

# کنج حضور

متن کامل پیام‌های تلفنی

۱-۹۸۰۰

اجرا: آقای پرویز شهبازی

تاریخ اجرا: ۷ 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 ۱-۹۸۰

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.

همراهان عشق در تایپ، ویرایش و بازبینی برنامه گهر بار ۱-۹۸۰		
فرشاد از خوزستان	لیلی حسینی زاده از تبریز	رویا اکبری از تهران
مریم زندی از قزوین	ناهید سالاری از اهواز	پارمیس عابسی از یزد
عارف صیفوری از اصفهان	مهران لطفی از کرج	پریسا از تبریز
مهردخت از چالوس	زهرا عالی از تهران	فهیمه فدائی از تهران
شبیم اسدی از شهریار	مهرپذیر خیابانی از تبریز	بهرام زارعیپور از کرج
الهام فرزامنیا از اصفهان	الناز از آلمان	کمال محمودی از سنندج
فاطمه زندی از قزوین	یلدا مهدوی از تهران	فرزانه پورعلیرضا 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 خوانده شده روز جمعه را تا ساعت ۱۲ ظهر شنبه ارسال نمایید.

کانال گروه متن کامل برنامه‌های گنج حضور در تلگرام:

<https://t.me/ganjehozourProgramsText>

ردیف	پیام دهنده	صفحه
۱	آقای بیننده از زاهدان	۵
۲	خانم فاطمه و دخترشان دلارام از کرج با سخنان آقای شهبازی	۹
۳	خانم مایسا از نورآباد ممسنی	۱۶
۴	سخنان آقای شهبازی در مورد تمرکز روی خود	۱۹
۵	آقای دخیل حسین از تهران سخنان آقای شهبازی	۲۰
۶	آقای آرش از اندیشه با سخنان آقای شهبازی در آخر تماس	۲۲
۷	آقای حسین و خانم بتول از زاهدان	۲۳
۸	خانم بیننده و خانم سلین و پدرشان و خانم نیلوفر از شهریار	۳۰
۹	سخنان آقای شهبازی	۳۹
۱۰	آقای علی‌رضا از همدان با سخنان آقای شهبازی	۴۳
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش اول ◇ ◇ ◇	۴۵
۱۱	خانم پروین از استان مرکزی	۴۶
۱۲	خانم فرزانه	۴۸
۱۳	خانم بهناز از انگلستان با سخنان آقای شهبازی	۴۹
۱۴	خانم پروین از استان مرکزی (ادامه ۱۱)	۵۹

ردیف	پیام دهنده	صفحه
۱۵	خانم‌ها زرین و تیارا و یکتا از زرین شهر اصفهان با سخنان آقای شهبازی	۶۴
۱۶	خانم‌ها سارا و سوده و مادرشان از آلمان با سخنان آقای شهبازی	۷۴
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش دوم ◇ ◇ ◇	۸۴
۱۷	خانم فرزانه ادامه (۱۲)	۸۵
۱۸	خانم شیدا از کرج با سخنان آقای شهبازی	۸۸
۱۹	خانم نگار از گلپایگان	۹۴
۲۰	خانم فرخنده از نجف‌آباد	۹۶
۲۱	خانم نگار و آقای مصطفی از گلپایگان ادامه (۱۹)	۱۰۰
۲۲	آقای مهران از کرج	۱۰۴
۲۳	خانم پریسا از کانادا	۱۰۷
۲۴	خانم الناز از آلمان	۱۱۲
۲۵	خانم پروین از اصفهان	۱۱۷
۲۶	خانم سعیده از کانادا	۱۱۸
۲۷	آقای بیننده از ایلام	۱۲۰
۲۸	آقای پویا از آلمان	۱۲۱
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش سوم ◇ ◇ ◇	۱۲۳



## ۱- آقای بیننده از زاهدان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای بیننده]

**آقای بیننده:** تشکر از بینندگان که با پیغام‌هایشان ما را راهنمایی می‌کنند. هول شدم جناب شهبازی.

**آقای شهبازی:** خب نفس عمیق بکشید. هول شدن هم دارد دیگر. از کجا زنگ می‌زنید؟ [خنده آقای شهبازی]

**آقای بیننده:** آقای شهبازی از زاهدان مزاحمتان می‌شوم. الان هفت سال، هفت سال و خرده‌ای است که برنامه را گوش می‌کنم.

اول فکر می‌کردم چه باید به شما بگویم، من چیزی برای گفتن ندارم، هرچه بینندگان زنگ می‌زنند، تماس می‌گیرند، همان‌هاست که من یاد گرفتم. ولی دیدم نه، واقعاً صبر کردن را از شما یاد گرفتم، شکرگزار بودن را یاد گرفتم، به‌خصوص خوب گوش کردن را از شما یاد گرفتم. خیلی این نکته‌اش خیلی عالی است.

بعد، قبلاً خیلی تلاش می‌کردم بفهمم، خیلی جدیت می‌کردم بفهمم، ولی یاد گرفتم نه، آرام باشم، ساکن، ساکت، این جور بهتر [قطع صدا]

خط میخی بود برایم ولی فارسی نوشته بود، هیچ چیزی نمی‌فهمیدم. ولی وقتی شما می‌خواندید، برایم مثل یک تابلو باز می‌شود، خیلی جالب بود برایم.

**آقای شهبازی:** خیلی خب.

**آقای بیننده:** بعد خیلی چیزها یاد گرفتم، خدا را شکر می‌کنم. من فقط گفتم تماس بگیرم فقط از شما تشکر کنم. پنج دقیقه که وقت دارم فقط تشکر کنم از شما که به ما قانون جبران را یاد دادید، قانون صبر کردن را به من یاد دادید، خیلی خیلی خیلی از شما ممنونم. اصلاً زندگی‌ام از این رو به آن رو شد.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.

**آقای بیننده:** خیلی عوض شدم، پوست انداختم آقای شهبازی، خیلی خیلی از شما ممنونم.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.



آقای بیننده:

هست مهمان‌خانه این تن ای جوان

هر صباحی ضیف نو آید دوان

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۴)

هین مگو کاین ماند اندر گردنم

که هم‌اکنون باز پرد در عدم

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۵)

هر چه آید از جهان غیب‌وش  
در دلت ضیف است، او را دار خوش

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۶)

ضیف: مهمان

این دفتر پنجم است. دفتر ششم می‌گوید:

لیک حاضر باش در خود، ای فتی

تا به خانه او بیاید مر تو را

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۶۴۳)

ورنه خلیعت را برد او بازپس

که نیابیدم به خانه هیچ‌کس

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۶۴۴)

فتی: جوان‌مرد

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

حافظ هم می‌فرماید:

خلوت دل نیست جای صحبت اُزداد



## دیو چو بیرون رود، فرشته درآید

(حافظ، دیوان غزلیات، غزل ۲۳۲)

آرام هستم، سعی می‌کنم اجازه به ذهنم نمی‌دهم که حرف بزند، سکوت می‌کنم که از آن‌ور خودش بیاید. تازه به دنیا آمدم جناب شهبازی. من ۵۵ سالم است، تازه یاد گرفتم که سکوت کنم، خوب گوش کنم مثل شما. این قدر بوده از قبل‌ها نگاه می‌کردم مثلاً طرف صحبت می‌کرد می‌گفت الو، الو، آقای شهبازی، شما می‌گفتید دارم گوش می‌کنم، شما صحبت کنید. خیلی ممنونم از شما، زندگیم را از این رو به آن رو کردید.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

آقای بیننده: بار اولم هست، یک مقدار دست‌پاچه هستم.

## دور کن این وحوش را تا نکشند هوش را

پنبه نهیم گوش را از هذیان آن و این

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۸۳۹)

خیلی خیلی خیلی از شما ممنونم، واقعاً متشکرم جناب شهبازی.

آقای شهبازی: آفرین بر شما.

آقای بیننده: واقعاً ممنونم.

## عاشقان از بی‌مرادی‌های خویش

باخبر گشتند از مولای خویش

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۶)

بی‌مرادی شد قلاووز بهشت  
حُفَّتِ الْجَنَّةُ سَنُوایِ خُوشِ سُرُشْتِ

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

قلاووز: پیش‌آهنگ، پیش‌رو لشکر





یک فیلمی نشان می‌داد در شبکه‌ای، بعد یک بچه‌سگی افتاده بود در آب، بعد از چیز رفتند نجاتش بدهند. بعد سگ‌هی چنگ می‌انداخت در صورت آن کسی که می‌خواست نجاتش بدهد. دقیقاً ما همین‌جوری بودیم، اصلاً نمی‌دانستیم باید آرام باشیم، اگر هر مشکلی پیش می‌آید آرام بپذیریم خودش درست می‌شود.

الآن یاد گرفتیم که دیگر [قطع صدا] درست می‌شود، به‌هیچ‌عنوان تلاش نمی‌کنم، دیگر خودش می‌آید. خیلی ممنونم از شما جناب شهبازی.

آقای شهبازی: عالی، عالی!

آقای بیننده: ان‌شاءالله سری بعد بتوانم راحت‌تر صحبت کنم.

آقای شهبازی: عالی! خب من دیگر با شما خداحافظی کنم.

آقای بیننده: خیلی خیلی خیلی ممنون جناب شهبازی.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای بیننده]

آقای شهبازی: خیلی خوب بود، آفرین!



## ۲- خانم فاطمه و دخترشان دلارام از کرج با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فاطمه]

آقای شهبازی: بفرمایید از کجا زنگ می‌زنید اول.

خانم فاطمه: فاطمه هستم از کرج تماس می‌گیرم. بعد از دو ماه و نیم که بی‌وقفه تلاش دارم می‌کنم بالاخره گرفتم. خدا را شکر.

آقای شهبازی: خیلی خوب.

خانم فاطمه: آقای شهبازی می‌خواستم بگویم که یک معجزه‌ای برای من پیش آمده برای برنامه زنده‌تان. دقیقاً دو ماه و نیم پیش من دیدم یکی تماس گرفته بود که راجع به برنامه زنده‌تان صحبت کرد، گفت که واقعاً شما معجزه می‌کنید، من گفتم یعنی واقعیت دارد؟ بگذار امتحان کنم. و امتحان کردم، واقعاً برنامه زنده‌تان غوغا کرد آقای شهبازی برای من. اصلاً نمی‌دانم چه‌جوری، یک جهشی در من به‌وجود آورد.

آقای شهبازی: بله.

خانم فاطمه: اصلاً یک پیشرفت بزرگ در خودم می‌بینم، نمی‌دانم چه‌جوری. ولی واقعاً غوغا می‌کند این برنامه‌های زنده، واقعاً خسته نباشید، واقعاً خدا قوت.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم فاطمه: خدا را صد هزاران بار، هر چقدر شکر کنم کم است، نمی‌توانیم، با زبانم نمی‌توانم شکر کنم. فقط می‌دانم که باید تا جایی که نفس دارم در این راه ادامه بدهم، تا جایی که جان دارم ادامه بدهم.

آقای شهبازی: بله بله، خواهش می‌کنم.

خانم فاطمه: مخصوصاً این برنامه ۹۸۰ تا آقای شهبازی، من اصلاً نمی‌دانم با بیت بیتش من یعنی عشق کردم، با بیت بیتش اشک ریختم آقای شهبازی. واقعاً عالی بود، اصلاً نمی‌دانم ۹۸۰ نسبت به این یک سال و نیمی که دارم می‌بینم برنامه‌تان، احساساتی شدم، نسبت به این یک سال و نیمی که دارم برنامه‌تان را می‌بینم، واقعاً ۹۸۰



تأثیر به سزایی روی من داشت، غزلیاتی که داخل برنامه علاوه بر غزل اصلی خواندید. بیت، بیتشان برای من ارزشمند بود.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه: این غزل ۱۷۱۳ که فرمودید حضرت مولانا فرمودند، شما هم به زیبایی برای ما معنی کردید.

خیزید عاشقان که سوی آسمان رویم  
دیدیم این جهان را تا آن جهان رویم

نی نی که این دو باغ اگرچه خوش است و خوب  
زین هر دو بگذریم و بدان باغبان رویم

سجده‌کنان رویم سوی بحر همچو سیل  
بر روی بحر زان پس ما کف‌زنان رویم  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۱۳)

به‌به! به‌به!

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه: چقدر زیباست. چقدر واقعاً حس می‌کنم نابینا بودم، نمی‌دیدم هیچ چیزی را. اصلاً یک جور دیگری دارم زندگی می‌کنم آقای شهبازی من، یک فاطمه دیگر هستم. اصلاً واقعاً این‌که می‌گوید به بهشت درآی، وقتی به بهشت وارد می‌شوی می‌گویند ای کاش قوم من می‌دانستند، من الآن واقعاً به آن‌جا رسیدم. ای کاش می‌دانستند همه این را.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه: ای کاش به این درک می‌رسیدند. من هنوز خودم نرسیدم، نمی‌گویم به آن‌جا رسیدم، اما دارم می‌بینم، از دور دارم می‌بینم، به سمتشان دوان‌دوان دارم می‌آیم.



آقای شهبازی: آفرین!

**خانم فاطمه:** ان شاءالله خدا یاری کند مرا. یعنی من فقط می‌خواهم خدا بیشتر باز کند. آقای شهبازی این‌که می‌گویید شما روی خودت کار کن، بقیه هم همین‌جوری می‌شوند، من دارم می‌بینم. من دارم روی خودم کار می‌کنم، همسرم دارد عوض می‌شود.

آقای شهبازی: آفرین!

**خانم فاطمه:** زندگی‌ام دارد پر از عشق می‌شود آقای شهبازی، باورم نمی‌شود.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

**خانم فاطمه:** با این‌که همسرم واقعاً نسبت به شما یک دردی دارد، اما خودش هم باورش نمی‌شود، خودش هم واقعاً نمی‌بیند دارد عوض می‌شود، اما من دارم می‌بینم که دارد عوض می‌شود.

آقای شهبازی: آفرین!

**خانم فاطمه:** اصلاً چیزهایی که مثلاً باید در یک زمینه‌هایی مثلاً یک چیزهایی شرطی شده است دیگر در این زندگی مشترکی که داشتیم، الان می‌بینم که آن کارها را انجام نمی‌دهد.

آقای شهبازی: آفرین!

**خانم فاطمه:** خیلی آرامش و متانت او هم رفته بالا من که روی خودم کار کردم. خدا را هر لحظه شکر می‌کنم.

شب که جهان است پُر از لولیان

زُهره زَند پردهٔ سنگولیان

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱۰۴)

لولیان: جمع لولی، کولی، سرودخوان کوچک  
سنگولیان: جمع سنگولی، شاداب، شوخ

از خدا می‌خواهم که این گره‌های من سریع‌تر باز بشود. هر لحظه که یادم می‌افتد سورهٔ «قُلْ أَعُوذُ» را می‌خوانم به گفتهٔ حضرت مولانا که می‌فرماید:



قُلْ أَعُوذُ بِكَ يَا حَدَّ  
هَيْنَ زَنْفَاتٍ، افغان وَزْ عُقْدَ  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۴۲)

«در اینصورت باید سوره قُلْ أَعُوذُ بِكَ را بخوانی و بگویی که ای خداوند یگانه، به فریاد رس از دست این دمندگان و این گره‌ها.»

نَفَّات: دمندگان  
عُقْد: جمع عقده، گره‌ها

می‌دمند اندر گره آن ساحرات  
الْغِيَاثِ الْمُسْتَعَاثِ از بُرْدِ و مَاتِ  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۴۳)

«آن زنان جادوگر در گره‌های افسون می‌دمنند. ای خداوندِ دادرس به فریادم رس از غلبه دنیا و مقهور شدنم به دست دنیا.»

الْغِيَاثِ: کمک، فریادرسی  
الْمُسْتَعَاثِ: فریادرس، از نام‌های خداوند

الآن به جایی رسیدم که زندگی دارد روی خوشش را یک جورهایی دارد به من نشان می‌دهد و می‌دانم که این خوشی‌ها هم نباید زیاد من را شاد کند. شادی اصلی من این است که با یک کابل خیلی بزرگی دارم وصل می‌شوم به خدا، به کمک شما.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه: شادی اصلی من این است.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!



**خانم فاطمه:** این‌که دارم می‌گویم، واقعاً شعار نیست آقای شهبازی. واقعاً دیگر هیچ‌چیز مادی برای من مهم نیست در این دنیا. واقعاً یعنی الآن هرچه داشته باشم برای من مهم نیست، نداشته باشم برای من مهم نیست. واقعاً شعار نمی‌دهم. از کسانی که دارند می‌شنوند، از کسانی که تازه دارند این برنامه را گوش می‌دهند.

**آقای شهبازی:** نه، از طرز بیان و صحبتان معلوم است خانم شعار نمی‌دهید. شعار کاملاً مشخص است. آن‌هایی که تغییر کرده‌اند، کاملاً همه می‌توانند بفهمند. چه بیننده قبل چه شما، کاملاً مشخص است که شما تغییر کردید، راه را پیدا کردید. پس می‌بینید که پیدا کردن راه اگر آدم توجه کند و متعهد هم باشد، زیاد سخت نیست. درست است؟ برای شما هم آن قدر سخت نبوده. وقتی اطلاعات مولانا در دسترس است شما می‌توانید به راحتی خودتان را عوض کنید.

**خانم فاطمه:** بله مخصوصاً با تلاش‌هایی که شما می‌کنید واقعاً. ما یعنی تمام وقت می‌توانیم یعنی هر جایی که تلویزیون نباشد گوشی هست، گوشی نباشد پادکست هست، پادکست نباشد، این پیغام‌های عشقی که در تلگرام هست، یعنی هر ثانیه می‌توانم برای شما وقت بگذارم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم فاطمه:** یعنی اگر بگویید نه این‌جا نشد، این کار من ذهنی است، چون شما یک جوری کردید، واقعاً دهان هر من ذهنی را به قول معروف بستید دیگر. هیچ‌جوری ما نمی‌توانیم بگوییم نه نمی‌شد، فلان‌جا بودم، فلان کار را می‌کردم.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین! خب با شما خداحافظی کنم، وقتتان تمام شده، دیگران هم صحبت کنند. عالی بود.

**خانم فاطمه:** آقای شهبازی دخترم هم یک بیت شعر بخوانند.

**آقای شهبازی:** بله بخوانند، بله حتماً.

**خانم دلارام:** سلام آقای شهبازی. من اسمم دلارام است چهار سالم است.

**آقای شهبازی:** به‌به!

**خانم دلارام:** می‌خواستم برای شما یک بیت شعر بخوانم.



آقای شهبازی: بله بله، بفرمایید.

خانم دلارام:

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

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

منظر: جای نگریستن و نظر انداختن

شکر و صبر: در این جا کنایه از نعمت و بلاست.

گیر: کافر  
صنوع: آفرینش  
مصنوع: آفریده، مخلوق

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! خیلی خب، تمام شد؟

خانم دلارام:

جانا، به غریبستان چندین به چه می‌مانی؟!  
باز آ تو از این غربت، تا چند پریشانی؟!

صد نامه فرستادم، صد راه نشان دادم  
یا راه نمی‌دانی، یا نامه نمی‌خوانی

گر نامه نمی‌خوانی، خود نامه تو را خواند  
ور راه نمی‌دانی، در پنجه ره‌دانی  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۷۲)



آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم دلارام:

سخن تلخ مگو، ای لبِ تو حلوایی  
سر فروکن به کرم، ای که بر این بالایی  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۹۰)

آقای شهبازی: آفرین، عالی! خب.

خانم دلارام: خداحافظ آقای شهبازی. دوستتان دارم.

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

[خداحافظی آقای شهبازی با خانم دلارام]

آقای شهبازی: بله،

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

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

عجب شعری یاد گرفتند. ماشاءالله، به‌به!



### ۳- خانم مایسا از نورآباد ممسنی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم مایسا]

**خانم مایسا:** جناب شهبازی من چند سال به برنامه گوش دادم، همچنان مداوم گوش می‌دهم. فکر می‌کردم که تغییر کردن این است که بتوانم شعرها را از حفظی بگویم. فکر می‌کردم تغییر کردن این است که به زبان بتوانم یک چیزهایی بیان کنم. اما دیدم نه، تغییر کردن واقعی خیلی سخت است، فقط در رفتار است، در ارتباطات است، در اجتماع است که می‌شود آن چیزهایی را که درک کردیم از برنامه به عمل دریاوریم. بعد از این همه سال توضیح، تازه من چند شب پیش شاید معنای «کُنْ فِکُون» را فهمیده باشم.

**آقای شهبازی:** بله.

**خانم مایسا:** شاید. این همه روی خودم کار کردم فکر می‌کردم که واقعاً تغییر کردم، ولی به‌راستی تغییر نکرده بودم، هم‌ا‌ش در سطح ذهن است، هم‌ا‌ش در سطح بود. و این قدر طول کشید که یک تغییر جزئی واقعی شاید در من پیدا شد. همیشه این شعر را در ذهنم دارم که

هزاران قرن می‌باید که این دولت به پیش آید  
کجا یابم دگر بارش اگر این بار بگریزم  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۴۲۹)

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم مایسا:** زنده باشید. ما مدیون شما هستیم.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.

**خانم مایسا:** کل دنیا مدیون شماست.

**آقای شهبازی:** مدیون من چرا؟ شاید مدیون مولانا هستیم. من که کاره‌ای نیستم. [خنده آقای شهبازی]

**خانم مایسا:** مدیون شما. شما چقدر متواضع هستید. من هفت سال جناب شهبازی قبل از این‌که متعهد بشوم به برنامه گوش می‌دادم که می‌آدم صحبت‌های شما را می‌بردم با آن کتاب‌های امثال [صدا ناواضح] مقایسه می‌کردم که یک عیب پیدا کنم، ولی این قدر شما از عرفان، از فلسفه، از تاریخ، از هر علمی، این قدر عالی و دقیق



گفتید که مو لای درز حرف‌های شما نمی‌رفت که ذهن من نمی‌توانست عیب پیدا کند. خب شما این‌قدر متواضع، این‌قدر پر از مهر هستید، پر از عشق هستید، این‌ها را شما به ما یاد دادید با عملتان، با شیوه برخوردتان با کسانی که به شما زنگ می‌زنند.

شما آن‌که بد صحبت می‌کند، آن‌که اشتباه می‌کند، آن‌که خوب صحبت می‌کند، آن‌که از عشق می‌گوید، آن‌که فضایش تنگ است، آن‌که فضایش باز است، با همه یک‌جور برخورد می‌کنید. من این‌ها را می‌بینم شرمنده می‌شوم.

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

**خانم مایسا:** ممنونم، دوستان دارم. ممنون که هستید. ما واقعاً خوشبخت هستیم.

**آقای شهبازی:** لطف دارید. من واقعاً سپاس‌گزارم که شما این دانش مولانا را می‌گیرید و روی خودتان کار می‌کنید. البته حیف است که الان کار نکنید، چون قبلاً آشکار نبود این ابیات و این درس‌های مولانا.

الآن، الان هم که سه‌تا شبکه شده، تلگرام هست، دیگر هرچه که شما به ذهنتان می‌آید، تکنولوژی اجازه می‌دهد ما از آن طریق اطلاعات را در اختیار شما می‌گذاریم. حیف است دیگر، کسی که کار نکند دیگر تقصیر خودش است. بله الان راه روشن است.

**خانم مایسا:** خیلی خوشبختیم.

**آقای شهبازی:** ممنونم هم که شما توجه می‌کنید، کار می‌کنید و آرزوی من همین است.

**خانم مایسا:** همه وقتم را، یعنی سرِ کار، بیرون، حتی شب تا صبح خیلی وقت‌ها صدای شما در گوشم هست، می‌گویم در ناخودآگاهم بالاخره یک جایی این جواب می‌دهد. بالاخره می‌آید در یک رفتاری، در یک عملکردی، واقعی واقعی. سکوتم بیشتر شده، تازه تازه بعد از چهار سال کار روی خودم تازه یاد گرفتم خودم را دوست داشته باشم. نمی‌دانستم منی وجود دارم نه به‌عنوان من، به‌عنوان آن امتداد، به‌عنوان آن زندگی. هنوز نمی‌دانستم، محبت و عشقم را نثار بقیه می‌کردم به‌جز خودم. چهار سال برنامه شما روی من جواب داد، تازه دارم یاد می‌گیرم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم مایسا:** زنده باشید.



آقای شهبازی: ممنونم.

خانم مایسا: قانون جبرانش همه نوعش را سعی می‌کنم رعایت کنم. سپاس‌گزارم از شما.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین، خب.

خانم مایسا: دوستان دارم.

آقای شهبازی: ممنونم، لطف دارید.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم مایسا]

مجلس شورای اسلامی

#### ۴- سخنان آقای شهبازی در مورد تمرکز روی خود

خیلی خوب بود! این‌که شما یک خط‌کشی هم داشته باشید، ببینید که واقعاً به دیگران شما دارید خدمت می‌کنید، اول ببینید چقدر به خودتان خدمت می‌کنید؟ و شاید باورتان نشود، یک معیار قابل اندازه‌گیری و جسمی که شما می‌توانید ببینید با ذهنتان، ببینید به خودتان جسماً چقدر خدمت می‌کنید؟ آیا مواظب جسمتان هستید؟ و مثلاً چه چیزی می‌خوانید؟ وقتتان را چه‌جوری می‌گذرانید؟ ورزش می‌کنید؟ بدنتان را سالم نگه می‌دارید؟ چه غذایی می‌خورید؟ این‌ها را دیگر آدم می‌تواند بفهمد.

برخورد من با فرزندم چه‌جوری است؟ با همسرم چه‌جوری است؟ و آیا این برخورد سبب خشم و غضب دیگران می‌شود؟ دیگران را به، بیشتر به من ذهنی تشویق می‌کنم؟ به حضور تشویق می‌کنم؟ این‌ها دیگر کاملاً قابل اندازه‌گیری است.

اگر در این زمینه دیدید واقعاً خدمت می‌کنید به خودتان، حتماً به دیگران هم می‌توانید خدمت بکنید، اگر به خودتان ظلم می‌کنید، نه، نه نمی‌توانید به دیگران خدمت کنید. مهم‌ترین آدم برای شما خودتان هستید. خودتان را باید اول نگه دارید، این قانون تقریباً همه‌جا رعایت می‌شود. در این هواپیما که این ماسک‌ها را نشان می‌دهند، می‌گویند اول این‌ها را روی صورت خودتان بگذارید، بعد روی بچه‌تان مثلاً بگذارید، چون شما اگر این را اول روی صورتتان نگذارید، بیهوش بشوید، دیگر آن کارها را نمی‌توانید بکنید.

به‌رحال خوشحال هستم که شما واقعاً دارید آن تغییری می‌شوید که دیگران هم باید بشوند. شما تغییر می‌کنید، متوجه می‌شوید که یک طرف معادله تغییر کند، آن طرف معادله هم باید تغییر کند و شما مستقیماً و هشیارانه به کسی نمی‌گویید شما تغییر کنید، و هم‌ااش برمی‌گردید به خودتان و این کلید است. امروز در پیغام‌ها بود. من همسر را تغییر نمی‌دهم، ولی می‌بینم دارد تغییر می‌کند.

ما کاری با دیگران نداریم. یک نفر آدم در دنیا هست ما با او کار داریم، آن هم خودمان است، همین. هم‌ااش روی خودمان. به‌طور معجزه‌آسا خواهید دید که دور و برتان دارد تغییر می‌کند، شما نمی‌دهید آن یک زندگی با تشعشعش می‌دهد. شما تغییر کنید خواهید دید که دیگران تغییر می‌کنند.

تمام [خنده آقای شهبازی] مشکلات از این‌جا می‌آید که ما خودمان نمی‌خواهیم تغییر کنیم، ولی می‌خواهیم دیگران را تغییر بدهیم!



## ۵- آقای دخیل حسین از تهران سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای دخیل حسین]

**آقای دخیل حسین:** البته من قبلاً زنگ زده‌ام، منتها خیلی وقت است زنگ نزده‌ام، اگر اجازه بدهید.

**آقای شهبازی:** بله بفرمایید.

**آقای دخیل حسین:** خوب هستید جناب شهبازی؟ من می‌خواستم این داستان زندگی‌ام را تعریف بکنم، به حضور شما عرض کنم که فکر می‌کنم به درد شنونده‌ها بخورد. من در یک خانواده‌ای زندگی می‌کردم، البته ببخشید اسمم دخیل حسین است، از تهران زنگ می‌زنم و عرض ادب دارم خدمت شما و تمام بینندگان.

به حضور شما عرض کنم که در خانواده‌ای من زندگی می‌کردم که پدر و مادرم همیشه دعوا داشتند، دعوی کلامی. از سال پنجاه و سه که من کلاس یازدهم بودم، به حضور شما عرض کنم که در این فکر بودم که چکار کنم که این‌ها دعوا نکنند. یعنی با وجود این‌که حالا پدرم کارگر بود و باغبان بود و به حضور شما عرض کنم با زحمت خیلی زیاد به اصطلاح زندگی‌اش را اداره می‌کرد، ساعت چهار صبح می‌رفت و هشت و نه شب می‌آمد، حالا بماند، ولی آن پولی که در می‌آورد در خانواده به حضور شما عرض کنم که شبی نبود که سر سفره بگو مگو نداشته باشند.

لذا من به حضور شما عرض کنم که در آن مقطع زمانی کلاس یازده هم عرض کردم بودم، رفتم کتاب‌های مختلف حالا دوست‌یابی، فلان و بیسار و این‌ها چیز کردم که علت این قضیه را متوجه بشوم که به اصطلاح این حالت در خانواده ما نباشد، متأسفانه امکان‌پذیر نبود.

در سال هفتاد خب مادرم به رحمت خدا رفت، متوجه نشدم. سال هشتاد و دو، حدود سال هشتاد بود، پدرم به اصطلاح به رحمت خدا رفت، باز هم متوجه نشدم. تا با برنامه شما که آشنا شدم، متوجه شدم که علت دعوی این‌ها چیست، که همان درواقع همان من‌ذهنی که شما فرمودید. تازه فهمیدم که خود من به قول معروف هزار و یک مشکل دارم که بتوانم مشکل آن‌ها را حل بکنم و تازه فهمیدم که مشکل پدر و مادر من خیلی جزئی بوده نسبت به سایر انسان‌ها، خصوصاً بزرگان جهان. حالا بزرگان جهان جنگ‌های آن‌چنانی به قول معروف راه می‌اندازند و بی‌خانمانی‌ها و به قول معروف آن گرفتاری‌هایی که به وجود می‌آورند.



و می‌خواستم از صمیم قلب از شما تشکر بکنم، این‌که این برنامه‌ای که چیز کردید، این آگاهی که به حضور شما عرض کنم که در انسان‌ها به‌وجود آوردید بی‌نظیر است. [قطعی صدا] با این اشکال هندسی که شما چیز کردید، خیلی راحت آدم می‌تواند درک بکند که به‌اصطلاح موضوع از چه قرار است و چکار باید بکند به‌قول معروف که بتواند این مشکلات را نداشته باشد، این مسئله را می‌خواستم خدمتان عرض بکنم.

آقای شهبازی: خیلی ممنون، خیلی ممنون.

آقای دخیل حسین: خواهش می‌کنم، خیلی سپاس‌گزار از شما. وقت شما را بیشتر از این نمی‌گیرم.

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

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای دخیل حسین]

## ۶- آقای آرش از اندیشه با سخنان آقای شهبازی در آخر تماس

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای آرش]

**آقای آرش:** آقای شهبازی من چند وقت پیش داشتم برنامه شما را گوش می‌کردم، یک خانمی تماس گرفت با برنامه‌تان یک جمله خیلی زیبایی گفت، بعد عرضم به حضور شما که دیدم حرف دل من هم هست. ایشان گفت که من دوست دارم تا زمانی که زنده باشم، در این مسیر باشم و در این راه باشم و از این راه خارج نشوم، این قدر احساس خوب و این قدر حال خوشی دارم که دوست ندارم هیچ موقع خارج باشم از این مسیر و از این راهی که به قول معروف مولانا به ما معرفی کرده، شما به ما نشان دادید و در آن هستیم. می‌خواستم فقط همین تشکر کنم، چیز خاصی ندارم، همین را می‌خواستم بگویم. قانون جبران را رعایت می‌کنم و تشکر، همین.

**آقای شهبازی:** آفرین! ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای آرش]

**آقای شهبازی:** بله همین‌طور که در صفحه می‌بینید، اولی‌اش [parvizshahbazi.com](http://parvizshahbazi.com) وبسایت ما است.

[Ganjnama.com](http://Ganjnama.com) اشعار شاعران فارسی‌زبان است. و آدرس اینستاگرام ما است که هست [Shahbazi.Parviz](http://Shahbazi.Parviz)

یکی هم آپ (app) گنج حضور است، گنج حضور ۲ یا [Ganjehozour2](http://Ganjehozour2)

آپ گنج حضور، منظور ما آپ موبایل است.

البته در یک تصویر دیگر هم نشان می‌دهیم که می‌توانید شما دانلود کنید تمام محصولات گنج حضور از تقریباً بیست و سه سال قبل تا حالا به وسیله آپ گنج حضور قابل دسترس هست. آپ به گوشی‌تان دانلود می‌شود یا وسایل موبایلتان و برنامه‌ها را طوری گذاشتیم که با حجم کم با اینترنت ضعیف هم قابل دسترس است. لطف کنید آپ گنج حضور را دانلود کنید، از آن استفاده کنید.



۷- آقای حسین و خانم بتول از زاهدان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای حسین]

آقای شهبازی: خیلی وقت است خبر نداریم از شما حسین آقا، چه خبر؟

آقای حسین: ما که مست مستم.

آقای شهبازی: ماشاءالله.

آقای حسین: مست مستم با این سه تا کانالی که درست کردی آقای شهبازی، یادگار خوبی گذاشتی، به‌به! همه‌اش آرزو داشتم، چون پانزده هفده سال است از شما سؤال نکردم، جواب سؤال‌ها را هم گرفتم خودم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، قابل شما را ندارد حسین آقا.

آقای حسین: نه، قربان شما. واقعاً آقای شهبازی چه کردی، چه کردی برای این مردم دنیا. خوش به حال این جوان‌ها، خوش به حال این نوجوان‌ها، خوش به حال این کودکان.

آقای شهبازی: بله دیگر، ان‌شاءالله استفاده کنند، بله.

آقای حسین: ان‌شاءالله، ان‌شاءالله به امید خدا. واقعاً خدایا شکر که قبل از این‌که من فوت کنم همه‌چیز را دیدم و فهمیدم آقای شهبازی، لذت زندگی را هم دارم می‌برم و بردم.

آقای شهبازی: بله ماشاءالله، ماشاءالله به شما.

آقای حسین: به خدا، به خدا الان عشقم بشکن بشکن است، بشکن، من نمی‌شکنم بشکن.

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

آقای حسین: به خدا [قطعی صدا] شب حجله و شب زفاف و این‌ها را همه را من لمس کردم، من خشم سگ‌ساران داشتم. خودم را، خداوند می‌گوید هی حسین آدم شو، به آدمیت بیدار شو! الحمدالله قبل از مرگ بیدار شدم، آدم شدم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خدا را شکر.





**آقای حسین:** والله آن هم با شما، چه روزهایی گذراندم، چه شب‌هایی گذراندم، چه ساعت‌هایی گذراندم. که با این همسر، من خاطره‌ای از این همسر که این همسر سوم است البته، که چطور رفتم برایش خواستگاری، که این‌ها را می‌گویم که این جوان‌ها، این نوجوان‌ها می‌خواهند ازدواج کنند و بروند عاشق بشوند چه‌جوری عاشق بشوند، چه‌جوری بروند خواستگاری.

**آقای شهبازی:** بفرمایید.

**آقای حسین:** [قطعی صدا] آقای شهبازی موقعی که من رفتم برای زن سوم خواستگاری، خب آن دوتا زندگی را، همه را، همه آن زن و زندگی اول را، به من یاد داده بودند پدر و مادرها، این‌ها که آدم‌های قدیمی بودند که رفتی شب حمله گریه را بکش، من هم نمی‌فهمیدم می‌رفتم زنم را می‌زدم.

**آقای شهبازی:** عجب!

**آقای حسین:** آری بابا، بعد از شش ماه، یک سال، دعوا و طلاق طلاق شد، تمام این از زن اول.

زن دوم را در خیابان دیدم عاشق شدم، عاشق من‌ذهنی، عاشق شهوت، عاشق اصلاً من واقعاً عاشق خرید بود آقای شهبازی به والله. هیچ‌چیز رفتم خواستگاری، خواستگاری که رفتم بعد از پانزده سال با هم بودیم و منم منم‌ها کم‌کم یواش‌یواش شروع شده بود یواش‌یواش. بعد یارو کارمند شد و گفت که من عاشق یک مرد دیگر شدم. من مهندس می‌خواهم، دکتر می‌خواهم. ای خدا چرا این‌جوری شد؟! بعد این‌قدر روی من فشار شد، معتاد شدم بعد، از عشق این زن معتاد شدم بعد.

**آقای شهبازی:** عجب!

**آقای حسین:** به خوشگلی‌اش چسبیده بودم زن دوم. بعد خلاصه از من جدا شد، رفتیم دادگاه و دادگاه‌کشی و بالاخره مهریه‌اش را بخشید. بعد من اصلاً تا چند وقت مثلاً غصه و گریه و صبح تریاک، عصر تریاک، شب تریاک بکش.

**آقای شهبازی:** عجب!

**آقای حسین:** بعد کم‌کم یک‌هو رفتم جلوی آینه با خودم صحبت کردم، گفتم بابا ای حسین تو داری خودت را از بین می‌بری، او که رفته. بعد یکی این برنامه را برای ما معرفی کرد.



آقای شهبازی برای زن سوم پنج سال با خودم کار کردم، شش سال کار کردم که عشق خودم و خدایا عیب از چه است؟ بعد با خودم کار کردم که عیب از خودم بوده.

**آقای شهبازی: آفرین، آفرین!**

**آقای حسین:** عیب از خود انسان است، عیب از هیچ‌کس نیست. اگر آگاه می‌بودم همه زن‌ها خوب هستند، عیب از خود شخص است، می‌توانستم من همه زن‌ها را با عشق پرورش بدهم.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**آقای حسین:** زن سوم آقای شهبازی این قدر با خودم کار کردم که به خدا دخترها می‌آمدند خواستگاری من. بعد بالاخره این قدر کار کردم تمام دوستانم و رفقایم در ادارات کار می‌کردند بعد گفتند تو که حسین همه‌جا رفتی، تهران رفتی، مشهد رفتی برای خواستگاری، زاهدان همه‌جا رفتی، بیا یک کارمندی هم هست همکار ما را هم ببین. ما رفتیم آنجا و این خانم سوم را دیدم، گفت که این که شما می‌خواهی برای این خواستگاری بیایی بد اخلاق است. آقای شهبازی دید اول که این را دیدم گفتم خودش است، این خودش است، می‌گوید بابا بد اخلاق است، گفتم اشکالی ندارد بد اخلاق خودش است.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**آقای حسین:** هیچ چیز آقا ما رفتیم خواستگاری، محضر گفتم آقا ده تا سکه مهریه‌ات تمام، فقط گفتم که من با این گنج حضور کار می‌کنم، هدیه من این آقای شهبازی به من این را داده، دوست داشتی گوش کن دوست نداشتی. به والله تا همین لحظه من نگفتم این را گوش کند، خودش گوش کرد، الآن عشق است آقای شهبازی، عشق است.

**آقای شهبازی: آفرین، آفرین!**

**آقای حسین:** هم ایشان، هم پسر، به والله عشق است آقای شهبازی. به این جوان‌ها بگویم که الآن ما رقصان هستیم، بشکن بشکن هستیم.

**آقای شهبازی: آفرین، آفرین!**

**آقای حسین:** بعد، بعد که دلم گفت:

## ای دل تو مرو سوی خرابات

هر چند قلندر جهانی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۷۳۳)

زندگی یکتایی به من گفت:

از دیده برون مشو که نوری

وز سینه جدا مشو که جانی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۷۳۳)

آقای شهبازی: آفرین!

آقای حسین: به خدا خیلی جان عشقی خدایی دارم آقای شهبازی، به خدا اصلاً در این شرایطِ حال اصلاً دست خودم نیست. به والله ثروت هم ندارم آن چنان، ثروت آن چنانی ندارم، سواد آن چنانی هم ندارم، ولی بهترین ثروت من ثروت معنوی گنج حضور است.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای حسین: حالا بیایید این معشوق عشقم هم می‌خواهد با شما صحبت کند، با گنج حضوری‌ها هم صحبت کنند.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای حسین]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم بتول]

آقای شهبازی: چکار کردید با این حسین آقا، خانم؟

خانم بتول: آقای شهبازی همه را ممنون زندگی هستیم. بتول هستم از زاهدان آقای شهبازی.

آقای شهبازی: بله، خانم بتول، خوب هستید شما؟

خانم بتول: الهی شکر آقای شهبازی، همین لحظه شکر، عالی! ممنون مولانا، شما، حسین، خدا، همه، همه دوستان. برنامه‌های دوستانی که می‌آیند تجربه‌هایشان را می‌گویند آقای شهبازی واقعاً برای من که عالی عالی



است، هر روز این‌ها می‌آیند تجربه‌هایشان را می‌گویند، تلفن‌ها می‌آیند، برنامه‌هایشان را می‌گویند، صحبت‌هایشان را می‌کنند، برای من خیلی آموزنده است آقای شهبازی. همه را حلقه می‌کنم به گوشم، برای خودم تجربه جمع می‌کنم آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین!

**خانم بتول:** با اجازه‌تان آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** بله، خواهش می‌کنم.

**خانم بتول:** سلام آقای شهبازی، خدا قوت به شما و همه همکاران عزیزتان در ایران و خارج و خدا قوت به بینندگان برنامه و سپاس‌گزاری می‌کنم از زحمات آقای زارع‌پور و گروه خلاصه‌نویسی. تشکر می‌کنم از شما که واقعاً این برنامه آپ گنج حضور آقای شهبازی واقعاً همه‌چیز را برایمان آماده کردید، دیگر ما چه می‌خواهیم؟ این قدر عالی هست که، من واقعاً از شما تشکر می‌کنم، مخصوصاً از صحبت‌های آقای صادق عزیز از ایلام و همسرشان، همچنین کودکان عشق. کودکان عشق که آقای شهبازی وقتی می‌خوانند، شروع می‌کنند به خواندن، فقط من می‌گویم الهی من قربانتان بشوم من، چقدر قشنگ دارید می‌خوانید، یعنی اشک‌هایم می‌ریزد آقای شهبازی. خوش به حال آن مادرانی که باردار هستند و فرزندشان با عشق بزرگ می‌شود، خوش به سعادتشان آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** بله، بله، بله.

**خانم بتول:** بعد که ما آقای شهبازی بیشتر روی خودمان کار می‌کنیم، بیشتر در معرض تیرهای «کُن فکان» قرار می‌گیریم تا ببینیم چقدر مرکزمان عدم شده، چقدر فضاگشایی، چقدر صبر، تسلیم، سرلوحه کارمان قرار گرفته.

**گر قضا پوشد، سیه همچون شبّت**

**هم قضا دست بگیرد عاقبت**

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۲۵۸)

آقای شهبازی من یک برنامه سفری داشتم که در بین خواهر و برادرها قرعه به نام من افتاد و من مادر خودم را به این سفر بردم. در این سفر در برابر تیرهای «کُن فکان» قرار گرفتم که هم این‌ها همه‌شان مصرف‌کننده بودند آقای شهبازی در بین آن‌ها و من ذهنی فعال و پرباری بودند. من هیچ کاری نمی‌توانستم بکنم، فقط در این جمع



این‌ها مرا وادار می‌کردند که دروغ بزنم، غیبت کنم، فیلم بازی کنم و بقیه چالش‌هایی که سر راهم قرار گرفته بود. من جز فضاگشایی، صبر، تسلیم، سکوت، نمی‌دانم، که بهترین میوه‌های شیرین برای من بود را استفاده می‌کردم.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**خانم بتول:** درست است که در این سفر جسمم لاغر شده بود، ولی آن عشق درونی من فعال بود و کسی نمی‌توانست آن عشق مرا بدزد. وقتی که برگشتم دو روز است از آمدنم به زاهدان، مامانم زنگ زد به من و یک عالمه فحش و بد و بیراه به من گفت، ولی من در برابر [قطعی صدا] کردم، فضا را باز کردم، گفتم:

### دیو چون عاجز شود از افتتان استعانت جوید او زین انسیان (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۲۱)

افتتان: گمراه کردن

خوشحالم که در برابر تلفنش هیچ واکنشی نشان ندادم. روز بعدش باز می‌بینم دوباره زنگ زده عذرخواهی می‌کند از من. باز دو سه روز بعد زنگ می‌زند که تو تنها در خانه چکار می‌کنی؟ تو حوصله‌ات سر نرفته؟ تو خجالت نمی‌کشی در خانه تنهایی؟ درحالی‌که آقای شهبازی با تنهایی خودم با برنامه شما این‌قدر عشق می‌ورزم آقای شهبازی، این‌قدر کار می‌کنم.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**خانم بتول:** یعنی خدا را شکر می‌کنم. چون آن‌ها چشم عشق را ندارند، ولی من چون چشم عشق یوسفی را دارم و جنس عشق می‌بینم همه‌شان را. خیلی این لحظه، خیلی برای من قشنگ است آقای شهبازی، خیلی زیباست آقای شهبازی.

**آقای شهبازی: آفرین، آفرین!**

**خانم بتول:** من از شما ممنونم آقای شهبازی. من واقعاً الآن دارم نگاه می‌کنم آن بتولی که با «منم» بود و حسین آمد خواستگاری من، آن بتولی که خیلی بد اخلاق و اخمو بود را حسین نمی‌دانم با من چکار کرده آقای شهبازی



که همه می‌گویند خوش به حالت، خوش به سعادت این شوهرت با تو چکار کرده که کلاً تو از این رو به آن رو شدی؟ واقعاً تو همانی؟ [صدا ناواضح] در هر جمعی که می‌شوم، می‌گویند تو را به خدا بیا یک چند دقیقه در جمع ما بنشین. یک پنج دقیقه می‌روم، دوباره برمی‌گردم از برنامه آپ دوباره برنامه را گوش می‌کنم، بیشتر نیاز دارم که روی خودم کار کنم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم بتول: [خانم بتول با آواز می‌خوانند]

امشب شب مهتابه، حبیبم رو می‌خوام  
حبیبم اگر خوابه، طبیبم رو می‌خوام  
(علی اکبر شیدا)

ببخشید آقای شهبازی زیاد حرف زدم.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! ماشاءالله، ماشاءالله، خوشا به حال حسین آقا، حسین آقا یک همچو زنی دارد. خیلی خوب، عالی، عالی! همیشه خوشحال باشید.

خانم بتول: سازنده زندگی آقای شهبازی، سازنده زندگی قشنگ و زیبا خودمان هستیم آقای شهبازی. خودمان قشنگ می‌توانیم یک زندگی قشنگ بدون «منم» داشته باشیم. بین چه برکتی می‌آید آقای شهبازی، با آن حال که فقط حقوق من است ولی برای حقوق من چقدر برکت رویش می‌آید که زندگی‌مان خیلی عالی با هم می‌چرخد آقای شهبازی، خیلی عالی.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم بتول: دست همه را هم می‌گیریم با خودمان، با این پولی که با این حقوقی که می‌گیرم دست بعضی‌ها را هم می‌گیرم، کمک هم می‌کنم به بعضی‌ها.

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

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم بتول]



## ۸- خانم بیننده و خانم سلین و پدرشان و خانم نیلوفر از شهریار

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم بیننده]

خانم بیننده: با اولین شماره‌ای که گرفتم، فکر می‌کنم گرفت. خیلی خوشحالم از این‌که الان صدایتان را می‌شنوم.

آقای شهبازی: از کجا زنگ می‌زنید خانم؟

خانم بیننده: از شهریار تماس می‌گیرم خدمتتان.

آقای شهبازی: شهریار بله، بفرمایید خواهش می‌کنم، ممنونم.

خانم بیننده: من الان حول و حوش یک سال و خرده‌ای، دو سالی هست که من با این برنامه آشنا شدم توسط

هاجر خانم و دختر خانمشان که عروس من هستند، نیلوفر جان.

خیلی خوشحالم که مسیرم را پیدا کردم. شاید نتوانم آن‌جوری که باید غزل‌ها را حفظ کنم ولی از این‌که به جانم می‌نشیند خیلی خوشحالم بابت این موضوع.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم بیننده: اولین غزلی هم که حال من را خیلی خوب کرد «تا کی گریزی از اجل» بود که یعنی واقعاً غزلی بود

که من را برگرداند هم به این دنیا هم آن طرف را ببینم چه خبر است که هرچه هست همین‌جا است.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم بیننده: حالم خیلی خوب است، خیلی خوشحالم بابت این موضوع که مسیرم را پیدا کردم. خیلی خوشحالم

از این‌که توانستم صدایتان را بشنوم مستقیم. الان هم من زیاد وقتتان را نمی‌گیرم آقای شهبازی، نوهام سلین

جان می‌خواهند برایتان یک بیت غزل بخوانند.

آقای شهبازی: بله بله، حتماً.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم بیننده]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم سلین]



آقای شهبازی: اسمتان را یک بار دیگر بگویید.

خانم سلین: سلین. یک دانه شعر می‌خواستم بخوانم.

آقای شهبازی: بله بله، بفرمایید.

خانم سلین:

اگر آتش است یا رب تو برو در او همی‌سوز  
به شب فراق سوزان، تو چو شمع باش تا روز

تو مخالفت همی‌کش، تو موافقت همی‌کن  
چو لباس تو درانند، تو لباس وصل می‌دوز  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۱۹۷)

آقای شهبازی: عالی، عالی! آفرین، آفرین! تمام شد؟

خانم سلین: گوشه‌ی را می‌دهم به بابا.

آقای شهبازی: بله، خواهش می‌کنم.

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و پدر خانم سلین]

پدر خانم سلین: جناب شهبازی عزیز من حول و حوش پنج سال است که با برنامه شما آشنا شدم و اولین بار است سعادت داشتم با شما صحبت بکنم. اگر اجازه بدهید من می‌خواهم در رابطه با یک بیت غزل «بویی همی‌آید» صحبت کنم چند دقیقه‌ای.

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

پدر خانم سلین: غزل «بویی همی‌آید» یک بیتی دارد که الان من دقیقاً در زندگی‌ام دارم آن بیت را تجربه می‌کنم.  
می‌گوید:





## یارب به غیر از این زبان، جان را زبانی ده روان در قطع و وصل وحدت تا بسکلد زنار من (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۹۱)

این غزل که کلاً مسیر نگاه من را نسبت به زندگی‌ای که در گذشته می‌کردم عوض کرد. خب من در گذشته خیلی چالش‌های زیادی داشتم. فکر می‌کردم که خیلی می‌دانم دارم چکار می‌کنم. اما اتفاقات سنگینی در زندگی‌ام در همه ابعاد زندگی‌ام، از کاری، جسمی و خدمت شما عرض بکنم که در ارتباطاتم با آدم‌ها.

به یک جایی رسید که در یک لحظه دیدم اصلاً به غیر از من انگار که هیچ‌کس در این دنیا نیست، تنهای تنها هستم و آن‌روی خودش را این دنیا به من نشان داد. و بعد از آن، این اتفاقات معنوی باعث شد که با برنامه شما آشنا شدم، باعث شد که این اتفاقات معنوی بیفتد برایم و متوجه بشوم که در عین تنها بودن در این دنیا، می‌شود به‌گونه‌ای زندگی کرد که نیازی انسان دیگر به کسی نداشته باشد.

و بتواند مهر و محبت خودش را حداقل برای خودش و بعد اگر در بضاعتش بود، برای دیگران به اجرا دربیآورد. من معنای زندگی را تازه دارم متوجه می‌شوم و این‌قدر پروردگار در این روزها مرا در آزمایش‌های مختلف دارد قرار می‌دهد که احساس می‌کنم که از درون می‌خواهم منفجر بشوم و بیت‌های حضرت مولانا من را مثل یک ابری روی آب افتاده [کلمه نامفهوم] و همان‌جوری که می‌رود همان‌جوری هم آن ابر، خودش دارد یک جانی را می‌گیرد در درون خودش.

و امروز در همین لحظه‌ای که قرار گرفتم معنای عمیق شکرگزاری را در زندگی‌ام متوجه می‌شوم با تمام این اتفاقاتی که دارد برایم در زندگی می‌افتد.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**پدر خانم سلین:** نمی‌دانم چه‌جوری باید توضیح بدهم شرایطم را، واقعاً نمی‌توانم هم توضیح بدهم، اما در عین سخت بودن لذت‌بخش است که من مثل گذشته دیگر زندگی نمی‌کنم، یعنی حداقلش را خدمتتان دارم می‌گویم. این‌که دیگر مثل گذشته نیستم که یک جهنمی برای خودم درست بکنم و بسوزم در آن جهنم.

حالا به غیر از این‌که کلی برای من منفعت داشته مسیر معنوی. یک جاهایی من اصلاً یک‌سری جاها قرار می‌گرفتم که هیچ دانشی نسبت به آن محیط و آن جاها نداشتم اما یک نیرویی من را نجات می‌دهد که نمی‌دانم چه سری



است. یک نیرویی در هر مسیر اشتباهی هم حالا اگر ناخواسته قرار هم بگیرم، من را نجات می‌دهد. یک علمی من را نجات می‌دهد، نمی‌دانم واقعاً چه هست.

و امروز می‌خواهم از این‌که هاجر خانم، همسر عزیزم نیلوفر که بسیار به من کمک کردند، بسیار به من کمک کردند دستشان را می‌بوسم همیشه، و همیشه هم همه‌جا گفتم و بسیار هاجر خانم زحمت می‌کشد در این مسیر، این‌که بتوانم در کنارشان یک کار کوچکی انجام بدهم همین برایم بس است، واقعیت امر این است. الآن برایم در زندگی واقعاً همین بس است که بتوانم در این مسیر کاری را انجام بدهم که یکی قبل از آن برای من انجام داد.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین!

**پدر خانم سلین:** به‌نظر من دیدن این برنامه و عصاره این برنامه این را می‌خواهد به آن انسان بگوید. واقعاً اگر نبودند این‌ها، من اصلاً آشنا نمی‌شدم با مولانا، اصلاً نمی‌فهمیدم چه می‌گفت. می‌خواندم، شعر می‌خواندم، شعر می‌گفتم، الآن ولی حال و هوای شعرهایی که امروز می‌گویم با حال و هوای شعرهایی که قبلاً می‌گفتم بسیار فرق کرده.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**پدر خانم سلین:** و سپاس‌گزارم از همه این دوستان و علی‌الخصوص شما و اگر اجازه بدهید آقای شهبازی بنده یک چیز کوچک بگویم، خدا به من یک دختر بسیار قشنگی داده.

**آقای شهبازی:** به‌به!

**پدر خانم سلین:** و دوست دارم هر کسی که صدای من را می‌شنود دعا کند برای این هدیه‌ای که خدا به من داده و ایشان هم از همین الآن در این مسیر قرار بگیرد. ببخشید وقتتان را هم گرفتیم ما، اگر امری نداشته باشید من خداحافظی بکنم از شما.

**آقای شهبازی:** بله، فرمودید مثل این‌که همسرتان یا کسی دیگر می‌خواهد صحبت کند؟

**پدر خانم سلین:** همسر من در کنارم هست، گوشی نیلوفر خانم.

[خداحافظی آقای شهبازی و پدر خانم سلین]



[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم نیلوفر]

**آقای شهبازی:** بله، نیلوفر خانم شما دختر خانم هاجر هستید بله؟ سلام برسانید.

**خانم نیلوفر:** بله، بله. چشم حتماً، متشکر. خیلی ممنونیم آقای شهبازی بابت زحماتی که برای ما می‌کشید.

من حدوداً نه ماه پیش با شما تماس گرفتم، آن موقع تازه در واقع دختر کوچکم را باردار شده بودم و خب یک صحبت طولانی کردم و تجربه آن موقع خودم را به اشتراک گذاشتم با عزیزان.

حالا امروز دخترم تقریباً یک‌ماهه است و الان در آغوش گرفتم و خدا را شکر توانستم آن چالش‌هایی که بعد از این‌که متوجه شدم باردار هستم و حالا در دوران بارداری چالش‌هایی که داشتم را با کمک همین برنامه، همان‌جور که در تمام این سال‌ها در این شش‌هفت سال، تمام چالش‌هایم را توانستم با کمک برنامه شما و درس‌های مولانا پشت سر بگذارم، خدا را شکر توانستم چالش‌های دوران بارداری را باز هم با همین ابیات، با همین غزلیات، با همین درس‌ها و آموزه‌ها و زحمات شما پشت سر بگذارم و خدا را شکر مادر شدن را تجربه کردم و دیدم که آن‌جوری که من فکر می‌کردم نبوده و شاید تجربه خیلی زیبایی است، تجربه خیلی قشنگی است.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم نیلوفر:** امیدوارم که فقط، همان نه ماه پیش هم که تماس گرفتم گفتم من لایق این تجربه زیبا باشم، بتوانم مادر عشقی‌ای باشم و فرزندم را دردمند در واقع بزرگ نکنم.

آن باورها و رفتارهای اشتباهی که حالا به‌رحال از گذشتگان به ما رسیده و شاید ما خودمان آن‌جوری بزرگ شدیم و زندگی‌مان را آن‌جوری گذرانیم، امیدوارم آن‌جوری نباشد. با این درس‌ها، با این آموزه‌ها بتوانیم فرزندان عشقی را در واقع پرورش بدهیم و برای در واقع سرزمینمان ایران و حتی تمام دنیا سودمند باشیم. فقط تنها خواسته‌ام همین است.

و امیدوارم تمام مادران با این برنامه آشنا بشوند. آن‌هایی که آشنا هستند، دارند زحمت می‌کشند که خب خیلی عالی است، اما به‌رحال همیشه یک زن و یک مادر پرورش‌دهنده هست و خیلی مهم است که در درجه اول خودش پرورش داده بشود، خودش بتواند خودش را پرورش بدهد.

و این پرورش دادن با وجود یک پیر، یک بزرگ و یک کسی که واقعاً مسیر را رفته و ما بزرگان زیادی داریم مثل مولانا، مثل حافظ، مثل سعدی، بتوانیم اول خودمان را، ما مادران خودمان را پرورش بدهیم تا بتوانیم پرورش‌دهنده خوبی باشیم که اگر این‌طور نباشد، واقعاً انسان‌های دردمندی را می‌خواهیم بزرگ کنیم و این اصلاً زیبا نیست و به‌رحال خودمان در زندگی‌های خودمان این را تجربه کردیم.

این‌که انسان بخواهد با درد درواقع پرورش پیدا بکند خیلی مخرب هست. من همیشه به خودم می‌گویم، می‌گویم من اگر در سن ۲۵ سالگی با برنامه گنج حضور با آقای شهبازی و درس‌های مولانا آشنا نمی‌شدم، واقعاً الآن کجای این زندگی بودم؟ من الآن ۳۱ سالم است و حدوداً شش هفت سال هست با برنامه شما آشنا هستم.

واقعاً آقای شهبازی اگر برنامه شما نبود، من چه در دوران مجردی چه در زندگی مشترکی که تشکیل دادم، چه الآن که مادر هستم، به‌رحال من سه دوره زندگی را با برنامه شما گذراندم.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**خانم نیلوفر:** چه زمانی که یک دختر جوان ۲۵ ساله مجرد بودم، چه بعد که خواستم ازدواج بکنم و ازدواج هم کردم، تجربه یک زندگی مشترک، الآن هم که حدود یک ماه هست مادر شدم. من سه مرحله از زندگی یک خانم جوان را با برنامه شما گذراندم.

واقعاً در هر سه مرحله آقای شهبازی اگر برنامه شما نبود، اگر درس‌های شما نبود، من واقعاً نمی‌توانستم ادامه بدهم.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**خانم نیلوفر:** یعنی دردهایی که در زندگی مجردی داشتم به‌رحال یک چالش‌هایی خودش دارد، یک وابستگی‌هایی، یک درواقع هم‌هویت‌شدگی‌هایی ما در آن دوران داریم. چه از نظر جسمی، نمی‌دانم هیکل زیبا، چهره زیبا، نمی‌دانم موفقیت، درس، دانشگاه، شغل، همه این‌ها، این‌ها را گذراندم.

چه در زندگی مشترک که واقعاً به‌قول شما همیشه خیلی قشنگ می‌گویید، می‌گویید که یک انسان وقتی که درواقع ازدواج می‌کند من‌ذهنی اولین قطبی که دنبالش می‌گردد همان همسر انسان است که ما بخواهیم درواقع با او بجنگیم، ستیزه بکنیم و دوتا من‌ذهنی اگر باشیم، واقعاً نمی‌توانیم یک زندگی خوب و پرعشتی داشته باشیم.



من آن را هم تجربه کردم، یعنی دیدم که نه این‌جوری نیست که فقط مثلاً دوران مجردی چالش‌هایی داشته باشد، زندگی مشترک شاید چالش‌های خیلی بیشتری داشته باشد.

**آقای شهبازی:** بله.

**خانم نیلوفر:** چون ما آن موقع یک قطب نزدیک مثل همسرمان داریم که می‌توانیم آن رفتارهای من‌ذهنی‌مان را خیلی بیشتر با او در واقع در چالش باشیم.

بعد از آن هم که دیگر مادر شدن هست یعنی یک مرحله‌ای که انسان در واقع یک پختگی به‌رحال پیدا می‌کند، یک مرحله جدیدی هست. تو الآن دیگر یک کسی را در کنارت داری که یک موجودی که خداوند در درون تو قرار داده و تو حالا قرار است او را پرورش بدهی، قرار است که در واقع او را بزرگ کنی.

و آن اگر باورهای خودت را، اگر آن رفتارهای خودت را بخواهی ادامه بدهی با همان من‌ذهنی‌ات، مسلماً یک کسی را در واقع تربیت می‌کنی که او هم با همین دردها بالا خواهد آمد.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم نیلوفر:** پس من به‌عنوان یک شخصی که به همه جوان‌ها، همه کسانی که صدای مرا می‌شنوند، به‌عنوان یک کسی که با برنامه شما سه دوره از زندگی را چه مجردی، چه ازدواج کردن و چه الآن مادر شدن گذراندم، پیغام این هست که واقعاً دست از این برنامه نکشید.

حتی ممکن است یک زمانی انسان به‌خاطر چالش‌هایی که در زندگی دارد از این برنامه فاصله بگیرد، اما هیچ‌وقت نباید دست از این برنامه کشید. قانون جبران خیلی مهم است واقعاً آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** بله.

**خانم نیلوفر:** من هر بار که از این برنامه به‌دلیل چالش‌هایی که به‌وجود می‌آورد من‌ذهنی فاصله گرفتم، واقعاً قانون جبران دوباره مرا به این برنامه برگردانده.

**آقای شهبازی:** آفرین!



**خانم نیلوفر:** یعنی باعث شده که من به‌خاطر همان قانون جبران هم که شده، دوباره به این برنامه برگردم. خیلی در زندگی‌ام در هر سه دوره، چالش‌های زیادی داشتم، ولی هیچ‌وقت از این برنامه دست نکشیدم. فاصله گرفتم، این قدر بعضی وقت‌ها قدرت من‌ذهنی زیاد است که ما شاید این قدر قوی نباشیم که بتوانیم از پس آن بر بیاییم و این جهان این قدر کشش دارد، این قدر در واقع شاید لذت‌های کاذبی دارد که ما جوان‌ها شاید یک وقت‌هایی نتوانیم از آن چشم‌پوشی بکنیم.

خواسته‌هایمان، این‌که خانه آن‌چنانی داشته باشیم، ثروت داشته باشیم، پول، یک زندگی مرفه، بتوانیم حالا یک خانواده خوب داشته باشیم، همه‌چیز، همه چیزهایی که در این دنیا هست.

به‌رحال می‌گویم کشش زیاد دارد این جهان، ولی ته تَهش به این می‌رسیم که هیچ‌کدام از این‌ها نمی‌تواند ما را خوشبخت کند. اگر ما یک مسیر معنوی را دنبال نکنیم، اگر ما دنباله‌رو یک بزرگی نباشیم، واقعاً هیچ‌کدام از این‌ها نمی‌تواند خوشبختی بیاورد.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم نیلوفر:** من پول زیاد هم در زندگی‌ام داشتم، پول کم هم آمده. در دوران مجردی‌ام لذت هم داشتم، بی‌لذتی هم بوده. مراد بوده، بی‌مرادی هم بوده. و هیچ‌کدام از این‌ها به‌نظر من بدون یک مسیر معنوی نمی‌تواند انسان را در واقع به آن شور و شعف همان «بودن» برساند.

و این بودن، در لحظه بودن به‌نظر من مهم‌ترین چیز است.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم نیلوفر:** ببخشید خیلی زیاد صحبت کردم، وقتتان را هم گرفتم. [خنده خانم نیلوفر]

**آقای شهبازی:** خیلی زیبا، خیلی زیبا! خیلی خردمندانه. آفرین بر شما! واقعاً آفرین بر شما، همسرتان، آفرین بر هاجر خانم و دوستانتان که آن‌جا دور هم جمع می‌شوید. واقعاً پیشرفت کردید، آفرین، آفرین!

**خانم نیلوفر:** ممنونم. واقعاً آقای شهبازی من برای همین می‌گویم که مادر پرورش‌دهنده است، به‌دلیل این‌که اگر مادر من با این برنامه آشنا نمی‌شدند و ایشان، زمانی که مادرم حدوداً هفت هشت سال پیش شاید هم بیشتر



باشد الآن، شاید نه سال باشد ایشان با این برنامه آشنا هستند دقیقاً یادم نیست، ولی اگر ایشان با این برنامه آشنا نمی‌شدند و در واقع در منزل ما این آموزه‌ها نبود، شاید من هم به این مسیر نمی‌آمدم.

آقای شهبازی: بله، بله.

خانم نیلوفر: دقیقاً یادم می‌آید ایشان شش هفت ماه بود که برنامه شما را گوش می‌دادند همان اوایل و من هر زمان که صدای شما را می‌شنیدم در اتاق را می‌بستم و اصلاً علاقه‌ای به برنامه شما نداشتم، یعنی اصلاً دوست نداشتم بشنوم.

همه‌اش می‌گفتم مثلاً چه می‌گوید؟ زندگی این جور است، این قدر سختی دارد، این قدر مشکلات دارد، ایشان چه می‌گویند؟ از چه چیزی دارند صحبت می‌کنند؟ ولی واقعاً یک روز زمانی که شما داشتید یک برنامه‌ای اجرا می‌کردید و در مورد درد من صحبت کردید و من در همان اتاق در بسته بودم و شما داشتید راجع به ترس صحبت می‌کردید. این که انسان ممکن است از بی‌مرادی‌هایی که در این جهان برایش به وجود بیاید، چه ترس‌هایی در واقع بیاید سمتش و من واقعاً

[قطع تماس]

۹- سخنان آقای شهبازی

قطع شد. حالا متأسفانه ایشان نتوانستند صحبتشان را تمام کنند، ولی آفرین، آفرین، صد آفرین! همین است دیگر، شما دانش را بگیرید به‌کار ببرید. خیلی‌ها این‌طوری به‌گنج حضور پیوستند و تعجب نکنید که انسان در اولین، دومین، سومین برخورد با این برنامه البته با این برنامه، منظور مولاناست، یک‌دفعه متوجه بشود که همه حرف‌هایی که مولانا می‌زند بر علیه من‌ذهنی من است، من اصلاً این‌طوری فکر نمی‌کنم! خُب، به همین دلیل است که دارید زندگی را خراب می‌کنید.

من‌ذهنی قواعدی دارد که با حقیقت نمی‌خواند. در طول ۹۸۰ برنامه، من توضیح داده‌ام که این من‌ذهنی چه عادت‌هایی دارد که جا انداخته که خیلی طبیعی است، برای کسی که چشم‌پایش را در همان‌دگی، در جهان تاریک ذهن باز می‌کند که همه‌مان این‌طوری هستیم، خیلی از آن قواعد تاریکی و واقعاً باید بگوییم جهل من‌ذهنی به‌نظر درست می‌آید. مثلاً به‌نظر ما توقعات ما از دیگران کاملاً منطقی است.

توقع ما که قانون جبران را انجام ندهیم، کم‌ترین را بدهیم و بیشترین را بگیریم، کاملاً طبیعی است، برای این‌که ما، یعنی شما می‌گویید، من‌ذهنی می‌گوید من آدم زرنگی هستم، طبیعی است که من بیشتر بَرَم برای این‌که من از تو بهتر هستم و طبیعی است که من واقعاً وقتی پیش خودم محاسبه می‌کنم، یک پندار کمال داشته باشم و ندانم که این پندار است، این پرده جهل است و آن را حقیقت بدانم و براساس آن بجنگم در بیرون، هم زندگی خودم را خراب کنم، هم زندگی دیگران را.

خیلی طبیعی دیده می‌شود که من مسئولیت هشیاری‌ام را در این لحظه قبول نکنم و بگویم که ای همسر من، تو این حرف را زدی، من عصبانی شدم، می‌خواستی این حرف را نزنی. و براساس این خشمم یک کارهایی بکنم که بعداً پشیمان بشوم و زندگی مشترکم را هم خراب کنم. طبیعی‌ست که همین‌طور که در برنامه امروز بود یک زن و شوهر دائماً با هم بجنگند و از دید من‌ذهنی‌شان این طبیعی باشد و همین‌طور طبیعی به‌نظر می‌آید که ما هیجانات مخرب من‌ذهنی را مثل ترس، مثل خشم، مثل حسادت، مثل حس انتقام‌جویی و عدم رواداشت به دیگران، ناراحت شدن از موفقیت دیگران و یا نگرانی و اضطراب از آینده، ملامت دیگران و خودم، ضرر زدن به خودم، به بدنم.





من امروز می‌گفتم مصرف‌کننده، مصرف‌کنندهٔ مواد مخدر، این کارها را به معرض اجرا بگذارم و به‌نظر هم درست و طبیعی بیاید! اصلاً به کسی چه ربطی دارد؟! [آقای شهبازی می‌خندند] نه، این‌ها طبیعی نیست، این‌ها در عالم من ذهنی طبیعی است.

بنابراین با این دید، شما به گنج حضور گوش بدهید، در اولین برخورد، دومین برخورد بدتان می‌آید و شاید هم حتی شش‌هفت ماه، یک سال گوش بدهید، نتوانید ادامه بدهید، ولی اگر نتوانید ادامه بدهید، همان‌طور که خانم فرمودند، برای همین می‌گوییم قانون جبران مادی را انجام بدهید. قانون جبران مادی را اگر انجام نمی‌دهید به هیچ‌جا نمی‌رسید! هیچ‌جا! توجه می‌کنید؟! به‌نظر می‌آید که داریم از مادیات صحبت می‌کنیم، ولی مادیات از معنویات جدا نیست. شما با خرج همانیدگی‌ها، چیزی که آدم می‌تواند با آن همانیده بشود چیست؟ پول است، وقت است، وقت خیلی چیز مهمی است. وقت چیزی است که همه به‌صورت محدود دارند.

من الآن هفتاد و شش سالم است، من می‌دانم خیلی از این وقت ندارم، برای همین تندتند کار می‌کنم، هر هفته برنامه اجرا می‌کنم، ممکن است یک روزی نتوانم. شما هم همین‌طور هستید! شما بیست‌سالتان است، بیست‌سال، خیلی راحت در یک چشم به‌هم زدن می‌شود شصت‌سال! [آقای شهبازی می‌خندند] آدم باورش نمی‌شود! همین دیروز بود که من سی سالم بود! این‌طوری است، آدم باورش نمی‌شود که سنش بالا رفته، ولی فرصت کم است، زمان محدود است، بنابراین از همهٔ این چیزهایی که ما با آن می‌توانیم همانیده بشویم محدود داریم، همان محدود را باید خرج کنی، بدهی تا متعهد بشوی.

من همین زمان محدودم را اختیار دارم بروم کنار دریا بنشینم، بلند شوم بروم یک جزیره آن‌جا بنشینم یا بیایم بنشینم این‌جا با شما صحبت کنم، ترجیح می‌دهم این کار را بکنم و اولین، دومین، دهمین اولویت‌م همین است و هر کسی یک انتخابی دارد بنا به تجربه و شعور خودش که عمرش را چه‌جوری صرف کند، ولی می‌داند یا شاید هم نمی‌داند، بعضی‌ها! آدم جوان است نمی‌داند! من سی سالم بود نمی‌دانستم که وقتی محدود است، پولم را می‌دانستم، ولی وقتی را نمی‌دانستم، در نتیجه وقتی شما آن چیزهای محدودتان را در این راه خرج می‌کنید، در یک راهی خرج می‌کنید، متعهد می‌شوید به آن. من پیشنهاد می‌کنم در اولین روز که می‌خواهید به این برنامه گوش بدهید «قانون جبران» را رعایت کنید، جبران مادی را. این قانون جبران مادی، شما را متعهد به برنامه و مولانا نگه می‌دارد.

حتی اگر گوش نمی‌دهید باز هم قانون جبران را نگه دارید، برای این‌که توجه هم بکنید که اگر پول به گنج حضور می‌دهید به من نمی‌دهید، من به اندازهٔ کافی شخصاً پول دارم که خرج کنم تا آخر عمرم پول دارم خرج کنم.



می‌توانستم بروم بگردم این‌ور، آن‌ور، از پنجاه‌سالگی به بعد هیچ احتیاج مالی به کسی نداشتم. خُب واضح است یک عمر من از هفت هشت‌سالگی دارم کار می‌کنم، هم بلد هستم کار کنم، هم به‌اندازه‌ای که لازم دارم پول دربیآورم، نه زیاد، علاقه‌ای به پول زیاد ندارم، در دسر خیلی زیادی دارد پول زیاد! ولی پول متوسط که آدم محتاج نباشد عالی است.

و بنابراین شما هم لطف کنید بفهمید این را که شما پول را به من نمی‌دهید. من در مقابل پول شما به شما بدهکار نیستم، ولی خودم را بدهکار به جامعه می‌دانم، برای این‌که خداوند لطف کرده یک سری مشخصات به من داده مثلاً آدم فتنی هستم، می‌توانم به‌تنهایی بتوانم برنامه اجرا کنم، یک دستگاه بزرگی را اداره کنم، حالا فعلاً هوشی داده که دارد کار می‌کند، استعدادی داده که دارد کار می‌کند و یک روزی ممکن است از کار بیفتد، فعلاً که نیفتاده ما باید از آن استفاده کنیم.

شکرش همین است دیگر، امروز شکر هم مطرح شد، وقتی آدم به یک جاهایی می‌رسد، همین‌طور که می‌خواهد شکر کند زبانش بند می‌آید، نمی‌تواند شکر کند، نمی‌داند چه‌جوری شکر کند! من شخصاً نمی‌دانم چه‌جوری باید شکر کنم؟! از این همه لطفی که خداوند داشته، به من توفیق داده بیایم مثلاً در خدمت شما ۹۸۰ تا برنامه بهترین عارف دنیا را اجرا کنم.

حالا ممکن است شکسته، بسته باشد حالا هرچه بوده همین بوده و حداکثر سعیم را بکنم، خُب این را چه‌جوری می‌شود شکرش را به‌جا آورد؟! در این سن هم خدا را شکر که سالم هستم، زبان آدم بند می‌آید!

من یک بچه روستایی بودم، الان آدم ۹۸۰ تا برنامه مولانا را برای شما اجرا کردم. خُب این را چه‌جوری می‌شود شکر کرد؟! نمی‌شود دیگر، در نتیجه بهتر است آدم ساکت بشود و همین رضایت داشته باشد، یک حالت شاکری به خودش بگیرد که خدایا تو من را از همه چالش‌ها و بلاهای مربوط به آن نجات دادی و کمک کردی. الان هم ابزارهایی به ما داده که می‌توانیم مثلاً این دانش را تا آن‌جایی که مقدور است در اختیار مردم قرار بدهیم، این توفیق حاصل بشود برای کسی که برای مردم فکر کند، به مردم خدمت کند، یک خدمتی بکند که مردم بپذیرند، از این دیگر بهتر نمی‌شود که، از این موفقیت بالاتر موفقیتی وجود ندارد!

چه موفقیتی است، آدم یک سه چهار میلیون دلار پول جمع بکند؟! همه می‌توانند بکنند این کار را، شما یک مغازه باز کنی، جمع کن، جمع کن، درمی‌آید دیگر بالاخره، در آمریکا مخصوصاً. موفقیت واقعاً آن است که بتوانی یک کاری بکنی که به درد مردم بخورد و به گوش مردم برسد، در اختیار مردم قرار بگیرد. مردمی که این‌ها



نداشتند. این دانش مولانا را مردم نداشته‌اند و حالا کار کوچکی که ما کردیم، این بوده که این دانش بسیار سطح بالا را، دیگر از این بهتر نمی‌شود.

ببینید از این مولانا، من می‌دانم ما مورد حقارت ملت‌ها قرار گرفتیم، در طول زمان ما را تحقیر کردند، ولی لطف کنید این را قبول کنید از این دانش مولانا در معنویت، هیچ دانش دیگری وجود ندارد، حتی اگر شما آدم دینی هستید که این دین می‌گوید من راه دین را می‌روم و این‌ها، این است، این را بگیرید این را از من بشنوید، خیلی وقت است من در این زمینه کار می‌کنم، آن هم توفیقی بود که من در مثلاً خیلی سنین جوانی روی آوردم به مولانا، حافظ، فردوسی و این‌ها، بالاخره راهم را پیدا کردم. سخت بود، ولی راه پیدا می‌شود دیگر، راه پیدا می‌شود. یواش یواش آدم راهش را پیدا می‌کند. شما هم راهتان را پیدا می‌کنید اگر پیدا نکردید، خیلی‌هایتان که پیدا کردید می‌فهمید که راه چیست، دیگر گم نمی‌شوید، ولی من ذهنی شما را دیگر فریب نمی‌تواند بدهد.

از شما عذر می‌خواهم که دوباره صحبت کردم [آقای شهبازی می‌خندند] وقت شما را گرفتم. اجازه بدهید یک خط دیگر هم بگیرم.



۱۰- آقای علی‌رضا از همدان با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای علی‌رضا]

**آقای علی‌رضا:** آقای شهبازی ما همین‌که بخواهیم بلیط بگیریم بیاییم ما هم لس‌آنجلس، کالیفرنیا، آن هم نمی‌دانیم ما، چه برسد که بیاییم [صدا ناواضح]، چه می‌گویند شما را بگیریم و بعد بیاییم بیست سال، اصلاً من که داشتم می‌خندیدم، اصلاً مغزم نمی‌کشد، خیلی لطف کرده خدا به شما و اصلاً زبان الکن است دیگر، نمی‌دانم چه بگویم؟

**آقای شهبازی:** خداوند لطف کرده، من هم برای همین می‌گویم من آن «چارق ایاز» را من با خودم دارم، من چارق ایاز یک بچه روستایی را با خودم دارم، حالا و می‌فهمم که چقدر لطف کرده، برای همین شرمندهام دیگر، [خنده آقای شهبازی] ما هر کاری برای شما بکنیم، هر خدمتی بکنیم کم است.

**آقای علی‌رضا:** ما خجالت می‌کشیم، ما با این کار کردنمان خجالت می‌کشیم، می‌گویم خدا هم به اندازه شما مهربان باشد، ما که هیچ غصه‌ای نداریم دیگر، باید هر کاری دلمان می‌خواهد بکنیم، این قدر شما مهربان هستید.

**آقای شهبازی:** لطف دارید ما در ازای آن لطفی که زندگی کرده، حالا به من یکی، من کاری نمی‌کنم که، من الآن ما، همه‌مان اشتباه می‌کنیم، در گذشته آن اشتباهات دیگر هر کسی چون کورمال‌کورمال آدم راه را پیدا می‌کند واقعاً، ولی خب الآن با این برنامه، مولانا یک هدایت‌کننده است واقعاً، برای همین می‌گویم بنده را بگذارید کنار، نبود، نبود، من اگر این چیزهایی که الآن می‌دانم سی‌سالگی می‌دانستم، این اشتباهات را نمی‌کردم، خیلی اشتباه کردم آقا، خیلی و هر اشتباهی هزینه دارد، جریمه دارد و این است که حالا با وجود همه آن اشتباهات بالاخره یک کار خوبی [خنده آقای شهبازی] هم انجام دادیم، خدا را شکر.

**آقای علی‌رضا:** شما بگویند اشتباه کردیم، ما هم بگوئیم اشتباه کردیم دیگر، شما هزار برابر تلافی را درآوردید، ما چه اصلاً نمی‌دانیم یک متر، به قول مولانا جلوی بینی‌مان را هم ببینیم، ما باید چه بکنیم؟

**آقای شهبازی:** دیگر وقتی چراغ نباشد، الآن برای همین می‌گویم من، می‌گویم شکر کنیم این چراغ هست، شما فهمیدید که یک مولانایی وجود دارد، حالا به این برنامه هم گوش نمی‌کنید، می‌روید خودتان می‌خوانید، خوشبختانه در این حیص و بیص یک کتاب‌هایی هم نوشته شده مثل کتاب‌های آقای استاد کریم زمانی که این‌ها



هم چراغ راه هستند، خدا عمرشان بدهد و چقدر هم زحمت کشیدند، خدا سلامت نگهشان دارد، کتاب «مثنوی» را بیت‌به‌بیت نوشتند، معنی کردن، الآن روی «دیوان شمس» دارند کار می‌کنند، «فیه ما فیه» را به اصطلاح تفسیر کردند، زحمت کشیدند، خب چشم گذاشتند در این راه، تن گذاشتند، شب گذاشتند، عمر گذاشتند، خب این جور آدم‌ها هم یا هر کسی که در این راه کار کرده و تفسیر نوشته، کتاب نوشته، تمام کسانی که تفسیر مثنوی نوشتند، آقای فروزان‌فر یا استاد استعلامی، کسانی که در این راه کار کردند و کتاب چاپ کردند، ساده نیست اصلاً شما بیاید برای مثنوی تفسیر بنویسید، خیلی زیاد است، خیلی زیاد است، یک اقیانوس است، این است که تشکر از آنها، سپاس‌گزاری از آنها، مردم باید قدر این آدم‌ها را بدانند، قدر آقای کریم زمانی را، استاد را بدانند واقعاً، ان شاء الله بدانند. بفرمایید، ببخشید من [خنده آقای شهبازی] الو!

آقای علی‌رضا: داریم استفاده می‌کنیم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

آقای علی‌رضا: یک کسی، آقای قزوینی است که کتاب چه را نوشته؟

آقای شهبازی: حافظ را، بله.

آقای علی‌رضا: حافظ. می‌گویند من می‌نشینم پیش کسی که اگر یک بیت از حافظ یا مولانا این را، با او حرف می‌زنم اگر یک بیت نداشته باشد بگوید، از کنارش بلند می‌شوم و می‌روم، می‌گفت ارزش حرف زدن ندارد کسی که از حافظ و مولانا چیزی یاد نگرفته باشد.

آقای شهبازی: همین‌طور است.

آقای علی‌رضا: حالا نمی‌دانم قزوینی است یا چه مثلاً چیز قاسم قزوینی، قاسم غنی قزوینی.

آقای شهبازی: بله، بله، غنی، بله، بله.

آقای علی‌رضا: فقط یک پیام داشتم.

آقای شهبازی: بله، بله، بفرمایید.



**آقای علی‌رضا:** گفتم جهان کشش زیاد است، تا زمانی که ما نرسیدیم به یک اندازه‌ای، یک حدی که دیگر بالای جو، مثل جو می‌ماند که در جو نداند که [صدا قطع شد] دیگر از جو بگذری، دیگر زمین نمی‌تواند بکشد آن پایین، ما هم مثل آن می‌مانیم، از آن یک اندازه که رد بشویم و برسیم به فضا، زمین نمی‌تواند ما را بکشد، فقط این بود پیامم، هشدار داد که دارد قطع می‌شود آقای شهبازی از شما خداحافظی کنم.

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

**آقای علی‌رضا:** ببخشید، قربانتان بروم، خاک پایت سرمه چشم، فدایتان بشوم الهی.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای علی‌رضا]

❖ ❖ ❖ پایان بخش اول ❖ ❖ ❖



[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی با خانم پروین]

خانم پروین:

برداشتی از داستان عجوزه که روی زشتش را با چَندره و گلگونه می‌خواست زیبا کند تا شوهر پیدا کند.

این داستان از بیت ۱۲۲۲ دفتر ششم مثنوی مولانا آغاز می‌شود و در برنامه ۹۷۸ گنج حضور تفسیر شد.

پیرزن بسیار فرتوتی که تمام دندان‌هایش ریخته بود و صورتش پر از چین و چروک بود و قامتش خمیده و حواسش هم ضعیف، اما هنوز هوس شوهر پیدا کردن داشت و میل جنسی هنوز در او قوی بود و می‌خواست با آرایش و گلگونه صورت زشتش را زیبا کند.

مولانا در این داستان من‌ذهنی را به پیرزنی تشبیه می‌کند که از طریق آرایش ساختگی و نسبت دادن خاصیت‌های خوب به خود، می‌خواهد خودش را در نزد مردم مقبول نشان دهد و این نشان می‌دهد که وضع انسان در من‌ذهنی با بالا رفتن سن تقویمی، نه‌تنها بهتر نمی‌شود بلکه روزبه‌روز بدتر می‌شود.

مولانا می‌گوید شما نمی‌توانید من‌ذهنی و همانندگی‌ها را در مرکزتان نگه دارید و با بزک کردن سطحی و ظاهری من‌ذهنی، آن را به خدا و مردم عرضه کنید.

توصیف چهره فرسوده و پر از چین و چروک و رنگ زرد پیرزن، توصیف هر انسان من‌ذهنی‌ست که با ایجاد دردهای پی‌درپی و قراردادن شهوت چیزها در مرکز خود، در چهره بیرونی او ظاهر می‌شود و سبب تخریب چهار بُعد خود می‌گردد و تمام ابزارهای مفیدش را از بین می‌برد.

این پیرزن شهوت و حرص به‌دست آوردن شوهر را داشت و مولانا با بیان این موضوع، حرص و شهوت من‌ذهنی را نشان می‌دهد که با گذر ایام اصلاح‌پذیر نیست و با این‌که دام او پاره‌پاره شده، یعنی ابزار صید کردن او از بین رفته و چیزی برای ارائه کردن به مردان جوان و جذب کردن و به دام انداختن آن‌ها ندارد، اما هنوز دست از حرص و شهوت همانندگی بر نداشته است.

مرغ بی هنگام و راه بی رهی

آتشی پُر در بُنِ دیگ تهی

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۲۶)



مولانا من ذهنی را به مرغ بی‌هنگام و خروس بی‌محل توصیف می‌کند. مرغی که باید در جوانی آواز می‌خواند و در پیری هوس آواز خواندن به سرش زده و راه من‌ذهنی که راه نیست بلکه بی‌راهه است، راه تخریب و مسئله‌سازی و مانع‌سازی است، راه کارافزایی و ایجاد درد است.

«آتش پُر در بُنِ دیگِ تهی» زندگی در درون هر انسان، بی‌نهایت پتانسیل و قوه است که می‌خواهد خودش را از او بیان کند و ما دیگی خالی را بر روی این آتش خروشان قرار داده‌ایم،

دیگی که خالی از هرگونه عشق و خلاقیت و نور حضور است. ما در این دیگ غذای درد می‌پزیم، غذای نیازهای روان‌شناختی، خواستن‌های من‌ذهنی، حسادت، رنجش، کینه، انتقامجویی.

مولانا می‌گوید اگر به چنین انسانی که دائماً در حال ایجاد درد برای خود و دیگران است بگویند عمرت دراز باد، دهانش از خنده باز می‌ماند و قند در دلش آب می‌شود، اگر این انسان ذره‌ای به منظورش از زندگی و زنده شدنش به زندگی پی می‌برد و می‌فهمید که باید عمرش را در راه زنده شدن به زندگی صرف می‌کرد و نکرده در این صورت متوجه می‌شد که این دعا نیست که در حقش می‌کنند بلکه نفرین است.

### این چنین عمری که مایه دوزخ است مر قصابان غضب را مسلخ است

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۳۳)

### چون بگویندش که عمر تو دراز می‌شود دلخوش دهانش از خنده باز

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۳۴)

### این چنین نفرین دعا پندارد او چشم نگشاید، سری بر نآرد او

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۳۵)

مولانا عمر انسانی را که دائماً در حال تخریب و مسئله‌سازی...

[قطع تماس]



## ۱۲- خانم فرزانه

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فرزانه]

**خانم فرزانه:** آنچه که در روابط دو انسان که با هم ازدواج کرده‌اند را دیده‌ایم، یا در صحبت‌ها شنیده‌ایم و یا علت جدایی‌ها را شنیده‌ایم، علت عدم تفاهم‌ها بوده‌است و یا بالا آمدن من‌های ذهنی مختلف، اما می‌شود که روابط دو انسان که تصمیم به ازدواج دارند، به صورتی باشد که فرد مورد نظر، تنها بر روی خود کار کند.

این‌که دیگری به حضور دارد زنده می‌شود یا نه را مورد نظر خود قرار ندهیم. چراکه دست به «حبر و سنی» او می‌زنیم. ارتعاش عشقی که باید به دل او زده شود را فراموش می‌کنیم. دست به دیدن نواقص و عیب‌ها می‌زنیم. دست به کنترل فرد دیگری می‌زنیم و غیره که هر کدام از این موارد، عامل وحدت که دیدن یک هشیاری در یکدیگر است را، از بین می‌برد.

**إمتزاجِ روح‌ها در وقتِ صلح و جنگ‌ها  
با کسی باید که روحش هست صافیِ صفا  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۸)**

[قطع تماس]



### ۱۳- خانم بهناز از انگلستان با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم بهناز]

**خانم بهناز:** آقای شهبازی من در شغل خودم یک تجربه‌ای داشتم که خیلی شبیه به زنده شدن به زندگی بود. موقعی که من معلم بودم وقتی از بچه‌ها می‌خواستیم که حالا در مورد یک چیزی صحبت کنند، مثلاً کانورسیشن (conversation: مکالمه) داشته باشند، اشتباهی که می‌کردند این بود که به فارسی، مثلاً از ایشان می‌خواستیم در مورد سفر حرف بزنند، به فارسی یک انشایی می‌نوشتند یا در ذهنشان می‌آوردند و بعد سعی می‌کردند که همان را انگلیسی کنند که خب این کار نمی‌کرد، به خاطر این‌که وقتی شما به فارسی فکر می‌کنید بعد می‌خواهید جمله به جمله، کلمه به کلمه آن را انگلیسی بکنید، یک جورِ ناجورِ عجیب و غریبی می‌شود، طبیعی نیست، روان نیست.

**آقای شهبازی:** بله.

**خانم بهناز:** من از آن‌ها می‌خواستم که هرچه کلمه بلد هستند یک دایره بکشند و هرچه کلمه، اصطلاح در مورد مثلاً سفر، حالا قبلاً به آن‌ها یاد می‌دادیم، در آن دایره بنویسند و بعد دو سه کلمه خودشان جست‌وجو کنند و بزنند و بعد بزنند که آن کلمه‌ها ارتباط خودشان را پیدا کنند و بعد با طرف با نگاه کردن به آن کلمه‌ها توسط آن کلمه‌ها یک رایتینگی (writing: انشا) بنویسند. و این ابزاری بود که ما به آن‌ها می‌دادیم برای این‌که با آن ابزار بتوانند کار کنند.

در مورد حالا مسیر معنوی دقیقاً همین است، من فکر می‌کردم با همین، در همین من‌ذهنی که هستیم به هر حال می‌توانیم با همین من‌ذهنی فضاگشایی کنیم، با همین من‌ذهنی صبر کنیم، با همین من‌ذهنی سکوت کنیم، «انصتوا» کنیم. درحالی‌که با من‌ذهنی سکوت کردن، با من‌ذهنی فضاگشایی کردن مثل این است که شما در یک زمینه‌ای که این فارسی هست مثلاً بخواهید انگلیسی حرف بزنید، ناجور می‌شود، یک جور زشت و نامتوازن و نامتقارن می‌شود.

**آقای شهبازی:** بله.

**خانم بهناز:** به خاطر همین سعی کردم از ابزارهایی که شما به ما دادید استفاده کنم، ابزارهایی که خیلی دقیق به طرز عجیبی به من کمک می‌کردند، مثلاً یکی از اولین ابزارهایی که شما به ما یاد دادید این است که ما پریس



(purpose: منظور) داریم، منظور داریم، منظور آمدنمان به این جهان، هدف ما با هدف‌های این دنیایمان فرق دارد، یکی از ابزارهایی که به ما یاد دادید تکرار مراقبه‌ای ابیات بود و هزار ابزار دیگری که خب به مرور زمان نهادینه شده، به ما کمک کرد.

یکی از کمک‌های خیلی مهم این برنامه به من، در کنار حالا معجزه‌هایی که دیدم این بود که خرافاتی که، چیزهای خرافی که از قبل در ذهن من بود را اصلاح کرد.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**خانم بهناز:** مثلاً یکی از خرافاتی که در ذهن من بود این بود که آدمی که باهوش است ذهن شلوغ‌تری دارد، سروصدای ذهنش زیاد است. کسی که باهوش است گفت‌وگوهای ذهنی‌اش بیشتر است، خیال‌بافی‌اش بیشتر است. کسی که باهوش است بدبین‌تر است. آدم‌های خوش‌بین چون از عمق فاجعه بی‌خبر هستند الکی خوش هستند و به همه چیز شک نمی‌کنند. آدم‌های باهوش هیچ‌وقت از هیچ وضعیتی راضی نیستند به‌خاطر این‌که هوششان زیاد است.

ولی من از مولانا یاد گرفتم، و این خیلی به من ضربه زد در طول سالیان، من با مولانا واقعاً یاد گرفتم هر کسی باهوش است ذهن ساده‌تری دارد اتفاقاً و یاد گرفته چطور سروصدای ذهنش را خاموش کند.

من یادم هست همان اوایلی که برنامه را نگاه می‌کردم هفت هشت سال پیش، در محل کارم وقتی همکارانم راجع به گرانی حرف می‌زدند، یک همکاری داشتیم خیلی آدم واقعاً جینیس (genius: نابغه) بود و هر دفعه که می‌آمد می‌گفت ای وای من دیدید چه جوری شد! بدبخت شدیم! دیدید چقدر دلار بالا رفت! من وقتی که قیافه مثلاً خونسردی می‌گرفتم بعد این چند بار به من گفت که تو هپی گارلاکی (happy-go-lucky: الکی خوش) هستی، یعنی «علی بی‌غم» و من خیلی ناراحت شدم، رفتم خانه. آن موقع‌ها شما یک مثال می‌زدید می‌گفتید که مثل گربه‌ای که ممکن است آن‌جا نشسته، بقیه به او می‌گویند که بی‌عاز هست، مثل آن باشید. من هم سعی کردم که نسبت به این حرف‌ها بی‌تفاوت باشم. و جالب است که الآن آن آدمی که این قدر واقعاً جینیس بود و من نسبت به او یک مدیاکر (mediacor: فرد معمولی) بودم یا آن آدم جینیس به‌خاطر همین بدبینی‌اش بود، به‌خاطر اتفاقاً شاید هوش زیادش به او حجابش شد. متأسفانه مثلاً یک جای متوسطی ماند و حالا من که مدیاکر بودم وقتی ذهن چیزتر، خیلی باهوش به‌اندازه او نبودم، چون ابزار داشتیم، ابزاری که به من یاد داده بودید، که من لازم نیست خیلی چیز بدانم، من باید ذهنم را ساده کنم، باید سکوت کنم، باید ناظر افکارم باشم، باید راضی



باشم و همه این‌ها به من کمک کرد با این ابزار که یاد گرفتم که چطور این جوی روان افکار پشت‌سرهم من را از «ذوق آب آسمان» محروم نکند.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**خانم بهناز:** من یاد گرفتم هر کسی که باهوش‌تر هست تلاش می‌کند اما می‌داند تبدیل شدن به عنایت بستگی دارد پس بیشتر از این‌که به عقل و پشتکار خودش متکی باشد حالت طلب را همیشه حفظ می‌کند و کار روی خودش را ادامه می‌دهد.

## گفت که هست آب ولی کوزه نیست آب یتیمان بود از چشم تر (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۱۷۰)

آدم باهوش می‌داند که چشم پر آب و طلب و با فضاگشایی است که انسان را مثل آن یتیم سائل که پادشاه رفت در خانه‌اش دولتمند می‌کند، که وقتی پادشاه رفت در خانه‌اش با این‌که همانیدگی‌هایش را زندگی انداخته بود، نگفت من بدبختم، من بیچاره‌ام، من هیچ چیز ندارم به من کمک کنید، به من همانیدگی بدهید، فقط آب چشمش، چشمش پر از اشک شد، طلبش را نشان داد و آن طلبش او را دولتمند کرد.

تلاش و زور زدن و عجله داشتن در ذهن، این‌ها هیچ‌کدام کار نمی‌کند. غره شدن به دانش و تلاش ذهنی هیچ‌کدام کار نمی‌کند. فقط طلب و صبر و رضا.

خیلی ممنونم از شما.

**آقای شهبازی: آفرین، آفرین!**

**خانم بهناز:** خیلی ممنون.

**آقای شهبازی:** شما آن شعر را هم بلد هستید که می‌گوید «گشت آزاد از تن و» یادتان می‌آید؟ بقیه‌اش را هم می‌توانید بگویید؟ «گشت آزاد از تن و رنج جهان».

**خانم بهناز:**



## گشت آزاد از تن و رنج جهان در جهان ساده و صحرای جان (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۰۹۰)

**آقای شهبازی:** آفرین! «در جهان ساده و صحرای جان»، این شعر خیلی مربوط هست و آن دو بیت هم بلد هستید که دائماً می‌خوانیم «ذکر آرد فکر را در اهتزاز»؟

خانم بهناز:

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

**آقای شهبازی:** آری، آری. بیت بعدی هست: «اصل، خود جذب است».

خانم بهناز:

## اصل، خود جذب است، لیک ای خواجه‌تاش کار کن، موقوف آن جذبه مباش (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۷۷)

خواجه‌تاش: دو غلام را گویند که یک صاحب دارند.

**آقای شهبازی:** آفرین! این «ذکر آرد فکر را در اهتزاز»، همین حرفی که شما اول می‌زدید که می‌گفتید کلمات را می‌دادید. توجه می‌کنید؟ مرتب من این‌جا خواهم می‌کنم از شما بینندگان که این اشعار را نه برای حفظ کردن حفظ کنید، ولی این‌قدر بخوانید که حفظ کنید. اگر شما پنجاهتا بیت عالی مولانا، همین بیت‌هایی که الان خواندیدم، همین که «گشت آزاد» را، این‌جور چیزها را که اگر حفظ باشید بعداً متوجه می‌شوید که در درونتان این ابیات به‌طور معجزه‌آسا به‌هم وصل می‌شوند، یک طریقی برای شما نشان می‌دهند.

**خانم بهناز:** دقیقاً همین کاری است که با ما می‌کند.



**آقای شهبازی:** یعنی مرتب این‌ها به هم وصل می‌شوند، تابلوهایی می‌سازند شما زندگی را می‌بینید. باز هم دوباره لطف کنید این شعر را بخوانید مردم بشنوند، همین «ذکر آرد».

خانم بهناز:

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

**آقای شهبازی:** بله، آفرین. «اصل، خود جذب است».

خانم بهناز:

## اصل، خود جذب است، لیک ای خواجه‌تاش کار کن، موقوف آن جذبه مباش (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۷۷)

اهتزاز: جنبیدن و تکان خوردن چیزی در جای خود  
خواجه‌تاش: دو غلام را گویند که یک صاحب دارند.

**آقای شهبازی:** حالا که شما لطف کردید این دوتا را معنی هم بکنید برای ما. [خنده آقای شهبازی]

**خانم بهناز:** هنوز با آن شعر اول آقای شهبازی واقعاً من زندگی می‌کردم یعنی همین‌طور که می‌گفتید صبح تا شب من آن را تکرار می‌کردم چون من هشت ماه است، نه ماه است که این‌جا تنها هستم، چون من خیلی هم وابسته به خانواده بودم، وقتی آمدم این‌جا هیچ‌کس را نداشتم، شاید بگویم که من یک روز هم دلم برای خانواده‌ام تنگ نشد، یعنی برای همه عجیب است و همین شعرها و برنامه شما باعث شد.

من حتی یک جووری شده که مامانم که زنگ زد به من مثلاً احوال‌پرسی می‌کرد می‌گفت که چه خبر؟ می‌گفتم هیچ خبر، ملالی نیست جز دوری شما. گفت پس آقای شهبازی چه؟ [خنده خانم بهناز]. یعنی حتی خانواده‌ام هم خیالشان جمع هست که من تنها نیستم این‌جا، واقعاً هم تنها نیستم یعنی روزها که حالا برای دانشگاه درس می‌خوانم، وقتی شب‌ها که می‌آیم به محض این‌که این لپ‌تاپم را باز می‌کنم و حالا برنامه ویدئو شما را می‌گذارم یا



وبسایت (website) شما را می‌گذارم انگار می‌روم در دنیایی که دنیای آشنایی است، دیگر من این‌جا غریبه نیستم.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**خانم بهناز:** دیگر غریب نیستم با این‌که هیچ‌کس را ندارم و هیچ‌کس را نمی‌شناسم. امروز، یک چیز دیگر هم بگویم آقای شهبازی؟ می‌توانم؟

**آقای شهبازی:** بله، بله، بفرمایید.

**خانم بهناز:** در اهمیت واقعاً دانش مولانا و گسترش این دانش، این‌که امروز با استاد صحبت می‌کردم در مورد این‌که کسانی متأسفانه در مدارس، مثلاً آهنگ گوش می‌دهند، مثلاً آهنگ‌هایی که لیریک (Lyric: متن ترانه) نامناسبی دارد.

**آقای شهبازی:** بله.

**خانم بهناز:** و معلم‌ها هم با آن‌ها همراهی می‌کنند وقتی ویدئوهایش پخش می‌شود، به‌جای این‌که یک معلم آگاه باشد، چون آن وقت بچه با آن کلمات زندگی می‌کند.

**آقای شهبازی:** بله.

**خانم بهناز:** اگر به‌جای آن کلماتی که نامناسب هست که حالا بعضی‌ها، خیلی‌ها فکر می‌کنند که این حرف‌ها، گفتن این حرف‌ها عقب‌ماندگی هست، که حالا آن آهنگ مگر چه هست؟ آن آهنگ ایرادی ندارد، ولی آن بچه با آن کلمات، کلمات دیگر می‌شود شب و روزش، ناخودآگاهش، به‌جایش بیاید شعر مولانا را یاد بگیرد.

**آقای شهبازی:** بله.

**خانم بهناز:** چقدر این دانشگاه جالبی شده، وقتی اصلاً شما همین این سه‌تا دخترخاله را ببینید که عشق چه‌جوری، انگار واقعاً عشق در یک نگاه همین‌طوری است که در یک‌آن‌چطور این سه‌تا بچه را، نوجوان را تبدیل کرد.

**آقای شهبازی:** کدام سه‌تا بچه را می‌گویید؟



**خانم بهناز:** اگر واقعاً به این راحتی است، حیف نیست که ما مثلاً بیاییم به‌جایش این‌ها را تکرار کنیم؟ ما، کلمات، واقعاً کلمات مقدس هستند، واقعاً ابزار هستند.

**آقای شهبازی:** بله.

**خانم بهناز:** یعنی یکی از این چیزهایی که شما به ما یاد دادید شاید همین ما را به هیچ‌چیز دیگری احتیاج نداشته باشیم، همین تکرار مراقبه‌ای ابیات.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین! کدام سه‌تا بچه را می‌گفتید شما؟

**خانم بهناز:** همین سه‌تا دخترخاله را، مهرگان و هدیه و با ماندانا را می‌گوییم.

**آقای شهبازی:** آهان، بله، آن‌ها را می‌گویید. سه‌تا البته که نیستند، آن‌ها می‌گویند چهارقلو هستیم. **[خنده آقای شهبازی]** می‌شود پنج‌تا.

**خانم بهناز:** ما سه‌تایشان را دیدیم. اصلاً من تعجب می‌کنم که این خرد سرچشمه گرفت، یعنی جاری شده بر زبان این‌ها.

**آقای شهبازی:** در آن سن آدم خیلی انعطاف‌پذیر است، آن‌ها، زندگی در آن‌ها خیلی پوشیده نشده، بنابراین شعور تشخیص خیلی بالا است. اگر یک بچه چهارده‌ساله، بچه که چه عرض کنم نباید بچه بگوییم، دوازده سیزده‌ساله در معرض شعر مولانا واقعاً قرار بگیرد و این هم دست پدر، مادرها است، پدر و مادرها به هرچه که ارزش می‌گذارند، بچه‌ها هم دنبالشان می‌روند و در معرض شعر مولانا قرار بگیرد فوراً به حضور زنده می‌شود.

**خانم بهناز:** دقیقاً.

**آقای شهبازی:** حالا این امکان وجود دارد که این‌همه پخش می‌شود، خانواده‌ها بشنوند نگاه کنند و واقعاً بچه‌هایشان را هم بیمه کنند. و شما حالا چند سالتان است فرمودید؟

**خانم بهناز:** من چهل و دو سالم هست آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** چهل و دو سال، مثل این‌که یک بار دیگر پرسیدم، آلزایمر **[خنده آقای شهبازی]**.

**خانم بهناز:** نه، اولین بارتان هست که می‌پرسید.





**آقای شهبازی:** نه آخر شما سنتان، من فکر می‌کردم سی‌سالتان و این‌ها است، ماشاءالله می‌گویید دانشجو هستید و از این‌ها فکر کردم حوالی سی و این‌ها، ولی به‌هرصورت خیلی زیبا است که شما آمده‌اید انگلیس و الآن می‌روید به دنیایی که با خداوند یکی می‌شوید دیگر احساس تنهایی نمی‌کنید، پس حالا شما مثل این‌که خیلی بیت‌ها را حفظ هستید. آن چند بیت هم بخوانید دیگر، «تو به هر صورت که آبی بیستی»، «که منم این»، این را هم حفظ هستید؟

**خانم بهناز:** نه متأسفانه این یکی را بلد نیستم.

**آقای شهبازی:**

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

**خانم بهناز:** آن نیستی، بله.

یک زمان تنها بمانی تو ز خلق  
در غم و اندیشه مانی تا به حلق  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۸۰۵)

**آقای شهبازی:** بعد، بیت بعدی.

**خانم بهناز:** اولش را بخوانید [خنده خانم بهناز].

**آقای شهبازی:** که می‌گوید تو «آن اَوْحَدی».

**خانم بهناز:**

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

**آقای شهبازی:** «این تو کی باشی؟» یعنی این توصیف من ذهنی، تو نیستی، تو آن یکتایی هستی، آن یکتا هستی، «آوحدی» که مست خودت هستی، الآن هم شما مست خودتان هستید، «که خوش و زیبا و سرمست خودی» یا «سرمست خودی»، که انسان هم خوش است، حالش خوب است، هم زیبا است، ظاهر و باطنش زیبا است، هم سرمست خودش هست، احتیاجی ندارد که آدم با یکی دیگر باشد. اتفاقاً این سرمست خود بودن است که سبب می‌شود که انسان رابطه‌ی درستی برقرار کند با همسرش، با بچه‌اش، شما باید اول سرمست خودتان باشید تا بتوانید به دیگران چیزی بدهید یا یک رابطه‌ی همسری، دوستی، چه می‌دانم بچه و مادری یا پدری پیدا کنید وگرنه اگر سرمست خودت نباشی دائماً گدا هستی که از این و آن می‌خواهی خوشی طلب کنی، برای این‌که ما می‌بینیم، ما از همدیگر دائماً چیزی می‌خواهیم.

**خانم بهناز:** بله، دقیقاً.

**آقای شهبازی:** به هر کسی که می‌رسیم می‌گوییم یک چیزی به ما بده حالمان را خوب کن، بعد هم می‌گوییم حالمان را خوب نکردی، مسئول تو بودی، بد کردی حالمان را، بدبخت کردی من را، سبب شدی سرطانی بگیرم، **آقای شهبازی:** مردم می‌گویند.

**خانم بهناز:** حالا یک قدم بیشتر از این، آقای شهبازی من یک حمله‌هایی این‌جا به من دست داده، اصلاً مشکلات و تنهایی‌ها برایم، چون یک دنیای جدیدی بود برای من دیگر، به قول شما که همیشه می‌گویند از کامفورت زون (comfort zone: ناحیه امن) آمده‌ام بیرون.

**آقای شهبازی:** بله.

**خانم بهناز:** و اگر برنامه نبود یک حرکت‌هایی به من دست می‌داد، چه مسائل مالی، سختی درس و نمی‌گویم که من را زمین نزد، من را زمین زد، ولی شاید بگویم بعد از یک هفته، کمتر، چهار روز، پنج روز دوباره دستم را به زانو می‌گرفتم، می‌آمدم بالا.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم بهناز:** و من تصور می‌کنم اگر مثلاً این برنامه را نداشتم واقعاً الآن کمترین چیزی که من الآن مجبور بودم قرص‌های مثلاً اعصاب‌روان، چه می‌گویند؟ قرص‌های مثلاً ضد اضطراب و این‌ها استفاده کنم، کمترین چیزش معتاد به قرص‌های ضد اضطراب بودم.



آقای شهبازی: آفرین.

خانم بهناز: من یادم هست وقتی که اولین بار پَنیک (panic: اضطراب شدید) به من دست داد من یک سرویس راه دانشگاه که شش جلسه از هر ترم می‌توانیم برویم پیش مشاور و وقتی که من رفتم، جلسه اول خب خیلی حالم بد بود، اضطراب داشتم، جلسه دوم به او گفتم که من یک چیز عرفانی هست که همین اشعار مولانا را می‌خواند و به من کمک می‌کند، یعنی آرام‌آرام یک کم برایش توضیح دادم و خب آن موقع شروع کرده بودم بیت‌ها را تکرار می‌کردم، جلسه چهارم خانم مشاور برگشت به من گفت که به نظرم هر چیزی که از آن کمک گرفتی، واقعاً به تو کمک کرده بر اضطرابت غلبه کرده و تو دیگر لازم نیست بیایی.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم بهناز: دو جلسه دیگر را دوست داری می‌توانی بیایی، داری، ولی دیگر لازم نیست لزومی نداره.

آقای شهبازی: آفرین، بله می‌بینید؟ آفرین، آفرین! ان‌شاءالله که مردم بشنوند [خنده آقای شهبازی]. ممنونم از شما.

خانم بهناز: سلامت باشید، خواهش می‌کنم، ممنون از شما، ان‌شاءالله که عالی باشید.

آقای شهبازی: عالی بود!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم بهناز]



۱۴- خانم پروین از استان مرکزی (ادامه ۱۱)

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم پروین]

[ادامه متن خانم پروین]

**آقای شهبازی:** پیغامتان خیلی عالی است از آنجایی که مانده بخوانید، ولی حالا اگر... می‌ترسم باز هم قطع بشود. حالا فعلاً از آنجایی که مانده بخوانید. می‌دانید از کجا مانده؟

**خانم پروین:** بله از آن چند بیت شعری که خواندم مانده.

مولانا عمر انسانی را که دائماً در حال تخریب مسئله‌سازی و دشمن‌سازی و لطمه زدن به خود و دیگران است، نکوهش می‌کند و می‌گوید آخر این چنین عمری، به چه درد می‌خورد؟ از خودمان بپرسیم، اگر لحظه‌های زندگی ما به غیبت و عیب‌جویی و قضاوت و ستیزه و مقاومت می‌گذرد و ذره‌ای از حضور و زنده شدن به زندگی در آن نیست، واقعاً این چنین عمری به چه دردمان می‌خورد؟

زندگی که فقط به خوردن و خفتن و شهوت‌رانی و ایجاد درد طی شود و ذره‌ای رشد و شکوفایی معنوی در آن نباشد، طلب عمر دراز برایش بیشتر نفرین است تا دعا. اگر ما راه می‌رویم و مانند عقرب به هر کس که می‌رسیم، با زبان خود به او نیش می‌زنیم، مردم را به واکنش وادار می‌کنیم، درد را در آن‌ها به ارتعاش درمی‌آوریم، با رفتارمان آن‌ها را به من‌ذهنی بیشتر تشویق می‌کنیم، پس مرگ برای ما بهتر از چنین زندگی و چنین عمری است.

مولانا می‌خواهد ما از خودمان بپرسیم من چه اثر سازنده‌ای در جهان دارم؟ نقش من در خراب کردن و درست کردن زندگی شخصی‌ام، زندگی خانوادگی‌ام، زندگی اجتماعی‌ام چیست؟ آیا من فقط به‌عنوان یک مصرف‌کننده، فقط مشغول خوردن و خفتن و همانیده شدن با چیزهای آفل و تنبلی و کاهلی و عدم رعایت قانون جبران همه‌جانبه هستیم؟

مولانا در ادامه داستان عجزه، وضعیت یک من‌ذهنی پُردرد و مصرف‌گرا را که هیچ اثر سازنده‌ای در جهان ندارد و ذره‌ای در معنویت و آگاهی رشد نکرده، با قصه کوتاه و تکان‌دهنده‌ای به تصویر می‌کشد.

قصه درویشی که برای درخواست کمک به در خانه‌ای می‌آید که صاحب آن بخیل و تنگ‌نظر است و درویش هرچه از او تقاضا می‌کند، صاحب خانه نه تنها چیزی به او نمی‌دهد بلکه او را به تمسخر می‌گیرد و می‌گوید مگر



این‌جا ناوایی است که به تو نان دهم؟ یا آب‌شخور است که به تو آب دهم؟ و درویش که می‌بیند حریف این انسان بخیل نمی‌شود، پس دامنش را واپس می‌زند و می‌گوید، چنین خانه‌ای جای زیستن نیست بلکه جای ریستن است. مولانا با این قصه کوتاه و بیدارکننده می‌خواهد به ما بگوید این ویرانه‌ای که تو به نام من‌ذهنی ساخته‌ای و دائماً در حال ترمیم و مرمت آن هستی و هیچ بازده و نتیجه‌ای جز تخریب و ویرانی در جهان ندارد، فقط به درد ریستن می‌خورد.

و در ادامه مولانا با این بیت طلایی که به قول آقای پویا باید هر لحظه با خود تکرار کنیم، به ما نهیب می‌زند:

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

واقعاً در چه کاری هستی تو ای انسان و چرا باید طالب تو باشند؟ مولانا می‌گوید اما با تمام این اوصاف که هیچ‌کس خریدار چنین کالای کهنه‌ای نیست، خداوند مشتری و خریدار این ویرانه توست و هیچ قلبی پیش او مردود نمی‌شود چون قصد او از این معامله سود کردن نیست. پس بهتر است که از این سبک زندگی مخرب...

[قطع تماس تلفنی، ادامه متن توسط خانم پروین ارسال شده است.]

بالا بیایی و در فضای گشوده، ساکن شوی.

**زین دکان با مکاسان برتر آ  
تا دکان فضل، کاله اشتری**  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۶۵)

مکاس: چانه زدن در تقلیل بهای چیزی، مکاس: باج‌گیر

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



## هیچ قلبی پیش او مردود نیست زآنکه قصدش از خریدن سود نیست

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۶۷)

خلاقیت: کهنگی و فرسودگی

در ادامه مولانا دوباره به داستان عجوزه برمی‌گردد که برای زیبا کردن خود، تذهیب‌های قرآن را با تف به صورتش می‌چسباند، تا چین و چروک‌ها و زشتی صورتش را پنهان کند، ولی این تذهیب‌ها فرومی‌افتادند و پیرزن را عصبانی می‌کردند.

و این نماد این است که انسان‌ها درون تیره و تاریک و زشت و پر از درد خودشان را می‌خواهند با توسل به آیات قرآن و سخن بزرگان پنهان کنند و خودشان را در نزد مردم عالم و خردمند و معنوی نشان دهند، تا مورد قبول مردم واقع شوند، ولی چون هیچ درک عمیقی از آیات قرآن و سخن بزرگان ندارند، بنابراین با بیان سطحی این مفاهیم هم، قادر نیستند که معایب من‌ذهنی را پنهان نگه دارند و خیلی زود این نقاب‌ها فرومی‌ریزند و زشتی درون هر من‌ذهنی بر همگان آشکار می‌شود.

## چند دزدی عشر از علم کتاب تا شود رویت ملّون همچو سیب؟

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۸۱)

## چند دزدی حرف مردان خدا تا فروشی و ستانی مَرَحَبَا؟

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۸۲)

ملّون: رنگارنگ

## عاقبت چون چادر مرگت رسد از رُخت این عشرها اندر فتد

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۸۴)



مولانا می‌گوید تا کی می‌خواهی با بَرک کردن من‌ذهنی و اضافه کردن همانندگی‌ها و یاد گرفتن حرف بزرگان، چهره زشت من‌ذهنی‌ات را آراسته کنی؟ وقتی که زمان مرگت فرا برسد، همه این‌ها موقع مرگ از تو می‌افتد و متوجه می‌شوی که تمام زحمات برای حفظ و برتر آمدن این من‌ذهنی، بیهوده بوده، پس به‌جای این کارها، بیا فضا را باز کن و سینه‌ات را صیقلی کن، تا دوباره عجزه درونت در اثر عنایت و دعای یوسف، جوان شود و به حضور زنده شوی .

## صیقلی کن یک دو روزی سینه را دفتر خودساز آن آینه را

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۸۷)

## که ز سایه یوسف صاحب‌قران شد زلیخای عجز از سر جوان

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۸۸)

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



۱۵- خانم‌ها زرین و تیارا و یکتا از زرین‌شهر اصفهان با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم زرین]

خانم زرین:

ماه نادیده نشان‌ها می‌دهد  
روستایی را بدان کژ می‌نهد  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۴۵۹)

وقتی ما در ذهن هستیم و مشغول کارهای من‌ذهنی هستیم چیزی از زندگی نمی‌دانیم و فقط با یک اصولی زندگی ظاهری می‌کنیم و نمی‌دانیم که آمدن ما برای چه بوده و ما می‌دانیم که هر چقدر بخواهیم با ذهن خدا را توصیف کنیم بیشتر گول من‌ذهنی را می‌خوریم، زیرا که خداوند قابل توصیف نیست و بی‌نهایت را نمی‌توان بر زبان آورد.

عاقبت بینی مکن، تا عاقبت بینی شوی  
تا چو شیر حق باشی، در شجاعت لافتی  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۵)

لافتی: جوانی نیست.

هرچه که در گذشته اتفاق افتاده‌است را باید از ذهن دور کنیم و آینده‌ای که خبر نداریم را بگذاریم دست زندگی و در حال زندگی کنیم.

زندگی کردن در حال باعث می‌شود که ما عاقبت خوبی داشته باشیم زیرا که خاطرات و نگرانی‌ها هستند که من‌ذهنی را بزرگ و بزرگ‌تر می‌کند و هر اتفاقی که در این لحظه افتاد فضا را باز کنیم و از اتفاق عبور کنیم.

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





اگر ما فضا را باز کنیم و در حال زندگی کنیم این من‌ذهنی شروع می‌کند به مردن و تمام تلاشش را می‌کند که در ما زنده بماند. اما ما همه‌ی فریب‌های من‌ذهنی را تجربه کرده‌ایم و می‌دانیم که این همه خوشی‌هایی که از طرف آن است تاریخ انقضا دارد و به‌زودی باعث درد ما می‌شود.

اگر بتوانیم فضا را باز کنیم و من‌ذهنی را بکشیم، تن ما پُر از نور می‌شود و دیگر اتفاقات زندگی برایمان آن‌قدر شیرین می‌شود که نیاز به رفتن در ذهن نداریم و درس آن اتفاقات را می‌گیریم.

تمام شد استاد ممنونم.

**آقای شهبازی:** خیلی زیبا، خیلی زیبا! راجع به «عاقبت‌بینی» صحبت کردید، این شعرهای عاقبت‌بینی را که اخیراً خواندیم یادتان هست؟

**خانم زرین:** نه متأسفانه استاد.

**آقای شهبازی:** با «حَبِّدَا» شروع می‌شود.

## حَبِّدَا دو چشم پایان‌بین راد که نگه دارند تن را از فساد

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۵۷)

حَبِّدَا: خوشا

راد: حکیم، فرزانه، جوانمرد

یادتان هست؟ آمد؟

**خانم زرین:** حفظشان نکردم، اما تکرارشان می‌کنم. کلماتشان را داخلشان یادم هست.

**آقای شهبازی:**

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

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۵۸)



«دید عرش و کرسی و جنات را»، چیزی یادتان آمد؟

## دید عرش و کرسی و جنات را تا درید او پرده غفلات را

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۵۹)

مخصوصاً این بیت را خیلی خواندیم:

## گر همی خواهی سلامت از ضرر چشم ز اول بند و پایان را نگر

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۶۰)

بله.

## گر همی خواهی سلامت از ضرر چشم ز اول بند و پایان را نگر

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۶۰)

بله، خیلی خوب. خیلی ممنون پیغامتان عالی بود خانم. شما این شعرها را هم سعی می‌کنید حفظ کنید دیگر نه؟

**خانم زرین:** بله استاد، همه را روی دیوار آشپزخانه نصب کردم، هر صبح که می‌شود با تکرار ابیات دیگر روزم را شروع می‌کنم.

**آقای شهبازی:** خوب این چهار بیت را هم اضافه کنید.

**خانم زرین:** چشم.

**آقای شهبازی:** «حَبِّدَا دو چشمِ پایان‌بینِ راد». بله در این‌جا هم پایان‌بینی هست هم ضرری که پایان ندیدن و در

ذهن بودن را مولانا توضیح می‌دهد و همین‌طور حضرت رسول را هم مثال می‌زند:

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

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۵۸)



«موبه‌مو» یعنی هر همانندگی یکی یکی اجزای دوزخ‌اند. می‌گوید این را چه کسی دیده؟ در همین دنیا می‌گوید حضرت رسول. وقتی این پرده جهل و غفلات را درید، او «عرش و کرسی و جنات را» دید. پس وقتی فضا را باز می‌کنیم این پرده من‌ذهنی دریده می‌شود، یک دفعه متوجه می‌شویم که عرش چیست، بهشت چیست و آن کرسی‌ای که یک کسی نشسته روی آن فرمان‌روایی می‌کند یعنی خداوند، این چه کسی است، باید به او زنده بشویم. و می‌گوید اگر این کار را نکنی، پایان‌بینی نکنی، پایان ما همین حضور است، زنده شدن به زندگی است.

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

بله این چهار بیت خیلی به پایان‌بینی مربوط است. خب کس دیگری می‌خواهد صحبت کند؟

**خانم زرین:** استاد یک مطلبی هم می‌خواستیم بگویم که استاد در مورد همین رعایت قانون جبران که شما فرمودید. آن اوایل که ما شروع کردیم برنامه را نگاه کردیم استاد، شاید من خیلی مثلاً فرار می‌کردم از زیر دیدن برنامه یا مثلاً این‌که روی خودم کار کنم و این‌ها ولی این رعایت قانون جبران مادی را پرداخت می‌کردم. حالا به هر نحوی بود، نمی‌دانم چه کششی بود که این را پرداخت می‌کردم. بعد همین رعایت قانون جبران مادی من را به طرف برنامه می‌کشاند.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم زرین:** مثلاً روزهای چهارشنبه که می‌شد من نه گوش‌ام را روی زنگ می‌گذاشتم، نه ساعتی روی زنگ می‌گذاشتم که بیدار بشوم. خودبه‌خود همان صبح زود بیدارم می‌کرد که بشینم پای برنامه.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم زرین:** یا روزهایی ناخودآگاه می‌نشستم متن می‌نوشتم. بعد این‌جا بود که می‌فهمیدم که واقعاً تا چیزی ندهی چیزی نمی‌توانی دریافت کنی، باید حتماً یک چیزی را پرداخت کنی. همین‌جور که جناب مولانا دیدیم که چند بار در برنامه‌هایتان می‌گفتید:



سَر نَنهَد چَرخُ تو را، تا که تو بی‌سَر نشوی  
کَس نَخَرَد نَقْدِ تو را، تا سویِ میزانِ نَبَری

تا نشوی مَسْت خدا، غم نشود از تو جُدا  
تا صِفَتِ گُرگِ دَری، یوسُفِ کَنعانِ نَبَری

خیره مَیا، خیره مَرو، جانبِ بازارِ جهان  
زانکه دَرین بَیْع و شَری، این نَدهی، آن نَبَری  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۴۵۵)

میزان: ترازو، مقیاس، معیار  
بَیْع و شَری: خرید و فروش، معامله

آقای شهبازی: آفرین!

خانم زرین: و این‌جا بود که واقعاً مفهوم و درک این ابیات برای من خیلی روشن شد. یعنی بعد متوجه شدم که این یعنی رعایت قانون جبران.

آقای شهبازی: بله بله بله. ما خیلی گفتیم قبلاً، الآن زیاد من، خوشحالم که شما این چیزها را پیش می‌آورید. این هم شما پیش نمی‌آورید‌ها! به‌نظرم زندگی، خداوند یک‌جوری در ذهن شما می‌گذارد که این چیزها را بگویید، بگویید که مردم متوجه بشوند.

یکی از راه‌های فریبِ من‌ذهنی که هر انسانی را می‌تواند گول بزند همین عدم رعایت قانون جبران مادی است. و بهانه‌اش هم این است که بابا این‌که دیگر مادیات است که دیگر، کسی که معنویات درس می‌دهد که دیگر پول نمی‌خواهد که. اصلاً نباید صحبت پول بیاوری! نه، نه این حرف را ننزید. این حرف را ننزید اصلاً این حرف شیطان است و شما قانون جبران مادی را رعایت کنید.

و این را هم بگویم، یک عده‌ای دوباره یک‌جور دیگر سر خودشان کلاه می‌گذارند و آن این است که قانون جبران مادی را به‌طور کامل مطابق ظرفیت خودشان اجرا نمی‌کنند.



مثلاً اجرای قانون جبران در خارج از ایران صد دلار در ماه است. هر کسی باید صد دلار بدهد، اگر می‌خواهد رعایت کند. نه ده دلار، نه پنج دلار، نه نه دلار. توجه می‌کنید؟ حالا، یک کسی وضعش هم خوب است، ماهی سی دلار می‌دهد، دارد سر خودش کلاه می‌گذارد.

می‌گویم، این‌ها را من می‌گویم برای این‌که به من نمی‌گویید. معمولاً شما به حسابی می‌دهید که یا خرج تلویزیون می‌شود یا می‌رود به نان‌پرافیت ما (nonprofit) یعنی شرکت غیر انتفاعی ما که اصلاً به جیب من نمی‌تواند بیاید، به جیب کس دیگری هم نمی‌تواند برود، کسی نمی‌تواند دست بزند. ما حساب کتاب باید پس بدهیم، این چیزها وجود دارد.

ولی با وصف این مردم میل می‌کنند می‌گویند چه فرقی می‌کند آقا یک نفر؟! این‌که دیگر پخش می‌شود دیگر، یک تلویزیون است پخش می‌شود من هم دارم نگاه می‌کنم، نگاه نکنم یا بکنم فرق می‌کند؟! بله فرق می‌کند. شما خودت را باید به حساب بیاوری. تا زمانی که شما خودتان را به حساب نیاوردید، زندگی، خداوند شما را به حساب نمی‌آورد.

هرچه هست ما هستیم. شما آستین می‌زنید بالا می‌گویید من می‌خواهم کمک بکنم. من هم هستم. من هم جزو ابواب جمعی خداوند هستم می‌خواهم یک کاری بکنم. نه این‌که فقط بگیرم، بگیرم، بگیرم، بگیرم، هیچ چیز ندهم.

شما قانون جبران مادی را اول رعایت کنید. بعد خواهید دید که معنوی خودش رعایت می‌شود. من این‌جا چکار دارم می‌کنم؟ من خودم دارم قانون جبران را رعایت می‌کنم. اصلاً من نه، همه دارند قانون جبران را یک‌جوری رعایت می‌کنند.

شما خواهید دید که هر کاری می‌کنید دارید قانون جبران را رعایت می‌کنید و اگر رعایت می‌کنید، نتیجه هم می‌گیرید، اگر نمی‌کنید زیرش می‌زنید شکست می‌خورید. من مطمئن هستم، دیگر من خیلی محافظه‌کارانه می‌گویم نود درصد شکست ما در زندگی از قانون جبران است. یا یک چیزی گرفتیم پس ندادیم عوض آن را یا کم پس دادیم، در نتیجه مردم به ما اعتماد نمی‌کنند.

شما این کار را به کسی می‌دهید که می‌رود کاملاً انجام می‌دهد، یک چیزی هم اضافه انجام می‌دهد می‌آورد به شما می‌دهد. بعد دنبال او راه می‌افتید می‌دوید آقا کجا دارید می‌روید؟ خانم کجا دارید می‌روید؟ بیایید دوباره کار بدهم. اگر کار دارید.



ولی وقتی یک نفر ده درصد کار را انجام می‌دهد و می‌خواهد پول صد درصد آن را بگیرد، شما می‌گویید یک بار معامله کردیم دیگر چشم حالا لازم شد به شما تلفن می‌زنیم. فرار می‌کنید.

شکست ما به خاطر قانون جبران است. در تمام زمینه‌ها. در زندگی مادی بیرونی، کارمان، در زندگی زناشویی، در زندگی زناشویی می‌بینید یکی از طرفین دارد شب و روز کار می‌کند، آن یکی نشسته آن‌جا می‌گوید به من باید خدمت کنی. خب این سر نمی‌رود.

یا مثلاً گران‌فروشی می‌کند می‌گوید همین‌که من مثلاً همسر تو شدم دیگر برو کلاهت را ببنداز بالا، تا عمر داری باید نوکر من باشی. من، من به این عظمت همسر تو هستم با تو زندگی می‌کنم اصلاً تو چه کسی هستی؟ خب تو باید نوکر من باشی دیگر. این قانون جبران نیست. باید هرچه در توان داری، بگذاری آن وسط تا زندگی، زندگی بشود، عقب نکشی.

ببخشید، آن‌جا هستید شما؟

خانم زرین: بله استاد. ممنونم.

آقای شهبازی: معذرت می‌خواهم وسط صحبت شما ما صحبت کردیم.

خانم زرین: نه استاد استفاده کردیم، ممنونم.

آقای شهبازی: شما بهانه دست من می‌دهید بعضی موقع‌ها من صحبت کنم. بفرمایید.

خانم زرین: ممنونم استاد. با اجازه‌تان.

آقای شهبازی: چیز دیگری می‌خواهید بگویید یا که؟

خانم زرین: نه استاد چیزی نیست، با اجازه‌تان گوشی را می‌دهم به تیارا.

آقای شهبازی: بله لطف می‌کنید.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم زرین]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم تیارا]



خانم تیارا:

## ساعتی گرگی در آید در بشر ساعتی یوسف‌رخ‌ی همچون قمر (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۴۲۰)

یعنی این لحظه من‌ذهنی پُر از درد می‌شویم، به‌صورت گرگ درنده بلند می‌شویم. مگر این لحظه قیامت نیست؟ خب زنده می‌شویم به یک گرگ، اما لحظه بعد اگر فضا را باز کنیم، یوسف‌رخ یعنی حضور خودش را به‌صورت ماه شب چهارده نشان می‌دهد. این حالت ما که الان هیچ خبری از ماه نیست، اگر تسلیم بشویم و مقاومت نکنیم، زندگی خودش ما را راهنمایی می‌کند، با قانون «قضا» پس از مدتی کوتاه ماه شب چهاردهم می‌شویم.

## می‌رود از سینه‌ها در سینه‌ها از ره پنهان، صلاح و کینه‌ها (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۴۲۱)

اگر ما به زندگی زنده شده باشیم، این لحظه قیامت ماست، به یوسف‌رخ زنده شده باشیم، از سینه ما به‌صورت ارتعاش می‌رود به سینه همه. اگر از جنس درد باشیم و به‌صورت گرگ بلند شده باشیم، باز هم از طریق ارتعاش می‌رود به مرکز انسان‌های دیگر. پس بنابراین روی همدیگر اثر می‌گذاریم.

استاد تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین.

خانم تیارا: ممنون استاد.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، ممنونم. خواهرتان هم می‌خواهند صحبت کنند؟

خانم تیارا: بله استاد با اجازه‌تان.

آقای شهبازی: لطف کنید. بله.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم تیارا]



[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم یکتا]

خانم یکتا: یکتا هشتم هشت‌ساله.

آقای شهبازی: واقعاً هم که یکتا هستید. آفرین! بفرمایید.

خانم یکتا: می‌خواهم یک شعر بخوانم.

آقای شهبازی: بله بله بفرمایید.

خانم یکتا:

آب حیاتِ عشق را در رگ ما روانه کن  
آینه صُبوح را ترجمه شبانه کن

ای پدرِ نشاطِ نو بر رگِ جان ما برو  
جامِ فلک‌نمای شو وز دو جهان کرانه کن

ای خردم شکار تو تیر زدن شعار تو  
شست دلم به دست کن جان مرا نشانه کن

گر عسسِ خرد تو را منع کند ازین روش  
حیله کن و ازو بجه دفع دهش بهانه کن

در مثل است کاشقران دور بوند از کرم  
ز اشقر می کرم نگر با همگان فسانه کن

ای که ز لعب اختران مات و پیاده گشته‌یی  
اسپ‌گزین فروز رخ جانب شه دوانه کن





خیز کلاه کز بنه وز همه دامها بجه  
بر رخ روح بوسه ده زلف نشاط شانه کن

خیز بر آسمان برآ با ملکان شو آشنا  
مقعد صدق اندرآ خدمت آن ستانه کن

چون که خیال خوب او خانه گرفت در دلت  
چون تو خیال گشته‌یی در دل و عقل خانه کن

هست دو طشت در یکی آتش و آن دگر زر  
آتش اختیار کن دست در آن میانه کن  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۸۲۱)

استاد تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین!

خانم یکتا: خیلی ممنون.

آقای شهبازی: چقدر خوب خواندید. آفرین، آفرین! چه شعری هم خواندید!

[ خداحافظی آقای شهبازی و خانم یکتا ]

۱۶- خانم‌ها سارا و سوده و مادرشان از آلمان با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی خانم سارا و آقای شهبازی]

**خانم سارا:** با اجازه‌تان، این پیغام راستش خیلی فرصت نداشتم که روی آن کار کنم، در واقع در رابطه با غزل این هفته است که خیلی واقعاً شگفت‌انگیز بود و از یک لحاظ‌هایی من را خیلی تکان داد و حالا ان‌شاءالله که قابل درک باشد. عنوانش هست:

امتزاجِ روح‌ها

امتزاج یعنی آمیختگی. مولانا غزلی گفته درباره‌ی آمیخته شدن، یکی شدنِ روح‌های انسانی با هم. ما انسان‌ها چطور می‌توانیم با هم یکی شویم؟ چطور می‌توانیم حقیقتاً یکی بودن، عشق به هم و صلح و شادی را تجربه کنیم؟ این سؤال برای انسان بسیار مهم است. در سال ۱۹۴۵ میلادی بعد از پایان جنگ جهانی دوم، بعد از این‌که بیشتر از پنجاه میلیون انسان در این جنگ کشته شده بودند، بشریت دور هم جمع شدند و «سازمان ملل متحد» را به وجود آوردند. نماینده‌های ملت‌های جهان یک توافق‌نامه‌ای را امضا کردند برای جلوگیری از جنگ و حفاظت کردن از صلح بین ملت‌ها.

بخشی از جمله اول منشور «سازمان ملل متحد» را با ترجمه فارسی می‌خوانم:

«ما مردمِ ملل متحد تصمیم قاطعانه گرفته‌ایم: که نسل‌های آینده را از شلاقِ جنگ حفظ کنیم، از آن شلاقی که دو بار در طولِ عمرِ ما برای بشریت دردِ غیرقابلِ بیانی به بار آورد...»

در ادامه این منشور از صبر گفته می‌شود و تصمیم‌گیری برای همسایگی خوب و ایجاد روش‌هایی برای حفظ صلح جهانی، همچنین روی اصل احترام متقابل و برابریِ ملت‌ها چه کوچک و بزرگ تأکید می‌شود.

متن این منشور، به‌خصوص جمله‌های اول آن بسیار زیبا است و به‌نظر می‌رسد در آن جمله‌ها یک آگاهی و نوری است که در انسان از شدت درد روشن شده است. مثل این‌که انسان‌ها بعد از جنگ جهانی دوم گواهی داده‌اند که این جنگ خیلی درد داشت، دیگر نمی‌خواهیم چنین کاری کنیم، می‌خواهیم هر طور شده جلوی این چنین دردی را بگیریم.



اما... امروز در همین اروپا دوباره یک جنگ شروع شده‌است. هزاران انسان دارند می‌میرند و میلیون‌ها دلار از سرمایه‌ملت‌ها خرج سلاح‌های جنگی می‌شود و روابط بین ملت‌ها هنوز بر پایه ترس، خشونت، ایجاد فشار و تهدید بنا شده‌است.

مولانا در غزل ۱۵۸ که در برنامه ۹۸۰ گنج حضور تفسیر شد، مثل یک آفتاب، بالا آمده و به این مشکل بزرگ بشر اشاره می‌کند. می‌گوید صلح و یکی شدن و ارتباط گرفتن انسان‌ها با هم فقط یک راه دارد و آن بالا آمدن شمس تیریزی از درون هر انسانی است. شمس تیریزی همان یک زندگی یا روح انسان است.

## امتزاز روح‌ها در وقت صلح و جنگ‌ها با کسی باید که روحش هست صافی صفا

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

می‌گوید «امتزاز» به معنی آمیختگی و یکی شدن، تنها با روح صافی صفا، یعنی روح زنده به زندگی امکان‌پذیر است.

وقتی زندگی را در خوب و بد ذهن قضاوت می‌کنیم، دچار تغییر می‌شویم و دیگر از هم جدا به نظر می‌رسیم.

مولانا در این غزل با یک نگاه شگفت‌انگیز و بیان جزئیات نشان می‌دهد که رابطه برقرار کردن ما انسان‌ها در ذهن چگونه است. می‌گوید اساس رابطه‌ای که برقرار می‌کنیم بر روی تفاوت و جدایی بنا شده است.

ما در این تفاوت‌ها دنبال برخی خصوصیت‌های ذهنی مشترک می‌گردیم و برحسب آن‌ها با هم دوست می‌شویم.

## از نظرها امتزاز و از سخن‌ها امتزاز وز حکایت امتزاز و از فکر آمیزها

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۸)



در ادامه به فعالیت‌های ما در خوابِ ذهن اشاره می‌کند: از قبیل حرف زدن، داستانِ زندگی را تعریف کردن، جوک گفتن (joke)، نظریات و عقیده‌های ذهنی را با هم تبادل کردن. ما براساس نقاط اشتراک در داستان زندگی‌مان، باورهایمان و سلیقه‌های شخصی‌مان با هم دوست می‌شویم. این نقاط اشتراک به این علت انگیزهٔ رابطهٔ ما و مهم می‌شوند چون اساسِ وجودمان را روی تفاوت بنا کرده‌ایم. در میان این دریای تفاوت‌ها وقتی مثل یک جزیره، یک نقطهٔ اشتراک پیدا می‌کنیم، می‌رویم آن‌جا و با آن شخص دوست می‌شویم.

در بیت دیگری به آداب و رسوم شرطی‌شده و ظاهری اشاره می‌کند: می‌گوید دست دادن، بوسیدن، بغل کردن، رکوع کردن، خلاصه یک سری کارها را انجام دادن را نشانهٔ عشق و رابطه می‌دانید. مثلاً گلی خریدن، کادو خریدن، از قیافهٔ دیگری تعریف کردن، تاریخ تولد کسی را به یاد داشتن، برحسب چنین اعمالی ما تعیین می‌کنیم که رابطه‌مان چه کیفیتی دارد.

## همچنان که امتزاز ظاهر است اندر رکوع وز تصافح وز عناق و قبله و مدح و دعا (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۸)

تصافح: دست دادن  
عناق: در آغوش کشیدن  
قبله: روبوسی

در یکی از ابیات این غزل مولانا اصطلاح میل و نیم‌میل را بکار می‌برد که بسیار بیدارکننده است. ما انسان‌ها گاهی آن میلِ شرطی‌شده را هم به کسی که با او در ارتباط هستیم نداریم، اما با یک استدلال ذهنی و این فکر که فعلاً امکان بهتری ندارم، به سمت رابطه با انسان دیگری می‌رویم. مثلاً می‌گوییم این مرد اُکی (ok) است، خیلی هم عالی نیست، ولی خب با توجه به امکانات من و این‌که فعلاً کس بهتری در دسترس نیست خوب است.

## بر تفاوت این تمازج‌ها ز میل و نیم‌میل وز سرِ کره و گراهِت، وز پی ترس و حیا (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۸)



در نهایت مولانا به ما می‌گوید که مشکلمان چیست. چرا نمی‌توانیم با عشق و شوق و دوستی کنار هم زندگی کنیم؟ چرا نمی‌توانیم از همسایگی هم، از تفاوت‌های ظاهری انسان‌ها لذت ببریم. چرا زن و شوهرها یکی بودن با هم و عشق پایدار را تجربه نمی‌کنند؟ چرا این «سازمان ملل متحد» با این همه آگاهی، دانش، تاریخ، تکنولوژی و امکانات مادی عظیم نمی‌تواند آن صلح پایدار بین ملت‌ها را ایجاد کند، با این‌که همه آن را می‌خواهند. این اسم یعنی «سازمان ملل متحد» یا به انگلیسی «The United Nations»، بسیار زیبا است، اما چرا نمی‌تواند به مقصودش برسد؟

مولانا می‌گوید برای این‌که انسان خودش را در یک خیال بی‌وفا زندانی کرده است. انسان خودش را یک تصویر ذهنی متفاوت از بقیه می‌داند و در جستجوی نقاط اشتراک برمی‌آید. مولانا می‌گوید بی‌وفایی با خودت را تمام کن. تو خورشید زندگی هستی، تو اشتراک مطلق هستی، این را ببین و اجازه بده زندگی از درونت بالا بیاید و آن یک زندگی به جهان نگاه کند.

این همه بازیچه گردد، چون رسیدی در کسی  
کش سما سجده‌اش برد، و آن عرش گوید مَرَحَبَا

آن خداوند لطیف بنده پرور، شمس دین  
کاو رهاند مر شما را زین خیال بی‌وفا  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۸)

تا زمانی‌که انسان حقیقت وجودی خودش را که یک زندگی واحد در همه انسان‌ها است، شناسایی نکرده، نمی‌تواند از زندان جدایی آزاد شود.

تا نیاید ظلّ میمون خداوندی او  
هیچ بندی از تو نگشاید، یقین می‌دان دلا  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۸)

و آقای شهبازی من این غزل را که خواندم واقعاً با خودم گفتم این دنیا را که نگاه می‌کنیم می‌بینیم که این انسان، یعنی آن چیزی که اکثریت ما الآن هستیم در ذهن، عجب باشنده خطرناکی است! یعنی واقعاً یک موجودی است که دارد همه‌چیز را خراب می‌کند. یعنی ما، فکرش را بکنید ما به حیوانات چه خدمتی می‌کنیم؟ به طبیعت چه



خدمتی می‌کنیم؟ خدمت که نمی‌کنیم هیچ، از لحاظ علمی دیگر همه باید، این را اقرار کردند همه‌جای دنیا که انسان دارد خراب می‌کند و دارد بزرگ‌ترین سرمایه‌های مادی خودش را خرج این می‌کند که سلاح‌های جنگی بسازد. برای این‌که بتوانند همدیگر را بکشند.

یعنی اصلاً خیلی این مهم است که آدم برایش روشن بشود که این چیزی که عادی است، اصلاً عادی نیست! تجربه‌ی خیلی عجیبی است و این‌که انسان یک باشنده‌ی بسیار خطرناک و عجیب و غریبی است در این من‌ذهنی، و شما چقدر زیبا فرمودید در برنامه که این مسائل پیچیده‌ای که سر آن جنگ می‌شود را اگر بدهند دست دوتا مادر که به عشق زنده هستند، این‌ها می‌توانند این را حل کنند، و ما چقدر باید خدا را شکر کنیم و از شما ممنون باشیم که با این آگاهی آشنا شدیم.

خیلی ممنون، همین بود.

**آقای شهبازی:** سارا خانم چقدر عالی! چقدر خردمندانه! آفرین! صد آفرین به شما واقعاً که پیغام عالی بود! ان‌شاءالله که مردم بشنوند.

**خانم سارا:** لطف شماست آقای شهبازی، هم‌هاش از، واقعاً لطف شماست. یعنی آن شمس تبریزی برای ما خوب شما هستید دیگر.

**آقای شهبازی:** شما لطف دارید.

**خانم سارا:** بدون شما هیچ معنی پیدا نمی‌کرد این ابیات برای ما. آقای شهبازی من خواهرم پیش من هست، می‌توانند ایشان هم صحبت کنند؟

**آقای شهبازی:** بله، بله، ولی به اندازه‌ی کافی فکر کنم تشکر نکردیم از شما [خنده آقای شهبازی]، سارا خانم واقعاً این نبوغ و دقت و کلام شما با وجود این‌که شما در آلمان بزرگ شدید و فارسی را به این راحتی، چقدر هم دقیق صحبت می‌کنید، آفرین! من پیشنهاد می‌کنم شما هر هفته بیایید یک پیغامی به ما بدهید، بگذارید،

**خانم سارا:** چشم.

**آقای شهبازی:** جلوی خودتان را نگیرید، خودتان را بیان کنید واقعاً، خیلی خوب بیان کردید، خیلی خوب! این غزل را، و منظور مولانا را، اشاراتی که به بیت‌ها کردید، اشاراتی که به انسان کردید، به وضع دنیا کردید، به



وضع شخصی انسان‌ها کردید، این‌که انسان موجود خطرناکی شده، این‌که، درست است که قرن عوض شد، ما الان ۲۳ سال است رفتیم به یک قرن دیگر.

وقتی قرن عوض شد ما به اندازه کافی بررسی نکردیم که چالش‌ها و مسائلی که در قرن گذشته ایجاد کردیم چه چیزهایی بودند و ما چرا این قدر خرابکاری کردیم در این قرن! چکار می‌خواهیم بکنیم؟ حداقل در آخر قرن این بررسی را می‌کردیم.

درست همان کارهایی را می‌کنیم که قبلاً می‌کردیم! همان انسان خطرناک! همان انسان من‌ذهنی که به‌جز درد و به‌جز خرابکاری نداریم. درکل همه‌مان یک‌دانه سیاره داریم به‌نام زمین که مثل جواهر است، از نظر آب و هوا، از نظر امکانات، داریم این را خراب می‌کنیم! آخر من نمی‌دانم نسل‌های آینده به ما چه خواهند گفت؟

سر پول، آخر یک نفر چقدر پول خرج می‌کند! آن‌هم آدم‌هایی که فرض کن هفتادساله است، هفتاد و پنج‌ساله است، شما قدرت و نمی‌دانم پول را می‌خواهی چکار کنی؟ شما روزی پنج دلار هم نمی‌توانی بخوری! چرا این قدر حرص می‌زنی سر قدرت و من باید این‌طوری بگویم و من آن‌طوری بگویم، حرف من باید باشد! برای چه باید حرف شما باشد؟! اصلاً من چه کسی هستم! ما بررسی نکردیم، درست می‌گویید شما. قرن جدید شروع شد. ما، بله دوتا جنگ را که بیشتر از صد میلیون نفر مردند و چقدر بی‌خانمان شدند.

درست الان هم داریم همین کار را می‌کنیم! تنبیه می‌کند زندگی ما را، یک‌دفعه کووید (ویروس کرونا) آمد یک ضربه‌ای به ما زد زندگی، گفت که ببین هستم، ها! این‌جا، شما اصلاً منظور آمدنتان را گم کردید. دارید، به‌جان هم افتادید، یک بلایی آمد که همه ما را، همه نشستند در خانه، این‌همه آدم مردند. ما درست نمی‌شویم دیگر! ما نمی‌دانم چه‌تانتان است، الان مولانا در این غزل می‌گوید چه‌تانتان است دیگر.

من امیدوارم بخوانند، غزل ۱۵۸ از دیوان شمس مولانا، ای مردم بنشینید این غزل را بخوانید، حرف‌های این سارا خانم هم، چقدر عالی گفتید! گوش بدهید، همین پیغام سارا خانم را گوش کنید، پنج دقیقه بیشتر نبود راجع به این غزل، صحبت‌های من هم گوش کنید، غزل هم پانصد دفعه بخوانید، بگذارید مثل تابلو روشن بشود، ببینید آیا این غزل شما را چه‌جوری نشان می‌دهد، این آینه است.

خیلی ممنون سارا خانم، پس بدهید به خواهرتان.



**خانم سارا:** خواهش می‌کنم، چشم. آقای شهبازی این غزل را واقعاً شما می‌فرمایید، ولی من این غزل را اگر خودش را خوانده بودم، این نور و یعنی این آفتاب را شما می‌آورید بالا از داخل این غزل.

یعنی این برنامه ۹۸۰ بود که این معانی را توانستم من درک کنم، وگرنه امکانش نبود، یعنی اگر خودم خوانده بودم، نمی‌توانستم و واقعاً به‌خاطر همین هم این پیغام از یک گوشه خیلی کوچکی از برنامه ۹۸۰ گنج حضور است حقیقتاً، هیچ‌چیزی اگر باشد تازه آن‌هم، به‌هرحال خیلی ممنونم از لطف شما من گوشه را می‌دهم به سوده.

**آقای شهبازی:** ممنونم، خواهش می‌کنم.

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم سوده]

**آقای شهبازی:** بچه‌های گلستان خوبند؟

**خانم سوده:** بچه‌ها هم خوبند، خیلی، خیلی ممنون، متشکر. کیمیا که با شما آشناست. [خنده خانم سوده] چندتا بیت هم یاد گرفته اتفاقاً، آن هم باز خودش خیلی جالب است. به من هم با همان بیت‌ها بعضی وقت‌ها کمک می‌کند.

**آقای شهبازی:** رابطه ما با بچه‌های مردم که به این برنامه گوش می‌کنند، اول خیلی بد است، اولش فحش می‌دهند می‌گویند همه‌اش ما باید به این برنامه گوش کنیم، در اتومبیل این را من باید گوش کنم، خانه گوش کنم، بعد یواش‌یواش خوب می‌شوند، به هفت هشت‌سالگی می‌رسند با ما آشتی می‌کنند. بفرمایید.

**خانم سوده:** ان‌شاءالله، نه رابطه‌اش با شما خوب است. کلاً به آن فاز نرسیدیم که فازهای چیزهای [می‌خندند] شاید حالا به آن فاز هم برسیم، نمی‌دانم. به‌هرحال من پیام سارا را نشنیده بودم. الان شنیدم خیلی، خیلی واقعاً جالب بود.

**آقای شهبازی:** خیلی زیبا بود.

**خانم سوده:** و او گفت این سازمان ملل، جالب است از درد به‌وجود آمد همه این‌ها، یعنی شما خیلی وقت‌ها می‌گویید، همین برنامه هم ما خیلی وقت‌ها با درد است که می‌آید می‌نشانند ما را پای برنامه و درد چه کارهایی می‌تواند بکند!





و آن قضیه سازمان ملل هم واقعاً از درد به وجود آمد دیگر، یعنی درد آن قدر زیاد شد آمدند نشستند، ولی متأسفانه خیلی زود یادمان رفت، یعنی همان طور که می‌دانید [قطع شد] می‌رود آن‌هایی که هستند، یادم هست که یکی از شنونده‌ها هم بود که آمده بود یک بار صحبت کرده بود، خب خیلی الآن فرق کرده آن چیزی که اولش درست شده بود و دلیلی که به وجود آمد و تمام آن ارزش‌هایی که روی آن بنا شده بود، همین هم خودش خیلی جالب است که نقش درد چیست؟

یک شناسایی کوچک بود می‌خواستم به اشتراک بگذارم. این مال یک چیز حدود شش ماه پیش است. یک روز خیلی آفتابی قشنگی بود، داشتیم کنار دریا راه می‌رفتیم با دختر کوچکم که پنج هفته‌اش بود آن موقع، به آرامی در کالسه‌اش خوابیده بود، دختر چهارساله‌ام هم با پدرش داشتند خیلی زیبا کنار دریا بازی می‌کردند و هوای خیلی عالی بود، یک لحظه احساس کردم که چقدر زندگی به من لطف داشته‌است! واقعاً این دوتا بچه، این دسته گل، به هر حال این همسر، خانواده، مادر، پدر، خواهر، خانه، زندگی، جایگاه اجتماعی، هر چه بگوییم واقعاً، حتی آشنایی با گنج حضور، دیدم واقعاً خیلی اصلاً من چه می‌خواهم! یعنی این زندگی چقدر، چقدر لطف دارد!

و زودی آمدم شکرگذاری کنم و دقیقاً در همان لحظه یک صدایی آمد که حالا شاید این صدای شما بود، می‌گفت: سوده، حواست باشد زندگی براساس قانون پارک نیست، بلکه قانون جنگل است. الآن این چیزها خیلی کنار همدیگر قشنگ چیده شده‌اند، ولی یادت نرود این پارک نیست، روی پارک زیبایی نیست، یعنی تو آن را پارک نکن، که الآن این گل رز این‌جا خب کنار این، رنگ این چقدر به هم می‌آیند! چقدر زیبا! این‌جا هم که این را اگر، تو یعنی یادت نرود، زندگی تمام مدت در حال چرخش است، تمام مدت در حال تغییر است و زندگی تو یک پارک نیست.

این زیبایی‌هایی که می‌بینی هر آن می‌توانند تغییر کنند و به هیچ چیز نجسب، به هیچ چیز نمی‌توانی و نباید بچسبی و آن را یک پارک نکن. آن آزادی که جنگل دارد را و آن احترامی که برای جنگل باید قائل بود را نگه دار.

و چندتا بیت بود در این زمینه که یکی‌شان خیلی قشنگ بود به نظرم، یکی از آن‌ها خیلی قوی است:

**جز توکل جز که تسلیم تمام  
در غم و راحت همه مکر است و دام**  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۶۸)

و دیگری که می‌گوید:



جان جانهایی تو، جان را برشکن  
کس تویی، دیگر کسان را برشکن

گوهر باقی، درآ در دیده‌ها  
سنگ بستان، باقیان را برشکن

ز آسمان حق بتاب، ای آفتاب  
اختران آسمان را برشکن  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰۱۱)

و این‌که می‌گوید:

من از عدم زادم تو را، بر تخت بنهادم تو را  
آئینه‌ای دادم تو را، باشد که با ما خو کنی  
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۴۳۶)

و آخرش هم:

عاشقی بر من پریشان کنم  
کم عمارت کن که ویرانت کنم

گر دو صد خانه کنی زنبوروار  
چون مگس بی‌خان و بی‌مانت کنم

تو بر آنک خلق را حیران کنی  
من بر آنک مست و حیرانت کنم  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۶۶۵)

و واقعاً من سپاس‌گزارم چون‌که می‌گویم خیلی، خوب از برنامه شما هم که سارا گفت، من که حالا خیلی بیشتر از سارا چیزی من، مولانا همیشه یک کتاب خیلی خیلی قطوری بود، یادم است از بچگی در خانه، در کتابخانه



بود، ولی عمراً من می‌توانستم این کتاب را بردارم، ابیاتش را بخوانم بفهمم با فارسی کلاس چهارمی که دارم! [می‌خندند] و واقعاً شما این را باز کردید و خیلی، خیلی، خیلی چیزها در آن هست، یعنی من الآن دارم می‌بینم مادری را دارم یاد می‌گیرم.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**خانم سوده:** من اگر این آگاهی‌ها نبود، همان الگوهای قدیمی را تکرار می‌کردیم و هنوز هم می‌کنم، یعنی هنوز که هنوز است چون این قدر این‌ها عمیق است ریشه‌اش، ولی حداقل می‌دانم که این نیست، این نباید باشد و لااقل می‌توانم سعی کنم به آن سمت لااقل می‌دانم آن نور را می‌بینم، یعنی آن فانوس هست و این‌که شما ما را ماهی‌گیر می‌کنید.

خب من سعی می‌کنم کتاب‌های، نه روان‌شناسی بچه، بلکه این‌جا می‌گویند پرنیتینگ (parenting)، یعنی کتابی که به آدم یاد می‌دهد آدم چه‌جوری پدر و مادر باشد را می‌خوانم و خیلی چیزهای خوبی که در آن نوشته، ولی بیشتر ماهی است، یعنی ماهی می‌دهد به آدم و وقتی که این را با ترکیب این برنامه شما مثلاً من می‌بینم، اصلاً یک فهم دیگری می‌آید در آن. آن قلاب می‌آید دست آدم، ولی خب هنوز خیلی کار داریم.

**آقای شهبازی: بله، آفرین!**

**خانم سوده:** سپاس‌گزارم، ببخشید که وقت گرفتم. مادرم این‌جا هستند، خیلی سلام می‌رسانند.

**آقای شهبازی: عالی، عالی! بله، سلام برسانید.** اگر می‌خواهید، یک چند کلمه هم ایشان بگویند، مادران.

**خانم سوده:** می‌گویند دیگر وقت گرفته نشود، گوشی را می‌دهم به ایشان، سپاس‌گزارم آقای شهبازی.

**آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، ممنونم.**

**خانم سوده:** و از پیام همه دوستان هم خیلی خیلی سپاس‌گزارم. این را هم می‌گویم که این‌ها خیلی به من کمک می‌کنند. از پیام همه دوستان‌هایی که پیام می‌دهند واقعاً سپاس از همگی. قربان شما، گوشی را می‌دهم.

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

[سلام و احوال‌پرسی مادر خانم سوده و آقای شهبازی]



**آقای شهبازی:** این دختران شما ماشاءالله چکار دارند می‌کنند؟! [ **خنده آقای شهبازی**] ماشاءالله، ماشاءالله به شما.

**مادر خانم سوده:** آقای شهبازی، کارها را شما می‌کنید. شما می‌کنید کارها را.

**آقای شهبازی:** نه بابا ما چکار می‌کنیم! ماشاءالله این‌ها روی خودشان کار می‌کنند واقعاً! من هم قدردان این کار همه هستم، آن‌هایی که روی خودشان کار می‌کنند واقعاً قدرشناسی می‌کنم و تشکر می‌کنم.

**مادر خانم سوده:** زنده باشید آقای شهبازی. خدا را شکر واقعاً به‌خاطر همه، وجود شما، برای این‌که این جوان‌ها واقعاً دارند روی خودشان کار می‌کنند، چه حالا صادق بوده و امثال مهدیه، بچه‌ها، نوجوان‌ها خیلی واقعاً جای شکرگزاری دارد که این‌ها دردمند نشوند، درد را تجربه نکنند و بعد تازه بدانند، خدا را شکر که شما هستید.

**آقای شهبازی:** ممنونم. این انعکاس پیشرفت شماست. شما خانم، به‌عنوان مادر، شما شروع کردید به این کار و این قدر پیشرفت کردید که انعکاس نورتان در همین دخترهایتان شروع به کار کرد. امیدوارم همه پدر مادرها همین کار را بکنند، مثل شما.

**مادر خانم سوده:** خواهش می‌کنم، زنده باشید. نور را شما پخش می‌کنید آقای شهبازی و همین‌طور که شما می‌فرمایید واقعاً این کار تکی است، تک‌تک یعنی هر کسی خودش به‌تنهایی کار می‌کند و خوشا به سعادت کسی که می‌نشیند، گوش می‌کند و عمل می‌کند به آن‌چه که شما می‌فرمایید، چون واقعاً الآن دیگر دارد ده سال می‌شود که ما سر این خوان شما نشستیم و داریم از برکتش استفاده می‌کنیم، خدا را شکر.

من هیچ‌چیز ندارم به‌جز برنامه شما واقعاً. خدا را شکر به‌خاطر وجود بچه‌ها، ولی اصل الآن دیگر این نوری هست که شما دارید می‌تابانید. خیلی خدا را شکر می‌کنم واقعاً.

**آقای شهبازی:** لطف دارید.

**مادر خانم سوده:** سارا، سوده، نوه، همه این‌ها ولی آن نور واحد، نوری است که شما دارید پخش می‌کنید و ریشه است.

**آقای شهبازی:** ممنونم، لطف دارید، تشکر می‌کنم.

**مادر خانم سوده:** خواهش می‌کنم. زنده باشید.

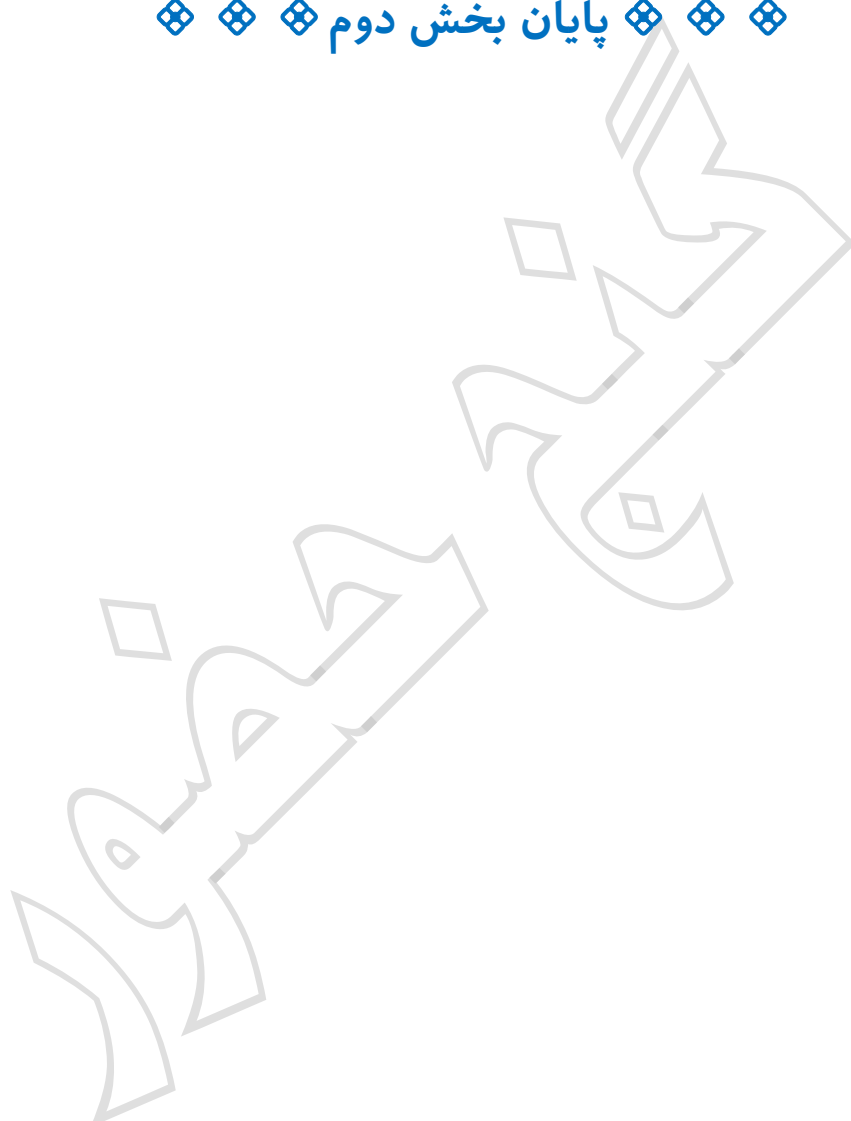


آقای شهبازی: اگر امری ندارید، با شما خداحافظی کنم.

مادر خانم سوده: خواهش می‌کنم.

[خداحافظی مادر خانم سوده و آقای شهبازی]

❖ ❖ ❖ پایان بخش دوم ❖ ❖ ❖



۱۷- خانم فرزانه ادامه (۱۲)

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فرزانه]

خانم فرزانه: استاد با اجازه‌تان.

آقای شهبازی: بله، خواهش می‌کنم.

خانم فرزانه: آنچه که در روابط دو انسان که با هم ازدواج کرده‌اند را دیده‌ایم یا در صحبت‌ها شنیده‌ام و یا علت جدائی‌ها را شنیده‌ام، علت، عدم تفاهم‌ها بوده است و یا بالا آمدن من‌های ذهنی مختلف.

اما می‌شود که روابط دو انسان که تصمیم به ازدواج دارند یا قرین یکدیگر هستند به صورتی باشد که فرد مورد نظر تنها بر روی خود کار کند.

این‌که دیگری به حضور دارد زنده می‌شود یا نه را مورد نظر خود قرار ندهیم، چرا که دست به «حَبر و سَنی» او می‌زنیم.

ارتعاش عشقی که باید به دل او زده شود را فراموش می‌کنیم. دست به دیدن نواقص و عیب‌ها می‌زنیم، دست به کنترل فرد می‌زنیم و غیره که هرکدام از این موارد عامل وحدت که دیدن یک هشجاری در یکدیگر است را از بین می‌برد.

امتزاج روح‌ها در وقت صلح و جنگ‌ها  
با کسی باید که روحش هست صافی صفا  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۸)

امتزاج: آمیختگی، آمیخته شدن  
صافی صفا: پاک پاک، زلال زلال

این‌که ناظر، جنس منظور را تعیین می‌کند و این عامل می‌تواند قرین ما را تحت تاثیر قرار بدهد و به سمت «صافی صفا» حرکت کنیم را فراموش نکنیم. این‌که ما تنها در این لحظه فقط بر روی خود کار کنیم.



این‌که دیگری در چه وضعیتی هست را زندگی مشخص می‌کند. شاید در حال زنده شدن باشد و با ارتعاش مخرب ما دردی به مرکزش وارد شود. چرا که عمل ما در سطح انجام می‌شود و عمل سطحی هم همراه با ایجاد درد می‌باشد.

اما ما از فرد مورد نظر خود انتظار و یا توقع داریم که این یکی از کارهای من‌ذهنی است. الگوهای از پیش ساخته‌شده وظایفی برای مرد و وظایفی برای زن مشخص کرده‌اند و اگر هرکدام از آن‌ها جابه‌جا شود سبب بالا آمدن من‌ذهنی می‌شود.

پس جناب مولانا در برنامه گنج حضور به ما کمک می‌کند تا این حرکات و این رفتارهای من‌ذهنی را شناسایی کنیم و با رها کردن آن‌ها ما به سمت دیدن یک هشیاری حرکت کنیم و باز هم در بیت:

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

دارند که؛ ما انسان‌ها با درخواست‌هایی که داریم، با توقعاتی که داریم بهشت این لحظه را به جهنم تبدیل می‌کنیم. با توجه به این‌که بی‌مراد می‌شویم تا راه بهشت را پیدا کنیم، اما معنای آن را متوجه نمی‌شویم.

به‌جای بستن راه غم و پیدا کردن جهت زندگی، دست به حس جدائی، ملامت و سرزنش می‌زنیم. ملامت و سرزنش یکدیگر، ابزار من‌ذهنی که سبب جدایی ما می‌شوند. در همین راه با دیدن عیب‌ها و رفتارهای من‌ذهنی، مسئولیت وضعیت‌ها و یا نظارت بر من‌ذهنی خود را نداریم و همین عدم مسئولیت موجب ضرر در رابطه می‌شود.

با عدم تعهد نسبت به رابطه، تعهد خود به بی‌نظیری و یگانه بودن به زندگی و عشق را رد می‌کنیم. با «شک و ظن» داشتن، با عدم فضاگشایی ارتعاش شک و ظن را به دل رابطه منتقل می‌کنیم.

اگر فضا را باز کنیم ماجرا را با چشم عدم درست خواهیم دید و این شک و ظن از بین می‌رود. عدم خاموش بودن ذهن، عدم مدیریت ذهن، عوعو کردن‌های فکرها موجب رفتن شادی از ماجرای زندگی می‌شود. پس می‌بینیم که برای برقراری رابطه صاف و شاد نیاز است که عدم در مرکز ما باشد.

ما می‌بینیم که خلق «سیلی باره‌اند» و بستن فضا برای اصلاح رفتار انسان‌ها تنها درد را به آن‌ها منتقل می‌کند.



با عاقبت‌بینی در خود و دیگران بگذاریم ارتعاش زندگی به دل آن‌ها زده شود و جلوی واکنش را بگیریم، جلوی مقایسه در رابطه را بگیریم و به سمت صلح حرکت کنیم.

خیلی ممنونم استاد از وقتی که به من دادید.

**آقای شهبازی:** خیلی زیبا، عالی، عالی! ممنونم. پس این را یک ویدیو کنید کُل آن را بفرستید به ما، ان‌شاءالله بخش کنیم.

**خانم فرزانه:** چشم استاد ارسال می‌کنم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم فرزانه]





## ۱۸- خانم شیدا از کرج با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی خانم شیدا و آقای شهبازی]

**خانم شیدا:** می‌خواستم تجربه‌ای را برای دوستان به اشتراک بگذارم.

**آقای شهبازی:** بله، بله، بفرمایید.

**خانم شیدا:** من، آقای شهبازی همان‌طور که گفتم قبلاً حدود هفت سال است که با برنامه شما آشنا شده‌ام. و با همسرم با همدیگر با هم آشنا شدیم، خوب تغییرات خیلی خوبی داشتیم ولی چون با من ذهنی، با درد، کشیده شدیم به این برنامه، اما با من ذهنی گوش می‌کردیم.

ولی به دلیل رعایت قانون جبرانی که من از روز اولی که برنامه را دیدم انجام دادم به همان دلیل هیچ‌وقت نگذاشت که بریده بشوم از برنامه، اما با من ذهنی می‌دیدم با حس معامله می‌دیدم. اوایلش خیلی پیشرفت داشتم، خیلی شادی بی‌سبب و خیلی چیزها را تجربه کردم ولی بعدها متوجه شدم، البته جدیداً که متوجه این شدم که من یک، حس معامله داشتم. دو، با من ذهنی کار می‌کردم. سه، تمرکز روی خودم نبوده. تمرکز روی همسرم بود. تمرکز روی پسر بود، تمرکز روی خودم نبود.

اما در این یکی دو ماه اخیر خسته شده بودم دیگر، می‌گفتم چرا من متوجه یک سری چیزها نمی‌شوم. چرا یک اتفاق چندین مرحله به شکل‌های مختلف تکرار می‌شد در زندگی من از طرف همسر و واقعاً به عجز رسیدم، عجز واقعی.

وقتی به عجز رسیدم به دلیل این‌که هر روز گوش می‌کردم، هر روز می‌خواندم، یک ساعت‌هایی را هم پیش می‌آمد که خوب لطیف می‌شدم. اما آن، این‌جوری نبود که روی خودم باشم شاید ثانیه‌هایی روی خودم می‌آمدم.

وقتی برگشتم روی خودم، دیدم برنامه ۹۷۷ و ۹۷۸ و ۹۷۹ و ۹۸۰، شروع کردم همین‌جوری که گوش می‌کردم، گفتم خوب یک اشکالی درون من است که این اتفاق دارد هی تکرار می‌شود. خوب این چه می‌خواهد به من بگوید؟ متوجه شدم که من اصلاً رو به خودم نیستم، فقط روی همسر هستم، می‌خواهم که ایشان گوش کند. یعنی من گوش می‌کردم ایشان می‌آمد خانه می‌گفتم این‌جوری است. این، این‌جوری است. این، این‌جوری است.



و فکر می‌کردم دارم کار درست را انجام می‌دهم، بعد که این را فهمیدم کامل دست برداشتم یعنی رفتم روی خودم.

آقای شهبازی: آفرین.

**خانم شیدا:** درست در همین برنامه ۹۸۰ شما گفتید، در تلفن‌های هفته پیش گفتید، گفتید که اگر برگردید روی خودتان، یعنی بزرگ‌ترین قدم را برداشته‌اید و من برگشتم روی خودم، به‌طور معجزه‌آسایی این مشکل حل شد، اصلاً متوجه نشدم چه‌جوری، ولی حل شد دیدم که من هم‌ااش خودم دعوت می‌کنم این اتفاق را دقیقاً اشکال از خودم است، این که می‌گوید:

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

دنی: فرومایه، پست

جالب این‌جا هست که من ابیات را هم حفظ هستم، خیلی ابیات کلیدی را همه نوشته‌ام و خیلی‌هایشان را حفظ هستم.

ولی به چشم این نگاه نمی‌کردم که خب حفظ هستم فکر می‌کردم که گرفته‌ام آن را، من ظاهر قضیه را می‌دیدم، اصلاً در باطن نبودم با سبب‌سازی نگاهش می‌کردم با این‌که روی خودم نبودم.

درست وقتی برگشتم روی خودم و اصلاً دیگر کاری نداشتم به هم‌سرم، یعنی اصلاً نگفتم شما این را گوش کن، نگفتم گوش نکن. مشکل حل شد. اصلاً متوجه نشدم چه‌جوری ولی وقتی دیدم مشکل حل شد، اصلاً خودم ماندم.

هیچ حرفی به گفته خودتان در همین امروز در تلفن‌ها گفتید که نمی‌دانید چه‌جوری شکر کنید. نمی‌دانید چه بگویید. خودم نمی‌دانستم چه بگویم بعد گفتم این همه مدت من فقط و فقط روی هم‌سرم بودم، رو پسر بودم و این اصلاً نمی‌گذاشت که من بروم جلو. ولی چیزی که نمی‌گذاشت من بریده بشوم، قانون جبران مالی بود.

آقای شهبازی: آفرین.



**خانم شیدا:** چون درست از روزی که شروع کردم تا به الآن که خدمت شما هستم، قانون جبران مالی را من هرگز و هرگز قطع نکردم.

**آقای شهبازی:** آفرین.

**خانم شیدا:** این را برای دوستانی می‌گویم که دارند گوش می‌کنند. اصلاً هم کاری به این نداشتیم. این به من درس، حتی از این درس نگرفته بودم که خب این ترسی را که داری که بچه‌ام نگاه کند، همسرم نگاه کند، این به من ترس نداده بود. که من اصلاً نمی‌ترسیدم از این‌که پولی را که دارم می‌دهم اضافه می‌کردم و نمی‌ترسیدم.

و جالب این‌جا بود که حتی من کار می‌کردم بعد از این‌که کارم هم از دست، یعنی کار نکردم به‌خاطر مشکلی که برای کمرم به‌وجود آمد، پول می‌آمد، همین‌جوری می‌آید، یعنی پولی که من باید بریزم، اضافه‌ترش هم می‌آید، اصلاً به این فکر نکردم بعد همین شد برای من یک درس. گفتم خب تو چیزی را که فکر نمی‌کنی رها می‌کنی یعنی شما می‌گویید رها کنید. در بر بگیرید، بپذیرید و من این را نپذیرفته بودم، فهمیدم که این اشکال مهم را من داشتم و خیلی خوشحال هستم از این‌که این را متوجه شدم و خیلی از شما سپاس‌گزار هستم.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.

**خانم شیدا:** خیلی ممنونم از این‌که لطف می‌کنید، این‌قدر این برنامه‌ها جالب و یعنی این‌قدر این آپ (Application) را، من از طریق آپ الآن نگاه می‌کنم.

**آقای شهبازی:** آفرین.

**خانم شیدا:** یک موقعی برنامه‌ها را از داخل تلویزیون نگاه می‌کردم بعد ضبط می‌کردم بعد سی‌دی (CD) می‌خریدم باز، ولی الآن از داخل آپ همه‌چیز هست در آپ، این‌قدر جالب است که من بدون فیلترشکن، خب من از، ما ایران سرعت اینترنت درست است که پایین هست ولی به‌قدری جالب من از داخل آپ می‌روم بدون فیلترشکن نگاه می‌کنم.

سرعت خیلی عالی است. همان سرعت پایین می‌گذارم و بلافاصله می‌آید بالا. کانال حتی دو، سه. همه این‌ها داخل آپ هست، معنی ایپات تمامشان هست، یعنی آن‌قدر جالب است، همه‌اشان هست. در یوتیوب (YouTube) هم هست. درست است، در فیس‌بوک (Facebook) هم هست. ولی راحت‌ترینش برای مخصوصاً ماها که در ایران هستیم این آپ گنج حضور هست.



خیلی خیلی ممنونم، من نمی‌دانم چه جویری تشکر کنم از شما، از شما و بچه‌های کارگروه که این قدر زحمت می‌کشند. این قدر زحمت، و جالب است این را بدانید که من وقتی برگشتم روی خودم. حتی یک شوقی، یک وصالی درون، یک شوقی که حتی این بچه‌ها را که نگاه می‌کنم آن شوق را، اشک شوق برای من کاملاً هویدا شد. این روی خود بودن خیلی مهم هست که بزرگترین ایراد ماها این است که رو خودمان نیستیم.

آقای شهبازی: آفرین.

خانم شیدا: این را گفتم، این تجربه را خدمتان بگویم.

آقای شهبازی: عالی، عالی، عالی، عالی.

خانم شیدا: خواهش می‌کنم. ان شاءالله موفق باشید.

آقای شهبازی: واقعاً خیلی خوب توضیح دادید. توضیح دادید. من هم اجازه بدهید یک جمله اضافه بکنم. شاید این مهم‌ترین قدم در راه معنویت و عرفان هست که آدم بیاید روی خودش به قول شما. و می‌گویند: «گوش را بندد طمع از استماع». الان هم این حرف را می‌زنیم خیلی‌ها نمی‌توانند بشنوند یا نمی‌خواهند بشنوند.

برای این که طمع دارند که یکی دیگر را عوض کنند. هنوز فکر می‌کنند یکی دیگر عوض بشود زندگی خیلی بهتر می‌شود.

و من ذهنی با آن صافی‌هایش، فیلترهایش نشان می‌دهد که بدی زندگی ما به این علت است که مثلاً همسر من آن طوری عمل می‌کند، آن طوری می‌بیند، این طوری فکر می‌کند، مسائل را آن به وجود می‌آورد. این‌ها نمی‌گذارند که آدم توجه‌اش بیاید به خودش.

ولی به قول شما هر اتفاقی می‌افتد شما باید از خودتان بپرسید با فضاگشایی من چکار می‌کنم. فرض کنید یکی به شما فحش می‌دهد، خب او فحش می‌دهد، من چکار می‌کنم؟

نه این که با تقلید و واکنش من هم همان کار را بکنم که او می‌کند. او می‌خواهد زور بگوید، او می‌خواهد صدایش را بلند کند، او می‌خواهد حق من را بخورد، او حق دارد همه کار بکند، یا آن طوری حرف بزند، من چه جویری حرف می‌زنم؟ من چه جویری رفتار می‌کنم؟ من جدا از او هستم، چرا؟



همه ما یک فضای گشوده شده، زنده شده به زندگی یا خداوند هستیم. از آنجا ما باید بگوییم من چه می‌خواهم؟  
الآن من چه کار باید بکنم؟ این سؤال را بکنیم به هیچ‌وجه در سبب‌سازی نباشیم.

مردم با حرف‌هایشان یا کارهایشان ما را فوراً می‌برند ذهن، ما می‌افتیم به سبب‌سازی. همیشه باید بپریم از  
سبب‌سازی بیرون با فضاگشایی، اولش سخت هست، ولی پس از یک مدتی شما به جای این‌که بروی ذهن واکنش  
نشان بدهی، فضا را باز می‌کنی می‌بینی زندگی چه می‌گوید، من به‌عنوان زندگی چه حرفی این‌جا بزنم. اصلاً شاید  
سکوت کنم، هیچ‌چیز نگویم. شاید نود درصد موارد ما اگر سکوت کنیم برنده هستیم. ولی حرف می‌زنیم.

خانم شیدا: دقیقاً آقای شهبازی این بیت:

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

ارتفاع: بالا رفتن، والایی و رفعت جستن  
استماع: شنیدن، گوش دادن

من حفظ کرده بودم، بارها خوانده بودم ولی در یک ماه اخیر متوجه شدم من چقدر حرف می‌زدم، چقدر برای  
همسرم، برای پسر و در خانواده‌ام حرف می‌زدم و سکوت را، که سکوت اختیار کردم و این بیت را تازه فهمیدم،  
که من همه‌اش ارتفاع گرفتم و هر اتفاقی که افتاد خداوند همه‌اش می‌خواست به من بگوید که بابا حرف نزن.  
همه را خودت داری به‌وجود می‌آوری. یعنی هر اتفاقی که می‌افتاد من این‌جوری یاد گرفتم، فکر می‌کنم، نمی‌دانم  
درست است یا غلط، خود ما هستیم که این را به‌وجودش می‌آوریم همه‌چیز دست ما هست و این بیت را تازه  
متوجه شدم.

آقای شهبازی: بله، آفرین!

خانم شیدا: این‌که سکوت کردن خیلی کمک می‌کند.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم شیدا: وقتتان را گرفتم خیلی خوشحال شدم.



**آقای شهبازی:** ببینید پس از مدت‌ها آدم معنی درست یک بیت را می‌فهمد. برای همین عرض می‌کنم شما تکرار کنید. این قدر تکرار کنید پانصد دفعه، هزار دفعه، تا معنی بیت را بفهمید. اگر بفهمید عمل می‌کنید، روشن می‌شود که این چه می‌گوید.

و در روشنایی بیت مولانا شما عمل درست را انجام می‌دهید. اگر دادید، آن عمل را انجام دادید، پس فهمیده‌اید، اگر آن عمل را انجام ندادید یعنی نفهمیده‌اید، باز هم باید تکرار کنید. تکرار کنید، تکرار کنید. باطمینان، با ملایمت، کلمه به کلمه، هیچ عجله‌ای نداریم.

این بیت به من چه می‌گوید. همیشه هم به من چه می‌گوید، بیشتر اوقات مردم چون حواسشان به یکی دیگر هست وقتی بیت را می‌خوانند، می‌گویند این واقعاً همسر من را می‌گوید، پدر و مادر من را می‌گوید، بچه من را می‌گوید.

**خانم شیدا:** دقیقاً.

**آقای شهبازی:** نه بابا، تو را می‌گوید، تو را، تو را می‌گوید. ممنونم.

[ خداحافظی آقای شهبازی با خانم شیدا ]

۱۹- خانم نگار از گلپایگان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی با خانم نگار]

**خانم نگار:** آقای شهبازی ابتدا که غزل این هفته [غزل شماره ۱۵۸] را شما خواندید. من با خودم گفتم که خدا را شکر من که با همه آدم‌ها خوبم. این غزل خیلی هم برای من نبوده، من می‌روم سراغ غزل هفته پیش!

اما زندگی که طی چندین سال داشت، می‌خواست این پیغام را به من برساند و من فرار می‌کردم، بالاخره موفق شد. محل کار من که نسبتاً یک ساختمان کوچکی دارد و تراکم آدمهایش خیلی زیاد هست، چند روز پیش داخل اتاق سه‌نفره ما که حالا باز هم خیلی کوچک بود، یک میز دیگر آوردند و من به شدت حالم بد شد. بعد عصرش که آمدم خانه، متوجه این نقصم شدم، یعنی با توجه به غزل متوجه شدم، این که من به خیالم با آدم‌ها امتزاج داشتم و فکر می‌کردم که خیلی با آدم‌ها خوب هستم، و نشان می‌دادم که با آن‌ها خوب هستم.

و حتی دلیل انقباض بدنم را سرکارم فهمیدم که من از آدم‌ها فرار می‌کردم و خودم را از آن‌ها قایم می‌کردم. بعد با توجه به این بیت شماره هفت غزل که می‌گوید که،

بر تفاوت این تمازج‌ها ز میل و نیم‌میل  
وز سرِ کُره و کَراهِت، وز پی ترس و حیا  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۸)

تمازج: درآمیختن، تعامل  
کُره: اجبار

من واقعاً از سرِ کراهت، اجبار و ترس با آدم‌ها ارتباط می‌گرفتم و یک درد خُب، هشیارانه سختی کشیدم که فهمیدم خیلی از آدم‌ها را دوست نداشتم چون عیب خودم را در آن‌ها می‌دیدم و یک سری شناسایی هم کردم که آن‌ها را هم برایتان می‌گویم: این که شناسایی کردم که، حالا من این را اولش هم حالا بگویم که من هر چیزی که الان شناسایی کردم، در هر کسی عیب خودم را می‌دیدم، برای همین از آن اشخاص خوشم نمی‌آمد.

من با این بیت شناسایی کردم که از یکی از آشنایانم از ابتدا خوشم نمی‌آمد، اما با من ذهنی و به‌خاطر ترس، به‌خاطر حرف مردم، سعی می‌کردم با ایشان خوب باشم که آخرش هم نشد و دعوی شدیدی بین ما رخ داد.



متوجه شدم از یکی از همکارانم خوشم نمی‌آید، اما به‌خاطر این‌که بد صحبت می‌کند و آدم‌ها را خُرد می‌کند، من با او خیلی خوبم، ولی در درونم دوست دارم فقط از او جدا بشوم.

شناسایی کردم که دیگر ضرورتی نمی‌بینم با دوستان قدیمی‌ام صحبت کنم، اما به‌خاطر ترس از دست دادن، ارتباط ظاهری می‌گیرم.

شناسایی کردم از یک همکار دیگرم به‌خاطر این‌که مسخره می‌کند خوشم نمی‌آید، ولی از ترس طرد نشدن، من خودم پیش‌دستی می‌کنم و خودم را کوچک می‌کنم تا آن ارتباط ظاهری حفظ بشود.

شناسایی کردم که از شخصی به‌خاطر اخلاقش و دورو بودنش خوشم نمی‌آید، ولی به‌خاطر گرفتن تأیید با او خوب هستم.

متوجه شدم که از یکی از فامیل‌هایم که سن بالایی دارد و پول‌دار هم هست، اصلاً دوست ندارم بروم او را ببینم به‌خاطر توقع‌هایی که از ایشان داشتم، اما من ذهنی‌ام به‌خاطر همانندگی با پول می‌گوید برو ایشان را ببین.

و یک شناسایی دیگر هم این‌که من آدم‌ها را دسته‌بندی کردم در ذهنم،

[تماس قطع شد]



[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فرخنده]

خانم فرخنده: تشکر می‌کنم. با اجازه‌تان.

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، جوان

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

زمان‌هایی که من در خودم حاضر نیستم و زندگی مرا به‌خاطر عدم حضور در نمی‌یابد و خلعت حضور را برمی‌گرداند.

زمان‌هایی که همانندگی‌ها در مرکز پررنگ‌تر و بااهمیت‌تر از زندگی هستند و به‌جای خدا آن‌ها را پرستش می‌کنم و به طواف دور آن‌ها مشغول هستم.

زمان‌هایی که در فضا بندی، مقاومت، ستیزه، خشم، ترس و انتقام‌جویی هستم. زمان‌هایی که در طغیان و سرکشی قرار دارم و گردن‌کشی می‌کنم که مبادا از اسب چموش من‌ذهنی پایین بیایم تا از باب صغیر زندگی عبور کنم.

زمان‌هایی که در دورویی و ریا و نفاق به‌سر می‌برم، مغرورم و پندار کمال دارم. زمان‌هایی که داشته‌هایم را به حساب نمی‌آورم. سپاسگزار زندگی نیستم. زمان‌هایی که در حال تحقیر کردن خود و سبک شمردن خود یا دیگران هستم.

زمان‌هایی که یک اشتباه کوچک از فرزندان یا همسر من بینم، چشم را روی همه خوبی‌هایشان می‌بندم. مدام قضاوتشان می‌کنم و فقط زوم (zoom) می‌کنم روی یک اتفاق ناخواسته و مدام به رُخشان می‌کشم.



زمان‌هایی که با جسمم بد رفتاری می‌کنم و هر لحظه هزاران هیجان مخرب مثل خشم و ترس و اضطراب و استرس را به آن تزریق می‌کنم و آن را به‌عنوان خانه خدا آلوده کرده و گوشه‌گوشه این مسجد اقصی را سگ‌های مرده‌ای چون خشم و ترس و رنجش و انتقام‌جویی قرار می‌دهم.

زمان‌هایی که در حال تدبیر کردن هستم برای نجات از یک موقعیت یا وضعیت یا احساس خطر دروغ می‌گویم یا برعکس برای رسیدن به یک وضعیت و موقعیت خوب دروغ می‌گویم.

زندگی تنها مشتری ما است. مشتری که از آغاز و پایان ما آگاه است. از خرید ما به دنبال سود و منفعت نیست، ولی من به دنبال مشتری‌های فاقد اعتبار هستم و با آرایش کردن من ذهنی‌ام و بستن و چسباندن لقب‌های دروغین به خودم دنبال خریداری هستم که از این فروش، سودی عاید من ذهنی‌ام شود و یا این‌که خانه دل را کامل به زندگی فروخته‌ام و همه چیز را به او سپرده‌ام ولی از طرف دیگر در کارش دخالت می‌کنم و برایش تعیین و تکلیف می‌کنم که چه چیز را نگه دارد و چه چیز را دور بریزد.

## خریدی خانه دل را، دل آن توست، می‌دانی هر آنچه هست در خانه از آن کدخدا باشد

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۶۷)

## قماش‌ی کآن تو نبود برون انداز از خانه درون مسجد اقصی سگ مرده چرا باشد؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۶۷)

زمان‌هایی که برای بهتر شدن حال از این جهت به آن جهت، از این مکان به آن مکان، از این زمان به آن زمان، از این وضعیت به آن وضعیت فرار می‌کنم.

زمان‌هایی که از زندگی غیر خودش را می‌خواهم، زمان‌هایی که سرم مدام به دیوار بلا می‌خورد و درس نمی‌گیرم و گوش من ذهنی‌ام از شنیدن پند زندگی کر است، و باز فکر می‌کنم شیوه قبلی غلط بوده، باید شیوه جدیدتری از من ذهنی را برای به‌دست آوردن موفقیت امتحان کنم.

زمان‌هایی که با استفاده از آب جوی گفتن برای بیان کردن خودم، بحر خاموشی را از جستن خودم محروم می‌کنم.



## خامشی بحرست و، گفتن همچو جو

بحر می‌جوید تو را، جو را مجو

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۰۶۲)

وقتهایی که در حال خوب و بد کردن وضعیت‌ها هستم، در حال سبب‌سازی‌ام، در حال دشمن‌سازی، مانع‌سازی، مسئله‌بینی و مسئله‌سازی.

زمان‌هایی که در حال قیاس کردنم با دیگران هستم و در گردنه حسد گیر کرده‌ام. زمان‌هایی که زندگی به دنبال من می‌گردد و من از هر طرف در حال بالا رفتن از نردبان «ما و منی» هستم.

زمان‌هایی که با سخن‌گویی در حال ارتفاع گرفتن هستم و آتش شهوت یاد دادن و تعلیم به دیگران را در خود شعله‌ور می‌کنم.

## از سخن‌گویی مجوید ارتفاع

منتظر را به ز گفتن، استماع

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۱۶)

منصب تعلیم، نوع شهوت است

هر خیال شهوتی در ره بت است

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۱۷)

ارتفاع: بالا رفتن، والایی و رفعت جستن

استماع: شنیدن

ممنونم استاد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین! خیلی پُر. ممنونم.

خانم فرخنده: تشکر می‌کنم.

آقای شهبازی: دیگر کسی که نیست که صحبت کند؟

خانم فرخنده: نه استاد.



آقای شهبازی: می‌گویم کس دیگری می‌خواهد صحبت کند؟

خانم فرخنده: نه کسی نیست.

آقای شهبازی: نه کسی نیست، خیلی خب.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم فرخنده]

پیغام‌های تلفنی

۲۱- خانم نگار و آقای مصطفی از گلپایگان ادامه (۱۹)

[سلام و احوال‌پرسی مجدد آقای شهبازی و خانم نگار]

ادامه صحبت‌های خانم نگار:

آقای شهبازی مورد آخر را هم بخوانم که این شناسایی را کردم که آدم‌ها را دسته‌بندی می‌کردم، آن‌هایی که روی خودشان کار می‌کردند را دوست داشتم و آن‌هایی که روی خودشان کار نمی‌کردند را دوست ندارم، یعنی هنوز هم همین‌جوری هستم و خودم را بالاتر از آن‌ها می‌بینم و همان نکته‌ای را که به شما گفتم که من عیب خودم را درون بقیه می‌بینم که دوستشان ندارم و چون خودم را نمی‌توانم بپذیرم، آن‌ها را هم نمی‌توانم بپذیرم.

آقای شهبازی: آفرین!

این چهارتا بیت هم از مثنوی هم خیلی کم‌کم کرد که،

هست احوالم خلاف همدگر

هر یکی با هم مخالف در اثر

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۱)

چونکه هر دم راه خود را می‌زنم

با دگر کس سازگاری چون کنم؟

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۲)

موج لشگرهای احوالم ببین

هر یکی با دیگری در جنگ و کین

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۳)

می‌نگر در خود چنین جنگ گران

پس چه مشغولی به جنگ دیگران؟

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۴)

تمام شد آقای شهبازی.



آقای شهبازی: آفرین، عالی، عالی عالی! خب، کسی دیگر می‌خواهند صحبت کنند؟

خانم نگار: اگر اجازه بدهید مصطفی هم صحبت کنند؟!

آقای شهبازی: آقا مصطفی هم صحبت کنند، بله. خواهش می‌کنم. عالی بود نگار خانم.

خانم نگار: مرسی، ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم نگار]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی با آقای مصطفی]

آقای مصطفی: یک چندتا غزل هست اگر اجازه بدهید من بخوانم؟!

ای حلقه‌زن این در، در باز نتان کردن  
زیرا که تو هشیاری، هر لحظه کشی گردن

گردن ز طمع خیزد، زر خواهد و خون ریزد  
او عاشق گل خوردن، همچون زن آبستن  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۸۸۳)

تا کی به حبس این جهان من خویش زندانی کنم؟  
وقت است جان پاک را تا میر میدانم کنم

بیرون شدم ز آلودگی با قوت پالودگی  
اوراد خود را بعد ازین مقرون سبحانی کنم  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۹۱)

وقت است که جان شویم خالص  
کاین زحمت کالبد نخواهم  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۷۸)



ای دل به غمش ده جان، یعنی بنمی‌ارزد  
بی‌سر شو و بی‌سامان، یعنی بنمی‌ارزد  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۰۷)

بی‌پا شد و بی‌سر شد، تا مرد قلندر شد  
شاباش زهی ارزان، یعنی بنمی‌ارزد؟  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۰۷)

قَلَنْدَر: صوفی، انسان زنده به حضور، آزاد، رند  
شاباش: شاد باشید

بر عشق گذشتم من، قربان تو گشتم من  
آن عید بدین قربان، یعنی بنمی‌ارزد  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۰۷)

ایا سر کرده از جانم تو را خانه کجا باشد  
الا ای ماه تابانم تو را خانه کجا باشد  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۷۵)

قماشِ کآن تو نبود برون انداز از خانه  
درون مسجد آقصی سگ مُرده چرا باشد؟  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۶۷)

اگر گلی بدهام، زین بهار باغ شوم  
وگر یکی بدهام، زین وصال صد گُردم  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۳۶)

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



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

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

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

سَر نَنهد چرخ تو را، تا که تو بی‌سَر نشوی  
کَس نَخرد نقد تو را، تا سوی میزان نبری  
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۴۵۵)

حیله می‌کرد دلم تا ز غمش سر بُبرد  
گفتم ای ابله اگر سر بُبری، سر نبری  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۷۴)

آقای شهبازی این چندتایی ابیات بود که حالا با سربریدن و دادن من‌ذهنی و گرفتن عوض آن مرتبط بود برای من، گفتم حالا این‌ها را کنار هم بخوانم.

آقای شهبازی: یعنی باز هم می‌خواهید بخوانید یا خواندید؟

آقای مصطفی: دیگر نه! [خنده آقای مصطفی] همین‌ها بود.

آقای شهبازی: همین‌ها بود [خنده آقای شهبازی] خیلی خب عالی، عالی!، ممنونم ابیات چقدر جالب بودند خیلی، انتخابتان خیلی به‌جا و عالی بود.

[خداحافظی آقای شهبازی با آقای مصطفی]





## ۲۲- آقای مهراں از کرج

[سلام و احوال‌پرسی آقای مهراں و آقای شهبازی]

آقای مهراں: مهراں هستم از کرج

آقای شهبازی: بله آقای مهراں صدای شما را دیگر می‌شناسیم. [خندیدن آقای شهبازی]

آقای مهراں: سلامت باشید. این افتخاری است برای ما، وجود شما و این برنامه و عزیزانی مثل خانم سارا که امروز غوغا کردند با آن منشور اتحادیه اروپا که گفتند. خیلی جالب بود. مرتبط بود با غزل برنامهٔ اخیر. و یک موردی بود در مورد همین موضوعی که گفتند خانم سارا. من این را بگویم و پیغام را بخوانم: تنها موجود و تنها باشنده‌ای که در عالم هستی به صورت ناهماهنگ و بدون آن هارمونی موجود در طبیعت دارد پیش می‌رود فقط انسان است.

یعنی ما تنها باشنده‌ای هستیم که کاری را که باید را انجام نمی‌دهیم و ما هرچیز که از خودمان مرتبهٔ پایین‌تری دارد در جهان می‌بینیم، دارد به‌خوبی وظایفش را انجام می‌دهد. و فقط انسان است که ناهماهنگ و با این من‌ذهنی برخلاف قوانین زندگی پیش می‌رود.

و زمانی که انسان به حضور برسد و این من‌ذهنی که، و این سر را بدهد از تمام پایین‌تر از خودش بالاتر می‌رود و به عرش می‌رود. و ان‌شاءالله که همه‌مان به این گوهر زندگی زنده بشویم.

آقای شهبازی از دفتر پنجم، بیت ۳۵۳۵ یک عنوانی داشت که:

« انداختن مُصطفی عَلَیْهِ السَّلَام، خود را از کوه حِری از وحشتِ دیر نمودنِ جبرئیل عَلَیْهِ السَّلَام، و نمودنِ جبرئیل عَلَیْهِ السَّلَام، خود را به وی که مینداز که تو را دولت‌ها در پیش است.»

در این ابیاتی که می‌خواهم بخوانم مولانا به ما می‌گوید که مصطفی که رمز هر انسانی هست که گوهری در وجودش دارد به‌نام زندگی. او می‌خواهد خودش را از کوه همانندگی‌ها بیاندازد و از هجران زندگی خسته شده و جبرئیل که پیام‌رسانی است از جهان عدم او را متوقف می‌کند.



و هر بار که می‌خواهد خودش را بیاندازد از کوه همانیدگی‌ها، یعنی با هشیاری جسمی‌اش می‌خواهد این کار را انجام بدهد، پیام‌رسانی به‌نام جبرئیل که همان پیام زندگی است به ما اعلام می‌کند که صبر کن و فضا را باز کن و اجازه نده که با هشیاری جسمی بخواهی چنین کاری بکنی.

و یک بیتی هم هست که می‌گوید:

## طُرفه قَفَال کز آنفاس کند قفل و کلید من دُکان بستم کاو فاتح آبواب شده‌ست (مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۱۵)

می‌گوید که بازکننده تمام درب‌ها پس از مدتی قفل و کلید از سوی انسان یعنی انقباض، انبساط، انقباض، انقباض، انقباض و برگشت ما به ذهن و حضور با صبر، روزی این درب‌های رحمتش را زندگی به روی ما باز خواهد کرد و این رفت و آمدها روزی با تلاش و ممارست معنوی ما به پایان خواهد رسید.

## مصطفی را هجر چون بفراختی خویش را از کوه می‌انداختی (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۵۳۵)

زمانی‌که انسان در راه حضور از ماندن در ذهن و دوری از زندگی خسته می‌شود و صبر را نادیده می‌گیرد، می‌خواهد بدون در نظر گرفتن قضا و کن‌فکان و با ذهنش مرکز خودش را عدم کند و تسلیم بشود.

که در زندگی همه ماها این پیش می‌آید و ما در مسیر هستیم، لحظه‌ای صبر را فراموش می‌کنیم و می‌خواهیم با هشیاری جسمی ستیزه کنیم و با ذهن تلاش می‌کنیم که همانیدگی‌هایمان را بیاندازیم. گاهی اوقات شده که مثلاً من خودم را می‌گویم با استنباط‌های ذهنی ما به این نتیجه می‌رسیم که با ذهنمان این کار را انجام بدهیم.

همیشه یک کاری می‌کند که ما حق بدهیم. یعنی در یک لباس خوبی این نخواست‌های من‌ذهنی می‌آید که به ما اجازه بدهد که، به ما این مجوز را بدهد که ما با ذهن این کار را انجام بدهیم.

## تا بگفتی جبرئیلش: هین مکن که تو را بس دولت است از امر کن (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۵۳۶)



جبرئیل نماد فرستندهٔ پیغام از زندگی به دل انسان است. زندگی پس از تلاش‌های بیهودهٔ ذهنی به ما پیام می‌دهد که نمی‌توانی بدون درنظر گرفتن «قضا و کُنْ فِکَان» از همانیدگی‌ها رها بشوی. رهایی از همانیدگی‌ها زمان مشخصی دارد که تو از آن بی‌خبر هستی.

تو به‌عنوان زندگی صاحب «کُنْ فِکَان» هستی که باید اجازه بدهی این دولت تو را زنده کند، نه من‌ذهنی که منشأ آن درد و فضای جسمی است.

## مصطفی ساکن شدی ز انداختن باز هجران آوریدی تاختن

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۵۳۷)

این لحظه که پیام زندگی به ما می‌آید که تو نمی‌توانی با ذهن این کار را انجام بدهی، آن لحظه نمی‌توانی از کوه همانیدگی‌ها با ذهن خودت را بیاندازی، آن لحظه ما صبر می‌کنیم.

و پس از مدتی دوباره ما به ذهن می‌رویم و دوباره این هجران ما از زندگی باعث می‌شود که ما دوباره این تلاش را انجام بدهیم با ذهن. و هی رفت و آمد از ذهن به حضور... [تلفن قطع شد]

۲۳- خانم پریسا از کانادا

[سلام و احوال‌پرسی خانم پریسا و آقای شهبازی]

**خانم پریسا:** آقای شهبازی یک سری نکاتی که مربوط می‌شود به برنامهٔ اخیر، ۹۸۰، را می‌خواستم بگویم، یعنی چیزهایی که برای خود من خیلی جلوه می‌کرد با استفاده از این غزل و بعد با اجازه‌تان یک گریزی هم بزنم به غزل هفتهٔ قبل که آن خیلی روی من تأثیر داشته.

**آقای شهبازی:** آفرین! بفرمایید.

**خانم پریسا:** خیلی ممنونم. یکی از مواردی که در غزل این هفته خیلی توجه را جلب می‌کند و یا شاید مثلاً می‌توانم بگویم که در هفته‌های اخیر خیلی توجه من را جلب می‌کند، این مسئلهٔ بالا آمدن شمس تبریزی از درون خود ما هست. یعنی من شاید اوایل که با گنج حضور آشنا شده بودم شمس تبریز را خب با ذهنم می‌گفتم خدا، زندگی، مثلاً یک چیزی از بیرون.

ولی بعداً کم‌کم که هر چقدر ما در این مسیر پیش می‌رویم، آخرش با این آموزش‌ها به این نتیجه می‌رسیم که این شمس تبریزی باید از درون خود ما بالا بیاید، یعنی همین هشیاری زندگی هست که در وجود یک انسان، یعنی انسان این‌قدر باید فضا را باز بکند که اجازه بدهد این خورشید از درونش بیاید بالا و زندگی تمام امورش را در دست بگیرد و حرفش و صحبتش و چشمش و همه‌چیز زندگی باشد.

شما فرمودید که آن چیزی که مانع می‌شود شمس تبریز در ما بالا بیاید فقط و فقط خودمان هستیم. و یکی از علت‌های اصلی این‌که مانع بالا آمدن خورشید زندگی در ما می‌شود، این است که ما تمرکزمان مرتب می‌رود روی انسان‌های دیگر. و وقتی که واقعاً ناظر می‌شویم، می‌بینیم که این اتفاق چقدر زیاد می‌افتد. یعنی مرتب ما همه‌اش داریم دیگران را در بیرون می‌بینیم، حالا به هر شکلی، به صورت مقایسه است، قضاوت است یا هر چیزی که هست یا در مرحلهٔ بدترش این‌که بخواهیم «حَبْر و سَنَى» بکنیم و کسی را تغییر بدهیم و همین‌طور تا آخر، تا کنترل کردن و این‌ها. که خب هر چقدر بیشتر در آن وادی‌ها می‌رویم، بیشتر مانع از این می‌شویم که خورشید درون ما بیاید بالا.

یک دو بیتی از غزل ۲۰۱۱ بود که من خیلی دوست داشتم و همیشه این را برای خودم می‌خوانم این دو بیت را، این‌ها هستند، می‌گوید:



## گوهرِ باقی، درآ در دیده‌ها سنگِ بستان، باقیان را برشکن

### ز آسمان حق بتاب، ای آفتاب اختران آسمان را برشکن (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰۱۱)

یعنی وقتی که گوهر باقی که زندگی هست در چشم ما می‌آید آن وقت هست که ما می‌آییم این باقیان یعنی هر تصویری که داریم از دیگران را باید این را بزنی بشکنیم با آن حضوری که در ما زنده می‌شود و فقط آن یک زندگی را ببینیم. یعنی این تصویرسازی‌ها، این چیزی که یک چیزی غیر از خودمان می‌بینیم همه این‌ها باید شکسته بشود. و اصلاً هیچ چیزی غیر از ما نیست. ما فقط خودمان هستیم و زندگی. ما مثل یک درختی می‌مانیم که تک و تنها با ریشه خودمان به زندگی وصل هستیم یا مثل یک آسمانی هستیم که به کل آسمان و فضای یکتایی وصل هستیم و مرتب هم با هر بار فضاگشایی داریم این فضا را، این آسمان را گسترده‌تر می‌کنیم.

ولی هر بار که یک تصویری از خودمان یا دیگران به مرکز ما می‌آید این فضا، این آسمان بسته می‌شود و آن حالت انقباض در ما ایجاد می‌شود. همان جسم بودن، بودن جسم در مرکز ما مانع از این می‌شود که این خورشید، شمس تبریز از درون ما بالا بیاید. فقط با تمرکز لحظه به لحظه روی این فضا هست که فضا باز و بازتر می‌شود.

و شما چندین بار شنیدم که فرمودید که واقعاً مهم‌ترین کس برای ما خودمان هستیم، یعنی هر کسی برای خودش مهم‌ترین کس هست. حالا نه این‌که ما نسبت به اطرافیانمان بی‌توجه باشیم یا با آن‌ها مهربان نباشیم، ولی ما یک وظیفه و یک مسئولیتی داریم که از همه این‌ها بالاتر است و آن این هست که محافظ هشیاری خودمان باشیم که کاری نکنیم که این هشیاری ما مستقر و قائم بر هشیاری زندگی بشود و فضای درون خودمان باز بشود و دیگر ما هیچ کاری و هیچ مسئولیتی مهم‌تر از این واقعاً در این دنیا نداریم.

اما وقتی این فضا به قدر کافی باز شد و به قول همین غزل این هفته مولانا ما «صافی صفا» شدیم، آن وقت می‌توانیم با روح‌های دیگر هم امتزاج داشته باشیم، یعنی ما می‌توانیم با انسان‌های دیگر آمیختگی روح را تجربه کنیم و آن احساس یکی بودن را.



پس حالا اگر بخواهیم نکات شاهد این غزل را یک جوری خلاصه بکنیم این‌که اول که فضا باز بشود. دوماً اگر فضا باز شد، می‌توانیم با انسان‌های دیگر هم از روی عشق ارتباط بگیریم. مراقب باشیم که توجهمان روی کسی نرود و مرتب توجهمان روی فضای بازشده درون خودمان باشد. و اگر این کارها را بکنیم، آن وقت می‌بینیم که شمس تبریز یا شمس دین از درون ما دارد بالا می‌آید، ولی وقتی دارد بالا می‌آید باید به شدت مراقب باشیم که با خرابکاری من‌ذهنی مانع بالا آمدن این خورشید از درون خودمان نشویم.

و شاید یک صحبتی هم که شما فرمودید و خیلی تکان‌دهنده بود این‌که شما گفتید شما خیلی از بینندگان با این ابیات، با این آموزش‌ها دیگر باید از این مراحل خیلی وقت‌ها گذشته باشید و واقعاً این خورشید درونتان بالا آمده باشد، نکند که قانون جبران را خوب رعایت نمی‌کنید، نکند این ابیات را به اندازه کافی تکرار نمی‌کنید. و مثلاً مثالش حالا همین ابیاتی هست که حدود پانصد بیت که خانم فاطمه از گلپایگان تهیه کرده‌اند واقعاً معجزه‌آمیز است. همین‌طوری مثلاً این ابیات را که پشت سرهم می‌خوانی، احساس می‌کنی که یک چیزی دارد در تو تغییر می‌کند و اگر مثلاً ما بتوانیم این ابیات را مرتب تکرار کنیم، خیلی کمک‌کننده است.

و بعد در ارتباط با این شمس تبریزی، غزل ۱۵۵ که در برنامه ۹۷۹ فرمودید هم فوق‌العاده جالب بود و فوق‌العاده در این راستا است که با این شروع می‌شد که ما به خاطر فراق شمس دین در «تنگنا» افتاده‌ایم. بعد وقتی که یک مقدار روی خودمان کار می‌کنیم، یک‌هو این عقل من‌ذهنی‌مان آواره می‌شود، یعنی می‌بیند که دیگر ما مثل قبل عمل نمی‌کنیم. ولی این عقل مرتب در می‌زند، هی می‌خواهد دوباره بیاید در مرکز ما، می‌خواهد این کارهایی را که همیشه به ما دیکته کرده را همچنان دیکته بکند.

بعد ما به او می‌گوییم که چه کسی است دارد در می‌زند؟ در را باز کن، بیا داخل، یعنی بیا درون فضای یکتایی که من الآن فضا را باز کردم، حالا بیا این‌جا. عقل هم می‌گوید که نه من بیایم که می‌سوزم، چون «آتش‌های لا» آن‌جا من را می‌سوزاند، یعنی در این فضای یکتایی دیگر این عقل من‌ذهنی دیگر نمی‌تواند دوام بیاورد. و بعد ما می‌گوییم که نه تو غم نخور، تو بیا آن وقت تو پاک می‌شوی.

یعنی یک پروسه‌ای را ما باید رد کنیم که وقتی داریم به خدا زنده می‌شویم، حواسمان باشد که عقل من‌ذهنی هم به خاطر این الگوهایی که دارد همچنان می‌خواهد آن کارهای قبلی خودش را ادامه بدهد، ولی هر بار در می‌زند که بیاید داخل، ما باید به او بگوییم که نه، کجا می‌خواهی بیایی؟ نه ما نمی‌آییم بیرون، آن می‌خواهد ما را بکشد بیرون. ما باید بگوییم نه ما از این فضا نمی‌آییم بیرون، این تو هستی که باید بیایی در این فضا و خودت را در این آتش‌ها بسوزی و محو بشوی.



و اگر این کار را بکنیم، آن وقت می‌بینیم که آن جان ما، آن «روح مطلق کامکار و شهبوارِ هَلْ آتی»، هستی ما از عدم سر می‌زند و ما آن «روح مطلق کامکار و شهبوارِ هَلْ آتی» می‌شویم، یعنی ما هشیاری‌مان بر هشیاری قائم می‌شود. و کم‌کم می‌بینیم که یک شعله یک شمعی در وجود ما روشن می‌شود که می‌گوید که وقتی که آن شمع را دیدی دیگر آن،

## از میان شمع بینی برفروزد شمع تو نور شمعت اندر آمیزد به نور اولیا (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۵)

یعنی یک نور فراوانی هست از زندگی، نور اولیا است، کسانی که به خدا زنده شده‌اند، ولی ما می‌بینیم این شمع درون ما هم که روشن شد آن وقت آمیخته می‌شود با این نور اولیا. یعنی ما دیگر با آن‌ها، همین حالت امتزاجی که در غزل این هفته داشتیم، ما با آن‌ها احساس یکی بودن می‌کنیم، روحمان با روح آن‌ها امتزاج پیدا می‌کند و ما موافق با نور اولیا می‌شویم.

و بعد همین‌طوری این را ادامه بدهیم، اگر در همین مرحله پیش برویم، حالا ممکن است که یک مرحله‌ای برسد که فرد به‌صورت پیشوا و مقتدا درمی‌آید، یعنی مثلاً فضای درونش باز شده، شاید یک مقداری پیغام‌ها از آن طرف به او می‌آید، در بین مردم صحبت می‌کند، مردم او را می‌پذیرند. ولی این‌جا یک مسئله‌ای هست، یک دام خیلی بزرگی را شما این‌جا مطرح کردید که جلوی پای انسان قرار می‌گیرد و آن این هست که فکر نکند که اگر به آن مرحله رسید، واقعاً شمس دین از درونش بالا آمده، نه. این مرحله را هم باید رد بکند و نباید دنبال این باشد که مثلاً پیشوا و مقتدای انسان‌های دیگر بشود و اتفاقاً یک تحولاتی اتفاق می‌افتد اگر انسان تمرکزش نرود روی دیگران و پیشوا و مقتدا شدن که این بیت خیلی به آن می‌خورد که:

ناگهان گردی بخیزد ز آن سوی محو و فنا  
که تو را وهمی نبوده ز آن طریق ماورا

شعله‌های نور بینی از میان گردها  
محو گردد نور تو از پرتو آن شعله‌ها  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۵)



یعنی همچنان یک گردی هست، که این گرد هم باید برود و ما باید آن شعله نور اصلی و آن شمس دین را ببینیم. این «پیشوا و مقتدا» بودن یک گردی است، نکند ما در همان مرحله متوقف بشویم و ادامه ندهیم. چ، ما باید آن شعله‌های نور زندگی را ببینیم. که می‌گوید وقتی آن را دیدی مطمئن باش که دیگر آن شمس دین هست، از آن تختی که هستی پایین بیا، سجده بکن.

## زو فرو آ تو ز تخت و سجده‌ای کن، ز آنکه هست آن شعاع شمس دین شهریار اصفیا (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۵)

اصفیا: اصفیاء، جمع صَفَى به معنی برگزیده

که ان شاء الله با کار روی خودمان بتوانیم واقعاً اجازه بدهیم که این شمس تبریز در ما بالا بیاید و این موانعی که شما هر بار هم در حال، قسمت‌های مختلف، برنامه‌های مختلف با ما مطرح می‌کنید، که حالا یکی از این‌ها هم «پیشوا و مقتدا شدن» بود، یکی از موانع دیگر. ان شاء الله که این‌ها مانع راه ما نباشد. خیلی ممنون از شما آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی زیبا!

خانم پریسا: بیخشید طولانی شد.

آقای شهبازی: عالی، عالی، عالی! آفرین! امروز پیغام سارا خانم را هم گوش کردید شما یا نشنیدید؟

خانم پریسا: من یک قسمت اولش را چرا گوش دادم، ولی خب یک جلسه‌ای بود، چون سر کار هستم الان نتوانستم کامل گوش بدهم. ان شاء الله عصر گوش می‌دهم وقتی برسم خانه.

آقای شهبازی: خیلی جالب بود، آره.

خانم پریسا: ولی می‌دانم که راجع به همین امتزاج روح‌ها بود اولش و این‌که جنگ جهانی و این‌ها که پیش آمده و اولش را گوش دادم. بله.

آقای شهبازی: عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم پریسا]





۲۴- خانم الناز از آلمان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم الناز]

**خانم الناز:** با اجازه‌تان می‌خواستم یک چند نکته در مورد مثنوی اخیر که خواندید، بگویم.

**آقای شهبازی:** بفرمایید. یک کمی بلندتر صحبت کنید.

**خانم الناز:** چشم، چشم. مثنوی‌ای که در چند هفته اخیر خواندید از دفتر ششم که از بیت ۱۲۲۱ شروع می‌شد، استاد این مثنوی واقعاً به‌نظر من همان‌جوری که خودتان فرمودید خیلی پر رمز و راز است و اصلاً نمی‌توانم بگویم، یک به‌نظر من یک آفریده شگفت‌انگیزی است، یک چیزی است که اصلاً من نمی‌دانم چه‌جوری می‌شود این را بیان کرد.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم الناز:** که از هر طرف که نگاه می‌کنی، یک بُعد جدیدی دارد، همین‌جوری سطح‌به‌سطح، لایه‌به‌لایه، هر سطحش چندتا بُعد دارد، هر بُعدش چندتا لایه دارد، خیلی عجیب و عظیم است.

**آقای شهبازی:** بله، بله. بخوانید ببینیم چه هست این‌ها خانم.

**خانم الناز:** والله من این را خیلی سعی کردم، از همان دفعه اول که شما خواندید سعی کردم که هی این را هر چندتا بیت که شما می‌خواندید، شروع می‌کردم پیغام بنویسم، ولی این این‌قدر باز می‌شد که اصلاً نمی‌شد جمعش کرد. یعنی واقعاً همان، یک بی‌تی داشتیم غزل چند هفته پیش که:

بر اهل معنی شد سخن، اجمال‌ها، تفصیل‌ها  
بر اهل صورت شد سخن، تفصیل‌ها، اجمال‌ها

گر شعرها گفتند پُر، پُر به بُود دریا ز دُر  
کز ذوقِ شعرِ آخرِ شتر خوش می‌کشد ترحال‌ها  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲)

اجمال: خلاصه



واقعاً این، مخصوصاً ابیات این مثنوی واقعاً هر کدامش انگاری یک دریا است، که به صورت عجیبی جناب مولانا این اقیانوس‌های عظیمی را این‌ها را در هم فشرده می‌کند، مثلاً می‌شود یک‌هو یک بیت. وقتی ولی می‌خواهی بازش کنی، همین‌جوری باز می‌شود، باز می‌شود، اصلاً نمی‌شود جمعش کرد. برای همین من اصلاً نتوانستم، یعنی هر دفعه می‌آیم می‌نشینم یک پیغام بتوانم بنویسم، اصلاً به هیچ‌جا نمی‌رسد این. برای همین دیگر امروز هم از صبح همین‌جوری با آن درگیر بودم که بتوانم یک پیغامی بنویسم، ولی واقعاً نشد و آخر هم منصرف شدم پیام بگویم، گفتم، نهایتاً الآن تصمیم گرفتم که حالا هرچه شد را می‌گویم.

آقای شهبازی: بفرمایید.

خانم الناز: اولاً این‌که، ببخشید.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم الناز: اولاً این‌که این مثنوی از یک این داستان عجزه شروع می‌شود، که یک صحنه خیلی شدیدی است، یعنی یک صحنه خیلی اثرگذاری اولش هست که آدم را میخ‌کوب می‌کند واقعاً که ماجرا اصلاً چه شکلی است. یک صحنه خیلی رقت‌انگیز که آدم را اولش جذب می‌کند که ببیند این داستان چه است، بعد از آن‌جا مثل این فیلم‌هایی که اولش از یک صحنه وحشتناک شروع می‌شود، مثلاً یکی کشته می‌شود، یک قتل است، بعد کم‌کم این تکه‌های پازل را نشان می‌دهد که چه‌جوری آمده رسیده به آن‌جا ماجرا، یک همچو چیزی شروع می‌شود. و بعداً، یعنی اولش به ما جناب مولانا دارد نشان می‌دهد که ما الآن در چه وضعیتی هستیم، بعد دوباره برمی‌گردند هی تکه‌تکه نشان می‌دهند که مثلاً جزئیات این چه است که الآن ما در این وضعیت افتاده‌ایم، چرا این‌جوری هستیم، چرا در این وضعیت گیر کرده‌ایم، هی با داستان‌های مختلف ریزریز بغل هم می‌چینند.

داستان این‌جوری شروع می‌شود که می‌گوید:

بود کمپیری نود ساله کلان  
پُر تشنج روی و رنگش زعفران

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۲۲)

چون سر سفره رخ او توی توی  
لیک در وی بود مانده عشق شوی

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۲۳)



این این را به نظر من می‌گوید که ما الآن با یک تصویر ذهنی همانیده هستیم، که این تصویر ذهنی یک عمر چند شاید صد هزار ساله دارد در بشر. و اولش شاید این یک دوره مثل هر موجود دیگری که آفریده شده، یک دوره کودکی، نوجوانی داشته، ولی الآن چند هزار سال است شاید از وقتی که مثلاً اولین پیامبر و اولیا آمدند، این دیگر به یک عجزه تبدیل شده و واقعاً هیچ کارایی دیگری ندارد، از کارایی افتاده. ولی ما همچنان این را ولش نمی‌کنیم، الآن چسبیده‌ایم به این.

بعد می‌گوید از وقتی هم که، بعد دیگر بشر با این رسید به کلی درد و روی آورد به این چیزهایی که بزرگان کشف کردند، اولیا و آمدند راه آن‌ها را بروند. یعنی ما هم الآن در این وضعیت هستیم که آمده‌ایم راه آن‌ها را برویم، ولی وضعیتی که هست در واقع چه است؟ افتاده‌ایم به وصله پینه‌دوزی همین عجزه همچنان.

این خیلی واقعاً وقتی آدم این را، من الآن چند هفته است که شما فرمودید دارم می‌بینم، اصلاً برای من حالت خیلی یک حس ناامیدی عجیبی دارد. که البته بعداً در آن داستان همین رنجور می‌گوید این خیلی خوب است البته این، که این طبیب از صحت او ناامید می‌شود، همان‌جا اتفاقاً نقطه شروع درمان است.

ولی الآن داستانی که هست، حالا کوتاهش کنیم این است که ما در این راه معنوی و مذهبی هم که حتی می‌آییم کار کردن، هرچه ما اولش آموزه‌ها را می‌شنویم این‌ها را در ذهن داریم با همین من‌ذهنی‌مان برای خودمان معنی می‌کنیم و هم‌ماش برعکس می‌شود. و ما می‌خواهیم بیاییم این مثلاً من‌ذهنی‌مان را واهمانیده بشویم، هشپاری از این واهمانیده بشود، برعکس می‌آید یک من دیگر ساخته می‌شود، من‌های دیگر، با همین آموزه‌های معنوی. ولی البته وقتی که ما می‌آییم درست کار می‌کنیم، ممکن است این من‌ذهنی‌مان کوچک می‌شود. همین‌طور که در غزل این هفته داشتیم، این من‌ذهنی هم مراتب دارد برای خودش، مثل مراتب بقا، آن هم مراتب دارد، از خیلی پست هست اولش، بعد می‌آید هی کوچک‌تر می‌شود این من‌ذهنی، تا یک جایی که باید تبدیل صورت بگیرد، ما زنده بشویم به زندگی.

ولی در این نقطه تبدیل، که الآن من فکر می‌کنم اصل این داستان این عجزه و رنجور همین است، این است که در این نقطه تبدیل ما دوباره ممکن است برگردیم به آن نقطه اول، به خانه اول. که بلافاصله بعد از این داستان اول عجزه، در مورد همین برگشت به خانه اول هم صحبت می‌شود، در آن داستان درویش. بعد این‌جا ما ممکن است دوباره یک سقوط داشته باشیم، سقوط به ذهن به‌جای این‌که از این بپریم بیرون.



و در آن داستان بعد کلی چیزهایی که جناب مولانا می‌رسند به داستان رنجور، آن‌جا دیگر خیلی روشن‌تر مسئله را می‌فرمایند که مسئله اصلی ما این است که ما همچنان در ظاهر مانده‌ایم. آن‌جا که می‌آید می‌گوید که:

**آن یکی رنجور شد سوی طبیب  
گفت: نبضم را فرو بین ای لَبیب**  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۹۳)

**که ز نبض آگه شوی بر حال دل  
که رگ دست است با دل متصل**  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۹۴)

یعنی ما همچنان وقتی می‌آییم خودمان که درمان بشویم، همچنان می‌خواهیم ظاهرمان را درمان کنیم و برای همین هم هست که می‌افتیم مثل آن عجوزه به این، دوباره این دفعه با مثلاً حتی از این چیزهایی که از آموزه‌ها یاد می‌گیریم، می‌خواهیم همین صورت من‌ذهنی‌مان را ترمیم کنیم، درست کنیم، چون هنوز در سطح هستیم. ولی جناب مولانا آن‌جا هم، این طبیب می‌گوید که تو باید از ذهن بپری بیرون کلاً، دیگر حتی آن صبر و پرهیز را هم به ایشان نمی‌دهد. می‌گوید که تو باید کلاً از کل این بپری بیرون. ولی خب این باز همین را، باز همین، همین لغزشگاه را جناب مولانا این‌جا می‌خواهد به ما نشان بدهد که ما بالاخره یک نقطه‌ای می‌شود که باید بپریم از ذهن بیرون، یعنی ما یک جایی می‌رسد که ما دیگر باید فقط به آن، در غزل دو هفته پیش هم داشتیم که:

**از عنایت‌های آن شاه حیات‌انگیز ما  
جان نو ده مر جهاد و طاعت و انفاق را**  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۱)

یعنی ما دیگر باید به آن حیات دم‌به‌دم زنده بشویم دیگر. ولی همین‌جا یک لغزشگاه است که ممکن است دوباره سقوط کنیم به ذهن. آن هم چه‌جوری سقوط می‌کنیم به ذهن؟ این‌که دوباره این‌ها را ما می‌آییم وقتی که می‌خواهیم «استفتوا القلوب» بکنیم، برگردیم به دلمان، دوباره ما برمی‌گردیم به تخیلات ذهنی‌مان، به دل همانیده‌مان و این خطری است که الآن ما را وقتی که این راه را تا یک مقدار آمده‌ایم، تهدید می‌کند.

طبیب به رنجور می‌گوید گفت:



گفت: هر چت دل بخواهد، آن بکن

تا رَوَد از جسمت این رنج کهن

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۲۳)

هرچه خواهد خاطر تو، وامگیر

تا نگرَد صبر و پرهیزت زحیر

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۲۴)

صبر و پرهیز این مرض را، دان زیان

هرچه خواهد دل، درآرش در میان

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۲۵)

ولی این رنجور این را دوباره وقتی می‌آید به این عمل کند، تخیلاتش را بالا می‌آورد. برای همین ما این‌جا خیلی باید، این کار ظریف است، که حواسمان باشد که برنگردیم به این. و خود جناب مولانا فوراً راه‌حلش را هم می‌گویند، می‌گویند راه‌حل این هیچ‌چیز نیست جز این‌که ما باید دید پایان‌بینمان باز بشود و ما دیگر باید عدم‌بین بشویم. و آخر ما از اول عدم بودیم، آخر ما عدم هست، ما دیگر باید فقط فضا را ببینیم و کاملاً از این «هست»، «نیست» را ببینیم، از این چیز، پنهان، نهان را ببینیم.

و خیلی جالب است در طول تمام این داستان جناب مولانا این‌ها را می‌گویند که ما مثلاً از غباربین باید بادبین بشویم، از جسم مثلاً باید برویم به ضمیر. از خمیر دیگر باید دست بکشیم که این من‌ذهنی را هی این‌ور آن‌ور کنیم با آن‌ور برویم، ما باید مستقیم برویم به آن‌نان.

و خیلی این حالا دیگر زیاد است من هم زیاد حرف زدم. ان‌شاءالله بتوانم یک پیام بکنم منسجم. ببخشید استاد.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم الناز]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم پروین]

## امتزاز روح‌ها در وقت صلح و جنگ‌ها با کسی باید که روحش هست صافی صفا (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۸)

امتزاز: آمیختگی، آمیخته شدن  
صافی صفا: پاک پاک، زلال زلال

انسان ذره نور خداوندی است، با ورود به این جهان و در تماس با ذرات دیگر و اصطکاک با آن‌ها دارای بار شدیم، یعنی کشش یا دافعه به سمت چیزها پیدا کردیم. و از آن به بعد، تحت تأثیر این جاذبه و دافعه، هر لحظه به سمتی کشیده شدیم. این‌جا هیچ آگاهی از وجود خود نداشتیم.

امتزاز روح‌های ما برحسب شرایط و نیازها است. ولی هدف خلقت این نبود که عمری بی‌اراده تحت تأثیر بار من‌ذهنی رفتار کرده، با دیگران مختلف شویم. با این بیت متوجه شدم که شاید صلح، به نظر خوب و جنگ، به نظر بد بیاید ولی هر دو درواقع هشیاری ما را به تله انداخته، هم خودمان ناآگاهانه حرکت می‌کنیم و با باری که حمل می‌کنیم باعث حرکت ناآگاهانه دیگران هم می‌شویم.

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

تو ذره بی‌اراده نیستی، نیازی به این جاذبه‌ها نداری.

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

[قطع تماس]



[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم سعیده]

**خانم سعیده:** آقای شهبازی فکر کردم دیگر تلفن نمی‌گیرید، می‌خواستم قطع کنم. من سعید هستم از کانادا.

**آقای شهبازی:** نه، آن یکی قطع شد، بله، به جای آن گرفتم، بفرمایید.

**خانم سعیده:** عزیزم، خیلی خوشحال شدم. آقای شهبازی ببخشید من می‌خواستم دوتا تجربه به اشتراک بگذارم با اجازه‌تان.

**آقای شهبازی:** بفرمایید.

**خانم سعیده:** آقای شهبازی شما همیشه می‌فرمایید که از کسی توقع نداشته باشید و من هم‌ااش فکرم می‌رفت در چیزهای مادی، می‌گفتم خب من از کسی چیزی لا بد نمی‌خواهم و نمی‌خواستم هم واقعاً، ولی متوجه شدم که یعنی با توضیحات خیلی قشنگ خود شما این‌که توقع ما فقط مادی نیست، ممکن است خیلی‌هایش حالت روحی و روانی داشته باشد، مثلاً توقع به درک شدن یا تأیید و توجه گرفتن.

بعد من متوجه شدم که آقای شهبازی من خیلی دوست داشتم که توسط پدر و مادرم تأیید و توجه بگیرم، یعنی همه‌اش از بچگی می‌گفتم که دوست دارم یک کاری بکنم پدر و مادرم به من افتخار بکنند، خیلی خوشحال باشند از دست من. و این را نمی‌دانستم که من دارم این تلاش را می‌کنم، زیر زیر این اشتباه را دارم انجام می‌دهم.

و بعد متوجه شدم که من اصلاً خودم ایراد دارم که اصلاً نمی‌بینم پیشرفت بقیه را، متوجه پیشرفت و زحمت دیگران نیستم. متوجه شدم پدر و مادر منی که این‌قدر دارند عاشقانه و صادقانه روی خودشان کار می‌کنند، زحمت می‌کشند، چون خب بالاخره آدم هرچه سنش بالاتر می‌رود، ممکن است یک سری باورها در او عمیق‌تر شده باشد، یک کم این‌ها سخت‌تر شده باشد شست‌وشو، شناسایی‌اش، ولی این همین این‌ها دارند با عشق و با صداقت روی خودشان کار می‌کنند، من اصلاً این‌ها را نمی‌دیدم، ولی همه‌اش می‌گفتم کاشکی این‌ها متوجه بشوند.

یکی این را متوجه شدم که چقدر همین‌که آدم واقعاً تأیید و توجه بخواهد از بقیه، چقدر آدم را در این مسیر عقب می‌اندازد و چقدر این یک سم بزرگی است در این راه.

یک تجربه دیگر هم داشتم در رابطه با این‌که نمی‌دانم چرا، ولی این‌جوری در ذهنم بود که مثلاً انگار مثلاً به‌عنوان والدین حالا پدر و مادر، من مثلاً اگر که فرزندم یک کاری را اشتباه دارد انجام می‌دهد، یا مثلاً یک چیزی را



خطا می‌کند، مثلاً من باید که به قول گفتنی خیلی جدی با او برخورد کنم، بگویم نه، این جوروی نه، نه، این جوروی نه.

بعد یک اتفاق خیلی جالبی افتاد، من یک بار داشتم، خب من بچام اصلاً یک سال و ده ماهه است، بعد ما داشتیم با هم یک کاری را انجام می‌دادیم، بعد او با آن دست‌های کوچکش، با آن قد کوچکش آمده بود و ایستاده بود داشت کمک من می‌داد. و بعد همین‌طور که داشت این کار را انجام می‌داد، خب به خاطر این‌که کار یک کم برایش سخت بود و سنگین بود، یک سری چیزها را می‌ریخت، بعد من هی مدام ناظر ذهنم بودم که ذهنم بالا می‌آمد و می‌گفتش که بگو که مثلاً مامان نریز، این جوروی نکن، فلان، این‌ها اصلاً از دستش بگیر، بعد یک لحظه همان موقع دستم گیر کرد به یک جایی خود من هم آن چیزی را که داشتم انجام می‌دادم ریختم. بعد گفتم که دیدی حالا، دیدی خدا به تو نشان داد که تو هم می‌ریزی، حالا بیا برنا به تو بگوید که نریز.

خب بعد هم اصلاً متوجه شدم که بگویم که اصلاً من چکاره هستم که مثلاً خودم را مثلاً مالک چیزی می‌دانم این‌جا؟ بله اگر که مثلاً بچه یک کاری را اشتباه دارد انجام می‌دهد اولاً که متوجه باشم که خودم چقدر اشتباه دارم و اشتباه می‌کنم. بعد هم این‌که مثلاً می‌توانم به او بگویم که مثلاً مامان ببین این جوروی من هم ریختم، بیا این جوروی انجامش بدهیم. نه این‌که خودم را در یک جایگاه بالاتری از بچام بدانم و فکر کنم که او نمی‌فهمد، من می‌فهمم و من حالا باید به او این جوروی بگویم که به قول گفتنی چکار کن و چکار نکن.

یک چیز دیگر این‌که اصلاً من مالک چیزی در این زندگی نیستم، هرچه هست خدا داده. چه بسا به برکت وجود همین پسر نازنین به ما یک برکات را داده، چه کسی باشم که بخواهم حس کنم که لابد من مالک این‌ها هستم باید مثلاً من تهیه کردم این‌ها را، من باید مراقبشان باشم. نه، اصلاً اگر هر چیزی هم هست مگر نه این‌که خدا به برکت وجود انسان‌هایی به حضور رسیده، انسان‌هایی که واقعاً درونشان پاک است، خیلی از این برکات را به این دنیا می‌رساند. خب این بچه‌ها وقتی از آن طرف می‌آیند همه‌شان یک کوه انرژی و نور و عشق هستند، برکت می‌آورند به زندگی آدم، ما اگر چیزی در زندگی مان هست، از برکت این بچه‌ها است. اگر آگاهی برایمان می‌آید، اگر که برکتی در زندگی مان می‌آید، از برکت وجود بچه‌ها است. همین را می‌خواستم بگویم، خیلی ممنون آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین، آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم سعیده]





۲۷- آقای بیننده از ایلام

آقای شهبازی: شما نشنیده بودید این آخرین تلفن است؟

آقای بیننده: نه، نشنیدم.

آقای شهبازی: چه خوب! [خنده آقای شهبازی] آفرین! بفرمایید. دیگر مال شما آخرین تلفن است. این تلفن آخرین تلفن است، بعد از آن نخواهم گرفت. لطفاً زنگ نزنید.

آقای بیننده: جناب، من یک جمله می‌خوانم دیگر تمام می‌کنم. پیغام نمی‌خوانم، چون آخر برنامه است، شما خسته هستید.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، بفرمایید. نه، پیغامتان را بفرمایید.

آقای بیننده: یک جمله از یک نویسنده خارجی. می‌گوید: زمانی که بخواهید وصیت‌نامه بنویسید، متوجه خواهید شد تنها کسی که از دارایی‌تان سهمی ندارد خودتان هستید، پس تا می‌توانید از زندگی‌تان لذت ببرید.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای بیننده: این‌جا پایان می‌برم، خداحافظی می‌کنم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای بیننده]

۲۸- آقای پویا از آلمان

[سلام و احوال‌پرسی آقای پویا و آقای شهبازی]

**آقای پویا:** برای این‌که وقتتان را نگیرم، خیلی صحبت نمی‌کنم. می‌خواستم بگویم که در این چند وقت اخیر یک پیشرفت عظیمی یا افق‌گشایی‌ای در خودم می‌دیدم و همه‌اش به‌خاطر این بوده که به جزئیات برنامه توجه بیشتر می‌کردم و به تمام برنامه توجه می‌کردم. و این‌که یک ضرب‌المثل هم هست که می‌گویند شیطان در جزئیات است، این خارجی‌ها می‌گویند، و واقعاً هم همین است. بعد در یکی از این جزئیات که خیلی کمک‌کننده بود، در این برنامه ۹۸۰ در موردش صحبت کردید. کل مطلب حالا در مورد نقطه انحراف است، من حالا مطلب کامل نشده، ولی آن هسته اصلی‌اش را با شما در میان می‌گذارم.

**آقای شهبازی:** بله، بله.

**آقای پویا:** هسته اصلی‌اش در مورد نقطه انحراف است، من بیت را می‌خوانم، دو بیت اول غزل:

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)

«چون تغیر هست در جان»، این «تغیر» را شما معنی کردید به حالا یک لغت انگلیسی هم گفتید به‌عنوان (deviation) یا انحراف، و این نقطه انحراف ما در یکی ندیدن خودمان با دیگران زمانی شروع می‌شود که تمام تمرکز ما از خودمان برداشته می‌شود و بقیه، بیرون قرار داده می‌شود، حالا می‌تواند مردم باشه، بیشتر هم مردم است چون ما در زندگی روزمره‌مان با مردم خیلی در ارتباطیم. من به زندگی خودم یک گریزی زدم و دیدم که عمق فاجعه خیلی بیشتر از آن چیزی است که تا الآن با شعرهای «حبر و سنی» و این‌ها می‌خواندیم و در مثنوی هم که داشتیم: «در چه کاری تو و، بهر چیت خرنند؟» مولانا از این، با این زبان از ما سؤال می‌کند، می‌گوید تو بهر چه کاری هستی؟



و من بیشتر دقیق شدم در زندگی خودم، من واقعاً تمام حواسم معطوف به خودم نیست، معطوف به دیگری است. اگر اغراق نکرده باشم، فکر کنم در روز این اتفاق حدوداً صد بار می‌افتاد آقای شهبازی. مثلاً در باشگاه می‌رفتم بقیه افرادی که می‌آیند باشگاه را نگاه می‌کردم، می‌گفتم چه عضلاتی دارد. و اعضای گنج حضور زنگ می‌زنند، حواسم می‌رود به آن‌ها. می‌آیم سر کار، حواسم می‌رود به همکارها. در خیابان راه می‌روم، کلاً آدم خوشگل می‌بینم حواسم می‌رود طرف آن. کلاً، اصلاً، عملاً هر چقدر من دقیق‌تر شدم دیدم اصلاً غیر از این نیست که تمام نقطه انحراف من از آنجایی شروع می‌شود که حواسم از روی خودم برداشته می‌شود.

شما در برنامه ۹۸۰ گفتید شما اگر حواستان را از روی دیگران بردارید فقط بگذارید روی خودتان، خواهید دید که زندگی‌تان از زمین تا آسمان عوض می‌شود. این تغییر سرعت پیدا می‌کند و هر موقع هم مچ خودتان را گرفتید دیدید که راجع به دیگران دارید در ذهنتان حرف می‌زنید، فکر می‌کنید، فوراً قطع کنید، بیاید به خودتان که من الآن چکار باید بکنم؟ من به چه چیزی نیاز دارم؟

و واقعاً هم همین اتفاق برای من افتاد، زمین تا آسمان احساس کردم که می‌توانم مچ خودم را در روز بگیرم. و این نقطه انحراف را حالا شما وصل کردید به این که شمس دین یا خورشید زندگی از درون ما طلوع نمی‌کند تا مادامی که این تغییر در جان هست. چون در مصرع دومش هم می‌گوید: «آن نه یک روح است تنها، بلکه گشتستند جدا». یعنی از لحظه‌ای که ما تمرکز و نورافکن را از روی خودمان برمی‌داریم دیگر عملاً یک روح نیستیم با دیگری و جدا شده‌ایم. و این وصل می‌شود به این که خورشید بالا نمی‌آید، در نهایت ما همه‌مان شمس دین هستیم، ولی آن خورشید و امتداد خدا از زندگی ما بالا نمی‌آید تا مادامی که نقطه ظریف انحراف در ما وجود دارد.

و این هم عملاً در برنامه ۹۸۰ گفتید که دید «پایان‌بین» به‌عنوان یک ابزار همین است که ما این را شناسایی بکنیم و این رابطه را شناسایی بکنیم که تا این اتفاق نیفتد آن یکی اتفاق نمی‌افتد. یعنی تا مادامی که ما توجه‌مان کاملاً و صد درصد روی خودمان نباشد، شمس دین بالا نمی‌آید، و یک معادله و رابطه مستقیم است، دو طرف معادله‌اند. توجه از روی خود برداشتن، حتی ملامت کردن خود هم محسوب می‌شود، آدم تمرکزش را از روی خودش برمی‌دارد و تمرکزش را عملاً می‌گذارد روی من‌ذهنی.

بعد یک بیتی هم که در برنامه ۹۸۰ داشتیم، حالا مصرع اولش را من ندارم، ولی مصرع دومش می‌گفت «پس از نظر آید صورت، آشکال مرد و زن شده». شما گفتید که هر سو که ما نظر می‌اندازیم، دقیقاً تمرکز ما همان سو می‌رود و همان اتفاق می‌افتد، همان می‌شود. پس این تمرکز را ما باید بیابیم روی خودمان بگذاریم، که وقتی جمع بشود، این منسجم بشود، باعث می‌شود که آن خورشید بالا بیاید.



الآن این‌جا خیلی صدا زیاد شد آقای شهبازی، من باید خیلی زود قطع کنم. مزاحم شما و بینندگان شدم.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم. عالی!

**آقای پویا:** ولی درست مثل این می‌ماند، من در باشگاهم تمرکز کردم، مثل این می‌ماند که من دوست دارم عضله شکم ظاهر بشود ولی مثلاً نرمش‌هایی می‌کنم، یک نرمش‌هایی می‌کنم که عضله بازو و سینه را بزرگ‌تر می‌کند، این یک روش اشتباهی است. ولی این ابزاری که شما به من دادید، خیلی در روز کاربردی است، من فقط این ابیات را تکرار می‌کنم. از این لحظه‌ای که نقطه انحراف ما شروع می‌شود، ببینیم که آن لحظه‌ای که تمرکز را از روی خودمان برمی‌داریم و می‌گذاریم روی چندتا گروه، از همان لحظه هم باید حواسمان باشد که دیگر شمس دین بالا نمی‌آید.

مرسی دیگر، خیلی ممنون.

**آقای شهبازی:** عالی! ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای پویا]

❖ ❖ ❖ **پایان بخش سوم** ❖ ❖ ❖