند.

آقای صادق: حالا آری حتماً، شعر ۵۳۵ البته من در آخر متن هم آورده‌ام این را. این است که می‌گوید:

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

مُفتی: فتوا دهنده

این اصل شعر ۵۳۵، از دفتر ششم، از داستان مرغ و صیاد هست.

**آقای شهبازی:** آری، آری، یک بار دیگر بخوانید، اولش قطع شد، یک بار دیگر بخوانید.

**آقای صادق:**

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

مُفتی: فتوا دهنده

**آقای شهبازی:** آفرین!

**آقای صادق:** حالا می‌خواهم به‌طور مختصر به چند مورد از آن‌ها اشاره کنم، که در چند وقت اخیر شعر ۵۳۵ مرا از تنگناها بیرون کشیده‌است. قبل از این‌که آن موارد را بگویم در همین‌جا از مولانای عزیز تشکر می‌کنم، که هستیِ خودش را کنار زد و فانی شد، تا زندگی بتواند از طریق او این همه شعر طلایی تقدیم بشریت بکند و از شما هم آقای شهبازی، نهایت تشکر را دارم که از پول و وقت خود گذشتید، تا این اشعار طلایی را به‌دست ما برسانید که این‌قدر مفید هستند و در تنگناها راهنمای ما هستند. البته مردها خیلی زیاد است من به چند مورد اشاره می‌کنم.

مورد اول:

چند هفته پیش در یک مورد خاصی، ما حدوداً دو میلیون تومان ضرر کردیم. وقتی من متوجه این موضوع شدم، فوراً به خانم زنگ زد و گفتم همه‌اش تو مقصر بودی، او هم گفت اتفاقاً شما هم مقصر بودید و من باز هم همه تقصیرها را گردن او انداختم و بین ما بگو مگو شروع شد و من از وضعیت به‌وجود آمده ناراضی به‌نظر می‌رسیدم و بین من و همسر هم بگو مگو شروع شده بود.



در این جا این را بگویم که ما نباید انتظار داشته باشیم، که چون گنج حضور گوش می‌دهیم، دیگر اشتباه نمی‌کنیم و توسط من ذهنی خود و دیگران مورد حمله قرار نمی‌گیریم، ما مورد هجوم قرار می‌گیریم، اما مهم این است که ما بتوانیم با استفاده از اشعار مولانا قبل از زخمی شدن و نابود شدن نجات یابیم.

در ماجرای ضرر مالی ما، من ذهنی وارد شده بود و داشت بذر می‌کاشت، بذر کینه، بذر گله، بذر شکایت، بذر قضاوت، به امید این که این بذرها رشد کنند و درد تولید کنند و من ذهنی هم که غذایش درد است، غذایش را بخورد، اما در یک لحظه سر و کله شعر ۵۳۵ از دفتر ششم نمایان شد و به من گفت تو داری به دست خودت زندگی را به تنگنا می‌بری، آیا به گله و شکایت و کینه نیاز داری؟ آیا این‌ها برایت ضرورت دارند؟ آیا کینه و گله و مقصر دانستن دیگران با آن همه عوارضش برایت ضروری است؟

من هم که با شعر ۵۳۵ آشنا بودم، انگار یک دوست صمیمی از راه رسیده بود و فوراً گفتم نه، به آن‌ها نیازی ندارم و اصلاً هم برایم ضروری نیست و گفتم من اشتباه کردم که عجله کردم و فوراً به خانمم زنگ زدم و او را ناراحت کردم و او را مقصر دانستم. همان لحظه تصمیم گرفتم به خانه که آمدم در اولین فرصت از خانمم عذرخواهی کنم.

آقای شهبازی خودت در روستا بوده‌ای و می‌دانی که مردسالاری در روستا پررنگ‌تر است و عذرخواهی از زن در محیط روستا کار ساده‌ای نیست، اما برای من که گنج حضور گوش می‌دهم، کار ساده‌ای شد و من از ناموس صد من حدید خود گذشتم و به خانه که رسیدم به همسرم گفتم من عذر می‌خواهم، مقصر خودم بودم و شما تقصیری نداشتید، ببخشید. در همان لحظه رضایت را در چهره او دیدم. او هم گفت من هم متقابلاً عذرخواهی می‌کنم و من هم مقصر بودم.

جالب این جا است که قبل از این که شعر ۵۳۵ بیاید، هر کدام دیگری را مقصر دانستیم و این یعنی حاکمیت من ذهنی بر ما و آغاز جنگ، اما بعد از ورود شعر ۵۳۵ و عذرخواهی، هر کدام از ما خودش را مقصر می‌دانست چون از جنس آدم شده بودیم و این یعنی آغاز صلح. و ما آشتی کردیم و به لطف زندگی و شعر ۵۳۵ زندگی خیلی زود از تنگنا درآمد و من که قبض را دیده بودم، شعر ۵۳۵ چاره آن قبض کرد و جالب این است که در همان روز بخشی از ضرر مالی ما هم برگشت.

من به عینه دیدم که عذرخواهی که آمد کینه و گله و شکایت، همه ناپدید شدند و دیدم که عذرخواهی چقدر قدرت دارد و فهمیدم که عذرخواهی ضعف نیست، قدرت است و من یاد گرفتم که واقعاً من ذهنی بیکار ننشسته و خیلی هم خطرناک است و هر لحظه در کمین است که بذر بدی در ما بکارد.

## رازها را می‌کند حق آشکار چون بخواهد رُست، تخم بد مکار (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۹۶۹)

من با عقل من‌ذهنی خود نمی‌توانم مانع او بشوم و اگر شعر ۵۳۵ و آموخته‌هایم از این برنامه نبود، من‌ذهنی راحت تخمش را می‌کاشت و ما زمینی هستیم که هرچه در ما بکارند، رشد می‌کند. و باید هشیار باشیم که من‌ذهنی تخم بدی در ما نکارد و خودمان را به زندگی و شعرهای طلایی مولانا بسپاریم، همچنان که من در آن موضوع اگر شعر ۵۳۵ نبود، هیچ‌گاه به این راحتی از تنگنا بیرون نمی‌آمدم و حداقل چند هفته با همسرم قهر بودم. من‌ذهنی بسیار مکار است و ما باید به زندگی و این اشعار طلایی پناه ببریم.

## کس نداند مکر او اِلاّ خدا در خدا بگریز و وارّه ز آن دغا (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۷۷)

مورد دوم:

این‌که من در روستا یک دوستی دارم که سالیان سال است که شب و روز با هم هستیم و همه اهالی روستا هم این را می‌دانند. چند وقت پیش متوجه شدم که در شهر مدت‌ها است خانه خریده و در این مورد چیزی به من نگفت. اول سر و کله من‌ذهنی پیدا شد. به من گفت تو نباید از زبان یک نفر دیگری بشنوی که دوستت خانه خریده، این رسم رفاقت نیست. او حتماً به تو اطمینان ندارد و گرنه با تو مشورت می‌کرد. حالا نوبت تو است که به او محل نگذاری و او را تحویل نگیری.

و با این گفت‌وگو داشت تخم‌ریزی می‌کرد، تخم کینه، گله و از این نوع، به امید این‌که این بذرها رشد کند و من را مریض کند و من‌ذهنی هم غذایش که درد است را بخورد و رابطه چندین ساله من و دوستم را هم به هم بزند، زندگی داشت به تنگنا می‌رفت و من هم واقعاً داشتم از دوستم گله‌مند می‌شدم، که باز هم مانند مورد قبل شعر ۵۳۵ از راه رسید و به من گفت دوستت خانه خریده، تو داری زندگی‌ات را به درد تبدیل می‌کنی، تو کار نداشته باش چه کسی خانه خریده و چه کسی خانه نخریده، آیا تو به کینه و گله نیاز داری؟ آیا برایت این‌ها ضرورت دارند؟ اگر ضرورت ندارند این نکته را بدان که جریمه خواهی شد، به هوش باش. و من هم از نور قدمش به هوش آمدم، به توصیه‌هایش عمل کردم و وقتی دوستم را دیدم با آغوش بازتری با او برخورد کردم و تصمیم دارم وقتی به خانه جدید رفتند حتماً بهترین کادو را هم برایشان ببرم.



و اگر این شعر نبود شاید من آن دوستم را از دست می‌دادم و کینه و گله هم در من رشد می‌کردند و این همه کارافزایی می‌شد. گله و شکایت یک ذره شعله کشید اما شعر ۵۳۵ فوراً آن را خاموش کرد.

و مورد آخر این که مدت‌ها پیش ما به کوه رفتیم و آنجا یک مار بزرگ دیدیم. قبل از گوش دادن به این برنامه، ما هر وقت در کوه یا در هر جایی ماری می‌دیدیم فوراً آن را می‌کُشتیم، اما این بار وقتی من در کوه مار بزرگی را دیدم که پای تخته سنگی خوابیده بود، یک لحظه به ذهنم آمد که مار را بکشیم، اما این بار شعر ۵۳۵ خیلی زود از راه رسید و گفت این مار که کاری به شما ندارد، برای خودش خوابیده است، شما می‌توانید راهتان را بگیرید و بروید. این‌جا محل زندگی این مار است. آیا ضرورت دارد او را بکشید؟ اگر ضرورت ندارد جریمه دارد؟ و من فوراً فتوا دادم که واقعاً ضرورت ندارد و راهمان را گرفتیم و رفتیم.

با این چراغی که مولانا روشن کرده، حقیقتاً هم حیوانات وحشی و هم اهلی دارند از دست من نفس راحتی می‌کشند و بقیه هم دارند از من یاد می‌گیرند و یکی از دوستان هم گفت ما در کوه مار دیدیم، او را نکُشتیم و من هم خوشحال شدم.

و در پایان این نکته را هم بگویم که چند وقت پیش هم در تلگرام گذاشتم که یک جایی خواندم، یک شاگرد از استادش که ظاهراً هندی بود پرسید سم چیست؟ او هم گفت هر چیزی که برای ما ضرورت نداشته باشد، سم است.

و مولانا چه زیبا در دفتر ششم، شعر ۵۳۵، به این موضوع اشاره می‌کند:

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

مُفتی: فتوادهنده



خسته نباشید آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** عالی، عالی! آقای صادق ممنونم.

**آقای صادق:** خواهش می‌کنم، اختیار دارید.

**آقای شهبازی:** پس سلام به خانم برسانید.

**آقای صادق:** خواهش می‌کنم، خواهش می‌کنم.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای صادق]

۱۲- خانم سمانه از ملایر

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم سمانه]

آقای شهبازی: پیغام‌ها را شنیدید امروز؟ خوب بودند؟

خانم سمانه: جانم ببخشید، بله، بله، کامل، کامل، عالی، عالی!

آقای شهبازی: پیغام آقای صادق هم خوب بود؟

خانم سمانه: ماشاءالله، واقعاً، حیرت‌آور است واقعاً. چه چیزی می‌شود گفت؟

آقای شهبازی: بفرمایید!

خانم سمانه: استاد یک متن آماده کرده‌ام که ارتباط بین بی‌مرادی، حزم و انگیزه‌های من‌ذهنی را در واقع، به آن پرداخته‌ام.

آقای شهبازی: خیلی خوب!

خانم سمانه: در مورد یکی از ظریف‌ترین و دقیق‌ترین شناسایی‌هایی که زندگی به صورت آینه در اختیارم گذاشت صحبت می‌کنم.

قبلاً وقتی بی‌مراد می‌شدم اولین واکنش، شکایت، اعتراض و انتقاد بود. بعد از مدتی از شکایت بیرون آمدم و با الگوی اشتباه دیگری خودم را در یک گیر و گرفتاری تازه انداختم و آن این بود که به محض بی‌مراد شدن به خودم گیر می‌دادم و دنبال علت بی‌مرادی و جرم و گناه خودم می‌گشتم که چه شد که بی‌مراد شدم؟ من چه کردم؟

این اشتباه دوباره مرا به ذهن می‌برد، به سبب‌سازی و هیچ نتیجه و درک و دریافت تازه‌ای جز تکرار همان بی‌مرادی‌ها نداشت.

به این وسیله من از پیغام بی‌مرادی خودم را محروم می‌کردم.

کم‌کم از مولانا یاد گرفتم که این بی‌مرادی‌ها حاوی بسته‌ها و هدیه‌های آسمانی مهمی‌ست که خداوند به‌عنوان راهکار و هدایت ادامه مسیر می‌خواهد در اختیارم بگذارد؛ پس با تیزهوشی و پذیرش بیشتری به استقبال بی‌مرادی‌هایم رفتم. ورود احساس گناه و ملامت را به مرکزم بستم و اجازه ندادم بیشتر از این گوش غیب‌گیرم کر بماند.



## گوشِ حسّ تو به حرف ار درخور است دان که گوشِ غیب‌گیرِ تو گر است

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۳۹۵)

اولین گام سکوت کامل و پذیرش بی‌چون و چرا بود بدون تلاش برای یافتن علت آن بی‌مرادی. دومین گام این بود که صبر کنم و به رعایت ادب، اعتماد کنم تا ببینم بالاخره ایرادم کجاست. پس از مدتی متوجه شدم علت بسیاری از بی‌مرادی‌های من در بعضی کارها و تصمیماتم این بود که می‌خواستم آن کار یا آن تصمیم را با یکی از انگیزه‌های من‌ذهنی انجام دهم بدون این‌که به آن آگاه و واقف باشم. حتی آن قدر استدلال و منطق ذهنی‌ام برای انجام آن کار یا گفتن آن حرف، قوی، بدیهی و واضح بود که به خیال خودم مولایِ دَرَزَش نمی‌رفت و حتی فکرش را هم نمی‌کردم که ممکن است این دیو در زیر آن تصمیم به‌ظاهر درست و محکمه‌پسند، خوابیده و منتظر وارد کردن زهرِ خودش است، اما خدا را شکر که زندگی مرا بی‌مراد کرد و اجازه نداد من بسیاری از کارها را با انگیزهٔ سَمی و مُخرب من‌ذهنی‌ام انجام دهم و به پیش ببرم، او مقتدرانه جلویش را گرفت.

## هرچه صورت می‌وسیلت سازدش زان وسیلت، بحر دُور اندازدش

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۱۱۳)

این جمله را آقای شهبازی در یکی از برنامه‌ها خیلی متفاوت و واضح بیان کردند: «ناظرِ انگیزه‌های من‌ذهنی خود باشید.»

آن موقع این حرف را در هشیاری‌ام نگه داشتم تا بالاخره در زمان مناسبت زندگی آن را در کف دستم گذاشت و گفت ببین هر لحظه هر کار و فکر و عمل و تصمیم و حرفی که از تو می‌خواهد برخیزد با کدام انگیزهٔ من‌ذهنی‌ست؟ این‌جا بود که اهمیت حزم و صبر که مولانا بر آن تأکید فراوان دارد برایم پررنگ‌تر شد. بسیار مهم است که بدانیم حزم و شناسایی انگیزهٔ پنهان من‌ذهنی باید با صبر همراه باشد گاهی عجله سبب می‌شود که ما دچار شناسایی ذهنی شده و به بیراهه برویم.

## حَزْمُ سُوءِ الظَّنِّ گفته‌ست آن رسول هر قدم را دام می‌دان ای فضول

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۸)



روی صحرا هست هموار و فراخ  
هر قدم دامی‌ست، کم ران اوستاخ  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۹)

آن بَز کوهی دَوَد که دام کو؟  
چون بتازد، دامش افتد در گلو  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۰)

زین کمین، بی صبر و حَزَمی کَس نَجَسْت  
حَزَم را خود، صبر آمد پا و دست  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۳)

حَزَم کن از خورد، کین زهرین گیاست  
حزم کردن زور و نور انبیاست  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۴)

آن عصای حَزَم و استدلال را  
چون نداری دید، می‌گن پیشوا  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۷)

ور عصای حَزَم و استدلال نیست  
بی عصاکش بر سر هر ره مایست  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۸)

این بسیار سؤال مهمی‌ست که ما باید هر لحظه از خود بپرسیم.

آیا انگیزه‌های دیو می‌تواند در پشت تلاش‌های معنوی و کار روی خود مخفی شود؟ بله به راحتی می‌تواند آن‌جا هم نفوذ کند و یک دکان و کاسبی برای خودش راه بیندازد و نیازهای روانشناختی خود را ارضا کند؟  
آیا وقتی می‌خواهد یک همانندگی را بیندازد صرفاً برای عدم کردن و عدم ماندن مرکزش است یا نه برای آن است که بتواند همانندگی بهتر و چرب و نرم‌تری را گیر بیاورد؟



اصلاً یک سؤال مهم و اساسی‌تر، آیا من برای یکی شدن با خداوند حقیقتاً دارم روی خودم کار می‌کنم و برای این منظور و مقصود اصلی قدم برمی‌دارم یا برای بهتر شدن اوضاع و احوال زندگی و روابطم یا داشتن چیزهای این‌جهانی؟

و یا برای تشکیل یک من‌ذهنی جدید و یک حیثیت بدلی شیک و متفاوت از آنچه تا به حال به مردم ارائه داده بودم؟ آیا برای دیگران دارم روی خودم کار می‌کنم؟ به خاطر مادرم، پدرم، شغلم، فرزندانم، با کدام انگیزه دارم در کار زندگی اخلاص می‌کنم؟

آیا می‌خواهم برای اثبات خودم به دیگران و در جواب احساس حقارت‌ها و حس توهین‌هایی که از جامعه گرفته‌ام، روی خودم کار می‌کنم؟

آیا می‌خواهم با انگیزه به‌دست آوردن منصب تعلیم و شهوت آن و معلم مولانا شدن روی خودم کار می‌کنم و دنبال مرید و پیرو هستم؟

منی که با کُتک و کُلی درد زندگی مرا پای برنامه کشانده آیا فقط می‌خواهم دردهایم کم شود؟ که وقتی هم کم شد بار و بندلیم را ببندم و بروم دوباره همان غریبستانی که بودم؟

گاهی ممکن است دیو مودیانه از این راه وارد شود که با گوش دادن به برنامه در ساعات طولانی و فاصله گرفتن از اعضای خانواده باعث ایجاد واکنش و مسئله برای آن‌ها شود.

یعنی با انگیزه ایجاد درد و واکنش در دیگران می‌خواهد برنامه گنج حضور گوش کند.

گاهی هم مودیانه برنامه زندگی ما را به دست می‌گیرد و با انگیزه دور کردن ما از برنامه گنج حضور مشغله و کار ما را آن‌قدر زیاد می‌کند که مدت‌ها از برنامه فاصله می‌گیریم و تقریباً وقتی به خودمان می‌آییم می‌بینیم در ته چاه سیاه ذهن در میان کلی مسئله و درد گیر افتاده‌ایم.

عجب چراغی زندگی در اختیار ما گذاشته، به محض شناسایی هر انگیزه پنهان من‌ذهنی بی‌نهایت به وجد می‌آیم و خدا را شکر می‌کنم که می‌توانم این‌گونه خودم و دیگران را از آسیب‌ها و خسارت‌های پنهان آن مَصون بدارم.

مرتب به خودم برمی‌گردم، از خودم می‌پرسم:

آیا این کار و گفتن این حرف با انگیزه حسادت من است؟ آیا این کار و گفتن این حرف با انگیزه جلب تأیید، تحسین و توجه کسی است؟



آیا این تصمیم تو با انگیزه مقاومت و فرار از فضاگشایی اطراف اتفاق این لحظه است؟ فرار از چالش‌ها و بی‌مرادی‌ها یکی از مهم‌ترین انگیزه‌های ماست تا از پیغام زندگی محروم بمانیم.

آیا این کار و عمل به‌ظاهر منطقی تو با انگیزه ضرر زدن به دیگری و چوب لای چرخ دیگران گذاشتن است؟

آیا انگیزه تو از این تصمیم مقایسه و برتر درآمدن خودت در چشم دیگران است؟

کدام همانندگی و درد من انگیزه فکرهاست سرهم در این لحظه در سر من شده‌اند و رهایم نمی‌کنند؟

انگیزه دیده شدن، انگیزه ارضای حس برتری، انگیزه تغییر دیگران، انگیزه گریختن از این لحظه و رفتن به گذشته و آینده، انگیزه تولید درد، انگیزه ایجاد مسئله، مانع و دشمن، انگیزه جبر، انگیزه ترس، انگیزه حرص و زیاده‌خواهی، انگیزه کمیابی‌اندیشی و تنگ‌نظری، انگیزه حس نقص، انگیزه پندار کمال و ناموس، انگیزه کارافزایی و به تأخیر انداختن کارهای ضروری، انگیزه بی‌ضرورت خوردن، انگیزه عجله، انگیزه زرنگی و حاضرخوری، انگیزه ادعا، انگیزه زندگی خواستن و توقع و انتظار از دیگران، انگیزه دزدیدن هشیاری، انگیزه حذف و جدایی، انگیزه ضرر زدن به جسم خود و سوی مرگ تنیدن و انگیزه رفتن توجه روی دیگران و برداشتن توجه از روی خود.

این‌ها انگیزه‌های مهم من‌ذهنی بوده‌اند که در خودم دیده‌ام و وقتی به‌موقع از آن‌ها حذر و پرهیز کردم خودم را از یک خسارت و ضرر سنگین نجات دادم.

مثلاً وقتی کاری را با انگیزه گرفتن تأیید و توجه انجام ندهیم گرفتن و نگرفتن آن توجه برایمان یکسان است و مراد و بی‌مراد در آن لحظه برایمان یکی می‌شود. یا وقتی انگیزه کمیابی‌اندیشی و روانداشتن را در خود شناسایی کنیم و آن را «لا» کنیم موفقیت و سربلندی دیگران برایمان نه‌تنها دردناک نیست بلکه پیشرفت او را مال خودمان می‌دانیم.

### هرکه را فتح و ظفر پیغام داد پیش او یک شد مراد و بی‌مراد (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۵۹)

آن‌قدر زندگی ما را بی‌مراد می‌کند و از هر جهتی بلا می‌دهد تا یکی‌یکی این انگیزه‌های پنهان و تاریک خود را بیرون بکشیم و بی‌اثر کنیم. تا ما را به بی‌جهت یعنی جهان بدون انگیزه‌های من‌ذهنی بکشاند.





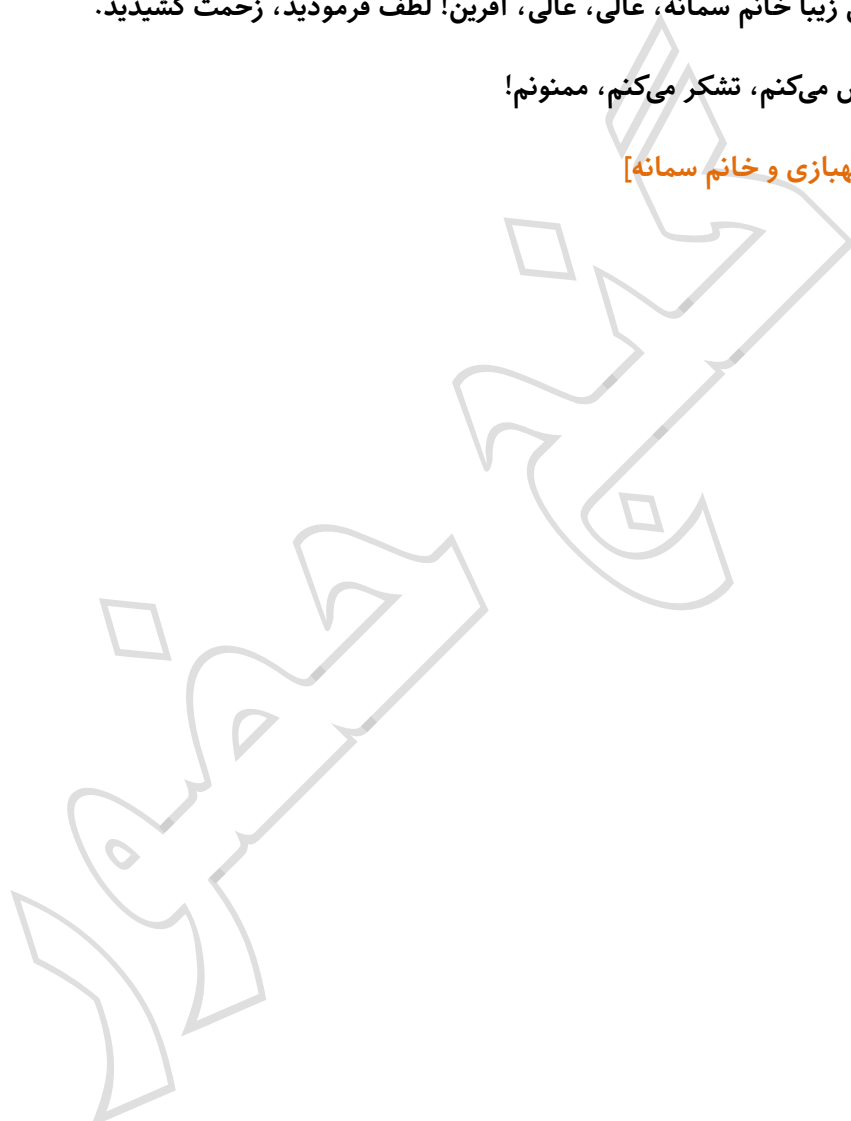
از هر جهتی تو را بلا داد  
تا باز کشد به بی‌جهات  
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۶۸)

تمام شد استاد، ببخشید!

آقای شهبازی: خیلی زیبا خانم سمانه، عالی، عالی، آفرین! لطف فرمودید، زحمت کشیدید.

خانم سمانه: خواهش می‌کنم، تشکر می‌کنم، ممنونم!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم سمانه]





[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم ریحانه]

خانم ریحانه:

چند گُلگونه بمالید از بَطَر  
سفرهٔ رویش نشد پوشیده‌تر  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۷۰)

بَطَر: غرور داشتن، ناسپاسی کردن، سرمستی و شادی

عَشْرهای مُصَحَف از جا می‌برید  
می‌بچفسانید بر رُو آن پلید  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۷۱)

عَشْر: علامتی زرّین در پایان هر ده آیه، تذهیب‌های قرآنی

تا که سفرهٔ روی او پنهان شود  
تا نَگینِ حلقهٔ خوبان شود  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۷۲)

عَشْرها بر روی هرجا می‌نهاد  
چون‌که برمی‌بست چادر، می‌فتاد  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۷۳)

باز او آن عَشْرها را با خُدو  
می‌بچفسانید بر اطراف رو  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۷۴)

خُدو: آب دهان، تُف  
چَفساندن: چسباندن

خانم ریحانه: آقای شهبازی الان صدایم خوب هست؟



**آقای شهبازی:** یک کمی یواش‌تر بخوانید خیلی بهتر می‌شود. اولاً بگوئید راجع به کدام قصه صحبت می‌کنید که مردم آگاه باشند که از کجا می‌خوانید. بله یک کمی یواش‌تر و بلندتر بخوانید بهتر می‌فهمیم. اول بگوئید کدام قصه است؟

**خانم ریحانه:** استاد در مورد قسمت عجوزه، آن پیر زن پیر.

**آقای شهبازی:** زن پیر نودساله که عشق شوهر در سرش بود، می‌خواست عروس بشود. درست است؟

**خانم ریحانه:** بله، بله. الان در موردش توضیح می‌دهم.

**آقای شهبازی:** بله، بله! یک بار دیگر این شعرها را بخوانید. داشت می‌رفت به اصطلاح میهمانی که ان‌شاءالله با کسی آشنا بشود، شوهر کند و نود سال داشت و امکانات صید را از دست داده بود، موهایش سفید شده بود، دندان‌هایش ریخته بود و صورتش مثل سفره چین و چروک داشت، شما دارید می‌گویید داشت. این صورتش را آرایش می‌کرد برود میهمانی شوهر پیدا کند. راجع به این قصه صحبت می‌کنید.

حالا طرز آرایش کردنش را شما خواندید. یک بار دیگر هم آرام و بلند بخوانید که چه جور عَشْرهای قرآن را، یعنی آن پاره‌های دایره‌های زرینی که پایان هر ده آیه در قرآن می‌گذارند، آن‌ها را می‌برید با قیچی با تُف می‌چسبانند صورتش زیبا بشود، ولی چادرش را آخرسر می‌بست که برود، این‌ها می‌افتادند. این را می‌خواهید بگوئید.

خواهش می‌کنم حالا آن چند بیت را

بخوانید یواش، تا مردم بشنوند چکار می‌کرد.

**خانم ریحانه:** بله، چشم ببخشید.

**چند گُلگونه بمالید از بَطَر**

**سفرهٔ رویش نشد پوشیده‌تر**

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۷۰)

بَطَر: غرور داشتن، ناسپاسی کردن، سرمستی و شادی

**عَشْرهای مُصَحَف از جا می‌برید**

**می‌بچفسانید بر رو آن پلید**

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۷۱)

عَشْر: علامتی زرین در پایان هر ده آیه، تذهیب های قرآنی



تا که سفرهٔ روی او پنهان شود

تا نگینِ حلقهٔ خوبان شود

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۷۲)

عَشْرها بر روی هرجا می‌نهاد

چون‌که برمی‌بست چادر، می‌فتاد

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۷۳)

باز او آن عَشْرها را با خُدو

می‌بچفسانید بر اطراف رو

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۷۴)

خُدو: آب دهان، تُف  
چفساندن: چسباندن

**آقای شهبازی:** این‌طوری بخوانید، چون که می‌گوید وقتی چادرش را می‌بست، چادر نمی‌افتاد آن‌ها می‌افتادند.  
«چون‌که برمی‌بست چادر، می‌فتاد».

**خانم ریحانه:** بله. «چون‌که برمی‌بست چادر، می‌فتاد»

او آن عَشْرها را با خُدو

می‌بچفسانید بر اطراف رو

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۷۴)

خُدو: آب دهان، تُف  
چفساندن: چسباندن

**آقای شهبازی:** خیلی زیبا. ادامه بدهید حالا.

**خانم ریحانه:** ممنون. این عجوزه نشان انسانی است که به اصطلاح روی خودش کار می‌کند. چرا؟ چون با قرآن سر و کار دارد، ولی هنوز شهوت چیزهای این‌دنیایی را دارد، یعنی با ابزارهای من‌ذهنی‌اش با ابزارهای جذب‌کننده‌اش سعی در رسیدن به چیزهای این‌دنیایی را داشت، ولی چون این ابزارها از کار افتاده بودند و تور

من ذهنی‌اش پاره شده بود، ظاهر معنویت را آمد ابزار کرد و تبدیل به تور، صید همانیدگی‌ها کرد. چرا؟ چون با عَشْرهای قرآن، با تذهیب‌های قرآن به صورتش می‌چسباند.

«عَشْرهای مُصَحَف» یعنی نشانه‌هایی که بر سر ده آیه قرآن می‌گذاشتند که معمولاً آن عَشْرها را با آب طلا می‌نوشتند.

### کآرزو را، گر نرانم تا رَوَد آن طبیبم گفت کآن علّت شود

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۳۲)

سیلی‌اش اندر بَرَم در معرکه

زآن‌که لا تُلقُوا بآیدی تَهْلُکَه

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۳۳)

### تَهْلُکَه‌ست این صبر و پرهیز ای فلان خوش بکوبش، تن مزن چون دیگران

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۳۴)

ما ممکن است در این مسیر معنوی که هستیم یاد شهوت‌هایی بیفتیم که با ابزارهای من‌ذهنی بی‌مراد شده بودیم در گذشته، ولی حالا که در این راه هستیم بیاییم صورت معنوی را ابزار ارضای شهوات بکنیم.

مثل رنجور که با دیدن آن صوفی سیلی بارگی‌اش بالا آمد و خواست آن را بزند و آن‌جا خرس من‌ذهنی‌اش بالا آمد و گفت دیگر نمی‌خواهد پرهیز و صبر کنی. دقیقاً ممکن است در ما هم خرس من‌ذهنی‌مان بالا بیاید و بگوید که صبر و پرهیز نمی‌خواهد بکنی.

الآن این زندگی است که می‌خواهد تو به این چیزهای ذهنی فکر کنی یا شخصی را به مرکزت بیاوری و همانیده شوی یا به‌جای خواندن ابیات و کار کردن روی خودت به تماشای فیلم، صحبت کردن با تلفن، رفتن به مکان‌هایی که فقط باعث بالا آمدن درد در من می‌شود و یا چیزهایی را بخورم و بنوشم که باعث آسیب رسیدن به بدنم می‌شود را انجام بدهم. آیا واقعاً این کارها ضرورت دارد؟

و در جای دیگر مولانا می‌گوید:



خلق، رنجورِ دق و بیچاره‌اند  
وز خِداَع دیو، سیلی‌باره‌اند  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۳۷)

خِداَع: حيله‌گری  
سیلی‌باره: کسی که میل فراوانی به زدن سیلی دارد. در این‌جا مراد کسی است که خوی آزار و تهاجم بسیار داشته باشد.

و دوباره این‌جا اشاره می‌کند که ما از سر بیچارگی و بدبختی در من‌ذهنی سیلی‌باره هستیم و هر لحظه با صبر و پرهیز نکردن و گوش کردن به حرف‌های من‌ذهنی راه اشتباه را می‌رویم و از اصل خودمان دور می‌شویم. مولانا در داستان غلام هندو می‌گوید:

همچنان جملهٔ نعیم این جهان  
بس خوش است از دور پیش از امتحان  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۱۶)

می‌نماید در نظر از دور آب  
چون روی نزدیک، باشد آن سَراب  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۱۷)

گنده پیرست او و از بس چاپلوس  
خویش را جلوه کند چون نو عروس  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۱۸)

هین مشو مغرور آن گلگونه‌اش  
نوش نیش‌آلودهٔ او را مَچش  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۱۹)

صبر کن کَالصَّبْرِ مِفْتَاحُ الْفَرَجِ  
تا نیفتی چون فرج در صد حَرَجِ  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۲۰)

کَالصَّبْرِ مِفْتَاحُ الْفَرَجِ: صبر کلید نجات است.  
حَرَجِ: تنگی و فشار



## آشکارا دانه، پنهان دام او خوش نماید ز اولت انعام او (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۲۱)

خطاب به ما انسان‌هایی که به خوشی‌های این دنیایی دل بسته‌ایم و از آن‌ها هویت می‌گیریم، این‌ها مثل نوعروس می‌مانند که از دور زیبا هستند. شیره گرفتن از همانیدگی‌های این جهان این فقط یک خیال خوش است.

درحقیقت ما از زندگی درونمان شادی و برکت می‌گیریم. مثال دیگر در بیابان از دور به نظر آب می‌آید، ولی نزدیک که می‌شوی سراب است.

می‌گوید عجزه‌ای که با حيله‌گری و چاپلوسی تلاش داشت که خودش را به صورت دختر سی‌ساله در بیاورد، از نزدیک مانند پیرزن چروکیده و زشت‌رو بود و می‌گوید مبادا گول بزک دوزک این جهانی را بخوری که سراب است.

تنها کاری که ما باید بکنیم صبر است. «صبر» کلید و راهگشای ما در این راه است تا مثل قَرَج بیچاره دچار درد و بلا نشویم و اگر ما از یک چیز یا شخص خوشمان بیاید و آن را به مرکزمان بیاوریم و همانیده شویم، درواقع ظاهر آن فقط خوش هست، ولی نمی‌دانیم دراصل داریم به دام او می‌افتیم و این خوشی‌ها زهر است، پس گول ظاهر را نخوریم.

تمام شد آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! ممنونم زحمت کشیده بودید.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم ریحانه]

❖ ❖ ❖ پایان بخش دوم ❖ ❖ ❖

۱۴- خانم‌ها فرزانه و زهره با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی خانم فرزانه و آقای شهبازی]

خانم فرزانه:

یک زمان کار است بگزار و بتاز  
کار کوتاه را مکن بر خود دراز  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۸۱)

می‌گویند خود را به موج عدم بسپاریم و در من‌ذهنی صبر نکنیم و سریع حرکت کنیم. ما تنها با نام عدم آشنا شده‌ایم و با بالا و پایین کردن درجه من‌ذهنی وضعیت‌ها و حالمان را خوب و بد می‌کنیم و مولانا به ما می‌گویند با وجود من‌ذهنی ما در جای خود تنها درجا می‌زنیم و باید حرکت کنیم. ما آمده‌ایم که صد قیامت به پا کنیم. نگاهی به خود بکنیم در چه حالتی هستیم؟

می‌گویند کمترین این می‌تواند مست کردن همسایه باشد، اما در عوض چرخه دردی در جهان ایجاد کرده‌ایم که مدام در حال تکرار آن هستیم. با ندیدن مغز در دیگران آن‌ها را غریبه‌ای دور می‌شناسیم و درد را ادامه‌دار می‌کنیم. دارند که:

تو مگو همه به جنگند و ز صلح من چه آید؟  
تو یکی نه‌ای، هزاری، تو چراغ خود برافروز  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۱۹۷)

با روشن شدن یک شمع هزاران شمع روشن می‌گردد. با سپردن یک دم خود به فضای گشوده‌شده می‌شود که من‌ذهنی یک‌دفعه صفر شود و برود، چیزی که ذهن متوجه آن نیست و می‌گویند حالا این‌جا بایست، بمان، بمان و نرو.

به برج دل رسیدی بیست اینجا  
چو آن مه را بدیدی بیست اینجا  
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۰۸)

بیست: بایست، توقف کن





برج دل همین ذهن است. فضایی که می‌شود ما به خداوند زنده شویم و نه از آن در جهت سبب‌سازی استفاده کنیم و می‌گویند اگر خداوند را دیدی، این‌جا بایست و نرو. به جست‌وجوی خدا و حضور نرو. با ماندن گسترده می‌شویم و این خاصیت ماندن در ما گسترده‌تر می‌شود و حالا این ماندن ما در این فضا ملزم است با همنشینی با بزرگان که مولانا می‌گویند «جلیس‌الله» که آن کس که «جلیس‌الله» گشت «کاو به پهلوی سعیدی بُرد رخت» و ما به این همنشینی نیاز داریم.

## برزند از جان کامل معجزات بر ضمیر جان طالب چون حیات (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۰۸)

می‌گویند بمانیم در این‌جا و بپذیریم که همین یک زندگی تنها باید کار کند و من‌ذهنی نمی‌تواند. من‌ذهنی تنها وضعیت‌ها را تغییر می‌دهد. زندگی هر دردی را درمان می‌کند. این معجزاتی است که به جسم زده می‌شود، یعنی ذهن متوجه می‌شود و باید به دلمان اثر بگذارد، اما مولانا می‌گویند باید به این «حاکم یَفْعَلُ اللهُ مَا يَشَاءُ» ایمان داشته باشیم.

## تا از آن جامد اثر گیرد ضمیر حبذا نان بی هیولای خمیر (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۰۶)

حبذا: خوشا، زهی

می‌گویند خوشا به حالتی که نان بدون خمیر پخته شود. حالتی که ارتعاش بزرگان به دل بزند و مدام ذهن را این‌ور و آن‌ور نکنیم. عشق و لطف بی‌واسطه در راه است. مستقیم برویم سراغ دل، سراغ فضاگشایی. این تابش زندگی بدون بررسی مسائل می‌تواند انسان را به حضور برساند و به چگونگی و چندی تغییرات من‌ذهنی نپردازیم. خیلی ممنونم استاد بابت وقتی که به من دادید.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین، آفرین! یک ویدئوی کوچک درست کنید با این، بفرستید لطفاً.

خانم فرزانه: بله، چشم استاد، حتماً ارسال می‌کنم.

آقای شهبازی: ممنونم. خداحافظ شما.

خانم فرزانه: ممنون از شما. استاد با اجازه‌تان اگر می‌شود مادرم هم هستند.

آقای شهبازی: بله، بله، خواهش می‌کنم.



[خداحافظی خانم فرزانه و آقای شهبازی]

[سلام و احوال‌پرسی خانم زهره و آقای شهبازی]

**خانم زهره:** استاد متنی تهیه نکردم. دوست داشتم که از شما تشکر کنم بابت این آگاهی‌هایی که به ما دادید و ما را از خواب غفلت بیدار کردید.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.

**خانم زهره:** ممنون بابت همه این زحمتهایی که برای ما می‌کشید.

**آقای شهبازی:** برنامه‌ها را مرتب می‌بینید دیگر، نه؟

**خانم زهره:** بله؟

**آقای شهبازی:** برنامه‌ها را مرتب می‌بینید؟

**خانم زهره:** بله استاد، برنامه‌ها را مرتب می‌بینم و همه را نت‌برداری می‌کنم، فقط استاد، نمی‌توانم که متن بنویسم و متن می‌نویسم، ولی یک من‌ذهنی دارم که نمی‌توانم روان متنم را بنویسم.

و جا دارد که از آقای قوی‌دل تشکر بکنم که در برنامه‌شان گفتند که من صدای خوبی نداشتم از بچگی، من هم همه‌اش به‌خاطر همین موضوع زیاد زنگ نمی‌زدم برنامه گنج حضور. فکر می‌کردم واقعاً صدای بدی دارم و از صدای خودم زیاد و از آقای صادق تشکر می‌کنم که به من یاد دادند که با همان یک بیت شعر اگر کاملاً بخواهی زندگی کنی و زندگی مولانایی داشته باشی، با یک بیت شعر هم می‌توانی.

**آقای شهبازی:** آفرین! در ضمن صدای شما زهره خانم خیلی هم خوب است. شما صدایتان ایراد ندارد.

**خانم زهره:** ببخشید استاد، من یک من‌ذهنی‌ای داشتم که خیلی اذیتم می‌کرد و حتی متن هم نمی‌توانستم بخوانم.

**آقای شهبازی:** خیلی خب.

**خانم زهره:** و همه‌اش می‌گفتم که الان اشتباه است، ولی بعد از این‌که آقای صادق به ما یاد دادند، با همان بیت طلایی که همیشه می‌خواندند، که واقعاً با یک بیت هم می‌شود زندگی کرد.

**آقای شهبازی:** بله.

**خانم زهره:** من همه‌اش وقتی می‌نوشتم، می‌گفتم وقتی می‌دیدم زنگ می‌زنند و این‌قدر قشنگ متن می‌خوانند، من واقعاً حسرت می‌خوردم. می‌گفتم چه‌جوری این‌ها این‌همه بلد هستند، می‌خوانند، ولی من هنوز هیچ‌چیزی یاد نگرفتم. شاید واقعاً من هنوز ساخته نشدم برای این کار و شاید نباید اصلاً گوش بدهم، چون اصلاً نمی‌توانم شعرها را حفظ کنم و مدام یادم می‌رود.



ولی وقتی که آقای صادق از ایلام آن بیت طلایی را می‌خواندند من هم گفتم خب پس واقعاً می‌شود، ولی با همان بیت شعر:

## شرح بهر دفع شرّ رایى زند دیو را در شیشهٔ حجت کند

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۱۱)

با این بیت زندگی می‌کنم، یعنی جناب مولانا به ما یاد دادند که با این می‌شود واقعاً مدیریت کرد، باید ذهن را مدیریت کرد با آموزه‌هایی که از شما عزیز بزرگوار یاد گرفتیم می‌توانیم که مدیریتش کنیم.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**خانم زهره:** وقتی که در این لحظه همیشه دو راه هست: یکی من‌ذهنی و یکی نیروی زندگی. وقتی که یک اتفاقی می‌افتد ذهن بخواهد دخالت کند، نه ما برای چه باید تسلیم باشیم، تسلیم شدن مال ما نیست، باید بقیه تسلیم بشوند، چرا ما؟ چرا بقیه نه؟ می‌توانیم که با این شعر واقعاً دیو را در شیشه کنیم و بگوییم که نه، قرار نیست بقیه این کار را انجام بدهند، قرار است فقط تو این کار را انجام بدهی.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**خانم زهره:** وقتی که می‌روی یک جایی و می‌بینی که یک چیز قشنگی یکی خریده، حالا به‌جای آن من‌ذهنی حسادت بیاید بالا، چرا مردم این قدر دارند، ما نداریم؟ می‌توانی به‌جای این که حسادت کنی، می‌توانی بروی تبریک به او بگویی و بگویی، خوشحال باشی به‌خاطر این کار و واقعاً این‌ها را استاد مدیون شما هستیم.

**آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.**

**خانم زهره:** که ما را آگاه کردید، ما آگاه نبودیم، واقعاً من‌الآن چهل و شش سالم است، ولی فکر می‌کنم تازه به دنیا آمدم، یعنی چشم دل ما را باز کردید. قبلاً زندگی نمی‌کردیم و آن‌جوری که من‌ذهنی به ما یاد داده بود را زندگی می‌کردیم.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**خانم زهره:** و الآن تازه راه درست را داریم یاد می‌گیریم و ممنون از شما استاد.

**آقای شهبازی:** ممنونم، لطف دارید، اگر کاری ندارید دیگر، خداحافظی کنم. عالی!

[خداحافظی خانم زهره و آقای شهبازی]



[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای علی]

آقای علی: یک مطلبی هست با اجازه‌تان می‌خوانم مطلب را:

## از فراق شمس دین افتاده‌ام در تنگنا او مسیح روزگار و درد چشمم بی‌دوا (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۵)

اشاره است بدان‌که عیسی (ع) به اذن خداوند کور مادرزاد را شفا می‌داد. اشاره به قرآن کریم، آیه ۴۹، سوره آل عمران (۳).

مولانا این غزل را با مشکل اصلی انسان که دوری از خدا یا زندگی است شروع می‌کند. این جدایی باعث شده‌است که انسان در تنگنا و سختی بیفتد، چون من‌ذهنی با هشیاری جسمی کار می‌کند و این هشیاری مانند روپوشی شده‌است که روی هشیاری اصلی ما یعنی هشیاری حضور را پوشانده‌است.

## که تو آن هوشی و باقی هوش پوش خویشتن را گم مکن، یاوه مکوش (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۶۱۱)

در ادامه غزل، مولانا چاره‌رهایی از این تنگنا را درد عشق می‌داند و می‌گوید این من‌ذهنی باید قربانی شود و خون‌بهایش خود زندگی و خداست. همچنین در غزل داریم وقتی چیزهایی که ذهن نشان می‌دهد را به مرکز راه ندهیم و «لا» کنیم، فضا در درون باز می‌شود، ولی این من‌ذهنی کاملاً هنوز از بین نرفته و می‌خواهد دوباره در مرکز ما رخنه کند.

برخی راهکارهایی که در غزل آمده‌است تا ما در مقابل وسوسه‌های ذهن بایستیم را تیتروار اشاره می‌کنم:

- بی‌چون شدن، یعنی با سبب‌سازی ذهن کار نکردن.

- کم کردن مقاومت و قضاوت ذهن.

- لا کردن الگوها و باورهایی که ذهن برای رسیدن به خدا وضع کرده‌است.

- لا کردن این باور غلط که من به دلیل اشتباهات زیادی که در گذشته مرتکب شده‌ام، لیاقت زنده شدن به خدا

را ندارم.



- تبدیل مزاج من‌ذهنی که غذایش فکرهای من‌دار و درد است به مزاج اصلی ما که غذایش نور خداست.
- کار کردن و شناسایی همانندگی‌ها با صبر و شکر.
- چاره کردن قبض و گرفتگی دل.
- پرهیز از فکرهای من‌دار.
- ذکر حق گفتن و همنشینی با بزرگان و اهل دل.
- اعتراف به این‌که من نمی‌دانم و نمی‌توانم با تدابیر ذهن از این تنگنا خلاص شوم.
- و یک چند خط هم آقای شهبازی، حالا اگر اسمش را بگذاریم منظوم، به صورت منظوم نوشتم اگر اجازه بفرمایید، بخوانم.

آقای شهبازی: بفرمایید، خواهش می‌کنم.

آقای علی: اسمش هست:

«چاه تن»

حکم حق گسترد بهر ما بساط

که بگویند از طریق انبساط

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۶۷۰)

ور بنگشایی درون سینه را

کار تو خون خوردن است ای بی ثبات

گر از این تنگی نخواهی وارهی

تا ابد محبوس چاهی و رباط

چون توانی دید خود در چاه تن؟

طمع تو در فکر و حرف و اختلاط

لیک تو ای شهسوار هل آتی

راه داری زین ممت اندر حیات



ذکر حق گو، بانگ دیوان را بسوز  
تا نیاید طعنه سَمُّ الْخِيَاطِ

(مصراع اول: اقتباس از مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۷۲۷)

صیقلی کن سینه را از رنگ‌ها  
تا شود خالص دلت از تُرّهات

یک دو روزی صبر کن خاموش باش  
حَزْمِ آن باشد که گیری احتیاط

حَزْمِ آن باشد که ظَنِّ بَدِ بَرِي  
تا گریزی از غم و از کیش و مات  
(مصراع اول: مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۷)

حَزْمِ آن باشد که رَخْتِ خُودِ بَرِي  
پیشِ اهلِ دل که دارند معجزات

گر تو رنجوری ببايد ناله کرد  
عرضه کرد بیچارگی بر آن ثقات

گر نداری جان، تو نامحرم شدی  
با خدایی که دهد هر دم حیات

گر تویی در حبسِ چهار و پنج و شش  
کی توانی رفت بیرون از جهات

شرط، تسلیم است، نه کارِ دراز  
صبر باید تا شود حل معضلات

(مصراع اول: مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۱۲۳)



پرده های دیده را داروی صبر  
هم بسوزد، هم بسازد انبساط

(مصراع اول: مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۷۱)

مصراع دوم: اقتباس از مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت (۷۱)

فکر تن در ره حجاب آمد، بدان  
که مزاج بد کشد سوی مَمات

شرط، تبدیل مزاج است ای پسر  
تا رود زشتی، بیابی تو صراط

اندک اندک جهد کن در ره بکوش  
ذکر حق گو تا ببینی معجزات  
(شاعر: آقای علی)

بساط: هرچیز گسترده‌ای مانند فرش و سفره  
اختلاط: صحبت  
هَلْ آتی: اشاره به آیه (۱) سوره انسان (۷۶).  
سَمَّ الْخِيَاط: سوراخ سوزن  
تُرَهَات: سخنان بی‌اساس  
حَزْم: دوراندیشی  
ثِقَات: افراد معتمد، بزرگان

خیلی ممنون جناب شهبازی.

آقای شهبازی: «ذکر حق گو»، شنیده نشد آن یکی.

آقای علی: آخرش؟

آقای شهبازی: بله، بله.

آقای علی:

اندک اندک جهد کن در ره بکوش  
ذکر حق گو تا ببینی معجزات

آقای شهبازی: «تا ببینی معجزات»، آفرین! عالی علی آقا، عالی، عالی!

آقای علی: سلامت باشید.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای علی]

۱۶- خانم نیوشا و پسرشان از تهران

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم نیوشا]

آقای شهبازی:

خانم نیوشا، اولین بارتان است نه؟

خانم نیوشا: نه، اولین بارم نیست، بار سوم است.

آقای شهبازی: بار سوم.

خانم نیوشا: بله، شش ماه پیش تماس گرفته بودم خدمتتان.

آقای شهبازی: خیلی خب، بفرمایید.

خانم نیوشا: من یک پسری دارم که می‌خواهد برایتان شعر بخواند.

آقای شهبازی: آفرین! بخوانند، بله.

پسر خانم نیوشا: الو

صبح نزدیک است، خامش، کم خروش

من همی کوشم پی تو، تو مکوش

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۱)

آقای شهبازی: خیلی خب.

پسر خانم نیوشا: خداحافظ.

آقای شهبازی: [می‌خندند] خداحافظ. چند سالشان است؟

خانم نیوشا: سه سالشان است. به تازگی سه سال شدند.

آقای شهبازی: سه سال!

( خنده آقای شهبازی) شما ماشاءالله خیلی زود شروع کردید، سه سال!

«من همی کوشم پی تو، تو مکوش»

جالب است.





**خانم نیوشا:** بله، خدا را شکر چندتا از بیت‌ها را یاد گرفتم من، همین امروز الان داشتم با پسر صحت می‌کردم، یعنی در همین خصوصی که یک شناسایی کردم آن را می‌خواستم خدمتان عرض کنم که الان مثلاً به‌عنوان یک مادر، پسر هم سرما خورده بود، بعد ما امروز مهمان داشتیم مثلاً حالش به هم خورد و این‌که من همه‌اش اصرار داشتم که حتماً غذا بخورد و یا مثلاً آب‌میوه بخورد، یعنی زودتر خوب بشود. بچه من هم خب اشتها نداشت و به هر دلیل نمی‌خواست بخورد دیگر. من شروع کردم کلی این بچه را ترساندم که باید برویم بیمارستان، باید برویم دکتر که بخواهم متوسل بشوم به ترس، تا مثلاً به آن هدفی که من ذهنی‌ام داشت از روی الگو برسم که بعد گفتم که:

### گفت شیطان که بما آغویتنی کرد فعل خود نهان، دیو دنی

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۴۸۸)

که یعنی شیطان در قالب این‌که به‌عنوان یک مادر مهربان که می‌خواهد مثلاً به بچه‌اش نفع برساند با ترس، با ترساندن بچه می‌خواهد به یک الگویی فقط برسد که یک الگوی نابه‌جا.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم نیوشا:** و خیلی ممنونم از شما، از همه، خیلی هر هفته من متن آماده می‌کردم، ولی چه قدر پیام‌ها کمک می‌کند، حتی پیام‌های کسانی که دائماً هم زنگ نمی‌زنند، گه‌گاهی زنگ می‌زنند یا حتی بار اولشان است که زنگ می‌زنند هم، همه‌شان برای من مفید است، حتی خانم فاطمه از کرج که چند بار زنگ زدند راجع به بچه‌شان از شما سوال پرسیدند شما راهنمایی‌شان کردید، انگار که همه آن‌ها را به من می‌گفتید.

خیلی من تشکر می‌کنم واقعیتش دیگر فکر کنم وقت من هم تمام شده، چیز خاصی هم یعنی الان به ذهنم نمی‌رسد.

**آقای شهبازی:** خیلی خب، عالی، عالی، عالی! خواهش می‌کنم، ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم نیوشا]

## ۱۷- آقای مهراَن از كرج

[سلام و احوال‌پرسی آقای مهراَن و آقای شهبازی]

**آقای مهراَن:** آقای شهبازی، یک پیغامی را می‌خواستم برایتان بخوانم به اسم «کمال‌گرایی یا کمال‌طلبی».

**آقای شهبازی:** بفرمایید.

**آقای مهراَن:** ویروس کمال‌گرایی بسیار شایع است. یکی از شگردهای من‌ذهنی ابتلای ما به این ویروس است. در کمال‌گرایی منطق ذهن این است: تو باید برای شروع هرکاری بسیار آماده و حاضر باشی، در غیر این صورت نباید شروع کنی.

تو باید هر کاری را به بهترین نحو ممکن انجام بدهی، در غیر این صورت تو در انجام آن کار عاجز هستی. اگر پس از یک سال کار کردن روی خود نتوانی در طول روز صد درصد فضاگشایی کنی، تو نالایق هستی و باید ناامید شوی.

انسان کمال‌گرا حتی عینک کمال‌گرایی به چشم می‌زند. مثلاً اگر کسی مهارت خودش را به رخ بکشد، او تصوّر می‌کند که او کامل است و هیچ نقصی ندارد. این یعنی عینک کمال‌گرایی است.

### هله بحری شو و در رو، مکن از دور نظاره

### که بُود دُر تگ دریا، کف دریا به کناره

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۳۷۲)

می‌گوید آگاه باش که باید بحری بشوی و به عمق دریا که دُر زندگی در آن است سفر کنی، یعنی فضا را باز کنی و به‌جای خدا خدا کردنِ زبانی به خداوند زنده بشوی.

یکی از دلایل این‌که ما بحری نمی‌شویم، کمال‌گرایی است. کمال‌گرایی یکی از موانع ذهنی است که موجب می‌شود ما نظاره‌گر دریا شویم و داخل آن نپریم. مثلاً می‌گوییم باید همه شرایط و امکانات در بیرون فراهم باشد تا من بحری شوم. یعنی در آینده یک روزی باید با، شرایط بیرونی عالی به‌وجود بیاید تا من بحری شوم.

کمال‌گرایی می‌تواند ما را کنار بحر نگه‌دارد تا ما فرصت‌سوزی کنیم. فرصت ما در همین لحظه است. لحظه‌ای که از رگ گردن به ما نزدیک‌تر است. این لحظه ابدی هم‌اکنون در دسترس ماست.

نباید به دیو خود یعنی من‌ذهنی اجازه بدهیم که فرصت‌ها را بسوزاند تا ما مدتی دیگر او را در خود زنده نگه داریم.



## لنگ و لوک و خفته‌شکل و بی‌ادب سوی او می‌غیژ و، او را می‌طلب (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۹۸۰)

لوک: آن که به زانو و دست راه رود از شدت ضعف و سستی، عاجزی و زبونی  
خفته: خوابیده، خمیده  
غیژیدن: خزیدن، چهار دست و پا مانند کودکان راه رفتن، به روی زانو نشسته راه رفتن

مولانا می‌گوید لنگ برو، با عجز و ناتوانی برو، حتی در خواب برو، با خزیدن برو. لحظه‌ای نگذار که طلب تو متوقف شود. این لحظه جاودانه در آینده نیست. هیچ مدینه فاضله‌ای در آینده نیست. ما باید همین الان بپاخیزیم برای زنده شدن و مرکز عدم.

من مدتی در پی کسب درآمد از طریق بازارهای مالی بودم و تا حدود زیادی هم پیش رفتم و نتایج خوبی گرفتم، اما این خبر خوبی نبود. اما من تماماً غرق در کسب درآمد بودم و حضور من دزدیده شد. من ذهنی‌ام می‌گفت ابتدا پول‌دار شو، سپس برای فضاگشایی و معنویت اقدام کن.

صدای این من‌ذهنی را پس از این‌که چندین ماه به ذهن رفتم شنیدم و ناظر شدم. آن روزها با گوش هشیاری جسمی می‌شنیدم و می‌پذیرفتم که باید مدتی از گنج حضور رها شوم، اما اکنون که این پیغام را می‌نویسم با گوش عدم‌شنو و با ناظر بودن شنیدم که من‌ذهنی می‌گوید منقبض شو و اجازه بده با تسلسل افکار زنده بمانم.

دیدم که فرورفته‌ام به ذهن، منقبض شده‌ام، فکرها رهایم نمی‌کنند، زیرا به‌اندازه کافی روی خودم کار نکردم. تصمیم گرفتم که هم مهارت کسب درآمد در بازارهای مالی را ادامه بدهم، هم برنامه را دنبال کنم و هم قانون جبران مالی و معنوی را پیش ببرم.

گرچه گاهاً لنگ و لوک و خفته‌شکل پیش می‌روم، اما اجازه نمی‌دهم که من‌ذهنی شروع به انتقاد کند و بگوید کامل نیست.

## دوست دارد یار، این آسفتگی کوشش بیهوده به از خفتگی (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۸۱۹)

زمانی که ما از دست من‌ذهنی آسفته و پریشان‌حال هستیم، این را زندگی می‌پسندد. یعنی او می‌بیند که ما گاهی زورمان به من‌ذهنی نمی‌رسد، اما کنار نمی‌کشیم و تلاش می‌کنیم.



می‌گوید حتی اگر بیهوده بکوشی و زمین بخوری، بهتر از این است که خفته باشی. خفته بودن یعنی تمام و کمال خودمان را به من ذهنی بسپاریم و مطیع او باشیم. اما کسی که کامل نخفته، لحظه‌ای خوابش می‌برد و یک آن بیدار می‌شود و مچ این من ذهنی را می‌گیرد.

آن قدر این فرآیند خواب و بیداری تکرار می‌شود تا ما تبدیل را تجربه کنیم و از لنگی و لوکی رها شویم.

## وانک لنگ و لوک آن سو می‌جهی

### از همه لنگی و لوکی می‌رهی

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۶۵)

مولانا می‌گوید آن قدر بدون کمال‌گرایی و با امکانات موجود تلاش کن و فضاگشایی کن تا روزی از تمام لنگی‌ها برهی. تجربه نشان داده که هیچ وقت انسان از امکانات خودش راضی نبوده و همیشه گفته کم است.

بنابراین من ذهنی در هر امکاناتی حسرت امکانات بیشتر را می‌خورد. این یعنی قرار نیست این من ذهنی ما راضی بشود و بگوید حالا باید بنشینیم و فضاگشایی کنیم!

خیلی ممنونم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای مهران]

۱۸ - خانم دینا از کانادا

[سلام و احوال پرسی آقای شهبازی و خانم دینا]

آقای شهبازی: پیغام‌های امروز را پسندید شما؟

خانم دینا: عالی بودند واقعاً مثل همیشه، دست شما درد نکند. ممنونم از دوستان، واقعاً خیلی کمک می‌کنند. مرسی واقعاً از شما که این برنامه را درست کردید و این شرایط را فراهم کردید که به ما کمک می‌کند، به خود من که واقعاً کمک می‌کند.

دوستان گفت که شما هر هفته می‌آیید دست ما را می‌گیرید واقعاً من هم این را تجربه می‌کنم واقعاً از این «تنگنا» شما ما را بیرون می‌کشید هر هفته. هر هفته با یک برنامه واقعاً بی‌نظیر ممنونم از شما آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، خواهش می‌کنم، بفرمایید.

خانم دینا: آقای شهبازی شما در این هفته که داستان این طبیبی را خواندید که مولانا می‌گوید «هیچ امید صحتی درش نیست» حقیقتش وقتی که من این داستان را، این حکایت را گوش دادم اولین بار شما هم این هفته که در کلاس گفتید من گوش دادم من خودم وقتی که مخصوصاً آن ابیاتی را که شما خواندید راجع به این که باید از روی ظاهر به آن دلمان پی ببریم این‌هایی که را می‌خواندید، حالا من یکی دو تا از ابیات را می‌خوانم.

### چون نیابی این سعادت در ضمیر

#### پس ز ظاهر هر دم استدلال گیر

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۱۱)

### چون نظر در فعل و آثارش کنی

#### گرچه پنهان است اظهارش کنی

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۱۴)

وقتی شما این‌ها را می‌خواندید حقیقتش من تا یکی دو روز که موقعی که شما برنامه را اجرا کردید من واقعاً در تنگنای من‌ذهنی گیر کرده بودم چون که هی از خودم می‌پرسیدم که یعنی من‌ذهنی واقعاً از من می‌پرسید که من الان کجا هستم، که مولانا می‌گوید اگر این سعادت در درونت نیست چون به‌رحال من می‌دانم که من تبدیل نشدم هنوز کامل و بعضی وقت‌ها هم خب نمی‌توانم فضا را باز کنم و این را هم می‌دیدم که هنوز مثلاً من یک جاهایی فضا بسته می‌شود، قضاوت می‌کنم، این‌ها را هم در خودم می‌دیدم و می‌گفتم خب من تبدیل نشدم، من



هنوز خیلی نقص دارم و شما این‌ها را که این ابیات را که می‌خواندید و می‌پرسیدید که خب حالا به ظاهر تان نگاه کنید ببینید که مثلاً ظاهر تان چه طوری است.

من ذهنی به من نشان می‌داد که آره من هنوز خیلی وضعیت‌های ذهنی به ثمر نرسیده دارم؛ مثلاً من هنوز ازدواج نکردم، من هنوز بچه‌دار نشدم، و هی من را می‌برد در سبب‌سازی و واقعاً در «تنگنا» بودم، ولی همچنان به این برنامه گوش می‌دادم.

شما که برنامه را اجرا کردید خیلی برایم جالب بود شما گفتید که این داستان، من هنوز در همان حالت بودم، من این داستان را دوست دارم بروید شما بخوانید این پر از رمز و راز هست من رفتم از روی کتاب مثنوی استاد کریم زمانی هم داستان را خواندم و هی کم‌کم دیدم که این مثلاً با آن داستان‌های قبلی دارد یک چیزی را به من می‌گوید.

اصلاً از خود تیر داستان برای من یک دفعه روشن شد که این طبیب، این رنجور می‌گوید «هیچ امید صحتی درش نیست» و در داستان هم «رنجور»، حالا رفتم ادامه داستان را خواندم دیدم این دارد فقط می‌رود دنبال خواسته‌های ظاهری، یعنی آن چیزی را که ذهنش به او نشان می‌دهد می‌رود آن را انجام می‌دهد، می‌رود دنبال آن. برای همین هم هست که مولانا دارد می‌گوید که این «هیچ امیدی درش نیست».

یک لحظه متوجه شدم که الان من هم واقعاً در همان حالت هستم اصلاً مولانا به من نگفته که تو برو، یعنی این‌ها همه‌اش رمز است که حتی می‌گوید از این نبض به دل راه هست، این‌ها همه‌اش یک رمزی است می‌خواهد یک چیز دیگر را به من بگوید ولی من با این‌که شما این داستان را تفسیر کردید و خواندید باز من ذهنی خواهنده من واقعاً می‌خواست آن خواسته‌های ذهنی‌اش را به من تحمیل کند و من را ناامید کند.

بگوید که تو به هیچ جا نرسیدی بین وقت را داری چکار می‌کنی ولی واقعاً یک کمی ابیات را خواندم، یک ذره بیشتر تأمل کردم، صبر کردم، متوجه شدم واقعاً در خودم دیدم چارچق ایازم را دیدم.

دیدم که واقعاً آن شخصی که من که بودم و چه بودم اصلاً من ذهنی نمی‌تواند، اگر یک کسی بیاید الان از من بپرسد که تو چجوری این اتفاقات در زندگی افتاد واقعاً من با ذهنم نمی‌توانم چیزی بگویم. این تأثیر ابیات مولانا بوده است، تأثیر قرین شدن با شما و این یاران عشقی بوده است و من ذهنی این را از من پنهان می‌کرد در همین چند روزه و می‌خواست من را ناامید کند و واقعاً این ابیات به من نشان داد که آره من باید ببینم آن نقص‌ها را ولی با فضای باز.



من باید فضا را باز کنم اگر نقصی هم در زندگیم دارد، اگر لازم است قانون جبران برایش انجام بدهم حتماً باید بروم آن کار را انجام بدهم کما این‌که تا حالا به کمک مولانا، به کمک شما، به کمک این دوستان خیلی از نقص‌هایی را که همین من ذهنیم اصلاً نمی‌گذاشت من برایشان کاری انجام بدهم توانستم واقعاً رفع کنم در خودم.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**خانم دینا:** ولی به هر حال خواستم بگویم که این داستان واقعاً پر از رمز و راز است همین‌طور که شما می‌فرمایید نباید با من ذهنی این‌ها را بخوانیم چون که یک بیتی هم داشت که می‌گفت که:

**عَجَزَ بَخْشِ جَانِ هِرِ نَامَحْرَمِي  
لِيكَ قَدْرَتِ بَخْشِ جَانِ هِمْدَمِي  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۱۰)**

واقعاً اگر ما در من ذهنی باشیم حالا در هر مرحله‌ای که باشیم آن پندار کمال را و آن سبب‌سازی را در ما زنده می‌کند و ما نمی‌توانیم تأثیرش را در زندگی‌مان ببینیم، ولی اگر فضا را باز کنیم حتی اگر عاریه هم باشد کم‌کم همین‌طور که روی ما تأثیر گذاشته آن روی ما اثر می‌گذارد خواستم همین را به اشتراک بگذارم.

**آقای شهبازی: عالی، عالی، زحمت کشیدید.**

**خانم دینا:** خیلی ممنونم از شما.

**[خداحافظی آقای شهبازی و خانم دینا]**

۱۹- خانم مهردخت از چالوس

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم مهردخت]

**خانم مهردخت:** ببخشید من روز چهارشنبه متنی را که داشتم می‌خواندم قطع شده بود، گفتم اگر اجازه بدهید، این متن را مجدداً بخوانم.

**آقای شهبازی:** بله، بله، بفرمایید.

**خانم مهردخت:** مرسی، ممنونم. به‌عنوان «گشوده شدن دست صیقلی»

**صیقلِ عقلت بدان داده‌ست حق**

**که بدو روشن شود دل را ورق**

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۴۷۵)

**صیقلی را بسته‌ای ای بی‌نماز**

**و آن هوا را کرده‌ای دو دست باز**

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۴۷۶)

**گر هوا را بند بنهاده شود**

**صیقلی را دست بگشاده شود**

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۴۷۷)

خداوند این امکان صیقل دادن عقل را به ما به این علت داده تا ما دلمان را صیقل بدهیم و صفحه دلمان را روشن کنیم.

صیقل دادن هم مستلزم این است که فقط روی خودمان تمرکز کنیم و همانندگی‌ها را شناسایی کنیم. همانندگی‌هایی از قبیل شکایت کردن، ملامت کردن زندگی یا دیگران به‌خاطر رفتاری‌هایی که خودمان سر خودمان آورده‌ایم، یا با عقل من‌ذهنی عمل کردن، همه این دردها را باید در خود بشناسیم تا بتوانیم این عقل من‌ذهنی را در خود خاموش کنیم، چون اگر این عقل حرف بزند، ما را گمراه می‌کند.

ولی ما در من‌ذهنی بی‌نماز شده‌ایم و هر لحظه آنچه ذهنمان نشان می‌دهد را به مرکز آورده و برحسب آن می‌بینیم، بنابراین هیچ موقع به خداوند وصل نمی‌شویم. هرگونه نماز و عبادتی که در آن حضور نباشد فایده‌ای ندارد. حتی این نماز پنجگانه ما هم برای تبدیل شدن ماست، نه در جبر من‌ذهنی ماندن.



پس اگر ما اجازه ندهیم چیزهای ذهنی به مرکزمان بیاید و آن خواسته را مرتب تکرار نکنیم، «دست صیقلی» گشاده می‌شود و دلمان را صیقل می‌دهد و دیگر خواسته‌های روان‌شناختی و دردهایی مثل خشم، شکایت، توقع، ترس و غیره در ما بالا نمی‌آیند یا اگر هم لحظه‌ای خود را نشان دهند، اگر فضا را باز کنیم و خود را به خداوند بسپاریم و از او کمک بخواهیم، یعنی درواقع فقط به او توکل کنیم، آن نیاز که ریشه‌اش ممکن است یک توقع یا ترس باشد زود می‌خواهد و رفع می‌شود.

ساعتی قبل از این‌که این متن را بنویسم یک لحظه این ابیات را در خودم تجربه کردم. چون یک نیاز به مشورت در مورد کاری در من بالا آمد که به شخصی پیامی بدهم و با او صحبت کنم، ولی در این کار مردد شده بودم و نمی‌دانستم چکار کنم، بعد لحظه‌ای ایستادم و از خدا کمک خواستم و ناگهان توقع داشتن را در خودم شناسایی کردم و به خودم گفتم نه، من فقط از خدا کمک می‌خواهم و از ارسال پیام منصرف شدم. و بلافاصله رفتم مشغول خواندن برنامه ۹۷۶ که قبلاً نیمه‌کاره مانده بود شدم و به این سه بیت و توضیحاتش برخورددم و این‌جا متوجه شده بودم که ذهنم فکری را داشت به مرکز من می‌آورد و من ذهنی‌ام مرا گمراه کرده بود.

خدا را شکر که دست صیقلی گشوده شد و ریشه‌ی توقع در من شناسایی شد و در بند هوا نیفتادم که کار اشتباهی انجام دهم. پس واقعاً لحظه‌ای مکث و با عجله عمل نکردن و در بند هوا نیفتادن ما را به‌سوی فضاگشایی و حل مسئله می‌کشاند. سپاس از خداوند که هر لحظه حاضر و یاور ماست.

خداوند اتفاقات را به‌صورت یک بی‌مرادی، درد و یک بیماری پیش می‌آورد تا به ما نشان دهد که ما داریم اشتباه می‌کنیم و به این عقل من‌ذهنی گمراه‌کننده شک کنیم. و در این اتفاقی که برایم پیش آمده بود، یعنی فکر مشورت که همراه با بی‌مرادی بود، به من دردِ توقع داشتن را نشان داد که قبل از کمک خواستن از دیگران اول به خدا توکل کنم تا او خودش مسئله را به موقع و به روش خودش حل کند. ما نباید با ذهن در کار خدا دخالت کنیم.

و امروز در برنامه ۹۷۹ مسئله‌ای که داشتم برایم حل شد و توانستم ذهن در تنگنا قرار گرفته‌ام را شناسایی کنم. اول این‌که ذهنم مرتب اشکال و مسئله می‌سازد و به دنبال جواب ذهنی آن هست. و در این برنامه شما پدر بزرگوار فرمودید که مولانا به ما می‌گوید مرتب با ذهنتان سؤال نسازید که بخواهید از این درس‌ها جواب بگیرید، چون به هیچ‌جایی نمی‌رسید، بلکه خود را رها کنید و صبر کنید.

گر تو اشکالی به کلی و حرج  
صبر کن، الصبر مفتاح الفرج  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۹۰۸)



الصَّبْرُ مِفْتَاحُ الْفَرَجِ: صبر کلید گشایش است.

دومین مطلبی که از این سؤال‌سازی ذهنی فهمیدم این بود که یک سؤال ذهنی کردن مثل بیماری کچلی است که هرچه سر را بخارانی، بیشتر سر می‌خارد و ما هم بیشتر دچار مسئله و سؤال می‌شویم، پس بهتر است از این ابیات هر روز استفاده کنیم و از سؤال پرسیدن و فکرهای همانیده کردن احتما کنیم، چون فکر به‌عنوان شیر، گورخر معنا را می‌خورد و انرژی زنده‌کننده زندگی ما تلف می‌شود. چقدر این جملات به گوشم رسید! ولی امروز به من فهماند که تو داری مرتب با سؤالات ذهنت را بیشتر همانیده و فعال می‌کنی.

**اِحْتِمَا كُنْ، اِحْتِمَا ز اندیشه‌ها**

**فکر، شیر و گور و، دلها بیشه‌ها**

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۹۰۹)

**اِحْتِمَاها بر دواها سرور است**

**زآنکه خاریدن فزونی گر است**

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۹۱۰)

**اِحْتِمَا، اصل دوا آمد یقین**

**اِحْتِمَا کن قوه جان را ببین**

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۹۱۱)

چقدر زیبا فرمودید که اِحْتِمَا یعنی نیاوردن ذهن به مرکز، برحسب یک چیزی فکر نکردن، مسئولیت هشیاری را به‌عهده گرفتن که این اصل دواست، ولی فکرهای همانیده فرع هستند. مگر منظور ما از آمدن به این جهان زنده شدن به خدا و قوه جان را دیدن نیست؟! پس چرا به فرعیات بچسبیم و خودم را از این منظور اصلی دور کنم؟! فهمیدم که تنها راه نجاتم از این فکرهای همانیده و وسواس‌های فکری که هر لحظه به سراغم می‌آیند این است که عملی با شتاب نکنم، بلکه در آب ذکر حق غوطه‌ور شوم، یعنی با تکرار ابیات در آن لحظه ذهنم را که چون زنبور با سؤال پرسیدن وزوز می‌کند، خاموش کنم تا بتوانم با سکوت‌م همیشه همسایه خداوند باشم و فقط از او یاری بگیرم و بعد هم به او زنده شوم.

**آب، ذکر حق و، زنبور این زمان**

**هست یاد آن فلانه و آن فلان**

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۴۳۷)

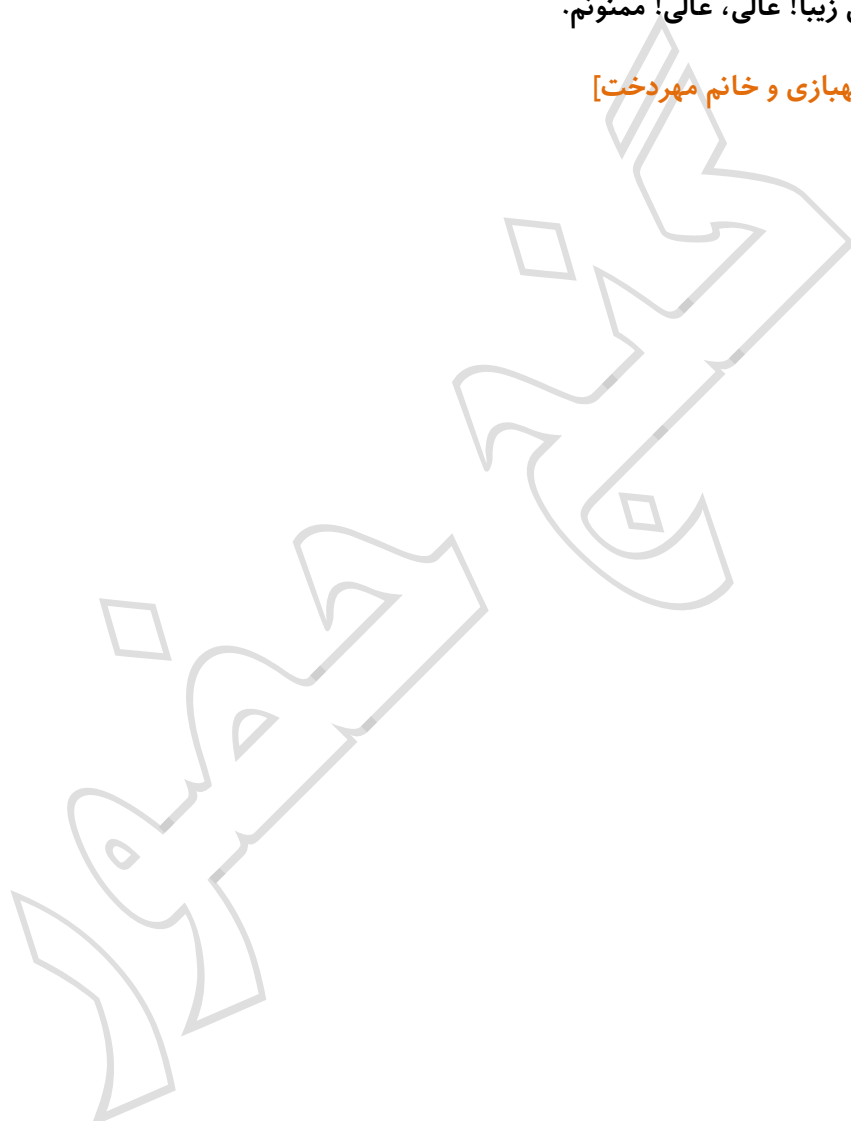


دَمِ بخور در آبِ ذکر و صبر کن  
تا رهی از فکر و وسواس کهن  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۴۳۸)

ممنون. این متنی بود که با تجربه‌ام و برداشت‌هایم از درس‌ها نوشتم و خواستم خدمتتان عرض کنم.

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

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم مهردخت]



## ۲۰- سخنان آقای شهبازی

**آقای شهبازی:** بله مولانا می‌گوید این زندگی همانیده با ذهن که تقریباً زندگی اکثر مردم جهان را تشکیل می‌دهد مثل این است که تعدادی زنبور شما را دارند دنبال می‌کنند که نیش بزنند و گروه زنبورها بالا سرتان وزوز می‌کنند و هر کدام توانست نیش می‌زند و این زنبورها شما را رها نمی‌کنند. اگر در هوای آزاد باشید هر جا بروید می‌آیند.

فکرهای ما هم مثل این زنبورها هستند. وقتی فکرهای همانیده بالا می‌آید و بی‌مرادی را ما تجربه می‌کنیم یا یک دردی را از گذشته به این لحظه می‌آورد، نیش می‌زند و می‌گوید چاره‌اش این است که این زنبورها که دنبال شما هستند شما را نیش بزنند، بپرید زیر آب بروید. مثلاً بپرید یک استخری بروید زیر آب و اگر زیر آب بروید که معادل غرق شدن در دریای یکتایی است یعنی این قدر «فضاگشایی» کنید که بروید زیر آب فضای گشوده‌شده، یعنی چه؟ یعنی اتصال با ذهن همانیده قطع بشود یا چیزی از ذهن نیاید به مرکزت.

در این صورت زنبورها زیر آب نمی‌توانند بیایند. پس وقتی غرق فضای یکتایی می‌شوید، فضا را کاملاً باز می‌کنید، ذهن خاموش می‌شود، زنبور نمی‌تواند به آن فضا بیاید. این را داشتند می‌گفتند. شعرش روی صفحه هم هست.

(شعر روی صفحه)

**آب، ذکرِ حقّ و، زنبور این زمان**

**هست یاد آن فلانه و آن فلان**

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۴۳۷)

**دَم بخور در آبِ ذکر و صبر کن**

**تا رهی از فکر و وسواسِ کهن**

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۴۳۸)

«آب، ذکرِ حقّ» است «و، زنبور این زمان». یعنی آبی که می‌گوییم شما زیرش بروید همان حرفی که مرتب من می‌زنم. می‌گوییم «ذکر» بکنید. «ذکر» هم یعنی خواندن اشعار مولانا برای ما پشت سرهم.

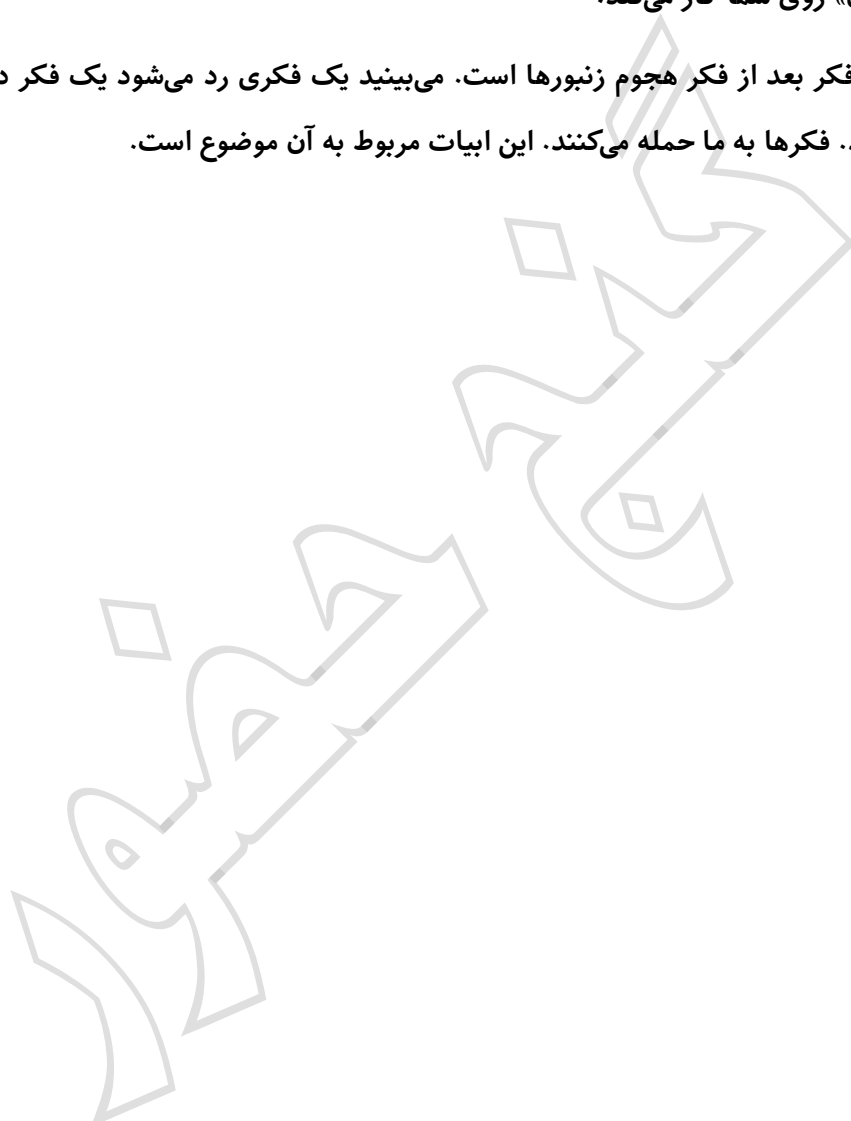
پس وقتی اشعار مولانا را می‌خوانید دریاچه باز می‌شود. زنبورها هم که آن بالا هستند مرتب ما را نیش می‌زنند. وقتی «ذکرِ حق» می‌کنید چون این شعرها همه «ذکرِ حق» است. شما را به زندگی زنده می‌کند و این لحظه زنبور یاد فلان چیز و بهمان چیز است. وقتی یاد چیزهای همانیده می‌افتید این زنبور است و ذکر و فضای گشوده‌شده آب است.



شما مرتب شعرها را می‌خوانید آب باز می‌شود، می‌روید زیرش زنبورها قطع می‌شوند. در نتیجه می‌گوید «دَم بخور»، «دَم بخور» یعنی نفست را بکش، دیگر برو زیر آب یعنی بر حسب ذهن نفس نکش.

«دَم بخور در آب ذکر» می‌گوید. مرتب این شعرها را بخوان، فضا باز بشود، صبر کن. چون فضا باز است زندگی روی شما کار می‌کند و صبر هم می‌کنید. اولاً زنبورهای بیرون یعنی فکرها نمی‌توانند شما را نیش بزنند. از آن‌ور هم «قضا و کن‌فکان» روی شما کار می‌کند.

پس این وسواس و فکر بعد از فکر هجوم زنبورها است. می‌بینید یک فکری رد می‌شود یک فکر دیگر می‌آید، یک فکر دیگر می‌آید. فکرها به ما حمله می‌کنند. این ابیات مربوط به آن موضوع است.



## ۲۱- خانم پروین از اصفهان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم پروین]

خانم پروین: با اجازه‌تان.

از فراق شمس دین افتاده‌ام در تنگنا  
او مسیح روزگار و درد چشم بی‌دوا  
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۵۵)

هیجان‌ات و خواسته‌های من‌ذهنی باعث ایجاد تنگنایی مثل سبب‌سازی، تشخیص اشتباه دل مصنوعی به‌جای دل واقعی و گیج شدن، ناموس و پندار کمال و نقص دیدن در دیگران، انکار ابیات مولانا، گیر افتادن در چرخه عادات من‌ذهنی و درنهایت احساس تهی شدن و ناامیدی است. افسردگی و ناامیدی تنگنایی است که به‌سرعت خون زندگی را از وجودمان تخلیه کرده، پژمرده می‌شویم.

وقتی به‌نام حرکت در مسیر معنوی و با سبب‌سازی پایان راه را دیدن، مدت‌ها ذهن مثل چینی‌ها طراحی می‌کند و ما مجری اوامر آن هستیم، مثل قوم موسی که بعدِ چهل سال خود را سر جای اول دید با تنگنای ناامیدی که حتماً طلبت‌ خدایی نبود که به جایی نرسیدی و احساس خبط به‌خاطر ضررهایی که به خود و دیگران وارد کردی، مواجه می‌شویم و این تنگنا فقط القای ذهن است که به بن‌بست رسیدی و همچنین مانعی برای دریافت رحمت خداوند.

حَبِّذا دو چشم پایان بین راد  
که نگه دارند تن را از فساد  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۵۷)

ناامیدی را خدا گردن زده است  
چون گنه مانند طاعت آمده ست  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۳۶)

زین شود مرجوم، شیطان رجیم  
و ز حسد او بطرقد، گردد دو نیم  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۳۸)



او بکوشد تا گناهی پرورد  
ز آن گنه، ما را به چاهی آورد  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۳۹)

چون ببیند کان گنه شد طاعتی  
گردد او را نامبارک ساعتی  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۴۰)

تمام شد استاد، خیلی ممنونم از وقتی که به من دادید.

آقای شهبازی: خیلی ممنون. زحمت کشیدید، عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم پروین]

## ۲۲- خانم اکرم از تهران

[سلام و احوالپرسی آقای شهبازی و خانم اکرم]

**خانم اکرم:** اکرم هستم از تهران. از برنامه عالی ۹۷۹ که اجرا کردید قدردانی می‌کنم و یادداشتی آماده شده با اجازه‌تان بخوانم.

**آقای شهبازی:** بفرمایید.

**خانم اکرم:** مرسی، ما در تنگنا می‌افتیم و به درد می‌افتیم بر اثر این که می‌گوییم خانه ندارم، نمی‌توانم زندگی کنم مرتب فضاگشایی کنیم و مرتب حواسمان به خودمان باشد و ابیات را که ذکر هم هستند تکرار کنیم.

هر یک از این همانندگی‌ها که در مرکز ما هستند زندگی را می‌زدند و موش هستند باید آن‌ها را پیدا کنیم و از مرکزمان خارج کنیم.

«لا» و «الا» یکی هستند وقتی آن چیزی که ذهنمان نشان می‌دهد را انکار می‌کنیم به «الا» زنده می‌شویم. شناسایی در هر وضعیتی و در هر درجه‌ای از وضعیت، وقتی به فضاگشایی برگردیم بدانیم که داریم درست عمل می‌کنیم.

از برای صلاح مجنون را  
بازخوان ای حکیم افسون را

از برای علاج بی‌خبری  
درج‌کن در نَبید افیون را

چون نداری خلاص، بی‌چون شو  
تا ببینی جمال بی‌چون را  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۴۵)

درج‌کردن: داخل کردن

نَبید: شراب

افیون: تریاک

گر همی خواهی سلامت از ضرر  
چشم زاوّل بند و پایان را نگر  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۶۰)





از فراقِ شمسِ دین افتاده‌ام در تنگنا  
او مسیحِ روزگار و دردِ چشمِ بی‌دوا  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۵)

گرچه دردِ عشقِ او خود، راحتِ جان من است  
خونِ جانم گر بریزد او، بُودِ صد خون‌بها  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۵)

اشاره است بدان که عیسی (ع) به اذن خداوند کور مادرزاد را شفا می‌داد. اشاره به قرآن کریم، آیه ۴۹، سوره آل عمران (۳).

وقتی بند نافمان را از جهان بریدند دیگر بر نمی‌گردیم به جهان و راه غذاهای دیگر را برایمان باز می‌کنند.

جَوَّوِی، چون جمعِ گردی زاشت‌بها  
پس توان زد بر تو سِکّه‌ی پادشاه  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۹۰)

فضا را باز کنیم، تعصب نداشته باشیم با خردمندی عمل کنیم ببینیم چه می‌شود. اگر همانندگی‌ها را کم کنیم سبک می‌شویم و از تنگنا می‌آییم بیرون. در برابر مردم، در برابر خدا، در هر وضعیتی فضاگشایی کنیم.

حکمِ حق گسترده بهر ما بساط  
که: بگویند از طریقِ انبساط  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۶۷۰)

صبر کلید گشایش است، اگر ما به دیگران روا نمی‌داریم که خوشبخت و موفق باشند، بدانیم که برای خودمان هم روا نمی‌داریم.

تاجِ کَرَمَناسْت بر فرقِ سَرَت  
طُوقِ اَعْطَیْناکِ آویزِ بَرَت  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۵۷۴)

مولانا ما را از شیر شیطان باز می‌کند، بیت‌ها را هی تکرار کنیم تا عقل درست ما را به کار بیندازند، هشیاری ما باید جمع شود تا به زندگی زنده بشویم، پرهیز یعنی این که به هیچ وجه اجازه نمی‌دهم چیزی که ذهنم نشان می‌دهد را بیاورم به مرکز.



فضاگشایی کلید هست که مرکزمان عدم می‌شود و فکرهایمان هماهنگ با مرکز عدم می‌شود. اگر رفتارهای من‌ذهنی را انجام دهیم هماهنگ با مرکز عدم نیستیم و در ذهن هستیم.

**گفت: «آخر، چون درآیم؟ خانه تا سر آتش است  
می‌بسوزد هر دو عالم را، ز آتش‌های لا»  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۵)**

نرو به ذهن و عاقبت را ببین! بلکه مرکز را عدم کن تا عاقبت‌بینی شوی. وقتی به زندگی زنده می‌شویم نظیر ما در این جهان وجود ندارد وقتی از عدم آمدیم بالا می‌بینیم موفق شدیم و به هدفمان رسیدیم.

**عاقبت‌بینی مکن، تا عاقبت‌بینی شوی  
تا چو شیرِ حق باشی، در شجاعت لافتی**

**تا ببینی هستی‌ات چون از عدم سر برزند  
روح مطلق کامکار و شہسوار هل آتی  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۵)**

ما فکر نیستیم و ذهن نمی‌تواند ما را بشناسد [صداناواضح] فضای گشوده‌شده بیاید بالا. اگر عقل ما را نترساند فضا را باز می‌کنیم و با خدا یکی می‌شویم و می‌رویم به فضای یکتایی. اگر می‌خواهیم در این تنگنا ضرر نکنیم، چشمان را از چیزهایی که اول می‌بینیم ببندیم و پایان که به خدا می‌رسیم را ببینیم.

اگر از این عدم بیاییم بالا همه چیز پیدا می‌کنیم ولی مواظب باشیم که با ذهن شناسیم این عدم را. آسیای ما از موج این عدم می‌گردد، صوفی برحسب گذشته حرف نمی‌زند و «انصتوا» را رعایت می‌کند.

**از میان شمع بینی بر فرزند شمع تو  
نور شمعت اندر آمیزد به نور اولیا  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۵)**

من‌ذهنی‌هی در می‌زند بیا بیرون، مرکزت را عدم نکن خودمان را به موج عدم بسپاریم، هر کس در انسان‌ها زندگی را ببیند، عشق را دریافته. هی می‌رویم جلو و پیشوایی و مقتدایی ما را به اشتباه می‌اندازد. اگر فکر می‌کنیم به صدر رسیدیم پس گردهایی در ما هست که باید پراکنده شود و پیشوا و مقتدا بودن ضرر دارد.



طغیان یعنی می‌گوییم فکر و عمل من درست است و فضا را باز نمی‌کنیم و فرعون می‌شویم تا سجده نکنیم بر خاک فضای گشوده‌شده، این نفرین داغ خدا بر پیشانی ما که همان من‌ذهنی است از ما جدا نمی‌شود.

اگر از مقامی که برای خود ساخته‌ایم خدا ما را متلاشی کرد بفهمیم که طغیان کردیم و سجده کنیم، فضا را باز کنیم، اگر چیزها را بیاوریم به مرکزمان متوقف می‌شویم. وقتی متوجه می‌شویم این من‌ذهنی نورش به درد نمی‌خورد، آن را نصف کنیم یعنی اتصال فکر را قطع کنیم، این معجزه است، «شق القمر» است. مرکز عدم را... آقای شهبازی معذرت می‌خواهم.

**آقای شهبازی:** بله داریم گوش می‌دهیم.

**خانم اکرم:** یک صفحه دیگر، کمتر مانده، اشکالی ندارد بخوانم؟

**آقای شهبازی:** بخوانید خواهش می‌کنم.

**خانم اکرم:** بله، خیلی ممنون، مرسی، مرکز را عدم کردن، فضاگشایی کردن زندگی ما را درست می‌کند زندگی بیرونی ما را درست می‌کند و ما را از بی‌حالی و بی‌انرژی بودن درمی‌آورد.

هرچه زودتر مرکزمان را عدم کنیم و به لحظه بعد نیندازیم و صبر نکنیم از این کار و پرهیز هم نکنیم از این کار. من هرکاری می‌توانم بکنم ولی خدا دارد نگاه می‌کند یعنی از حضور عمل کنیم و اگر از ذهن نباشد درست است. اول دانه را نبینیم و دام را ببینیم، بند دام را ببینیم.

## حَبِّدَا دُو چَشمِ پَیانِ بَینِ راد که نگه دارند تن را از فساد

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۵۷)

حَبِّدَا: خوشا

راد: حکیم، فرزانه، جوانمرد

تمام شد آقای شهبازی و واقعاً از شما ممنونم و همچنین از آقای صادق و از خانم سرور بابت نوشتار ابیات هندسی و خانم بهار بابت خوانش ابیات هندسی و خانم سمانه بابت خوانش همه ابیات که استفاده می‌کنند تشکر می‌کنم و کلاً از همه دوستان بابت پیغام‌هایشان و از کسانی که خدمت می‌کنند قدردانی می‌کنم و از شما آقای شهبازی که باعث همه این برکات شدید، سپاسگزارم.

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

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم اکرم]

۲۳- آقای محمد از ایتالیا

[سلام و احوالپرسی آقای شهبازی و آقای محمد]

آقای محمد: محمد هشتم ۲۳ ساله از ایتالیا.

آقای شهبازی: آقای محمد ۲۳ ساله از ایتالیا، [خنده آقای شهبازی] آفرین، آفرین بفرمایید.

آقای محمد: یک شعری برایتان آماده کرده بودم استاد.

آقای شهبازی: بفرمایید خواهش می‌کنم.

آقای محمد:

نیست آن مکان دُکان زندگانی  
نیست آن حضور نامش همانیدگانی

نیست آن طریق زندگانی  
نیست این عدم ناتوانی

صبر و شکر و عدم  
این یعنی همان زندگانی

عاشقِ صنَعِ توأم در شُکر و صبر  
عاشقِ مصنوعِ کی باشم چو گبر؟

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۰)

نمره‌اش بیست هر صورت فراز

که هرچه هست اوست [صداناواضح]

[شاعر: آقای محمد]

استاد جان تمام شد.

[خداحافظی آقای شهبازی با آقای محمد]

❖ ❖ ❖ پایان بخش سوم ❖ ❖ ❖



## ۲۴- خانم سرور از گلستان با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی خانم سرور و آقای شهبازی]

**خانم سرور:** خیلی ممنونم از شما جناب شهبازی، از برنامه‌های روشنگرتان، واقعاً خیلی زحمت می‌کشید و برای بیداری ما تا آن‌جا که در توان دارید می‌گذارید، ان‌شاءالله که ما بتوانیم درست استفاده کنیم، ممنونم از شما. **آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم، شما که بیشتر از بنده زحمت می‌کشید. [خنده آقای شهبازی] ماشاءالله، ماشاءالله.

**خانم سرور:** خواهش می‌کنم ما کاری نمی‌کنیم واقعاً در مقابل زحمات‌های شما واقعاً ما کاری انجام نمی‌دهیم. **آقای شهبازی:** نه! خیلی کار می‌کنید، خیلی کار می‌کنید شما و دوستانتان، می‌دانم گروه نکات به اصطلاح برنامه‌ها را دارید و خیلی زحمت می‌کشید، خیلی زحمت می‌کشید، روی خودتان کار کرده‌اید، این مطلب را عمیقاً یاد گرفته‌اید، الان دارید کمک می‌کنید، دیگر هر کاری که از دستتان برمی‌آید می‌کنید و شب و روز هم کار می‌کنید ماشاءالله. و بسیار هم مؤثر است، بسیار هم کار شما مؤثر است، دیگر چه می‌خواهیم دیگر.

**خانم سرور:** خواهش می‌کنم، زنده باشید، ممنونم. همه زحمات‌های شماست آقای شهبازی، همه زحمات‌های شماست، ما دنبال زحمات‌های شما را فقط می‌گیریم. خدا را شکر می‌کنیم که همچنین بستری برای ما فراهم شده که بتوانیم ادامه بدهیم برنامه را و در اصل همان به قول فرمایش شما روی خودمان داریم کار می‌کنیم. ممنونم از شما.

**آقای شهبازی:** مهم استفاده است. قدردانی فقط به کلام نیست. قدرشناسی، دانستن قدر یک چیزی، استفاده از آن است. شما اگر استفاده نکنید فایده ندارد. منتها من ذهنی قدرشناسی و قدردانی را و شکر را خیلی کم‌اهمیت جلوه می‌دهد و به عمل نمی‌آورد.

**خانم سرور:** بله درست است.

**آقای شهبازی:** هر کسی شکر می‌کند، شکر خدا را می‌کند، خدایا به من بدن سالم دادی، خب از این بدن سالم چه استفاده‌ای می‌کنی؟ نکنند همین بدن سالم را ظاهراً می‌گویی شکر، ولی باطناً خرابش می‌کنی؟ نکنند این امکانی که در اختیار انسان هست از آن استفاده نمی‌کنی؟

حالا ما شکر این را به‌جا می‌آوریم که یک سکوی پخش مولانا برای ما داده شده، لطف خداوند، تعدادی از شما بینندگان هم آستین بالا زدید و در خودتان سلامتی می‌بینید، دانش می‌بینید، کمک می‌کنید. وقتی کمک می‌کنید،

کار می‌کنید، این قدرشناسی است و شکر است. اگر روی خودت اعمال نمی‌کنی، فقط نگاه می‌کنی، نه! این شکر نیست، شکر نیست. ولی شما شکرگزار هستید، برای همین هم خودتان پیشرفت کردید، پس خانواده‌تان درست شد، تمام مزایای شکر را شما گرفتید. پس معلوم می‌شود کار کردید. بله، ممنونم.

**خانم سرور:** خدا را شکر، همه زحمتهای شما است جناب شهبازی، خدا را شکر می‌کنم واقعاً که یعنی از همه چیزتان گذاشتید، از وقتتان، از سرمایه‌تان، از بیست و چند سال است دارید زحمت می‌کشید. خدا را هزاران شکر، هزاران شکر واقعاً، امید باارزش شما بود که ما الآن این‌جا هستیم، وگرنه اگر برنامه گنج حضور نبود که من حتماً تا الآن مرده بودم. واقعاً این را با تمام وجودم می‌گویم واقعاً.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم سرور:** خیلی خیلی به من کمک کرده برنامه گنج حضور، اصلاً نمی‌توانم به زبان بیاورم، نمی‌توانم بگویم، خیلی زیاد! یعنی من یک اصلاً مرده متحرک بودم واقعاً! این قدر بد بود زندگی من، اصلاً هم حال جسمی‌ام خیلی بد بود، هم حال روحی‌ام، یعنی واقعاً داشتم می‌مردم انگار، خدا می‌خواست، به‌رحال خدا را هزاران شکر که نصیبم شد این برنامه.

**آقای شهبازی:** آخر شما الآن نگاه کنید ما مثلاً این‌همه مردم از دانش مولانا استفاده کرده‌اند، زندگی‌شان را درست کردند. شما هم دارید به زبان خودتان اقرار می‌کنید که مولانا چقدر به شما کمک کرد. حالا، این ابیات را ما می‌دانستیم، به‌نظر شما بیست سال پیش که من این ابیات را می‌دانستم، می‌گفتم پولم در بانک باشد و این ابیات هم در جیبم باشد، یا نه خوب بود که پولمان را خرج کنیم و هرچه که داریم در این راه بگذاریم، شب و روزمان را بگذاریم که شما هم بدانید.

**خانم سرور:** بله، واقعاً.

**آقای شهبازی:** الآن شما می‌دانید ببینید چه غوغایی برپا شده، چه شوری برپا شده در دل مردم، چقدر مشغول درست کردن زندگی‌شان هستند. من می‌دانستم که این ابیات را شما به‌اصطلاح خواهید گرفت. البته می‌دانستم که، حدس می‌زدم، می‌گفتم اگر من با این هوش کم توانستم ارزش این ابیات را بفهمم، خب مردم هوششان از من خیلی بیشتر است. آن‌ها بهتر می‌فهمند، پس این ریسک هم نیست، آدم پولش را در این راه خرج کند.

**خانم سرور:** واقعاً شما خیلی، واقعاً یک عارف خیلی بزرگی هستید. من به زبان نمی‌گویم، این را با تمام وجودم می‌گویم. واقعاً خیلی خیلی خردمندید شما واقعاً جناب شهبازی! یعنی همه‌جور تمام هستید.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم، نه، شما لطف دارید.



**خانم سرور:** من این را زبانی فقط نمی‌گویم، یعنی واقعاً ثابت کردید به همه، که در طول این بیست و چند سال واقعاً خیلی تعهد و همت می‌خواهد که یک برنامه را آدم ادامه بدهد با خرج خودش با تلاش خودش. شما سال‌های سال تنها بودید، الان چندسالی هست که همراه پیدا کردید.

**آقای شهبازی:** لطف دارید. درست است.

**خانم سرور:** واقعاً سال‌های سال تنها بودید، تنها پیش بردید. واقعاً خیلی همت می‌خواهد. واقعاً از شما ممنونم که ادامه دادید و به ما رسید و میراثی از شما واقعاً به‌جا ماند، دیگر اصلاً ارزشش گفتنی نیست، نمی‌توانیم بگوییم چقدر ارزشمند است.

**آقای شهبازی:** لطف دارید. آفرین! اجازه بدهید این را بگویم من عارف نیستم، من کارهای نیستم، ولی حداکثر سعی‌ام را می‌کنم. سعی‌ام را که می‌توانم بکنم، هیچ چیز نیستم ولی سعی‌ام را می‌توانم بکنم. این سعی دست من است، این‌که وقتم را چه‌جوری صرف کنم، برای چه کاری صرف کنم، دست من است، و دوست دارم.

اگر ارزش‌گذاری می‌کنیم ما، ما می‌گوییم مولانا بزرگ است، و بعد آن موقع خودمان هم می‌بینیم بزرگ است، این دیگر دیوانگی است آدم پولش را در این راه خرج نکند، کمک نکند! این دیگر باید آدم از خودش خجالت بکشد. بعد آن موقع هم این‌همه لطف کرده خداوند، خب بالاخره هفتاد و شش سالم است، تا حالا سالم بودم، حالا از فردایش آدم خبر ندارد.

**خانم سرور:** خدا را شکر، خدا را شکر. ان‌شاءالله سلامت باشید.

**آقای شهبازی:** خب می‌گوییم سالم هستیم، عقل ما کار می‌کند، چیزها یادمان نمی‌رود، نمی‌دانم خب در این سن هم می‌گوییم حالا این امکانات را داریم، یک مقدار، نه زیاد، یک مقدار پول داریم بالاخره در این راه خرج کنیم. چه می‌دانم، خانه مولانا درست کردیم. دیگر از دستمان همین برمی‌آید، که دیگر می‌گوییم دیگر حداکثر سعی‌مان را بکنیم دیگر، از ما دیگر چیزی نماند. من مثل یک پارچه خیزی هستم می‌گویم باید این را فشار بدهی بچلانی تمام آبش بیاید بیرون، از من، من خودم را دارم می‌گویم.

**خانم سرور:** بله، بله، گذاشتید واقعاً! همه‌چیز گذاشتید واقعاً! ممنونیم از شما.

**آقای شهبازی:** ان‌شاءالله که این‌طور باشد، ممنونم. ببخشید، بفرمایید در خدمتان هستیم.

**خانم سرور:** خواهش می‌کنم، اختیار دارید، استفاده کردم. یک متنی آماده کردم اگر اجازه بفرمایید بخوانم.

**آقای شهبازی:** بله بله، بفرمایید.



خانم سرور: «سبب‌سازی ذهن»:

گویدش: رُدُّوا لَعَادُوا، کارِ توست

ای تو اندر توبه و میثاق، سُسْت

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۸)

لیک من آن ننگرم، رحمت کنم

رحمتم پُرست، بر رحمت تنم

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۹)

ننگرم عهد بدت، بدهم عطا

از کرم، این دم چو می‌خوانی مرا

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۶۰)

رُدُّوا لَعَادُوا: اگر آنان به این جهان برگردانده شوند، دوباره به آنچه که از آن نهی شده‌اند، بازگردند.

ذهن یک سیستم همانیده، شرطی‌شده و سبب‌ساز است، ذهن همانیده یا من‌ذهنی با سبب و علت کار می‌کند، برای این‌که بتوانیم سبب‌سازی ذهن را در خودمان ببینیم، باید ناظر ذهنمان شویم و بدانیم که سبب‌سازی یکی از ترفندهای من‌ذهنی است. سبب‌ها ما را در ذهن نگه می‌دارند، اگر سبب‌سازی را ادامه دهیم، در زندان و حبس ذهن باقی خواهیم ماند.

ذهن سبب‌ساز با باورها و الگوهای کهنه کار می‌کند، این لحظه را که خداوند است نمی‌شناسد، چون در زمان زندگی می‌کند، از این لحظه و «صُنْع و آفریدگاری» خداوند بی‌خبر است. سبب‌سازی ذهن بسیار به ما ضرر می‌زند و ما را از خداوند دور می‌کند. اما زندگی هر لحظه و هر ساعت یک شیوه نو دارد که با ذهن قابل پیش‌بینی نیست.

هر لحظه و هر ساعت یک شیوه نو آرد

شیرین‌تر و نادرتر زان شیوه پیشینش

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۲۷)

خداوند در این لحظه در کار جدید است و خلاقانه از طریق صُنْع و آفریدگاری نوبه‌نو در حال آفرینش است، ولی من‌ذهنی براساس کهنگی کار می‌کند، بنابراین با من‌ذهنی و سبب‌سازی‌هایش ما از صُنْع و خلاقیت باز می‌مانیم. در ما یک مشخصه عالی و ممتاز وجود دارد که همان صُنْع است، فضاگشایی هم معادل صُنْع است، چون هر فضاگشایی موجب شناسایی جدید در ما می‌شود و ما وارد یک مرحله جدیدی از آفرینش می‌شویم، هرچه فضا را بیشتر باز می‌کنیم، به‌عنوان خدایت، آفریدگاری و صنع ما هم بیشتر می‌شود.





یعنی دیگر از فکرهای کهنه و پوسیده من‌ذهنی و سبب‌سازی‌هایش استفاده نمی‌کنیم، بلکه این لحظه برای حل چالش‌هایمان یک فکر جدید خلق می‌کنیم. همان‌طور که خداوند هر لحظه و هر ساعت یک شیوه نو دارد و بر حسب قضا و کُن‌فکان می‌آفریند، ما هم به‌عنوان امتداد خدا نباید فکرهای کهنه را تکرار کنیم، بلکه باید با صنُع و آفریدگاری چیزی جدید خلق کنیم. اما ذهن صنُع و آفریدگاری را نمی‌شناسند، فقط از باورهای کهنه و پوسیده و الگوهای ذهنی استفاده کرده و سبب‌سازی می‌کند.

ذهن من‌دار هشیاری جسمی دارد، یک فضای علت و معلول و فضایی دردزاست و جز درد چیز دیگری برای ما ندارد، همچنین ذهن مدام برای ما دام می‌گذارد تا ما را به‌عنوان هشیاری صید کند، یا به‌عبارتی خودمان با من‌ذهنی هشیاری را صید کرده و در دام می‌اندازیم:

### در زمانه صاحبِ دامی بُود؟ همچو ما احمق که صیدِ خود کند؟ (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۷)

آیا در کل کائنات باشنده‌ای به حماقت ما انسان‌ها وجود دارد، درحالی‌که خودش باید صاحب ذهنش باشد ولی اختیار را به من‌ذهنی می‌دهد تا با سبب‌سازی‌هایش او را به دام بیندازد؟ پس ما باید هشیارانه عمل کنیم و لحظه‌به‌لحظه ناظر ذهنمان باشیم تا در دام من‌ذهنی و سبب‌سازی‌هایش نیفتیم. چون من‌ذهنی زیاده‌خواه است، مرتب دنبال هرچه بیشتر بهتر است. همین زیاده‌خواهی، ما را در سبب‌سازی و زندان ذهن نگه می‌دارد.

ما در ذهن علت و معلول‌ها را به هم وصل می‌کنیم، که بعضی از آن‌ها در جهان مادی ممکن است درست دربیاید، اما در جهان معنوی هیچ‌کدام درست نیست. یعنی اگر فکر کنیم که قوانین علت و معلول ذهنی، چیزهایی که در ذهنمان برقرار کرده‌ایم سبب پیشرفت معنوی ما می‌شود، باید بدانیم که سخت در اشتباه هستیم، چنین چیزی امکان ندارد. سبب‌ها در کارهای بیرون ممکن است مفید باشند و به ما کمک کنند که زندگی بهتری داشته باشیم، ولی سیستم سبب‌سازی ذهن برای زنده شدن به خدا کار نمی‌کند، بلکه بسیار بازدارنده و مانع است.

همچنین مقاومت و قضاوتِ ذهن، که آن هم نوعی سبب‌سازی است، نمی‌گذارد ما به عشق...

[قطع تماس]

آقای شهبازی: حالا کسی نیست خانم سرور اگر می‌خواهید دوباره بگیرید، بگیرید.

۲۵- آقای حسام از مازندران با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای حسام با آقای شهبازی]

**آقای شهبازی:** آقای حسام [خنده آقای شهبازی] ما به خیال این‌که خانم سرور هست، ببخشید خانم سرور صحبتشان ناقص ماند. خوشحال شدم که شما زنگ زدید.

**آقای حسام:** بله متأسفیم، واقعاً داشتیم استفاده می‌کردیم. ببخشید.

**آقای شهبازی:** حالا ان‌شاءالله بگیرند، بفرمایید شما صحبتتان را بکنید. شاید بعد از شما ایشان بگیرند، الآن خلوت است. بله، بفرمایید.

**آقای حسام:** ان‌شاءالله. خدا قوت به شما.

**آقای شهبازی:** خیلی ممنون، کاری نکردیم قربان [خنده آقای شهبازی].

**آقای حسام:** بابا ما نمی‌دانیم چه‌جوری جبران بکنیم آقای شهبازی! شما کاری نکردید؟! [خنده آقای حسام]

**آقای شهبازی:** شما لطف دارید.

**آقای حسام:** من با اجازه اول یک عرض ادب کنم خدمت همه‌ی دوستان، تشکر از پیغام‌های عالی، بسیار عالی! خدا را شکر، خدا را شکر. آقای شهبازی این بستری که شما ایجاد کردید برای رشد این خرد جمعی واقعاً سپاس از خدا، شکر خدا.

جالب است بگویم در یکی از این کارگروه‌هایی که ما هستیم، امروز یک دوستی نتوانستند، امروز که نه دیروز فکر می‌کنم، یک دوستی نتوانسته بودند تاپ انجام بدهند آقا برای جبران کار ایشان [خنده آقای حسام] دوتا از دوستان داشتند از همدیگر سبقت می‌گرفتند، آن می‌گفت من انجام می‌دهم دیگری می‌گفت من انجام می‌دهم.

**آقای شهبازی:** آفرین! آفرین!

**آقای حسام:** واقعا عجیب است! فقط در محضر مولانا، این بستری که شما ایجاد کردید این اتفاقات می‌افتد.

**آقای شهبازی:** من نکردم! من نکردم شما و مولانا کردید. واقعاً من کاری نکردم. الآن هم شما، شما و مولانا دارید کار می‌کنید. خواهش می‌کنم به من نسبت ندهید، من کاری نکردم بابا. لطف دارید شما.

**آقای حسام:** آقای شهبازی ما که کاری نکردیم، ولی همین مقدار اندک یعنی به ما این فرصت را دادید همین هم جای شکر دارد یعنی واقعاً. ما این لیاقت را داریم می‌آییم در این بستر کار کوچکی حالا اگر خدا قبول بکند به‌عنوان قانون جبران بپذیرد. همین هم شما، اختیار دارید نگویید آقای شهبازی. یعنی واقعاً دست ما را گرفتید آوردید، مولانا را به خانه ما آوردید. کار بسیار بزرگی بوده.



**آقای شهبازی:** کار با حضور؛ حالا فرصت صحبت شماست؛ کار با فضاگشایی و حضور جمع می‌شود. یادتان هست می‌گوید مولانا می‌گوید این انبار ما موش دارد. آدم‌ها با من ذهنی هفتاد سال عبادت می‌کنند بعد از هفتاد سال می‌بینند که هی می‌ترسند، حسود هستند، چشم ندارند یکی دیگر را ببینند، بداخلاق هستند. می‌گویند آقا این هفتاد سال عبادت من کجا رفت؟ بله موش دزدیده، زحمت کشیدی. می‌گوید آقا اگر موش در انبار ما نیست، این زحمات چهل‌ساله ما کجا رفته؟! این‌جا هم می‌گوییم هفتاد سال است زحمت می‌کشیم کجا رفته؟! تا شما می‌آیید به اصطلاح یک کاری می‌کنید واقعاً مثبت، سازنده، ولی با من ذهنی! می‌بینید نتیجه عکس داد.

ولی وقتی با حضور شما با هشیاری نظر کار انجام می‌دهید، فضا را باز می‌کنید، چون موش نمی‌تواند بدزدد، در انبار شما معنویت جمع می‌شود. معنویت جمع بشود این یک خداگونگی است، اثر سازنده دارد با ارتعاش روی مردم، روی خانواده، روی سلامتی خود آدم، در نتیجه می‌ماند، این از بین نمی‌رود.

آن یکی خراب می‌شود، فاسد می‌شود، از بین می‌رود. می‌گوید که «یک لطف خداوند بهتر از صدگون اجتهاد است.» صدگون کوشش ما با من ذهنی با یک ذره عنایت ایزدی، عنایت ایزدی مقایسه می‌کنید عنایت ایزدی اثرش بیشتر است، چرا؟ فضا را باز می‌کنید او عمل می‌کند، خرد کل عمل می‌کند.

مردم با عقل من ذهنی عمل می‌کنند نتیجه‌اش فاسد شدن است، تباهی است. بعضی‌ها خیلی زحمت می‌کشند، آخرسر می‌گویند آقا چرا این‌طوری شد؟! بابا با من ذهنی‌ات کار کردی، دائماً می‌خواستی خودت را نشان بدهی، می‌خواستی پز بدهی، می‌خواستی منافع من ذهنی را کسب کنی. حتی معنویت را ابزار کردی برای کسب به اصطلاح چیزهای مادی که با آن همانیده هستی.

آخر که ما نمی‌توانیم همین چیز، پیرزن کلان داستانش این را می‌گفت دیگر، می‌گفت عشرهای قرآن را به صورتش می‌زد یعنی چه؟ یعنی ما مفاهیم معنوی و دینی را ابزار قرار می‌دهیم برای این‌که هدف‌های من ذهنی را به دست بیاوریم. خب این کار نمی‌کند دیگر! نمی‌کند! این عبادت نیست که، ما آن موقع نوکر شیطان هستیم. هفتاد سال برای شیطان کار می‌کنیم، شیطان هم که به آدم مزد نمی‌دهد! بعد می‌گوییم آقا مزد ما کو؟ ببین برای چه کسی کار کردی؟

برو مزدت را، شیطان جز درد چیزی نمی‌دهد، برای همین است آخر عمری ما می‌بینیم که این‌همه کار کردیم، عبادت کردیم، گرفتار هستیم، در تنگنا هستیم. نمی‌توانیم با، هفتاد سالمان است نمی‌توانیم ببینیم مثلاً حتی فامیلان حالش خوب باشد، وضع مالی‌اش خوب باشد، بچه‌هایش موفق باشند. تا بچه‌های یکی موفق می‌شود حسادتمان می‌گیرد. این معلوم است که ما با یک ابزار دیگری کار می‌کنیم.



آن‌هایی که فقط، می‌بینید آقای صادق مثلاً یک بیت را گرفته‌اند تمام زندگی‌شان را درست کرده‌اند، زندگی‌شان را معنوی کردند.

**آقای حسام:** زندگی ما را هم دارند درست می‌کنند [خنده آقای حسام].

**آقای شهبازی:** بله. با یک بیت! پس معلوم می‌شود آدم یک چیز را درست بفهمد آن مثل چراغ قوه می‌ماند همین را می‌گیری و می‌روی، دیگر نشان می‌دهد. این تمثیل این‌که می‌گوید موسی رودخانه را باز کرد، دریای سرخ را، قوم بنی‌اسرائیل رد می‌شدند، همین است دیگر. ایشان یک چراغ قوه گرفته، یک بیت! هی این را روشن می‌کند مسئله‌اش را می‌بیند، بعد رفتارش را براساس آن می‌سنجد. یک تنگنایی که می‌تواند سبب حتی طلاق بشود، شما می‌آیید عصبانی می‌شوید، بعد می‌آیید خانه از همسرتان معذرت می‌خواهید تمام می‌شود می‌رود. تنگنا می‌سوزد می‌رود.

همان می‌تواند یک گره بشود، عقده بشود، بزرگ بشود، بزرگ بشود، بزرگ بشود، آدم جدا بشود از همدیگر. شما فکر کنید آدم‌ها چرا جدا می‌شوند از هم؟ چیزهای کوچک بزرگ می‌شود دیگر. چه کسی می‌کند؟ من ذهنی، شیطان. بفرمایید، ببخشید.

**آقای حسام:** خواهش می‌کنم، نه ما مثل همیشه استفاده می‌کنیم. فقط مولانا می‌تواند دید ما را به این شکل عوض بکند.

یعنی واقعاً، همین داستانی که امشب آقای صادق از دوستان فرمایش کردند که خانه‌ای خریده بود، همه در همه ما هست این دردها، ما از همدیگر یاد می‌گیریم، درواقع درد همدیگر را، درواقع هم‌هویت شدگی همدیگر را بر روی همدیگر می‌آوریم.

خدا را شکر. یک دوستی در یکی از همین کارگروه‌ها، فرمایش می‌کردند که من این روزها هرچه که می‌بینم به شکل قلب هست [خنده آقای حسام]. فرم‌ها که همان هستند این دید عوض شده، این آدم همه‌چیز را زیبا می‌بیند. فرمایش می‌کرد که در ظرف غذا قلب می‌بیند، کشمش را به شکل قلب می‌بیند، اصلاً خیلی جالب است این دید است که عوض شده.

**آقای شهبازی:** بله.

**آقای حسام:**

**آدمی دید است و باقی پوست است  
دید، آن است آن، که دید دوست است**

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۴۰۶)



حالا بزرگوارهایی مثل آقای صادق و خانم فریبا و بسیار دوستان، ما اسم‌هایشان را می‌شنویم، دوستانی هستند که از راهی با برنامه تماس می‌گیرند می‌شناسیمشان. چه دوستانی هستند بیرون که با برنامه تماس نمی‌گیرند ولی زندگی‌شان زندگی مولانایی شده.

آقای شهبازی: بله.

آقای حسام: چند روز پیش مهمان یکی از دوستان گنج حضور بودیم در همین سواحل مازندران، یعنی واقعاً یعنی آن بازتاب ابیات مولانا، آن درس‌هایی که شما به ما دادید، در زندگی ایشان یعنی جوری بود که نمی‌شد که ندید. یعنی از اول تا آخر این دیدار توصیه به صبر و توصیه به حق بود. چقدر یاد گرفتیم از ایشان.

آقای شهبازی: آفرین! آفرین! بفرمایید.

آقای حسام: آقای شهبازی من متنی که ندارم فقط زنگ زدم تشکر کنم هم از شما هم از همه دوستان. یک تشکر هم می‌خواهم این‌جا از همه انسان‌هایی که در زندگی من آمدند، ماندگار شدند، رفتند. از مادرم که خیلی چیزهای خوب از ایشان یاد گرفتم، و آن کسانی که فکر می‌کردم که بد هستند، ولی خب مأمور خداوند بودند، یعنی آمده بودند که من همانیدگی‌هایی در خودم شناسایی بکنم.

## خشم یاران فرع باشد، اصل‌شان عشقِ نو است از برای خشمِ فرعی اصل را رانی چرا؟ (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۷)

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

آقای حسام: یک عذرخواهی هم می‌خواهم از خدا بکنم. امشب یک مقداری لطیف شدیم [خنده آقای حسام]

آقای شهبازی: آفرین.

آقای حسام: عذرخواهی می‌کنم از خدا بابت تمام آن لحظاتی که من هدر دادم و فضا را در برابر اتفاقات بستم یعنی واقعاً خدایا نمی‌دانستم. هر اتفاقی که پیش آمده بود، هر اتفاقی که پیش می‌آید، از این به بعد هم پیش خواهد آمد برای آگاهی من است. ممنونم از شما، خیلی ممنونم.

آقای شهبازی: آفرین! ممنونم.

[ خداحافظی آقای حسام با آقای شهبازی ]

## ۲۶- خانم سرور از گلستان با سخنان آقای شهبازی

[سلام مجدد آقای شهبازی و خانم سرور]

خانم سرور: ادامه متنم اگر اجازه بفرمایید بخوانم.

آقای شهبازی: بله بله بفرمایید، بله.

خانم سرور: خواهش می‌کنم.

پس ما باید هشیارانه عمل کنیم و لحظه‌به‌لحظه ناظر ذهنمان باشیم تا در دام من‌ذهنی و سبب‌سازی‌هایش نیفتیم. چون من‌ذهنی زیاده‌خواه است، مرتب دنبال هرچه بیشتر بهتر است. همین زیاده‌خواهی ما را در سبب‌سازی و زندان ذهن نگه می‌دارد.

ما در ذهن علت و معلول‌ها را به هم وصل می‌کنیم که بعضی از آن‌ها در جهان مادی ممکن است درست دربیاید. اما در جهان معنوی هیچ‌کدام درست نیست، یعنی اگر فکر کنیم که قوانین علت و معلول ذهنی، چیزهایی که در ذهن‌مان برقرار کرده‌ایم سبب پیشرفت معنوی ما می‌شود باید بدانیم که سخت در اشتباه هستیم. چنین چیزی امکان ندارد.

سبب‌ها در کارهای بیرون ممکن است مفید باشند و به ما کمک کنند که زندگی بهتری داشته باشیم، ولی سیستم سبب‌سازی ذهن برای زنده شدن به خدا کار نمی‌کند، بلکه بسیار بازدارنده و مانع است.

همچنین مقاومت و قضاوت ذهن که آن هم نوعی سبب‌سازی است نمی‌گذارد ما به عشق یعنی به خدا زنده شویم. اگر بخواهیم با سبب‌سازی ذهن پیش برویم از «مسبب» یعنی خداوند دور و دورتر می‌شویم، از دام [قطع صدا] نمی‌توانیم رها شویم، از آرامش، شادی بی‌سبب و برکات زندگی محروم خواهیم ماند. پس تنها چاره ما این است که از من‌ذهنی ناامید شویم و از سبب‌سازی آن بیرون بپریم و با فضاگشایی به مسبب پناه ببریم.

### تو سبب‌سازی و دانایی آن سلطان بین آنچه ممکن نبود، در کف او امکان بین

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۰۰۲)

برای رها شدن از سبب‌سازی ذهن این لحظه فضا را باز کن تا ببینی دانایی و سبب‌سازی خداوند بر دانش سطحی من‌ذهنی چیره است. بدان هر چیزی که ذهن نشان می‌دهد یک پیغام است، پس فضا را بگشا تا پیغام را دریافت کنی. و آنچه را که با عقل من‌ذهنی و سبب‌سازی او غیرممکن است، در فضای گشوده‌شده امکان‌پذیر ببینی.



## جمله قرآن هست در قطع سبب

### عزّ درویش و ، هلاک بولهب

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۵۲۰)

تمام آیات قرآن برای این آمده است که انسان را از سبب‌سازی ذهن بیرون بیاورد. همچنین این آیات کسی را که با فضاگشایی مرکزش را عدم کرده و به زندگی زنده شده، عزیز و ارجمند می‌دارد. بنابراین چنین شخصی درویش است. اما کسی که فضا را بسته، با سبب‌سازی ذهن کار می‌کند، مانند بولهب سرانجامی جز درد و هلاکت نخواهد داشت.

## گویش: رُدُّوا لَعَادُوا کار توست

### ای تو اندر توبه و میثاق سست

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۸)

رُدُّوا لَعَادُوا: اگر آنان به این جهان برگردانده شوند، دوبار به آنچه که از آن نهی شده‌اند، باز گردند.

«رُدُّوا لَعَادُوا» آیه قرآن است. خداوند می‌فرماید: ای بنده توبه‌شکن و سست‌عهد، کار تو همین است، عهد آلت در تو بسیار سست است و با دیدن ذهنی می‌بینی، میل داری هر لحظه دوباره به ذهن برگردی و از سبب‌سازی ذهن استفاده کنی و در زندان ذهن باقی بمانی.

ممنونم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین! آفرین.

خانم سرور: سلامت باشید.

آقای شهبازی: خانم سرور امشب موسیقی دارید؟

خانم سرور: بله پویا منتظر است که برای شما موسیقی بنوازد.

آقای شهبازی: [خنده آقای شهبازی] آفرین. خیلی خوب. خوب این ختم زیبایی هم هست که آقای پویا ساز می‌زنند و، ممنونم. از ایشان تشکر کنید که واقعاً این همه زحمت می‌کشند هر هفته آهنگ برای ما می‌فرستند.

خانم سرور: خواهش می‌کنم. خواهش می‌کنم، خیلی هم باعث افتخار ما است که موسیقی پویا از برنامه گنج حضور پخش بشود.



آقای شهبازی: لطف دارید.

خانم سرور: واقعاً خوشحالم من خودم، خیلی. خواهش می‌کنم.

[نواختن ساز توسط آقای پویا از پشت تلفن]

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

خانم سرور: خیلی ممنون از شما، سلامت باشید. خیلی خوشحال شدم.

آقای شهبازی: زحمت کشیدند. از ایشان تشکر کنید. عالی، ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم سرور]

❖ ❖ ❖ پایان بخش چهارم ❖ ❖ ❖