

کنج ضرور

متن کامل پیام‌های تلفنی

۱-۹۸۶

اجرا: آقای پرویز شهبازی

تاریخ اجرا: ۲۶ آبان ۱۴۰۲

www.parvizshahbazi.com



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

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۹۵)

چقدر مهم است که شما زکات روی خوب را می‌دهید، قانون جبران را رعایت می‌کنید. ما نمی‌توانیم چیزهایی که یاد می‌گیریم برای خودمان نگه داریم. درعین حال مواظب هم هستیم چیزی را به کسی تحمیل نکنیم. مثل سفره سیزده بدر غذايمان 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 ۱-۹۸۶

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 ۱-۹۸۶		
الناز خدایاری از آلمان	شبم اسدپور از شهریار	مهردخت از چالوس
الهام فرزامنیا از اصفهان	عارف صیفوری از اصفهان	مریم زندی از قزوین
پارمیس عابسی از یزد	فاطمه زندی از قزوین	یلدا مهدوی از تهران
پریسا حسن‌زاده از تبریز	فرشاد کوهی از خوزستان	بهرام زارعیپور از کرج
حسام موسوی از مازندران	فهیمه فدائی از تهران	امیرحسین حمزه‌ثیان از رشت
رویا اکبری از تهران	کمال محمودی از سندج	زهره عالی از تهران
رها موسوی از مازندران	لاله رمضانی از اصفهان	شاپرک همتی از شیراز
ریحانه شریفی از تهران	لیلی حسینیقلی‌زاده از تبریز	مهران لطفی از کرج
مرجان فرخ سرشت از استرالیا	مریم مهرپذیر خیابانی از تبریز	ناهید سالاری از اهواز

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 ابراهیم از تبریز	۵
۲	خانم بیننده از پردیس	۹
۳	خانم یکتا مرادی از شهر بابک	۱۲
۴	خانم صدیقه از استان مرکزی	۱۴
۵	آقای اکبر از تبریز	۱۷
۶	سخنان آقای شهبازی	۱۹
۷	آقای سیدعباس از کرج	۲۰
۸	خانم مریم از تهران با سخنان آقای شهبازی	۲۳
۹	خانم مهزاد از زنجان با سخنان آقای شهبازی	۲۶
۱۰	خانم زهرا از تهران با سخنان آقای شهبازی	۳۰
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش اول ◇ ◇ ◇	۳۱
۱۱	آقای منصور از استان مرکزی	۳۲
۱۲	سخنان آقای شهبازی	۳۵
۱۳	آقای پویا از آلمان	۳۷
۱۴	خانم فرخنده از جوزدان نجف‌آباد	۴۱
۱۵	سخنان آقای شهبازی	۴۴
۱۶	خانم یلدا از تهران با سخنان آقای شهبازی	۴۵
۱۷	خانم مرجان از استرالیا با سخنان آقای شهبازی	۴۸
۱۸	خانم لادن از کانادا	۵۱
۱۹	خانم پروین از اصفهان	۵۵



ردیف	پیام دهنده	صفحه
۲۰	آقای صادق از ایلام با سخنان آقای شهبازی	۵۸
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش دوم ◇ ◇ ◇	۶۲
۲۱	خانم‌ها زرین و تیارا و یکتا از زرین‌شهر با سخنان آقای شهبازی	۶۳
۲۲	خانم بیننده از آلمان	۶۸
۲۳	آقای بیننده از ایران با سخنان آقای شهبازی	۷۱
۲۴	آقای حسام از مازندران با سخنان آقای شهبازی	۷۴
۲۵	آقای مهران از کرج	۷۹
۲۶	خانم وجیهه از تهران	۸۳
۲۷	خانم زینب و میترا ناز و آقای سامان از بروجن	۸۹
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش سوم ◇ ◇ ◇	۹۲



گر بفرماید بگو، بر گوی خوش
لیک اندک گو، دراز اندر مکش

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۰۷۳)

ور بفرماید که اندر گش دراز
همچنین شرمین بگو، با امر ساز

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۰۷۴)

شرمین: شرمناک، باحیا
با امر ساز: از دستور اطاعت کن

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای ابراهیم]

آقای شهبازی: آقای ابراهیم شما پیروزها زنگ زده بودید، گفتم شش ماه. این‌ها مال کسانی است که تا حالا زنگ نزده‌اند.

آقای ابراهیم: من این را متوجه نشدم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: از اول گوش کنید برنامه را خواهش می‌کنم. بفرمایید حالا.

آقای ابراهیم: عذرخواهی می‌کنم اصلاً متوجه نشدم. اگر اشکال کردم می‌توانم قطع کنم؟

آقای شهبازی: نه خواهش می‌کنم حالا دیگر زنگ زدید، همشهری من هم هستید. نمی‌توانیم همشهری‌مان را قطع کنیم که.

آقای ابراهیم: ممنونم از شما. آقای شهبازی عزیز من یک دستاورد، یک تجربه‌ای داشتم از حکایت والی و خاربن هفته گذشته، من این را می‌خواستم با شما و خانواده گنج حضور به اشتراک بگذارم.

آقای شهبازی: بفرمایید خواهش می‌کنم.

آقای ابراهیم:

همچو آن شخص درشت خوش‌سُخُن
در میان ره نشاند او خارِبَن

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۲۷)

ره‌گذریان‌ش ملامت گر شدند
بس بگفتندش: بکن آن را، نکند

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۲۸)



هر دمی آن خاربن افزون شدی
پای خلق از زخم آن، پرخون شدی
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۲۹)

جامه‌های خلق بدریدی ز خار
پای درویشان، بخستی زار زار
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۳۰)

چون به جد حاکم بدو گفت این بکن
گفت: آری بر کنم روزیش من
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۳۱)

مدتی فردا و فردا وعده داد
شد درخت خار او محکم‌نهاد
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۳۲)

آقای شهبازی ما این را دو دوره خواندیم برای بهتر درک کردن الحمدالله.

آقای شهبازی: خب؟

آقای ابراهیم: من هفته گذشته که این جمع‌بندی شد، من از زندگی یک طلب کردم که من این را بتوانم تجربه کنم و زندگی دو روز بعدش مرا به یک جایی کشاند که من تجربه کردم، این را می‌خواستم این تجربه را الآن عرض کنم خدمت شما.

آقای شهبازی: بفرمایید.

آقای ابراهیم: من سال‌ها پیش در یک جاده‌ای تردد می‌کردم، خیلی بیشتر تردد می‌کردم.

آقای شهبازی: کجا تردد می‌کردید؟

آقای ابراهیم: یک جاده‌ای، جاده‌ای این طرف‌ها. در آن جاده بیشتر که تردد می‌کردم زندگی مرا بعد از آن‌که طلب کردم، دو روز بعدش کشید بُرد سمت آن جاده. بعد ما متأسفانه در اثر من‌ذهنی، تحرکات من‌ذهنی در آن جاده خیلی کارهای اشتباه، خطرناکی انجام داده بودیم و آن‌جا من رفتیم که در جاده، من‌ذهنی آمد وسط که بله ابراهیم شما این‌جا رفتی و آمدی عین کف دست می‌شناسی، سلطان جاده هستی و تا من به خودم بجنبم دیدم که بله من قوانین را رعایت نکردم، آن‌جا من دارم شلوغ‌کاری می‌کنم مثل قبل، و این را شناسایی کردم در لحظه.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای ابراهیم: و با این بیت‌هایی هم که خواندم:



همچو آن شخص درشت خوش‌سُخُن در میان رَه نشاند او خار بُن

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۲۷)

این را من ذهنی خودم قرار دادم، بعد که من این‌جا خیلی مردم را اذیت کردم، واقعاً اذیت کردم! و الآن خیلی نادم و پشیمان هستم.

رَه گذریانش مَلامتِ گر شدند بس بگفتندش: بکن آن را، نکند

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۲۸)

بعد ما توسط راننده‌های دیگری که می‌آمدند به ما تذکر می‌دادند که آقا شما خیلی بد رانندگی می‌کنی در جاده، مراعات کن، ولی متأسفانه ما در اثر تحرکات من ذهنی این‌ها را گوش نمی‌دادیم که هیچ، بعد مسخره‌شان هم می‌کردیم.

هر دمی آن خار بُن افزون شدی پای خلق از زخم آن، پُر خون شدی

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۲۹)

این‌جا ما هر لحظه که تنش‌هایی در جاده، استرس‌هایی برای خودمان و دیگران ایجاد می‌کردیم، این بیت را من با آن قیاس می‌کنم در خودم، در گذشته که ما این‌جا خیلی مردم را استرس و فشار دادیم.

جامه‌های خلق بدریدی ز خار پای درویشان، بخستی زار زار

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۳۰)

این‌جا ما آقای شهبازی یک تربیلی که بر فرض مثال یک کوه پشتش هست، تنظیم کرده که جلوتر یک سربالایی هست، آن‌جا را دنده سنگین برود، ما متأسفانه باز هم ایشان را آن‌جا اذیت می‌کردیم، بعد جلوی‌شان را می‌گرفتیم، سرعتمان را کاهش می‌دادیم که نمی‌گذاشتیم این به کارش ادامه بدهد و این را واقعاً جای این درویش می‌گذارم و اذیتش می‌کردیم.

چون به جد حاکم بدو گفت این بکن گفت: آری بر گنم روزیش من

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۳۱)



قبل از این‌که ما به یک جایی برسیم رانندگان دیگری به پلیس‌های راهور زنگ می‌زدند و از ماشین و پلاک ما شکایت می‌کردند و جلوی ما را می‌گرفتند این‌ها و جریمه می‌کردند، اخطار می‌دادند، نصیحت می‌کردند. به آن‌ها می‌گفتیم بله ما انجام می‌دهیم، این کار را دیگر نمی‌کنیم، ولی دوباره در کار خود بودیم.

مدتی فردا و فردا وعده داد شد درخت خار او محکم‌نهاد (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۳۲)

و یک روزی که من آن‌جا تردد داشتم، متأسفانه یک دانه باعث شدم که خطر ایجاد بشود که به حمد خدا خسارت جانی و مالی نشد، ولی همه در اذیت افتادیم و همه استرس کشیدیم، عذاب کشیدیم و من به‌دست زندگی آن‌جا تنبیه شدم من فوبیا (ترس شدید یا بیمارگونه: Phobia) گرفتم، فوبیای ترس از رانندگی گرفتم. یک مدتی اصلاً نمی‌توانستم من پشت فرمان بنشینم.

من این را تجربه کرده بودم قبلاً، زندگی کرده بودم، و چون از زندگی طلب کردم که من این را می‌خواهم حسش کنم، ببینم، این دو روز بعدش این را به من نشان داد که قبلاً این کارها را انجام دادی و الآن هم تا زنده‌ایم، دیگر از این کارها هم نمی‌کنیم ان‌شاءالله.

آقای شهبازی: آفرین، عالی‌عالی!

آقای ابراهیم: بعد آقای شهبازی یک کوتاه، اگر امکان دارد یک کوتاه؟

آقای شهبازی: هفت دقیقه صحبت کردید. بفرمایید سریع چه می‌خواهید بگویید.

آقای ابراهیم: عذرخواهی می‌کنم. یک دستاورد من این بود که من از مسیر خانه تا مسیر کارم، یک یک ساعتی راه است، یک گذرگاهی هست که خیلی ترافیک می‌شود. بعد کسانی که، اشخاصی که منتظر من بودند زنگ می‌زدند که کجا هستی، من می‌گفتم که یک ساعت دیگر می‌رسم، بعد می‌آمدم در ترافیک گیر می‌کردم، بعد هول می‌شدم. من آخرسر متوجه شدم که آقا این من نیستم که دارم می‌روم، زندگی دارد من را می‌برد. الآن خیلی به‌راحتی می‌خواهم می‌گویم به آن‌ها که آقا من دارم می‌آیم و جای دیگری هم نمی‌روم و مستقیم دارم می‌آیم سر کار اگر قسمت بشود و دیگر بدقول هم نمی‌شوم پیش آن‌ها. این هم یک دستاورد هفته‌ای که رد کردیم بود.

آقای شهبازی: خیلی ممنون.

آقای ابراهیم: از شما خیلی ممنون، سپاسگزارم. من عذرخواهی می‌کنم قوانین را من واقعاً نمی‌دانستم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای ابراهیم]



۲- خانم بیننده از پردیس

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی با خانم بیننده]

خانم بیننده: ببخشید آقای شهبازی من می‌خواستم که یک مطلبی آماده کرده بودم، می‌خواستم راجع به من‌ذهنی این‌ها!

آقای شهبازی: از کجا زنگ می‌زنید؟ اول بفرمایید از کجا زنگ می‌زنید؟

خانم بیننده: من از پردیس زنگ می‌زنم.

آقای شهبازی: بله بله، بفرمایید.

خانم بیننده: ببخشید هُل شدم!

آقای شهبازی: یک نفَس عمیق بکشید پس.

خانم بیننده: بله بله. من راجع به چهار مرغِ ابراهیم مطلبی آماده کرده بودم می‌خواستم برایتان توضیح بدهم.

آقای شهبازی: بفرمایید، بله.

خانم بیننده: ما از این قصه می‌فهمیم که فضا را اول باید باز بکنیم تا فکرمان عوض بشود و وقتی فکرمان عوض شد قسمت‌های من‌ذهنی را کلاً عوض می‌کنم.

تو خلیلِ وقتی ای خورشید هُش

این چهار آطیارِ رهن را بکش

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱)

آطیار: جمع طَیر، به معنی پرند

می‌گوید که تو یک هشیاریِ خورشیدمانند داری، تو این چهار مرغِ رهن هشیاری‌ات را بکش، مانند حرص و شهوت‌رانی به چیزهای آفل این دنیا و خودنمایی و جاه‌طلبی.

زآن‌که هر مرغی از این‌ها زاغ‌وش

هست عقلِ عاقلان را دیده‌کش

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۲)

دیده‌کش: دیده‌کشنده، بیرون آورنده چشم

یعنی هر یک از این چهار پرند مانند زاغ، دیده‌ادراک را کور می‌کنند.



چار وصف تن، چو مرغان خلیل بسمل ایشان دهد جان را سبیل (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۳)

بسمل: ذبح کردن حیوان، وجه تسمیه‌اش اینست که در آغاز زیچ، جمله شریفه بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ را می‌خوانند.

می‌گوید اگر ما این چهار صفت ذهنت را که در خودمان هست پیدا بکنیم و قربانی بکنیم، جان ما راه را پیدا خواهد کرد.

ای خلیل اندر خلاص نیک و بد سر ببرشان، تا رهد پاها ز سد (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۴)

سد: بند، حایل میان دو چیز.

یعنی تو این‌ها را که باعث هشیاری جسمی تو می‌شوند، یعنی این‌ها تو را به تله انداختند.

کُل تویی و جملگان اجزای تو برگشا که هست پاشان پای تو (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۵)

می‌گوید اگر این‌ها را آزاد بکنی تو با زندگی یکی شدی و پاهای آن‌ها به مثابه پاهای خود تو هستند. ببخشید آقای شهبازی زیاد خوب نبود، ولی بالاخره! **[خانم بیننده می‌خندند]**

آقای شهبازی: تمام شد؟

خانم بیننده؟ بله‌بله.

آقای شهبازی: خیلی ممنون، خیلی خُب حداقل،

خانم بیننده: آقای شهبازی حالم خیلی بهتر شده می‌خواستم بگویم که از موقعی که به شما زنگ زدم حالم خیلی بهتر شده و از گذشته و آینده خیلی جمع شدم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! چند سال است، چند وقت است برنامه را می‌بینید؟

خانم بیننده: من الآن یک سال است دارم جدی نگاه می‌کنم و خیلی خوشحال هستم با شما صحبت می‌کنم.

آقای شهبازی: خیلی ممنون. حالا همین‌طور ادامه بدهید ان‌شاءالله دیگر همه‌چیز درست می‌شود، بله. خُب کاری ندارید دیگر؟!



خانم بیننده: خواهش می‌کنم. دیگر می‌خواستم بگویم که با خانواده‌ام خیلی رابطه‌ام بد بود، الآن خیلی خوب شده.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! خیلی خب!

خانم بیننده: هفته قبل هم که نتوانستم حرف بزنم!

آقای شهبازی: ممنونم دیگر، این هفته خیلی خوب حرف زدید. خُب با شما دیگر خداحافظی کنم پس.

[خداحافظی آقای شهبازی با خانم بیننده]

خداحافظی



۳- خانم یکتا مرادی از شهر بابک

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم یکتا]

خانم یکتا: آقای شهبازی من در ابتدا با مولانا هیچ آشنایی نداشتم، ولی به لطف پدر بزرگم توانستم با مولانا آشنایی خیلی خوبی پیدا کنم و به خدا زنده بشوم. و هم از شما و هم از پدر بزرگ عزیزم تشکر بکنم.

آقای شهبازی: آفرین! شما الآن چند سالتان شده گفتید؟

خانم یکتا: من دوازده سال.

آقای شهبازی: دوازده ماشاءالله! بفرمایید بله، خواهش می‌کنم.

خانم یکتا: حالا اگر اجازه بدهید می‌خواهم برایتان چند بیت شعر بخوانم.

آقای شهبازی: بله بله.

خانم یکتا:

تا در طلب گوهر کانی کانی

تا در هوس لقمه نانی نانی

(مولوی، دیوان شمس، رباعیات، رباعی ۱۸۱۵)

هر که بستاید تو را، دشنام ده

سود و سرمایه به مفسس وام ده

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۳۳۰)

ای زندگی تن و توانم همه تو

جانی و دلی ای دل و جانم همه تو

تو هستی من شدی از آنی همه من

من نیست شدم در تو از آنم همه تو

(مولوی، دیوان شمس، رباعیات، رباعی ۱۵۴۹)

ای عاشقان ای عاشقان من از کجا، عشق از کجا

ای بیدلان، ای بیدلان، من از کجا، عشق از کجا

(ناشناس)



آقای شهبازی: آفرین آفرین!

خانم یکتا: ممنون.

آقای شهبازی: تمام شد؟

خانم یکتا: بله فقط یک حرفی داشتم.

آقای شهبازی: بله بله بفرمایید.

خانم یکتا: این‌که ما وقتی که اگر شعر

هرچه از وی شاد گردی در جهان

از فراق او بیندیش آن زمان

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۹۷)

این شعر اگر به آن دقت کنیم دارد به خوبی خدا اشاره می‌کند. یعنی ما نباید به هیچ‌چیزی اهمیت بدهیم! به پول، سرمایه، ثروت. ما فقط باید به خدا زنده شویم و خودمان را بگذاریم یک عروسک به‌دست خدا، مثل بازی پانتومیم.

آقای شهبازی: بله بله، چشم. خب تمام شد صحبتتان؟

خانم یکتا: بله.

آقای شهبازی: عالی‌عالی، آفرین! آن فیلم هم که می‌فرستید ویدئو می‌فرستید، به نظرم دوتا کودک هم پهلوی شما می‌نشینند.

آن‌ها چه کسانی هستند؟

خانم یکتا: بله آن‌ها دختر عمه‌ام و پسر عمه‌ام.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! خیلی خب سلام برسانید.

خانم یکتا: که خواهرم هم دو سال دارد می‌خواهم به او شعر یاد بدهم.

آقای شهبازی: هنوز یاد ندادید نه؟ [خنده آقای شهبازی]

خانم یکتا: نه دو سال دارد.

آقای شهبازی: [با خنده] دو سال دارد. آفرین، آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم یکتا]



۴- خانم صدیقه از استان مرکزی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی با خانم صدیقه]

خانم صدیقه: من ممنونم از برنامه‌های خیلی‌خیلی زیبایتان. تقریباً فکر کنم یک سال پیش تماس گرفتم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. بله.

خانم صدیقه: این مدتی که من برنامه شما را نگاه کردم واقعاً خیلی برنامه‌های شما عالی. یک هفت هشت سالی است که برنامه‌های خوب شما را نگاه می‌کنم. بعد برنامه این هفته‌تان هم که فوق‌العاده بود، خیلی برنامه قشنگی بود، برنامه زیبایی بود. خیلی برنامه سنگینی بود، ولی با این حال خیلی به دل می‌نشست. با بیانات شما واقعاً خیلی عالی بود.

آقای شهبازی: ممنونم.

خانم صدیقه: ولی من آن هفته یک مقدار در مورد همین که انشا گفتید در مورد علائم خواب بنویسید؟

آقای شهبازی: بله بله.

خانم صدیقه: یک چند نکته‌ای نوشتم اگر اجازه بدهید برای شما بخوانم.

آقای شهبازی: بله بله بفرمایید.

خانم صدیقه: وقتی ما در خواب همانندگی‌ها هستیم یعنی من ذهنی داریم و در همانش چیزها و افکار غوطه‌ور شده‌ایم و این خواب علائمی دارند عبارتند از:

یک: مقاومت و قضاوت، یعنی چیزهایی که به ذهن ما می‌آیند و آن‌ها را به مرکزمان می‌آوریم و با دید آن‌ها می‌بینیم و آن‌ها را خوب و بد می‌کنیم و با عقل جزوی آن‌ها را مقایسه می‌کنیم و از آن‌ها زندگی می‌خواهیم در خواب هستیم.

دو: پندار کمال داشتن. وقتی خود را کامل و بدون عیب و اشکال می‌بینیم و ناموس داریم، یعنی آبرو و حیثیت من ذهنی را حس می‌کنیم به طوری که اشکالات و ایرادات و انتقادی که به ما می‌شود رنجیده می‌شویم و کینه به دل می‌گیریم و نمی‌خواهیم دید خود را عوض کنیم، یعنی در خواب ذهن هستیم.

مورد بعدی: رعایت نکردن قانون مزرعه. وقتی در زندگی عجله و شتاب داریم و فکرهای پشت‌سرهم می‌کنیم و اجازه نمی‌دهیم که روزن باز شود، یعنی صبر نداریم، پس در خواب ذهن هستیم.

مورد بعدی: رعایت نکردن آنصِتوا که همان خاموش بودن ذهن است. اگر مدام حرف بزنیم یا در ذهنمان از فکری به فکر دیگر بپریم و ارتفاع بگیریم و سکوت نکنیم تا خداوند از طریق ما صحبت کند. چون ما با عقل همانندگی‌ها نمی‌توانیم زندگی خود را اداره کنیم، و ما در ذهنمان با تندتند فکر کردن همه‌چیز را خراب می‌کنیم و آبادانی صورت نمی‌گیرد، پس در خواب ذهن هستیم.



مورد دیگر: زیر پا گذاشتن قانون جبران. وقتی همه چیز را از دیگران می‌خواهیم و توقع داریم بدون آن‌که خودمان زحمتی بکشیم یا با زندگی و هزار ترفند دیگر من‌ذهنی بدون خرج کردن زیادی، فقط از دیگران بخواهیم که به ما زندگی دهند و یا ما را خوشبخت کنند. مثلاً همین برنامه گنج حضور را اگر ابیات را تکرار نکنیم تا معنای آن‌ها در جان ما بنشیند و یا به آن‌ها عمل نکنیم و یا جبران مادی آن را که برای تداوم این برنامه هست به‌جا نیاوریم، هرگز این تبدیل صورت نمی‌گیرد و ما همچنان در خواب همانیدگی‌ها باقی می‌مانیم.

مورد بعدی: عدم قبول مسئولیت. اگر ما هنوز اشکالات و اشتباهات خود را شناسایی نکرده‌ایم، پس در خواب هستیم و حتی اگر شناسایی کرده و این اشتباهات و دید غلط را به گردن خدا و یا دیگران می‌اندازیم و بی‌ادبی می‌کنیم و مسئولیت این کار را به عهده خود نداریم و قبول نمی‌کنیم که اشتباه از خود من بوده که در مقابل اتفاقات فضا را باز نکردم و چیزها را مهم دانسته و آن‌ها را با اختیار خودم به مرکز آورده‌ام و درد ایجاد کرده‌ام، خشمگین شده‌ام و پولم را از دست داده و روابطم را با خانواده و دیگران خراب کردم، حسادت کردم، ترسیدم و تنم را بیمار کردم، پس در خواب هستیم.

مورد بعدی: عدم فضاگشایی. وقتی در هر لحظه در برابر اتفاق مقاومت می‌کنم و خودم را منقبض می‌کنم و استرس و اضطراب و نگرانی و ترس دارم و رواداشت به موفقیت دیگران ندارم، فضای درونم بسته می‌شود و درد بالا می‌آید و بی‌مراد می‌شوم، یعنی در خواب هستیم.

مورد بعدی: نادیده گرفتن قضا و کُن‌فکان. وقتی می‌خواهم با می‌دانم خودم و با سبب‌سازی ذهن زندگی‌ام را اداره کنم، یعنی به قضا و کُن‌فکان خداوند ایمان ندارم و نمی‌دانم که اوست که زندگی مرا اداره می‌کند، و این قضا اتفاق را به‌وجود می‌آورد تا با دید دیگری به زندگی‌ام نگاه کنم، پس در خواب هستیم.

مورد آخر: حبر و سنی کردن دیگران. وقتی بخواهم دیگران را حبر و سنی کنم، یعنی آن‌ها را دانشمند کنم، چون ما هنوز من‌ذهنی داریم یعنی خودمان در چاه همانیدگی‌ها هستیم، نمی‌توانیم ارتعاش خوب داشته باشیم، پس خودمان را بدخو می‌کنیم، پس در خواب همانیدگی‌ها هستیم.

ببخشید البته موارد دیگری هم هست، ولی دیگر من وقت برنامه را بیشتر از این نگیرم.

آقای شهبازی: موارد دیگر را اگر نوشته دارید بخوانید.

خانم صدیقه: نه الآن ننوشتیم، ولی موارد زیاد است البته، خیلی زیادتر بود. من همین مقدار گفتم پنج دقیقه بیشتر وقت برنامه را نگیرم، همین پنج دقیقه را نوشتیم. یعنی خواندم گفتم همین پنج دقیقه بشود.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! عالی بود، عالی خانم! عالی، عالی، عالی! چقدر خوب فهمیدید شما ماشاءالله، عالی!

خانم صدیقه: زنده باشید. شما عالی هستید.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.



خانم صدیقه: واقعاً این برنامه‌هایتان را با تکرار آدم می‌تواند بیشتر بفهمد.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم صدیقه: و ان شاءالله که ما تکرار کنیم و بتوانیم به خداوند زنده بشویم و به مقصود اصلی خداوند برسیم.

آقای شهبازی: آفرین! شما هیچ توصیه‌ای به بینندگان ندارید این قدر خوب فهمیدید موضوع را؟

خانم صدیقه: توصیه من، البته من خودم این طوری برداشت کردم که اوایل که من می‌خواندم زیاد نمی‌فهمیدم، ولی با تکرار خیلی زیاد و دیگر ابیات را در حدود پانصد ششصدتا مثلاً این‌ها نوشتم تکرار می‌کنم یک سره.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم صدیقه: یا از بر می‌خوانم یا تکرار می‌کنم در شبانه‌روز، زیاد این‌ها را می‌خوانم، به طوری که در خواب همین بیت‌ها می‌آید، مثلاً شیطان به ما گفت

گفت شیطان که بَما اَغْوِیْتَنی کرد فعلِ خود نِهان، دیو دَنی (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۴۸۸)

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

دَنی: فرومایه، پست

بله این‌ها را همه را اصلاً گاهی اوقات در خواب می‌آید در ذهنم، همین بیت‌های مولانا.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم صدیقه: اکثر این بیت‌ها می‌آید در ذهنم، همین شعرهای مولانا، یا در اثر بیشتر تکرار کردن. الآن یک مقدار هول شدم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. ممنونم، با شما دیگر خداحافظی می‌کنم. عالی بود.

خانم صدیقه: زنده باشید. دست شما و همه همراهانتان درد نکند که خیلی زحمت می‌کشید.

آقای شهبازی: ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم صدیقه]

آقای شهبازی: خیلی خوب بود.



۵- آقای اکبر از تبریز

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای اکبر]

آقای اکبر: این چهارشنبه تماس گرفتم متأسفانه قطع شد.

آقای شهبازی: بفرمایید.

آقای اکبر: بله، قربان شما. من سیزده چهارده‌سالی است با برنامه شما آشنا شدم. در اوج درماندگی واقعاً، فقیرانه، واقعاً دیگر وامانده بودم که دیگر چکار کنم؟! خیلی عاجز شده بودم گریه می‌کردم، در نواقصاتم دنبال راهکار می‌گشتم که زندگی کنم، بلد نبودم. با یک سری دوستان آشنا شدم که مجالس عرفان این‌ها بود، می‌رفتم، ولی خُب آن‌ها هم تا حدودی راه می‌رفتند من ذهنی داشتند، کافی نبود! تا این‌که با این برنامه گنج حضور، کسی به من معرفی نکرد، من یک روز، یک شب درواقع داشتم نگاه می‌کردم، دیدم شما دارید برنامه اجرا می‌کنید و دقیقاً حرف‌هایی را می‌گویید که ما در همین جلسات داریم تکرار می‌کنیم، ولی خودمان عمل نمی‌کنیم، فقط داریم آن‌ها را یاد می‌گیریم.

آقای شهبازی: بله.

آقای اکبر: بعد مثل این‌که این خدا شما را رسانده بود که من را، خانواده‌ام را، زندگی‌ام را درواقع به ما برگردانید. من یک کم هول شدم، ببخشید!

آقای شهبازی: یک نفس عمیق بکشید، نفس عمیق! بله.

آقای اکبر: الآن هم اوضاع خیلی مرتب است. مرتب به این معنی نیست که مشکلات رفته‌اند! مشکلات هستند با این تفاوت که دیگر من به هم نمی‌ریزم.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای اکبر: واکنشی که متقابل به مثل باشد را انجام نمی‌دهم. و این را هم که می‌گویم من انجام نمی‌دهم، دیگر دست من نیست، خودش است. نه متوجه می‌شوم که دیگر از طرف آن‌ور است، عنایت خودش است، خودش دارد خودش را اصلاح می‌کند، خودش دارد به خودش زنده می‌شود.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای اکبر: روزانه سعی می‌کنم این من ذهنی را بشناسم، هرچه بیشتر می‌شناسم بیشتر من ذهنی‌ام اذیت می‌شود، وقتی ناراحت هستم به هم می‌ریزم، می‌فهمم که این ناراحتی خود من ذهنی است، این باید زجر بکشد، این بیداری روحانی است، این فرایند است. بعد دوستانی دارم با هم در ارتباط هستیم، روزانه تمرین می‌کنیم.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای اکبر: هر روز، هر روز سعی می‌کنم داخل برنامه باشم با گنج حضور، با برنامه‌های گنج حضور، با اشعار مولانا انس گرفتم.

آقای شهبازی: آفرین!



آقای اکبر: در ذهنم، بینندهٔ قبلی گفت در خوابم، وقتی می‌خوابم آخرین بیتی که در ذهنم است با آن زندگی می‌کنم، با آن می‌خوابم با آن بیدار می‌شوم. مشکلات هم شیرینی خودش را دارد، مثل نیاز می‌ماند دیگر! مثل این که مشکلات هم نیاز است که عین بازوان معنوی من رشد کند. نیاز من به زندگی هست، آن‌ها را زندگی خودش می‌آورد جلوی من، رویدادها، اتفاقات، نیازهای زندگی است، متوجه می‌شوم، به هم نمی‌ریزم.

این‌ها به برکت مولانا، به برکت حضور شما. ببخشید آقای شهبازی من می‌نشینم با دوستانم با هم صحبت می‌کنیم، هستیم در جایی که کار می‌کنم آن‌جا حرف‌های شما را می‌زنیم، یعنی گفت‌وگو می‌کنیم، مرور می‌کنیم، ولی جلوی شما نشستن با شما صحبت کردن، در یک برنامهٔ معنوی این‌جوری صحبت کردن خیلی سخت است.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم [خندهٔ آقای شهبازی] من هم مثل شما یک آدم معمولی هستم. مگر من چه کسی هستم! شما لطف دارید.

آقای اکبر: ممنونم، شما بزرگوارید.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

آقای اکبر: تا حدودی این قانون‌ها را شناختم.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای اکبر: قانون جبران را سعی می‌کنم جبران کنم، البته تا جایی که می‌توانم جبران می‌کنم. متعهد هستم روزانه تمرین کنم.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای اکبر: همین. دوستانم چهارشنبه تماس گرفته بودم، ذوق زده شده بودند، دیدم خیلی‌ها دوست دارند که بیایم از طرف آن‌ها هم به شما، شاید به خودمان، به شما تبریک بگوییم، برای این که بیدار می‌شویم داریم کسانی را با شاید حامل پیام هستیم، نه با زبانمان، شاید با رفتارمان. این واقعاً به برکت این برنامه است، به برکت این دوستان گنج حضوری، این بچه‌هایی که می‌آیند پیام می‌دهند.

آقای شهبازی: بله بله.

آقای اکبر: زندگی شیرین است، قشنگ است با همین مشکلاتش. من عرایضم را تمام می‌کنم، شما را به خدای بزرگ می‌سپارم، ممنونم که هستید. درود به شما درود به شرفتان! ممنونم، دیگر عرضی ندارم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، ممنونم. سلام به دوستان هم بفرمایید. عالی بود، عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی با آقای اکبر]



۶- سخنان آقای شهبازی

بله، همین است، همین است! دوستانمان دارند توضیح می‌دهند که خواهش می‌کنم از دور دستی بر آتش نداشته باشید، باید بروید وسط میدان، این ابیات را تکرار کنید و جلوی من‌ذهنی‌تان بایستید. نه این‌که با آن دعا کنید، ببینید آن را، ببینید که چطور زندگی شما را تبدیل به مسئله می‌کند، دشمن می‌کند، درد می‌کند، مانع می‌کند، ببینید و شناسایی کنید. شناسایی مساوی آزادی است.

همین دیدن کافی است، ابیات مولانا را همین‌طور که می‌گویند، تکرار بفرمایید. خیلی این پیشنهاد را من تکرار کردم این‌جا. من خودم خیلی خیلی بهره بردم از این کار!! من خودم از همین تکرار ابیات بوده که یک خرده روشن‌تر شدم. این را هم در نظر بگیریم که دنیا پُر از من‌ذهنی است، بنابراین مردم برای شما مسئله‌سازی خواهند کرد!

اصلاً من‌ذهنی یعنی مسئله‌ساز! بنابراین وقتی من‌های ذهنی برایتان مسئله می‌سازند، شما فضاگشایی کنید، وصل بشوید به زندگی، خواهید دید که این مسئله روی شما اثر بد نمی‌گذارد، از کنارش می‌توانید رد شوید، لزومی ندارد با آن کشتی بگیرید. حتی نزدیک‌ترین آدم‌های شما، چون من‌ذهنی دارند، ممکن است برای شما مسئله به‌وجود بیاورند، شما فضاگشا باشید، خواهید دید که مسئله از آن‌ور می‌رود، شما از این‌ور می‌روید.



۷- آقای سیدعباس از کرج

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای عباس]

آقای عباس: عرضم به حضور شما حدود سه چهار ماه به‌طور مرتب برنامه‌تان را نگاه می‌کردم، خیلی سپاس می‌گویم از این درخت تنومندی که داشتید، خلاصه میوه‌های زیادی چیدم. به‌هرحال چند بار هم حق جبران را انجام دادم، بعد ببخشید من دلهره دارم.

آقای شهبازی: خیلی خُب، یک نفس عمیق بکشید [آقای شهبازی می‌خندند] نفس عمیق بکشید عباس آقا، دیگر هُل شدن نداریم! نفس عمیق، نفس عمیق. بله، بله.

آقای عباس: قربان، خلاصه این درخت تنومند گنج حضور حضرت عالی، درخت‌هایش به پنجره ما شاخه کشیده و خلاصه تا جایی که توانستیم سبد را برداشتیم و چیدیم.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای عباس: چند بار هم حق جبران انجام دادم، اگر یک موقع سبدم سرریز کرده، بقیه‌اش را حلال کنید [آقای عباس می‌خندند].

آقای شهبازی: اختیار دارید.

آقای عباس: خواهش می‌کنم. بعد عرضم به حضور شما شعرهای بسیار زیبایی از درخت تنومند، خرد عشق جمع کردم. بعد دیگر نمی‌دانم کجا را شروع کنم استاد.

آقای شهبازی: بله، یک کمی از آن تغییراتتان بگویید، مثلاً روابطتان با همسران، بچه‌هایتان، دوستانتان عوض شده؟

آقای عباس: بله، عرضم به حضور شما بله، خیلی مشکلاتی ایجاد شد و خلاصه ره به تنهایی کشید و دنبال آرامش فقط می‌گشتم، بعد خلاصه تنها زندگی کردم و دیگر، دیگر تنها زندگی کردم، دیگر آدم مرتب همین‌طور شانس برنامه‌های گنج حضور را دیدم.

آقای شهبازی: خیلی خُب.

آقای عباس: بعد پیگیر شدم.

آقای شهبازی: پیگیر شدید!

آقای عباس: پیگیر شدم، خلاصه یک شعرهایی بسیار هم حضرت عشق داد و خیلی نوشتم این‌ها. بعد خلاصه این برنامه آرامش من بهتر شد، بهتر شد، بعد در مورد پروردگار یکتا شعرهای بسیاری آمد که بعد یکی‌اش مثلاً:



به نام پروردگار، او یک نام و یک یار یک خورشید و درخشش بسیار بسیار

که خیلی زیاد است! حالا بقیه‌اش را بعداً خواهم گفت. این اولی‌اش بود، بله. خلاصه موفق شدم، واقعاً خیلی زحمت کشیدید، این‌ها همه از زحمات حضرت عالی است که درخت خرد تنومندی کاشتید تا ما بتوانیم از این درخت تنومند خرد استفاده کنیم. به‌رحال خرد پروردگار یک نقطه‌ای است، یک پنجره‌ای است، منتها وقتی بازش می‌کنی دیگر موج به موج دنیایش بی‌سر می‌شود.

آقای شهبازی: خیلی خُب، خیلی خُب.

آقای عباس: دیگر از کجا شروع کنم قربان؟

آقای شهبازی: دیگر همین کافی است، برای این‌که پنج دقیقه‌تان تمام شد [آقای شهبازی می‌خندند] و من از شما ممنون هستم. بفرمایید از کجا زنگ می‌زنید؟ گفتید از؟

آقای عباس: من سید عباس هستم از کرج زنگ می‌زنم.

آقای شهبازی: از کرج زنگ می‌زنید.

آقای عباس: ولی خُب خیلی وقت است تلاش می‌کنم اولین بار است من تماس گرفتم.

آقای شهبازی: بله، می‌دانم، می‌شناسم. خیلی خُب با شما خداحافظی کنم، عالی بود.

آقای عباس: قربان شما. بعد قربان می‌خواستم در این مورد یک نظارتی بکنید روی این چیزها ببینم چه‌جوری است، چه‌جوری باید تماس بگیرم؟! یک نظارتی روی این چیزهایی که آمده! خیلی زیاد است، شاید حدود یک جلد هم بشود!

آقای شهبازی: خُب پیغام‌هایتان را از طریق تلگرام یا واتس‌آپ بفرستید.

آقای عباس: آن‌ها را بفرستم همه را؟

آقای شهبازی: همه را که نه، یک چندتا بفرستید بله.

آقای عباس: چندتا! چشم.

آقای شهبازی: ممنونم.

آقای عباس: شعرهای خیلی زیبایی هم است، مثلاً الآن یکی‌اش:



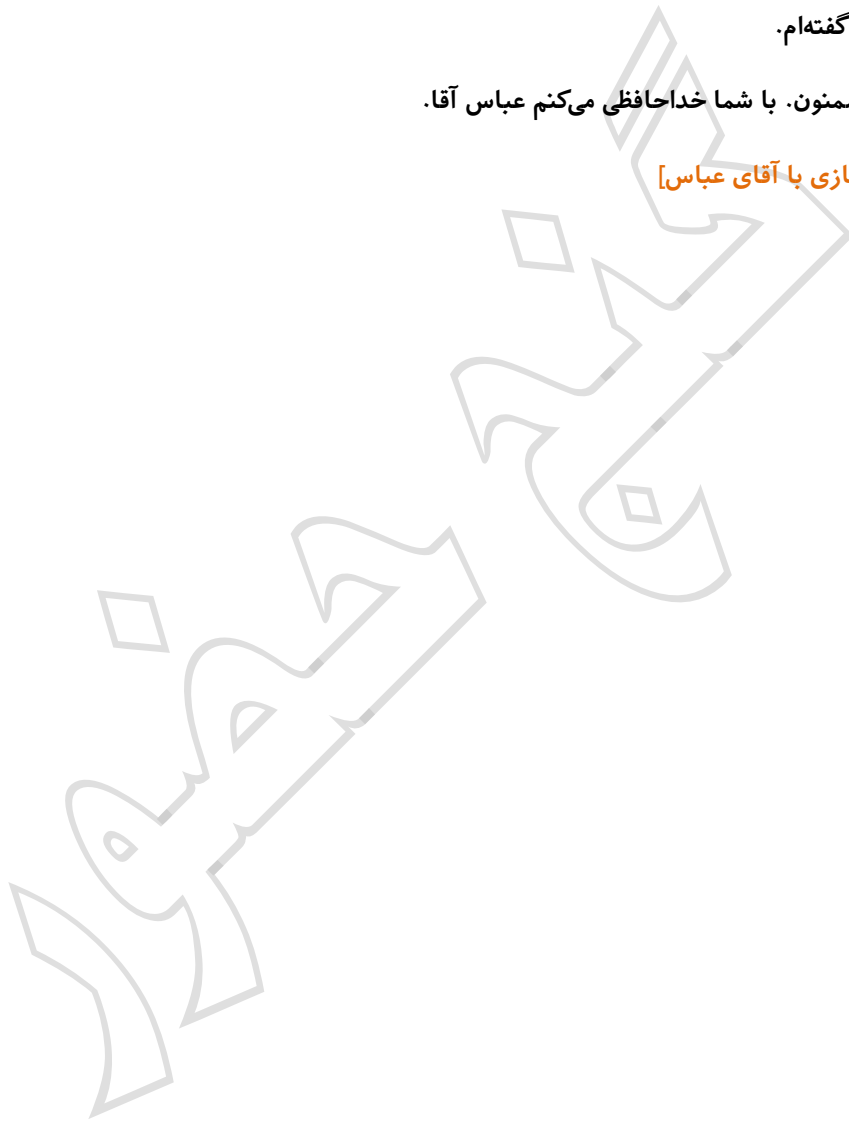
یکصد دل گر یک دل شود
صد در سبَد پُر گُل شود

عطر گُل، عطر دل شد
دل به دل خوشگل شود

این الآن جدیداً این را گفته‌ام.

آقای شهبازی: خیلی ممنون. با شما خدا حافظی می‌کنم عباس آقا.

[خدا حافظی آقای شهبازی با آقای عباس]





۸- خانم مریم از تهران با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم مریم]

خانم مریم: مریم هستم، پنجاه و پنج‌ساله از تهران.

آقای شهبازی: مریم خانم، خوب هستید شما؟

خانم مریم: بله، خیلی ممنونم، سلامت باشید. من یک متنی را نوشتم، یعنی دوتا متن نوشتم، یکی در مورد علائم خواب،

خواب بشری، یکی هم در مورد عجزه من‌ذهنی.

آقای شهبازی: بفرمایید.

خانم مریم: بعد من تا حالا متن آن‌جوری ننوشته‌ام، یعنی آن موقع‌هایی هم که انشا می‌خواستم بنویسم همیشه نوشته‌هایم

از روی بقیه بوده، یک جوری می‌گرفتم کپی می‌کردم که طرف نمی‌فهمید.

آقای شهبازی: آفرین بر شما [خنده آقای شهبازی]، ولی این را خودتان نوشتید؟

خانم مریم: الان نه دیگر، الان این دوتا متنی که نوشتم سعی کردم مال خودم باشد.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم مریم: یعنی حرف‌های خودم باشد، چیزهایی که یاد گرفتم باشد. حالا با اجازه‌تان هر کدام را که فکر می‌کنید مثلاً.

آقای شهبازی: شما «خواب» را بخوانید، چون ما خیلی دوست داریم.

خانم مریم: علائم خواب را؟

آقای شهبازی: بله، بله، ما از خواب بیدار بشویم، آخر خوابیدیم هنوز.

خانم مریم: کلاً که من‌ذهنی همه‌اش خواب است، یعنی کامل همه‌اش خواب است، من یک چندتا از علائمش را نوشتم،

خدمتتان می‌خوانم.

آقای شهبازی: بفرمایید.

خانم مریم: وقتی که ما علاقه داریم به دنیا، این یکی از علائم خواب بشری است و وقتی که پیشرفت می‌کنیم در خرابکاری،

یعنی روح و فکرمان را درواقع خراب می‌کنیم، این هم جزو علائمش هست.

دیگر این‌که در زمانی که در رنج و بیماری قرار می‌گیریم و عادت می‌کنیم به این رنج‌ها و آن زمانی که مسئله‌ها را به‌وجود

می‌آوریم و هُل می‌دهیم، جلوی دیگران قرار می‌دهیم و حتی از آن‌ها می‌خواهیم که این مسائلی که خودمان به‌وجود آوردیم

را آن‌ها حل بکنند و مسئولیتش را قبول نمی‌کنیم، همه این‌ها جزو علائم خواب بشری است.



بعد گریختن و پناه خواستن از جهان، از چیزهایی که ذهنمان نشان می‌دهد، وقتی که پناه بخواهیم این هم یکی دیگر از علائم است و هر کسی که در خواب است صیاد است و سعی می‌کند آدم‌ها را صید بکند و هر لحظه یک چیز ذهنی را بیاورد به مرکز و در واقع هیچ‌وقت هم عذرخواه نیست، یعنی کسی که در خواب است عذر نمی‌خواهد و زندگی را تبدیل به درد و مسئله و مانع می‌کند و این‌که زمانی که فکرهایمان حالمان را می‌سازد این یعنی خواب، با یک خیالی افتخار می‌کنیم، با یک خیالی شرمنده می‌شویم، این در واقع یکی از حالت‌های خواب بودنمان است. وقتی که ابتکار عملمان را به دست دیگران می‌دهیم و موقوف علل می‌شویم و سبب‌سازی می‌کنیم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم مریم: دیگر این‌که زمانی که عجله داریم برای بیدار شدن، با یک زحمت خیلی کم، یعنی بعد از طی مثلاً حتی یک چند سال کار کردن خیلی عجله داریم که زودتر به خدا زنده بشویم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم مریم: و ما فکر می‌کنیم اگر همانندگی‌هایمان را زیاد بکنیم، خوشبخت می‌شویم و این بزرگ‌ترین خوابی هست که همه‌مان تجربه می‌کنیم در آن. بعد هر کسی که از خدا، غیر خدا را می‌خواهد در واقع در خواب است.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم مریم: و این‌که لحظات مختلف با همدیگر در واقع فرق دارند، در صورتی‌که یعنی در زمانی که در خواب هستیم، فکر می‌کنیم این لحظات با همدیگر فرق دارند، در صورتی‌که همیشه همین لحظه است و زمان‌ها و مکان‌ها و باورها فرقی با هم ندارند.

دیگر این‌که انسانی که بدون کنترل است فکرهايش و زیر سلطه سبب‌سازی هست، او هم کاملاً همیشه در خواب است. کسی که حسادت دارد، تنگ‌نظر است، خست دارد، بخل دارد، همه این‌ها می‌تواند علائم خواب باشد.

دیگر این‌که میل به کهنگی، تکرار، عدم مسئولیت، بعد هر زمانی که مرکزمان جسم است، زمانی که از خدا جدا می‌شویم در واقع ما تماماً در خواب درد و همانندگی‌ها قرار می‌گیریم. از هر چیزی که به آن امید داشته باشیم و دشمنی خودم نسبت به زندگی خودم، می‌آیم یک سری خرابکاری‌ها را انجام می‌دهم و به گردن خدا می‌اندازم، همه این‌ها می‌تواند جز خواب باشد. ناموس، پندار کمال، قضاوت‌ها، مقاومت‌ها، تحت‌تأثیر تلقین‌های دیگران بودن، که اکثریت زمان‌هایی که تحت‌تأثیر تلقین قرین‌های خودمان هستیم، در واقع در خواب هستیم.

این‌ها را نوشتم حالا نمی‌دانم دیگر، در برنامه ۹۸۵ شما خودتان اصلاً زمانی که بخش به بخش درس به ما می‌دادید، این‌ها را گفتید حالا من این‌ها را گرفتم یادداشت کردم.

آقای شهبازی: آفرین!



خانم مریم: یعنی چیز جدیدی که مثلاً از خودم گفته باشم نیست، این‌جا هم کپی است [خنده خانم مریم] این کپی است. ولی این عجزه را نوشتم، نه دیگر این مال خودم است، یعنی سعی کردم متن را مثل انشا در بیاورم، الآن نمی‌دانم وقت دارم بخوانم این را؟

آقای شهبازی: الآن شده تقریباً شش دقیقه.

خانم مریم: خب پس هیچ چیز دیگر، هیچ چیز.

آقای شهبازی: دفعه بعد شما بیاید عجزه را بخوانید.

خانم مریم: بله، خیلی ممنونم، تشکر از شما.

آقای شهبازی: خیلی خوب بود.

خانم مریم: بعد من همانی هستم که نقشه دبیری‌ام و بازنشستگی‌ام و برایتان گفتم که مدارک را گرفته بودم و پاره کرده بودم این‌ها، همان مریم هستم.

آقای شهبازی: همان مریم هستید، بله.

خانم مریم: چند ماه پیش، بله.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین، عالی!

خانم مریم: یک چند ماه پیش با شما تماس گرفتم.

آقای شهبازی: عالی!

خانم مریم: گفتم که حالا برای این‌که بتوانم باز هم ادامه بدهم، درواقع هر وقت با شما در ارتباط باشیم، بالاخره بیشتر تمرین می‌کنیم، از شما انرژی بیشتری می‌گیریم، دیگر زنگ زدم و خیلی ممنونم، سلامت باشید. زنده باشید، تشکر.

آقای شهبازی: خیلی خب بود، علائم خواب را برای ما گفتید یک‌جا، عالی بود.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم مریم]

آقای شهبازی: خب روی صفحه نوشتیم که برای این‌که آپ (Application) گنج حضور را دانلود (download) کنید، برای آیفون باید چکار کنید. نوشته آپ گنج حضور برای تلفن‌ها و سایر موبایل لطفاً در اپ استور (App Store) سرچ (search) کرده و در گوشی آیفون مجاناً دانلود کنید، گنج حضور ۲ (Ganjehozour2) هست، دو به انگلیسی. برای گوشی‌های اندروید هم در گوگل پلی (Google play) سرچ کنید و مجاناً دانلود کنید، آن‌جا هم همین گنج حضور ۲ (Ganjehozour2) هست. بله اگر در ایران هستید و به ماهواره و این‌ها دسترسی ندارید، خواهش می‌کنم هرچور تلفنی دارید چه اندروید (Android)، چه آیفون (Apple) آپ ما را که Ganjehozour2 هست دانلود کنید، خیلی آسان است، آن موقع دیگر از ماهواره بی‌نیاز می‌شوید.



۹- خانم مهزاد از زنجان با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم مهزاد]

خانم مهزاد: استاد یک کم هول شدم.

آقای شهبازی: خب یک نفس عمیق بکشید، نفس عمیق بکشید، بله، خب چند وقت است برنامه را گوش می‌کنید؟

خانم مهزاد: من الآن تقریباً شش سال است برنامه را گوش می‌دهم.

آقای شهبازی: شش سال، ماشاءالله، آفرین، آفرین! خب چه پیشرفت‌هایی کردید؟

خانم مهزاد: استاد هر روز داریم برنامه‌هایتان را گوش می‌دهیم، خدا را شکر هر روز هم پیشرفت می‌کنیم، هم خواهیم، گوش می‌دهند، هم برادرهایم، هم خانواده.

آقای شهبازی: آفرین! یک کمی هم بلندتر صحبت کنید لطفاً.

خانم مهزاد: چشم استاد. یک متن نوشتم می‌خواستم بخوانم.

آقای شهبازی: بله، بله، بفرمایید.

خانم مهزاد:

هر که بیدار است، او در خواب‌تر

هست بیداریش، از خوابش بتر

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۰۹)

چون به حق بیدار نبود جان ما

هست بیداری، چو در بندان ما

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۱۰)

ما هر لحظه اتفاقات را تجربه می‌کنیم، این اتفاق‌ها چیست؟ چرا می‌افتد؟ آیا ما به این موضوع دقت می‌کنیم یا فقط مانند انسانی که در خواب است و در خواب راه می‌رود، در خواب ذهن واکنش می‌دهیم به اتفاقات و احساسات را تجربه می‌کنیم، خشمگین می‌شویم، می‌رنجیم، حسادت می‌کنیم، می‌ترسیم؟

ما وقتی بیدار می‌شویم که هشیارانه به اتفاقات زل بزنیم، ابتدا آن را بپذیریم تا فضا گشوده شود در اطراف آن، بگوییم این اتفاق هرچه که هست و ذهن من هرطور آن را قضاوت می‌کند، مهم نیست، من آن را می‌پذیرم. من می‌پذیرم در فشار مالی هستم. می‌پذیرم الآن شخصی به من حرف بدی زد. می‌پذیرم که مثلاً دارم پیر می‌شوم. خب حالا که پذیرفتم کمی آرام می‌گیرم،



کمی می‌کشم عقب از اتفاق و با آن اتفاق مثل سوار شدن بر چرخ و فلک نمی‌چرخم، فقط از دور آن را تماشا می‌کنم در سکون.

گام دوم توکل است. وقتی می‌گوییم این اتفاق توسط چه کسی افتاده؟ آیا شخصی یا ارگانی یا جمع انسانی که در جبهه مخالف هستند؟ آیا همسرم یا همکارم؟ نه، خداوند.

حالا نرم‌تر شده‌ایم، چون می‌دانیم خداوند بسیار مهربان است، چون به او ایمان کامل داریم از ته قلب و توکل و یقین داریم. ما نرم‌تر شدیم، حتی اگر اتفاق مخالف ذهن افتاده، و ما تسلیم شدیم.

گام بعدی راه‌حل: به چرخ و فلک نگاه می‌کنیم، بدون این‌که چرخیدن آن مهم باشد، چرخ و فلک فرزندم است؟ چرخ و فلک همسرم است؟ چرخ و فلک پولم است؟ هرچه باشد می‌بینیم تا درس آن را بگیریم که قادر مطلق چه می‌آموزد به من، او مهربان‌ترین است و می‌خواهد راه رفتن، روی پای زندگی ایستادن و ثبات را به من عطا کند.

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

خداوند فقط می‌خواهد ما قوی شویم. ما با خروج از ذهن قوی می‌شویم، اما ذهن می‌گوید می‌میری ها! از بین می‌روی ها! همسرت می‌رود، پولت می‌رود.

خب حالا از خود می‌پرسیم، من به این صدا که مرا می‌ترساند ایمان دارم یا به خداوند مهربان؟ آیا مولانا که به ذهن مرده و به حضور خداوند زنده، خوب مسیری رفته است یا کسانی که در ذهن مرده‌اند؟ کدام آرام‌تر هستند؟ [صدا قطع شد]. کدام قوی‌تر هستند و باثبات؟ وقتی ذهن ببیند با حضور امنیت برقرار می‌شود، آرام می‌گیرد و حرف نمی‌زند. پس نمی‌ترسم، از دست می‌دهم. با شادی هرچه را می‌توانم خود از مرکزم جارو می‌کنم و هرچه را نمی‌توانم زندگی با محبت تمام با اتفاقات جارو می‌کند. و من وقتی اتفاق افتاد، درسش را می‌گیرم. آهان این همانیدگی؟ چشم، پاک می‌کنم. راه‌حل خاموش شدن این چرخ و فلک پیدا شد، همانیدگی آزاد شد، من آرام‌تر شدم، شادتر و باطرب‌ترم.

عاشقم بر قهر و بر لطفش به جد بوالعجب من عاشق این هر دو ضد (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۵۷۰)

و حالا نگاه می‌کنم که چقدر تفاوت است در این‌که سوار آن چرخ و فلک شوم و در ذهن با چرخیدن همانیدگی‌ها و آقلین بچرخم و نابود شوم یا توکل کنم، صبر کنم و بیاموزم و رشد کنم.

ممنونم استاد.



آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین، آفرین! بله، آن شعر را هم بلدید می‌گوید از مسبب می‌رسد؟

خانم مهزاد: بله، استاد.

آقای شهبازی: بخوانید، لطفاً.

خانم مهزاد:

از مُسَبِّب می‌رسد هر خیر و شر

نیست اسباب و وسایط ای پدر

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۵۴)

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! آن شعر را هم بلدید می‌گوید که این تن ما مثل مسافرخانه است، مهمان‌خانه است؟

خانم مهزاد: بله، استاد.

آقای شهبازی: بخوانید، ببینیم.

خانم مهزاد:

هست مهمان‌خانه این تن ای جوان

هر صبا حی ضیف نو آید دوان

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۴)

هین مگو کین ماند اندر گردنم

که هم اکنون باز پرد در عدم

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۵)

هرچه آید از جهان غیب‌وش

در دلت ضیفست، او را دار خوش

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۶)

ضیف: مهمان

آقای شهبازی: آفرین! همین‌طور آن دو بیتی که همیشه می‌خوانیم، در خود حاضر باش.

خانم مهزاد:



لیک حاضر باش در خود، ای فتی

تا به خانه او بیاید مر تو را

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۶۴۳)

فتی: جوان‌مرد، جوان

[تماس قطع شد.]

آقای شهبازی: قطع شد.

ور نه خِلَت را بَرَد او بازپس

که نیابیدم به خانه هیچ‌کس

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۶۴۴)

به به، چقدر عالی بود!

ولی شما توجه می‌کنید که هر کسی که پیشرفت کرده، ابیات را این‌قدر تکرار کرده که حفظ شده، نه برای حفظ شدن، این‌قدر تکرار کردند که حفظ شدند، شما هم همین کار را باید بکنید.



۱۰- خانم زهرا از تهران با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم زهرا]

یک سال است با برنامه آشنا هستم. اول‌های برنامه خیلی تقریباً یک حالتی کلاس‌های دیگر که می‌رفتم شوخی می‌گرفتم. ولی یواش‌یواش گفتم خب بنشین گوش کن. وقتی گوش کردم، گفتم نه این یک برنامه‌ای هست که من را از خواب بیدار کند. خب من هم‌اش خودم، یعنی نه که خواب باشم، ولی خودم را می‌زدم به خواب و آلوده دردها شدم.

مثلاً داستان‌هایی که بود، گفتم خدایا چرا من این‌ها رو شوخی، گفتم حتی به شوخی هم هست تو بنشین نگاه کن. شوخی است دیگر، نگاه کن. نگاه کردم دیدم آقای شهبازی. بعد وابستگی‌های خیلی شدید داشتم. وقتی قبلاً که می‌خواستم وابستگی‌ها را در گذشته، حالا یک سال قبل، قطع کنم، خیلی اذیت می‌شدم ولی الآن خدا را شکر که برنامه را جدی گرفتم دیگر خیلی، نه خیلی راحت ولی خب شاید یک ساعت من را درگیر کند، نه یک هفته و دو هفته و یک ماه.

بعد گفتم بیدار شو دیگر. دیگر مثل برنامه چهارشنبه بیدار شو. وقتی یکی از دوستان قرار بود مثلاً بیاید خانه ما، قول داده بود، نیامد ناراحت شدم گفتم خب من‌ذهنی الآن چرا ناراحت شده؟ یک دفعه دیدم که این شعر:

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

این آرامم کرد، یعنی زمانی که جناب شهبازی، شب می‌خواهم بخوابم، می‌گویم خب الآن یک دو سه دقیقه از عمرت مانده، امروز چکار کردی؟ یک بررسی که می‌کنم، می‌بینم که تنها کاری که قشنگ بود انجام دادم، جلوی پای تلویزیون، جناب آقای شهبازی و شعرهای جناب مولانا را نگاه کردم. این حال را، یعنی می‌آیم بررسی می‌کنم کارهایم را که چه کاری نباید می‌کردم و چه کاری باید می‌کردم. کارهایی که نباید می‌کردم حالا مثلاً مثل گذشته قضاوت بود، ولی تنها کاری که بررسی می‌کنم، می‌بینم که این برنامه بود برای من. بله خیلی برای من جالب بود.

خواستم جبران کنم، جبران مالی هم که در حد توانم. خیلی خوب است، عالی است. دستتان درد نکند. ممنونم از شما نمی‌خواهم وقت بچه‌های دیگر را بگیرم. همیشه موفق و سربلند باشید.

آقای شهبازی: می‌گویم زهرا خانم، فهمیده‌اید که من با شما شوخی ندارم درست است؟ [خنده آقای شهبازی]

خانم زهرا: نه، اصلاً این برنامه با من شوخی ندارد. این برنامه اصلاً شوخی، آخر اول‌ها من مثلاً داستان، چون ما کوچک بودیم، وقتی شما می‌فرمایید تا دوازده سالگی، ببینید من زمانی که گذشته، من یادم می‌آید می‌بینم دوازده سالگی یک حالت پرواز داشتم، ولی آن، می‌گویم خب الآن هم می‌توانی آن‌جوری پرواز کنی، حالت خوب باشد. خواب، پاشو دیگر، واقعاً پاشو.

آقای شهبازی: آفرین!



خانم زهرا: وقتی که، بله این برنامه تا شش ماه جناب شهبازی، برای من شوخی بود. چرا باید؟ من تعجب می‌کردم، چون در گذشته من ذهنی با شوخی کارهایش را انجام می‌داد. کارهایش را خیلی راحت شوخی می‌کرد، مثلاً با شوخی جدی نمی‌گرفت کار را، درد را حتی جدی نمی‌گرفت، عوارض را جدی نمی‌گرفت، دوست داشتن را جدی نمی‌گرفت، عشق را جدی نمی‌گرفت. فکر کرد مولانا هم با من شوخی دارد، نه این حرف‌ها نبود. دیدم نه شوخی ندارد و خیلی جدی و خدا را شکر نوری برای من باز شد که بتوانم اول با مولانا و شما و خودم و خداوند را دوست داشته باشم. و همانندگی‌هایی که خیلی سنگین بود، شاید سال‌ها نمی‌توانستم از این‌ها یعنی یک جور کُنده شوم، با این شعرهای خیلی قشنگ که تکرار می‌کنم حتی در خواب، حتی در بیداری تکرار می‌کنم و خدا را شکر می‌کنم و از شما خیلی خیلی ممنونم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، ممنونم، عالی!

خانم زهرا: نمی‌خواهم وقت برنامه را بگیرم. خیلی خوشحالم با برنامه شما آشنا شدم. خدا حفظتان کند برای ما و برای این برنامه جهانی شما. ممنون از شما.

[خدا حافظی آقای شهبازی و خانم زهرا]

❖ ❖ ❖ پایان بخش اول ❖ ❖ ❖



[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای منصور]

آقای منصور: یک پیام درباره برنامه هفته پیش نوشته‌ام که اگر اجازه بدهید بخوانم.

آقای شهبازی: بفرمایید، بله، بله!

آقای منصور:

چرا ز قافله یک کس نمی‌شود بیدار؟ که رخت عمر ز که باز می‌برد طرّار؟ (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۱۳۴)

حضرت مولانا در ابتدای این غزل بر کاروان بشریت بانگ می‌زند و می‌فرماید: چرا از این قافله بشری حتی یک نفر هم بیدار نمی‌شود؟

حضرت مولانا می‌گوید که شما همگی یک قافله هستید، یک هشیاری هستید و به هم متصل هستید و روی هم اثر دارید و اگر اتفاقی برای یک عده از شما در این کاروان بیفتد، بقیه مسافران این کاروان هم از آن تأثیر می‌گیرند.

می‌گوید حس جدایی و کثرت مربوط به دید ذهن است و توهمی بیش نیست، در خواب همانش و افسانه من‌ذهنی‌ست که شما همدیگر را جدا می‌بینید.

واژه دیگری که جناب مولانا در بیت اول به کار می‌برد واژه «یک کس» است. هر انسانی پس از آمدن به این جهان یک کس، یعنی یک من‌ذهنی درست می‌کند، من‌ذهنی یک شخصیت جدا دارد و خودش را فرد می‌داند و حس وحدتی با سایر موجودات ندارد.

در دید ذهن و جدایی، انسان متوجه نیست که هر تخریبی در جهان روی همه اهالی این قافله اثر می‌گذارد و عواقب آن شامل حال همه کاروان می‌شود.

جناب مولانا می‌گوید تا وقتی شما در خواب هستید، جان مرگ‌اندیش و درداندیش دارید و زندگی خودتان را خراب می‌کنید. در خواب، سرمایه هر انسانی در حال سوختن و از بین رفتن است، با هر واکنش منفی، سرمایه عمر توسط موش من‌ذهنی دزدیده می‌شود.

هر مقاومت، قضاوت، گذاشتن چیزهای ذهنی در مرکز و زندگی و خوشبختی خواستن از آنها، مسئله‌سازی، دشمن‌سازی، کارافزایی، نشانه‌های خواب است.



دردسازی، اوقات تلخی، بحث و جدل، رنجیدن، دشمن دیدن، اتفاقات را جدی گرفتن و در آن‌ها گم شدن، ناموس داشتن، حیثیت بدلی داشتن، پندار کمال، از دیگر نشانه‌های خواب است.

تنها در زمان بیداری است که ما فضاگشایی می‌کنیم و دوباره به زندگی وصل می‌شویم و خرد و شادی زندگی به فکر و عملمان می‌ریزد.

تو را هر آنکه بیازرد، شیخ و واعظ توست که نیست مهر جهان را، چو نقش آب، قرار (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۱۳۴)

هر شخصی یا هر وضعیتی که می‌تواند ما را آزرد کند، آن وضعیت یا آن شخص، معلم و راهنمای ماست. هر آزرده‌گی درواقع یک غلط‌بینی را در ما نشان می‌دهد.

جناب مولانا می‌گوید چیزهایی که ذهن ما نشان می‌دهد، همانند نقش روی آب است و دائم در حال تغییر است و هیچ‌گونه ثباتی ندارد، درحالی‌که ما در ذهن عاشق این چیزهای گذرا و متغیر هستیم.

انسانی که در خواب است مسئله درست می‌کند و مسائلش را به سمت مردم هول می‌دهد.

آقای شهبازی: آفرین!

مسئولیت اشتباهاتش را نمی‌پذیرد، از دیگران توقع دارد و این توقع سیری‌ناپذیر است، یعنی هرچه از دیگران دریافت کند، قدردان نیست و همیشه طلب‌کار است و بیشتر می‌خواهد، و در صورت عدم دریافت توقعاتش، می‌رنجد و کینه به دل می‌گیرد.

انسان بیدار لحظه‌به‌لحظه فضاگشایی می‌کند و محصول انبساط خود را با مردم شریک می‌شود، انسان بیدار به نمی‌دانم خود اعتراف می‌کند، مسئولیت اشتباهات خود را می‌پذیرد و گردن دیگران نمی‌اندازد.

یکی از مهم‌ترین نشانه‌های بیداری این است که انسان متوجه شود باید تنها روی خودش کار کند و تمرکزش روی خودش باشد نه دیگران.

تنها با انبساط و ارتعاش به زندگی است که می‌تواند روی دیگران اثر مثبت گذاشته و آن‌ها را هم بیدار کرد. تنها ارتعاش عشق است که می‌تواند دردها را شفا دهد.

انتقام‌جویی و تلافی کردن کارهای بد دیگران، قانون جبران شیطانی است و اثر مخرب دارد.

تنها انبساط است که می‌تواند اثر سازنده داشته باشد و انسان‌ها را از خواب بیدار کند.

و در پایان سپاسگزار استاد گرامی هستم برای پخش این آهنگ بیداری.



آقای شهبازی: بله خواهش می‌کنم! الان صدای من را می‌شنوید شما؟

آقای منصور: قطع و وصل می‌شد استاد.

آقای شهبازی: ببخشید، من زیاد حرف نزدیم که شما صحبت‌های عالی‌تان را بکنید. عالی بود، عالی، عالی!

آقای منصور: خواهش می‌کنم!

آقای شهبازی: تمام شد؟ صحبت دیگری ندارید؟ همسران هم می‌خواهند صحبت کنند؟

آقای منصور: نه، سلام دارند خدمتتان!

آقای شهبازی: سلام برسانید، پیغام عالی بود آقای منصور، عالی، عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای منصور]



دیگر جا افتاده که ما تمرکزمان روی خودمان باشد، این را به نظرم همه پذیرفتید. حالا که این را پذیرفتید، این سؤال را هم واقعاً به دفعات در روز از خودمان بکنیم، یعنی شما از خودتان بکنید که آیا من مسئله می‌سازم بگذارم در بشقاب، هل بدهم جلوی مردم، کسان دیگر، که دیگر این مسئله من نیست، مال شما شد! من مسئول نیستم! چون شما باعث شدید مسئله ایجاد بشود. توجه می‌کنید؟ این یکی از نشانه‌های خواب است.

اولاً مسئله‌سازی، مسئله را شما می‌سازید، اگر می‌سازید، مسئولش باشید، حلش هم بکنید. ولی بعضی موقع‌ها مسائل را بعد از ساختن نمی‌شود حل کرد.

شما می‌بینید به صورت شخصی ما مسئله می‌سازیم. در جوانی ما کارهای غلط می‌کنیم، پدر و مادرمان را می‌گوییم که خب تقصیر شماست. مثلاً یک جوانی می‌رود معتاد می‌شود، تمام خانواده را می‌اندازد در گرفتاری، یا بدنش را خراب می‌کند به صورت‌های مختلف.

یک آدم مسن شصت سالش است، از بدنش مواظبت نمی‌کند، غذای بد می‌خورد، ورزش نمی‌کند، مواظب سلامتی‌اش نیست، مریض می‌شود، بعد خودش را می‌اندازد گردن بچه‌هایش که شما بیاوید از من مواظبت کنید، مگر فرزند من نیستید؟! نه، فرزند شما مسئولیت نگهداری از شما را ندارد.

خب، اگر ما مواظب باشیم و حداکثر سعیمان را به کار ببریم و یک مسئله‌ای برای ما ایجاد بشود، مردم می‌آیند کمک می‌کنند، ولی نه این که غیرمسئولانه مسئله ایجاد کنیم و هل بدهیم جلوی مردم، بگوییم که شما بیاوید مسائل را برای من حل بکنید. این فردی است.

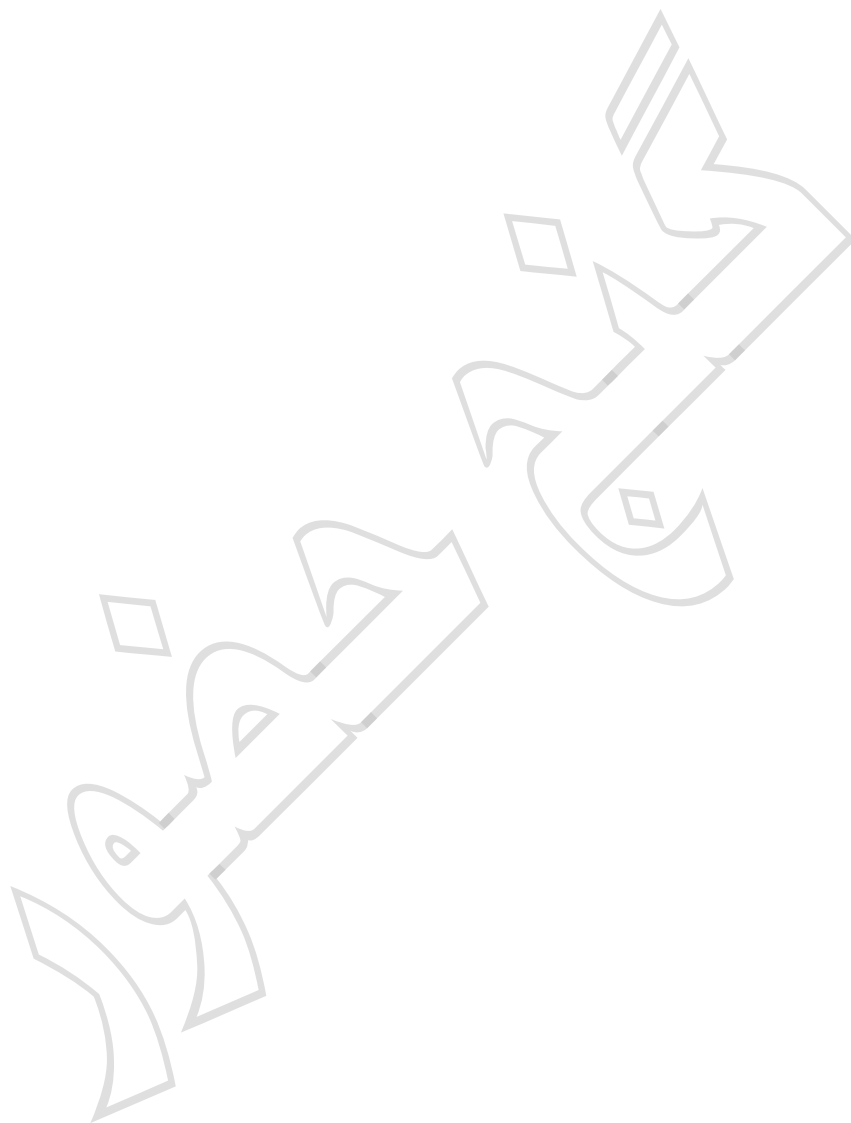
توجه کنید خوب، جمعاً هم ما درست همین کار را می‌کنیم. من ذهنی در قالب جمع هم همین کار را می‌کند. ما میلیون‌ها نفر را از بومشان، آن جایی که راحت زندگی می‌کنند، کوچشان می‌دهیم، برای این که جنگ ایجاد می‌کنیم، آنجا را تخریب می‌کنیم، بعد هل می‌دهیم به سمت کشورهای دیگر. می‌گوییم حالا شما از این‌ها مواظبت کنید! ای بابا! این‌ها آنجا داشتند زندگی می‌کردند دیگر. آخر روی چه حسابی؟ که چه می‌خواهی به دست بیاوری؟ هرچه می‌خواهی به دست بیاوری مادی است، حتماً با پول می‌شود اندازه گرفت. دنبال پول هستی دیگر. همه این‌ها سر پول است! باید رد پول را بگیری بروی و پول هم حرص است.

توجه می‌کنید؟ من فقط دارم اشتباهان را می‌آورم می‌گویم که بشر در خواب چکار می‌کند. لزومی ندارد که ما این همه مسئله درست کنیم، بعد هل بدهیم. از این‌ور مسئله درست می‌کنیم، از آن‌ور می‌خواهیم حلش کنیم، خب نکن این کار را! ولی این کار شیطان است، دیو است. دیو همین کار را می‌کند، مسئله ایجاد می‌کند، بعد با ترفندهایی که مسئله را ایجاد کرده، با آن‌ها می‌خواهد حل کند، هیچ موقع نمی‌تواند حل کند، بدتر می‌شود. چاره‌اش فضاگشایی و پناه بردن، می‌گوید



مولانا، به زندگی، به خرد زندگی، خرد کل، این اصطلاح برد و مات را یاد بگیریم. مولانا برد و مات را به کار می‌برد، می‌گوید خدایا به دادم برس، دنیا از من برد من مات شدم، ای فریادرس به فریاد برس. عقلت را بفرست، ما با این عقل من‌ذهنی خودمان را بیچاره کردیم.

توجه می‌کنید؟ برد و مات. شما یک نگاهی بکنید ببینید فرداً شما نباختید؟ مات نشدید؟ دنیا، همان‌دگی‌ها از شما نبرده؟ در خواب شما را نگه نداشته؟ باخت یعنی در خواب ادامه دادن و در خواب بودن، بیدار نشدن. بله.





[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای پویا]

آقای پویا: یک متنی دارم اگر اجازه بدهید با شما به اشتراک بگذارم.

آقای شهبازی: بله بله، بفرمایید.

آقای پویا: اسمش هست «بینایی با سینای سینه».

گوش را بندد طمع از استماع چشم را بندد غرض از اطلاع (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۶۶)

در هفته‌های قبل این بیت را داشتیم که گوش ما از طمع آن چیز تکراری که ذهنمان مدام در گوش ما آن را زمزمه می‌کند، بسته است و استماع و شنیدن پیام زندگی و سلام و علیک آن را که این بامداد می‌رسد، نمی‌شنویم. در ادامه‌اش هم مولانا می‌گوید همان‌طور که در جلوی چشمان ما آن تصویری که ذهنمان می‌خواهد رژه می‌رود و ما از دیدن حقیقت جهان محروم هستیم و از آن اطلاع نمی‌یابیم، چون غرض داریم. انگاری که ظرف گوش و چشممان را با چیزی پُر کرده‌ایم و زندگی هر چقدر آب می‌ریزد ما نمی‌فهمیم.

گوش را بندد طمع از استماع چشم را بندد غرض از اطلاع (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۶۶)

در این بیت بیشتر که دقیق‌تر شدم دیدم چقدر در جای‌جای زندگی من کاربرد دارد. من وقتی همکاری شروع به انتقاد از من می‌کند، به‌صورت خودکار می‌رنجم و گوشم بسته می‌شود و پیام زندگی را که از طریق آن شخص به من می‌رسد، نمی‌شنوم. من ناشنوا هستم، چون تا کسی دهانش را می‌گشاید، من دارم قضاوت‌های خود را قرقره می‌کنم. وقتی یک رابطه‌ای کار نمی‌کند و باغ عشرت و زندگی آن دو طرف «برگ تمام» نیافته است، باید از خود سؤال کنند پیام پنهان در پس این‌که کار نمی‌کند این رابطه چیست؟

آیا گوش من در شنیدن پیغام زندگی که به من در حال دادن است، شنوا و در دیدن آن بینا است؟ آیا وقتی من بیت می‌خوانم غرضی دارم و یا می‌گذارم بیت پیامش را به من بدهد؟

در هفته‌های قبل ما داشتیم که همه قافله در خواب هستند و دزد می‌دزد و چرا کسی بیدار نمی‌شود؟ و چرا ما از مولانا که نقاط تاریکمان را نشان می‌دهد می‌آزاییم؟



چرا ز قافله یک کس نمی‌شود بیدار؟
که رخت عمر ز که باز می‌برد طرّار؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۱۳۴)

چرا ز خواب و ز طرّار می‌نیازاری؟
چرا از او که خبر می‌کند کنی آزار؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۱۳۴)

دلیلش این است که ما حتی لحظه‌ای، حتی ذره‌ای به این شک نمی‌کنیم که شاید من پیغام زندگی را نمی‌شنوم و یا شاید من در دیدن پیام زندگی نابینا هستم.

مولانا در غزل ۱۰۹۰ می‌گوید که شخصی آمد به پیش طبیبی و از درد دلش گفت. طبیب از او پرسید که چه خوردی؟ بیشتر درد دل‌ها به دلیل این است که آدمی خوراک نامناسب می‌خورد. شخص گفت من سوخته‌نان و خمیر نپخته‌نان خورده‌ام. طبیب به غلامش دستور می‌دهد تا برای دوا، سرمه یا همان «کُحل عَزیزی» بیاورد تا آن شخص مریض به چشمانش بزند. شخص تعجب می‌کند، می‌گوید ای شیخ دواي چشم به درمان دل‌درد به چکار آید؟ طبیب می‌گوید تا تو نان نپخته را از سوخته تشخیص بدهی.

رفت مردی به طبیبی به گله درد شکم
گفت او را تو چه خوردی که برُستست زحیر؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۰۹۰)

بیشتر رنج که آید همه از فعلِ گلوست
گفت من سوخته نان خوردم از پستِ فطیر

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۰۹۰)

گفت سُنقر برو آن کُحل عَزیزی به من آر
گفت درد شکم و کُحل؟ خه، ای شیخ کبیر

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۰۹۰)

گفت تا چشم تو مر سوخته را بشناسد
تا ننوشی تو دگر سوخته، ای نیم‌ضریر

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۰۹۰)



نیست را هست گمان برده‌ای از ظلمت چشم چشم از خاک در شاه شود خوب و منیر

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۰۹۰)

ما چون چشمانمان از غرض بسته است و تاریکی دارد، نیست را هست می‌پنداریم. ترسیدن، رنجیدن، آزرده شدن، خشمگین شدن، حسادت کردن، بخل و ناروایی را هست می‌پنداریم. ما غم و درد و آتش‌های آن‌ها را می‌پرستیم. ما یادگرفته‌ایم دردمند باشیم و در دیدن این دردمندی کور باشیم. هیچ‌کسی به خودش شک نمی‌کند چرا من این قدر درد پخش می‌کنم؟ چرا من خودم هم نمی‌فهمم درد پخش می‌کنم؟ چرا درد را که در رابطه ذخیره می‌شود به وسیله من، من نمی‌بینم؟ چرا با درد خو گرفته‌ایم؟ چرا؟ و چرا؟

چون دیدن تنها از طریق زیر ذره‌بین گذاشتن بی‌غرض خود در زیر ذره‌بین ابیات اتفاق می‌افتد. چون چشم ما از خاک شاه خوب و منیر یعنی از فضای گشوده‌شده بینا می‌شود.

در برنامه گنج‌حضور میلیون‌ها بار تکرار شده است که بینا شدن و گشوده‌شدن چشمانمان تنها از طریق انبساط اتفاق می‌افتد. یعنی این‌که آدمی از کم شروع کند و منبسط شود و دائماً این مسیر منبسط شدن در مقابل هر اتفاق زندگی را ادامه دهد.

حکم حق گسترد بهر ما بساط که: بگویند از طریق انبساط

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۶۷۰)

غزل شماره ۲۰۲ دیوان شمس با همه دشواری‌هایش بیتی داشت که من با تکرارش باز شدن دریچه‌هایی را در خودم به تماشا نشستم.

می‌خواست سینه‌اش که سنایی دهد به چرخ سنای سینه‌اش بگنجید در سما

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰۲)

گویی این بیت در ادامه این مطلب است که ما همیشه باید از طریق انبساط صحبت کنیم و اگر این کار را کنیم آسمان درونمان روشن می‌شود و سنا می‌یابد از بینایی حضور. این گشایش به آن اندازه است که ما هر چقدر بیشتر از طریق انبساط و فضاگشایی صحبت کنیم، بینایی‌مان بیشتر می‌شود این بینا شدن ما حدی ندارد. گشوده شدن چرخ و آسمان و بیابان درون ما حدی ندارد. آدمی تا ابدالدهر می‌تواند سنای سینه را بگشاید!



می‌خواست سینه‌اش که سنایی دهد به چرخ سنایی سینه‌اش بنگنجید در سما

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰۲)

بی‌کلید، این در گشادن راه نیست بی‌طلب، نان سنتِ آله نیست

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۸۷)

یک دنیا ممنون آقای شهبازی.

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

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای پویا]



[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فرخنده]

هر روز بامداد، سلامٌ عَلَیْکُمَا آن‌جا که شه نشیند و آن وقت مُرْتَضَا (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰۲)

سلامٌ عَلَیْکُمَا: سلام بر شما
مُرْتَضَا: پسندیده، مورد رضایت

چرا سلام زندگی را نمی‌گیرم و آشکارا هم‌جنس بودنم را با او انکار می‌کنم و از طریق جبر من‌ذهنی راه ضرر و زیان رسیدن به خودم را باز نگه می‌دارم و تمام لحظات خوش و مبارک و پسندیده که می‌تواند در او جز رضایت‌مندی نباشد را با فضا‌بندی و ستیزه و مقاومت تبدیل به لحظات نامبارک و پر از نارضایتی برای خودم و دیگران می‌کنم.

زیرا به‌جای گذاشتن زندگی در مرکز چیزهای آفل را انباشته کرده‌ام. در جهان آفل‌تر از فکر نداریم که من با بافتن زنجیروار افکار مخرب به هم دامی می‌بافم به خیال شکار کردن همانیدگی‌ها، ولی خودم صید فریب و نیرنگ‌های دامی می‌شوم که بافته‌ام.

در زمانه صاحب دامی بُود همچو ما احمق که صید خود کند؟! (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۷)

و با این کار، خودم را بازیچه و مورد تمسخر افکار متصل به هم خود می‌کنم. متوجه نیستم که با این تندتند فکر کردن و اتصال فکرها به هم سوخت موتور ذهن را تأمین می‌کنم. من انرژی زنده زندگی را هر لحظه می‌گیرم، ولی به‌جای به‌کار بردن آن در راستای منظور زندگی به‌عنوان ابزاری سازنده در اختیار من‌ذهنی قرار می‌دهم که بیشتر مرا تخریب کند که حاصلی جز پژمردگی، دل‌مردگی و زانوی غم بغل گرفتن برایم نخواهد داشت.

جمله خَلْقان، سُخره اندیشه‌اند ز آن سبب خسته‌دل و غم‌پیشه‌اند (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۵۵۹)

سلام زندگی را نمی‌گیرم، بیماری‌های خاموشی چون خشم، ترس، رنجش، حسادت، حرص و آز، انتقام‌جویی دارم که مانند آفتی در حال خشکاندن ریشه‌های من در عدم است. و حق‌شناسی و جستن حقیقت را در من با مانع روبه‌رو می‌کند.



انبیا گفتند: در دل علّتیست که از آن در حق‌شناسی آفتیست

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۷۷)

عینک تیره و تار از دردها به چشم دارم و از پشتش همه جهان را با درد می‌بینم و با گذاشتن آن بر چشم‌هایم هر آنچه که می‌بینم ترجمه غلط می‌کنم. روشنایی‌ها را تیرگی، خوبی‌ها را بدی، زیبایی‌ها را زشتی، دارایی‌ها را نداری و غم می‌بینم.

پیش چشمت داشتی شیشه کبود ز آن سبب، عالم کبودت می‌نمود

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۲۹)

در صورتی که اگر سلام زندگی را بگیرم، این عینک غلط‌بین از چشمانم برداشته می‌شود و این دید ظاهر بین و سطحی من در دید باطن بین زندگی محو و فنا خواهد شد و دید او را به دست خواهیم آورد، زیرا تنها راه خلاصی از این دید درد بین، درد ساز و دردمند گرفتن سلام زندگی است.

دیده ما چون بسی علّت دروست رو فنا کن دید خود در دید دوست

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۲۱)

دید ما را دید او نِعَمَ الْعِوَضِ یابی اندر دید او کلّ غرض

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۲۲)

علّت: بیماری
نِعَمَ الْعِوَضِ: نگو عوضی است.

زندگی لحظه به لحظه برای روشن نگه داشتن شعله عشق خود به من سلام می‌کند، یعنی به من یادآوری می‌کند که فراموش نکن از جنس من هستی. ولی دود ناشی از سوختن در همانیدگی‌ها جلوی نور شعله زندگی را در من پوشانده و من تنها با گرفتن سلام زندگی می‌توانم سیاهی و تیرگی این دود را کم کنم تا بتوانم از نور زندگی برخوردار شوم و با تبدیل شدنم به نور زندگی جهان را روشن کنم.

جانیست چون شعله، ولی دودش ز نورش بیشتر چون دود از حد بگذرد در خانه ننماید ضیا



گر دود را کمتر کنی، از نور شعله برخوردی
از نورِ تو روشن شود هم این سرا، هم آن سرا
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶)

ممنونم استاد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! به به آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم فرخنده]

خداحافظی



بله در برنامه ۹۸۶ مولانا گفتند که خداوند در این لحظه به تمام موجودات از جمله انسان می‌گوید سلام بر شما، یعنی این‌که من از جنس زندگی هستم شما هم از جنس من هستید و ما باید پاسخ بدهیم «بله، ما از جنس تو هستیم» و هر خاصیتی که زندگی دارد خداوند دارد، ما هم داریم. مثلاً خداوند از جنس بی‌نهایت است ما هم همین‌طور، خداوند از جنس این لحظه جاودانه است ما هم همین‌طور، یعنی ما هم مُردنی نیستیم و به آن نه‌چیز و آن جوهر نامُردنی همین الان باید زنده بشویم.

پس اگر خداوند می‌گوید «سَلامٌ عَلَیْکُمَا» سلام بر شما، ما هم باید این لحظه هر کسی را می‌بینیم بگوییم سلام بر شما، یعنی چه؟ یعنی در این لحظه من می‌گویم از جنس زندگی هستم شما را هم از جنس زندگی می‌بینم. اگر از جنس زندگی نبینم، در خواب هستم، در خواب ذهن.

اگر شما یکی دیگر را جسم ببینید، یعنی خودتان هم جسم هستید، پس خداگونه نیستید، خاصیت خدایی ندارید، فایده ندارد. هر انسانی لحظه‌به‌لحظه هر چیزی را می‌بیند از اجسام، انسان‌ها، حیوان، سلام بر شما، یعنی شما از جنس من هستید، من خودم را در شما می‌بینم، این عشق است، عشق یعنی این. عشق یعنی خودم را در تو می‌بینم، ما با هم همجنس هستیم.

شما اگر همین را عمل کنید، دنیا به آرامش می‌رسد، توجه می‌کنید؟ هشیاری جسمی، جسم بینی هم انسان‌ها را جسم می‌بیند، هم اجسام را جسم می‌بیند و هیچ سلامی نمی‌کند. شما تا حالا این‌طوری شاید ندیدید. شما در خانواده این‌طوری ببینید، ببینید خانواده فوراً عوض می‌شود، عشقی می‌شود.

شما همسران را از جنس خودتان ببینید، به همسران بگویید من خودم را در تو می‌بینم. ببینید که دیدتان عوض می‌شود، رفتار او عوض می‌شود. ما با خاصیت یا قانونِ قرینِ درواقع همان را ایجاد می‌کنیم که خودمان هستیم.

اگر شما از جنس زندگی هستید، همان زندگی را ترغیب می‌کنید، تشویق می‌کنید در همسران، در بچه‌تان، در دوستان، در همه. ولی از جنس جسم باشید، از جنس درد باشید، درد را القا می‌کنید. خب درد را القا می‌کنید، درد القا می‌شود.

شما اگر نمی‌گویید سلام بر شما، شما از جنس زندگی هستید، شما می‌گویید شما از جنس مردگی هستید، جسم هستید، شما سنگ هستید، خب او هم سنگ می‌شود، رفتار سنگ را نشان می‌دهد.

ناظر جنس منظور را یعنی مورد نظارت را تعیین می‌کند، توجه می‌کنید؟ این قانون فیزیک است، قانون ثابت شده است.

شما به‌عنوان انسان اگر از جنس خدا باشید، از جنس زندگی باشید، وقتی نگاه می‌کنید در دیگران زندگی را می‌بینید و جنسش را تعیین می‌کنید، به همین ترتیب است که ما انسان‌ها را به زندگی و صبر و بقیه خاصیت‌های مفید ترغیب می‌کنیم.



[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم یلدا]

خانم یلدا: هرجا می‌روم، هر تلویزیون و رادیویی را باز می‌کنم، هر کتابی می‌خوانم همه از چیزهایی مثل آبادانی و آزادی حرف می‌زنند، همه می‌خواهند کار تأثیرگذار کنند. مطمئنم هیچ مرد و زنی به این امید ازدواج نمی‌کنند که ده سال بعد درحالی‌که از هم متنفر هستند از هم جدا بشوند. همه می‌خواهند عاشق باشند، موفق باشند، سازنده باشند، انسان خوبی باشند. حتی خیلی از کسانی که این برنامه را می‌بینند می‌خواهند تغییر کنند، به خدا زنده شوند، پس چرا در عمل طور دیگری می‌شود؟

وَأَنْ دَوْمَ پندت بگفتم کز ضَلال هیچ تو باور مکن قول مُحال

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۶۰)

حضرت مولانا می‌فرماید از گمراهی این محال را باور نکن. آن محال این است که می‌توانیم با من‌ذهنی زنده بمانیم و زندگی کنیم. می‌توانیم با من‌ذهنی درس بخوانیم و کار کنیم. می‌توانیم با من‌ذهنی ازدواج کنیم و رابطه تشکیل دهیم. می‌توانیم با من‌ذهنی کار معنوی کنیم و تبدیل شویم.

شاید علت اصلی این که ما دست از کار کردن با من‌ذهنی برنمی‌داریم و با این خرسمان دوست می‌شویم این است که این محال را باور کردیم که حالا اشکالی ندارد با این زندگی کنیم. حالا تا این‌جا که کار ما راه افتاده، از این‌جا به بعد هم با همین شیوه می‌توانیم زندگی کنیم. ما میزان تخریب من‌ذهنی را باور نداریم. حضرت مولانا جای‌جای مثنوی خطر من‌ذهنی را به ما یادآوری می‌کنند، می‌فرمایند:

دفع آن علّت ببايد کرد زود که شِکر با آن، حَدَث خواهد نمود

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۸۴)

هر خوشی کآید به تو، ناخوش شود آب حیوان گر رسد، آتش شود

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۸۵)

این دو بیت به ما می‌گوید شکر هم خدا به تو بدهد تا زمانی که مرض من‌ذهنی داری، تبدیل به حدث می‌شود. هر خوشی در ذهن تبدیل به ناخوشی می‌شود. حتی آب زندگی‌بخش هم تبدیل به درد می‌شود. آیا ما حرف‌های حضرت مولانا را باور



می‌کنیم؟ یا نه، حرف‌های من‌ذهنی را باور می‌کنیم که حالا ما همچنین وضعمان خراب هم نیست. وقتی حضرت مولانا می‌فرماید این خرّوب است، آیا ما باور می‌کنیم؟

گفت: اندر تو چه خاصیت بُود؟
گفت: من رُستم، مکان ویران شود
 (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۷۷)

من که خرّوبم، خراب منزلم
هادم بنیاد این آب و گلم
 (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۷۸)

هر جایی که ذهن بالا بیاید خراب می‌شود. اگر با ذهن عمل کنیم چهار بُعدمان خراب می‌شود، زندگی بیرونی‌مان خراب می‌شود، روابطمان خراب می‌شود. هر لحظه که با ذهن عمل می‌کنیم، به خودمان آسیب می‌زنیم. من‌ذهنی لحظه‌به‌لحظه زندگی زنده را تبدیل به درد و مرگ می‌کند. آیا ما این‌ها را باور می‌کنیم؟ آیا باور می‌کنیم که من‌ذهنی حول مرگ و خرابی می‌تند؟

چون ز زنده مُرده بیرون می‌کند
نفس زنده سوی مرگی می‌تند
 (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۰)

این سیستم طراحی شده که خودش را نابود کند تا ما متوجه بشویم ما این بافت میرای پُر درد نیستیم. آیا با تخریبش ما بیدار می‌شویم یا بدتر می‌شویم و دست به ناله و شکایت می‌زنیم؟ آیا تخریبش به ما این پیام را می‌دهد که باید از ذهن بیرون ببریم؟ آیا ما دست از باور این محال برمی‌داریم که ما این بافت مخرب نیستیم؟ جا دارد هر کسی خودش به این سؤال‌ها جواب بدهد، ولی کاش در جواب دادن به این سؤال‌ات عجله نکنیم. کاش به قاروره عملمان نگاه کنیم. کاش نبض دل و دینمان را بگیریم. کاش وهم کمال می‌گذاشت ما خودمان را ببینیم، عیب‌هایمان را ببینیم.

بگیر نبض دل و دین خود، ببین چونی
نگاه کن تو به قاروره عمل یک بار
 (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۱۳۴)

نشانه تغییر ما چیست؟ آیا فضاگشایی اولویت اصلی ماست؟ ما چقدر آنصِتوا را رعایت می‌کنیم؟ چقدر ذهن ما ساکت است؟ چقدر متعهدیم که مسبب را در هر اتفاق ببینیم؟ چقدر حاضریم هر لحظه ایراد خودمان را ببینیم و بپذیریم؟ چقدر



حاضریم بالا نیاییم و دیده نشویم؟ چقدر از مقایسه و حسادت خارج شدیم؟ چقدر حاضریم درد هشیارانه بکشیم که من ذهنی کوچک شود؟ کاش این سؤال‌ها را بپرسیم و با ذهن هم جواب ندهیم، قاروره عمل ما خودش گویای همه چیز است. مرسی آقای شهبازی از وقتی که به من دادید.

آقای شهبازی: یلدا خانم عالی، آفرین، آفرین! [آقای شهبازی کف می‌زنند.]

خانم یلدا: ممنون.

آقای شهبازی: ماشاءالله. آفرین، آفرین! این را یک ویدئو بکنید. شعرها را هم بنویسید. خیلی زیبا!

خانم یلدا: چشم حتماً. ممنونم از شما.

آقای شهبازی: ممنونم. ممنونم. خدا را شکر واقعاً یک همچو پیغامی پخش می‌شود. آفرین، آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم یلدا]

آقای شهبازی: واقعاً ممنون. شما قدر این پیغام‌ها را بدانید و خدا را شکر کنید که همچو پیغامی از تلویزیون پخش می‌شود و شما می‌شنوید. چندین بار گوش کنید، ببینید این پیغام چقدر عالی بود، چقدر جامع بود، چقدر به‌جا بود!



۱۷- خانم مرجان از استرالیا با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم مرجان]

خانم مرجان: با اجازه‌تان پیامم را شروع کنم. مربوط به کشیدن بارهایی است که زندگی روی دوش ما می‌گذارد برای زنده شدن به خودش.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! بفرمایید.

خانم مرجان: ممنونم. مولانا در بیت ۴۶۶ از دفتر چهارم می‌گوید:

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

این راه، یک جاده صاف و بی‌دست‌انداز نیست که موانع آن را دست‌کم بگیری.

به این راه معنوی، به‌صورت سُست و حقیر نگاه نکن. درست است که پروردگار ما رثوف و مهربان است، ولی ما تنها با صبر و درد هشیارانه و کشیدن بارهایی که زندگی روی دشمن می‌گذارد می‌توانیم این من‌ذهنی را دوشقه کنیم، رها بشویم و به مقصود زندگی از خلقتمان نائل شویم.

این بیت اشاره دارد به آیه ۷ از سوره نحل:

«وَتَحْمِلْ أَثْقَالَكُمْ إِلَىٰ بَلَدٍ لَّمْ تَكُونُوا بِالْغِيَةِ إِلَّا بِشِقِّ الْأَنْفُسِ إِنَّ رَبَّكُمْ لَرءُوفٌ رَّحِيمٌ.»

«بارهایتان را به شهرهایی که جز به رنج تن بدان‌ها نتوانید رسید، حمل می‌کنند، زیرا پروردگارتان رثوف و مهربان است.»

(قرآن کریم، سوره نحل (۱۶)، آیه ۷)

جالب است که ما انسان‌ها چطور برای داشتن‌های وهمی دنیای مادی این‌قدر تلاش و بارکشی می‌کنیم، اما همان‌قدر از توجه به اصلی‌ترین مقصود خدا از خلقتمان غفلت کرده‌ایم!

دیروز از خودم می‌پرسیدم که آیا واقعاً طلب زنده شدن به خدا را داری؟ آیا به درس‌های مولانا سُست و پست نگاه می‌کنی؟ یا این‌که حقیقتاً طلب تبدیل جانانه‌ای که منظور مولاناست را داری؟ اگر این طلب حقیقی‌ست، آیا بارهای زندگی را به امید زنده شدن به او حاضری بر دوش بکشی؟ یا تا کمی بار سنگین شد، پرتش می‌کنی و می‌گویی: چقدر سنگین است، من نمی‌توانم؟!

مثل عزم در قبولی کنکور، آیا بدون کشیدن سختی و شب‌زنده‌داری‌های آن، امتحان را قبول می‌شدی؟

یا برای قبولی در امتحان رانندگی، ساعت‌ها خواندن آیین‌نامه و زحمت امتحان عملی را به دوش نکشیدی؟



برای داشتن اندامی ورزیده چطور؟ مگر حاضر نیستی سختی باشگاه رفتن، زحمت نفس‌نفس و عرق ریختن روی تردمیل و بار سنگین وزنه زدن‌ها را تحمل کنی؟

اندرین راه زنده شدن به خدا نیاز به صبر و شق انفس است. شوخی نیست. این نفس زنده را باید با شمشیر خدایت درونت دوشقه کنی.

وقتی در میهمانی‌های مشروب‌خوری و دورهمی‌های غیبت و اتلاف وقت، شرکت نمی‌کنی و می‌خواهی در سکوت باشی و با خودت و خدای خودت خلوت کنی، و اطرافیانت می‌گویند افسرده شدی و به درد نمی‌خوری، یا حتی دشمنت می‌شوند، تو مشتری بار صبر و سکوت باشی.

وقتی گره‌ای در زندگی‌ات پیش می‌آید که با هر دستی که روی این زمین می‌شناختی باز نشد، گله نکنی از خدا که این چه بار سنگینی‌ست و عوضش دست‌های خدا را ببینی که بار صبر را بر روی دوشت گذاشته.

اگر عزت و جلال خدا را می‌خواهی، جایی که فرصت بالا آمدن و دیده شدن داری، بار صبر بر شهوت تأیید گرفتن از خلق خدا را به دوش بکشی.

جایی که لقمه چرب و شیرین پیشنهادهای پول و مقام از راه نادرست به تو پیشنهاد شد، بار حزم و صبر و دوراندیشی را به دوش بکشی.

جایی که پشت‌سر کسی حرف می‌زنند و خبرهای داغ از آن شخص می‌گویند، که شنیدنش برای من‌ذهنی‌ات جذاب است، بار بستن گوش‌هایت و پرهیز از میل شنیدن را به دوش بکشی.

وقتی در معرض غذاهای خوشمزه و رنگارنگ، در حد ضرورت بخوری و بار صبر بر شهوت خوردن را به دوش بکشی.

وقتی در خیابان، کسی جلوی ماشینت ویراژ رفت، وقتی کسی به تو تهمت زد یا ناروایی گفت، سرت داد زد، اصلاً تف کرد روی صورتت، تو بار فضاگشایی را حمل کنی.

الحق که مولانا راست می‌گوید: خدا آن‌قدر مهربان است که نمی‌گذارد زیر باری که خودش برای تو گذاشته، کمرت خم شود. تا می‌بیند که بار را حیدورار روی دوش گذاشتی و درد هوشیارانه‌اش را می‌کشی، زودی می‌آید و آن بار را می‌برد و عوضش به تو خوشی و سبکی می‌بخشد.

رفته ره درشت من، بارِ گران ز پشت من دلبر بردبار من، آمده برده بار من (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۸۳۷)

پس از بارکشی‌های جانانه و پی‌درپی در مقابل شهوات، دیگر سنگینی آن‌ها مانند پر کاه بر ایمان سبک خواهند شد؛ یعنی دیگر میلی به آن شهوات را در خود احساس نمی‌کنیم که لازم باشد زحمت پرهیز از آن‌ها را حمل کنیم.



لیک چون این بار را نیکو کشی بار بگیرند و بخشندت خوشی

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۴۵۰)

بارها دیده‌ام که به محض فضاگشایی در برابر تندخویی‌های دیگران، هم رفتار آن‌ها با من تغییر کرد، هم شیرینی آرامش عجیبی پس از صبر و سکوت در درونم جاری شد.

نو به نو هر روز باری می‌کشم
وین بلا از بهر کاری می‌کشم

زحمت سرما و برف ماه دی
بر امید نوبهاری می‌کشم

گفت این غم تا قیامت می‌کشی؟
می‌کشم ای دوست آری می‌کشم

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۶۶۳)

خیلی ممنونم آقای شهبازی.

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

خانم مرجان: ممنونم از شما قربان. با اجازه‌تان.

آقای شهبازی: مرجان خانم، این ویدئوهای انگلیسی شما هم خیلی جالب است. آفرین، خیلی زحمت می‌کشید.

خانم مرجان: خواهش می‌کنم. زحمت‌ها را شما می‌کشید آقای شهبازی ممنونم از لطف و بزرگواری‌تان.

آقای شهبازی: ادامه بدهید. ادامه بدهید. ممنونم.

خانم مرجان: چشم چشم. ممنونم.

آقای شهبازی: بله به‌زودی مشتری‌های زیادی پیدا خواهند کرد این ویدئوهای انگلیسی.

خانم مرجان: ان‌شاءالله که بتوانیم، واقعاً بتوانیم به زبان‌های مختلف حداقل گوشه‌ای از زحمات شما را جبران کنیم و

بتوانیم سهمی داشته باشیم در بیداری دنیا.

آقای شهبازی: ممنونم، ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم مرجان]



[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم لادن]

آقای شهبازی: چه عجب لادن خانم، شما زنگ زدید! آفرین.

خانم لادن: با اجازه‌تان یک پیامی را آماده کرده بودم، بخوانم.

«برداشتی از ابیات ۲۹۲ تا ۲۹۷ دفتر دوم مثنوی و آیاتی از قرآن کریم»

در برخی از آیات قرآن به پدیده‌های طبیعت مانند روز، شب، آفتاب، ماه، زمین و آسمان سوگند یاد شده‌است. توجهی که مولانا به این آیات می‌دهد بسیار بیدارکننده است. او آگاهی می‌دهد که مقصود از این آیات نیز هشیار شدن انسان نسبت به مرکزش هست، تا توجه انسان به اتفاقی که در مرکزش درحال وقوع است جلب شود.

پس این جهان مادی که با چشم سر می‌بینیم، انعکاس جهان معنوی است که در درون انسان برقرار است و همان روند تکامل و تحولاتی که در طبیعت اتفاق می‌افتد، در مرکز انسان هم اتفاق می‌افتد. شاید تنها تسلیم و ناظر بودن از سوی انسان باعث بشود که روند تکامل هشیاری در درون انسان هم مانند طبیعت پیش برود.

استفاده غیرضروری از ذهن، تحلیل ذهنی اتفاقات و مسیر معنوی نه تنها کمک به پیشرفت انسان نمی‌کند، بلکه بازدارنده است، زیرا ذهن برای حفظ بقای جسمی طرح‌ریزی شده‌است و استفاده ناآگاهانه از آن، بقای من‌ذهنی را بیشتر می‌کند.

آیات ۱۱ و ۱۲ سوره طارق می‌فرماید:

«وَالسَّمَاءِ ذَاتِ الرَّجْعِ»

«قسم به آسمان بازبارنده»

(قرآن کریم، سوره طارق (۸۶)، آیه ۱۱)

«وَالْأَرْضِ ذَاتِ الصَّدْعِ»

«قسم به زمین رویان شکاف خورده»

(قرآن کریم، سوره طارق (۸۶)، آیه ۱۲)

اشاره به آسمان درون انسان است که دوباره می‌بارد و هوشیاری انسان که با واهمانش از زمین جدا می‌شود. آیه شماره ۱ سوره بلد می‌فرماید:

«لَا أَقْسِمُ بِهَذَا الْبَلَدِ»

«قسم به این شهر»



(قرآن کریم، سوره بلد (۹۰)، آیه ۱)

سوگند به شهر یکتایی که مرکزِ عدم‌شدهٔ انسان است. و در آیات ۱ تا ۷ سورهٔ شمس می‌فرماید:

«وَالشَّمْسُ وَضُحَاهَا»

«سوگند به آفتاب و روشنی‌اش به هنگام چاشت»

(قرآن کریم، سورهٔ شمس (۹۱)، آیه ۱)

«وَالْقَمَرِ إِذَا تَلَاهَا»

«و سوگند به ماه چون از پی آن برآید»

(قرآن کریم، سورهٔ شمس (۹۱)، آیه ۲)

«وَالنَّهَارِ إِذَا جَلَّاهَا»

«و سوگند به روز چون گیتی را روشن کند»

(قرآن کریم، سورهٔ شمس (۹۱)، آیه ۳)

«وَاللَّيْلِ إِذَا يَغْشَاهَا»

«و سوگند به شب چون فرو پوشدش»

(قرآن کریم، سورهٔ شمس (۹۱)، آیه ۴)

«وَالسَّمَاءِ وَمَا بَنَاهَا»

«و سوگند به آسمان و آن که آن را برآورده»

(قرآن کریم، سورهٔ شمس (۹۱)، آیه ۵)

«وَالْأَرْضِ وَمَا طَحَاهَا»

«و سوگند به زمین و آن که آن را بگسترده»

(قرآن کریم، سورهٔ شمس (۹۱)، آیه ۶)

مولانا آگاهی می‌دهد که زمینی که شکافته می‌شود، هشیاری انسان در ذهن است و آسمانی که بازبارنده است دل انسان که دوباره عدم شده و باران برکات الهی از آن می‌بارد. شهر امنی که به آن سوگند یاد شده است هم مرکز عدم‌شدهٔ انسان یا شهر یکتایی است که امنیت از آن برمی‌خیزد. و آفتاب، آفتاب حضور است که از دل انسان‌های به‌حضوررسیده طلوع می‌کند. و ماه، ذهن ساده‌شدهٔ انسان است که نورش را از خورشید حضور می‌گیرد و در جهان پخش می‌کند.



مولانا می‌گوید روز، قیامت انسان و انعکاس روی خداوند است. همچنین می‌گوید روز نشان‌دهشیری نظر و سرّ اولیاست و آن را عکس راز مرد حق یا انسان زنده‌شده بدانید، و آن روزی است که روز مادی در برابرش مثل سایه است. یعنی روز مادی، پیش‌روشنایی حقیقت که اولیا به آن زنده هستند مثل سایه است.

شب، ستاری خداوند است، پس در حقیقت شبی وجود ندارد، انسان ستاری خداوند را به‌صورت شب حس می‌کند. یعنی اگر در این لحظه با دید عدم می‌بینیم، روز قیامت ماست و اگر دید من‌ذهنی را داریم، تحت ستاری خداوند قرار می‌گیریم و شب را حس می‌کنیم.

**حق، قیامت را لقب زان روز کرد
روز بنماید جمال سُرخ و زرد**
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۹۲)

**پس حقیقت، روز، سرّ اولیاست
روز، پیش‌ماهشان چون سایه‌هاست**
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۹۳)

**عکس راز مرد حق دانید روز
عکس ستاریش، شام چشم‌دوز**
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۹۴)

همچنین در ادامه این ابیات، مولانا به آیاتی از سوره‌الضحی اشاره می‌کند.

**زآن سبب فرمود یزدان: وَالضُّحٰی
وَالضُّحٰی نورِ ضمیرِ مُصْطَفٰی**
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۹۵)

**قول دیگر کاین ضحی را خواست دوست
هم برای آنکه این هم عکس اوست**
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۹۶)

**ورنه بر فانی قَسَم گفتن، خطاست
خود فنا چه لایق گفت خداست؟**
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۹۷)



وَالضُّحَىٰ نوره ضمیر انسان زنده شده است، نور حقیقت که خداوند در قرآن به آن سوگند می‌خورد. خداوند به یک چیز آفل سوگند نمی‌خورد پس مقصود از این آیات، اشاره بر زنده شدن انسان به خودش است و بر واهی بودن ذهن و هر آنچه که نشان می‌دهد. قرآن کریم، سوره ضحی، آیات ۱ و ۲:

«وَالضُّحَىٰ.»

«سوگند به آغاز روز.»

(قرآن کریم، سوره ضحی (۹۳)، آیه ۱)

«وَاللَّيْلِ إِذَا سَجَىٰ.»

«و سوگند به شب چون آرام و در خود شود.»

(قرآن کریم، سوره ضحی (۹۳)، آیه ۲)

خیلی ممنونم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی زیبا لادن خانم، عالی، عالی، عالی! زحمت کشیدید خیلی، خیلی خوب بود!

خانم لادن: ممنون از شما، ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم لادن]



خانم پروین:

هر روز بامداد، سلامٌ عَلَیْکُمَا
آن‌جا که شه نشیند و آن وقت مُرتَضَا
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰۲)

سلامٌ عَلَیْکُمَا: سلام بر شما
مُرتَضَا: پسندیده، مورد رضایت

سلام، عشق و رحمتِ صدرِ جهان را دریافت نمی‌کنم، چون فکر می‌کنم می‌دانم.

اعتمادی کرد بر تدبیرِ خویش
که بَرَم من کار خود با عقلِ پیش
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۷۹۵)

هر لحظه به عقل جزوی خود اطمینان می‌کنم. قانون صدر جهان این‌جا کاری نکردن، خاموش بودن و صفر کردن خواسته است.

رحمتی، بی‌علتی، بی‌خدمتی
آید از دریا، مبارک ساعتی
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۲۴)

ولی راه پردردسر و پرزحمتِ فقیهِ داستان صدر جهان را انتخاب کرده‌ام.

نوبتِ روزِ فقیهان ناگهان
یک فقیه از حرصِ آمد در فغان
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۸۱۸)

کرد زاری‌ها بسی، چاره نبود
گفت هر نوعی، نبودش هیچ سود
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۸۱۹)

روزِ دیگر با رُگو پیچید پا
ناکسِ اندر صفِّ قوم مبتلا
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۸۲۰)



تخته‌ها بر ساق بست از چپ و راست
تا گمان آید که او اشکسته‌پاست

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۸۲۱)

چونکه عاجز شد ز صد گونه مکید
چون زنان او چادری بر سر کشید

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۸۲۴)

در میان بیوگان رفت و نشست
سر فروافکند و پنهان کرد دست

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۸۲۵)

رُکُو: جامه کهنه و فرسوده

مکید: حيله و نیرنگ

به جهد و تلاش امید فراوان داشت، ولی «هر چاره که پنداشت غرر بود.»

و آن غُصّه که می‌گویی: آن چاره نکردم دی
هر چاره که پنداری، آن نیز غَرَر باشد

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۳۰)

غَرَر: هلاکت، فریب خوردن

با هر چهره که وارد شد:

هم بدانستش ندادش آن عزیز
از گناه و جُرم گفتن، هیچ چیز

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۸۲۳)

وقتی فقیه همچون مُرده خاموش شد مورد توجه صدر جهان قرار گرفت.

یک عنایت به ز صد گون اجتهاد
جهد را خوف است از صد گون فساد

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۸۳۹)

پشت هر تلاش، غرور و خودبینی نهفته است. «از پس مردن غنیمت‌ها رسد.»



سِرِّ مُوتُوا قَبْلَ مَوْتِ اَيْنِ بُود کز پسِ مُردن، غنیمت‌ها رسد (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۸۳۷)

او با ترک سعی و تلاش و آبروی مصنوعی و مُردن به من‌ذهنی با زبان بی‌زبانی گفت:

بازگو آنچه بگفتی که فراموشم شد سَلَّمَ اللهُ عَلَیْک، ای مَه و مَه‌پاره‌ما (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۶۹)

سَلَّمَ اللهُ عَلَیْک: سلام خدا بر تو باد. خدا بر تو درود فرستاد.
مَه‌پاره: کنایه از زیبارو

خانم پروین: ممنونم استاد از وقتی که به من دادید.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین، آفرین!

خانم پروین: ممنون.

آقای شهبازی: مختصر و مفید و عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم پروین]



۲۰- آقای صادق از ایلام با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای صادق]

آقای صادق: عنوان پیام امشب من هست «مضرات می‌دانم و فواید نمی‌دانم»

آقای شهبازی: به به!

آقای صادق: خواهش می‌کنم.

من باید اعتراف کنم که تا قبل از گوش دادن به این برنامه کاملاً در خواب بودم. در خواب بودم که در خواب دیدم که من یک پزشک هستم، آن هم پزشک متخصص در همه رشته‌ها. در خواب دیدم که من روانشناس هم هستم. کارشناس مشاوره شغلی، مشاوره خانواده و مشاوره اقتصادی هم هستم.

در خواب بودم و در خواب برای هر کسی که هر مشکلی داشت راه حل داشتم و در خواب دیدم که من می‌دانم که هر کسی باید چگونه زندگی کند و راه حل مشکل هر کسی چیست.

به یکی می‌گفتم داروهایت را دور بریز و دارو نخور. به یکی می‌گفتم درد قفسه سینه‌ات ربطی به قلب ندارد من می‌دانم. به یکی می‌گفتم با فلان دختر ازدواج کن، من می‌دانم بهترین مورد است. به یکی می‌گفتم این شغل فعلی را رها کن و فلان شغل را انتخاب کن، من می‌دانم که درآمد خوبی به دست می‌آوری.

و بالاخره در همه زمینه‌ها من دانا بودم و برای هر کسی با هر مشکلی، من نسخه‌ای می‌پیچیدم و راه حل داشتم. اما این آموزش و این اشعار طلایی به من گوشزد کرد که از خواب بیدار شو! داری خودت و خانواده و اهالی روستا و مردم را به کشتن می‌دهی.

بیدار شو که این می‌دانم‌های تو که همه هم دروغین و قلابی هستند، داری به خودت و دیگران ضرر می‌رسانی و داری به‌سوی مرگ می‌روی.

همین‌که بیدار شدم متوجه شدم که من اصلاً پزشک نبوده‌ام، من خودم کلی درد و رنج دارم. من خودم هر روز با خانواده دعوا دارم، عصبانی می‌شوم، خشمگین می‌شوم. من خودم از نظر اقتصادی، از نظر روانی، از نظر مسائل اجتماعی هزار جور مشکل دارم.

کمی که بیدار شدم دیدم آن‌همه تخصص و آن‌همه می‌دانم‌ها همه‌اش دروغین بوده و کار من ذهنی بوده که مرا به خواب برده و برای از بین بردن خودم و دیگران دست به کار شده. آن‌گاه بود که این شعر مولانا را درک کردم که در بیت ۴۷۹ از دفتر دوم فریاد می‌زند:



دیده آ، بر دیگران، نوحه‌گری مدتی بنشین و، بر خود می‌گری

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۴۷۹)

خیلی از اقوام و دوستان حالا کمی از دست من گله‌مند هم شده‌اند که دیگر دواي دردهای ما را نمی‌گویند و دیگر ما را راهنمایی نمی‌کنند. آن‌ها فکر می‌کنند که من حسود شده‌ام و دوست ندارم که مشکلات آن‌ها را حل کنم، در صورتی که نمی‌دانند من با توهم «دانستن» چه ظلم‌هایی به آن‌ها کرده‌ام و چه ضررهایی به آن‌ها رسانده‌ام و حالا که کمی ساکت شده‌ام آن‌ها فکر می‌کنند من دیگر نمی‌خواهم به کسی خدمت کنم، در صورتی که با این آموزش ارزشمند، میل خدمت در من خیلی زیادتر هم شده.

با این آموزش اگر کسی به من مراجعه کند و بگوید فلان جایم درد می‌کند، من می‌گویم واقعاً دواي درد شما را من نمی‌دانم، اما برای خدمت‌رسانی به تو آماده‌ام. اگر می‌خواهی دکتر بروی، من همراهت می‌آیم با کمال میل. پول احتیاج داشته باشی، در حد توان در خدمتم. اگر از پله‌ها نمی‌توانی بالا بروی، با کمال میل در خدمتم، اما دیگر برایش پزشکی نمی‌کنم و نمی‌گذارم که من ذهنی‌ام با «می‌دانم» به او حمله کند. در همه مواردی دیگر مانند مشاوره ازدواج، اقتصاد و غیره به همین شکل من عمل می‌کنم.

راستش آقای شهبازی قبل از این آموزش چون در خواب بودم و در خواب دیده بودم که من دانا هستم، داشتم اهالی روستا را به کشتن می‌دادم و آن‌ها هم چون در خواب بودند نمی‌دانستند من به آن‌ها ضرر می‌رسانم و از طرفی آن‌ها هم داشتند مرا به کشتن می‌دادند، چون با استاد استاد گفتن و تأیید و توجه، داشتند مرا بیشتر به خواب می‌بردند و خواب مرا عمیق‌تر می‌کردند و هرچه خواب من عمیق‌تر می‌شد، بیشتر به آن‌ها و خودم ضرر می‌رساندم و خطرناک‌تر می‌شدم.

آقای شهبازی: آفرین.

آقای صادق: بالاخره این «کاروان مرگ» را تشکیل داده بودیم که در خواب همه همدیگر را به‌سوی مرگ و نابودی می‌بردیم و دست به دست هم به‌سوی مرگ می‌رفتیم، و این استاد استاد گفتن و تأیید و توجه آن‌ها داشت مرا به لبه بام نابودی می‌برد. این آموزش به داد من رسید و معنی این شعر را با جانم درک کردم که چرا مولانا می‌گوید:

هر که بستاید تو را، دشنام ده
سود و سرمایه به مفلس وام ده

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۳۳۰)

ستایش آن‌ها لایبی شیرینی بود که خواب مرا عمیق‌تر می‌کرد و هرچه خواب من عمیق‌تر می‌شد، من خطرناک‌تر می‌شدم و بیشتر ضرر می‌رساندم و بیشتر به سمت نابودی می‌رفتم.



در اوایل که من به این برنامه گوش می‌دادم با خودم می‌گفتم که مولانا چرا این قدر تلاش کرده که مردم از خواب ذهن بیدار شوند؟ و آقای شهبازی چرا این قدر هزینه می‌کند در این مورد؟ این همه مردم که بیدار نشدند چه مشکلی دارند؟ کار می‌کنند، شغل دارند، می‌خندند، تفریح می‌کنند، بچه‌داری می‌کنند، ظاهراً که مشکلی ندارند.

اما حالا که اندکی بیدار شده‌ام و کارهایی را که در خواب کرده‌ام را به یاد می‌آورم، می‌بینم که چقدر به مردم ضرر رسانده‌ام و چقدر بیدار شدن ضروری است. و این که هم در سطح فردی و هم در سطح جمعی، بشر درد و رنج دارد به خاطر این است که اکثراً در خواب هستیم و تجربه دو جنگ جهانی و این همه ضرر رساندن، این موضوع را نشان می‌دهد که کاروان بشریت در خواب است و به سوی مرگ و نابودی می‌رود.

اما من نباید بگویم که این همه در خواب هستند، گیرم که من بیدار شدم، چه فایده دارد؟ مولانا در غزل ۱۱۹۷ دیوان شمس این نوید را به من داد که

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

پس ما نتیجه می‌گیریم که ما تا وقتی که در خواب هستیم، احساس می‌کنیم دانا هستیم ولی به همدیگر ضرر می‌رسانیم. اما وقتی بیدار شویم به «نمی‌دانم»، فواید «نمی‌دانم» شروع می‌شود و هم مرا و هم بقیه مردم را نجات می‌دهد. «نمی‌دانم» نجات‌بخش است، چون «نمی‌دانم» ما را خاموش می‌کند و خاموشی هم جذوب رحمت است. فقط در شرایط «نمی‌دانم» است که خدا به ما کمک می‌کند.

**چن ملایک، گوی: «لا عِلْمَ لَنَا
تا بگیرد دست تو، عَلَمَتْنَا**
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۱۳۰)

مانند فرشتگان بگو: «ما را دانشی نیست.» تا «جز آن چه به ما آموختی.» دست تو را بگیرد.

پس با «نمی‌دانم» هست که خدا دست ما را می‌گیرد و ما دیگر ضرر نمی‌رسانیم.

و در پایان این مورد را هم بگویم که در اوایل که من با خانواده همسر آشنا شدم، برادرخانم، که آن موقع حدوداً نوجوان بود، عادت داشت که گه‌گاهی شب‌ها با این که در خواب بود بلند می‌شد و راه می‌رفت و با این که کاملاً بیدار نشده بود و در خواب بود سعی می‌کرد برود داخل روستا دور بزند.

اهالی خانه که عادت او را می‌دانستند وقتی این شرایط برایش پیش می‌آمد مانع بیرون رفتن او می‌شدند و تا وقتی که مطمئن نمی‌شدند که بیدار شده، نمی‌گذاشتند بیرون برود، چون در خواب بود و احتمال زیادی داشت که بلایی سر خودش بیاورد. چون در خواب بود و چاله‌ها و مانع را تشخیص نمی‌داد و احتمال داشت که بیفتد به چاه یا بخورد به تیر برق یا این که برای



کسی دیگر مشکلی پیش بیاورد، چون در خواب بود و تشخیص درستی هم در خواب نمی‌توانست داشته باشد و بالاخره بیرون رفتنش همه‌جور مشکل داشت.

من یک بار از خانم سؤال کردم که از کجا می‌فهمید که الآن که برادرت از رختخواب بلند شده هنوز خواب است یا واقعاً بیدار شده؟ او گفت از کارهای غیر معمولی که انجام می‌دهد می‌فهمیم که خواب است و بیدار نشده، مثلاً می‌آید به ما دست می‌دهد و روبروسی می‌کند و احوال‌پرسی می‌کند، یا مثلاً به‌جای در، سعی می‌کند که از پنجره بیرون برود، یا این‌که حرف‌های بی‌ربط می‌زند و از این‌جور موارد، ما می‌فهمیم که خواب است.

نکته این‌جاست که ما هم وقتی در خواب باشیم احتمال هزارجور «ضرر رساندن» داریم و یک مورد هم نمی‌توانیم مفید باشیم و همه حرف‌های ما و توصیه‌های ما بی‌ربط است.

و مورد بعدی این‌که از اهالی خانه باید کسی او را بیدار می‌کرد که خودش در آن موقع بیدار باشد، بقیه اعضای خانه که در آن موقع شب در خواب بودند که نمی‌توانستند او را بیدار کنند. و من نتیجه گرفتم که مشکل ما هم تا حالا این بوده که برای بیداری و بیدار شدن دست به دامان کسانی زده‌ایم که خودشان خواب هستند و ما هم چون خودمان در خواب بوده‌ایم هیچ کمکی به همدیگر نمی‌توانستیم بکنیم و فقط به هم ضرر می‌رساندیم.

با این آموزش روشن شد که فقط زندگی استاد است و فقط کسانی بیدار شده‌اند که زندگی در آن‌ها بیدار شده‌است، مانند حضرت رسول (ص)، مولانا و دیگر بزرگان، و فقط بیدار شده‌ها می‌توانند ما را بیدار کنند که به آن‌ها گوش دهیم و عمل کنیم و یا این‌که با فضاگشایی، خود زندگی مستقیم با ما حرف بزند و ما را بیدار کند، درواقع خودش را در ما بیدار کند. بقیه دیگر زندانی خواب و جزو کاروان مرگ هستند و نمی‌توانند ما را بیدار کنند.

زندانی مرگند همه خلق، یقین دان محبوس، تو را از تک زندان نرهاوند (مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۵۲)

تک: نه، پایین، قعر

و این‌که ما بخواهیم در خواب ذهن باشیم یا به خواب ذهن ادامه دهیم و هزارجور جریمه بدهیم و ضرر برسانیم، یا این‌که با این آموزش و اشعار مولانا از خواب ذهن بیدار شویم، فتوادهنده خودمان هستیم و مولانا در دفتر ششم در بیت ۵۳۰ مطلب مهمی را به ما گفت:

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

مفتی: فتوادهنده



خوابِ ضرورت ندارد و اگر ما خواب بمانیم، هزار جور جریمه باید بدهیم، مخصوصاً با این آگاهیِ ارزشمند که الآن نور آن در سراسر جهان پخش شده دیگر ضرورتی ندارد ما به خوابِ ذهن ادامه دهیم و باید هرچه زودتر بیدار شویم و بگوییم «من نمی‌دانم و فقط زندگی می‌داند» تا از شرِ جریمه و درد و رنجِ نجات یابیم و از کاروانِ مرگ جدا شویم و همراه با کاروانِ زندگی به سوی زندگی برویم.

وقتی ما ضرورت بیدار شدن، شوقِ بیدار شدن را دریافتیم و بیدار شدیم و با خموشی و مُردن قبل از مُردن و «نمی‌دانم» و فضاگشایی و صبر و شکر و عذرخواهی، به زندگی اجازه دادیم که از طریق ما حرف بزند و زندگی ما را گلستان کند، آن‌گاه می‌توانیم دست بقیه را هم بگیریم.

چون به بُستانی رسی زیبا و خوش بعد از آن دامنِ خَلقان گیر و کَش (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۳۶)

خسته نباشید آقای شهبازی.

آقای شهبازی: عالی، عالی، عالی! آفرین! ممنونم. خیلی مفید، خیلی جامع.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای صادق]

❖ ❖ ❖ پایان بخش دوم ❖ ❖ ❖



[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی با خانم زرین]

خانم زرین:

لیک حاضر باش در خود، ای فتی

تا به خانه او بیاید مر تو را

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۶۴۳)

ورنه خَلَّت را برد او بازپس

که نیابیدم به خانه هیچ‌کس

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۶۴۴)

فتی: جوان‌مرد، جوان

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

استاد نازنین در هر برنامه تکرار ابیات را نرمش روانی بیان می‌کنند، وقتی پای برنامه می‌نشینم با کوله‌باری از همانیدگی، مرکز جسم، و من‌ذهنی سفت و سخت برنامه را نگاه می‌کنم، و با هر بیتی که استاد نازنین می‌خوانند ضربه‌ای به من‌ذهنی‌ام وارد می‌شود و همانیدگی‌ها بالا می‌آیند و قابل شناسایی می‌شوند. عیب و ایرادهای خود را می‌بینم و با گوش دادن یواش‌یواش از سختی و زمختی من‌ذهنی کم می‌شود و به سمت لطافت و نرمی می‌رویم.

شاید هر بار تکرار یک بیت یا چند بیت ما را از خیلی کارهای من‌ذهنی وامی‌دارد و آرام‌آرام ابزارهای من‌ذهنی را می‌گیرد و ما را آماده و حاضر می‌کند برای گرفتن پیغام، پیغام ارجعی، مرکز عدم، فضاگشایی، آلت.

اگر حاضر باشیم دیگر با عقل و خرد من‌ذهنی عمل نمی‌کنیم. وقتی به عنوان من‌ذهنی بلند می‌شوم و می‌خواهم به سبب‌سازی و علت و معلول ذهنی بروم به خودم یادآوری می‌کنم آیا حاضری؟

در موقع بی‌مرادی وقتی می‌خواهم پیغام زندگی را پس بزنم و آن را نپذیریم، زمانی که ناظر ذهنم نیستم و با فکرهای پیوسته این لحظه مبارک را از دست می‌دهم، وقتی شهوت هم‌هویت‌شدگی دارم، با همانیده شدن با بدنم، دارایی‌ام، پدرم، مادرم، فرزندانم به خودم می‌بالم و ارزش خود را از چیزهای عاریتی می‌گیرم و ارتفاع می‌گیرم.

وقتی با زرنگ بازی‌ها و الگوهای من‌ذهنی ادای معنوی بودن را درمی‌آورم و راستانه خم نمی‌شوم. وقتی در جهنم من‌ذهنی گیر می‌کنم و نمی‌خواهم از آن خارج شوم و با هیجانات من‌ذهنی مثل خشم، ترس، حسادت، هیزم آتش جهنم را برای خود بیشتر می‌کنم. وقتی با کندن از جای خود و حاضر نبودن خود را به این‌ور و آن‌ور می‌زنم و خود را زخم و کبود می‌کنم و در درد و آسیب‌های من‌ذهنی به دام می‌افتم.



زمانی که من ذهنی از ادامه دادن با برنامه مرا ناامید می‌کند و شروع به ملامت خود می‌کنم، و صبر و شکر را فراموش می‌کنم. موقعی که منتقبض می‌شوم و من ذهنی را بزرگ می‌کنم و نمی‌دانم با انبساط من ذهنی کوچک‌تر می‌شود. وقتی با قضاوت و مقاومت دنبال عیب دیگران هستم و دید خود برتر بینی پیدا می‌کنم.

زمانی که ناز می‌کنم و احساس بی‌نیازی به زندگی، مولانا و برنامه گنج حضور می‌کنم، و با پندار کمال و ناموس هر لحظه مسئله خلق می‌کنم. وقتی قانون جبران چه مادی و چه معنوی را رعایت نمی‌کنم و انتظار و توقع دریافت بیشتر را دارم.

وقتی با ظاهر آراسته من ذهنی ایجاد درد می‌کنم و با وجود خشم و عصبانیت من ذهنی خود را آرام جلوه و ارائه می‌دهم. وقتی پرهیز از پُرحرفی و زیاده‌گویی ندارم و بسته‌های زر را باز نمی‌کنم و اختیار خود را به دست عقل من ذهنی می‌دهم. زمانی که با دخالت در قانون قضا و کُنْکَنان با قضاوت و مقاومت من ذهنی عمل می‌کنم و با خرابکاری‌های من ذهنی وقت تلف می‌کنم. زمانی که کسی شعر می‌خواند یا آهنگی می‌زند من کارگاه صُنْع و خلاقیت را در درون او نمی‌بینم.

بنابراین با بالا آمدن درد و من ذهنی به جای ستیزه کردن و سبب‌سازی من ذهنی به خودم یادآوری می‌کنم لیک حاضر باش، کجا رفتی؟! مگر هدیه را نمی‌خواهی؟! دیگر من ذهنی ضرورتی برای بالا آمدن نمی‌بیند و به دنبال آن خاموشی، آرامش، تسلیم، فضاگشایی را به ارمغان می‌آورد.

ممنون استاد تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین. ممنونم. بچه‌ها هم هستند؟

خانم زرین: بله استاد. با اجازه‌تان.

آقای شهبازی: بله، لطف کنید.

[خداحافظی آقای شهبازی با خانم زرین]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی با خانم تیارا]

خانم تیارا: تیارا هستم دوازده‌ساله. با اجازه‌تان.

گرچه چشمه بود دلکش، دارد دهن خوش لیکن همه گوهرها دریای عدن دارد

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۲۶)

عَدَن: عالم قُدس و جهان حقیقت

دریای عدن فضایی یکتایی است، می‌گوید اگر تو بله بگویی، تسلیم بشوی، چشمه تو باز می‌شود. چشمه شادی از درونت باز می‌شود، چشمه آرامش باز می‌شود، دهانت را خوش نگه می‌دارد، شیرین نگه می‌دارد. وقتی این چشمه باریکه می‌آید از



این لحظه می‌جوشد، چهار بعد ما را سیراب می‌کند. ما باید ادامه دهیم، باز هم شناسایی کنیم، همهٔ هم‌هویت‌شدگی‌ها را بیندازیم تا به دریای یکتایی، فضای یکتایی راه پیدا کنیم. برای این‌که همهٔ گوهرها آن‌جاست، باید برویم و گوهر بیاوریم. منظورش این است که ادامه بده، هم‌هویت‌شدگی‌ها را بینداز تا از دریای عدن، از فضای یکتایی، این گوهرها را که مسئولیت ما هست برویم برداریم. همان‌طور که مولانا رفته برداشته و آورده، ما هم باید برویم برداریم و بیاوریم و بریزیم در این جهان.

استاد تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! تیارا خانم. عالی.

خانم تیارا: ممنون استاد.

[خداحافظی آقای شهبازی با خانم تیارا]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی با خانم یکتا]

خانم یکتا: یکتا هستم هشت‌ساله.

آقای شهبازی: بله، بفرمایید یکتا خانم.

خانم یکتا:

آمده‌ام که سر نهم عشق تو را به سر برم
ور تو بگویم که نی، نی شکنم شکر برم

آمده‌ام چو عقل و جان از همه دیده‌ها نهان
تا سوی جان و دیدگان مشعلِ نظر برم

آمده‌ام که ره زنم بر سر گنج، شه زنم
آمده‌ام که زر برم زر نبرم خبر برم

گر شکند دل مرا جان بدهم به دل شکن
گر ز سرم کُله برد من ز میان کمر برم



اوست نشسته در نظر، من به کجا نظر کنم؟
اوست گرفته شهر دل، من به کجا سفر برم؟

آنک ز زخم تیر او کوه شکاف می‌کند
پیش گشاد تیر او وای اگر سپر برم

گفتم آفتاب را گر ببری تو تاب خود
تاب تو را چو تب کند گفت بلی اگر برم

آنک ز تاب روی او نور صفا به دل کشد
و آنک ز جوی حُسن او آب سوی جگر برم

در هوس خیال او همچو خیال گشته‌ام
وز سر رشک نام او نام رخ قمر برم

این غزلم جواب آن باده که داشت پیش من
گفت بخور نمی‌خوری پیش کسی دگر برم
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۴۰۳)

استاد تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین. آفرین! خب، صحبت دیگر ندارید؟ به بچه‌های سن و سال خودت چیزی نمی‌خواهی بگویی؟ پیغامی بدهی؟

خانم یکتا: استاد فضاگشایی کنند، خاموش باشند.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین. خیلی خب.

خانم یکتا: غزل مولانا بخوانند.

آقای شهبازی: غزل مولانا بخوانند، دیگر چه؟

خانم یکتا: خاموش باشند، من ذهنی گولشان نزنند.



آقای شهبازی: آفرین. به بزرگ‌ترها چه می‌گویید شما؟ به کسانی که سَنشان بالا هست؟

خانم یکتا: حَبَر و سَنی نکنند.

آقای شهبازی: حَبَر و سَنی نکنند. بله. آفرین! دیگر چکار نکنند؟

خانم یکتا: از جنس شیطان نباشند.

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

خانم یکتا: ملامت نکنند.

آقای شهبازی: ملامت نکنند. پدر و مادرها چکار کنند؟ چکار نکنند؟

خانم یکتا: شعرها را به بچه‌هایشان یاد بدهند.

آقای شهبازی: آفرین! آفرین. دیگر؟ دیگر چیز دیگری می‌خواهید بگویید؟

خانم یکتا: تخم عشق بکارند.

آقای شهبازی: تخم عشق بکارند! آفرین! بزرگ‌ترها تخم عشق بکارند. آفرین! آفرین!

خانم یکتا: بله.

آقای شهبازی: دیگر؟

خانم یکتا: قدردان باشند.

آقای شهبازی: قدردان بشوند، آفرین آفرین.

خانم یکتا: قانون جبران را رعایت کنند.

آقای شهبازی: قانون جبران را رعایت کنند. عالی، عالی یکتا خانم، عالی! خب همین قدر عالی بود. ما بزرگ‌ترها فعلاً برویم این کارها را انجام بدهیم بعد بیاییم دوباره بپرسیم از شما [خنده آقای شهبازی]. خیلی خب.

خانم یکتا: استاد ما این‌ها را از شما یاد گرفتیم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، خیلی زیبا. آفرین. خانم یکتا هشت سالشان است، خودشان هم گفتند دیگر. این‌همه خردورزی می‌کنند، این‌همه عشق‌ورزی می‌کنند، هم خرد را پخش می‌کنند هم عشق را در جهان. آفرین، آفرین.

[خداحافظی خانم یکتا با آقای شهبازی]



[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم بیننده]

خانم بیننده: یک تجربه‌ای داشتم با اجازه‌تان به اشتراک بگذارم.

آقای شهبازی: بفرمایید بله.

خانم بیننده: موضوع این پیام درواقع هست: «شکر بدون «من» و معجزه آن».

صحنه اتفاق: بیمار کوچک.

در شرایطی بودم که یک کودک کوچک بیمار شده بود و پزشک معالجش هم در طبابت اشتباه کرده بود. ذهن من به شدت می‌خواست تحت عنوان عشق و علاقه‌مندی موجبات نگرانی من را فراهم کند و به آن دامن بزند. در چنین شرایطی خب معلوم است من ذهنی خود و یا دیگران مرتب با حیل‌های مختلف می‌خواهند نگرانی را دامن بزنند و دامنه چرخش فکرها را گسترش بدهد. و من در این حالت یک بار هم طبق عادت قبل از آشنایی با گنج حضور به اصطلاح درحالی‌که با فکرها می‌چرخیدم دعا کردم، که خدایا این‌طور بشود، آن‌طور نشود. ولی سریع به خودم آمدم و گفتم: آه! یعنی من دارم تصور می‌کنم خدا! شما که عقلت نمی‌رسد و ممکن است اشتباه کنی و مثلاً این‌طوری بشود یا آن‌طوری بشود، پس یک وقت نشود ها! خواست را جمع کن ها!

ولی به خودم آمدم و گفتم مگر نه این‌که:

دَمِ او جان دَهَدَتِ رُو ز نَفَخْتُ بَیْذِیر
کَارِ او کُنْ فِیکون است نه موقوفِ علل
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۴۴)

نَفَخْتُ: دمیدم

و فوراً [قطع صدا]. این از دیوان شمس مولانا، غزل ۱۳۴۴ بود.

و با استفاده از درس‌های گنج حضور خدا را شکر از جهنم بیرون آمده و طلسم آن باطل شد.

چگونه؟ وقتی که دیدم در ذهن مشغول افکار منفی و پشت سرهم هستم و دارم دچار انقباض می‌شوم، آگاه بودم که آن‌چه ذهن نشان می‌دهد مهم نیست بلکه فضای گشوده شده این لحظه که به وسیله «قضا و کُنْ فَکَانَ» نوبه‌نو رقم می‌خورد مهم است. و ما بنابه گفته شما آقای شهبازی عزیز فقط حق داریم منبسط بشویم.



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

بساط: هر چیز گستردنی مانند فرش و سفره

كُلُّ أَصْبَاحٍ لَنَا شَأْنٌ جَدِيدٌ كُلُّ شَيْءٍ عَنْ مُرَادِي لَا يَحِيدُ (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۶۴۰)

«در هر بامداد کاری تازه داریم، و هیچ کاری از حیطهٔ مشیت من خارج نمی‌شود.»

آقای شهبازی عزیز نمی‌دانم چه شد که در یک‌آن به شکرگزاری پرداختم و تمرکز رفت فقط روی شکرگزاری با جانم. شکرگزاری و باز هم شکرگزاری و هیچ چیز دیگر.

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

اهتزاز: جنبیدن و تکان خوردن چیزی در جای خود.

به‌جای تمرکز و طواف دور اتفاق، تمرکز رفته بود روی شکرگزاری. به‌صورت معجزه‌آسایی در این حالت ناگهان متوجه شدم که افکار در سرم دیگر نمی‌چرخند، فکر آرام، جسم آرام، و آزاد هستم. تمرکز روی تنفس خودم را هم برای اولین بار توانستم آن‌طور که باید تجربه کنم، چقدر معجزه‌آسا اثر کرد و البته تمرکز روی این بیت‌های کلیدی:

رحمتی، بی‌علتی، بی‌خدمتی آید از دریا، مبارک ساعتی (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۲۴)

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

و همچنین بیت کلیدی:



دَمِ او جان دَهَدَتِ رُو ز نَفَخْتُ بپذیر کارِ او کُنْ فیکون است نه موقوفِ علل

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۴۴)

نَفَخْتُ: دمیدم

و متمرکزتر شدم روی «دَمِ او». و لحظه به لحظه فضای گشوده این لحظه نور و روشنایی را چنان در وجودم جاری و ساری کرد که دیدم همه چیز همین طور هست که هست، و من راضی هستم، هیچ فکری ندارم، خالی و سبک، و شده‌ام «نمی‌دانم». به این ترتیب دیدم که در وسط «مثلث صبر و شکر و پرهیز» در فضای گشوده نشسته‌ام و شکر می‌کنم. در فضای شکر، سبب‌سازی، ملامت، قضاوت، نگرانی، ترس، هیچ محلی برای تاخت و تاز خود پیدا نکردند. در نهایت اتفاقی که این تجربه را باعث شده بود هم در جوی [قطع صدا] به زیبایی به جریان خود ادامه می‌دهد. پیام این پیام این دو بیت مولاناست:

شُکر، جان نعمت و، نعمت چو پوست
ز آنکه شُکر آرد تو را تا کوی دوست

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۸۹۶)

و همچنین:

شیرین چو شُکر تو باش شاکر
شاکر هر دم شُکر ستاند

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۱۲)

و در پایان باز هم یک بیت کلیدی:

از خدا غیر خدا را خواستن
ظن افزونی ست و، کَلّی کاستن

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۷۷۳)

خیلی ممنون آقای شهبازی عزیز از وقتی که در اختیارم گذاشتید.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! خیلی مفید. ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم بیننده]



۲۳- آقای بیننده از ایران با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای بیننده]

آقای بیننده: من ابتدا این را باید بگویم آقای شهبازی عزیز که شما زندگی من را نجات دادید.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

آقای بیننده: شاید الآن که هنوز زنده هستم، نفس می‌کشم، کنار خانواده، دوستان، و به‌طور کلی در گستره زندگی هستم، از لطف خدا بوده که باعث شده شما با این که هزاران فرسنگ از هم فاصله داریم به زندگی من [قطع صدا].

البته آقای شهبازی پیش از گنج حضور من در ورطه ناامیدی، افسردگی و زوال بودم. من در اوج جوانی‌ام تقریباً دیگر به پوچی رسیده بودم. ساعت‌ها و ساعت‌ها در گوشه‌ای می‌نشستم و غرق در خیالات، اوهام، افکار و گذشته و آینده می‌شدم، و به خودم که می‌آمدم می‌دیدم که افکار و خیالات ویرانگر من ذهنی مرا تا قعر خودش کشانده.

آقای شهبازی من در روستا زندگی می‌کنم. از دید من ذهنی من در یک جای محدود بودم که هیچ راه پیشرفتی چه از لحاظ مادی و چه از لحاظ معنوی نداشتم، همیشه من ذهنی این چیز را این جور به من القا می‌کرد. و همیشه من ذهنی مرا به مقایسه می‌برد که چرا مثلاً من در فلان جا در این کره خاکی به دنیا نیامدم؟ چرا مثلاً در این جا؟ چرا وضعیت مالی و روحی من باید این‌گونه باشد؟ و صدها چرای دیگر که سلسله‌وار از افکار من می‌گذشتند.

ساعت‌ها می‌رفتم در دل کوه با آن که خداوند نعمت شعر گفتن و نوشتن را به من داده بود من این را در مسیر غم‌نامه، درد، و شکایت، اشعار سیاسی و نوشته‌های فلسفی و پوچ گرایانه به‌کار می‌بردم. و می‌آمدم این‌ها را آقای شهبازی در فضای مجازی با دیگران هم به اشتراک می‌گذاشتم! و این من ذهنی من از تلاقی من ذهنی دیگران یک ما را تشکیل می‌داد، مایی که جمعی همدیگر را تأیید می‌کردیم، تشویق می‌کردیم به نوشتن چنین اشعاری، به نوشتن چنین سروده‌هایی که سرشار از ناامیدی و درد و رنج بودند. و شاید آقای شهبازی باور ندارید کار من داشت به جایی می‌رسید که حتی خودم را بر طناب دار در یکی از درختان آن جنگل می‌دیدم.

و این جان تن من و این جان من و این خانه من هر لحظه داشت به من هشدار می‌داد که دارم بر سرت آوار می‌شوم، که داری چهار بعد وجودت را رو به تباهی می‌کشانی. اما من نمی‌دیدم آقای شهبازی، نمی‌شنیدم، درک نمی‌کردم، چون در خواب بودم.

هر وقت دردی در جسم و روحم به وجود می‌آمد با کاهگل آن شکاف را [قطع صدا]. فکر می‌کردم الآن باید یک شعری بنویسم، بروم یک خلوتی دوباره شکایت کنم، دوباره بروم پیش دیگران، یک محفل دردانگیزی دوباره ایجاد کنیم و این بحث‌ها را آن‌جا بکنیم تا این دردهای من اندکی ساکن بشوند. در غزل برنامه ۹۸۵ مولانا به زیبایی می‌گفت که



جواب گفت مر او را فصیح آن خانه که چند چند خبر کردم به لیل و نهار

بدان طرف که دهان را گشاد می به شکاف
که قوتم برسیده ست، وقت شد، هُش دار

همی زدی به دهانم ز حرص مشتی گل
شکاف‌ها همه بستی سراسر دیوار
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۱۳۴)

فَصیح: ویژگی کسی که خوب سخن بگوید و کلامش بدون ابهام باشد.
لیل و نهار: شب و روز

آقای شهبازی بعدها فهمیدم که خداوند مرا فراموش نکرده بود، حتی در آن اوضاع شدید، و همیشه به من امید داشت. در جایی و در لحظه‌ای که هرگز انتظارش را نمی‌کشیدم به ناگاه مرا بیدار کرد. با این بیداری به وسیله شما و از طریق برنامه شما و برنامه بسیار زیبای ۶۱۱ بود. برنامه‌ای که همگان به خاطر داریم.

و مسیر زندگی من از آن روز به صورت معجزه‌آسایی دگرگون شد. و من ناامید افسرده در مرز نابودی، کسی را ساخت که آقای شهبازی برایم باورپذیر نیست، که الآن بدون این که دیگران را خبر و سنی کنم، بدون این که به دنبال پندار کمال باشم، از طریق ارتعاشی که در درون من شکل گرفته، حتی دیگران نیز به سمت من آمده‌اند و از من راه‌های آشنایی با این برنامه را می‌خواهند.

و این بسیار شگفت‌انگیز بوده که چقدر این دانش مولانایی که شما به ما ارائه می‌دهید برای ما و دیگران کارساز بوده. آقای شهبازی من الآن تازه فهمیدم که چقدر روستای من زیباست.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای بیننده: طبیعتی که بی‌نظیر، طبیعتی که در اطراف من هست بی‌نظیر است، برای مراقبه، برای رفتن به آنجا و اشعار مولانا را گوش دادن، برنامه‌های شما را گوش دادن و نوشتن شعرها.

و من همان درختی که پای آن می‌رفتم آقای شهبازی ساعت‌ها آنجا از غم‌نامه، از درد، از رنج و شکایت می‌نوشتم، الآن همان‌جا اشعار مولانا، برنامه‌های شما و اشعار عاشقانه را می‌نویسم.

آقای شهبازی: آفرین!



آقای بیننده: این چرخه شاید باورپذیر نبود برای من! و اشعار مولانا را در دل کوه طنین‌انداز می‌کنم و زیبایی‌های طبیعت را به زلالی و شفافیت الآن می‌بینم. و نمی‌شود این را نگفت آقای شهبازی که شما شاید خودتان خبر ندارید، یا مطمئناً شاید هم دارید، که زندگی بسیاری از ما [قطع صدا] زندگی من که الآن خودش، جوانی که خودش را یک کل می‌دانست [قطع تماس]

آقای شهبازی: قطع شد. حیف شد قطع شد، ولی خب پیغامشان را دادند، عالی بود، عالی بود! یک نمونه دیگری از پیشرفت عظیم از یک انسانی که من ذهنی دارد، از جنس غم است، غم‌نامه می‌نویسد، الآن از جنس زندگی شده، شادی شده و شعرهای شادی‌بخش می‌نویسد.

خداوند



۲۴- آقای حسام از مازندران با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای حسام]

آقای حسام: جا دارد که شکر خدا را به‌جا بیاوریم از این پیغام‌های عالی، تک‌به‌تک برای خودمان یک جشن وحدت بگیریم.
آقای شهبازی: بله.

آقای حسام: یعنی این چنین مولانا دل‌های ما را به همدیگر وصل کرده. پیغام دل خودمان، حرف دل خودمان را از زبان دیگری می‌شنویم.

آقای شهبازی: بله بله، شگفت‌انگیز است. این نشان این است که پیغام مولانا منتقل شده، می‌شود منتقل بشود، می‌شود زندگی مردم عوض بشود. لزومی ندارد که ما یک زندگی را که قرار بوده، طرح خدا این بوده که باغ بشود، هفته قبل گفت باغ شما که زندگی شماست می‌تواند فیض کامل بگیرد، رونق کامل بگیرد، یعنی لازم نیست از جهان چیزی بگیرد، از زندگی بگیرد و شما هیچ نگرانی نداشته باشید.

واقعاً این سؤال را بکنیم که این زندگی شخصی من یک باغ هست؟ اصلاً من فکر می‌کنم که زندگی‌ام باید مثل یک باغ باشد؟
خب این سؤال را بکنیم. و ما الآن شاهد این هستیم که با کمک اشعار مولانا و این بیداری، شما زندگی‌تان را باغ کردید.
خود شما مگر نکردید آقای حسام؟

آقای حسام: بله، حالا من نباید بگویم، ولی واقعاً پیش خودم می‌دانم که چقدر به زندگی من کمک کرد. چه جاهایی می‌توانستم،

آقای شهبازی: نه، عیبی ندارد آدم راستانه به‌قول مولانا، نه برای خودنمایی، توضیح بدهد که این اتفاقات در زندگی من افتاده، این چارق‌ایاز من است آی مردم ببینید، الآن هم به‌اصطلاح وضع این‌طوری است، این قدر زیبا شده. و بالا نمی‌آیم خودمان را نشان بدهیم که، پز که نمی‌دهیم برای این کار، می‌گوییم تسلیم شدیم، خداوند زندگی ما را عوض کرد. من فقط این را می‌خواهم بگویم که این کار مقدور است. برای من ذهنی چون راه‌های غلط رفته این سوءتفاهم پیش آمده که امکان ندارد زندگی من عوض بشود. مردم ناامید شده‌اند. چرا؟ برای این‌که بارها سعی کردند با من ذهنی خودشان، با فشار روی خودشان زندگی‌شان را باغ کنند، بدتر خراب شده، ناامید شده‌اند. هرچه هم ما می‌گوییم این امکان دارد خیلی‌ها باور نمی‌کنند. ولی شما که می‌آیید توضیح می‌دهید، بقیه این پیغام‌ها را می‌دهند، می‌بینیم که افراد از جوان، از ده‌ساله گرفته تا نودساله، آن‌هایی که متعهدانه برنامه را گوش کرده‌اند، این شعرها را تکرار کرده‌اند، معانی‌اش را عمل کرده‌اند، عوض شده‌اند. زندگی عوض کرده، هیچ‌کدام از شما یا بنده هم همین‌طور ادعا نداریم که ما خودمان کردیم و ببینید زندگی ما را آی مردم دلتان بسوزد! اگر این‌طوری بگوییم خیلی بد است [خنده آقای شهبازی] این‌طوری که نمی‌گوییم که، ما می‌گوییم می‌شود درست کرد. دست به دست هم بدهیم درست کنیم.



ببخشید من هیجان زده می‌شوم بعضی موقع‌ها از این حرف‌ها و حق شما را می‌خورم. بفرمایید شما صحبت کنید، خدای نکرده قطع می‌شود.

آقای حسام: نه، بسیار عالی، این هیجان، این ارتعاش به ما هم انتقال پیدا می‌کند، بسیار هم عالی. امروز مهمان، روز جمعه بود، تعطیل بود ما خانه بودیم، فرصت کافی داشتیم. مهمان‌های خوبی داشتیم، برنامه گنج حضور، مولانای عزیز. ابیات را تکرار می‌کردم برخوردیم به یک چند بیتي از مولانا جزو ابیات کلیدی هم بود.

آقای شهبازی: بله.

آقای حسام: باعث شد که بروم سراغ قرآن، سوره یونس.

آقای شهبازی: بله بله.

آقای حسام: و یک ابیات تلفیقی تحقیقی شکل گرفت در قالب یک مثنوی کوتاه. حالا من این را با عرضم به خدمتان شماره آیات می‌فرستم در تلگرام. ولی دلم می‌خواست این، اگر اجازه می‌دهید این ابیات را بخوانم خدمت شما و دوستان.

آقای شهبازی: بله بله، خواهش می‌کنم.

آقای حسام: خواهش می‌کنم. البته آن ابیاتی که باعث شد که این کار شکل بگیرد:

هر کسی اندر جهان مجنون لیلایی شدند
عارفان لیلای خویش و دم به دم مجنون خویش

یونسی دیدم نشسته بر لب دریای عشق
گفتمش: چونی؟ جوابم داد بر قانون خویش

گفت: بودم اندرین دریا غذای ماهی
پس چو حرفِ نون خمیدم تا شدم ذالنون خویش

زین سپس ما را مگو چونی و از چون درگذر
چون ز چونی دم زند آنکس که شد بی چون خویش؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۴۷)

ذالنون: ذالنون مصری از عارفان بزرگ که مواعظ او معروف است.

آقای شهبازی: بله.



آقای حسام: اما نام مثنوی را گذاشتیم «دارِ السَّلام»، مربوط به همین برنامه‌های اخیر و سوره یونس و ابیات کلیدی.

مَثَلُ الدُّنْيَا چو باران دان که آن
بر زمین نازل کنیم از بهرِ نان

نان خوری و فربه و هم غافلون
غافل از اِنَّا اِلَيْهِ رَاجِعُونَ

حُبِّكَ الْأَشْيَاءُ يُعْمِيكَ يُصِمُّ
نَفْسُكَ السَّوْدَا جَنَّتْ لَا تَخْتَصِمِ
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۷۲۴)

این قضا هر لحظه بُد اندر پی‌آش
آدمی غرّه به باغ و منزلش

شد شکوفا و بسی جبار شد
منکرِ آن خالقِ قهار شد

برکند از بیخ تاری را ز پود
گو که خود آن پیش از این هرگز نبود

این حشیشِ دنیوی را خود خدا
چون حُطامی خواند از ریشه جدا

مالِ دنیا شد حُطام و طالبش
چون غلامی می‌دود اندر پی‌آش

چون گیاهی که و با خیزد از آن
شرح این قصه ز یونس بازخوان



دَعْوَتِ دَارِ السَّلَامِ آن عَلِيمِ
مَنْ يَشَاءُ يَهْدِي صِرَاطٍ مُسْتَقِيمِ

هر نفس بر تو سلام علیکما
شه نشیند پیش تو ای مرتضا

این جهان زندان و ما زندانیان
حُفْره کن زندان و خود را وارهان
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۸۲)

ای قرین قافله بیدار شو
مستعد لحظه دیدار شو

هرچه اندیشی، پذیرای فناست
آنکه در اندیشه ناید، آن خداست
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۰۷)

قبله را چون کرد دست حق عیان
پس، تحرّی بعد ازین مردود دان
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۶۲۶)

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

گفت شیطان که بِمَا أَغْوَيْتَنِي
کرد فعل خود نهان، دیو دَنی
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۴۸۸)



يُخْرِجُ الْحَيَّ مِنَ الْمَيِّتِ بَدَان
که عدم آمد امید عابدان

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۱۹)

همچو آدم پیش شه تسلیم شو
لایق این هدیه و تعلیم شو

مرده شو تا بی من و بی ما شوی
کور از این دنیا، که تا بینا شوی

زنده‌ای کاو از عدم یابد حیات
او ز جمله مرگ‌ها یابد نجات

(حسام موسوی)

آقای حسام: تمام شد آقای شهبازی، احتمال دارد که من تماسم قطع بشود.

آقای شهبازی: باشد. ممنونم، عالی بود، عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای حسام]



۲۵- آقای مهران از کرج

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای مهران]

آقای مهران: آقای شهبازی در برنامه ۹۸۵ هفته گذشته شما فرمودید که در مورد نشانه‌های خواب یک انشایی بنویسید و من هم مواردی را تهیه کردم که خدمتان ارائه می‌دهم.

آقای شهبازی: به به! بفرمایید.

آقای مهران: در مورد خواب، اول یک مواردی را می‌خواهم بگویم که چرا این تمثیل را مولانا زده در مورد خواب. ما در خواب جسمی هیچ اختیاری از خودمان نداریم و فقط این بدن ماست که دارد کار خودش را انجام می‌دهد.

ما آگاه به تکان خوردنمان و شکل و شمایلی که در خواب داریم نیستیم. حتی ممکن است آب دهانمان روی بالش بریزد و ما هیچ چیز نفهمیم. به همین دلیل است که مولانا می‌گوید ذهن فضای خواب آلود است.

در آنجا ما فقط می‌خواهیم و هدایتمان به دست اصل خودمان نیست. من ذهنی هر کاری با ما بکند ما نمی‌فهمیم، چون خواب هستیم.

انسانی که مقاومت دارد مثل کسی است که خودش را به خواب زده، و مشتاقان زندگی کسی هستند که اگر صدایشان کنید بیدار می‌شوند.

اولین مورد خواب، خواب کارافزایی است که می‌خواهم راجع به آن صحبت کنم.

گفت مادر: تا جهان بوده‌ست از این

کار افزایان بُدند اندر زمین

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۲۹۸)

هین تو کار خویش کن ای ارجمند

زود، کایشان ریش خود برمی‌کنند

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۲۹۹)

یک تجربه‌ای داشتم در مورد این کارافزایی، خواب کارافزایی. من نماینده یک شرکتی هستم که برای گرفتن سفارشات آن شرکت به مشتریانی مراجعه می‌کنم برای فروش آن محصولات.



با توجه به این‌که با تمام مشتریان مدت طولانی است که دوست هستیم، همیشه علاوه بر مکالمات چارچوب شرکت، صحبت‌های دیگری هم می‌شود. مثلاً مشتری صحبت از شرایط بد اقتصاد و اجتماع می‌کند و از من می‌خواهد که با هم به کارافزایی بپردازیم و من هم دل به کارافزایی می‌دهم.

از قرین بی‌قول و گفت‌وگوی او خو بدزد دل نهان از خوی او (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۶۳۶)

به دفعات فراوانی در دام این کارافزایی می‌افتم و جریمه‌های بسیار سنگین می‌دهم. جریمه من این است که به ذهن می‌روم، انرژی‌ام را تلف می‌کنم و در ساعتی که مثلاً ساعت دوازده یا یک باید کارم تمام بشود، خیلی وقت‌ها چهار تمام می‌شود. خیلی دیرتر از زمانی که باید، کارم را تمام می‌کنم، چون با کارافزایی پیش رفتم. و از طرفی هم دو سه ساعت کمتر به کار معنوی و ورزش و مطالعه خودم و در گُل به زندگی خودم می‌رسم. یعنی این کارافزایی شاید دو الی سه ساعت در روز می‌خواهد مانع پیشرفت معنوی من بشود و الآن هم یک مدتی هست، این هم خدمتتان عرض کنم یک مدتی هم هست که تکرار ابیات من خیلی زیاد شده و الآن خیلی کارگاهی می‌کنم و نسبت به قبل خیلی کمتر به دام می‌افتم، به لطف مولانا، شما و این برنامه پر از نور.

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

با تکرار زیاد ابیات این روزهای من، ورزش و غذای سالم به جد در زندگی‌ام اضافه شده و این هم به لطف مولانا و شما عزیز دل است.

دومین مورد، خواب پندار کمال، ناموس و درد هستش. انسان در این خواب با می‌دانم خودش یک ناموسی می‌سازد که اگر کسی آن را زیر سؤال ببرد، او درد می‌کشد و در خواب شروع می‌کند به محافظت از یک چیز توهّمی.

مثل باور دینی و مذهبی، هواداری از یک تیم ورزشی، هواداری از یک خواننده، مقدس دانستن مکان، نژادپرستی و برتربینی ملیت خودش، مقدس دانستن یک زمان خاصی از سال.

باور و دین ما از باور و دین شما برتر است، کشور و نژاد ما از کشور و نژاد شما برتر است، نژاد ما ریشه دارد و نژاد شما ندارد، تیم ورزشی ما قدرت و تکنیک بیشتری دارد، فلان خواننده بهترین است در دنیا. به فلان مکان باید سفر کرد تا به قُرب الهی رسید، فلان روز از سال دعای ما گیرایی بیشتری دارد یا در فلان روز از سال باید شادی کرد و در زمانی دیگر باید گریه کرد.



این‌ها از سوی من‌ذهنی در خواب حمایت می‌شوند و ما در خواب اسیر خانه‌ای هستیم که قرار است روی سر ما آوار بشود و شکاف آن خانه را با کاه و گل پُر می‌کنیم و به خواب‌آلودگی خودمان ادامه می‌دهیم.

بدان که خانه تنِ توست و رنج‌ها چو شکاف شکافِ رنج به دارو گرفتگی ای بیمار

مثال کاه و گل است آن مَزَوْرَه و معجون
هَلَا تو کاه‌گل اندر شکاف می‌افشار
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۱۳۴)

مورد بعدی خواب دویی یا فراموش کردن وحدت. ما در من‌ذهنی خودمان، خودمان را از دیگران جدا می‌بینیم. می‌گوییم هر جسم یک وجود مجزا است. کسی که خواب باشد نمی‌تواند وحدت را درک کند و چشمی واحد داشته باشد. چشم در خواب ما هر چه می‌بیند در اثر خواب‌آلودگی است و این حالت حقیقت‌بین نیست. حقیقت در بیداری روشن می‌شود. همهٔ انسان‌ها یا بهتر است بگوییم همهٔ موجودات واحد هستند و از ما جدا نیستند. در این فضای یکتایی معادله ریاضی‌اش هیچ مطابقتی با عقل جسمی ما ندارد. مثلاً در این فضای وحدت جواب یک به‌علاوهٔ یک مساوی یک است. یا هر عدد دیگری با هر عدد دیگری جمع بشود جوابش یک است. این با عقل جسمی هیچ مطابقتی ندارد.

چیست توحیدِ خدا آموختن؟
خویشتن را پیشِ واحد سوختن
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۰۰۹)

این دویی اوصاف دیدِ اَحْوَل است
وَرَنه اوّلِ آخر، اَخِرِ اوّل است
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۸۱۹)

خیلی ممنونم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. خیلی زیبا. پس با شما خداحافظی کنم.

آقای مهران: من یک موردی را می‌خواستم خدمتتان بگویم. در مورد این‌که این اواخر من و همسرم در رابطهٔ خودمان خیلی رشد داشتیم و نسبت به روزهای اوّل خیلی دردمان کمتر است، و این خیلی برای ما خوشایند است و هر کسی روی خودش



مجزا دارد کار می‌کند و این باعث شده که ما مانع و مسئله و مشکلات مان خیلی کمتر بشود. این را هم گفتیم بگم که از پیشرفت‌هایمان است.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! عالی، عالی. شما الان با هم زندگی می‌کنید. درست است؟

آقای مهران: نه فعلاً، یک ماه دیگر ان شاء الله با هم هستیم دیگر برای همیشه.

آقای شهبازی: خیلی خوب. چقدر خوب است شما این چیزها را پیش‌بینی می‌کنید که مسئله نسازید. ان شاء الله خوشبخت بشوید.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای مهران]

خدا حافظ



[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم وجیهه]

خانم وجیهه: آقای شهبازی، با اجازه‌تان یک طرحی نوشته بودم، اگر اجازه بدهید تقدیمتان کنم.

آقای شهبازی: بفرمایید، خواهش می‌کنم.

خانم وجیهه: ممنون. با اجازه‌تان.

چگونه راه بودن در زهدان ذهن را کوتاه کنیم؟

من با توجه به تیتیر طرحم که «چگونه این راه را کوتاه کنم؟» متوجه شدم که باید گام‌هایی را در این راه بردارم، تا بتوانم با این گام‌ها راه ذهن را کوتاه کنم. من فهمیدم که به‌تنهایی نمی‌توانم از عهده این کار برآیم، پس برای این کار باید طلب در من باشد و آن تشنگی و سوز دلی که از درون به من ندا دهد را باید در خود حفظ کنم. که البته همین خود طلب هم توسط زندگی در درون ما برپا خواهد شد.

این طلب، در ما هم از ایجاد توست

رستن از بیداد، یا رب، داد توست

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۳۷)

بی‌طلب، تو این طلب مان داده‌ای

بی‌شمار و حد، عطاها داده‌ای

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۳۸)

مرحله بعدی را که متوجه شدم بعد از طلب باید ما پیر و مرشدی در این راه داشته باشیم که بسیار بسیار مهم بوده و یا بهتر بگویم که ما باید بدانیم با ذهن غلط و داشتن هشیاری جسمی به هیچ عنوان نخواهیم توانست حتی یک قدم درست برداریم و مسلماً به تخریب خواهیم کشاند، و انتخاب پیرو و راهنما بسیار ضروری بوده و اگر ما بدون راهنما و سر زندگی حرکت کنیم، مطمئناً به سرنگونی خواهیم برد این راه را.

سرنگون زآن شد، که از سر دور ماند

خویش را سر ساخت و تنها پیش راند

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۲۱)

قدم بعدی برای کوتاه کردن راه ماندن در زهدان ذهن را باید با تکرار ابیات جناب مولانا و مسلماً شنیدن و عمل کردن تفاسیر زیبای این ابیات توسط جناب آقای شهبازی عزیز [قطع صدا] که اگر این توضیحات و شرح بیان ساده و سلیس



جناب آقای شهبازی نبوده، به هیچ عنوان اطلاعی نه از من ذهنی، نه ماندن در چاه، نه بیداری، نه رفتن به شهری دیگر، نه تبدیل شدن و نه فهم این‌که ما این نیستیم را نداشتیم. پس این قدم که تکرار ابیات زندگی‌ساز و دیوسوز جناب مولانا را باید به‌کار بندیم تا قدم‌های بعدی را در زندگی نصیب خود کنیم.

آشنایی گیر شب‌ها تا به روز با چنین استاره‌های دیوسوز (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۲۳۰)

هر یکی در دفع دیو بدگمان هست نفت‌انداز قلعه آسمان (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۲۳۱)

نفت‌اندازنده: کسی که آتش می‌بارد.

من با تأمل به این نکات مهم برنامه توانستم به تعدادی از ایرادهای خودم پی‌برم و به زندگی اجازه دهم بتواند در درون من فضایی را باز کند تا من توسط آن فضای گشوده، ایرادهای خود را شناسایی و نظاره کنم.

و با توجه به این اصل توانستم بفهمم می‌توان به راحتی با دید خود در دیگران که عیب‌های آن‌ها را می‌دیدم متوجه این باشم که آن ایرادها در خود من بوده‌است، پس دیگران را آینه خود قرار دادم و هر کجا در کسی ایرادی دیدم آن را به حافظه و هشیاری خود سپردم و شروع کردم از این طریق به جمع‌آوری ایرادهای خود که اکنون به تعدادی از آن‌ها با اجازه آقای شهبازی عزیز اشاره می‌کنم.

مؤمنان، آینه همدیگرند این خبر می از پیمبر آورند (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۲۸)

«ذکر ایرادهای خود»

ناموس داشتن من، من با داشتن «ناموس صد من حدید» فهمیدم چگونه فضا را در خود بستم و متقبض کردم که هیچ روزه‌ای را اجازه باز شدن ندادم و خودم را کاملاً با برخوردن حرف‌ها و حرکات دیگران دست و پایم را پیچیدم در غل و زنجیر ناموس، و تا یکی حرفی از دهانش یا برای انتقاد یا برای تأکید سخنی و یا هر چیز کوچک، در من رنجش و درد را چنان بالا می‌آورد که دیگر چند روزی در قهر و رنجش به‌سر می‌بردم.

کرده حق ناموس را صد من حدید ای بسی بسته به بند ناپدید (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۴۰)



حدید: آهن

دومین ایراد خودم را که مرا در راه ماندن در زهدان ذهن طولانی کرده پندار کمال من بود. دیدم که چقدر خود را کامل می‌دانم و این کامل بودن من تماماً بادامی پوک و توهمات ذهنی بیش نبود. ما کامل بودن را در قیافه، ماشین، شغل، خانه، همسر، فرزند، حرف زدن با عبارات و بیانات عالی می‌دانستیم. چه بسا هر آن‌چه را که ذهنمان نشان داده بود غلط اندر غلط بود.

عَلَّتِي بَتَّرَ زِ پندار کمال نیست اندر جان تو ای دُودَلال (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴)

دُودَلال: صاحبِ ناز و کرشمه

سومین ایرادم که باعث طولانی شدن راه ماندن در زهدان ذهنم بود، غرور و تکبر به دانش و اندوخته‌های چه معنوی، چه لفظی بیان دانش جزئی کسب در زندگی ذهنی بود که می‌گفت تو با مدرکت، با دانشت، با لفظ بیانت می‌توانی در بین مردم دیده شوی.

دیگران را هم با دانسته‌های خود چه در راه معنوی، چه در حرف زدن، چه فردی، چه جمعی خودنمایی کنی، که ما باید با گفتن «نمی‌دانم» جلوی این تخریب را بگیریم و بتوانیم از این تله و دام گذر کنیم.

چون ملایک، گوی: لَا عِلْمَ لَنَا تا بگیرد دست تو عِلْمَتَنَا (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۱۳۰)

مانند فرشتگان بگو: «ما را دانشی نیست.» تا «جز آنچه به ما آموختی.» دست تو را بگیرد.

ایراد چهارم من با توجه کردن به بیانات جناب آقای شهبازی عزیز، متوجه شدم که داشتن قرین‌های بد است که بسیار فریب‌دهنده و در چه خود نگهدارنده، که اول قرین ذهنی خود من بوده و بعد اطرافیان و دوستان و برنامه‌های مخرب تلویزیون، کتاب‌های فریبنده و همچنین یکی از فریب‌های بسیار خطرناک که اکثر مردم در دام آن می‌افتند، انواع پیچ‌های (صفحه: page) دنیای مجازی که واقعاً چقدر در جوانان و حتی خود والدین تخریب‌آسا بود و میلیون‌ها فرد را به قهقرا و طلاق و راه‌های استفاده از مواد و خودکشی و افتادن در جان یک‌دیگر با همین یک گوشی که به‌نظر کوچک می‌رسد، اما بسیار استفاده‌گر برای استفاده‌کنندگان در راه تخریب همدیگر بوده‌اند.

از قرین بی‌قول و گفت‌وگوی او خو بدزد دل نهان از خوی او (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۶۳۶)



می‌رود از سینه‌ها در سینه‌ها

از ره پنهان، صلاح و کینه‌ها

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۴۲۱)

ایراد پنجم من ماندن در نقش و صورت و توصیف خودم بود که چقدر این نقش پاپیج من بوده و بسیار در زندگی مرا بازی داده. چه بسا در نقش‌هایی که به خود بستم، محو آن‌ها شدم، فکر می‌کنم آن‌ها هستم، ولی با بیانات این بزرگان به خود می‌قبولانم که من واقعاً این صورت‌ها و نقش‌ها نیستم، حتی این مواد و اجسام و آب و خاک و آتشی که از آن‌ها به وجود آمده‌ام نیستم.

در آبم و در خاکم، در آتش و در بادم

این چار بگرد من، اما نه از این چارم

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۵۱)

و بنابه فرمایشات جناب آقای شهبازی در تفسیر بی‌تی دیگر از مولانا که چقدر زیبا بیان کردند و فرمودند ما این صورت‌ها و نقش‌های ذهنی خودمان را که به مردم آرایش می‌کنیم و ارائه می‌دهیم نیستم. ما از جنس خدا هستیم و این نقش پدری و مادری، خاله بودن، عمه بودن، غیره نیستیم که توسط این نقش‌ها مسئولیت‌های سنگینی را به عهده گرفته و راه فراری بر خود نگذاشتیم. بیانات جناب آقای شهبازی به من فهماند من از جنس بی‌زمانی، بی‌مکانی، بی‌ذهنی، بی‌فرمی و بی‌شکلی هستم.

تو به هر صورت که آبی بیستی که، منم این، واللّه آن تو نیستی

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۸۰۴)

بیستی: یاستی

در بیت دیگر که مولانا می‌فرمایند:

صورتی را چون به دل ره می‌دهند

از ندامت آخرش ده می‌دهند

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۴)

ده دادن: منجز شدن

ایراد ششم من که مرا طولانی‌مدت در این زهدان ذهن نگه داشته بی‌ادبی در برابر زندگی بوده‌است. خیلی مهم است این مطلب که دیگر من نوعی باید با تکرار این ابیات و با پخش برنامه ۹۸۵ باید فهمیده باشم که ما در برابر خداوند چقدر



بی‌ادبی کرده و با پشت کردن به زندگی و رفتن به ذهن و آوردن چیزها در مرکز خود چقدر بی‌احترامی کرده‌ایم، و تاوان آن‌ها را با بی‌مرادی و اتفاقات و دردها داریم می‌چشیم.

و هر لحظه با بی‌ادبی کردن که سبب‌سازی در ذهن و ساختن دشمن و مانع و مسئله را همانا راه را طولانی‌تر کرده و زندگی‌مان را تخریب، که جناب مولانا می‌فرمایند:

ای دل به ادب بنشین، برخیز ز بدخویی زیرا به ادب یابی آن چیز که می‌گویی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۲۰)

و آن چیزی که در این بیت یعنی زنده شدن به اصل خودمان و منظور آمدن ما به این دنیا، زمانی این تبدیل صورت خواهد گرفت که ما جز خداوند را نیاوریم در مرکزمان و اگر به چیزی نظری کردیم بگوییم بهانه‌ایست برای دیدن منظر خداوند.

ننگرم کس را و گر هم بنگرم او بهانه باشد و، تو مَنظَرَم

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۵۹)

مَنظَر: جای نگریستن و نظر انداختن

و هر آنچه در مرکزمان آمد آن‌ها را از درون هُل بدهیم بیرون و بگوییم آن عکس من‌ذهنی و گدا هست. و خانه دل را عاری از هرگونه گرد و غبار ذهنی کنیم.

خانه را من رُو فتم از نیک و بد خانه‌ام پُرست از عشق احد

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۸۰۴)

هرچه بینم اندر او غیر خدا آن من نَبُود، بُود عکس گدا

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۸۰۵)

پس حالا که متوجه شدم باید مراقب برداشتن گام‌های خود باشم. چنان گام نَهَم که در هر لحظه حس کنم یک تله و دام هست و من باید مراقب افتادن در آن دام ذهن شوم، و همانند نابینایی پس از افتادن در چاه و چاه را دارد و با گاز گرفتن سگ می‌ترسد، گام نَهَم.



گام زآن سان نه که نابینا نهد تا که پا از چاه و از سگ، وارهد

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۹)

با برداشتن گام‌های خود به صورت محتاطانه باید حواسم به درون خود و سر و صدای ذهنم باشد. آن سر و صدا را نیز آرام کنم و به بی‌صدایی تبدیل کنم تا بتوانم اسرار و رموز و صدای آهنگ زندگی را در خود بشنوم.

از درون خویش این آوازا منع کن تا کشف گردد رازها

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۷۵۳)

در این پایان مطلب آخر که باید به خود تأکید کنم و بدانم ما هر چقدر در این زهدان بمانیم که شاید فرجی شود، توجه داشته باشیم که بدون تلاش، بدون رعایت قانون جبران، بدون کار روی خود، بدون دیدن نقص‌هایمان، بدون صبر و شکر و پرهیز به هیچ جایی نخواهیم رسید، چه بسا جست‌وجوی ما با ذهن غلط اندر غلط بوده و به خود بگوییم:

جست و جویی از ورای جست‌وجو

من نمی‌دانم، تو می‌دانی، بگو

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۲۱۱)

ممنون آقای شهبازی عزیز، ببخشید طولانی شد.

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

خانم وجیهه: ممنون، تشکر از لطف‌تان.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم وجیهه]



۲۷- خانم زینب و میتراناز و آقای سامان از بروجن

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم زینب]

خانم زینب: ببخشید استاد اجازه می‌دهید اول بدهم به دخترم؟

آقای شهبازی: بله بله، بدهید.

خانم زینب: با اجازه‌تان.

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم میتراناز]

خانم میتراناز: اول این‌که خیلی خوشحال شدم دوباره صدایتان را شنیدم و این‌که (نامفهوم) می‌خواهم برایتان یک بیت شعر بخوانم.

آقای شهبازی: بفرمایید. بله!

خانم میتراناز:

جَوِّقْ جَوِّقْ و، صف صف از حرص و شتاب

مُحْتَرَز ز آتش، گریزان سوی آب

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۳۳)

لَا جَرَمَ ز آتش برآوردند سر

إِعْتَبَارَ الْإِعْتَبَارِ ای بی‌خبر

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۳۴)

بانگ می‌زد آتش ای گیجان گول

من نی‌ام آتش، منم چشمه قبول

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۳۵)

جَوِّقْ جَوِّقْ: دسته‌دسته

مُحْتَرَز: دوری کننده، پرهیز کننده

چشم‌بندی کرده‌اند ای بی‌نظر

در من آی و هیچ مگریز از شرّ

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۳۶)



ای خلیل اینجا شرار و دود نیست جز که سحر و خُده نمرود نیست

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۳۷)

چون خلیل حق اگر فرزانه‌ای آتش آبِ توست و تو پروانه‌ای

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۳۸)

خُده: نیرنگ، حيله

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! عالی! خداحافظی می‌کنم با شما.

خانم میترا ناز: اجازه می‌دهید بدهم به مامانم؟

آقای شهبازی: بله بله، البته. خواهش می‌کنم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم میترا ناز]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای سامان]

آقای سامان: می‌خواستم یک بیت شعر بخوانم اگر اجازه بدهید.

آقای شهبازی: یک بار دیگر اسمتان را بگویید؟

آقای سامان: سامان هستم از بروجن.

آقای شهبازی: آقای سامان، به‌به! بله بفرمایید.

آقای سامان: می‌خواستم یک بیت شعر اگر اجازه بفرمایید بخوانم.

آقای شهبازی: بله بله، بفرمایید.

آقای سامان:

بر خارپشت هر بلا خود را مزن تو هم، هلا! ساکن نشین، وین ورد خوان: جاءَ الْقَضَا ضَاقَ الْفَضَا

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰)

فرمود ربّ العالمین با صابرانم همنشین ای همنشین صابران افرغ عَلَيْنَا صَبْرَنَا

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰)



آقای شهبازی: آفرین.

آقای سامان:

رفتم به وادی دگر باقی تو فرما ای پدر مر صابران را می‌رسان هر دم سلامی نو ز ما (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰)

آقای شهبازی: «ز ما»، بله، آفرین. عالی، عالی! تمام شد؟

آقای سامان: آره. اگر اجازه بدهید گوشی را می‌دهم به مادرم. اگر اجازه بدهید؟

آقای شهبازی: بله بله! بفرمایید.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای سامان]

خانم زینب: با اجازه استاد.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم زینب: یک نوشته‌ای دارم برایتان می‌خوانم با اجازه‌تان.

آقای شهبازی: بفرمایید.

خانم زینب:

کاروان رفت و تو غافل خفته‌ای در زیانی، در زیانی، در زیان (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰۲۱)

کاروان تمام کسانی که بیدار و هشیار شده‌اند از من‌ذهنی رفتند، از دست عذاب و زندان و درد نجات پیدا کردند. درواقع راه اصلی را پیدا کردند، ولی ما که در من‌ذهنی دائماً به خود لطمه می‌زنیم، هر لحظه به خود لطمه می‌زنیم، درواقع اول عمرمان را که در زیان بودیم، در وسط عمرمان هم در زیان هستیم، آخر عمرمان هم در زیان خواهیم بود. یعنی در من‌ذهنی ماندن زیان‌اندر زیان‌اندر زیان است.

من در من‌ذهنی هستم بیمارم. به بیماری خود اقرار می‌کنم چرا که الآن می‌دانم که من‌ذهنی نیستم. من‌ذهنی یک چیز توهمی است. باید از آن دست برداشت.

من به‌عنوان امتداد خداوند هستم که خواهان او هستم. او هر لحظه دنبال من است، ولی من در خواب من‌ذهنی خود را صیاد چیزها می‌دانم.



آقای شهبازی: بله.

خانم زینب: الگوهای شرطی‌شده‌ای دارم که هر لحظه با دردها و همانی‌دگی‌ها بالا می‌آیند، ولی «رحمت اندر رحمت» خداوند و هر لحظه این‌که او کاری تازه دارد، به من نشان داده می‌شود و من حتی با واکنش‌هایم متوجه می‌شوم که این‌جا من نقصی دارم که خداوند دارد به من نشان می‌دهد.

همان لحظه، لحظه‌رهایی است. با معذرت‌خواهی و برگشت به این لحظه، دیدن عیب خود و «لا کردن» آن و آن را در هشیاری خود نگه‌داشتن باعث می‌شود که خداوند به من کمک می‌کند.

من با من‌ذهنی همه‌چیز را (نامفهوم، اسیرم). از آن‌ها زندگی خواستم و به درد رسیدم. دردهایی که فکر می‌کردم هر لحظه دارم آتش می‌گیرم. درون آتش جهنمی بودم که ذهنم آن را عادی جلوه می‌داد، ولی این اصلاً عادی نبود ولی متوجه نبودم. فکر می‌کردم همه مردم همین هستند. من نمی‌توانم یک لحظه آرام باشم. مدام باید درون سرم یک فکری، یک چیزی، یک تصویری در گذشته بپرود و مرا هم با خود ببرد و تازه اصلاً حتی یک بار هم نمی‌گفتم خودم مسئول هستم. مدام گردن دیگران می‌انداختم. حتی در ذهنم مدام دچار ستیزه با دیگران بودم.

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)

ممنون استاد. تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین. دیگر با شما خداحافظی کنم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم زینب]

❖ ❖ ❖ **پایان بخش سوم** ❖ ❖ ❖