

# کنج حضور

متن کامل پیام‌های تلفنی

۹۸۰۰۰

اجرا: آقای پرویز شهبازی

تاریخ اجرا: ۵ مهر ۱۴۰۲

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

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

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۹۵)

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

(پرویز شهبازی، برنامه گنج حضور شماره ۹۰۷)

متن کامل پیام‌های بینندگان برنامه ویژه پیام‌های تلفنی ۰-۹۸۰

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.

کتابخانه مجلس شورای اسلامی

همراهان عشق در تایپ، ویرایش و بازبینی برنامه گهر بار ۰-۹۸۰		
شبیم اسدپور از شهریار	لیلی حسینی زاده از تبریز	اعظم جمشیدیان از نجف آباد
الناز خدایاری از آلمان	فرزانه پورعلیرضا از تهران	فاطمه زندی از قزوین
ناهید سالاری از اهواز	فهیمه فدایی از تهران	نصرت ظهوریان از سنندج
مریم زندی از قزوین	زهرا عالی از تهران	شاپرک همتی از شیراز
الهام فرزامنیا از اصفهان	بهرام زارعیپور از کرج	

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

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

**@zarepour\_b**

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

کانال گروه متن کامل برنامه‌های گنج حضور در تلگرام:

<https://t.me/ganjehozourProgramsText>

ردیف	پیام دهنده	صفحه
۱	خانم بیننده از شیراز	۵
۲	خانم نفس و مادرشان از اندیشه	۸
۳	خانم سارا از شیراز	۱۷
۴	خانم بیننده از سبزوار	۲۲
۵	خانم اعظم از سبزوار	۲۴
۶	آقای پوریا از استرالیا	۲۸
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش اول ◇ ◇ ◇	۳۳
۷	خانم افسون و همسرشان از نظرآباد	۳۴
۸	خانم مریم از فولادشهر اصفهان	۳۹
۹	خانم زینب از کرج	۴۲
۱۰	آقای حجت از فولادشهر اصفهان	۴۴
۱۱	خانم سهیلا از اصفهان	۴۶
۱۲	خانم فرخنده	۴۸
۱۳	خانم مونا از کرج	۴۹
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش دوم ◇ ◇ ◇	۵۱



## ۱ - خانم بیننده از شیراز

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی با خانم بیننده]

**خانم بیننده:** رفتارم با بچه‌هایم مخصوصاً خیلی خوب شده، از نظر چیزهای مالی، حالا من مالی خیلی در نظرم نمی‌آید، اما مالی هم خیلی، اصلاً نمی‌دانم از کجا این چیزها می‌آید.

بعد عضویتیم از روزی که برنامه نگاه کردم حالا هفت سال است کلاً یعنی یک روز یادم نرفته یک ماه که مثلاً بگویم ماه دیگر. حتی اگر خرجی هم نداشتم می‌گفتم نه! اول برای گنج حضور، یعنی نه برای گنج حضور برای خودمان. ما خیلی استفاده بیشتر از این از آن می‌گیرم.

زمانی هم که نگاه کردم برنامه را گفتم حالا بعد عضویتیم نه روز بعدش ریختم، گفتم می‌ریزم حالا اگر چیزی هم برای خودم نشد لااقل آن‌هایی که استفاده می‌کنند خیلی به ما هم نفعش می‌رسد، سودش می‌رسد.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم بیننده:** خیلی، خیلی استفاده کردم از آن. یعنی وجداناً اگر چیزی داشتم، من حقوق مستمری بگیر هستم، منی نیست اصلاً ولی برای خودم این کار را انجام داده‌ام. نیتی که کرده‌ام برای خودم است. به خاطر این‌که من خیلی بیماری‌ها داشته‌ام و بیماری‌هایم خوب شده.

مثلاً یک آزمایش که ما انجام می‌دادیم کمتر از پانصد، ششصد تومان نمی‌شد سه چهار سال پیش. الان که من حالا دو سال است آزمایش انجام نداده‌ام. خیلی حالم خوب است اصلاً یعنی **[صدا ناواضح]**

**آقای شهبازی:** چه جور بیماری داشتید می‌گویید خوب شده؟

**خانم بیننده:** از نظر مثلاً چیزهایی که در خانه می‌آید، می‌رود. ما حتی سال اول خانه نداشتم اصلاً. خانه نداشتم. نیت مولانا کردم. گفتم من پول می‌ریزم برای مولانا که خانه‌دار بشوم. خدا را شکر، خدا را شکر، بچه‌ها خانه خریدند برایم، داخل خانه هستم. خیلی هم راضی هستم از خدا و

**آقای شهبازی:** بیماری‌تان را می‌گویم، چه جور مرضی‌هایی داشتید شما؟

**خانم بیننده:** من مرضی، دیسک کمر داشتم، دیسک گردن داشتم، که یعنی وجداناً حتی آن روز یکی از بچه‌هایم خودش جلوتر نگاه می‌کرد او معرفی کرد، گفت مامان چند سال است این برنامه را نگاه می‌کنی؟ گفتم حدود هفت سال است. گفت این هفت سال را زندگی کرده‌ای. آن‌ها زندگی نکرده‌ای. من الان پنجاه ونه شصت سال دارم. گفتم واقعاً راست هم می‌گویی! اصلاً زندگی نکردم.



بعد یکی دیگر از دخترانم گفت حالت چطور است؟ گفتم وجداناً آن قدر حالم خوب است که وقتی که ده سالم هم بود این قدر حالم خوب نبود که الان هست. گفت خدا را شکر. گفت دیگر خودتان می‌دانید بچه‌ها وقتی مادرشان حالش خوب است، کاری به آن‌ها ندارند دیگر آن‌ها هم بهتر زندگی می‌کنند. من اصلاً دخالتی در زندگیشان ندارم.

دوست دارم که آدم‌ها کلاً زندگی کنند. آن‌ها هر کسی زندگی دارد، نباید ما بیاییم سر بارشان بشویم. ما خدا را شکر، خدا را شکر، از نظر همه چیز خودم، کارهای خودم را انجام می‌دهم، هیچ نیازی به کسی ندارم.

**آقای شهبازی: عالی، عالی!**

**خانم بیننده:** خیلی راضی هستم با خدا و مخصوصاً مولانا و شما. اول خدا، بعد مولانا، بعد شما. بعد این گنج حضوری‌ها، مخصوصاً نیما، نیما را خیلی دوستش می‌دارم. یعنی کلاً گنج حضوری‌ها را همه‌شان را دوست دارم. ما اصلاً چیزی به نام جدای از آن‌ها نیستیم.

وجداناً وقتی روزهای چهارشنبه و روز جمعه می‌شود احساس می‌کنم که خودم تنها باشم. خودم تنهایی از نظر جسمی آن‌ها جدا هستند از ما. حساب کنید در خانه ما یک بهشتی هست که اصلاً، کلاً بهشت به نظر همین دنیا باشد. حالا من آن دنیا نرفته‌ام که بدانم چه جوری باشد.

وقتی آدم مریض است و کلاً در این فکر است که مردم چه می‌کنند و چه نمی‌کنند، این خودش یک جهنم است.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**خانم بیننده:** ما کاری به کار کسی نداریم. دوست هم داریم همسایه‌ها، دور نزدیک چیزی جدا نداریم.

**آقای شهبازی: خیلی زیبا!**

**خانم بیننده:** وجداناً من دیدگاهم هم یک‌طوری شده، نه این‌که از خود تعریف کنم، یعنی آدم‌ها کلاً مثل بچه‌های خودم، اصلاً چیزی جداگانه نداریم.

**آقای شهبازی: عالی، عالی!**

**خانم بیننده:** گنج حضوری‌ها، مخصوصاً چهارده ساله‌ها، مخصوصاً دوقلو هستند با اصلاً حورا، یعنی هر زمان این‌ها پیام می‌دهند، این قدر من گریه می‌کنم، می‌گویم خوش بحالشان خیلی دوستشان دارم. که به این‌جا این‌جوری رسیده‌اند.

**آقای شهبازی: آفرین!**



**خانم بیننده:** که مثل ما دیگر زجر نکشند، ناراحتی برای خودشان و مردم درست نکنند. خیلی زحمت می‌کشید، خیلی دوستان داریم آقای شهبازی، وجداناً احساس می‌کنیم که شما همیشه در خانه ما هستید. مهمان عزیزی، مهمان بگویم، برادر بگویم، هر چیزی، اصلاً نمی‌شود مقایسه کنم با شما.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم بیننده:** خیلی دوستان داریم.. فکر می‌کنیم شما همیشه در خانه ما هستید.. خیلی دوستان داریم.

**آقای شهبازی:** خیلی ممنون، لطف دارید.

**خانم بیننده:** ان‌شاءالله که خودتان نتیجه می‌گیرد، که گرفته‌اید هم. خیلی کمک می‌کنید به بچه‌هایمان، به خودمان، این‌هایی که نگاه نمی‌کنند هم از دست ما راحت هستند. ما حالا پسر بزرگم دوازده سیزده سال است نگاه می‌کند، او به من گفت.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم بیننده:** مامان این برنامه خوبی است. من خیلی مریض بودم. قند و فشار و همه چیز داشتم. از نظر جسمی و روحی.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم بیننده:** ما .. معرفی‌مان کرد ما هم استفاده کردیم از برنامه‌تان. خیلی، خیلی!

**آقای شهبازی:** ممنونم.

[ خداحافظی آقای شهبازی با خانم بیننده ]



۲- خانم نفس و مادرشان از اندیشه

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم نفس]

خانم نفس: شش سالم است، می‌خواهم برایتان شعر مولانا بخوانم.

آقای شهبازی: بله نفس خانم، بفرمایید، بله.

خانم نفس:

از برای آن دلِ پُر نور و بر  
هست آن سلطان دل‌ها، منتظر

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۸۸۸)

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نفس:

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

ز تو سرمست و خمارم، خبر از خویش ندارم  
سر خود نیز نخارم که تقاضای تو دارم

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۶۱۱)

مناره: جای نور و روشنایی، گل‌دسته مسجد

تمنّا: خواهش، تقاضا، آرزو

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نفس:

دل من روشن و مُقبِل ز چه شد؟ با تو بگویم  
که در این آینه دل رخ زیبای تو دارم

مکن ای دوست ملامت، بنگر روز قیامت

همه موجم، همه جوشم، در دریای تو دارم

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۶۱۱)

مُقِل: صاحب‌اقبال، نیک‌بخت

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نفس:

مشنو قولِ طبیبان، که شکرِ زایدِ صفرا  
به شکرِ دارویِ من کن، چه که صفرایِ تو دارم

هله ای گنبدِ گردون، بشنو قصه‌ام اکنون  
که چو تو همره ماهم، بر و پهنایِ تو دارم  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۶۱۱)

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نفس:

بر دربانِ تو آیم، ندهد راه و براند  
خبرش نیست که پنهان چه تماشایِ تو دارم

ز درم راه نباشد، ز سرِ بام و دریچه  
سترِ الله عَلَیْنَا چه عللایِ تو دارم  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۶۱۱)

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

خانم نفس:

هله دربانِ عوان‌خو، مدهم راه و سَقَطِ گو  
چو دَقم می‌زن بر رو، دَف و سُرْنایِ تو دارم  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۶۱۱)

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نفس:

چو دَف از سیلیِ مطربِ هنرم بیش نماید  
بزن و تجربه می‌کن، همه هیهایِ تو دارم  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۶۱۱)



آقای شهبازی: آفرین!

خانم نفس:

هله، زین پس نخروشم، نکنم فتنه، نجوشم  
به دلم حکم که دارد؟ دل گویای تو دارم  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۶۱۱)

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نفس:

ای بی‌وفا جانی که او بر ذوالوفا عاشق نشد  
قهر خدا باشد که بر لطف خدا عاشق نشد  
چون کرد بر عالم گذر سلطان ما زاغ البصر  
نقشی بدید آخر که او بر نقش‌ها عاشق نشد  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۲۳)

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نفس: مِرسی

عقلِ کُلِّ را گفت: ما زاغِ البَصَرِ  
عقلِ جزوی می‌کند هر سو نظر  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۰۹)

آقای شهبازی: آفرین، عالی!

خانم نفس:

ای ماهی یقین گشتت ز دریای پس پشتت  
بگردان روی و واپس رو چو تو از اهل دریایی  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۴۹۸)

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نفس:

ندای ارجعی بشنو به آب زندگی بگرو  
در آ در آب و خوش می‌رو به آب و گل چه می‌پایی  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۴۹۸)



معنی تو صورت است و عاریت  
بر مناسب شادی و بر قافیت

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۷۱۹)

معنی آن باشد که بستاند تو را  
بی‌نیاز از نقش گرداند تو را

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۷۲۰)

معنی آن نبود که کور و کر کند  
مرد را بر نقش، عاشق‌تر کند

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۷۲۱)

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نفس:

قبله را چون کرد دست حق عیان  
پس تحرّی بعد از این مردود دان

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۶۲۶)

هین بگردان از تحرّی رو و سر  
که پدید آمد معاد و مُستقر

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۶۲۷)

تحرّی: جست‌وجو

مُستقر: محل استقرار، جای گرفته، ساکن، قائم

آقای شهبازی: به‌به!

خانم نفس:

یک‌زمان زین قبله گر ذاهل شوی  
سُخره هر قبله باطل شوی

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۶۲۸)

ذاهل: فراموش‌کننده، غافل

سُخره: ذلیل، مورد مسخره، کار بی‌مزد



آقای شهبازی: آفرین!

خانم نفس:

ای وصال یک زمان بوده، فراق سالها  
 ای به زودی بار کرده بر شتر آحمالها  
 شب شد و درچین ز هجران رخ چون آفتاب  
 درفتاده در شب تاریک بس زلزالها  
 چون همی رفتی به سکتۀ حیرتی، حیران بدم  
 چشم باز و من خموش و می شد آن اقبالها  
 (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۴۵)

آحمال: جمعِ حِمْل به معنی بار

درچیدن: هَرَس کردن، در اینجا قطع کردن و پایان دادن

زلزال: زلزله

سکته: سکوت و خاموشی

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم نفس:

عاشق شو، و عاشق شو، بگذار زحیری  
 سلطان بچه‌ای آخر، تا چند اسیری؟  
 (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۲۷)

زحیری: دل‌پیچه، ناله

سلطان بچه: شاهزاده

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم نفس:

سلطان بچه را میر و وزیری همه عار است  
 زنهار به جز عشق دگر چیز نگیری  
 (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۲۷)



آقای شهبازی: آفرین!

خانم نفس:

سَجْدَه‌گَه را تَر کُن از اشک روان  
کای خدا تو وارِهانم زین گمان  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۸۶)

دیدم سحر آن شاه را بر شاهراه هل آتی  
در خواب غفلت بی‌خبر زو بوالعلی و بوالعلا  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۲)

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نفس:

کوهم و هستی من، بُنیاد اوست  
ور شوم چون کاه، بادم باد اوست  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۹۷)

جز به باد او نجنبد میل من  
نیست جز عشق احد سرخیل من  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۹۸)

سَرخیل: سردسته، سرگروه

-----

خشم، بر شاهان، شه و ما را غلام  
خشم را هم بسته‌ام زیر لگام  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۹۹)

فعل تو وافی‌ست، زو کن مُلتحد  
که در آید با تو در قعر لحد  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۵۰)

مُلتحد: پناهگاه

-----

آقای شهبازی: آفرین!



خانم نفس:

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

خواه در صد سال، خواهی یک زمان  
این امانت واگذار و وارهان  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۸۲)

گزاردن: انجام دادن، ادا کردن

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نفس:

صبح نزدیک است، خامش، کم خروش  
من همی‌کوشم پی تو، تو مکوش  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۱)

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم نفس:

شرط، تسلیم است، نه کارِ دراز  
سود نبود در ضلالت ترک‌تاز  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۱۲۳)

من نجویم زین سپس راهِ اثیر  
پیر جویم، پیر جویم، پیر، پیر  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۱۲۴)

ضلالت: گمراهی

اثیر: آسمان، کُره آتش که بالای کُره هواست؛ در اینجا مراد هشیاری جسمی است.

آقای شهبازی: عالی، آفرین!

خانم نفس: این شعر را تقدیم می‌کنم به بابایم و به شما.



آقای شهبازی: باشد باشد.

خانم نفس:

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

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم نفس:

در حدیث آمد که دل همچون پریست  
در بیابانی اسیر صرصریست  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۶۴۱)

باد، پر را هرطرف راند گزاف  
گه چپ و، گه راست با صد اختلاف  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۶۴۲)

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نفس:

در حدیث دیگر این دل دان چنان  
کآب جوشان زآتش اندر قازغان  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۶۴۳)

آقای شهبازی تمام شد.

آقای شهبازی: آفرین، عالی بود، عالی! ماشاءالله.

خانم نفس: این شعرها همه‌شان تقدیم به شما.

آقای شهبازی: [خنده] خیلی ممنون، عالی! شما هشت دقیقه، تقریباً نه دقیقه است دارید از حفظ شعر می‌خوانید.

آفرین، عالی بود، عالی، عالی!

نفس خانم کس دیگری می‌خواهد صحبت کند؟

خانم نفس: شما را خیلی دوست دارم.





آقای شهبازی: ممنون، عالی بود. من هم شما را خیلی دوست دارم. کس دیگری می‌خواهد صحبت کند؟

خانم نفس: گوشی را می‌دهم به مامانم. دوستتان دارم.

آقای شهبازی: بله. من هم شما را دوست دارم، عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم نفس]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و مادر خانم نفس]

آقای شهبازی: تبریک، ماشاءالله. [خنده آقای شهبازی]

مادر خانم نفس: زنده باشید. خدا قوت، خسته نباشید.

آقای شهبازی: خیلی ممنون، والله خستگی ما در رفت دیگر با این نفس خانم.

مادر خانم نفس: زنده باشید، خدا شما را حفظ کند برای ما.

آقای شهبازی: خیلی ممنون، واقعاً حیرت‌انگیز است!

مادر خانم نفس: امروز نفس، بابایش نبود، گفت: مامان بیا بابا را سورپرایز کنیم برای آقای شهبازی شعر

بخوانیم. گفتم چشم. نفس خیلی زورم می‌کند می‌گوید مامان تو را به خدا تو هم بیا با آقای شهبازی صحبت کن،

آقای شهبازی دوست دارد با شما هم صحبت کند. گفتم: چشم مامان این سری زنگ زدم حتماً با آقای شهبازی

صحبت می‌کنم. من دوست دارم بیشتر تماشا کنم و گوش کنم، لذت می‌برم از این‌که نفس و بابایش با همدیگر

شعر می‌خوانند، گوش می‌کنند، خیلی خوش‌حال می‌شوم، از شما هم ممنونم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، خیلی ممنون که آمدید صحبت کردید.

مادر خانم نفس: زنده باشید، خواهش می‌کنم، زنده باشید من هم از شما ممنونم، خدا قوت باشد. خسته نباشید.

آقای شهبازی: ممنونم، سلام برسانید.

[خداحافظی آقای شهبازی و مادر خانم نفس]

### ۳- خانم سارا از شیراز

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم سارا]

**خانم سارا:** استاد، من پنج سال و نیم است که برنامه‌هایتان را می‌بینم و یک سالی هم هست که تماسم برقرار نشده. امروز متنی ندارم، می‌خواهم از شما تشکر کنم، از شما و همه عزیزانی که برنامه‌ها را خلاصه می‌کنند و متن برنامه‌ها را می‌نویسند، واقعاً زحمت می‌کشند.

استاد برنامه شما خیلی خیلی برای من تأثیر داشته، واقعاً زندگی‌ام را دگرگون کرده.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم سارا:** نمی‌توانم بگویم کدام بیت یا کدام برنامه. واقعاً تک تک ابیات مولانا و همه برنامه شما حالا هر کدام به نوعی اثرات سازنده‌ای داشته برای من. سرشار از عشق هستم، حال خیلی خوبی دارم، از درون شاد هستم، آرامش دارم و این نشان‌دهنده این است که چقدر این برنامه واقعاً اثربخش است.

استاد، من دیگر اگر رنجی مثلاً غمی، اندوهی، چیزی می‌آید، هر حسی، هر فکری، هر اتفاقی که پیش می‌آید من فقط آن را می‌بینم و نظاره‌گر هستم، حضور ناظر دارم، با آن ستیزه نمی‌کنم. می‌پذیرم مثل یک میزبان که از مهمانش پذیرایی می‌کند، دیگر با فکرهایم درگیر نمی‌شوم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم سارا:** می‌توانم بگویم این جووری هست که شهد و شیرینی‌رهایی را می‌چشم و واقعاً خدا را شکر می‌کنم و از شما خیلی ممنونم استاد.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم، آفرین بر شما!

**خانم سارا:** استاد، من برداشتی که دارم در کل از برنامه‌های شما که شاید من یک‌صدم از برنامه‌های شما را هم ندیدم یا گوش نکردم اما وقتی که برنامه‌های جدید را می‌بینم، به برنامه‌های قدیمی رجوع می‌کنم گوش می‌دهم، خلاصه‌نویسی می‌کنم، نکاتش را درمی‌آورم، متوجه یک نکته مهم شدم، این است که از ابتدا تا هم‌اکنون تا برنامه‌های اخیر، کل صحبت‌های شما و ابیات جناب مولانا در یک نقطه متمرکز شده و «این لحظه است، این لحظه است با فضاگشایی».

می‌توانم بگویم عصاره برنامه گنج حضور همین فضاگشایی هست و برای برگشت به این لحظه تک‌تک ابیات مولانا کلید هست و چراغ راه ما هست و قفل‌ها را واقعاً باز می‌کند.



استاد اگر من وقتی دارم، یک بيتی که خیلی برای من کار من را آسان کرد، سختی راه را برای من آسان کرد و به من کمک کرد برایتان بخوانم.

**آقای شهبازی:** بله بله، بفرمایید. بله بله وقت دارید.

خانم سارا: ممنونم. استاد، من تا قبل از گنج حضور خیلی در فکرهایم گم شده بودم، حالا دهها کلاس رفتم، دهها کتاب خواندم، اما نشد یعنی آن غم و غصه‌ها و رنجش‌ها و دل‌شکستگی‌ها و این‌ها همه بود تا این‌که به خواست زندگی و به طرز معجزه‌آسایی با برنامه شما آشنا شدم و این بيتی که خیلی کار من را آسان کرد همان بيتی که گفت «نگر اولین قدم را»، که تنها همین یک قدم هست همین فضاگشایی، و قدم [قطع صدا]

**چه چگونه بد عدم را، چه نشان نهی قدم را**

**نگر اولین قدم را، که تو بس نگو نهادی**

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۴۲)

استاد این بيت خیلی برای من راهگشا بود یعنی با همین یک بيت فهمیدم که اصلاً کل جهان، کل بشریت با همین یک بيت آگاه می‌توانند بشوند، می‌توانند بیدار بشوند.

و این غزل ۲۸۴۴ به من، این قدر این غزل را خواندم که یادم هست غزل ۲۸۴۴ بود که واقعاً تک تک ابیاتش شاه‌کلید است و راهگشا هست و اصلاً نمی‌شود جدا کرد حالا بيتی را یا مقایسه کرد.

تک تک ابیات مولانا برای ما پیامی دارد از طرف زندگی، اما در این غزل که در برنامه ۹۲۱ خواندید که بسیار شگفت‌انگیز بود و بسیار شگفت‌انگیز تفسیر کردید، واقعا سختی راه را برای من خیلی آسان کرد چون من همیشه دنبال یک راهی بودم که چه مراحل را باید طی کنم تا به حضور برسیم؟ چه جوری از نردبان زندگی بالا بروم، سقوط نکنم. واقعاً در فکرهایم گم شده بودم.

شاید من دهها دفتر یا کتاب پر از سخنان استادان معنوی داشتم استاد، و این [قطع صدا] چگونه زادی؟ گفت تو خودت هم بی‌چگونه هستی. به من گفت زندگی را این قدر نشان‌دار نکن، همین اولین قدم و آخرین قدم برای تو کافی است.

**اول و آخر تویی، ما در میان**

**هیچ هیچی که نیاید در بیان**

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۰۱)

**آقای شهبازی:** آفرین!



**خانم سارا:** به من گفت که من ذهنی تو این قدر بی‌ارزش است که حتی ارزش لحظه‌ای بیان هم ندارد. به من گفت تو فقط فضاگشایی کن، همه چیز در همین فضاگشایی است. فضای گشوده شده پر از زندگی است، خلاء است، خالی است اما پر از زندگی است!

هرچند من نمی‌توانم الآن با ذهنم بگویم که حالا توصیفش بکنم یا چگونگی‌اش را بگویم. به من گفت این قدر دنبال این راه و مراحل و این‌ها نباش. این قدر زور نزن، این قدر به خودت فشار نیاور.  
جناب مولانا می‌گوید:

**صبح نزدیک است، خامش، کم خروش  
من همی‌کوشم پی تو، تو مکوش  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۱)**

**آقای شهبازی: آفرین!**

**خانم سارا:** و واقعاً استاد همین یک مصراع که گفت «نگر اولین قدم را» این همین یک قدم را من تجربه‌اش کردم، این بیت کمک شایانی به من کرد و من با این بیت بود که فهمیدم «صبر» همان فضاگشایی است. شکر، رضا، تسلیم، پرهیز، پذیرش، سکوت، خاموشی ذهن، این لحظه ابدی، مرکز عدم، همه و همه نهفته در همین فضای گشوده شده است، آغشته به همین فضاگشایی هست و همه مکمل همدیگر هستند، همه به هم مربوط هستند. به همین دلیل است که می‌گوید:

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

بساط: هر چیز گسترده‌ای مانند فرش و سفره

استاد معذرت می‌خواهم خیلی طولانی شد.

**آقای شهبازی: آفرین! [خنده آقای شهبازی]** برای این‌که این قدر شیرین صحبت می‌کنید ماشاءالله، مشخص است که شما کار کردید.

**خانم سارا: [خنده خانم سارا]**، استاد اگر وقت دارم، اگر اجازه می‌دهید، وقت دارم،

**آقای شهبازی:** اختیار دارید، بله بفرمایید.



**خانم سارا:** خواهش می‌کنم، استاد همین‌جور که شما فرمودید صبر یک کیفیتی هست مربوط به همین فضای گشوده‌شده. به‌خاطر همین است که جناب مولانا می‌گوید «صبر کیمیاست» و واقعاً این بیت به من خیلی کمک کرد.

## صد هزاران کیمیا حق آفرید کیمیایی همچو صبر آدم ندید (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۵۴)

خب این نشان‌دهنده این است که صبر در فضای گشوده‌شده هست، صبر کیمیاست و در این فضا است که مس من‌ذهنی تبدیل به طلا می‌شود. پس این‌ها همه به هم مربوط هستند.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم سارا:** و من در همین فضای گشوده‌شده هست که رضا دارم، در همین فضای گشوده‌شده هست که پذیرش دارم. همین است که می‌گوید:

## هزار ابر عنایت بر آسمان رضا است اگر ببارم، از آن ابر بر سرت ببارم (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۲۳)

و واقعاً هیچ‌کدام از این قوانین صبر، شکر، رضا، پذیرش، تسلیم، این‌ها بدون فضاگشایی باز نمی‌شود، با ذهن باز نمی‌شود. فقط در این فضا است که شکر من شکر است، صبر من صبر است، و اگر فضاگشایی نباشد، همه این‌ها از ذهن است و بسیار سطحی هست و بدون عمق و بدون ریشه است.

استاد معذرت می‌خواهم، عذرخواهی می‌کنم از شما و دوستان، خیلی صحبت کردم. یک سال بود تماسم برقرار نشده بود، تلافی شد.

**آقای شهبازی:** خیلی زیبا، خیلی زیبا! آفرین، آفرین! می‌توانم بپرسم شما چند سال دارید؟

**خانم سارا:** بله، من امسال استاد رفتم در شصت سال.

**آقای شهبازی:** صدایتان خیلی جوان است خانم، [خنده آقای شهبازی]

**خانم سارا:** خواهش می‌کنم استاد. من همیشه ورزشکار بودم، قبلاً شاید روزی، من قبل از آشنایی با برنامه شما من روزی هفت ساعت به‌طور حرفه‌ای ورزش می‌کردم، ورزش‌های مختلف. و همیشه هم کارم همین بوده که کتاب بخوانم و ورزش کنم.



شاید من هر کلاسی که شما بگویید من تا حالا رفتم ولی خوب هیچ چیزی نصیبم نشد. حتی کلاس عرفان هم رفتم ولی اصلاً به ما نگفتند حضور چه هست، من ذهنی چه هست؟ و خوب به من کمک کرد ولی نه آن کمک شایانی که برنامه شما کرد.

واقعاً از شما ممنونم، خیلی از شما ممنونم استاد. واقعاً هرچه داریم، ممنونم استاد.

**آقای شهبازی:** آفرین! ممنونم، باز هم زنگ بزنید. عالی بود، عالی! شما بدون نوشته این چیزها را خواندید، این نشان می‌دهد که کار کردید واقعاً، این نتیجه کار شماست.

**خانم سارا:** ممنونم، ممنونم. بله استاد، من اوایل شاید روزی هجده ساعت پای برنامه شما بودم، دیگر ورزش و آن کتاب‌های معنوی، همه را گذاشتم کنار فقط چسبیدم به برنامه شما. دیگر می‌خوانم، مثنوی می‌خوانم و خدا را شکر می‌کنم. خیلی از شما ممنونم استاد، خیلی دوستان دارم. واقعاً سر تعظیم جلو شما فرود می‌آورم استاد، خیلی دوستان دارم استاد.

**آقای شهبازی:** خیلی زیبا! ممنونم، لطف دارید. عالی بود، عالی! باز هم بیایید صحبت کنید، باز هم زنگ بزنید.  
**خانم سارا:** چشم استاد.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم سارا]

**آقای شهبازی:** خیلی خوب! این را می‌گویند موفقیت. آفرین، آفرین!



#### ۴- خانم بیننده از سبزوار

[سلام و احوال‌پرسی خانم بیننده و آقای شهبازی]

**خانم بیننده:** من الآن ده سال است این برنامه را نگاه می‌کنم. من از سبزوار زنگ می‌زنم. قبلاً هم دو بار به شما زنگ زدم.

**آقای شهبازی:** بله، بله.

**خانم بیننده:** الآن هشتاد سال سن دارم.

**آقای شهبازی:** ماشاءالله!

**خانم بیننده:** ولی این قدر به این برنامه علاقمندم که مرتب من گوش می‌دهم این برنامه را، در هر حالی که باشم. این خانه ما اصلاً همیشه صدای شما هست، من تا وقتی می‌خواهم بخوابم هم روشن می‌کنم، بعد به نوهام می‌گویم هر وقت من خوابیدم بیا خاموش کن. تا زمانی که من بیدارم گوش می‌دهم، واقعاً هم بهره بردم.

من از اول خیلی شاد و سرحال و، اصلاً یک انرژی واقعاً اضافه‌ای به من داد حضرت مولانا، یعنی من با آشنایی با شعرهای ایشان، هر وقت که می‌خواندم، اصلاً همه فهمیده بودند، می‌گفتند تو یک جور دیگر شدی، ولی الآن هم هر مسئله‌ای که پیش بیاید، نه که نیاید، ولی من می‌توانم خوشبختانه بدون این که درگیر بشوم یا ناراحت بشوم، فضا باز می‌کنم می‌گویم خدا خودش هر جور، درست است، هر چه بوده لازم بوده که پیش آمده، من فقط فضا باز می‌کنم، و خوشبختانه همیشه هم حل می‌شود این برای من.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین!

**خانم بیننده:** خلاصه من چند وقت هم هست می‌خواهم بگیرم. الآن من تقریباً چهار سال است، برنامه ۸۱۲ بود من گوش دادم. خیلی اصلاً یک حالت عجیبی پیدا کرده بودم. خیلی شوق و شور پیدا می‌کنم این شعرها را که می‌خوانم، این برنامه‌های شما را اجرا می‌کنید. الآن یک آرامشی دارم که خودم هم تعجب می‌کنم که چه جوری من می‌توانم، هر مسئله‌ای را که پیش می‌آید برایم مهم نیست اصلاً، هر چه بچه‌ها می‌گویند که تو ناراحت نشوی، جوش نزنی، فشارت بالا نرود، می‌گویم نه بابا! من حال خوب است. باورشان نمی‌شود، می‌گویم خودم هم، خوب هستم، از این جریانات من ناراحت نمی‌شوم می‌دانم این‌ها که همین‌طور که حضرت مولانا می‌گفتند:

یار در آخر زمان، کرد طرب‌سازی‌ای

باطن او جدِّ جدِّ، ظاهر او بازی‌ای

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۱۳)



## جمله عشاق را یار بدین علم کشت تا نکند هان و هان، جهل تو طنز ای

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۱۳)

آقای شهبازی: آفرین!

**خانم بیننده:** خلاصه خیلی ممنونم از شما، فقط می‌خواستم تشکر کنم، و واقعاً هر وقت هم که زنگ می‌زنم انرژی می‌گیرم، خیلی انرژی مثبت از شما می‌گیرم، حالم خیلی بهتر می‌شود، ولی آن شادی که مثلاً من الآن ده سال است گوش می‌دهم. پنج سال اول خیلی شادتر بودم، حالا جوان‌تر هم بودم. نمی‌گویم الآن شاد نیستم، ناراحت نیستم، غصه‌ای ندارم هیچ، از هیچ‌کس هم توقع ندارم حتی از بچه‌هایم، نوه‌ام، هر کس حتی اگر یک کاری کردند، کردند. هیچ‌وقت نمی‌گویم که چرا نیامدید، چرا به دیدنم نیامدید یا اصلاً این حالت را ندارم دیگر، یعنی واقعاً یک آرامش و امنیت درونی دارم.

آقای شهبازی: آفرین!

**خانم بیننده:** تنها می‌توانم زندگی کنم در خانه، بعضی وقت‌ها مثلاً نیستند، نوه‌ام می‌رود خانه عمه‌اش یا خاله‌اش این‌ها، من تنها در خانه خیلی بزرگ هم هست، زندگی می‌کنم اصلاً هم نمی‌ترسم، چون می‌دانم که خدا همیشه با ماست. این را دیگر می‌دانم و قبول کردم و می‌دانم یعنی برایم یقین شده واقعاً که وجود دارد این‌طور چیزها.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

**خانم بیننده:** یعنی من الآن احساس می‌کنم که در هر لحظه‌ای خدا همیشه دست من را گرفته، در هر مواردی. یک مسئله‌ای امسال برای من پیش آمد که من در اثر افتادن، مهره کمرم شکست، سه ماه همین طوری افتاده بودم، ولی اصلاً بچه‌ها تعجب می‌کردند، می‌گفتند چرا تو چیزی نگفتی، چرا فلان نکردی، گفتم خدا خودش درست می‌کند. دکتر، دوا که می‌روم، من دارو را استفاده می‌کنم، خدا خودش کمک می‌کند، شفا را از خدا می‌خواهم، الآن بحمدالله می‌توانم کارهایم را خودم انجام بدهم.

همیشه دیگر شکرگزارم و بیشتر از همیشه. ببخشید این‌که خلاصه مزاحمتان شدم خیلی دوست داشتم بگیرم.

آقای شهبازی: آفرین! عالی، عالی، خیلی لطف فرمودید، ممنونم.

[خداحافظی خانم بیننده و آقای شهبازی]

آقای شهبازی: خیلی خوب!





## ۵- خانم اعظم از سبزوار

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم اعظم]

خانم اعظم: اعظم هستم از سبزوار زنگ می‌زنم.

آقای شهبازی: خانم اعظم از سبزوار. به‌نظرم یک نفر دیگر هم از سبزوار زنگ زده بودند امروز. [خنده آقای

شهبازی]

خانم اعظم: بله، الان زنگ زدند. خدا سلامتی و قوت به شما بدهد. واقعاً ما شرمنده این‌همه محبت شما هستیم که این‌همه شبانه‌روز برای ما زحمت می‌کشید.

آقای شهبازی: خیلی ممنون، اختیار دارید.

خانم اعظم:

آفرین‌ها بر تو باد ای خدا  
ناگهان کردی مرا از غم جدا  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۱۴)

می‌زنم نعره درین روضه و عیون  
خلق را یا لیت قومی یعلمون  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۱۶)

«من در میان این بوستان‌ها و چشمه‌ساران در خطاب به مردم فریاد برمی‌آورم که ای کاش قوم من بدانستندی.»

روضه: گلشن، بوستان

عیون: جمع عین به معنی چشمه

همیشه دعا می‌کنم خدایا همهٔ بندگان را به این برکت، به عشق خداوند، به عشق خودت زنده کند و آفرین‌ها بر شما باد آقای شهبازی که در زندگی هر کدام از ما واقعاً شادی آوردید، آرامش آوردید، برکت و عشق آوردید. شما در هر هفته هزاران درس زندگی به ما می‌آموزید. شما ما را از ته‌چاه ذهن نجات دادید و ما را به عشق خداوند زنده کردید.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!



**خانم اعظم:** ما همیشه در ذهن بودیم، عبادت می‌کردیم، نیایش می‌کردیم، ولی با من ذهنی. و خدا را شکر می‌کنم که شما را سر راه ما قرار داد و روزی ما کرد. روزی ما حتماً پول و ماشین و رزق مادی نیست، معنویات هم جزو رزق خداوند است.

**آقای شهبازی:** آفرین! البته.

**خانم اعظم:** و واقعاً خداوند این رزق معنوی را سر راه هر کدام از ما قرار داد که فکرش را نمی‌کردیم. شما هر هفته با ابیات مولانا یک معجزه به زندگی ما می‌آوردید، و این برنامه مانند یک جام شراب است که هر هفته برای ما می‌آوردید و از ما پذیرایی می‌کنید و ما یک دنیا از شما ممنونیم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم اعظم:** ما قدر تلاش‌ها و زحمات شما را می‌دانیم و واقعاً نمی‌توانیم کاری برای این همه تلاش‌های شما که شبانه‌روز برای ما انجام می‌دهید و زحمت می‌کشید، بکنیم.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم، همین‌که عمل می‌کنید، واقعاً در زندگی‌تان استفاده می‌کنید، این همین قدردانی شماست، یعنی ما را به هدفمان دارید می‌رسانید. هدف ما همین معرفی مولانا و معنویت به جامعه است و شما با کار روی خودتان این را از قوه به عمل درمی‌آوردید. شما در عمل موفق شدید! این روزها می‌بینید هر کسی زنگ می‌زند واقعاً یک جوری موفق است. امروز چند نفر زنگ زدند، همه‌شان یکی از دیگری موفق‌تر، شما نگاه کنید.

**خانم اعظم:** فقط می‌توانیم مثل یک دانش‌آموز درس‌هایمان را خوب بخوانیم تا آموزگارمان خوشحال بشود و جبران مالی بکنیم تا برنامه ادامه داشته باشد.

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

**خانم اعظم:** شما آموزگار معنوی ما هستید که ما را با نور درونمان آشنا کردید، و خداوند پاداش شما را بدهد. **آقای شهبازی:** لطف دارید.

**خانم اعظم:** و وقتی که هر هفته به برنامه گوش می‌دهم، یک هم‌هویت‌شدگی برای من شناسایی می‌شود که اصلاً فکرش را نمی‌کردم این کار همان هم‌هویت‌شدگی باشد. ما در زندگی مواظب همه‌چیز هستیم، مثلاً در لباس‌شویی زیاد لباس نریزیم تا خراب نشود، از تمام چیزهای مادی خوب استفاده کنیم تا دیرتر خراب بشود، ولی مواظب این روحمان نیستیم، هر چیزی را به ذهنمان نیاوریم، حالمان را خراب نکنیم.



آقای شهبازی: آفرین!

خانم اعظم: شما ما را با «أَنْصِتُوا» آشنا کردید. چه برکاتی من از این «أَنْصِتُوا» گرفتم. شما ما را با هم‌هویت‌شدگی آشنا کردید که ما اصلاً این کلمه را نمی‌دانستیم، که من سعی کردم همه را بیندازم و فقط خدا را به مرکزم بیاورم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم اعظم: و خداوند هر لحظه به زندگی ما شراب می‌ریزد و من این را در زندگی خودم خیلی تجربه کردم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم اعظم: و غزل ۱۸۰ واقعاً به دل من نشست، ممنونم از شما. و ما باید همیشه تشنه آب زندگی باشیم که ما را سیراب کند. هیچ‌کس به زندگی ما شادی نمی‌آورد جز خداوند.

آقای شهبازی: آفرین! غزل ۱۸۰ کدام برنامه بود؟

خانم اعظم: همین، همین برنامه‌الآن.

آقای شهبازی: ها امروز را می‌گویید؟ [خنده آقای شهبازی]، امروز ۱۸۰ بود.

خانم اعظم: بله امروز. من این ابیات را هرچه، بعضی از ابیات مولانا خیلی مشکل است وقتی می‌خوانیم اصلاً چیزی متوجه نمی‌شویم، ولی وقتی شما تفسیر می‌کنید این قدر من لذت می‌برم، و واقعاً ممنونم از شما که این ابیات را برای ما باز می‌کنید.

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

خانم اعظم: و همین‌طور که در این دنیا دست ما را گرفتید، که خدا شما را مأمور کرد، ان‌شاءالله در آن دنیا هم به اذن خداوند دست ما را بگیرید و خداوند پاداش شما را بدهد. ما هرچه از شما تشکر کنیم باز هم کم است.

آقای شهبازی: لطف دارید، ممنونم.

خانم اعظم: ممنونم از شما، تشکر از همه همکاران شما که برای برنامه زحمت می‌کشند، از کارگروه‌ها و تمام دوستان گنج حضور.

آقای شهبازی: بله، بله، واقعاً سپاس از همه آن‌ها.

خانم اعظم:

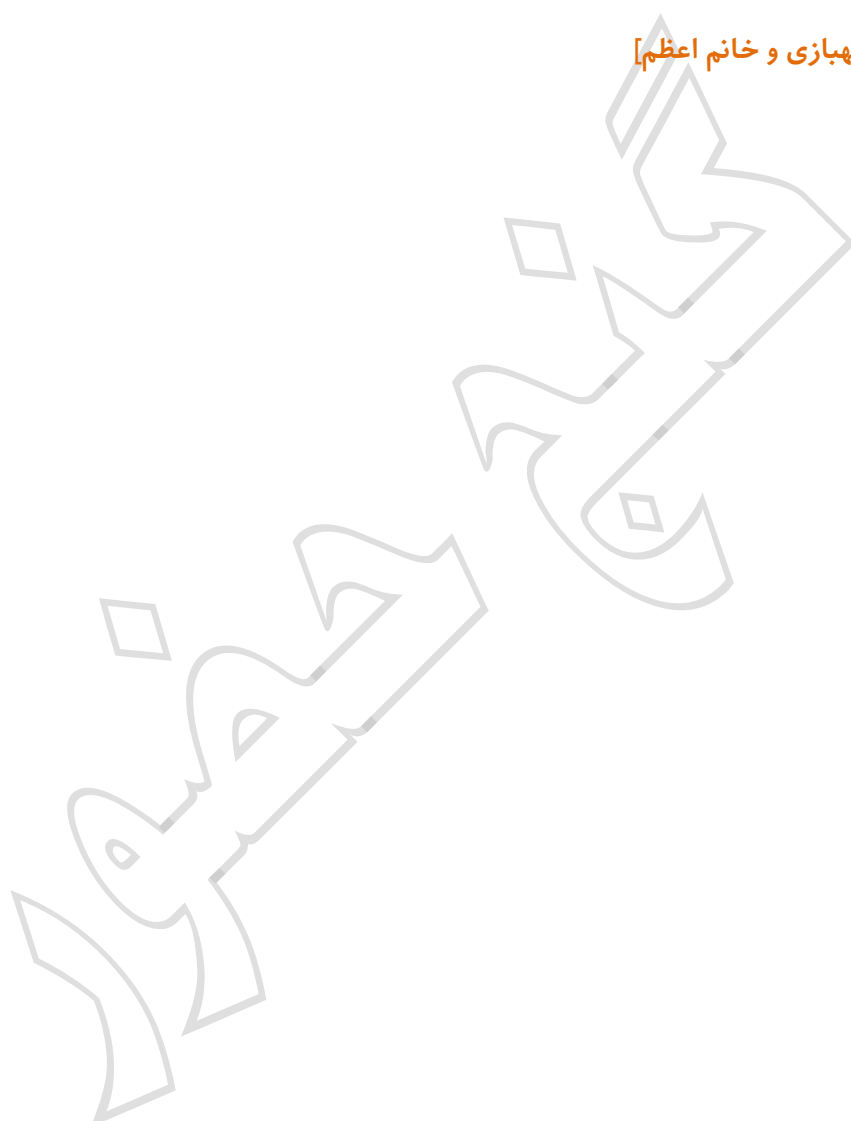


زین کوی تعزیت به عروسی سفر کنیم  
زین روی زعفران به رخ ارغوان رویم  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۱۳)

ممنونم آقای شهبازی.

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

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم اعظم]



## ۶- آقای پوریا از استرالیا

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای پوریا]

**آقای پوریا:** ببخشید من اصلاً فکرش را هم نمی‌کردم بگیرد.

**آقای شهبازی:** [خنده آقای شهبازی]

**آقای پوریا:** اول از همه تشکر می‌کنم چون شما واقعاً کاری با من کردید که من اصلاً فکرش را نمی‌کردم که چنین اتفاقی بیفتد داخل زندگی من.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**آقای پوریا:** آری، ببخشید یک ذره هول شدم، ولی من سی سالم است، اسمم پوریا است از استرالیا تماس می‌گیرم. من همانندگی با همه چیز داشتم یعنی تقریباً می‌شود گفت.

و بیشترین همانندگی‌هایی که داشتم، وقتی من با برنامه شما آشنا شدم یک دانه دفتر گرفتم، صفحه اول پنج‌تا همانندگی داخل آن نوشتم، که نمی‌دانم می‌توانم بگویم؟ مثل مواد مخدر بود.

**آقای شهبازی:** بفرمایید، چرا نمی‌توانید بگویید.

**آقای پوریا:** و راه را اشتباه داشتم می‌رفتم. یکی‌اش سیگار بود، یکی‌اش ماری‌جوانا (Marijuana) بود و یکی دیگرش ال‌اس‌دی (LSD) بود، یکی دیگرش مجیک ماشروم (Magic mushroom) بود و متادون (Methadone).

من این پنج‌تا را یعنی تقریباً هر روز این‌ها را حالا هر روز که نه، ولی تقریباً مصرف می‌کردم، یعنی این‌ها مصارف روزانه‌ام شده بود.

و این‌که اول من با آقای سعید قویدل آشنا شدم و چندتا از برنامه‌های ایشان را دیدم و اسم شما را می‌گفت، کنجکاو شدم و شما را پیدا کردم. وقتی پیدا کردم یعنی صبح که می‌رفتم سر کار برنامه شما را می‌گذاشتم، آن وقت من چون نمی‌دانستم از یوتیوب (YouTube) برنامه شما را دنبال می‌کردم.

و گوش می‌دادم، طوری گوش می‌دادم که مثلاً قبل از این‌که با شما آشنا بشوم وقتی از سر کار می‌آمدم خانه فقط فیلم نگاه می‌کردم و هیچ کار دیگر نمی‌کردم، یا می‌رفتم مثلاً چه می‌دانم می‌رفتم کارهایی انجام می‌دادم که به قولاً اشتباه بود، مسیر اشتباهی بود، درحالی‌که همیشه دوست داشتم به خدا مثلاً نزدیک بشوم، ولی همیشه اشتباه می‌رفتم.



و با بودا آشنا شدم پارسال، از آن‌گاه گیاهخوار شدم و یک سری عادت خیلی بدی که داشتم، حالا می‌گویم چون این من‌ذهنی می‌گوید نگو ولی می‌گویم، چون مثلاً وقتی می‌رفتم ایندر شاپینگ، (خرید: shopping) چیزهای کوچک که مثلاً قیمت بالایی داشت برمی‌داشتم، برمی‌داشتم مثلاً قایم می‌کردم که پرداخت نکنم برای آن. آن را انداختم، ولی نمی‌دانستم که این هم‌هویت‌شدگی است. ولی می‌دانستم که کار بد دارم انجام می‌دهم، ولی انجام می‌دادم.

و این‌که همیشه چه‌جوری بگویم اصلاً همیشه الفاظ رکیک روی زبان من بود، بعد جوری شده بود که اصلاً راست نمی‌توانستم بگویم، فقط دروغ می‌گفتم در صورتی‌که همه کسانی که دور من بودند، به قولاً یک بی‌تی هست که من الان زدم روی دیوار اتاقم:

## مر تو را دُشنام و سیلیّ شهان بهرتر آید از ثنای گمرهان (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۵۸۵)

همه می‌گفتند که چه بچه خوبی هستی، کمک می‌کردم مثلاً به کسانی که نیاز داشتند، ولی برای این بود که چون واقعاً نمی‌دانستم، یک‌جورهایی من‌ذهنی‌ام را ارضا می‌کردم.

بعد که با برنامه شما آشنا شدم، چه به آن می‌گویند مجیک ماشروم (Magic mushroom) و ال‌اس‌دی (LSD) را هفته اول انداختم. بعد یکی از بچه‌ها که با همدیگر کار می‌کنیم به من گفت که چکار می‌کنی و این‌ها؟ گفتم که من دیگر نیستم، این داستان را من نیستم. گفت نه این توهمی است که تو روی این داستان زدی و این از سرت می‌افتد. گفتم نمی‌دانم شاید تو راست می‌گویی، نمی‌دانم. چون واقعاً گیج بودم من.

از آن گذشت، بعد از یک مدت ال‌اس‌دی (LSD) که افتاد، بعد از یک مدت مجیک ماشروم (Magic mushroom) افتاد، بعد از یک مدت که سیگار را گذاشتم کنار.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**آقای پوریا:** بعد یک روزی داخل خانه داشتم برنامه ۹۵۹ شما را گوش می‌دادم و من کار نجاری هم مثلاً داخل خانه، حالا کار نجاری که نمی‌شود گفت، یک چوب می‌گیرم با آن مثلاً مثل بچه‌ها بازی می‌کنم، رنگش می‌کنم. بعدش یک دانه ماری‌جوانا برای خودم درست کرده بودم، داشتم برنامه شما را گوش می‌دادم که یک خانمی آمد روی خط نمی‌دانم دقیقاً چه گفت آن خانم، نمی‌دانم اصلاً چه شد شروع کردم به گریه کردن، بدون این که اصلاً



دلیلش را بفهمم! هرچه گفتم پوریا چرا داری گریه می‌کنی؟ نمی‌فهمیدم اصلاً، یک ثانیه گریه‌ام قطع می‌شد باز دوباره گریه می‌کردم، نمی‌دانم چرا؟ همان موقع آن را هم، ماری‌جوانا را هم گذاشتم کنار.

بعد از یک مدت دیگر شوقش خیلی زیاد شده بود چون داشتم می‌دیدم هم مثلاً دیگر الفاظ رکیک اصلاً استفاده نمی‌کردم. بعد دروغ خیلی کمتر می‌گفتم، چون مثلاً قبلش طوری شده بود که حتی برای چیزهای عادی دروغ می‌گفتم، دست خودم هم نبود، نمی‌دانم حالا چه‌جوری بود.

و این‌که این اتفاق‌ها افتاد، سیگار را هم گذاشتم کنار. بعد یک آرامش خیلی خوبی، بعد یک چه‌جوری بگویم یک حالت شادی که همیشه صبح که بلند می‌شدم خندان، اصلاً تعجب می‌کردم خودم. همیشه مثلاً، لازم هست این را هم بگویم، من پارسال روز تولدم پارتنرم (شریک زندگی: partner) و پسر من جدا شدند یعنی رفتند، به‌صورت کاملاً اتفاقی رفتند. وقتی با برنامه‌ شما آشنا شدم، سه الی چهار روز بعد از این‌که با برنامه‌ شما آشنا شدم، برگشتند.

نمی‌دانم هنوز وقت دارم الآن شش دقیقه و خرده‌ای هست صحبت کرده‌ام.

**آقای شهبازی:** [در حال خنده آقای شهبازی] حالا یک‌جوری تماش کنی داستانتان را، جالب است ولی خیلی، بله بفرمایید.

**آقای پوریا:** من این را به‌صورت ایمیل برای شما فرستادم چند وقت پیش، ولی اصلاً به قولاً این‌جوری نیست که من، چون واقعاً می‌دانم شما وقت این را ندارید که بیایید جواب من را بدهید، ولی این را برای خودم نوشتم و فرستادم، چون این من‌ذهنی من می‌گفت نکن، این الآن می‌فهمند که تو مثلاً حالا با صراحت می‌گویم تو دزدی کردی، یا مثلاً این‌جور الفاظ رکیک، این زشت است.

به‌خاطر همین گفتم نه، بگذار حداقل یک نفر داخل دنیا به غیر از خود من بداند که من چه کاری انجام دادم و پشت این نقاب که همه می‌گویند دمت گرم، چه آدم خوبی هستی و این‌ها، حداقل یک شخص بداند.

و این‌که داشتم همین‌جوری با همین روال پیش می‌رفتم، که برای متادون چون مدت طولانی و دُز (مقدار: dose) زیادی را مصرف می‌کردم، اصلاً یک‌جوری شده بود که مثلاً خود زندگی هر هفته مثلاً یک ذره از دُز را داشت کم می‌کرد، تا این‌که شنبه هفته پیش بود نمی‌دانم من‌ذهنی بود، چه بود، یک‌دفعه آمد گفت که حالا من شاید اشتباه گرفتم نمی‌دانم چه‌جوری بود، گفت این را می‌توانی بگذاری کنار، همان‌جور که آن سه چهارتا را گذاشتی کنار، این را هم می‌توانی بگذاری کنار. شنبه و یکشنبه نخور، دو هفته مرخصی بگیر، این را هم می‌گذاری کنار.

**آقای شهبازی:** آفرین!



**آقای پوریا:** آری، گفتم باشد. آدم این کار را بکنم بعد که دُز را تقریباً نصفش را کم کردم بعد چیز شد یک جورهایی من ذهنی‌ام نشست روی من و من کلاً چون همیشه مثلاً یک‌جوری تو این مدت می‌خواستم که فقط روی خودم زوم باشم، دیدم که دارم از همه‌چیز اصلاً چه به آن می‌گویند از همه‌چیز دارم پرت می‌شوم، من ذهنی دارد من را کنترل می‌کند و این‌ها، باز دوباره برگشتم روی همان حالتی که مثلاً برای من کم می‌کرد، چون مثلاً من ۵/۴۲ میل مثلاً در روز مصرف می‌کردم و خود زندگی این را برای من کم کرده بود به مثلاً روزی ۳۶، ۳۷ رسانده بود و چیزی که دکتر من هم گفته بود این چیزی بود زندگی داشت خودش انجام می‌داد و آدم من یک‌دفعه این را کم بکنم اصلاً همه‌چیز نابود شد. طوری شده بود که من دیگر سه چهار روز بود

همین‌جوری داشتم کلنجار می‌رفتم، من ذهنی هی می‌آمد می‌خواستم خاموشش کنم، بعد دوباره بیشتر می‌آمد. تا امروز بخش دوم برنامه شما را که داشتم گوش می‌کردم، چون استرالیا مثلاً زمانش یک‌جوری هست که وقتی من از سر کار می‌آیم بخش یک و دو تمام شده در لایو (زنده: Live) شما. من باید از اول باز دوباره بنشینم ببینم. و این‌که امروز چون واقعاً می‌خواستم زنگ بزنم تا بخش دوم را دیدم دیگر استاپ (متوقف: Stop) کردم، نشستم ویژه تلفن‌ها را گوش دادم که زنگ بزنم. در بخش دو را که داشتم گوش می‌دادم یک لحظه یک چیزی به من گفت پوریا شل کن، چکار داری می‌کنی؟ فقط همان کاری را که قبلاً می‌کردی بکن، نمی‌دانم شما داشتید یک چیزی را داشتید توضیح می‌دادید، که این آمد داخل مغزم و این باعث شد که باز دوباره روی خودم دوربینم برود روی خودم و یک‌دفعه داخل دو دقیقه اصلاً شاد شدم باز دوباره.

من می‌خواهم ببخشید وقت همه را گرفتم، می‌خواهم بگویم کاری که شما برای من انجام دادید، نمی‌دانم چه‌جوری بگویم چون من واقعاً خودم فکرش را نمی‌کردم یک روز بتوانم آن‌ها را بگذارم کنار و حالا متادون را هم واقعاً باید بگذارم کنار، چون این چیزی است که خیلی دارد من را اذیت می‌کند.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**آقای پوریا:** و این‌که یک چیزی که بگویم شما می‌گویید به من استاد نگویند، کاری که شما انجام دادید از کار مولانا بیشتر نباشد کمتر نیست و من مطمئنم که این هزار برنامه و بیش از هزار برنامه که مطمئنم درست می‌شود، در آینده کشورهای مختلف می‌آیند و این را ترجمه می‌کنند و از آن استفاده می‌کنند. و شما امیدوارم تا ۱۲۰ سال دیگر سایه شما بالای سر ما باشد و من مطمئنم که شما چیزی ساختید که مطمئناً مثل مثنوی، مثل غزلیات شمس، تا بیش از هشتصد سال، هزار سال خواهد ماند و همه استفاده می‌کنند.

**آقای شهبازی:** ممنونم، ممنونم، لطف دارید. عالی، عالی، عالی!





**آقای پوریا:** قربانِ شما، ببخشید من وقت شما را هم گرفتم، خیلی حرف زد، ولی ببخشید واقعاً.

**آقای شهبازی:** عالی! خیلی آموزنده بود و موفقیت شما را تبریک می‌گویم. در ضمن عرض کنم که آن ایمیل به دست من نرسیده یعنی ممکن است رفته جانک باکس (junk box) و این‌ها، چون اگر ایمیل را می‌دیدم، می‌خواندم و اگر می‌خواندم، یادم می‌ماند یک همچو چیزی و به شما جواب می‌دادم. چون موفقیت آدم‌هایی مثل شما برای من هم خیلی مهم است، درست است که من وقت ندارم، ولی خب کسی که مثل شما موفق می‌شود و از گیر اعتیاد، خودش را رها می‌کند واقعاً رستمی می‌کند، می‌دانید موفق می‌شود.

من تحسین می‌کنم این موفقیت شما را، مسلماً این متادون را هم شما می‌گذارید کنار، این آسان است گذاشتنش کنار. می‌دانید آدم‌ها را که وقتی می‌خواهند باز کنند، اول از چیزهای خیلی قوی آن‌ها را باز می‌کنند و به متادون معتاد می‌کنند، برای این‌که از متادون می‌شود راحت‌تر خلاص شد. و من مطمئنم با این تصمیمی که امروز گرفتید می‌توانید ادامه بدهید، ممکن است دو سه روز حالا یک حالت‌هایی پیش می‌آید، ولی این به زودی با شعرهای مولانا از بین می‌رود. یعنی اگر برنامه را گوش کنید، ورزش هم بکنید، شما ورزش هم می‌کنید؟

**آقای پوریا:** والله، ورزش کاری که ما انجام می‌دهیم یعنی وقتی من از سرِ کار می‌آیم دیگر ببخشید مثل جنازه می‌افتم ولی ورزش را، پیاده‌روی را باز هم انجام می‌دهم. یا مثلاً وقتی می‌آیم خانه، پسرم مثلاً بازی می‌کند با او پیاده‌روی می‌کنم، ولی ورزش هم باید در برنامه کاری‌ام بگذارم، ولی کارمان فوق‌العاده سنگین است یعنی چه جوری بگویم اصلاً آن‌چنان چیزی نمی‌ماند، ولی شاید این بهانه باشد، شاید من ذهنی باشد، چون بخواهم یک کاری را انجام بدهم حالا با آن هم که باشد، ورزش را آدم انجام می‌دهد.

**آقای شهبازی:** نه، کارتان اگر عملی باشد واقعاً، یک کار مثل ساختمان و این‌ها، مسلماً این خودش ورزش است.

**آقای پوریا:** درست است، کار ما هم همان کار ساختمان است.

**آقای شهبازی:** [خنده آقای شهبازی] بله خب دیگر، نگرانی نیست. خب با شما خداحافظی می‌کنم، خیلی خوشحال شدم.

**آقای پوریا:** قربانِ شما، من هم همین‌جور. و یک چیز دیگر این‌که گفتم شما وقت ندارید یعنی توقع این‌که شما جواب بدهید را واقعاً من نداشتم، چون می‌شنیدم مثلاً می‌گفتید که کسی مثلاً پیام می‌دهد و توقع دارد و برنامه را استاپ (متوقف: Stop) می‌کند. من بعد از این‌که، من از هشت ژوئن (دی: June) شروع کردم به برنامه‌های شما را دیدن تا امروز. هر وقتی هم که می‌خواستم زنگ بزنم، الان مثلاً نفس خانم که آمد زنگ بزند، من ذهنی‌ام



گفت شما درمورد این اُعجوبه که داخل هشت دقیقه نان استاپ (بدون توقف: Non stop) دارد شعر می‌گوید چه می‌خواهی بگویی؟ یا خانمی که یک یا دوتا قبل از من بود، ولی با این حال گفتم نه، نمی‌دانم شاید هم اصلاً نتوانم درست حرف بزنم، ولی تصمیم گرفتم باید زنگم را بزنم و گرفت.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین! خیلی آموزنده بود، خیلی خوب کاری کردید زنگ زدید، آفرین! عالی بود، عالی بود!

**آقای پوریا:** خیلی ممنون، خیلی ممنون، واقعاً نمی‌دانم چه بگویم، خیلی ممنون، ببخشید وقت همه را گرفتم.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم، اختیار دارید، عالی، عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای پوریا]

❖ ❖ ❖ پایان بخش اول ❖ ❖ ❖



۷- خانم افسون و همسرشان از نظرآباد

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم افسون]

**خانم افسون:** من چند سال است با شما تماس می‌گیرم، چند سال است برنامه شما را گوش می‌دهم. [پارازیت] آقای شهبازی من فقط خواستم از شما تشکر کنم، برنامه‌تان خیلی عالی بود، خیلی عالی است همیشه. بعد، از برنامه پانصد هم دارم برنامه شما را گوش می‌دهم، تقریباً چند سالی می‌شود. بعد، بیت‌ها را می‌خوانم، غزل‌ها را حفظ می‌کنم. غزل چیز اسمش یادم نیست، ولی غزل‌ها را حفظ هستم همه‌شان. «صلا رندان دگر باره که آن شاه قمار آمد» تا آخر حفظ هستم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم افسون:** خیلی شعرهای دیگر، الآن هول شدم شماره شما را گرفتم، فکر نمی‌کردم بگیرد.

**آقای شهبازی:** یک نفس عمیق بکشید.

**خانم افسون:** من افسون هستم از نظرآباد، برایتان خیلی پیام می‌فرستادم.

**آقای شهبازی:** بله خانم افسون.

**خانم افسون:** سلامت باشید. بعد، برنامه شما را خانوادگی گوش می‌دهیم. البته من هر هفته گوش می‌دهم، ولی این دو هفته اخیر چون پدرم مهمانم بود، نتوانستم گوش بدهم، ولی از طریق گوشی همراه گوش دادم. اولین بار است با شما تماس می‌گیرم. بعد، امروز با همسرم دوتایی برنامه‌تان را گوش دادیم.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین!

**خانم افسون:** شعرهایتان را هم اکثر شعرهای مولانا را هم حفظ کردیم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم افسون:** فقط همین خواستم زنگ بزنم از شما سپاس‌گزاری کنم بابت زحمتهایی که می‌کشید.

**آقای شهبازی:** ممنونم.

**خانم افسون:** واقعاً اگر شما نبودید ما با هیچ‌کدام از واژه‌های مولانا آشنا نمی‌شدیم، هیچ‌کدام، «انصتوا» و خیلی واژه‌های دیگر که الآن نمی‌دانم هول شدم، چه شده یادم رفته.

**آقای شهبازی:** یک نفس عمیق بکشید، یک نفس عمیق بکشید. طبیعی است آدم هول بشود.



خانم افسون: دستتان درد نکند.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم افسون: آقای شهبازی یک چند لحظه گوشی با همسر هم می‌خواهد با شما صحبت کند.

آقای شهبازی: باشد، ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم افسون]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و همسر خانم افسون]

همسر خانم افسون: خسته نباشید، خدا قوت بدهد ان‌شاءالله.

آقای شهبازی: ممنونم، ممنونم، ماشاءالله.

همسر خانم افسون: همیشه صحیح و سلامت خدا برای شما نگه دارد ما را، شما را هم برای ما نگه دارد، همیشه صحیح و سلامت باشید. ما از برنامه شما خیلی استفاده کردیم، خیلی استفاده می‌بریم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

همسر خانم افسون: خدا خیرتان بدهد ان‌شاءالله. من فقط یک چندتا شاه‌بیتی که خودتان فرمودید، گفتید یک سری بیت‌ها را ملکه ذهنتان کنید، همیشه تکرار کنید، من آن‌ها را حفظ هستم، یک چند بیتی می‌خواستم برایتان بخوانم.

آقای شهبازی: بفرمایید، بله، بله، حتماً.

همسر خانم افسون: اگر اجازه بدهید می‌خوانم برایتان.

آقای شهبازی: بله، بله.

همسر خانم افسون:

کار کن هین که سلیمان زنده است

تا تو دیوی، تیغ او بُرنده است

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۴)

فعلِ توست این غصه‌های دَم به دَم

این بود معنیِ قَدْ جَفَّ الْقَلَمُ

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۲)



قَدْ جَفَّ الْقَلَمُ: همانا خشک شد قلم.

[حدیث:

«جَفَّ الْقَلَمُ بِمَا أَنْتَ لَاقٍ.»

«خشک شد قلم به آنچه سزاوار بودی.»

حدیث:

«جَفَّ الْقَلَمُ بِمَا هُوَ كَائِنٌ.»

«خشک شد قلم به آنچه بودنی است.»]

حق، قَدَم بر وی نهد از لامکان  
آنگه او ساکن شود از کُن فَكَان  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۸۱)

پیش چوگان‌های حُکم کُن فَكَان  
می‌دویم اندر مَکان و لامکان  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۶۶)

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

أَنْصِتُوا: «خاموش باشید».

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

لاغ: بیهوده

پس شما خاموش باشید أَنْصِتُوا  
تا زبان‌تان من شوم در گفت و گو  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۶۹۲)

آقای شهبازی: آفرین!

**همسر خانم افسون:** این یک سری شاهبیت‌ها است که من روی این‌ها تمرکز کرده‌ام، روی این‌ها دارم کار می‌کنم. از شما هم ممنونم، از برنامه‌تان خیلی سپاس‌گزارم، خیلی کارساز است، خیلی کارآمد است. یعنی واقعاً ما با همسرم خیلی دنبال عرفان بودیم و کتاب‌های متعددی از عرفا، از جاهای دیگر، از منابع دیگر تهیه می‌کردیم، می‌خواندیم؛ ولی هیچ‌کدام نتیجه این برنامه شما را برای ما نداشت.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**همسر خانم افسون:** و از صمیم قلب از خدا می‌خواهم که همیشه صحیح و سلامت باشی، برنامه‌ات هم مستدام و برقرار باشد همیشه ان‌شاءالله.

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

**همسر خانم افسون:** سلامت باشید. حالا اگر شما توصیه‌ای دارید برای ما به ما بگویید حالا به‌عنوان یک استاد.

**آقای شهبازی:** شما اختیار دارید، شما بهترین شانس را آورده‌اید. در هر خانواده‌ای که زن و شوهر با هم این برنامه را نگاه می‌کنند، واقعاً آن‌جا دیگر شیطان نمی‌تواند نفوذ کند. اگر یکی‌تان علاقه‌مند می‌شد، شاید آن یکی مزاحم می‌شد، ولی الآن دیگر شما با هم براساس همان یک هوش با یک هشیاری متحد می‌شوید. اگر برنامه امروز را گوش کرده باشید، مولانا توضیح داد که براساس من‌ذهنی نمی‌شود متحد شد.

**همسر خانم افسون:** گوش کردیم، بله.

**آقای شهبازی:** الآن که شما شنیدید و با هم هم کار می‌کنید، شما براساس آن یک زندگی می‌توانید متحد بشوید و الآن هم شده‌اید، می‌بینید؟ شما با هم رفیق هستید، شما شبیه زن و شوهر نیستید، با هم دوست هستید.

**همسر خانم افسون:** بله، واقعاً همین‌طور است، همین‌طور است.

**آقای شهبازی:** دیگر با، یک چیزی هست بین زن و شوهرهای استاندارد من‌ذهنی، آن برای چه آدم باید با همسرش دوست نباشد، مثل یک دوست؟ ما مثلاً با دوست‌های پسرمان که بیرون می‌رفتیم جوان بودیم، دیگر همه چیز به همدیگر می‌گفتیم و با هم ایاق بودیم و خب همسر آدم هم یک همچو آدمی است، چرا باید این قدر فاصله باشد، چیزها را آدم‌ها قایم کنند؟ برای این‌که من‌ذهنی دارند. بهترین رفیق آدم، دوست آدم می‌تواند همسرش باشد، مثل یک دوست باشد، نه یک آدم جدا که یک چیزهایی را باید از ایشان قایم کنی، مواظب باشی نفهمد، نمی‌دانم سوءاستفاده می‌کند، در دعوا جری می‌شود، سوءاستفاده می‌کند برعلیه من، ضعف من می‌شود!



این چیزها مال من ذهنی است که امروز یک مقدار درباره‌اش صحبت کردیم. الآن آن دیگر در بین شما، یعنی شیطان از این راه نمی‌تواند وارد بشود. آفرین بر شما.

**همسر خانم افسون:** برنامه‌هایی که، برنامه‌هایی که، ببخشید، که گوش می‌کند، من مثلاً از محل کار می‌آیم، یک سری داستان‌ها را در دفتر خودش یادداشت می‌کند، می‌گویم برنامه آقای شهبازی را خلاصه‌هایش را که نوشتی برایم بخوان، چه داستان‌هایی مثلاً امروز گفت؟ چه خلاصه‌ای نوشتی؟ من دیگر وقت نمی‌کنم با تلویزیون نگاه کنم یا با گوشی مثلاً ضبط‌شده‌ها را ببینم، دفترش را می‌آورد برایم خلاصه‌وار می‌خواند، داستان‌ها را برایم می‌خواند، لذت می‌برم، شما را هم دعا می‌کنم. ان‌شاءالله که هر جا هستید، صحیح و سلامت باشید، خدا پشت و پناهتان باشد.

**آقای شهبازی:** ممنون. بهتر از این نمی‌شود دیگر که همسر آدم می‌نویسد.

**همسر خانم افسون:** آری، الآن دو سه تا دفتر بزرگ بزرگ از این تقویم‌های سفید هست تاریخ‌دار، طبق تاریخ، طبق روز، طبق هر چیزی که شما هر روزی که دارید، یادداشت و نت‌برداری کرده، چیزهایی هم که من از قلم می‌افتد با دید ذهنی‌ام ببینم، از دفتر برایم می‌خواند، داستان‌ها را برایم تعریف می‌کند، شعرها را می‌گوید.

**آقای شهبازی:** به‌به، آفرین، آفرین! و همچو کاری سبب صمیمیت می‌شود، سبب اتحاد می‌شود، صمیمیت می‌شود. همین‌که امروز می‌گفت مولانا دیگر، یواش‌یواش می‌بینید که این شمس درون شما دارد طلوع می‌کند و کرده البته، این صمیمیت شما نشان نشستن هشیاری در دل شما است. تبریک می‌گویم، عالی است.

[خداحافظی آقای شهبازی و همسر خانم افسون]

۸- خانم مریم از فولادشهر

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم مریم]

خانم مریم: غزل زیبای برنامه امروز، غزل شماره ۱۵۸:

امتزاز روح‌ها در وقت صلح و جنگ‌ها  
با کسی باید که روحش هست صافی صفا  
چون تغیر هست در جان، وقت جنگ و آشتی  
آن نه یک روح است تنها، بلکه گشتستند جدا  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۸)

امتزاز: آمیختگی، آمیخته شدن

صافی صفا: پاک پاک، زلال زلال

تغیر: دگرگون شدن، در این‌جا به معنی احساس جدایی و غیریت کردن است.

استاد جان چرا به انسان می‌گویند اشرف مخلوقات؟ تفاوت انسان با دیگر موجودات در چیست؟ انسان وجه تمایزش با دیگر موجودات عاشق شدن و عشق ورزیدن و کار کردن روی خودش و این‌که انسان به خودشناسی می‌رسد و اشتیاق نشان می‌دهد که خودش را بشناسد.

«يَدُ اللَّهِ فَوْقَ أَيْدِيهِمْ»

«دست خدا بالای دست‌های‌شان است»

(قرآن کریم، سوره فتح (۴۸)، آیه ۱۰)

«يَدُ اللَّهِ فَوْقَ أَيْدِيهِمْ»، دست خداوند برتر است. و آن نیروی غالب است در زندگی ما و انسان با آگاهی و ادراکاتی که به دست می‌آورد، اتفاقات و اشخاص به‌وجود آورنده دیگر برایش مهم نیست و نیروی خداوند و تنها عمل‌کننده در بطن و متن زندگی حضرت یار است و فقط اوست که برای ما خیر می‌خواهد. هر اتفاقی افتاده‌است خیر است و آن چیزی که به مصلحت کار است و رنج موقت برای انسان می‌ارزد به یک رنج طولانی.

اگر تو عاشقی غم را رها کن  
عروسی بین و ماتم را رها کن





## تو دریا باش و کشتی را برانداز تو عالم باش و عالم را رها کن

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۹۰۵)

و خداوند هم این‌گونه با ما رفتار و برخورد می‌کند. نتیجه‌اش چیست؟ آرام باش، خاموش باش، ساکن باش، بپذیر هر آنچه که با آن مواجه می‌شوی. پذیرش چیزها، پذیرش شرایط و رویدادها در وسعت روزها و هفته‌ها و سال‌ها نیست، پذیرش به‌معنای درک [قطع صدا] در اکنون و در این لحظه است. اگر ما به گذشته و حسرت‌ها برگردیم، و به آینده و ترس‌ها برویم، هنوز چیزی که ما را در خود فرومی‌برد و آزرده می‌شویم، درواقع دست من‌ذهنی در کار است. و استاد جان خوشبختانه به لطف برنامه این تشخیص و شناسایی به‌موقع را خودم یاد گرفتم. و من‌ذهنی را خیلی زود تشخیص می‌دهم و شناسایی می‌کنم. و این‌که خداوند در گذشته و آینده نیست و خداوند در لحظه و همیشه حاضر است و حضور دارد. من‌ذهنی است که از لحظه خارج شده و ترس از آینده و مرتب طراحی گذشته‌ها را داشته و دارد. پس این خیلی قشنگ هست به لطف برنامه من این نکته مثبت را دارم خدا را شکر یاد گرفتم.

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

## خانه لیلی‌ست و مجنون منم جان من این جاست برو جان مکن

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱۰۸)

هر ضربان قلبمان، هر جنبش ما، هر انرژی حیاتی که صرف زندگی ما می‌شود، هر لحظه بودنمان مشروط به اوست. طرح، طرح الله است. همه چیز زیر سرِ خودش است کافی است کمی ما هم صبر کنیم «صبر باشد مشتهای زیرکان» صبور باشیم، اجازه بدهیم که حکمت خداوند بر ما نمایان بشود. خداوند می‌گوید آن شود که من خواهم.

«...وَيَسْعَوْنَ فِي الْأَرْضِ فَسَادًا...»

«... و در زمین به فساد می‌کوشند...»

(قرآن کریم، سوره مائده (۵)، آیه ۳۳)



برو در زمین وجودت و با علم بر رحمانی و عشق و حکمت او در خلق امور زندگی پیشت، در این لحظه هم افسار زندگی‌مان را بر عهده او بگذاریم، او کارش را بلد است. یک هوشی هست، یک وجودی هست، یک آگاهی هست که دارد جهان را، هستی را به گونه‌ای و به نحوی اداره و مدیریت می‌کند. برنامه می‌گوید در کنار سپردن به خداوند اراده آزاد هم به ما داده شده. من عملی که می‌دانم استادجان درست است عملی که فطرتاً خداوند به من گفته و برنامه هم آگاهی‌اش را به من داده درست است، آن می‌گویید صادق باشم، متعهد باشم هم در زمینه امور معنوی و هم در زمینه امور مالی، قانون جبران را رعایت کنم به خاطر برنامه که این قدر دارد به من کمک می‌دهد، مهربان باشم و این که خوب خودم و دیگران را بخواهم که این‌ها همه‌اش همان عشق است. عاشقی کنم و این‌جاست که الباقی نتیجه با اوست من طرف حسابم او باشد، عدم باشد با او سر و کار داشته باشم و به قول فرمایش شما عزیز بزرگوار این‌که عدم را بیاورم در مرکز و این‌که خب شمس تبریزی در مرکز من نمایان بشود، آشکار بشود و آگاهم کند.

**حق ذات پاک الله الصمد**

**که بود به مار بد از یار بد**

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۶۳۴)

**مار بد جانی ستاند از سلیم**

**یار بد آرد سوی نار مقیم**

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۶۳۵)

استادجان این ابیاتی را هم که خواندم من ربطش دادم به من‌ذهنی. مار می‌تواند همان من‌ذهنی ما باشد و این‌که هم‌نشین‌هایی که دور و برم آن انتخاب می‌کنیم و این‌ها همه می‌تواند با کمک برنامه خیلی به ما کمک بدهد که هم‌نشین‌های مناسب انتخاب کنیم. سپاس‌گزارم استادجان تمام شد.

**آقای شهبازی:** ممنونم، خداحافظی می‌کنم با شما. عالی.

[خداحافظی آقای شهبازی با خانم مریم]



## ۹- خانم زینب از کرج

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم زینب]

**خانم زینب:** آقای شهبازی من یک دو سه روز است سرما خوردم. بعد خیلی جالب است امروز از این قرص‌های ضد حساسیت و این‌ها می‌خورم. این‌ها خیلی خواب‌آور هست، یعنی قرص را که مصرف می‌کنم، کلاً می‌روم در هشیاری درختی دیگر، بیهوش می‌شوم انگار.

بعد امروز خیلی، با حالت خیلی سختی، من سعی کردم که بلند شوم برنامه را از ساعت شش ببینم. بعد به تاثیر این قرص‌ها، هی بیهوش می‌شدم و وقتی که هشیاری‌ام می‌آمد بالا، می‌شنیدم که شما می‌گویید که این شمس درونتان باید طلوع کند و بیاید بیرون. من چندین بار این اتفاق افتاد، یعنی هی به خواب می‌رفتم، بیهوش می‌شدم، وقتی تا می‌خواستم دوباره هشیاری‌ام را به دست بیاورم، شما این جمله را تکرار می‌کردید و برایم چقدر جالب بود که این جمله هی تکرار می‌شد که شمس درونتان باید بیاید طلوع بکند و شما آن را ببینید، به آن زنده بشوید.

خیلی ممنونم از شما آقای شهبازی، بابت تمام تلاش‌هایی که دارید برای ما می‌کنید و این‌که یک نکته‌ای را می‌خواستم بگویم. من یک مدتی بود آقای شهبازی، من ذهنی خیلی بیچاره‌ام کرده بود که چرا خوابت تنظیم نمی‌شود؟ چرا این کارت درست نمی‌شود؟ چرا آن یکی کارت درست نمی‌شود؟ تغذیه‌ات چرا تنظیم نمی‌شود؟ خیلی بهتر شدم آقای شهبازی، ولی من ذهنی‌ام خیلی گیر داده بود به من که همه چیز تو باید عالی باشد و یک مدتی خیلی من را اذیت کرد تا این‌که خیلی جالب است، شما همیشه می‌گویید بیت‌ها را تکرار کنید و این بیت‌ها یک جایی خودشان می‌آیند جواب شما را می‌دهند و شما را آرام می‌کنند.

من همین [قطع صدا]

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

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۶۲۷)

آقای شهبازی این بیت وقتی یک لحظه در ذهن من باز شد، این پیام را به من داد که این عادت یا هر چیزی که تو حالا به لحاظ خواب، خوراک، به لحاظ هر چیزی که داری، این را خداوند خودش به موقع تغییر می‌دهد این عادت تو را و نیازی نیست که تو دائماً بنشین، هی من ذهنی‌ات بگویند که چرا الان این کارت این‌طوری شده؟ چرا آن کار را نمی‌کنی؟ چرا این را انجام می‌دهی؟



و خیلی من آرام شدم آقای شهبازی و خودم را پذیرفتم. گفتم من خب تغییراتی که کردم تا این جا، خوب بوده و همین طور ادامه خواهم داد و به موقع این عادت‌های بد من، به موقع خداوند خودش این عادت‌ها را تغییر خواهد داد. فقط کافی است که من ادامه بدهم و در مسیر باشم و کار خودم را انجام بدهم و با من ذهنی که می‌خواهد همه چیز را عالی انجام بدهد بدون نقص، به حرف او گوش نکنم.

آقای شهبازی: عالی!

خانم زینب: از شما تشکر می‌کنم، وقت شما را نمی‌گیرم. خیلی سپاس‌گزارم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: ممنونم خوشحال شدم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم زینب]

## ۱۰- آقای حجت از فولادشهر

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای حجت]

آقای حجت: این بیت دفتر ششم، بیت ۱۳۵۷ که جناب مولانا می‌فرمایند:

حَبِّذَا دو چشم پایان‌بینِ راد  
که نگه دارند تن را از فساد  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۵۷)

حَبِّذَا: خوشا

راد: حکیم، فرزانه، جوانمرد

جناب مولانا چشم پایان‌بین به ما می‌دهند. دیدن این و پذیرش این و قبول این و زیر بار این برویم که ما در موقعیتی هستیم که چیزی نمی‌بینیم و کور هستیم، واقعاً کور هستیم در من‌ذهنی، یعنی درست نمی‌بینیم، کج می‌بینیم، وارونه می‌بینیم و دائماً در حال زیاد کردن خیال‌ها و فکرها و حرف زدن هستیم، جناب مولانا دو چشم پایان‌بین به ما می‌دهند، «دو چشم پایان‌بینِ راد». خیلی جالب است، خیلی زیبا است، شگفت‌انگیز است که می‌فرمایند دو چشم پایان‌بین، اما راد.

این «راد» این‌جا خیلی جالب است، که ما می‌گوییم پایان دیگر تمام شد رفت همه‌چیز، خب بعدش چه؟ اما این «پایان‌بینِ راد» یعنی این‌که اصلاً تازه ماجرا آغاز می‌شود برای انسان، چشم انسان باز می‌شود، سیر و سلوک انسان با چشم پایان‌بین آغاز می‌شود. و از این است که انسان را از این‌که، فرمودند انسان اگر در من‌ذهنی باشد به فساد مشغول است، «فی الْأَرْضِ الْفَسَاد» اما این‌جا دو چشم پایان‌بین ما را از این‌که در این جهان می‌آییم و به فساد کشیده نشویم و عاقبت به‌خیر بشویم، جناب مولانا این دو چشم پایان‌بین را به ما می‌دهند. ممنونم استاد نازنین.

[آهنی کآینه غیبی بُدی  
جمله صورت‌ها در او مرسل شدی  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۴۷۸)

تیره کردی، زنگ دادی در نهاد  
این بُودِ یَسْعُونِ فی الْأَرْضِ الْفَسَادِ  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۴۷۹)



«...وَيَسْعَوْنَ فِي الْأَرْضِ فَسَادًا...»

«... و در زمین به فساد می‌کوشند...»

(قرآن کریم، سوره مائده (۵)، آیه ۳۳)

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، لطف فرمودید. عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای حجت]

مجلس  
حضرات



[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم سهیلا]

خانم سهیلا: یک متنی آماده کردم، می‌خواستم با دوستان به اشتراک بگذارم.

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

فتی: جوان، جوانمرد

می‌گویم من به ظاهر نشان می‌دهم حالم خوب است، همانندگی‌هایم کم شده، به حضور رسیدم، روی خودم کار می‌کنم، ترس ندارم، توقع ندارم، عشق بی‌قید و شرط می‌دهم، در زمان روان‌شناختی گذشته و آینده نیستم، از این جهان چیزی نمی‌خواهم، از کسی چیزی نمی‌خواهم، ولی وقتی می‌آیم یک کاری برای کسی انجام می‌دهم، پیغام می‌دهم، حتی یک کوچک‌ترین کاری برای بچه‌هایم انجام می‌دهم، توقع می‌آید که از من تشکر کنند، من را تأیید کنند.

بعد به ذهن می‌روم و خودم را ملامت و سرزنش می‌کنم که می‌گویم شاید این کار را من کامل و درست انجام ندادم و این‌که نقصی داشتم. پندار کمال می‌آید که من کم بودم، کم گذاشتم. این سرگین‌ها می‌آید بالا و حال من را بد می‌کند.

به گذشته می‌روم. روی خودم باید کار کنم، نباید توقع داشته باشم. و به ظاهر نشان ندهم خوبم، ولی در باطن روی خودم کار نکردم. من باید با مرکز عدم و دید عدم‌شده کار کنم.

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

من نباید از کسی توقع داشته باشم و به قول شما در برنامه امروز گفتید این شمس درون من باید زنده بشود و روشن بشود و من بیدار بشوم و روی خودم کار کنم.

از شما سپاس‌گزارم آقای شهبازی که زحمت می‌کشید و این چراغ روشن را در خانه‌های ما آوردید و این نقص‌هایی که ما داریم، فقط روی خودمان تمرکز داشته باشیم. کاری به کسی نداشته باشیم. چه کسی چکار کرد؟



چه کسی چه گفت؟ تغییر نخواهیم بدهیم که برنامه امروز همین بود. فقط تمرکز روی خودمان باشد چون آدم‌های من‌ذهنی، اطراف ما هستند و یک جورهایی ما را به واکنش نشان می‌دهند و مجبور می‌شوند که ما هم همان کار را انجام بدهیم.

ما باید فقط تمرکز روی خودمان باشد و روی خود مریضی خودمان کار کنیم. مثل همان مریضی که می‌رود پیش دکتر و امروز قصه و داستانش را تعریف کردید. ما باید مریضی خودمان را درمان کنیم و دکتر خودمان باشیم. با سپاس از شما آقای شهبازی و ممنون از همه بینندگان که تماس می‌گیرند و پیغام‌هایشان را به اشتراک می‌گذارند و هر کدامشان یک درسی نهفته و پیغامی است برای تک‌تک ما. ممنون از شما آقای شهبازی.

**آقای شهبازی: آفرین! عالی، عالی!**

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





لیک حاضر باش در خود، ای فتی

تا به خانه او بیاید مر تو را

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۶۴۳)

ورنه خَلَعَت را بَرَد او بازپس

که نیابیدم به خانه هیچ‌کس

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۶۴۴)

فتی: جوان‌مرد

خَلَعَت: لباس یا پارچه‌ای که خانواده داماد به عروس یا خانواده او هدیه می‌دهند، مجازاً هدیه

خودم را با این ابیات آموزنده حضرت مولانا، مورد بازبینی و زیر ذره‌بین قرار دادم که ببینم آیا زمانی بوده که در خودم حاضر بوده باشم؟ ولی دریغ از یک لحظه حضور حتی در خواب. با اضطراب و پریشانی به خواب رفتم و با همان حالت حتی بدتر، از خواب پریدم، آن هم در غم از دست دادن همانیدگی‌ها یا تشویش و نگرانی برای زیادت‌ر کردن آن‌ها.

دیدم من که همیشه بدون یک لحظه غیبت، دست‌به‌سینه مانند شاگردی، فقط در سر کلاس من‌ذهنی حاضر بودم و استاد من‌ذهنی بوده و با این کار از درس استاد اصلی که زندگی است، وامانده‌ام و در کلاس درس من‌ذهنی همیشه حاضر و در کلاس درس زندگی، همیشه غایب. زمان‌هایی که من در خودم حاضر نیستم و زندگی مرا به‌خاطر عدم حضورم در نمی‌یابد و خلعت حضور را برمی‌گرداند. زمان‌هایی که همانیدگی‌ها در مرکزم پررنگ‌تر و با [قطع تماس]

## ۱۳- خانم مونا از کرج

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم مونا]

**خانم مونا:** جناب شهبازی یک تجربه‌ای داشتم که اگر اجازه بفرمایید مطرح کنم.

**آقای شهبازی:** بفرمایید. بله.

**خانم مونا:** خواهش می‌کنم. من در هفته‌های اخیر متوجه یک همانندگی بسیار بزرگ در خودم شدم که شاید عجیب به نظر برسد، ولی آن همانندگی با طرز صحبت کردن است.

من از دوران نوجوانی هر وقت در هر جمعی حاضر می‌شدم بدون این‌که متوجه باشم مدام در ذهنم از حرف زدن دیگران ایراد می‌گرفتم و مدام به‌نظم می‌آمد که چقدر دیگران نسنجیده حرف می‌زنند، چقدر شوخی‌های ناب‌جا می‌کنند، چقدر بی‌دقت و بدون در نظر گرفتن حساسیت‌های بقیه نظر خودشان را اعلام می‌کنند و اصلاً همیشه، همیشه فکر می‌کردم مردم حواسشان به حرف‌هایشان نیست. و مدام در ذهنم چقدر، چقدر، چقدر و این‌جا همیشه جایی بود که من به دنده ملامت می‌رفتم.

من حتی وقتی دوستان گنج حضوری به شما می‌گفتند استاد جان، به مزاجم خوش نمی‌آمد و می‌گفتم جناب شهبازی گرانقدرتر از این هستید که با این لفظ خطاب بشوند.

تا این‌که در تماسی که در هفته‌های اخیر که با شما داشتم اگر خاطر شریفتان باشد، داشتم در مورد برند (نام تجاری: Brand) خودم که مصراع «کارِ مرا چو او کند، کارِ دگر چرا کنم؟» توضیح می‌دادم که چطور احساس می‌کنم که همه کارها را او به راحت‌ترین صورت برایم به انجام می‌رساند و توضیح می‌دادم که یکی از این موارد تصمیم اجراشده من و همسر در مورد بچه نداشتن بود و در آن‌جا گفتم که فکر می‌کنم خدا دوستان داشته که این فکر را به سرمان انداخته.

بعد از قطع تماس و مرور حرف‌هایم در ذهنم از این حرف خودم شوک شدم. اگر هر کس دیگری این را گفته بود من فوراً با خودم می‌گفتم این چه حرفی است؟ پس یعنی هر کسی مادر شده خدا دوستش ندارد؟ یا اصلاً مگر این‌همه استاد نگفتند که خدا را امتحان نکنید. این حرف مصداق امتحان کردن خداست دیگر. یا خوب و بد کردن اتفاق است یا جدی گرفتن ظاهر امر است و هزار ایراد دیگر اگر کسی این حرف را زده بود من از او در ذهنم می‌گرفتم.



و عجیب‌تر این‌که در آن تماس من از لفظ استاد جان استفاده کردم. اولش خیلی در فکر رفتم، وقتی این حرف‌ها را در تماسم زدم و حالا شروع کردم به ملامت خودم، تأسف خودم که من چطور این حرف را زدم، در برابر مادرهای شنونده احساس شرمندگی کردم، از شما خجالت کشیدم که دست به امتحان کردن خدا و چندین درس دیگر را خوب پس ندادم.

حتی وقتی افتخار این را داشتم که خانم پریسا در مورد مطالبی با من تماس گرفتند و از روی لطف فرمودند به شما تبریک می‌گویم پیامتان عالی بود، دوباره منقبض شدم و با خودم گفتم حتماً ایشان هم متوجه اشتباه من شدند، چقدر زشت! و شاید تا دو سه روز یکی از شدیدترین حمله‌های من‌ذهنی و بیشترین انقباضات را تجربه کردم.

تا بالاخره پذیرفتم که این هم «تیر شهی است» و «زِ شَصْتِ آگهی است» و شروع به فضاگشایی برای رسیدن پیغام کردم. بیشتر که دقت کردم، دیدم اصلاً تازگی‌ها زیاد پیش‌می‌آید حرفی می‌زنم که مورد تأیید خودم نیست. اولش عصبانی شدم و با خودم گفتم، احمق شدی تازگی‌ها! ولی انگار می‌دانستم که جدیداً گاهی کنترلی هم روی انتخاب کلماتم ندارم و گاهی هم انگار اصلاً حواسم نیست و بیشتر احساس ناامیدی می‌کردم.

ولی بالاخره با تکرار ابیات جادویی و بوسه زدن‌ها بر تیری که از خون من‌ذهنی‌ام واقعاً تر بود یک‌دفعه متوجه شدم این بی‌مرادی‌ها به‌خاطر همانندگی بزرگی است که با طرز صحبت کردن دارم. احساس می‌کنم یک‌دفعه قسمت بزرگی از من‌ذهنی من که اصلاً و ابداً متوجه‌اش نبودم فروریخت.

البته خداوند قبلاً هم سعی کرده بود این همانندگی را به من نشان بدهد. حتی به‌قول فرمایش شما که زندگی گاهی از طریق دیگران می‌خواهد همانندگی‌های ما را به ما نشان بدهد، مادرم هم بارها این مورد را به من گوشزد کرده بودند، ولی من با عقل به‌خودخرسند تنها دقت نظر خودم را در انتخاب کلمات و جملات بیشتر می‌کردم که یک موقع من با حرف زدنم دیگران را ناراحت نکنم. غافل از این‌که خرس من بیکار نبوده و این حساسیت من را به پندار کمال تبدیل کرده و تحویلیم داده بود.

به‌قول آقای صادق، «برای شکستن سنگ‌ها گاهی ضربه‌های بسیاری لازم است». خدا را شکر ضربه آخر کاری بود. خدا را شکر این‌جا هم کار من را او کرد، همانندگی را که باید خودم می‌شناختم، به من شناساند. عجب صنُع لطیفی!



البته من ذهنی موذی فعلاً آرام شده و خودش را جمع و جور کرده، ولی مطمئناً می‌دانم که در اولین فرصت که ناظرش نباشم و حواسم نباشد، دوباره کم‌کم شروع می‌کند و من باید بسیار مراقب باشم و از خدا خواستم طعم تلخ این جمله اشتباه هرگز از خاطر من نرود.

در درس‌های رشته مدیریت در دانشگاه داشتیم که یک مدیر خوب باید بتواند تهدید را به فرصت تبدیل کند، فکر می‌کنم این فرمول در این مسیر تبدیل هم بسیار کاربرد دارد. هر بی‌مرادی یک تهدیدی است برای من ذهنی که با مدیریت هشیاری ناظر می‌تواند به قول خانم سمانه به فرصتی ناب برای فضاگشایی و در نهایت رسیدن به مرکز عدم تبدیل بشود. مثل این حرف اشتباه که از من بیان شد و واقعاً حیثیت بدلی و پندار کمال من ذهنی‌ام را تهدید کرد، ولی فرصتی شد که این همانندگی بسیار بزرگ و قدیمی‌ام شناسایی بشود و کاملاً زیر نظر گرفته بشود. از شما ممنون هستم.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.

**خانم مونا:** که با توجه به این‌که مطمئناً متوجه بیان اشتباه من شدید به روی من نیاوردید و امیدوارم دوستان و مادران گرامی هم عذر بنده را بپذیرند. ممنونم از شما.

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

[ خداحافظی آقای شهبازی و خانم مونا ]

❖ ❖ ❖ **پایان بخش دوم** ❖ ❖ ❖