

کنج ضرور

متن کامل پیام‌های تلفنی

۹۸۷-۱

اجرا: آقای پرویز شهبازی

تاریخ اجرا: ۳ آذر 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 ۱-۹۸۷

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 ۱-۹۸۷		
الناز خدایاری از آلمان	شبم اسدپور از شهریار	مهردخت از چالوس
الهام فرزامنیا از اصفهان	فاطمه مداح از کانادا	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
راضیه عمادی از مرودشت	فهیمه فدائی از تهران	امیرحسین حمزه‌ئیان از رشت
رویا اکبری از تهران	کمال محمودی از سندج	عارف صیفوری از اصفهان
ریحانه شریفی از تهران	لاله رمضانی از اصفهان	شاپرک همتی از شیراز
زهره عالی 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	آقایان عبدی و بهروز از ابهر با سخنان آقای شهبازی	۵
۲	خانم زری از اصفهان	۱۰
۳	خانم سیما از تهران با سخنان آقای شهبازی	۱۴
۴	خانم بیننده	۱۸
۵	خانم زیبا از تهران	۱۹
۶	خانم بیننده از ویرجینیا با سخنان آقای شهبازی	۲۳
۷	آقای علی از کرج	۲۶
۸	خانم تیما از بانه	۳۰
۹	خانم بیننده	۳۲
-	♦ ♦ ♦ پایان بخش اول ♦ ♦ ♦	۳۵
۱۰	آقای پویا از آلمان	۳۶
۱۱	خانم‌ها زرین و تیارا و یکتا از زرین‌شهر	۴۱
۱۲	خانم نگار و آقای مصطفی از گلپایگان	۴۷
۱۳	آقای نیما از کانادا	۵۳
۱۴	خانم فرخنده از جوزدان نجف‌آباد	۵۶
۱۵	خانم پروین از استان مرکزی	۵۸
۱۶	خانم فرزانه	۶۳
۱۷	خانم یلدا از تهران	۶۵
-	♦ ♦ ♦ پایان بخش دوم ♦ ♦ ♦	۶۷
۱۸	آقای مهران از کرج	۶۸



ردیف	پیام دهنده	صفحه
۱۹	خانم الناز از آلمان	۷۱
۲۰	خانم پروین از اصفهان	۷۳
۲۱	خانم دینا از کانادا	۷۵
۲۲	خانم لیلا از استرالیا	۸۱
۲۳	خانم مریم از کانادا	۸۷
۲۴	خانم الهه از تهران	۹۳
۲۵	آقای علی از بندرعباس	۹۸
-	♦ ♦ ♦ پایان بخش سوم ♦ ♦ ♦	۹۹
۲۶	خانم محبوبه از قم	۱۰۰
۲۷	خانم دیبا از کرج	۱۰۲
۲۸	آقای ابوالفضل از داراب با سخنان آقای شهبازی	۱۰۶
۲۹	خانم مهوش از اصفهان	۱۰۸
۳۰	سخنان آقای شهبازی	۱۱۰
۳۱	خانم زهرا از زاهدان	۱۱۲
۳۲	خانم فاطمه از مازندران	۱۱۸
-	♦ ♦ ♦ پایان بخش چهارم ♦ ♦ ♦	۱۱۹



۱- آقایان عبدی و بهروز از ابهر با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای عبدی]

آقای عبدی: والله حدوداً هفت سال این‌ها از برنامه شما استفاده می‌کنم. واقعیتش اولش حالم خیلی خوب نبود مریض بودم. مشکلات زیادی داشتم چون من اول وضع مالی خوبی داشتم، ۲۰۰۸ هم ساخت و ساز داشتم، هم نمایشگاه داشتم. سال ۹۱، ۹۰ ورشکست شدم. نمی‌دانستم، بعد از چند سال خلاصه می‌گویم، افسردگی گرفتم، بعد هی شکایت می‌کردم می‌گفتم خدایا چرا من را زدی؟ چرا من این قدر مشکل پیدا کردم؟ نمی‌دانستم خداوند یک جایگاه بعدی می‌خواهد به من بدهد.

خیلی ناراحت بودم و یک نفر این برنامه را برای من معرفی کرد. من آمدم نگاه کردم برنامه را کم حالم خوب می‌شد، هی نگاه می‌کردم حالم خوب می‌شد. آقای شهبازی واقعیتش من نه ماه نگاه کردم. بعد از نه ماه یک نشانه‌ای برایم آمد. حالا نمی‌دانم جایز است این را بگویم یا نه؟ بعد دیدم، یعنی انگار که من از جسمم آمدم بیرون. من دیدم جسمم مانده، گفتم من بیرونم بعد این چرا این‌جوری شدم؟! گفتم برگردم، واقعیتش چند ثانیه شد آقای شهبازی، نمی‌خواستم این را حالا چون اولین بار است هول شدم. الو؟

آقای شهبازی: خیلی خب، بله بله، داریم گوش می‌کنیم.

آقای عبدی: بله، بعد من الآن شش هفت سال است حدوداً دارم گوش می‌کنم. به‌خدا آقای شهبازی شما چه کاری کردید! من که نمی‌توانم، یعنی یک نفر که شما جان ما را نجات دادید من چه‌جوری می‌توانم از شما تعریف کنم؟

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

آقای عبدی: ولی شما یک کاری کردید، من واقعیتش این است دو سال کتاب می‌گویم بذرهای مولانا را شما آوردید در سینه‌های ما کاشتید. آقای شهبازی به‌خدا می‌گویم من کم‌کم زنده شدم، الآن این قدر شکر می‌کنم می‌گویم خدایا خوب من را زدی. اول فحش می‌دادم، الآن می‌گویم خدایا شُکرت من مالَم رفت ولی الآن تازه می‌فهمم آن مار بود من خورده بودم، تازه دوباره دارم زندگی می‌کنم. الآن شش هفت سال است.

من همیشه، یک کلاس کوچکی زدیم، کلاس کوچک است ولی دل‌های ما بزرگ است. بچه‌ها این‌جا هستند، چهار پنجا تا از این هم‌کلاسی‌هایمان. بعد یک دانه از شاگردهایمان آقا بهروز است، خدمتتان زنگ زد.

آقای شهبازی: بله.



آقای عبدی: من قدیم، دو سه سال پیش ایشان را در قهوه‌خانه دیدم. دیدم خیلی ناراحت است، یک خُرده صحبت کردیم، گفتم والله این جور برنامه‌ای هست. این انگار که تشنه بود آقای شهبازی. بعد این آمد پیش من آن برنامه را معرفی کردم. این اولین باری که آقای شهبازی آمد صحبت می‌کرد یازدهتا پرونده داشت. بعد این قمار می‌انداخت و راهزنی می‌کرد، الآن خودش هم این جاست دیگر، می‌دهم صحبت کند، این یعنی فراری هم بود. وقتی که این آمد در این مولانا اصلاً قیامت کرده دیگر، این آمد این برنامه را ما شروع کردیم نزدیک به سه سال است، این این قدر پیشرفت کرده ۱۸۰ درجه، این انسان تمام آن کارها را گذاشته کنار.

قرص می‌خورد، مشروب‌خواری می‌کرد، قمار می‌انداخت. شبی خودش می‌گفت من شبی پنج میلیون هم در قمار مثلاً جمع می‌کردم و در آلونک می‌انداختم. خودش هم یک خُرده همچین می‌گذاشت یک کوچک کار را، درجه یک است ها! بعد این آدم الآن آمده دو سه سال نمی‌شود، به خدا ۱۸۰ درجه فرق کرده، دو سه میلیون حدوداً خودش الآن املاک دارد، پیشرفت مالی کرده، آن قدر انسان خوبی شده آقای شهبازی اصلاً انگار شما می‌گویید، شما ما را زنده کردید.

این راه این قدر خوب است، این قدر پیشرفت دارد ها! اصلاً بی‌نهایت. من این تازه شکرگزاری می‌کنم، می‌گویم خدایا شما ما را زدی ولی چقدر این زدن خوب بود، ما را زنده کردید.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای عبدی: آری به خدا اصلاً من یک زندگی‌ای دوباره شروع کردم آقای شهبازی، یک کلاسی گذاشتیم ابهر است، شهرستان ابهر است. کم است ولی این قدر ما لذت می‌بریم از این کلاس، الآن چهار پنج نفر بچه‌ها این جا هستند، می‌دهم آقا بهروز هم صحبت کند.

آقای شهبازی: بله، لطف کنید پس آقا بهروز هم صحبت کنند، وقتتان دارد می‌گذرد، آری. [خنده آقای شهبازی]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای بهروز]

آقای بهروز: می‌گویم آقا محمود ما را فروخت، ما این قدر هم خلاف نکردیم [خنده آقای بهروز]. استاد واقعاً دست شما درد نکند، واقعاً ما را نجات دادید، ما را زنده کردید. واقعاً استاد این برنامه خیلی کار می‌کند یعنی من واقعاً خدا را شکر می‌کنم در جوانی، در مجردی با این برنامه آشنا شدم.

واقعاً این برنامه آینه را گذاشت جلوی من گفت هرچه می‌خواهی از این که در این آینه است بخواه. یعنی قبلاً می‌گفتیم بابا منطقه‌مان جای خوبی نبود، خانواده خوب نبود، از همه چیز ایراد می‌گرفتم.



آقای شهبازی: بله.

آقای بهروز: یعنی تنها کسی که می‌گفتم درست است، می‌گفتم یعنی من خیلی درست هستم ولی این برنامه واقعاً استاد آینه را گذاشت جلوی من گفت آقا بهروز، آقا هرچه می‌خواهی تو را همین که در آینه هست بدبخت کرده همین هم می‌تواند خوشبخت کند.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای بهروز: از هیچ‌کس هیچ‌چیز نخواه یعنی از. یک جایی می‌گوید:

بیرون ز تو نیست هرچه در عالم هست
از خود بطلب هر آنچه خواهی که تویی
(مولوی، دیوان شمس، رباعی ۱۷۵۹)

آقای شهبازی: آفرین!

آقای بهروز: واقعاً از خودم شروع کردم، از خدا خواستم، از خودم خواستم، واقعاً از خدا فقط خودش را خواستم. گفتم خداوندا من یک خلئی داشتم، می‌خواستم آن را با مشروب پر کنم، با شلوغ‌کاری پر کنم، با پول پر کنم، واقعاً نشد.

مولانا گفت:

از خدا غیر خدا را خواستن
ظن افزونی ست و، کلی کاستن
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۷۷۳)

آقای شهبازی: آفرین!

آقای بهروز: واقعاً از خدا خودش را خواستم، واقعاً کم‌کم کرد. واقعاً یک جایی می‌گوید:

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

استاد من الان خدا شاهد است می‌گویم از این کارت‌خوان که این کاغذ کوچک می‌گیرم، آن را دلم نمی‌آید بیندازم زمین، می‌گویم بابا حیف است یعنی نه این‌که، اصلاً دلم نمی‌آید، یک طوری شدم زمین هم یک آشغال می‌بینم برمی‌دارم می‌اندازم سطل آشغال.



آقای شهبازی: آفرین!

آقای بهروز: یعنی این برنامه این قدر روی من تأثیر گذاشته، واقعاً این قدر کمکم کرده. قبلاً از خیلی جاها استاد من مثلاً حالا پول درمی‌آوردم ولی خدا شاهد است همیشه خسارت می‌شد.

من استاد در این برنامه که آمدم واقعاً از راه حلال شروع کردم به کار کردن و جبران مادی را هم شروع کردم، جبران معنوی را هم شروع کردم، هم به این برنامه هم به آن‌هایی که قبلاً خسارت زده بودم. استاد خدا شاهد است می‌گویم در عرض سه سال من در بُعد مادی خیلی پیشرفت کردم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

آقای بهروز: تمام مشکلاتم حل شد یعنی انگار یک نیرویی آمد خدا شاهد است نمی‌دانم اصلاً، واقعاً هم باور نمی‌کنم، یعنی یک جایی گیر کرده بودم خدا شاهد است پول نان نداشتم، شهرم نمی‌توانستم بروم. خدا شاهد است انگار یک نیرویی آمد تمام مشکلات من را حل کرد. خدا شاهد است نمی‌دانم، الآن نمی‌توانم هم توضیح بدهم این چطوری شد ولی اصلاً انگار همه کمکم کردند. واقعاً همه چیز درست شد.

الآن خدا شاهد است به جز شکر، به جز کار کردن روی خودم، به جز قانون جبران دیگر نمی‌توانم جور دیگر واقعاً، اصلاً کار دیگر هم نمی‌توانم بکنم فقط همین کارهاست.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

آقای بهروز: ببخشید استاد هول هم شدم، تندتند هم حرف زدم.

آقای شهبازی: آقا بهروز عالی، عالی! وقتتان تمام شده، من با شما خدا حافظی کنم، ولی عالی بود دیگر. ممنونم، آفرین بر شما.

آقای بهروز: استاد این جا دوستان هستند همه سلام می‌رسانند. آقا محمود هم می‌گوید من خدا حافظی نکردم.

آقای شهبازی: سلام برسانید، سلام برسانید. بله سلام، سلام! حالا یک دفعه دیگر زنگ بزنید با بقیه هم صحبت می‌کنیم.

[خدا حافظی آقای شهبازی و آقای بهروز]

آقای شهبازی: خیلی عالی بود! بله این نشان می‌دهد دانش، دانش خوب، دانش مولانا باید در دسترس همگان به وفور قرار بگیرد، ما هم داریم همین کار را می‌کنیم. برای همین با سه تا کانال این برنامه‌ها را پخش می‌کنیم. برای همین پیغام‌های پیشرفت شما را پخش می‌کنیم.



می‌بینید که دیگر ما که نمی‌شناسیم این‌هایی که زنگ می‌زنند چه کسی هستند، خودشان دارند اقرار می‌کنند در عرض سه سال چقدر پیشرفت کردند. شما همین آقا بهروز را که الآن خودشان را معرفی کردند با هیچ نیروی عقلی نمی‌توانستید درست کنید. فکر می‌کرده همین قمار کردن و مشروب خوردن و از این‌ور آن‌ور پول درآوردن و دروغ گفتن و این‌ها ارزش است برای این‌که به هر صورتی باید پول جمع کرد. بله فهمید که نه این‌طوری نیست، از چه کسی؟ از مولانا فهمید.

پس دانش بزرگانمان را باید بخش کنیم، ما هم داریم همین کار را می‌کنیم. شما هم همین کار را بکنید، به‌جای این‌که ماهی بدهید به کسی، آدم‌ها را ماهی‌گیر بکنید. ماهی‌گیر شدند ایشان، کسی که خودش خودش را درست کرده. آدم باید خودش خودش را درست کند.

بارها عرض کردم بهترین کمک‌کننده به ما، خودمان هستیم. این هم از آن توهم است که باید دیگران کمک کنند. می‌بینید نمونه‌هایش همین دو نفر بودند و هزاران نفر دیگر.



۲- خانم زری از اصفهان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم زری]

خانم زری: من زیاد وقتتان را نمی‌گیرم، فقط برای قانون جبران وظیفه خودم دانستم که تماس بگیرم و یک تشکری بکنم از شما به خاطر این‌که خیلی خیلی خیلی روی زندگی من اثر گذاشتید.

آقای شهبازی: یک خرده از آن اثرات می‌توانید صحبت کنید؟

خانم زری: بله حتماً. من یک لیستی تهیه کردم از هنرنمایی‌های من ذهنی‌ام که البته این لیست خیلی طولانی است، ولی من فقط چندتایی را که خودم در آن گیر بودم و تغییر کردم، آن‌ها را نوشتم. اگر اجازه بدهید بخوانم.

آقای شهبازی: بله بله، بفرمایید.

خانم زری: اولینش این بود که خیلی حس قربانی بودن داشتم همیشه، یعنی همه‌اش فکر می‌کردم که قربانی هستم، یعنی فقط نگاهم همین بود، همه را مقصر می‌دانستم الا خودم را. و دیگر الآن یک جوری شده که مسئولیت هرچه که شده را با تمام وجودم پذیرفته‌ام به‌طور کامل و هرچه که شده برای من بوده و هیچ‌کس مقصر نبوده، یعنی این واقعاً اتفاق افتاده در من و خیلی خیلی این برای من یک پیشرفت خیلی بزرگ است.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم زری: بعد یک دانه دیگر هم پندار کمال بود که فکر می‌کنم یکی از خاصیت‌های من ذهنی هست که همه را گرفتار کرده و من هم داشتم. این پندار کمال خیلی وحشتناک بود، اصلاً یک چیز خیلی ناجور و الآن یک جوری شده که واقعاً می‌دانم که هیچ‌چیز نمی‌دانم و هرچه که زندگی داده به من و من یاد گرفته‌ام، موهبت خداوند بوده، یعنی من چیزی ندارم. این پندار کمال خیلی خیلی پایین آمده، کم شده خدا را شکر.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم زری: بله، و یک مورد دیگر توقع و انتظار داشتن از بقیه. این هم خیلی فلج‌کننده بود و هست و خیلی خیلی هم آدم را در تله می‌اندازد. یعنی یک جوری می‌شود که آدم دیگر اصلاً انگار کور می‌شود چون همه‌اش از دیگران انتظار داریم، توقع داریم. ولی یاد گرفتیم که نه همچو چیزی نیست، چون توقع و انتظار داشتن آدم را در ناتوان بودن نگه می‌دارد، در چرخه ناتوان بودن، ناکافی بودن نگه می‌دارد.

آقای شهبازی: آفرین. آفرین!



خانم زری: رنجش ایجاد می‌کند، قبض ایجاد می‌کند و این یک حقیقتی است که من پذیرفته‌ام هیچ‌کس نمی‌تواند من را خوشحال بکند، هیچ‌کس نمی‌تواند من را راضی نگه دارد و من فقط خودم هستم که می‌توانم خودم را خوشحال کنم چون من کانِ زر هستم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم زری: خودم معدن شادی و آرامش هستم و این واقعاً اتفاق افتاده خدا را شکر. و این دو بیتی که خیلی دوستش دارم و خیلی تکرار می‌کنم طوری که پسر کوچکم هم که دوازده سالش است حفظ شده، یعنی من می‌خوانم او هم دارد می‌خواند. بدون این‌که حواسش باشد، انگار در ذهنش جا افتاده.

گفت پیغمبر که جَنَّت از اِله
گر همی‌خواهی، ز کَس چیزی مخواه
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۳)

چون نخواهی، من کفیلَم مر تو را
جَنَّتُ الْمَأْوٰی و دیدارِ خدا
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۴)

جَنَّتُ الْمَأْوٰی: یکی از بهشت‌های هشت‌گانه

من خیلی این دو بیت را دوست دارم و خیلی ایمان دارم به آن.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم زری: و یک مورد ناجور دیگر که بود و خدا را شکر خیلی کم شده قضاوت کردن بود، که با چشم‌های من ذهنی می‌دیدم و از همان چشم‌ها هرچه را می‌دیدم قضاوت می‌کردم، با چشم سَرَم. و اصلاً یک چیز خودکار بود انگار در من اتفاق می‌افتاد، یعنی فکر می‌کنم همه متأسفانه این مشکل را داریم و خدا را شکر به لطف این برنامه خیلی روی من اثر گذاشته و این قضاوت کردن کم شده و همیشه این شعر یادم می‌آید که

مردۀ خود را رها کرده‌ست او
مردۀ بیگانه را جوید رَفُو
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۱)

ما هر آن‌چه که در ما هست از خاصیت‌های من‌ذهنی را ول کردیم و چسبیدیم به ایرادهای این و آن و هی می‌گوییم او این مشکل را دارد، او چرا این کار را کرد، درحالی‌که خودمان را و همه آن ایرادهای من‌ذهنی، مشکلاتی که



برای ما ایجاد کرده من‌ذهنی، همه را فراموش کردیم. و خدا را شکر این هم کمرنگ شده، نمی‌گویم تمام شده، ولی خیلی خیلی کمرنگ شده این قضیه در من.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم زری: و ترس، ترس، ترس فلج‌کننده، و مخصوصاً از آینده، چنان ترسی که واقعاً فلج می‌کرد، یعنی تمام وجودم را فلج می‌کرد و حتی نمی‌دانم از چه می‌ترسیدم، فقط می‌ترسیدم و حتی می‌ترسیدم ترسم را ببینم، یعنی فرار می‌کردم از ترس که نفهمم از چه می‌ترسم، این خیلی جالب است. بعد یاد گرفتم که واقعاً ترس‌هایم را ببینم و این‌ها یک توهّم است. نوشتم و از خدا خواستم که خودش کمک کند این ترس‌ها برود. چه ترس‌هایی که من فکر می‌کنم می‌دانم دلیلش چیست، چه ترس‌هایی که اصلاً نیست و یک توهّم است، یعنی کلاً توهّم است، ولی ترسی که نمی‌دانی اصلاً برای چیست، این بدتر بود. یعنی خودِ ترس من را می‌ترساند، نه آن چیزی که ترس داشت. و این هم خدا را شکر خیلی خیلی کم شده و می‌بینم، وقتی می‌آید می‌بینمش و خیلی زود می‌رود کنار خدا را شکر. آقای شهبازی: خیلی خب، خیلی خب، آفرین!

خانم زری: و یک مورد دیگر که این را خیلی واقعاً نمی‌دانم چه‌جوری اتفاق افتاده، ولی خب کارِ زندگی است. اکثراً غمگین بودم، یعنی به‌خاطر شرایطِ زندگی‌ام و هر آن‌چه که بود غمگین بودم، یعنی اصلاً میل شدیدی به غمگین شدن داشتم، هیچ چیزی خوشحالم نمی‌کرد و در اوجِ خوشحالی‌های کاذب، ناگهان دوباره غمگین می‌شدم. یعنی انگار این غم یک قراردادی با من بسته بود که هر روز، هر لحظه، در هر حالتی بیايد به من سر بزند و این یک روتین (routine) شده بود، یعنی اصلاً مدام شده بود رفیقِ همیشگی من، یک رفیقِ بد. و خدا را شکر کارِ زندگی است، کاری کرد که من واقعاً می‌توانم بگویم الآن شاد هستم، می‌خوانم، می‌رقصم، شعرها را می‌خوانم و این قدر خوشحالم که هیچ نمی‌دانم دلیلی ندارد، ولی می‌بینم که این شادی، این لذت همه از یک جای دیگر دارد می‌آید و خیلی خوشحالم. و این شعری که می‌خوانم، خیلی هم می‌خوانم می‌گوید:

آمد شرابِ آتشین، ای دیوِ غمِ کنجی نشین
ای جانِ مرگِ اندیش، رو، ای ساقیِ باقی درآ
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۴)

خیلی خیلی خوشحالم که این شادی‌ها را تجربه می‌کنم، هرچند می‌آید من‌ذهنی می‌فرستد آن ترس‌ها و غم‌ها و هرچه که بوده، اما می‌بینمش و خیلی زود می‌رود.

آقای شهبازی: آفرین!

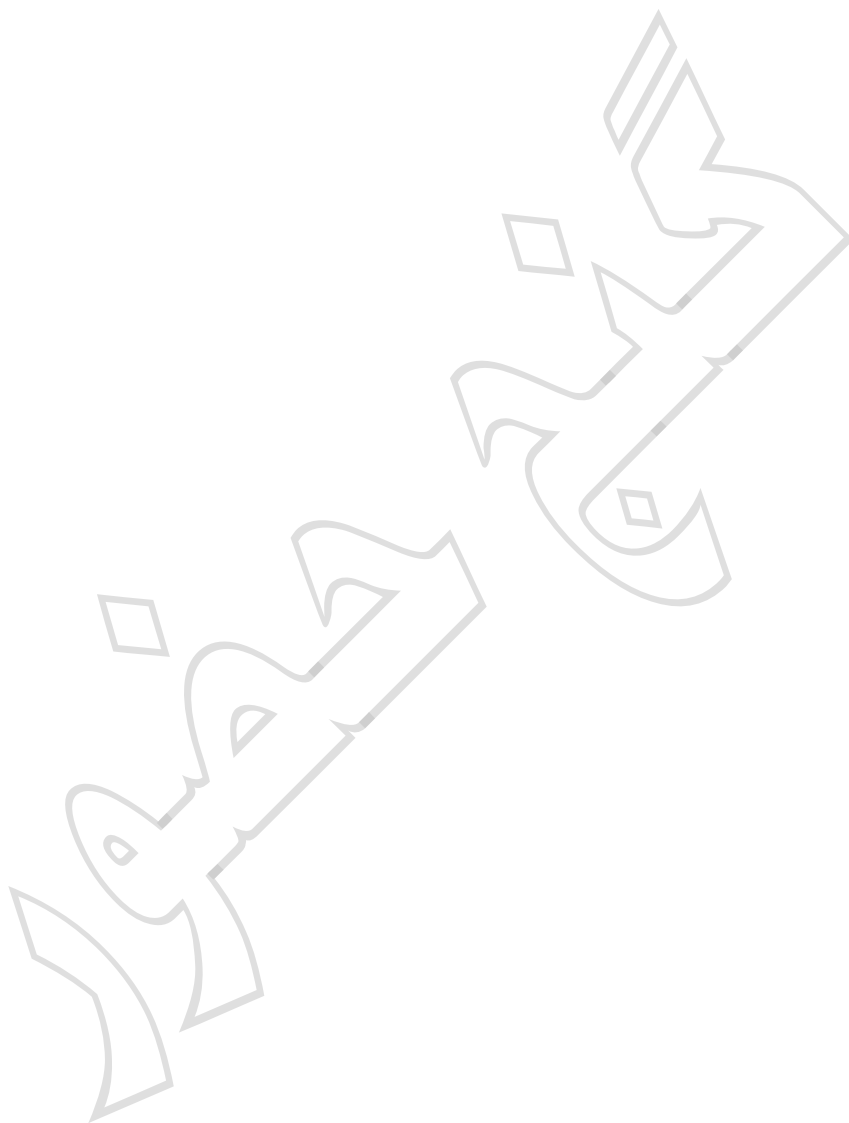


خانم زری: این چیزهایی بود که خیلی برایم مهم بود، دوست داشتم که با شما هم در میان بگذارم.

آقای شهبازی: عالی عالی عالی.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم زری]

آقای شهبازی: خیلی خوب!





۳- خانم سیما از تهران با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم سیما]

خانم سیما: حدوداً دو سالی می‌شود که من برنامه‌تان را شروع کردم به دیدن و خب یک سال اول که دیدم، بینش یک وقفه افتاد، برایم یک چالش پیش آمد، من یک مقدار دور شدم از برنامه، ولی بعد دوباره توانستم که یک مقدار مسلط بشوم و شروع کنم به دیدن. من اول که واقعاً دستتان را می‌بوسم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم سیما: به خاطر این که خیلی کمک کردید، حداقل در مورد خودم که بتوانم خیلی از ایرادهایم را ببینم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم سیما: و با توجه به این که هنوز هم درگیر هستم، می‌دانم خیلی راه درازی دارم، ولی این خیلی خوب است که تا این همانیدگی‌ها برایم ایجاد می‌شود، خیلی سریع متوجه می‌شوم و خب ولی بعضی وقت‌ها واقعاً آن «رَدّوا» را هم دارم که برمی‌گردم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم سیما: بله، ولی خب حالا سعی کردم که مخصوصاً آن شکل‌هایی را که شما توضیح می‌دهید، آن واهمانش، آن‌ها را برای خودم ترسیم کردم روی مقوای بزرگ که بزنم سرتاسر خانه بتوانم هر روز آن‌ها را ببینم. و این که همان اشعاری را که شما می‌گویید به عنوان طرح است، من برای خودم در دفتر نوشتم و مخصوصاً این برنامه ۹۸۷ شما که عالی بود و واقعاً چقدر چراغ‌های زیادی برای من روشن کرد، آن قسمتی را که سه بیت بود، من اگر اجازه بدهید بخوانم. خیلی روی من تأثیر گذاشت.

آقای شهبازی: بله، بله.

خانم سیما: می‌فرمایند که:

قوم دیگر می‌شناسم ز اولیا
که دهانشان بسته باشد از دعا
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۸۰)

از رضا که هست رام آن کرام



جستن دفع قضاشان شد حرام

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۸۱)

در قضا ذوقی همی بینند خاص کفرشان آید طلب کردن خلاص

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۸۲)

کرام: جمع کریم به معنی بزرگوار، بخشنده، جوانمرد

آقای شهبازی: آفرین!

خانم سیمّا: و واقعاً می‌خواهم این را سرلوحه قرار بدهم، مخصوصاً این‌که خب آقای شهبازی من حالا در یک روز مخصوصاً محیط کاری‌ام جوری است که خیلی با افرادی که انرژی منفی دارند خیلی برخورد دارم و خیلی آن، همان قرین که در این برنامه خیلی تأکید کردید، بعضی وقت‌ها ناخودآگاه می‌بینم که باز دوباره قرین شدم با یک سری مثلاً از همانیدگی‌ها، از من‌های ذهنی. و این‌که تصمیم گرفتم که حالا ان‌شاءالله با کمک خداوند، به لطف مولانا و برنامه‌های شما بتوانم به این‌ها غلبه بکنم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم سیمّا: من خیلی وقت نمی‌گیرم، می‌دانم عزیزان خیلی منتظر هستند پشت خط و باز هم از شما تشکر می‌کنم. من واقعاً جبران مادی و معنوی را هم از همان ابتدا انجام دادم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم سیمّا: و همین‌جور که دوستان می‌فرمایند که تکرار ابیات کمک می‌کند به اضافه این جبران و همین‌طوری ان‌شاءالله با توکل به خدا، دعای شما پیش بروم. خیلی ممنون از شما.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین، آفرین! اصلاً لحن صحبت شما که متواضعانه است، فروتن شدید، خیلی خوب است تبریک می‌گویم به شما! خیلی زیباست، خیلی زیباست.

خانم سیمّا: متشکرم، باعث افتخار است.

آقای شهبازی: ممنونم. آن پنجره را هم که اشاره کردید، قوم دیگر می‌شناسم، خواهش می‌کنم رویش کار کنید، همان قسمتی که من توضیح دادم چیزهای مختلف را به هم وصل کنید، آن یک خیابانی می‌شود به مرکز دانش مولانا، مطمئن باشید. خیلی چیزها را برای شما روشن خواهد کرد. یعنی شما الآن دیگر یاد گرفتید صنعتان را، آفریدگاری خودتان را به‌کار بیندازید و خودتان به خودتان کمک کنید. الآن صحبت «قرین» کردید. از قرین دور



باشوید، هر لحظه پیغام زندگی را بگیرید، در خودتان حاضر باشید. این لحظه، لحظه یادگیری است و شما این موضوع را یاد گرفتید که این لحظه زندگی، خداوند به من چه چیزی یاد می‌دهد؟ من در خودم حاضر هستم که ببینم پیغام چیست؟ آن شعرها را هم بلد هستید؟ اگر حفظ نیستید حفظ کنید «لیک حاضر باش در خود»

خانم سیما:

لیک حاضر باش در خود، ای فتی

تا به خانه او بیاید مر تو را

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۶۴۳)

فتی: جوان‌مرد، جوان

هست مهمان‌خانه این تن ای جوان

هر صبا حی ضیف نو آید دوان

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۴)

ضیف: مهمان

ببخشید.

آقای شهبازی: بله، عیب ندارد همین‌که شما مفهوم را می‌دانید، این تن ما مهمان‌خانه است، هر لحظه پیغامی از زندگی می‌آید و شما در خودتان حاضر باشید و فریب قرین را نخورید. می‌دانید قرین روی شما اثر بد می‌گذارد و شما می‌دانید که پیغام‌ها معمولاً برای من‌ذهنی از طریق چالش می‌آید. آن شعرها را هم بلد هستید دیگر «عاشقان از بی‌مرادی‌ها»؟

خانم سیما: بله.

عاشقان از بی‌مرادی‌های خویش

با خبر گشتند از مولای خویش

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۶)

بی‌مرادی شد قلاووز بهشت

حَفَّتِ الْجَنَّةُ شَنُوَایِ خُوشِ سُرُشْتِ

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

قلاووز: پیش‌آهنگ، پیش‌رو لشکر



آقای شهبازی: آفرین! دیگر این‌ها را با همین‌طور آن که خداوند هر لحظه در کار جدیدی است این را هم می‌دانید شما، درست است؟

خانم سیما: بله، یادم رفت.

آقای شهبازی: عیب ندارد، همین‌که می‌دانید حالا، هم یک چیز عربی هست، چندتا بیت هست، یکی هم.

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

حالا و همین‌طور مرکز ما مثل پرگاه است در دست زندگی هی این‌ور می‌رود، آن‌ور می‌رود تا یک چیزی به ما یاد بدهد. در ضمن این تن ما مثل «قازغان» است به‌قول مولانا، دیگ بزرگ است که هی می‌جوشد، می‌جوشد آن ناخالصی‌ها می‌آید بالا و این‌ها را زندگی به شما بعضی موقع‌ها به‌صورت اتفاق بد نشان می‌دهد، شما فضا را باز می‌کنید، ناراحت نمی‌شوید، واکنش نشان نمی‌دهید، فقط به‌اصطلاح ناظر این هستید که زندگی در این لحظه چه به شما یاد می‌دهد. آفرین، عالی بود.

خانم سیما: خیلی متشکرم ممنون. آفرین به شما. خیلی ممنون. واقعاً این حرف‌هایتان انگیزه من را صد برابر کرد! خیلی شک داشتم در زنگ زدن، گفتم خب چیزی برای ارائه دادن ندارم، ولی الآن که واقعاً احساس می‌کنم اصلاً دوباره با کوله‌باری از انرژی چند برابرشده با شما خداحافظی می‌کنم، خیلی از شما ممنونم.

آقای شهبازی: عالی، آفرین!

خانم سیما: از همه دوستان تشکر می‌کنم از همه کسانی که واقعاً زحمت می‌کشند در کانال تلگرام. ان‌شاءالله که بتوانیم واقعاً با تبدیل شدن خودمان پاسخ این زحمات شما را بدهیم.

آقای شهبازی: ممنونم، عالی.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم سیما]



۴- خانم بیننده

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم بیننده]

خانم بیننده: آقای شهبازی، می‌خواستم تشکر کنم از زحمات شما. شما خیلی زحمت می‌کشید برای ما. می‌خواستم تشکر کنم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. شما لطف دارید، خانم من کاری نمی‌کنم. من کار زیادی نمی‌کنم.

خانم بیننده: سلامت باشید. چندتا شعر حفظ کردم، می‌خواستم بخوانم.

از خدا غیر خدا را خواستن

ظنّ افزونی‌ست و، کَلّی کاستن

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۷۷۳)

چیست تعظیم خدا افراشتن؟

خویشتن را خوار و خاکی داشتن

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۰۰۸)

چیست توحید خدا آموختن؟

خویشتن را پیش واحد سوختن

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۰۰۹)

تعظیم: بزرگداشت، به عظمت خداوند پی بردن

خیلی ممنون آقای شهبازی. باید خیلی تشکر کنیم از شما.

آقای شهبازی: خیلی زیبا. ممنون. یک نفس عمیق بکشید.

[قطع تماس]



۵- خانم زیبا از تهران

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم زیبا]

خانم زیبا: خواستم از شما تشکر کنم به‌خاطر برنامه‌هایتان که واقعاً ارزشمند و گران‌بها هستند برای ما و همچنین از همه کسانی که شما را در پخش برنامه یاری می‌کنند باز تشکر می‌کنم، دست‌بویستان هستم واقعاً.

آقای شهبازی: ممنون، خواهش می‌کنم، لطف دارید.

خانم زیبا: می‌خواستم من یکی دوتا تجربه داشتم در این مدت که برنامه را گوش دادم، آن‌ها را به شما بگویم.

آقای شهبازی: بله، بله، بفرمایید.

خانم زیبا: خواهش می‌کنم. یکی از تجربه‌هاییم این بود، زمانی که تازه شروع به دیدن برنامه‌هایتان کرده بودم و شما می‌گفتید که هر کسی که تازه شروع به دیدن برنامه کرده، باید حداقل سه چهار سال متعهدانه روی خودش کار کند تا به جایی برسد و من ذهنی‌اش ضعیف بشود. ولی من ذهنی من می‌گفت نه! تو با دیگران فرق داری، سه چهار سال برای تو خیلی زیاد است، تو سه چهارماهه می‌توانی بررسی! حتماً آن‌هایی که آقای شهبازی دارد می‌گوید متعهد نیستند و خوب کار نمی‌کنند، ولی تو بیشتر روی خودت کار می‌کنی و زودتر می‌رسی و راهش را بلدی. نیازی نیست زیاد صبر کنی و خیلی عجله داشت.

چون ز بی‌صبری قرینِ غیر شد

در فراقش پُر غم و بی‌خیر شد

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۱۷)

آقای شهبازی: آفرین!

خانم زیبا: ولی در طول این مدت که من هر روز بیشتر با شعرهای پر رمز و راز جناب مولانا آشنا شدم و هر بار رمز و یا کد ابیات برای من باز می‌شد، تازه فهمیدم که من بیشتر از دیگران وقت نیاز دارم و متوجه شدم که اگر تا آخر عمرم این ابیات را، اشعار را بخوانم و روی خودم اعمال کنم باز هم کم است. و هر بار که با جان و دل ابیات را درک می‌کردم، به‌جز حیران ماندن از این معانی و پی بردن به نادانی خود و اشک شوق ریختن و شکرگزاری از ته دل کار دیگری نمی‌توانستم بکنم.

آقای شهبازی: آفرین!



خانم زیبا: و چقدر آن لحظات برای من شیرین و لذت‌بخش بودند و هستند، خدا را شکر. و واقعاً این اشعار کار می‌کند خیلی تأثیرگذار هستند استاد!

آقای شهبازی: بله، بله.

خانم زیبا: تجربه دیگرم این بود که در مورد «درد هشیارانه» بود که باز هم من ذهنی من می‌گفت که چرا این قدر آقای شهبازی می‌گوید که فضاگشایی و درد هشیارانه سخت است و فضاگشایی با درد همراه است؟ این که کاری ندارد! تو می‌توانی، راحت است. مثلاً هر وقت کسی تو را عصبانی کرد و خواستی خشمگین بشوی، خشم را نگاه کن و خودت را کنترل کن و ساکت باش و جواب نده. چه دردی دارد؟!

ولی زمانی که در عمل مواجه شدم و باید فضاگشایی می‌کردم، چنان هیجان بر من غالب می‌شد! هرچند که آن لحظه خشم را می‌دیدم و به یاد می‌آوردم که الآن وقتش است باید فضاگشایی کنم و درد هشیارانه بکشم، ولی باز نمی‌توانستم فضاگشایی کنم و عکس‌العمل نشان دادم و چند برابر جواب دادم! با آن‌که هشیاری‌ام آن لحظه به من یادآوری کرد، ولی خیلی سخت بود، آخر به ناموسم برخورده بود. ولی بعد از چند دقیقه که هیجانم کم شد و مقداری آرامش یافته‌ام عذرخواهی کردم. و بارها این اتفاقات تکرار شد و من هر دفعه با مقاومت کمتری عکس‌العمل نشان دادم و درد کشیدم و یاد گرفتم که تقصیر از من است و باید به خودم نگاه بکنم و هر دفعه عذرخواهی می‌کردم و نیز یاد گرفتم که در هنگام هیجان کوتاه بیایم و فضاگشایی کنم و در آن لحظات درد هشیارانه را با پوست و استخوانم چشیدم، مخصوصاً که از نظر من ذهنی صددرصد حق با من بود و باید ساکت می‌شدم و جواب نمی‌دادم. تازه بعد از آن بود که متوجه حرف‌های شما شدم که فضاگشایی با درد هشیارانه همراه است و خلاصه این‌که

لنگ و لوک و خفته‌شکل و بی‌ادب

سوی او می‌غیژ و، او را می‌طلب

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۹۸۰)

لوک: آن که به زانو و دست راه رود از شدت ضعف و سستی، عاجزی و زبونی

خفته: خوابیده، خمیده

غیژیدن: خزیدن، چهار دست و پا مانند کودکان راه رفتن، به‌روی زانو نشسته راه رفتن

آقای شهبازی: آفرین!

خانم زیبا: من هم «لنگ و لوک» دارم ادامه می‌دهم و سعیم بر این است که در مواجهه با امتحانات خدا بتوانم فضاگشایی کنم، چون هر فردی که با من در ارتباط است و برای من چالشی ایجاد می‌کند، می‌دانم که از طرف خدا است و من باید این را بشناسم.



دیده‌ای خواهیم که باشد شه‌شناس تا شناسد شاه را در هر لباس (منسوب به مولانا)

و یک مورد دیگر این بود استاد که شما همیشه در برنامه‌هایتان می‌گفتید که نیازی نیست شما همانیدگی‌ها را بیندازید، شما فقط کافی است فضاگشایی کنید و شناسایی کنید. خود خداوند همانیدگی‌ها را می‌اندازد و این را من تجربه کردم واقعاً.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم زیبا: استاد من یک‌دفعه متوجه شدم خیلی از رفتارهای شرطی‌شده گذشته‌ام را دیگر ندارم و برای خودم خیلی جالب بود! مثلاً دیگر مثل گذشته کارافزایی نمی‌کردم و میل به تعقیب دیگران را ندارم، اگر کسی کار مرا دیر انجام دهد طلب‌کارانه رفتار نمی‌کنم، دیگر کنترل‌گر نیستم، در رانندگی کردن لجبازی نمی‌کنم و خیلی موارد دیگر. و اگر ما متعهدانه روی خودمان کار کنیم خداوند هم در درون و هم در بیرون زندگی ما را سامان می‌دهد و یک‌دفعه می‌بینی خیلی از همانیدگی‌ها رفته بدون این‌که خودت متوجه شده باشی.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم زیبا: سلامت باشید. استاد واقعاً یکی از شکرگزاری‌های همیشگی من آشنا شدن با شماست واقعاً و حضرت مولانا را که به ما شناساندید.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم زیبا: شما با این برنامه ارتعاش دل و ابیات حضرت مولانا و همچنین ارتعاش خودتان را به ما می‌دهید و هشیاری مرکز ما را هم به ارتعاش درمی‌آورید. خیلی از شما ممنونم و قدردانتان هستم استاد.

آقای شهبازی: ممنونم، ممنونم، عالی!

خانم زیبا: خواهش می‌کنم. هر روز شما مهمان خانه ما هستید واقعاً از شما ممنونم که مهمان ما می‌شوید و قرین ما می‌شوید استاد و برنامه‌ها را راحت در دست ما قرار می‌دهید.

آقای شهبازی: لطف دارید.

خانم زیبا: خیلی خیلی عالی، واقعاً ممنون شما هستم. چه خوشبختی‌ای استاد واقعاً بالاتر از این است که شما هر روز با این برنامه گران‌بها و اشعار بیدارکننده در کنار ما هستید؟ خیلی خیلی، واقعاً من خیلی دوستتان دارم.



آقای شهبازی: آفرین. ممنونم، ممنونم. حالا این برنامه به آسانی در اختیار شما هست؟ از آپ (app) و این‌ها هم استفاده می‌کنید؟

خانم زیبا: بله، بله استاد، همه، همه. هم آپ (app) دارم، هم از تلگرام من می‌بینم، هم برنامه‌هایتان را در هم این سه‌تا شبکه‌ای که راه‌اندازی کردید واقعاً عالی است. خیلی خیلی عالی است که هر که، مثلاً من هر موقع برنامه شما را دوست دارم ببینم این شبکه نداشت شبکه دیگر را من نگاه می‌کنم، ادامه می‌دهم. قبلاً می‌گفتم خدمتتان عرض کردم من یک بار دیگر قبلاً تماس گرفتم، آن موقع می‌رفتم فایل‌های پی‌دی‌اف (PDF) مثلاً سر کار من آن‌ها را می‌خواندم، ولی الآن با این برنامه‌ها خیلی راحت است دسترسی‌ام! خیلی عالی شده استاد.

آقای شهبازی: آفرین! ممنونم، خواهش می‌کنم.

خانم زیبا: خدا قوت به شما می‌گویم واقعاً دست‌م‌ریزاد با این برنامه‌تان.

آقای شهبازی: لطف دارید، ممنونم. خب عالی، خواهش می‌کنم، عالی.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم زیبا]



۶- خانم بیننده از ویرجینیا با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم بیننده]

خانم بیننده: می‌خواستم خدایاقت به شما بگویم و قدردانی کنم از همه زحماتی که می‌کشید آقای شهبازی.

آقای شهبازی: لطف دارید، خواهش می‌کنم.

خانم بیننده: یک مطلب کوتاهی داشتم، می‌خواستم بخوانم.

آقای شهبازی: بفرمایید بله، بله.

خانم بیننده:

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

چرا ز خواب و ز طرّار می‌نیازاری؟
چرا از او که خبر می‌کند کنی آزار؟
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۱۳۴)

طرّار: دزد

اتفاقات، بدن ما، من‌ذهنی ما و عرفا ما را خبر می‌کنند و به ما پیغام می‌دهند که در جای درستی نیستیم، ولی ما این پیغام‌ها را نمی‌گیریم و از آن‌ها آزرده می‌شویم. اگر بدن ما خراب می‌شود و بیماری سراغ ما می‌آید، مقاومت می‌کنیم و ناراحت می‌شویم و فقط دنبال درمان هستیم که باید درمان کنیم، ولی باید پیغام را هم بگیریم که چرا این قسمت از بدن من خوب کار نمی‌کند یا خراب شده؟ پیغام را باید بگیریم و قدردانش باشیم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم بیننده: این اتفاقات دارند به ما می‌گویند که راحت را داری کج می‌روی، دارد زندگی دزدیده می‌شود، ولی ما به آن‌ها گوش نمی‌دهیم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم بیننده: دنبال مقصّر می‌گردیم که یک کسی را ملامت کنیم و به بزرگان هم گوش نمی‌دهیم که دارند به ما پیغام می‌دهند. زندگی دارد مرتب به ما خبر می‌دهد که بیدار بشویم، ولی ما در خواب هستیم و با مشتی کاه‌گل



یا همان همانیدگی‌ها می‌خواهیم اوضاع را درست کنیم. ما چون در خواب هستیم، زبان زندگی را نمی‌فهمیم و ناراحت می‌شویم، چون بد و خوب می‌کنیم و اتفاقات را دسته‌بندی می‌کنیم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم بیننده: و وقتی همه‌چیز خراب شد ما ناراحت می‌شویم که چرا نشانه‌ای نگرفتیم که کاری کنیم و می‌گوییم:

**نگفتمت خبرم کن تو پیش از افتادن؟
که چاره سازم من با عیال خود به فرار**

**خبر نکردی ای خانه، کو حق صحبت؟
فروفتادی و کشتی مرا به زاری زار**
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۱۳۴)

ما این را می‌گوییم در صورتی که ما مرتب خبردار شدیم. آن خانه، آن تن ما، اتفاقات و عرفا حق صحبت را به‌جا آورده‌اند، ولی این ما بودیم که حق صحبت را به‌جا نیاوردیم و به آن‌ها گوش نکردیم. حتی من‌ذهنی ما که زندگی را از ما می‌دزدد، ولی با درد دادن به ما می‌گوید من دارم زندگی‌ات را می‌دزدم، بیدار شو، یک کاری بکن، ولی ما گوش نمی‌کنیم.

**جواب گفت مر او را فصیح آن خانه
که چند چند خبر کردم به لیل و نهار**
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۱۳۴)

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

می‌گوید من تو را مرتب آگاه کردم، خبردار کردم، بیدار کردم، ولی تو دوباره خودت را به خواب زدی.

**جرم بر خود نه، که تو خود کاشتی
با جزا و عدل حق کن آشتی**
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۲۷)

خدا را شکر که الآن با دید دیگری به اتفاقات نگاه می‌کنیم، به این آگاهی رسیده‌ایم که باید فضاگشایی کنیم، اتفاقات مهم نیستند، فضایی که اتفاقات را دربرمی‌گیرد آن‌ها مهم هستند. تمام شد آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، خیلی زیبا، آفرین!



خانم بیننده: خیلی ممنون آقای شهبازی، مرسی.

آقای شهبازی: ممنونم، ممنونم. پس این لحظه از خودمان می‌پرسیم که من چه دارم یاد می‌گیرم؟ این یکی از سؤالات مهمی است که این لحظه از خودمان می‌توانیم بپرسیم، شاید هم تنها سؤال است. من در این لحظه چه دارم یاد می‌گیرم؟ اگر هیچ‌چیز، اگر واکنش نشان می‌دهم، ملامت می‌کنم، پس چیزی یاد نمی‌گیرم. شما می‌فرمایید من ذهنی مرتب خراب می‌شود و خرابکاری می‌کند به ما می‌گوید که تو نگاه کن، من نیستی! برو خودت باش، من دارم خراب می‌شوم، من دارم رویت خراب می‌شوم و خداوند هم «رحمت اندر رحمت» است. این لحظه پیغام رحمت، لحظه بعد پیغام رحمت، این لحظه لطف، کمک، لحظه بعد هم همین‌طور، لحظه بعد هم همین‌طور. منتها ما رد می‌کنیم، پس می‌زنیم. دیگر یاد گرفتیم پس نزنیم. شما می‌گویید ما باید سؤال کنیم که این پیغام اتفاق این لحظه چیست، گرچه که قیافه‌اش بد است، برای این‌که خداوند می‌خواهد چیزی به من یاد بدهد در این لحظه، من آن را می‌خواهم یاد بگیرم. عالی است، آفرین!

خانم بیننده: بله. خیلی ممنون، خیلی ممنون.

آقای شهبازی: عالی، عالی.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم بیننده]



۷- آقای علی از کرج

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای علی]

آقای علی: استاد خیلی وقت است زنگ زدم، چهار پنج ماه، اجازه می‌فرمایید یک متنی بخوانم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، بفرمایید علی آقا.

آقای علی: خواهش می‌کنم. خدمت همه دوستان هم عرض سلام و ادب دارم، از همه‌شان هم تشکر می‌کنم.

استاد راه مسیر تکاملی، مسیر سختی است و بودن ما در این‌جا و در قالب انسان شوخی و بازی نیست. زندگی منظوری دارد و درک این موضوع برای یک من‌ذهنی که دنبال حقیقت باشد، بدون پیر و استاد میسر نیست. مخصوصاً استادی که درد من‌ذهنی و هم‌هویت‌شدگی‌ها را تجربه کرده باشد.

شما درس‌های مولانا را با زبان ساده به ما بیان کردید که ما به‌عنوان هشیاری در مسیر تکاملی از ازل بودیم و صد هزاران سال قالب‌های مختلف را تجربه کردیم و الآن در قالب انسان این بلوغ و دید را خدا به ما داده که بتوانیم منظور اصلی زندگی را که زنده شدن به زندگی و تبدیل به هشیاری خالص است را درک و عملی کنیم. ولی ما در اثر نسیان، مهم بودن زندگی و عمر را در همانیده شدن می‌بینیم و همه اعمال و افکار ما براساس توهم و بدل به‌جای معیار اصلی و حقیقت صورت می‌گیرد. یعنی بدل هر چیزی را به‌جای اصل آن گذاشته‌ایم و با آن زندگی می‌کنیم.

شما فرمودید که آن‌چه ذهن نشان می‌دهد مهم نیست، فضاگشایی مهم است. این یکی از فرمول‌هایی است که من‌ذهنی را ضعیف و متلاشی می‌کند، یعنی هرآن‌چه ذهن نشان می‌دهد و برای ما خیلی مهم است و آرزو و عطش آوردن آن را با تحریک من‌ذهنی به مرکزمان داریم، به مشغولیتش نمی‌ارزد. قبل از این‌که به مرکزمان بیاید و برای ما درد و گرفتاری درست کند و تبدیل به دشمن ما شود و بین ما و زندگی پرده‌ای شود، باید این درک را داشته باشیم که برخلاف تصور ذهن که مهم می‌داند، بی‌ارزش است و به تحریک و وسوسه ذهن انرژی ندهیم و همچنین این یقین را داشته باشیم هرآن‌چه را که با آن همانیده و در مرکزمان قرار داده‌ایم را اگر در عوض منظور اصلی زندگی یعنی زنده شدن بدهیم برود، حقیقتاً زندگی زنده را مفت و ارزان به‌دست آوردیم.

همه انسان‌ها بالفطره جاودانگی را دوست دارند و همه می‌خواهند عاقبت به‌خیر شوند، ولی به علت فراموشی، مسیر را گم کرده‌اند و جاودانگی و عاقبت به‌خیری را در جمع کردن هرچه بیشتر چیزها می‌دانند و آن را مهم دانسته و در مرکز خود قرار داده‌اند و به دنبال آن من‌ذهنی تشکیل شده و عقل و قدرت و هدایت من‌ذهنی غلط‌بینی به انسان داده و به‌جای تلاش اصلی برای دستیابی به جاودانگی که در اثر تسلیم و عدم کردن مرکز و



فضاگشایی به دست می‌آید، جهد بدلی و توهمی می‌کند و چنان مشغول جمع کردن پول و مقام و قدرت و ساختن خانه‌ها و قصرهای آن‌چنانی هستند که گویا تا ابد در این دنیا خواهند بود و برای بقای خود دیگران را از بین می‌برند و زندگی را برای آن‌ها روا نمی‌دارند.

استاد شما راز و رمز جاودانگی را به ما نشان دادید و فرمودید که دست‌یابی به جاودانگی در جمع کردن نیست، بلکه در از دست دادن همانیدگی‌هاست.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای علی: و به ما گفتید که امتداد خدا هستید و در جسم انسان مأموریتی دارید که منظور اصلی زندگی هست. جهدِ فرعونی نکنید و دنبال بهره‌مندی از دنیا نباشید، که مولانا و دیگر بزرگان از این دنیای محدود و پوچ فراری بودند.

شما فرمودید که پیام «ارْجِی» را بشنوید و تا فرصت هست مرکزتان را خالی کنید و تسلیم باشید تا فضاگشایی صورت بگیرد و زندگی به حکم «قضا و کُنْ فُکَانَ» شما را هدایت کند.

شما فرمودید که «آخِرِین» باشید و قبل از آن‌که پیام ارجعی برای آخرین بار برسد که دیگر وقت تمام است، بیدار شوید.

استاد شما خیلی‌ها را عاقبت‌به‌خیر کردید، چون تسلیم و متعهد بودند. شما از زبان مولانا به ما گفتید که توبه و عذرخواهی سریع‌ترین راه برگشت به این لحظه است و از ابزار توبه به‌عنوان پاک‌کن استفاده کنید که خداوند با توبه گناهان شما را می‌پوشاند و پاک می‌کند و شما را بالا می‌کشد. شما فرمودید که در بیرون و با ذهن در جست‌وجوی خدا نباشید، مرکزتان را عدم کنید تا جست‌وجویی از ورای جست‌وجو به جان شما بیفتد و تحقیق و جست‌وجو در دل شما شکل بگیرد و صد هزاران ترجمان و خرد و جواب سؤالات از درون شما برخیزد.

شما فرمودید که از دست خبرهای بیرونی به چمن بی‌خبری بروید تا خبرهای اصلی به گوش عدم شما برسد.

شما گفتید که سر هر سفره‌ای ننشینید و هر جا را منزل نکنید و خود را نگهبان و دربان آن‌ها نکنید، چراکه منزل و صدری وجود ندارد و فقط شما در راه مانده می‌شوید. شما شکل‌هایی را ترسیم کردید که از مرکز عدم شما شکل گرفته‌اند، دایره‌ای کشیدید و گفتید این آینه دل شماست باید پاک نگه دارید.

آقای شهبازی: آفرین!



آقای علی: و اگر چنانچه زنگار و گرد و غبار روی آن را بگیرد، هر کدام از آن غبارها پرده‌ای بین شما و زندگی خواهد بود. هر کدام از آن‌ها به محض نشستن روی آینه، تبدیل به دشمن شما خواهند شد و هر کدام از آن‌ها به تنهایی خانمان سوز هستند، یعنی عمر و فرصت شما را خواهند سوزاند و شما را از خرد زندگی محروم خواهند ساخت. کما این‌که تا به حال روزگار ما را سیاه کردند و زندگی ما را دزدیده و تلف کردند.

شما در یک شکل قدم اول را توضیح دادید که قدم اول و یا پیمان «آلت» در هر لحظه صورت می‌گیرد و باید هشیار باشید که راه درست را از این دوراهی تشخیص دهید، قبل از آن‌که در آن دنیا کارنامه عمل ما را به دست چپ و یا دست راستمان بدهند، شما عاقبت و نقشه راه هر دو را در آن شکل به ما دادید که شناسایی و خواندن آن مستلزم داشتن دید عدم است و با سبب‌سازی و دید من‌ذهنی امکان‌پذیر نیست.

راه دست چپ با قدرت و حس امنیتِ همانیدگی‌ها و هدایت و عقل پندار کمال و می‌دانم مسیر پُر فراز و نشیب و درعین‌حال کوتاه و بن‌بستی است و عواقبی به قیمت پرتگاه جهنم در انتظار دارد. و مسیر سمت راست که با تسلیم و رضا و صبر و فضاگشایی طی می‌شود، در کل مسیر اختیار شما را زندگی در دست می‌گیرد و مسیری زیبا و شگفت‌انگیز است که به درازای ابدیت و دروازه بهشت است.

**پیر را بگزین، که بی‌پیر این سفر
هست بس پُر آفت و خوف و خطر**

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۹۴۳)

**آن رهی که بارها تو رفته‌ای
بی‌قلاووز، اندر آن آشفته‌ای**

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۹۴۴)

پس رهی را که ندیدیستی تو هیچ

هین مرو تنها، ز رهبر سر مپیچ

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۹۴۵)

استاد، این قطره‌ای از درس‌ها و راهنمایی‌های مولانا و شما بود که من گفتم. دعا کنید که عاقبت به‌خیر شویم، ما که عاجز هستیم. تمام شد استاد.

آقای شهبازی: اختیار دارید، عاقبت به‌خیر شدید دیگر علی آقا، [خنده آقای شهبازی] ماشاءالله.

آقای علی: ممنونم استاد، لطف دارید. قربانتان بروم.



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

آقای علی: خواهش می‌کنم، زنده باشید.

آقای شهبازی: لطف فرمودید.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای علی]

آقای شهبازی: خیلی خوب بود!

مجمع‌التحقیق



۸- خانم تیما از بانه

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم تیما]

خانم تیما: من زندگی را مثل پله‌هایی تصور می‌کنم که هر قدمی روی هر پله‌ای بردارم، موفق‌تر می‌شوم. ولی بعضی وقت‌ها زندگی درس‌ها و اتفاقاتی برای من پیش می‌آورد که تصور نمی‌کنی.

من اگر سه پله بردارم، دوتا پله بیفتم، درد کشیدم ولی موفقیتیم دو برابر می‌شود. می‌توانم به‌جای سه پله، شش پله بردارم چون موفق‌تر شده‌ام.

چطوری اتفاقات شجاعان می‌کنند و از همه مهم‌تر درد کشیدن آگاهانه؟ درد کشیدن و صبر سخت است اما به هدفی که می‌خواهیم می‌رسیم. بیایم به‌جای غیبت یا عیب‌گویی مردم، حرف‌ها و جملاتمان را درست کنیم. مثلاً به‌جای این‌که بگوییم چرا معلم این‌طوری است؟ بگوییم چرا خداوند این معلم را سر راه من گذاشته؟ یا اگر بگوییم من ناتوان و بی‌خاصیت هستم، بگوییم چرا من این‌طوری تصور می‌کنم؟ من چرا خودم را ناتوان و بی‌خاصیت تصور می‌کنم؟ باید مشکلاتمان را از ریشه حل کنیم. اگر به این صورت به اتفاقات نگاه کنیم، درست است. دید ما خیلی مهم است. زندگی با اتفاقات و درس‌هایش، زندگی شد.

موفقیت از درد آگاهانه و صبر آمده‌است. نقص‌هایمان را بپذیریم. از اتفاقات درس بگیریم. سختی‌ها را بپذیریم. ناراحتی را به شادی تبدیل کنیم. از کسی انتظاری نداشته باشیم. برای خودمان زندگی کنیم، از سختی به موفقیت. با اتفاقات بزرگ و کامل می‌شویم.

همیشه امیدوار باشیم. برای هر کس یک احترام قائل باشیم. با علاقه‌ات پیش برو. به هر کسی جواب پس نده. همه فکر هدف باشد. به خودت بگو من با تلاش موفق می‌شوم. تا سن صد سال هدف هست، نگو زمان ندارم، زمان فراوان است و از جنس طلاست و زندگی این است. به خدا و خودت پناه ببر.

صبر و خاموشی جذوب رحمت است

وین نشان جُستن نشان عِلّت است

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۲۵)

جذب‌کننده

اتفاق بر اتفاق آرد خدا

تا نشاند ما را بر تخت شاه

امتحان را پاس کن بنده خدا



تا شوی شاه بی نقص خدا

(سروده خانم تیما)

امتحان بر امتحان است ای پدر
هین، به کمتر امتحان، خود را مَخر
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۷۴۶)

خود را مَخر: خودپسندی نکن، خواهان خود مشو.

تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین، آفرین! عالی! بله شما این روزها ویدئو نمی فرستید به ما دیگر؟

خانم تیما: چرا، وقت نکردم. ببخشید.

آقای شهبازی: خب همین را یک ویدئو بکنید به ما بفرستید، همین پیغامی که خواندید. ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم تیما]



۹- خانم بیننده

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم بیننده]

خانم بیننده: واقعاً زحمت می‌کشید برای ما، ما را روشن می‌کنید. شما مثل یک چراغ می‌شوید در دل ما. ما حقیقت، یک اتفاقی افتاد برایمان، دوست داشتم برایتان صحبت کنم، هم برای بیننده‌ها، هم برای شما. به هر حال خالی از لطف نیست.

آقای شهبازی: بفرمایید، خواهش می‌کنم.

خانم بیننده: ما این تقریباً یک دو سه روز پیش، ساعت چهار صبح به من زنگ خورد، گوشی من هیچ‌کس به آن زنگی چیزی ندارم، زنگ حسابی به آن بزند، بعد زنگ که خورد گفتم خدایا خودت، بعد گوشی ساعت چهار، چهار کمتر بود، چهار و ربع کم بود، به من زنگ خورد و دیدم یک آقایی هست پشت تلفن، هی می‌گفت شما پسر آقای فلانی هستید؟ گفتم نه بفرمایید، گوشی دست من است بفرمایید، گفتم که پدرتان تصادف کرده در فلان جاده، بیاید سراغش. ما دیدیم یک دفعه قلبمان تپش گرفت، یک دفعه به خدا پناه بردیم، گفتم خدایا تو به جای ما سخن بگو، ما لال شدیم دیگر. یک دفعه فهمیدم که من ذهنی می‌خواهد به من حمله کند، جلویش را گرفتم، جلویش را گرفتم، گفتم خدایا خودت، خدایا من تپش را می‌خواهم بخوابانم، قلبم را آرام کنم، می‌خواهم تو برایم سخن بگویی، می‌خواهم تو راهنمایی‌ام بکنی، می‌خواهم هرچه که تو گفتی خدایا.

هیچ‌چیز، ما دیگر خودمان را که آرام کردیم، بچه‌ها خواب بودند، پسر خواب بود، آرام شدم، آرام رفتم پسر را بیدار کردم، گفتم بلند شو، پدرت تصادف کرده، دوباره زنگ زد به همان شماره، گفتم حالشان خوب است؟ گفت حالشان بد نیست، الحمدالله خوب است، یک کم زخمی شدند ولی خوب است. ماشینش چپ کرده در جاده، بیاید سراغشان، جاده را بسته، جاده دو بانده بوده، از آن باند پریده و آمده در این باند.

بعد دیگر هیچ‌چیز، دیگر ما بلند شدیم و ماشین هم نداشتیم، ماشین به ماشین رفتیم سراغشان، راه دور بود تقریباً یک دو ساعت و نیم، سه ساعت بعدش رسیدیم. دیدیم بله شوهر زخمی است و بنده خدا چیز، ولی من اصلاً انگاری مست شده بودم از خدا، اصلاً نمی‌دانستم چیست. هیچ ناراحت نشدم، اصلاً تکان نخوردم، ابداً. چون که واقعاً چه بود؟ سفارشات شما، صحبت‌های مولانا رفت در ذهنم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم بیننده: ذهنم را خالی کرده بودم از هویت‌ها و چیزها، گفتم این واقعیتی است که خدا برای من فرستاده، این یک پیغام است، من این پیغام را به جان خریدم، ایستادم. رفتم دیدم شوهرم در سرش می‌زند و ناراحتی



می‌کند، اشک می‌ریزد، گفتم چه‌طوری؟ زدم پشت شانه‌اش گفتم چه است پسر؟ چیست؟ نکن این کار را، چه شده؟ گفت خانه‌خراب شدم و فلان، گفتم هیچ‌طوری نیست، پهلوان نترس، مگر چه شده؟ هیچ‌چیز نشده. یک تکه قوطی آهن است، هم‌هویت نشو با آن، این را رها کن، یا خوب می‌شود یا بد می‌شود، این مال ما نیست، ما از اول این را نداشتیم، خدا به ما داد، الآن هم باید از آن فاصله بگیری، خب زخمت هم خوب می‌شود.

دیدم انگار ارتعاش دادم به شوهرم، شوهرم آرام شد، خیلی آرام، خیلی آسوده شد، اصلاً انگار یک آب یخی ریختند رویش، اصلاً همین‌جور ایستاد خدا شاهد است، خودم اصلاً انگار خودم نبودم، نمی‌دانستم خودم هستم، باور می‌کنید آقای شهبازی؟

آقای شهبازی: بله، بله، آفرین!

خانم بیننده: اصلاً انگار خودم نبودم، انگار ابداً خودم نبودم، انگار خدا به‌جایم حرف می‌زد، خدا به‌جایم تصمیم می‌گرفت، اصلاً یک صبری به من داده بود، صبر ایوب، خیلی عالی، همه آن‌هایی که اطراف بودند، اصلاً نگاه می‌کردند و برایشان عجیب بود، دهانشان باز مانده بود، گفتند مثلاً این خانم اصلاً نه می‌ترسد، نه ناراحت است، وسیله‌اش چپ شده به‌رحال خراب شده، چه‌جوری است این این‌جوری ایستاده!

دیگر ما ایستادیم، ماشین آمد و پلیس آمد و به‌رحال چیزها را از داخل راه جمع کردیم، حتی من بارش آهن بود ریخته بود بیرون، بارش از این آهن‌های دورریز بود که باید می‌رفت در کارخانه آب بشود، بار از راه دوری هم آورده بود بنده خدا، دیگر شب با دست آرام‌آرام جاده را باز کردیم به‌راحتی، به خدا! عجب قشنگ من این آهن‌های درشت را برمی‌داشتم سنگین، که می‌گفتند خانم شما نکنید این کار را، گفتم نه من می‌توانم بگذارید انجام بدهم، شاید من از مردها بیشتر کار می‌کردم، بیشتر چیزهای سنگین را بلند می‌کردم و اصلاً یعنی خم به ابرویم نیامد.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم بیننده: نه خسته شدم، نه احساس کردم جایی درد می‌کند از پایم، نه احساس کردم کمرم درد گرفته، ابداً، خیلی هم هوا سرد بود، درجه هوا این‌قدر سرد بود ولی من خب از این‌جا که رفتم لباس پوشیدم با آرامش، لباس پوشیدم و قشنگ گرم پوشیدم و پسر به او گفتم کلاهت را بیاور، لباست را بیاور، وسیله گرم‌ت را بیاور، خیلی عالی یعنی من عجیب شد برایم این، واقعاً درس عبرتی شد برایم که واقعاً من‌ذهنی آدم را نابود می‌کند. دیگر تمام که شد، ما جرثقیل گرفتیم، بار زدیم، پلیس راه آمد، راه‌داری آمد، جمع کردیم، کلاً راه سرتاسری بود، راه



بین مال ماشین‌های سنگین بود، راه را که باز کردیم و رفتند کنار، اصلاً من خودم ماندم، حیران ماندم خودم، می‌گویم انسان حیران می‌ماند، واقعاً من حیران ماندم.

آقای شهبازی: خیلی زیبا!

خانم بیننده: خداوند دیدیم برای من دارد چکار می‌کند. بعدش نشستیم با شوهرم برایمان رفتیم جایی که جرثقیل بگیریم، آن خانواده خیلی خوب بودند به ما ناهار دادند، اصلاً انگار خدا برای ما همه‌چیز را مهیا کرد، یک غذای گرم در بیابان، خدا شاهد است بیابان کور بود، سرد، ما غذا را نشستیم با شوهرم خوردیم، بردیم آن‌جا پیش تصادف، با شهر خیلی فاصله داشت، ما برگشتیم با ماشین آمدیم نشستیم غذا را خوردیم و جایتان خالی، نشستیم یک صفایی داشت، یعنی من هرچه مسافرت رفتم یک طرف، این تصادف و لذتش یک طرف، واقعاً لذت بردم، خیلی عالی بود، نمی‌توانم توصیف کنم قشنگ، آری به خدا، خیلی خیلی.

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

خانم بیننده: زنده باشید، دست شما درد نکند بزرگوار.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، خواهش می‌کنم.

خانم بیننده: شما خیلی مغز ما را روشن کردید، شما من ذهنی را به ما شناختید.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم بیننده: ما اگر شما نبودید من ذهنی را می‌دانستیم چیست، نمی‌توانستیم تند این قدر معجز را بگیریم، نمی‌توانستیم تند خودمان را تسلیم کنیم به این راحتی، من اصلاً خودم ماندم در خودم، چطور توانستم! این تصادف عجیب و غریب بود، به هر حال حادثه بود، مالم بود، شوهرم بود، به هر حال خیلی سخت بود، اصلاً من نفهمیدم! یعنی احساس ناراحتی به خودم راه ندادم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین، آفرین!

خانم بیننده: در من ذهنی را [صدا قطع شد] گفتم داخل نیا، این‌جا خداست، این‌جا مرکز خداست نیایی داخل، بمان پشت در تا ما کارمان را انجام بدهیم. من نگذاشتم بیاد خانه‌مان تا آمدیم خانه که دیگر خوابیدیم و استراحت کردیم.

آقای شهبازی: آفرین! عالی، عالی، عالی!

خانم بیننده: دست شما درد نکند. من با زبان بی‌زبانی می‌توانم از شما تشکر کنم، خدا می‌داند.



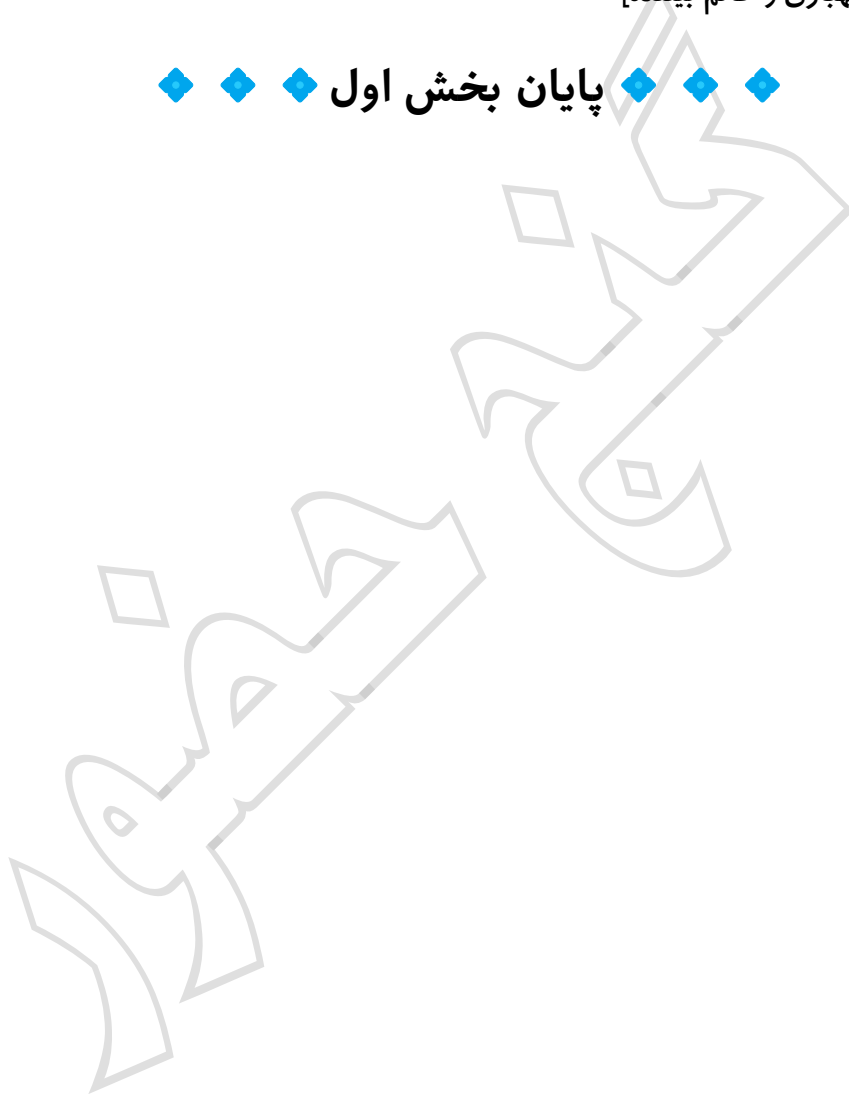
آقای شهبازی: لطف دارید! ممنونم.

خانم بیننده: واقعاً ممنون شما هستم آقای شهبازی، شما خیلی روشنگر ذهن‌های خاموش هستید، روشنگر مغزهای پوسیده هستید، بگویم چه به شما، نمی‌دانم چه بگویم.

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

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم بیننده]

♦ ♦ ♦ پایان بخش اول ♦ ♦ ♦





۱۰- آقای پویا از آلمان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای پویا]

آقای پویا: یک مطلبی هست با شما می‌خواستم به اشتراک بگذارم.

آقای شهبازی عزیزم قبل از شروع متن می‌خواستم تنها در یک جمله شکرگزار باشم که زندگی، مولانا را آفرید و شکر که زندگی شما را آفرید. خدا را شکر که مولانا به زبان فارسی «اسرار کبریا» و زندگی کردن درست را به ما آموخت.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای پویا:

تک‌تک سلول‌های من از خوشحالی می‌خواهند منفجر شوند و اگر اکنون در این لحظه مرگ بیاید سراغم، در اوج شادی پذیرایش هستم. به‌راستی که:

زهی لطیف و ظریف و زهی کریم و شریف
چنین رفیق نباید طریق بالا را
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱۲)

طریق بالا: راه و منازل سلوک به سوی حق تعالی

و اما خود متن، اسم متن هست:

«نجات در خاموشی»

ما در مورد سبب‌سازی خیلی صحبت می‌کنیم، هی تکرار می‌کنیم سبب‌سازی، سبب‌سازی و سبب‌سازی. ولی این زنجیره دلیل‌یابی درک نمی‌شود. هدف من از نوشتن این متن این است که بگویم راه‌حل اصلی برای دیدن سبب‌سازی ذهن در اولین مرحله در خودمان و در مرحله بعد در دیگران سکوت، خاموشی، انصتوا و تمرین شنوایی است تا قطار فکرهای ما آرام شود. این آرام کردن هم با زور اتفاق نمی‌افتد.

قدرت شنوایی دریچه‌ای است برای از سبب‌سازی به بیرون پریدن. خداوند به انسان دو گوش داد و یک زبان. یعنی با یک حساب کتاب کردن ساده آدم باید دوبرابر حرف زدن، گوش کند. یعنی به‌ازای هر یک کلمه‌ای که می‌گوید، دو کلمه به نجوای زندگی گوش کند.



در همین‌جا باید یک تمایز قائل شد که خاموشی واقعی به این معنی نیست که آدمی با زبان چیزی نگوید، ولی در ذهن سوار قطار فکرها خوش و خرم برود. خاموشی واقعی زمانی است که آدم بتواند برفراز فکرها، آن‌ها را تماشا کند و این شناسایی را هم به‌همراه داشته باشد که آن قطار فکرها نیست.

هر کس که به خاموشی عمل کند، می‌تواند از زندگی زر بگیرد. «زر» آگاهی است که در این لحظه زندگی درحال فرستادش است. و اما هر کسی که نتواند لب و ذهن سبب‌ساز خود را خاموش نگه دارد، به‌اندازه یک حبه هم از زر برخوردار نخواهد شد، چراکه قانون خداوند این است که هر کس که خاموش شد نجات یافت.

شرطِ او آن بود که کس با زبان

زر نخواهد هیچ، نگشاید لبان

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۸۰۸)

هر که کردی ناگهان با لب سؤال

زو نبردی زین گنه یک حبه مال

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۸۱۰)

مَنْ صَمَتَ مِنْكُمْ نَجَا بُدِ يَاسِهَاش

خامُشان را بود کیسه و کاسه‌اش

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۸۱۱)

معنی این‌که «أَنْصِتُوا» را رعایت کنی همین است که اگر حرف بزنی با ذهنت و نتوانی ذهنت را ساکت کنی، زر از خدا نمی‌بری. انسان باید به زبان، به بیان، به کلام، به فکرپشت‌فکر بمیرد تا غنیمت رسد «کز پی مردن غنیمت‌ها رسد».

اگر کسی مثل من است و با قطار فکرها بلند می‌شود و ارتفاع می‌گیرد و قطار او را می‌برد و انرژی‌اش را می‌خورد و افسرده‌اش می‌کند، مولانا می‌گوید باید که ذکر را خورشید قرار دهد. یعنی تکرار ابیات همچون خورشیدی می‌شود که تاریکی اتاق فکر را روشن می‌کند و آن ناظر واقعی را به حرکت و اهتزاز در می‌آورد.

این قدر گفتیم، باقی فکر کن

فکر اگر جامد بُود، رَوُ ذکر کن

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۷۵)

ذکر آرد فکر را در اهتزاز

ذکر را خورشیدِ این افسرده ساز



(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۷۶)

من وقتی می‌بینم حریف قطار پرسرعت فکرها نمی‌شوم، یک بیت را هزار بار تکرار می‌کنم. مثلاً این هفته من با خود بیش از هزار بار گفتم:

مَنْ صَمَتَ مِنْكُمْ نَجَا بُدْ یَاسِه‌اش خامُشان را بود کیسه و کاسه‌اش

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۸۱۱)

و اگر در تو هم قطار سبب‌سازی و دلیل‌یابی حاکم می‌شود، پناه ببر به این‌که تک‌بیتی‌هایی را بارها تکرار کنی. در حین سبب‌سازی یکی از سخت‌ترین کارها این است که بلند شدن خود را ببینیم، یا خود سبب‌سازی را که در من‌ذهنی به دنبال دلیل می‌گردیم، ببینیم. فضا و انرژی مخرب را نمی‌توان با دلیل جستن درک کرد. بلند شدن دیگران را و بلند شدن خود را تنها می‌توان با گشودن فضا در خود دید. چراکه آن فضا چشمی است روشنی‌بخش که از صد مادر و پدر بهتر می‌تواند برای ما راهنما باشد.

پس دو چشم روشن ای صاحب‌نظر مر تو را صد مادرست و صد پدر

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۷)

آیا این کار سخت است؟ البته که چون تمرین نکرده‌ایم سخت است. ولی هر ذره‌ای که آدمی فضاگشایی می‌کند، در ترازوی خدا موزون است و به حساب می‌آید. این‌که به آدمی بی‌هیچ دلیلی درشت بگویند و آدمی بلند نشود و از خودش دفاع نکند و تنها فضا را بگشاید و خاموش بنشیند سخت است؟ در ابتدا بله. ولی مولانا می‌گوید تو ماهی هستی که داری به سمت قرص کامل ماه شدن می‌روی، پس از زمان‌هایی که کاهش می‌یابی نترس که تو از پس کاهش به افزایش می‌روی.

چون مه پی‌فزایش، غمگین مشو ز کاهش زیرا ز بعد کاهش، چون مه در ازدیادی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۳۵)

همیشه در این برنامه گفته شده است که «ناظر جنس منظور را تعیین می‌کند.» و وقتی در جامعه‌ای وارد می‌شویم که همه می‌خواهند تو را به جسم کاهش دهند تو هم اثر می‌گیری. ولی برعکسش هم حاکم است. اگر آدمی همیشه فضاگشا باشد و در حال خدمت، می‌تواند از همین قانون استفاده کند و انسان‌ها را زندگی ببیند، یعنی



اگر تو فضاگشا و زندگی‌بین در دیگری باشی همان را هم در منظور بیدار می‌کنی. تو می‌گویی سلام بر زندگی درون تو ای مخاطب من، و زندگی درون او هم می‌گوید سلام.

ای یار من، این سرآغاز رهایی است، صبح حضور دمیده است، از خواب برخیزید. خورشید بدون حجاب با فضاگشایی ما درخشان شده است، پیروزی بدون تلاش و کوشش پیاپی شده است یعنی رحمتی بی‌علتی بی‌خدمتی دارد می‌آید. جان در پرواز است و جام‌های شراب حمرا و گیرای انسان‌هایی چون مولانا در گردش، غم و اندوه در گریز و سرمستی با آوای تن‌تن در تداوم است.

يَا صَاحِبِي هَذَا دِيَابَجَةُ الرَّشَادِ
الصُّبْحُ قَدْ تَجَلَّى حَوْلُوا عَنِ الرَّقَادِ

الشَّمْسُ قَدْ تَلَّالَا مِنْ غَيْرِ احْتِجَابٍ
وَالنَّصْرُ قَدْ تَوَالَى مِنْ غَيْرِ اجْتِهَادٍ

الرُّوحُ فِي الْمَطَارِ وَ الْكَأْسُ فِي الدَّوَارِ
وَالْهَمُّ فِي الْفِرَارِ وَ السُّكْرُ فِي امْتِدَادِ
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۳۵)

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

مرسی آقای شهبازی.

آقای شهبازی: ممنونم. معنی این شعرهای عربی را نمی‌خواهید بگویید؟ این‌ها چه می‌گویند؟

آقای پویا: چرا، در پاراگراف قبلش می‌گوید

ای یار من، این سرآغاز رهایی است،

«يَا صَاحِبِي هَذَا دِيَابَجَةُ الرَّشَادِ»،

«الصُّبْحُ قَدْ تَجَلَّى حَوْلُوا عَنِ الرَّقَادِ»،

صبح حضور دمیده است و از خواب برخیزید.



«الشَّمْسُ قَدْ تَلَّالَا مِنْ غَيْرِ احْتِجَابٍ»،

خورشید بدون حجاب با فضاگشایی ما درخشان شده است، «وَالنَّصْرُ قَدْ تَوَالَى مِنْ غَيْرِ اجْتِهَادٍ» و پیروزی بدون تلاش و کوشش پیاپی شده است.

«الرُّوحُ فِي الْمَطَارِ وَ الْكَأْسُ فِي الدَّوَارِ»،

یعنی این‌که جان در پرواز است و جام‌های شراب، «وَ الْكَأْسُ فِي الدَّوَارِ»، در پرواز هستند، «وَالْهَمُّ فِي الْفِرَارِ وَ السُّكْرُ فِي امْتِدَادٍ»، هم به معنی غم و اندوه است که در گریز است، در فرار است و «السُّكْرُ»، هم به معنی سرمستی است که تداوم یافته، «فِي امْتِدَادٍ».

آقای شهبازی: آفرین، عالی، عالی!

آقای پویا: مرسی، شرمنده.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای پویا]



۱۱- خانم‌ها زرین و تیارا و یکتا از زرین‌شهر

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم زرین]

خانم زرین:

هرکسی در عجبی و عجب من این است کاو نگنجد به میان، چون به میان می‌آید؟ (مولوی، دیوان شمس، غزل ۸۰۶)

ما باید شگفت‌زده باشیم که خدا که بی‌نهایت است چگونه در ذهن ما جا می‌شود؟

اگر ما از ذهن بیرون بیاییم، بی‌نهایت می‌شویم، درحالی‌که جسم هستیم می‌توانیم به بی‌نهایت خداوند زنده شویم و اگر این‌گونه شود، به ذهن اجازه داده‌ایم که من‌ذهنی را رها کند. ما در عین جسم به بی‌نهایت خداوند زنده می‌شویم و این شگفت‌انگیزتر از چیزی است که در جهان دیده‌ایم، ولی ما چون در همانیدگی‌ها گم شده‌ایم، باز سراغ بدترین قرین خود، من‌ذهنی می‌رویم و با عقل و خرد آن عمل می‌کنیم.

گرگ درنده‌ست نفس بد، یقین چه بهانه می‌نهی بر هر قرین؟ (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۸۵۶)

ما وقتی پا به این جهان گذاشتیم، چشمان را که باز کردیم، از دید من‌ذهنی نگاه کردیم و با انباشته کردن همانیدگی‌ها و گذاشتن آن‌ها در مرکزمان باعث شد که من‌ذهنی را بزرگ‌تر و قرین خود کنیم، ولی اگر بخواهیم می‌توانیم من‌ذهنی خودمان را با فضاگشایی و خاموشی کنترل کنیم که قرین‌های دیگر نتوانند بر روی ما اثر بگذارند و ما را در درد بی‌صبری و فراق زندگی فروبرند.

چون ز بی‌صبری قرین غیر شد در فراقش پُرغم و بی‌خیر شد (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۱۷)

وقتی خورشید درونمان بالا می‌آید، من‌ذهنی کم‌کم از بین می‌رود، فقط باید صبر کنیم و دائم روی خودمان کار کنیم. هر چقدر خورشید درونمان بالا بیاید، فضای درون ما گشوده می‌شود. شاید اوایل نمی‌فهمیم که فضای گشوده‌شده و خاموشی یعنی چه، ولی وقتی پای برنامه می‌نشینیم و ابیات مولانا را گوش می‌دهیم، می‌فهمیم که همه عمر در سبب‌سازی ذهنی بودیم و اگر بخواهیم از من‌ذهنی بیرون بیاییم، یک‌شبه نمی‌شود این کار را انجام دهیم.



با صبر کردن و تکرار ابیات مولانا برای ما همه چیز بازتر می‌شود و ذهن ما کم‌کم به صورت خودبه‌خود دست از سبب‌سازی برمی‌دارد و با تلاش ما هر چقدر خورشید درونمان بالا بیاید، من‌ذهنی کمتر و کمتر می‌شود و ما لیاقت زنده شدن به عشق را پیدا می‌کنیم.

جلوهای کرد رُخت، دید ملک عشق نداشت عین آتش شد از این غیرت و بر آدم زد (حافظ، دیوان غزلیات، غزل ۱۵۲)

خدا نگاهی کرد و متوجه شد که هیچ‌کس به‌جز انسان در جسم خود به خودش زنده نمی‌شود و هر چیزی که در بیرون است نمی‌تواند و نمی‌فهمد که باید زنده شود و این کار فقط از انسان ساخته است و قدرت انسان همین است که باید از خودش سؤال بپرسد به چه دلیل به این جهان آمده‌است و نگذارد من‌ذهنی آن را با چیزهای دنیوی درگیر کند و بعد از هفتاد هشتادسالگی تازه بفهمد این همه سال بیهوده زندگی کرده و در مصرع دوم به ما می‌گوید که انسان را خلق کرده که در ما به بی‌نهایت خودش زنده شود و در چیز دیگر نمی‌تواند زنده شود. پس حال که قرعه به‌نام ما افتاده باید از چهارچوب ذهن بیرون بیاییم.

آسمان بار امانت نتوانست کشید قرعه کار به نام من دیوانه زدند (حافظ، دیوان غزلیات، غزل ۱۸۴)

آسمان یا هر چیز دیگری که ما در این جهان می‌بینیم، نمی‌تواند هشیارانه به ابدیت و بی‌نهایت خداوند زنده شود، پس قرعه به‌نام ما انسان‌ها زده شد که از این من‌ذهنی بیرون بیاییم، بفهمیم برای چه به این دنیا آمده‌ایم. شاید لازم باشد تا آخر عمر این سؤال را از خودمان بپرسیم:

از کجا آمده‌ام آمدنم بهر چه بود به کجا می‌روم آخر ننمایی وطنم (خیام، رباعیات، رباعی ۱۱)

تمام شد استاد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم زرین]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم تیارا]



خانم تیارا: تیارا هستم، دوازده‌ساله.

لیک حاضر باش در خود، ای فتی

تا به خانه او بیاید مر تو را

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۶۴۳)

ورنه خلعت را برد او بازپس

که نیابیدم به خانه هیچ‌کس

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۶۴۴)

فتی: جوان‌مرد، جوان

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

آقای شهبازی: خانم تیارا این «بیاید» است ها! شاید بعضی جاها «بیاید» آمده باشد، یعنی خداوند شما را در

خانه پیدا بکند «تا به خانه او بیاید مر تو را» می‌شود یک بار دیگر بخوانید؟

خانم تیارا: بله «تا به خانه او بیاید مر تو را»

آقای شهبازی: آری «بیاید مر تو را»، البته «بیاید» هم درست است، اگر حاضر نباشی او نمی‌آید به خانه تو. حالا

بفرمایید. [خنده آقای شهبازی] «بیاید» بهتر شاید باشد، «بیاید» را شاید بعضی نسخه‌ها نوشته باشند، یعنی

خداوند شما را در خانه پیدا کند. اگر نتواند پیدا کند، حاضر نباشی نمی‌تواند پیدا کند دیگر. بفرمایید، ببخشید.

خانم تیارا: با اجازه‌تان. ای کسی که داری گوش می‌کنی، همیشه حاضر باش در خودت، به‌صورت حضور ناظر که

ذهنش را نگاه می‌کند حاضر باش، بین از طرف زندگی چه می‌آید، در فکرهایت گم نشو.

«لیک حاضر باش در خود ای فتی» تا خداوند به خانه شما بیاید، اگر خداوند بیاید مرکز را همانیده ببیند عدم

نبیند، در این‌صورت خلعت و آن لباس، آن پاداش را، آن حمایت را می‌برد که من رفتم به این انسان کمک کنم،

ولی در خانه‌اش کسی نبود برای این‌که من ذهنی توهم است. در این‌جا لباس، حضور است.

پس بنابراین خداوند لحظه‌به‌لحظه می‌آید ما را از من ذهنی برهاند، لباس حضورش را به ما بپوشاند، ولی کسی

را پیدا نمی‌کند، چون ما در فکرهایمان گم شده‌ایم، در دردهایمان گم شده‌ایم، از این فکر به آن فکر و از این

وضعیت‌ها زندگی می‌خواهیم.

استاد تمام شد.

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



[خدا حافظی آقای شهبازی و خانم تیارا]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم یکتا]

خانم یکتا: یکتا هستم، هشت‌ساله.

هَلَه پاسَبانِ منزل، تو چگونه پاسَبانی؟
که بُردِ رَختِ ما را همه، دزدِ شبِ نَهانی

بِزَن آبِ سرد بر رو، بَجِه و بَکُن عَلا
که زِ خوابناکیِ تو، همه سود شد زیانی

که چراغِ دزد باشد، شب و خوابِ پاسَبانان
به دَمی چراغشان را زِ چه رو نمی‌نشانی؟

بِگُذار کاهلیِ را، چو ستاره شبِ رُوی کُن
زِ زمینیان چه ترسی، که سوارِ آسمانی؟

دو سه عوعوِ سگانه، نزنند رَه سواران
چه بُردِ زِ شیرِ شَرزه، سگ و گاوِ کاهَدانی

سگِ خشم و گاوِ شهوت چه زنند پیشِ شیری؟
که به بیشه حقایق، بَدرد صَفِ عیانی

نه دو قطره آب بودی، که سَفینه‌یی و نوحی
به میانِ موجِ طوفانِ چپ و راست می‌دوانی؟

چو خدا بُود پناهِت، چه خطر بُود زِ راهت؟



به فلک رَسَد کَلاهت، که سَرِ همه سَرانی

چه نِکو طریق باشد، که خدا رفیق باشد
سفرِ دُرُشت گردد چو بهشتِ جاودانی

تو مگو که اَرَمغانی چه بَرَم پِی نشانی؟
که بس است مِهر و مَه را رُخ خویش اَرَمغانی

تو اگر رَوی و گَرنی، بَدَوَد سعادت تو
همه کار بَرگُزارد به سکون و مِهربانی

چو غلامِ توسِت دولت، کُنَدَت هزار خدمت
که نَدارد از تو چاره، و گَرش زِ دَرِ برانی

تو بَخُسپ خوش، که بَخَت زِ برای تو نَخُسپَد
تو بگیری سنگ در کَف، که شود عقیقِ کانی

به فَلَک بَر آ چو عیسی، اَرنی بگو چو موسی
که خدا تو را نگوید که خَموش، لَن تَرانی
خَمُش ای دل و چه چاره؟ سَرِ خُم اگر بگیری
دلِ خُنَب بَرشِکافَد، چو بجوشد این معانی

دو هزار بار هر دَم، تو بخوانی این غزل را
اگر آن سوی حَقایق سَیران او بدانی
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۳۰)

استاد تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین، آفرین! چه غزلی خواندید شما خانم امروز! [خنده آقای شهبازی]



[خداحافظی آقای شهبازی و خانم یکتا]

خداحافظی



۱۲- خانم نگار و آقای مصطفی از گلپایگان

[سلام احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم نگار]

خانم نگار: دیروز ظهر بود که یک حسی به من گفت این بیت را بخوان.

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

اول از خودم پرسیدم چرا آخر؟ چالشی که پیش نیامده! اما سریع ذهنم را خاموش کردم و بیت را تکرار کردم. ده دقیقه بعد، گوشی من زنگ خورد و متوجه شدم یک مقداری از پول ما داخل حساب شخص دیگری مسدود شده و تقریباً دیگر ما نمی‌توانیم آن پول را برگردانیم. آتش دل شده بودم. تلفن را که قطع کردم، کمی آرام شدم و دوباره بیت را تکرار کردم.

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

اگر الآن قبضی آمده، این صلاح من است و نباید آتش دل بشوم. بعد از تکرار کردن این بیت، یک بیت دیگری خودش را به من نشان داد:

یار در آخر زمان کرد طرب سازی ای
باطن او جد جد، ظاهر او بازی ای
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۱۳)

این یک بازی است نگار، واقعی نیست. و دوباره بیت بعدی خودش را به من نشان داد.

چونکه غم بینی، تو استغفار کن
غم به امر خالق آمد، کار کن
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۸۳۶)

اگر غمی برایت آمده، به دست زندگی است نه آن شخص. تو باید استغفار کنی و برگردی به سوی خدا و ببینی چه درون تو هست که این اتفاق پیش آمده. بعد از تکرار این بیت، بیت بعدی آمد:

قبض دیدی، چاره آن قبض کن



زآنکه سرها جمله می‌روید ز بُن

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۲)

قبض: گرفتگی

بُن: ریشه

ریشه قبضت را پیدا کن، بین زندگی به چه همانندگی تو زده و می‌خواسته متوجه چه بشوی.

گفت پیغمبر که جنت از اله گر همی‌خواهی، ز کس چیزی نخواه

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۳)

«پیغمبر فرمود: اگر از خداوند بهشت را می‌خواهی، از کسی چیزی نخواه.»

متوجه توقعم شدم از یک شخص که به لحاظ ذهنی مسبب این اتفاق بود و همیشه من از ایشان توقع حمایت داشتم، چون در ذهنم از بچگی برای آن نقش ذهنی باورها و خواسته‌هایی چیده بودم، که البته زندگی کاملاً عکس خواسته‌های من عمل کرد، تا مرا متوجه کند که این همانندگی با این نقش را گذاشته بودم مرکز و از آن زندگی می‌خواستم. البته مدتی بود که این را متوجه شده بودم، اما این بار زندگی گفت که من کاملاً حواسم به تو هست که باور و توقعات از این شخص را نینداختی بیرون از مرکزت.

هست مهمانخانه این تن ای جوان

هر صباحی 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

همانندگی دیگری از من که مورد هدف زندگی بود «پول» بود. من داشتم به زندگی می‌گفتم چرا زندگی باید پول‌های

ما را از ما بگیرد؟



درواقع داشتم به خدا می‌گفتم من می‌دانم و تو نمی‌دانی.

لیک حاضر باش در خود، ای فتی

تا به خانه او بیاید مر تو را

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۶۴۳)

ور نه خِلعت را بَرَد او بازپس

که نیابیدم به خانه هیچ‌کس

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۶۴۴)

فتی: جوان‌مرد، جوان
خلعت: مجازاً هدیه.

چند روزی بود که این بیت را می‌خواندم و سعی می‌کردم هر جایی می‌روم، هر حرفی می‌زنم، در خودم حاضر باشم. البته صد درصد شاید موفق نبودم، اما سعی می‌کردم که حواسم را به این بیت جمع کنم. و خدا را شکر توانستم هنگام پیام زندگی حاضر باشم، و منی که چند ماه بود عصبانیت و خشم شدیدی را تجربه می‌کردم و هرچه با ذهنم سعی می‌کردم آن را کنترل کنم نمی‌شد، این بار با حاضر بودن در خودم توانستم این خشم را ببینم و زیر سلطه‌اش نروم.

و ناگفته نماند که این مدتی است به لطف زندگی و دوستانم متعهدانه‌تر دارم اشعار را تکرار می‌کنم و انرژی همین تعهد و ابیات بود که باعث شد قبل از اتفاق، جناب مولانا شعر را برایم بیاورد و بعد از اتفاق هم بسته‌ای از ابیات را برایم به هدیه بیاورد. تمام شد آقای شهبازی.

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

خانم نگار: آقای شهبازی اگر اجازه می‌دهید، ببخشید من گوشه‌ای را بدهم به مصطفی.

آقای شهبازی: بله‌بله لطف کنید، خواهش می‌کنم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم نگار]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای مصطفی]

آقای شهبازی: خانم شما خیلی خردمند هستید، ماشاءالله، ماشاءالله. [خنده آقای شهبازی]

آقای مصطفی: خیلی خیلی!

آقای شهبازی: عالی، تبریک!



آقای مصطفی: ممنون.

مر عَسَس را ساخته یزدان سبب

تا ز بیم او دَوَد در باغ، شب

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۵۳)

عَسَس: شِجْنَةُ شَب، پاسبانان

در ابتدای دفتر چهارم داستان عاشقی را داشتیم که مدت زیادی دنبال معشوق زیباروی خودش بود و او را پیدا نمی‌کرد. تا این‌که یک شبی «عسس» که همون گزمه یا داروغه هست، فکر می‌کند آن جوان مجرم است و شروع می‌کند به دنبال کردن آن. عاشق هم از ترس پا می‌گذارد به فرار و می‌رود تا برسد به یک باغ. در آن باغ معشوق خودش را که سال‌ها دنبالش بوده را می‌بیند.

مر عَسَس را ساخته یزدان سبب

تا ز بیم او دَوَد در باغ، شب

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۵۳)

در این‌جا «عسس» می‌تواند بی‌مرادی‌ها و اتفاقات باشد و «باغ» فضای گشوده و فضای یکتایی است. خداوند هر لحظه برای ما یک عسس جدید می‌فرستد تا باغ را به ما نشان بدهد، یعنی بی‌مرادی‌ها و اتفاقات را می‌آورد تا بگوید تو الآن در شب ذهن هستی و باید بروی به فضای گشوده، باید بروی به باغ. خداوند می‌خواهد به ما بفهماند جای تو در باغ است، نه در ذهن. پس خداوند سبب‌ها را می‌سازد که ما را وصل کند به خودش، ولی ما با عقل جزوی‌مان شروع می‌کنیم به سبب‌سازی و فرار کردن از دست عسس. ما از اتفاقات فرار می‌کنیم، ما از دردهایمان فرار می‌کنیم و پیغام عسس را نمی‌گیریم.

حتی خیلی اوقات ما شعرهای مولانا را می‌خوانیم تا از اتفاقات فرار کنیم، ما شعرها را می‌خوانیم تا دردهایمان را یادمان برود و فضا را باز نکنیم، ما فضاگشایی نمی‌کنیم و ذکر می‌گوییم.

من به‌شخصه نمی‌دانستم این عسس که دنبال من است، قضای الهی است که برای من برنامه ریخته و می‌خواهد مرا به باغ راهنمایی کند و من مدام مثل خر از دستش درمی‌رفتم.

خر گریزد از خداوند از خری

صاحبش در پی ز نیکوگوهری

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۸۹۹)



من همیشه از بی‌مرادی‌ها و اتفاقات بد زندگی‌ام فرار می‌کردم، شروع می‌کردم به اعتراض و ناله و مثل خری بودم که از دست صاحبش در می‌رفت و اصلاً نمی‌دانستم صاحبم که خداوند هست، چرا دنبال من است.

هیچ وقت نمی‌ایستادم بپرسم تو چرا دنبال من هستی؟ من فقط در می‌رفتم، من نمی‌فهمیدم زندگی فقط به خاطر لطفش و «رحمت اندر رحمت» بودنش، دنبال من است. من فکر می‌کردم این صاحب من دنبال من افتاده که مرا بگیرد و دَمار از روزگارم در بیاورد. در صورتی که زندگی فقط برای این دنبال من بود که مرا بکشاند به باغ یکتایی، تا در شب همانیدگی‌ها دچار گرگِ ذهنم نشوم.

نه از پی سود و زیان می‌جویدش بلکه تا گرگش ندرَد یا دَدش (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۰۰)

دَد: حیوان درنده و وحشی

پس این که زندگی دنبال ما است به خاطر سود و زیان نیست، به خاطر خودمان است. خداوند هیچ وقت ما را ترک نکرده، خداوند هر لحظه حواسش به ما هست و مدام دنبال ما است، تا دَرِ باغ را به ما نشان بدهد.

وصل، پیدا گشت از عین بلا ز آن حلاوت شد عبارت ما قَلا (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۱)

حلاوت: شیرینی
ما قَلا: دشمن نداشت و ترک نکرد.

که بلایِ دوستِ تطهیرِ شماست علم او بالای تدبیرِ شماست (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۰۷)

بالاخره یک جایی من فهمیدم این عسس پیغام دارد، از در رفتن دست برداشتم، دیدم این همه مدت دنبال من است و با دستش دارد اشاره می‌کند که دَرِ باغ! دَرِ باغ را ببین، درِ باغ آن جا است. تازه فهمیدم که وصالِ ما با زندگی از بی‌مرادی‌ها و بلاها می‌آید.

این ذهن ما است که اتفاقات رو بلا می‌بیند، چون نمی‌فهمد این اتفاق می‌خواهد ما را به زندگی وصل کند. این ذهن ما است که می‌گوید خدا تو را ترک کرده. اما خدا لحظه به لحظه پیغام می‌فرستد، می‌گوید من حواسم به تو هست، من هوای تو را دارم، من حتی یک ثانیه هم تو را رها نکرده‌ام. این جا است که ما یک کم نرم می‌شویم.



وقتی یکی دو بار فضا را باز می‌کنیم، می‌بینیم خدا رفیق ما است. وقتی یکی دو بار فضا را باز می‌کنیم، شیرینی را می‌چشیم. این‌جا است که می‌فهمیم زندگی می‌خواهد هر لحظه با آوردن اتفاقات، فضای گشوده را نشان ما بدهد، آن وقت است که می‌گوییم:

ای خُنک آن را که بَیند روی تو
یا درافتد ناگهان در کوی تو
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۰۱)

ای مبارک‌ساعتی که دیدیم
مُرده بودم، جان تو بخشیدیم
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۸۹۷)

آن وقت است که می‌گوییم عجب مبارک‌ساعتی! چرا من این‌همه سال از دست تو درمی‌رفتم؟! من این‌همه سال مرده بودم، فکر می‌کردم دارم زندگی می‌کنم! ولی تو می‌خواستی مرا از مرده بودن در بیاوری و زنده کنی.

مر عَسَس را ساخته یزدان سبب
تا ز بیم او دَوَد در باغ، شب
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۵۳)

آقای شهبازی ممنونم.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، خیلی مفید، آفرین! چه چیزهایی شما متوجه شدید آقا مصطفی، آفرین! [خنده آقای شهبازی و آقای مصطفی] خیلی خردمندانه، ممنونم.

[خدا حافظی آقای شهبازی و آقای مصطفی]



۱۳- آقای نیما از کانادا

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای نیما]

آقای نیما: یک متن نوشتم با عنوان «رفیق بالا» که اگر اجازه بدهید برایتان بخوانم.

آقای شهبازی: بله بله بفرمایید.

آقای نیما: لازم به ذکر است که هرچه می‌گویم فقط دربارهٔ من «نیما» هست که

از بدی‌ها آنچه گویم هست قصدم خویشتن زان‌که زهری من ندیدم در جهان چون خویشتن (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۹۶۹)

بر هیچ‌کس پوشیده نیست که رفیق در زندگی انسان مؤثر است، البته باز خود من هستم که مسئولیت رفتار و زندگی‌ام را برعهده می‌گیرم و بر هیچ قرینی بهانه‌ای نمی‌نهم. اما رفیق یا همان انسانی که قرینِ زمان‌های من هست، حتماً بر روی من تأثیر می‌گذارد، چه از راه پنهان، چه آشکار.

چارُقِ ایازم به من نشان داد که آن کسی که نباید با او قرین شد، چگونه است. شنوندهٔ عزیز، با این «من» رفیق نشو.

من هیچ دل‌خوشی از بیان گذشتهٔ آسفبار خود به‌صورت مداوم ندارم، ولی به شُکرِ آنچه که اکنون هستم و لطف زندگی، بیان می‌دارم آنچه که بودم. کسی که عاشقِ خودش بود و این خودبینی و مُعجبی را حضرت مولانا به‌طور خلاصه بیان می‌دارد:

هر که بُود عاشقِ خود پنج نشان دارد بد سخت‌دل و سست‌قدم، کاهِل و بی‌کار و تُرُش (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۱۹)

کاهِل: تنبل، سست

سخت‌دلی که برای چند ثانیه نیاز تن، آنچه که نبود را جوری نشان می‌داد که انگاری هست. فقط برای این‌که فلانی باغ دارد و می‌شود آخر هفته با او رفت عیاشی، دوستی می‌کرد یا در شمال ویلا دارد، پس باید با او رفیق بود و یا ماشین خوب دارد و می‌شود رفت دُور دُور، پس باید با او وقت گذراند. فلانی مهمانی‌بگیر هست و و. سخت‌دلی که بویی از عشق و انسانیت انسان‌ها نبرده بود و فقط می‌گفت چه برای «من» دارد؟ سخت‌دلی که برای



رسیدن به یک همانندگی با بی‌شرفی رازِ دلِ عزیزترین شخصِ زندگی‌اش را برای دیگران فاش کرد، شرم بر من باد!

سست‌قدمی که هیچ کار شروع‌شده‌ای را به پایان نبرد، الکی کلاس موسیقی می‌نوشت و نمی‌رفت. در یکی از بهترین دانشگاه‌های ایران قبول شد و هیچ درس نخواند و تَهَش هم با سه ترم مشروطی فارغ‌التحصیل شد. هیچ بویی از قانون جبران نبرده بود و زمین و زمان را مقصر به وقوع نرسیدن هدف‌هایش می‌دانست، الا خودش.

کاهلی که هیچ فنی یاد نگرفت، هیچ کتابی نخواند و حتی در بیست و چند سال زندگی دو بار خرید خانه نکرد و یک بار هم تره‌بار نرفت چند کیلو میوه بخرد. تمام درس‌هایش را با تقلب پاس کرد و یک بار نگفت که خب تَهَش که چه؟ که نه این زمان باز نمی‌گردد؟

خودم را ملامت نمی‌کنم ولی حتی زمانی که آمدم خارج، بسیار می‌توانستم از پول و زمان خودم بسیار بهتر استفاده کنم و فوت و فن‌هایی یاد بگیرم که نمی‌دانم اگر حضرت مولانا، آقای شهبازی نازنین و برنامه‌گنج حضور نبود، این کاهلی مرا تا چه قهقرایی می‌برد.

بی‌کاری که تا بیست و چندسالگی هنوز از پدر و مادرش پول می‌گرفت یا دود می‌کرد در ریه‌اش و یا چرب می‌کرد در کبدش. هیچ هدف مشخصی در زندگی نداشت و معلوم نبود اصلاً چه می‌کند. شب‌ها تا صبح یا در خیابان‌ها ول، یا در حال گشت و گذار در شبکه‌های اجتماعی برای رفع نیاز تن. شبانه‌روز مشغول فیلم و سریال دیدن.

تُرشی که فقط قصد داشت با مسخره کردن، غیبت کردن و کوچک کردن دیگران خود را بالا ببرد. به‌ظاهر لبانش خندان بود، ولی دلش مثل سرکه بود و سراسر درد.

اما «ستایش، جذبه، عنایت». زندگی لطفِ بی‌نهایتش شامل این حقیر شد و رفیقی از بالا دستش را گرفت.

زهی لطیف و ظریف و زهی کریم و شریف

چنین رفیق ببايد طريق بالا را

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱۲)

بدون سرزنش گنج حضور با لطافت دستِ مرا گرفت، گفت بلند شو، بس است. مرا که بلند کرد ولی باز من قدرشناس بازگشتم به عادتِ قبل، ولی با ظرافتِ عادتم را زدود، پاک کرد، با دستِ خودش شُست. با کرامت هر آنچه که می‌خواستم و نمی‌دانستم که می‌خواهم را فراهم کرد. در برکت و فراوانی‌اش را گشود و گفت می‌بخشم، تو هم ببخش. شرافت و انسانیت را به من بازگرداند که ای نیما تو خودت کانِ خوشی هستی، از باده و خوشی‌های



این جهانی زندگی مَجو و بدان که هر شهوت و حرص پرده‌ای است از قوه تشخیص رفیقِ بالا. اساتید مقرب و بزرگان و خویشان عشقی را اکنون باید بشناسی.

هر ندایی که تو را بالا کشید
آن ندا می‌دان که از بالا رسید
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۸)
هر ندایی که تو را حرص آورد
بانگِ گرگی دان که او مردمِ درد
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۹)

حرص این دنیایی رفیقِ نابابی بود که مرا بر آن کرد که بیان کنم فقط آنچه که بودم، شاید قدرِ آنچه که هستم را بیشتر و بیشتر بدانم. این را زمانی درک کردم که قانون جبران مادی را از روز اول رعایت کردم و زیر هیچ دینی نرفتم و ان شاءالله باز هم نروم.

یا تو پنداری که حرفِ مثنوی
چون بخوانی رایگانش بشنوی؟
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۴۵۹)

آقای شهبازی بزرگوار که من بسیار به شما مدیونم، اگر این آموزش را مفت و مجانی بدانم، از شکر وامی‌مانم، که

سَر ز شکرِ دین، از آن برتافتی
کز پدر، میراثِ مُفتش یافتی
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۱)

خدا را شکر که چنین رفیقی نصیب من شد که «ذوقی چنان ندارد بی دوست زندگانی». خویشان عشقی، حضرت مولانا، اساتید مقرب، آقای شهبازی گرانقدر، شکر، شکر، شکر برای وجود پربرکتان. «چه شادم به دوستی تو که مرا چنین دوستی داد.»

(شمس تبریزی)

ممنون از وقتی که به من دادید آقای شهبازی.

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

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای نیما]



۱۴- خانم فرخنده از جوزدان نجف‌آباد

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فرخنده]

خانم فرخنده:

«... عَسَىٰ أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ وَعَسَىٰ أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ»

«... ای بسا چیزها که شما ناگوارش شمردید، ولی به راستی برای شما خیر و گواراست. و ای بسا چیزها که دوستش می‌دارید، ولی به واقع نسبت به شما زیان و گزند است. و خداوند به سرانجام امور داناست و شما نادان ...»

(قرآن کریم، سوره بقره (۲)، آیه ۲۱۶)

بس دعاها کآن زیان است و هلاک

وز کرم می‌نشنود یزدان پاک

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۴۰)

ما پی‌درپی در ذهن فقط دعا می‌کنیم و از خدا چیزی می‌خواهیم. خواهان به‌دست آوردن هر چیزی، قرار گرفتن در موقعیت و وضعیت دلخواه خود هستیم، فقط «می‌خواهیم» ولی از سرانجام برآورده شدن آن بی‌خبر هستیم و برای به‌دست آوردن آن بی‌صبر هستیم و اصرار و پافشاری داریم، چون طبق سبب‌سازی‌ها و عقل من‌ذهنی می‌خواهیم. در آخر اگر به چیزی که خواستیم رسیدیم، آن را به سعی و تلاش و جدیت خود نسبت می‌دهیم، اگر هم برآورده نشد، از در شکوه و شکایت نسبت به زندگی وارد می‌شویم که این قدر به درگاهت گریه و زاری کردم، نماز خواندم، روزه گرفتم، صدقه دادم، کارهای خیر انجام دادم، نذر و نیاز کردم، هیچ‌کدام را ندیدی.

حتی برای اجابت دعای خود، برای خدا وقت تعیین می‌کنیم که فلان زمان و با میزان کیفیتی که خودم در نظر دارم، به هر آن‌چه می‌خواهم برسم و با این کار، برچسب‌های نیازمندی، بی‌رحمی، این‌که خدا فرق می‌گذارد، اصلاً حواسش به ما نیست، حتماً به‌خاطر فلان کارم از من رنجش دارد و از دست من خشمگین است یا می‌خواهد از من انتقام بگیرد و تمام ضعف‌های خودمان را در من‌ذهنی به زندگی نسبت می‌دهیم.

هر آن‌چه را که خواسته‌ایم و به‌دست نیاورده‌ایم، شرایط داشتن آن را نداشته‌ایم و یا ظرفیت داشتن آن چیز به‌اندازه در ما باز نشده بوده. خدا از قبل آن‌چه که نیاز ماست و هر آن‌چه که قرار است به‌دست بیاوریم باخبر است و تا ظرفیت و گنجایش آن چیزی که قرار است به‌دست بیاوریم در ما در آن حد و میزانی نباشد که زندگی در نظر دارد، ما فقط با دعا کردن با ذهن همانیده وقت تلف می‌کنیم.



ما خبر نداریم که برآورده شدن خیلی از دعاها به صلاح ما نیست و با رسیدن به آن ما به تباهی و هلاکت می‌رسیم و ممکن است با به‌دست آوردن آن به خود و دیگران آسیب و ضرر برسانیم، بنابراین خداوند چون از عاقبت دعا‌های ما بی‌خبر نیست، از روی لطف و کرم خود خیلی دعا‌های ما را قبول نمی‌کند.

گرچه ما برآورده نشدن دعا‌هایمان را به ضرر خود می‌دانیم، و وقتی با سرانجام آن‌ها روبه‌رو می‌شویم می‌بینیم که این اجابت نشدن بعضی از دعاها به سود و منفعت ما نبوده است، پس در این مواقع باید شکرگزار زندگی باشیم که دعا‌هایمان از سوی او مردود شده.

شُکر حق را، کَانَ دعا مَرَدود شد

مَن زیان پَنداشتم، آن سود شد

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۳۹)

از دیدگاه مولانا که همان دید زندگی است، پسندیده‌ترین دعاها این است که از خدا غیر خودش را طلب نکنیم. آقای شهبازی: خیلی زیبا! ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم فرخنده]



۱۵- خانم پروین از استان مرکزی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم پروین]

خانم پروین: یک پیغامی کوتاه نوشتم، با اجازه بخوانم.

اگر وقت شد یک شعری هم می‌خواستم با آواز بخوانم.

آقای شهبازی: به‌به‌به، خیلی خب خانم بفرمایید. [خنده آقای شهبازی]

خانم پروین:

تو را هر آن‌که بیا زرد، شیخ و واعظِ دوست
که نیست مهر جهان را چو نقش آبِ قرار
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۱۳۴)

این بیت جناب مولانا یک دستورالعمل کلی در زندگی به ما می‌دهد. می‌گوید معلم و استاد تو کسی است که تو را آزار می‌دهد، کسی که با آزارش تو را در خواب تکان می‌دهد و به‌سوی بیداری و فضاگشایی هل می‌دهد.

پس دوستان واقعی ما کسانی هستند که ما را آزار می‌دهند، کسانی هستند که به ما یادآوری می‌کنند که نباید سفت به جهان بچسبیم، نباید اتفاقات را جدی بگیریم.

دوستان واقعی ما بی‌مرادی‌ها هستند که ما را آزار می‌دهند و به ما گوشزد می‌کنند که از وضعیت‌ها زندگی نخواهیم. شاید بیتی که سال‌ها با آن زندگی کردم و به‌واسطه آن هر دردی را هشیارانه توانستم سپری کنم این بیت بود:

در حقیقت هر عدو داروی دوست
کیمیا و نافع و دلجوی دوست
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۹۴)

در حقیقت آن چیزی را که دشمن خودم می‌دانم و از آن بیزار هستم، دوست واقعی من است.

در حقیقت دارو و درمان من توسط کسی صورت می‌گیرد که ذهنم آن چیز یا آن کس را سبب ناخوشبختی خود می‌داند.

در حقیقت هر وضعیتی که مرا رنج می‌دهد و می‌خواهم از آن فرار کنم و ذهنم آن را جهنم نشان می‌دهد، در پشت آن ظاهر آتشین و جهنمی، بهشت من پنهان شده‌است.



تمام آزردها هستند که اشکالات مرا نشان می‌دهند و سبب پیشرفت من می‌شوند. پس دیگر با دید ذهن به وضعیت‌ها نگاه نمی‌کنم، تأیید و توجه و آفرین‌های دیگران را دوست خود نمی‌دانم. می‌دانم دوست واقعی‌ام کسی است که رفتارش به من برمی‌خورد و ایرادهای مرا نشان می‌دهد.

عاشقان از بی‌مرادی‌های خویش

با خبر گشتند از مولای خویش

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۶)

بی‌مرادی شد قلاووز بهشت

حَفَّتِ الْجَنَّةُ شَنُوَایِ خُوشِ سُرُشْتِ

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

قلاووز: پیش‌آهنگ، پیشرو لشکر

تمام انسان‌هایی که به حضور زنده شده‌اند، از بی‌مرادی، از درد هشیارانه، از رنج‌ها و سختی‌ها بود که از یوسفیتِ درون خود آگاه شدند.

مر عَسَس را ساخته یزدان سبب

تا ز بیم او دَوَد در باغ، شب

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۵۳)

عَسَس: شبگرد، گزّمه

آزار و اذیت داروغه من‌ذهنی خودمان و دیگران سبب شد که ما به باغ یکتایی، به فضای گشوده درون خود پناه ببریم و در آن‌جا با یوسف خود دیدار کنیم.

این جفای خلق با تو در جهان

گر بدانی، گنج زر آمد نهان

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۲۱)

تمام جفاها و ناکامی‌هایی که خلق باعث می‌شوند، پیغام خداست و باید شناسایی کنم که چسبیدن به چه چیز آفتی را در من نشان می‌دهد، این جفا درواقع گنج زری است که در بسته نازیبایی پیچیده شده و با شناسایی و گرفتن پیغام آن می‌توانم هشیاری‌ام را از تله ذهن آزاد کنم.

لطف مخفی در میان قهرها

در حَدَثِ پنهان، عقیق بی‌بها



(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۶۶۵)

حدّث: مدفوع، سرگین

تمام شد استاد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین. بله عالی!

خانم پروین: ممنون.

آقای شهبازی: خب، شما درضمن هنرهایتان را یواش یواش رو می‌کنید خانم [خنده آقای شهبازی] چرا تا حالا نگفتید شما می‌توانید آواز بخوانید؟

خانم پروین: [خنده خانم پروین] خیلی ممنون استاد، صدای خوبی که ندارم، حالا یک جوری تحمل کنید صدای من را.

آقای شهبازی: بفرمایید، خواهش می‌کنم.

خانم پروین:

شبی که آواز نی تو شنیدم
چو آهوی تشنه پی تو دویدم

دوان دوان تا لب چشمه رسیدم
نشانه ای از نی و نغمه ندیدم

تو ای پری کجایی که رخ نمی‌نمایی
از آن بهشت پنهان، دری نمی‌گشایی

من همه جا پی تو گشته‌ام
از مه و مهر نشان گرفته‌ام

بوی تو را ز گل شنیده‌ام
دامن گل از آن گرفته‌ام



تو ای پری کجایی که رخ نمی‌نمایی
از آن بهشت پنهان دری نمی‌گشایی

دل من، سرگشته‌ تو
نفسم آغشته‌ تو

به باغ رویاها، چو گُلّت گویم
بر آب و آینه، چو مَهّت گویم

تو ای پری کجایی

در این شب یلدا ز پی‌ات گویم
به خواب و بیداری سخت گویم

تو ای پری کجایی

مه و ستاره درد من می‌دانند
که همچو من پی تو سرگردانند

شبی کنار چشمه پیدا شو
میان اشک من چو گل وا شو

تو ای پری کجایی که رخ نمی‌نمایی
از آن بهشت پنهان دری نمی‌گشایی
(هوشنگ ابتهاج)

خیلی ممنون استاد، ببخشید.



آقای شهبازی: خیلی زیبا پروین خانم. عالی عالی! آفرین.

خانم پروین: خیلی ممنون استاد.

آقای شهبازی: بعد از این که شما می‌آیید دیگر ما طلبکار می‌شویم، شما باید با یک آهنگ بیایید. [خنده آقای

شهبازی]، عالی، عالی! سلام برسانید.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم پروین]

مجمع‌التحقیق



۱۶- خانم فرزانه

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فرزانه]

خانم فرزانه: با اجازه‌تان مطلبی آماده کردم به اشتراک می‌گذارم.

در بعضی از وضعیت‌های زندگی می‌بینیم که با خود می‌گوییم اگر این لحظه فضاگشایی کنم و چیزی که ذهن نشان می‌دهد توجه نداشته باشم، به من ضرری می‌رسد و باید با رفتارهای من‌ذهنی از همانیدگی‌هایم محافظت کنم و این فضاگشایی را با زرنگی من‌ذهنی به بعد از حل شدن این گره موکول می‌کنیم. جناب مولانا دارند که

عقده را بگشاده گیر ای منتهی
عقده‌ای سخت است بر کیسه تُهی
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۶۰)

در گشاد عقده‌ها گشتی تو پیر
عقده چندی دگر بگشاده گیر
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۶۱)

منتهی: به پایان رسیده، کمال یافته

در این لحظه دو راه‌حل در پیش رو داریم. یک: حل عقده با سبب‌سازی. دو: فضاگشایی و توجه نکردن به تسلسل فکرها و دست زدن به صنع و آفریدگاری زندگی است.

بُردن گره ایجادشده به ذهن و سنجیدن آن و بالا و پایین کردنش سبب‌سازی ذهن است و این‌که با پشت‌گرمی و نترسیدن و عدم توجه به جدی بودن من‌ذهنی، گره را بازشده ببینیم، از کارگاه حق هدایت به سمت ما می‌آید، چراکه خدا در هر لحظه در کاری جدید است.

می‌گویند در باز کردن این گره‌ها پیر شده‌ایم، یعنی مدام در حال تکرار باز کردن انواع گره‌های من‌ذهنی به وسیله من‌ذهنی هستیم و این کارساز نمی‌باشد، بلکه حل شدن گره‌ها از خالی کردن مرکز با شناسایی همانیدگی‌ها و آنچه که ما از آن تغذیه می‌کنیم شروع می‌شود و در غیر این صورت موش در این انبار از جهت‌های مختلف دزدی می‌کند.

و حالا در حال آموزش هستیم که از وضعیت‌هایی که در من‌ذهنی می‌بینیم به آسانی نگذریم، نه به این منظور که بر خود سخت بگیریم، بلکه جهت فضاگشایی و بیرون کردن موش از مرکز خود را داشته باشیم که آیا من می‌توانم سکوت کنم؟ می‌توانم انسان‌ها و وضعیت‌ها را قضاوت نکنم؟ می‌توانم ناموس صد من حدید را ببینم و آن را در



خود به‌کار نگیرم؟ می‌توانم زندگی را به‌عنوان قرین انتخاب کنم و با «دیدِ عدم» قرین باشم؟ آیا می‌توانم به‌جای قبض کردنِ هشیاری برای گنجاندن در محدودیت‌ها، مرکز خود را بسط بدهم؟

بارها و بارها در برنامه‌ها می‌شنویم که هرچه در این لحظه است برای ارتقای سطح هشیاری ما انسان‌ها است. و اما من ذهنی این‌جا بلافاصله دست‌به‌کار می‌شود، منبسط شدن در این لحظه را سریعاً از دست می‌دهیم، اما این یک فریب است و باز هم پیغام دیگری را از دست می‌دهیم، باز هم در امتحانی رد می‌شویم، باز هم از زندگی رو برمی‌گردانیم.

بارها با خود عهد می‌کنیم که نگذاریم من ذهنی در فضاگشایی‌مان دخالت کند و اما دوباره پیدایش می‌شود، چرا؟ یک ساعت ابیات را گوش می‌کنیم، مست می‌شویم و می‌رویم و اما بیست و سه ساعت دیگر در حال فضا بندی هستیم. زمان‌های بعدی خود را پاکیزه نمی‌کنیم، خود را حمام نمی‌دهیم و بدین‌صورت هم با رد کردن پیغام‌های زندگی دهانمان را به دعا باز می‌کنیم.

گاهی باز کردن دهان به دعا به‌غیر از این‌که از خدا غیر از خدا را به‌صورت مستقیم می‌خواهیم، به‌طور غیرمستقیم با نپذیرفتن وضعیت این لحظه در بی‌مرادی و دست به قضاوت و مقاومت زدن، چیز دیگری را می‌خواهیم و منتظر آن هستیم که این هم نوعی دست به دعا شدن و چیزی خواستن است.

از رضا که هست رام آن کرام جُستنِ دفع قضاشان شد حرام (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۸۱)

کرام: جمع کریم، به‌معنی بزرگوار، بخشنده، جوان‌مرد

درواقع اعتراض به طرح «قضا و کُنْ فکان»، به دنبال راهی پیدا کردنِ ما برای دفع قضاست که می‌گویند این برای انسان‌های فضاگشا «حرام» است. خیلی ممنونم استاد بابت وقتی که به من دادید.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین، آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم فرزانه]



۱۷- خانم یلدا از تهران

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم یلدا]

خانم یلدا: با اجازه‌تان.

امروز بعد از مدت‌ها یک کافه رفتیم. یادم افتاد من قبل از کرونا اکثر روزها یا شب‌ها در کافه‌ها و رستوران‌های تهران می‌چرخیدم، اما چیز زیادی از آن روزها برابم نمانده، چون یک من‌ذهنی بیست و خرده‌ای ساله پُردرد بودم که فکر می‌کرد خیلی می‌داند و پُر از قضاوت و مقاومت بودم. از لحظه‌ای که وارد می‌شدم تا لحظه‌ای که خارج می‌شدم همه‌چیز و همه‌کس را آنالیز می‌کردم و قضاوت می‌کردم. این خوب و بد جایی برای زندگی زنده را تجربه کردن نمی‌گذاشت، جایی برای لذت بردن از هر لقمه و همنشینی دوستم نمی‌گذاشت، جایی برای دیدن زندگی در دیگران نمی‌گذاشت، جایی برای حضور در لحظه نمی‌گذاشت.

تو در عقیده ترتیب کفش و دستاری چگونه رطلِ گران‌خوار را به‌دست آری؟

به جان من، به خرابات آی یک لحظه
تو نیز آدمی‌ای، مردمی و جان داری
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۶۷)

عقیده: پای‌بند و دام

حضرت مولانا به من گفت تو با این من توهمی یک نظم خشک و جامد درست کردی و هر لحظه خودت و دیگران را می‌سنجی. تو مدام در فکر ترتیب کفش و دستاری. تو یک سری باید و نباید خودساخته داری. با این زنجیری که به پای هشیاریات بستی چه‌جوری می‌خواهی قدح بزرگ شراب یکتایی را به‌دست آوری؟ چه‌جوری با این نظم خودساخته جامد می‌خواهی عشق و شادی زندگی را تجربه کنی؟ جان من یک لحظه فضا را باز کن، بابا تو هم انسانی، قابلیت فضاگشایی داری.

حضرت مولانا گفت اصلاً می‌دانی این‌همه خوب و بد، باید و نبایدی که درست کردی همه نشانه شرک پنهانی است؟

این باید و آن باید، از شرک خفی زاید



آزاد بُود بنده زین و سوسه چون سوسن

آن باید کاو آرد، او جمله گهر بارد
یارب که چه‌ها دارد آن ساقی شیرین‌فن
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۸۸۳)

این آدم درست رفتار کرد، آن آدم اشتباه رفتار کرد. این‌جا تمیز است، آن‌جا کثیف است. این خوب است، آن بد است. باید این‌طوری می‌شد، نباید آن‌طوری می‌شد. این‌ها همه نشانه‌ی شرک پنهان است، وجود داشتن به‌صورت من است، با عقل جزئی بالا آمدن و امتحان کردن خداست. باید آن‌طوری باشد که زندگی می‌خواهد. چرا یک لحظه ذهنت را خاموش نمی‌کنی زندگی زنده را تجربه کنی؟ ببینی آن ساقی شیرین‌فن چه‌ها دارد؟!

این دفعه هم دیدم چیزی از درون من تمایل دارد قضاوت کند، اما من دیگر خسته‌ام از این سیستم خوب و بد، من دیگر نمی‌خواهم با قضاوت این لحظه را از دست بدهم و برای خودم درد ایجاد کنم. من این جدایی از آدم‌ها را نمی‌خواهم. من این زندگی مصنوعی پلاستیکی که از این لحظه قطع است را نمی‌خواهم. من این باید و نباید جامد را که لذت این لحظه را از بین می‌برد نمی‌خواهم.

جام بر دست، به ساقی نگرانیم همه
فارغ از غصه هر سود و زیانیم همه

این معلّم که خرد بود بشد ما طفلان
یکدگر را ز جنون تخته‌زنانیم همه
(مولوی، دیوان شمس، ترجیعات، ترجیع بیستم)

تخته زدن: پنبه زدن، بیرون کردن پنبه از تخم، حلاجی کردن پنبه، باز کردن گره پنبه

ساقیا باده بیاور که برآنیم همه
که به‌جز عشق تو از خویش برانیم همه
(مولوی، دیوان شمس، ترجیعات، ترجیع بیستم)

خدایا جام خالی به‌دست، سر تا پا نگاهم به تو است که به من شرابت را بدهی و از این زندگی مصنوعی پلاستیکی پر از درد در توهم مرا رها کنی. تو به من شراب بده و از این سیستم دویی خوب و بد، سود و زیاد، این باید و



آن نباید من را رها کن. خدایا، این معلمی که عقل من ذهنی بود رفت و من دیگر نمی‌خواهم به صورت من ذهنی باشم، من دیگر نمی‌خواهم به هر کس و هر چیزی گیر کنم. خدایا، من مثل دیوانه‌ها پنبه من ذهنی را می‌زنم، هر کسی هم کمک کند این کلاف من ذهنی‌ام باز شود قلبش را می‌بوسم. تو این جام من را با عشق و شادی خودت پر کن. چون من هیچ‌کس و هیچ‌چیز را جز تو در مرکز من نمی‌خواهم. خدایا، با تمام وجود باور دارم یک لحظه فضا بندی و نبود تو خرابی‌های زیادی می‌سازد.

یکی لحظه ازو دوری نباید کز آن دوری خرابی‌ها فزاید (مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۸۲)

خدایا، حتی یک لحظه فضا بندی هم، تخریب خودم و دیگران است. یک لحظه قضاوت هم حرام کردن زندگی زنده است. یک لحظه امتحان کردن تو هم افتادن به ذهن و مردن است. پس تو هر لحظه شرابت را جاری کن و من را مست کن.

مرسی آقای شهبازی از وقتی که به من دادید.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین! عالی، عالی! ویدئو کنید خانم.

خانم یلدا: خیلی ممنون. بله چشم حتماً.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم یلدا]

♦ ♦ ♦ پایان بخش دوم ♦ ♦ ♦



۱۸- آقای مهران از کرج

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای مهران]

آقای مهران: خدا را شکر از این باغ بی‌کران زندگی که از طریق مولانا و شما عزیزدل که سرسبز و بی‌کران شده و ما باید فقط میوه و سبزی و طراوتش را بچینیم.

اگر چیدیم که قانون جبران را رعایت کردیم، اگر نچیدیم یعنی سلام‌علیکم زندگی را رد کردیم مانند قوم موسی در تیه یا بیابانِ ذهن صدسال خواهیم ماند. همان‌طور که گفت:

در شهر و در بیابان همراه آن مهیم
ای جان غلام و بنده آن ماه خوش‌لقا
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰۰)

باید بدانیم که چه از این باغ بچینیم و نورخواری کنیم، چه در بیابان باشیم و از علف هرز من‌ذهنی تغذیه کنیم باید بدانیم که همراه زندگی هستیم. چه وحدت را باور کنیم چه نکنیم، باید بدانیم که در ذاتمان با یزدان عشق یکی هستیم.

خواهم که روم زینجا، پایم بگرفتستی
دل را بربودستی، در دل بنشستستی
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۸۲)

آقای شهبازی می‌خواستم به یکی از قوانین زندگی اشاره کنم.

در کودکی به ما گفته بودند که عده‌ای هستند که انسان‌های خداوند هستند و مبرا از خطا و گناه‌اند و عده‌ای مثل ما هستند که همیشه خطا می‌کنند و هیچ‌وقت نمی‌توانند به جایگاه‌های بسیار رفیعی برسند.

اما غافل از این بودیم که مولانا می‌گفت ما همه سلیمان نهان داریم. مولانا نگفت که نژاد فلان و فلان، سلیمان نهان دارند و دیگر نژاد ندارند. مولانا انسان‌ها را دسته‌بندی نکرد.

او گفت که سازوکار بشر در تمام عالم به یک صورت است. او باید زنده شود و از زهدان ذهن زاییده بشود. همان‌طور که شما در تمام برنامه‌ها شکل‌های مراقبه‌گرانه‌ای را آوردید و به ما گفتید که ما کجا بودیم، کجا هستیم و باید کجا برویم.

داشتم با خودم مدتی فکر می‌کردم به یک مطلب جالبی رسیدم.



این‌که ما در این جهان ماده بزرگان و عارفان و انبیایی داشتیم که از همان خورشیدی استفاده کردند که ما استفاده می‌کنیم. آن‌ها از همین کُرّه زمینی که ما در حال مصرف آن هستیم استفاده کردند.

تصور عوام این است که لابد آن‌ها از یک خورشید دیگر، از یک زمین دیگر، و از یک مواد غذایی دیگری یا از یک جهان دیگری استفاده می‌کردند. پس ما همان خدمتی که زندگی به آن‌ها و جسم آن‌ها کرده، این خدمت را زندگی به ما نیز می‌کند.

بنابراین زندگی منتظر زنده شدن تمام بشریت است و می‌گوید حالا من همان خدماتی که به عارفان و انبیا دادم به تو هم دادم، از تو هم انتظار زنده شدن و یکی شدن با خودم را دارم. تو باید در خودت به من زنده بشوی، من باید در تو شروع به کار کنم.

چون به من زنده شود این مُرده‌تن

جان من باشد که رو آرد به من

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۷۸)

من کنم او را ازین جان محتشم

جان که من بخشم، ببیند بخششم

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۷۹)

آقای شهبازی در برنامه ۹۸۴ و ۹۸۵ و ۹۸۶ از درخت سبزپوش غزل‌های این برنامه سه بیت را من چیدم. البته در اصل باید بگویم که میوه‌های تسلیم این درختان را چیدم که برایتان می‌خوانم و مختصر توضیحی می‌دهم.

در برنامه ۹۸۴ غزل ۲۰۰ بیتی بود که می‌گفت:

دل مصر می‌رود که به کشتیش وهم نیست

دل مکه می‌رود که نجوید مهاره را

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰۰)

مهاره: جمع مهر به معنی کُرّه اسب، در این‌جا هر مرکوب اهلی و رام شده.

مصر و مکه نماد فضای یکتایی است که مولانا به ما می‌گوید که اگر به آن فضا می‌خواهی بروی، ابزارهای ذهنی را برای رسیدن به آن فضای یکتایی را باید رها کنی.



«خویش را صافی کن از اوصاف خود»، و ما باید هر چیزی که به صورت ذهن به طرف ما می‌آید و به اسم معنویت هم می‌آید ما آن را باید رها کنیم و فقط باید با خاموشی و این‌که زندگی شروع به کار کند پیش برویم.

برنامه ۹۸۵ غزل ۱۱۳۴:

خزان مرید بهارست زرد و آه کنان نه عاقبت به سر او رسید شیخ بهار؟ (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۱۳۴)

در این بیت هم می‌گوید که خزان یک درختی که ما در پاییز می‌بینیم، هیچ وقت این درخت ریشه‌اش را بر نمی‌دارد و به سمت بهار بدوَد و برود دنبال بهار.

او در ریشه خودش استوار ایستاده اما زرد و پریشان و با آه آرزومندی منتظر است و مطمئن است که «شیخ بهار» یا زندگی به وصال او می‌رود و به سر او می‌آید.

در برنامه ۹۸۶ غزل ۲۰۲:

دل ایستاده پیشش، بسته دو دست خویش تا دست شاه بخشد پایان، زر و عطا (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰۲)

و این دل همان دلی است که مصر می‌رود و هیچ و همی از کشتی ندارد، همان دلی است که مکه می‌رود و هیچ مَرکَب ذهنی‌ای را در نظر نمی‌گیرد، همان دلی است که مثل خزان مرید بهار است، آه آرزومندی دارد و ریشه‌اش ثابت است و سکون دارد و برای رفتن هیچ تلاش ذهنی‌ای نمی‌کند.

و این دل ایستاده در فضای یکتایی و قائم شده به زندگی و دستان ذهنی خودش را بسته تا دست زندگی در پایان، تمام زیبایی‌ها و نعمات خودش را، کوثر و کرمنایش را نثار او کند. خیلی ممنونم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی خیلی زیبا. ممنونم. عالی.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای مهران]



۱۹- خانم الناز از آلمان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم الناز]

خانم الناز: اول این‌که روز شکرگزاری را هم به شما تبریک می‌گویم.

آقای شهبازی: خیلی ممنون، برای شما هم همین‌طور.

خانم الناز: مرسی. و واقعاً خیلی شکرگزار هستم که شما را دارم و همهٔ دوستان که در این راه کمکمان کردند.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم الناز: و دستمان را می‌گیرند، و خیلی ممنون و متشکر هستم از کسانی که در کارگروه‌های جانبی برنامه تلاش می‌کنند و این نور را به شعله‌ورترش می‌کنند، این گرما را به بیشترش می‌کنند، از همه‌شان واقعاً ممنون هستم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم الناز: بعد یک پیامی هم در مورد «شکر» می‌خواهم بخوانم.

«شکر» حالت ذاتی ما است.

پس ز اوّل ولادت، بودیم پای‌کوبان
در ظلمتِ رَحِم‌ها از بهرِ شُکرِ جان را

پس جمله صوفیانیم، از خانقه رسیده
رقصان و شکرگویان، این لوت رایگان را
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۸۶)

ما باشنده‌ای هستیم که از ازل تا ابد داریم در تاریکی رَحِم‌های جماد و نبات و حیوان و رحم من‌ذهنی می‌رقصیم، برای این‌که شُکر می‌کنیم که جان خداوندی در ما هست و خودش دارد ما را به خودش زنده می‌کند. شُکر می‌کنیم که روند تحولی آفرینش دارد می‌رود به‌سوی زنده شدن به بی‌نهایت و ابدیت او تا هر باشنده‌ای خود را به‌عنوان زندگی یا خداوند شناسایی کند.

در تاریکی رَحِم‌ها، ذاتِ وجودی ما، بودنِ ما، راضی و شادی از روند تحولی خودش هست و با همین قدرت رضایت می‌جنبد و پیش می‌رود.



ما امتداد همین روند تحولی هستیم که اکنون بایستی از رحم من‌ذهنی زاییده بشویم. وقتی این روند تحولی را آگاهانه شناسایی می‌کنیم و به آن رضایت می‌دهیم، جان ما و چهار بعد فرمی ما به رقص درمی‌آید.

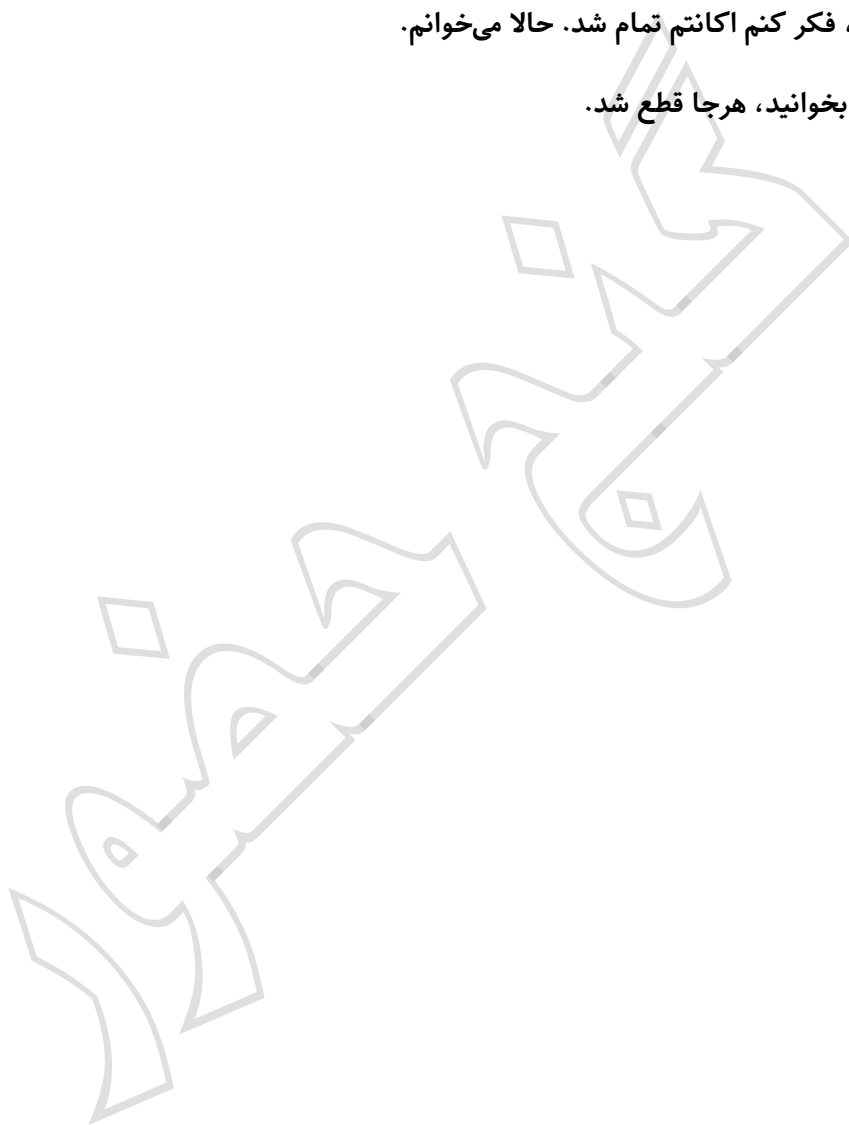
استاد فکر کنم می‌خواهد قطع بشود.

آقای شهبازی: چرا قطع شود؟

خانم الناز: نمی‌دانم، فکر کنم اکانتم تمام شد. حالا می‌خوانم.

آقای شهبازی: حالا بخوانید، هر جا قطع شد.

[قطع تماس]





۲۰- خانم پروین از اصفهان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی با خانم پروین]

خانم پروین: با اجازه‌تان استاد

«خدای عشق فرستاد تا درو پیچیم»

ما انتخاب شده‌ایم به عشق ارتعاش کنیم تا با این ارتعاش هرچه در هستی است خود را بشناسد، پس بالقوه عاشق هستیم ولی چرا عاشق نمی‌شویم! چون قانون قرین را رعایت نمی‌کنیم.

زهی لطیف و ظریف و زهی کریم و شریف
چنین رفیق ببايد طريق بالا را
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱۲)

به‌جای قرین بودن با زهره شادی، قرین مریخ همانیدگی و کبر و غرور هستیم، چرا عاشق نمی‌شویم؟ چون چشم ما کور است.

پس دو چشم روشن ای صاحب‌نظر
مر تو را صد مادرست و صد پدر
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۷)

کمک دلسوزترین افراد تا خودت تصمیم‌گیری به خود کمک کنی، فایده‌ای ندارد. چشم روشن اصل است که قافله بشریت را جدا از هم نمی‌بیند همه از یک نور هستیم و به سمت آن روان. اگر عاشق طالب هستی و واقعاً عزم سفر داری، «اسیر شیشه کن آن جنیان دانا را»

با «غیرت لالا» هر چیز که ذهن نشان می‌دهد را جارو کن، چون چیزی که ذهن نشان می‌دهد اصلاً از خداوند مهم‌تر نیست و با فضاگشایی من‌ذهنی را خلع سلاح کن.

«به آب ده تو غبارِ غم و کدورت را»

دردها اصل نیست، انقباض اصل نیست، این‌که همیشه در پی اثبات خود به دیگران هستیم اصل نیست، این‌ها نشان جن‌زدگی است، همه این‌ها را با آب خرد، با فضاگشایی و دم او بشوی.

در تگِ جو هست سرگین ای فتی



گرچه جو صافی نماید مر تو را

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۹)

فَتنی: جوان، جوانمرد

حداقل بپذیر که ته جوی به‌ظاهر صافِ وجودت پر از دردهای انباشته شده است، نشانه آن خشم و ترس است ولی با دیدن دردها وحشت نکن و ناامید نشو چون جناب مولانا فرمودند:

ز دست زُهره به مریخ اگر رسد جامش

رها کند به یکی جرعه، خشم و صفرا را

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱۲)

ممنونم استاد تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین، آفرین.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم پروین]



۲۱- خانم دینا از کانادا

[سلام و احوال‌پرسی خانم دینا و آقای شهبازی]

خانم دینا: آقای شهبازی من هم خواستم مثل الناز جان اول از شما تشکر کنم، تبریک بگویم روز شکرگزاری را، واقعاً شکر می‌کنم به خاطر وجود شما و این خانواده گنج حضور، و واقعاً به خاطر این تک‌تک این گل‌های عشقی که شما در این جهان کاشتید، در این مزرعه پاک واقعاً کاشتید.

من چند روز پیش یک ویدیوهای کوتاهی از کودکانی که در افغانستان بود، کودکان عشق، دیدم واقعاً خیلی عالی بود. این قدر روی من تأثیر گذاشت! [بغض خانم دینا]، خیلی عالی بود واقعاً.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین.

خانم دینا: تازه دارم متوجه می‌شوم که به غیر از عشق هیچ چیزی نمی‌تواند کار بکند، یعنی ما هیچ سپری نداریم غیر از عشق.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم دینا: واقعاً. و این از درون دل خودمان می‌آید بیرون، هیچ کمکی ما نمی‌توانیم بکنیم غیر از این که عشق را در دل خودمان اول پرورشش بدهیم، که شما این کار را دارید می‌کنید. من واقعاً خودم داشتم فکر می‌کردم که این ابیات مولانا واقعاً از چه جنسی است که روی این من ذهنی سفت و سخت و محکم من تأثیر می‌گذارد! من واقعاً خودم می‌بینم که در چالش‌ها چقدر عوض شدم، چقدر واقعاً از آن عجله من ذهنی ام آمدم بیرون، دیگر نمی‌خواهم بروم دنبال سبب‌سازی‌ها، چون واقعاً به قول مولانا «کور و کبود» شدم. این کور و کبودی و این سردی من ذهنی‌ام را تجربه کردم. ولی واقعاً آقای شهبازی یعنی، من می‌دانم شما به این نیاز ندارید، اصلاً نمی‌خواستم هم بگویم، الناز جان که شکرگزاری کردند من را هم به شوق آوردند که از شما تشکر کنم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم دینا: واقعاً اصلاً نمی‌شود تشکر کرد، ولی واقعاً این کودکان را که می‌بینی، در هر جایی، فرق نمی‌کند، تاجیک، افغان، ایران، همه این‌ها واقعاً آن وحدت، یعنی آن جنس یکی بودن را به ما دارند نشان می‌دهند.

آقای شهبازی: آفرین.

خانم دینا: و واقعاً خیلی امیدوارکننده است.

آقای شهبازی: آفرین.



خانم دینا: خیلی ممنونم از شما. با اجازه‌تان من یک پیغام کوتاهی از برنامه ۹۸۷ که برای خودم خیلی مؤثر بود را با دوستان می‌خواهم به اشتراک بگذارم.

گر خفاشی رفت در کور و کبود باز سلطان‌دیده را باری چه بود؟ (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۱۲)

کور و کبود: در این‌جا به معنی زشت و ناقص، گول و نادان، من ذهنی.

که مولانا دارد از ما می‌پرسد که می‌گوید که اگر ما که الآن در معرض ارتعاش ابیات مولانا هستیم، یک آگاهی‌ای داریم، و درد کوری و کبودی من‌ذهنی‌مان را به‌عنوان یک خفاشی که واقعاً چشم عدم‌بین ندارد، فقط سبب‌سازی ذهن را می‌شناسد، اگر آن را دیدیم، تجربه کردیم و واقعاً پند گرفتیم، چرا دوباره برمی‌گردیم و آن راه من‌ذهنی‌مان را در پیش می‌گیریم؟!

این سؤالی است که مولانا از ما پرسیده و می‌خواهد ما به خودمان برگردیم و ببینیم واقعاً آیا داریم این کار را می‌کنیم، اگر داریم این کار را می‌کنیم دارد به ما یک بیداری می‌دهد، دارد به ما یک آگاهی می‌دهد، می‌گوید شما «باز سلطان‌دیده» هستید، آن تجربه فضای گشوده‌شده را دارید و رحمت زندگی را مستقیم تجربه کردید، آگاه باشید و دیگر نروید دنبال سبب‌سازی‌های ذهن.

و البته خود مولانا هم درواقع در همین برنامه ۹۸۷ جوابش را به ما می‌دهد، که دلایلی را که ما دوباره می‌رویم برمی‌گردیم، و به من‌ذهنی برمی‌گردیم تبدیل به جغد می‌شویم درواقع یا خفاش می‌شویم، و می‌گوید که یکی‌اش قرین هست که دوباره برمی‌گردیم با من‌ذهنی‌مان قرین می‌شویم، و این قرین شدن با من‌ذهنی خودمان راه آن قرین‌های دیگر، قرین‌های من‌ذهنی دیگر را هم به‌روی ما باز می‌کند. و مولانا به ما می‌گوید پس تو خودت، اول از همه خودت هستی، دوباره دارد به ما می‌گوید تو باید برگردی به خودت، نورافکن را بگذاری روی خودت:

گر نه نفس از اندرون راهت زدی رهزنان را بر تو دستی کی بُدی؟ (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۶۳)

و می‌گوید که وقتی که ما قرینی غیر از آن هشیاری اصیل را، آن چیزی که هشیاری ما را بالا می‌برد، هر چیز دیگر، به‌رحال ما الآن می‌دانیم اشعار مولانا هشیاری ما را بالا می‌برد، گوش دادن به پیغام‌های عشق هشیاری ما را بالا می‌برد، یا هر کاری که به هر حال مدیتیشنی که هشیاری ما را بالا می‌برد آن‌ها فقط دارند به ما کمک می‌کنند،



هر چیز غیر حضور واقعاً هشیاری ما را پایین می‌آورد و ما را پر از درد و غم و بی‌خیر می‌کند زندگی‌مان را. و مولانا هم می‌گوید:

چون ز بی‌صبری قرینِ غیر شد
در فراقش پُرغم و بی‌خیر شد
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۱۷)

صُحبت چون هست زَر دَه‌دَهِی
پیش خاین چون امانت می‌نهی؟
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۱۸)

بی‌خیر: بی‌بهره
زَر دَه‌دَهِی: طلای ناب

و دارد درواقع به ما می‌گوید که تو وقتی وارد من‌ذهنی می‌شوی دوباره می‌روی آن چیزی را که ذهنت به تو نشان می‌دهد قرین خودت می‌کنی، می‌آوری در مرکزت، آن چیز تو را در من‌ذهنی دچار عجله می‌کند تو را بی‌صبر می‌کند.

و ما هم تجربه کردیم، خود من هم تجربه کردم که وقتی در یک چالشی قرار می‌گیرم و فضا را باز نمی‌کنم و قرین من‌ذهنی‌ام می‌شوم و می‌خواهم از آن چالش بیرون بیایم، دوباره کور و کبود می‌شوم. چون که این من‌ذهنی فقط راه‌حل‌های واقعاً بی‌اساس به ما می‌دهد، راه‌حل‌هایی که نهایتاً ما را دوباره در درد و رنج باقی می‌گذارد، و اجازه نمی‌دهد که ما از این درد و رنج عبور کنیم از این چالش عبور نکنیم، بلکه آن چالش را برای ما عمیق‌ترش می‌کند، پر درد و رنج‌ترش می‌کند.

ما در این من‌ذهنی هی فکر می‌کنیم، فکر پشت‌سرهم، که یک راه‌حلی پیدا کنیم از این چالش بیاییم بیرون، شکایت می‌کنیم، می‌ترسیم. ما نمی‌دانیم که این چالش، یعنی مولانا دارد به ما می‌گوید این چالش، تو اگر این را بپذیری راه‌حل در خودش هست، «او ز عین درد انگیزد دَوا»، ولی آن فکر پشت‌سرهم، این‌که تو این من‌ذهنی را قرین خودت می‌کنی، این از جنس درد است، این فکری که تو داری می‌کنی از جنس «زحیر» است، سرد است، تو را منقبض می‌کند. این از جنس خشم است، از جنس حرص است، این از جنس ترس و اضطراب است، بنابراین این نمی‌تواند برای تو مفید باشد.

و در غزل ۱۱۲۲ هم که همین را دارد به ما می‌گوید. می‌گوید تو در این حالت

اندیشه را رها کن، اندر دلش مگیر



زیرا برهنه‌ای تو و اندیشه زَمهریر

اندیشه می‌کنی که رهی از زَحیر و رنج
اندیشه کردن آمد سرچشمه زحیر

ز اندیشه‌ها برون دان بازارِ صُنْع را
آثار را نظاره کن ای سخره‌اثر
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۱۲۲)

زَمهریر: سرمای سخت

زَحیر: ناله و زاری

اثر: آسمان، کره آتش که بالای کره هواست؛ در اینجا مراد هشیاری جسمی است.

«آثر» یعنی درواقع همین هشیاری جسمی است که درواقع سرچشمه درد است درواقع این‌جا.

و دارد به ما می‌گوید که تو تا وقتی که اسیر این فکر هستی، تا وقتی که با من‌ذهنی‌ات قرین هستی، تو فقط می‌توانی آثار خرابی‌اش را در خودت ببینی، در وجود خودت ببینی. تو دیگر به زندگی، به «قضا و کُنْ فکان» این اجازه را نمی‌دهی که در تو کار کند و آن صُنْع بیاید و این چالش این لحظه تو را حل بکند. بنابراین تو این مسائل و گرفتاری‌ها با تو می‌ماند.

ولی به ما راه‌حل می‌دهد، می‌گوید تو فقط ذهنت را خاموش کن و اجازه بده تا این شمس در تو بالا بیاید، چون که

شمس باشد بر سبب‌ها مُطَّلِع
هم از او حبل سبب‌ها مُنْقَطِع
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۱۱۱)

حبل: ریسمان

و به ما می‌گوید که این شمس، این فضای گشوده‌شده، این مرکز عدم، وقتی که تو ذهن را ساکت می‌کنی، این ذهن خاموش می‌شود، تو به‌عنوان نظاره‌گر فقط به ذهنت که نگاه کنی، آن ذهن ساکت می‌شود و از فضای بین دوتا فکر شمس طلوع می‌کند، آن خرد می‌آید بالا و آن برکت را وارد زندگی‌ات می‌کند، آن بی‌خیری و آن غم از وجودت رخت برمی‌بندد.

و درواقع دارد به ما می‌گوید که بیرون آمدن از این من‌ذهنی، یک امیدی است که مولانا دارد به ما می‌دهد در این لحظه، و به ما می‌گوید که وقتی که ما در هر وضعیتی که الآن هستیم وقتی که پا را می‌گذاریم روی این



من ذهنی، ذهن را خاموش می‌کنیم، اجازه می‌دهیم که آن هشیاری ناظر در ما کار بکند ما دوباره متولد می‌شویم
در این لحظه:

چون دوم بار آدمیزاده، بزاد پای خود بر فرق علت‌ها نهاد (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۵۷۶)

و وقتی هم که ما پا را روی این سبب‌سازی‌های ذهن می‌گذاریم، از ذهن می‌پریم بیرون، دوباره چشم عدم‌بین را پیدا می‌کنیم، دوباره صاحب‌نظر می‌شویم دوباره به اصل‌مان برمی‌گردیم، و چشمان واقعاً روشن می‌شود. و
مولانا می‌گوید:

پس دو چشم روشن ای صاحب‌نظر مر تو را صد مادرست و صد پدر (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۷)

و به ما می‌گوید که اگر ما واقعاً یاد بگیریم از همان کوری و کبودی، از همان آثار درواقع اصیلی که در وجود خودمان هست یاد بگیریم، و سبب‌سازی‌ها را دنبالشان را نگیریم، و فضا را باز بکنیم و اجازه بدهیم زندگی در ما کار بکند، این فضای گشوده‌شده یک راه‌حلی‌هایی به ما می‌دهد که هیچ پدر و مادری، هیچ استادی، هیچ کسی نمی‌تواند به ما بدهد. آن فقط در این لحظه، در این زمانی که ما فضا را باز می‌کنیم، فقط از آن فضای گشوده‌شده می‌آید و مختص هر کسی هم هست دیگر. یعنی برای هر چالشی، هر چالشی که زندگی سر راه ما قرار می‌دهد، کوچک و بزرگ، توانایی حلش را هم به ما داده. توانایی حلش هم واقعاً در همین فضای گشوده‌ای است که وقتی ما واقعاً دوباره صاحب‌نظر می‌شویم می‌توانیم از آن استفاده بکنیم.

ولی ما می‌دانیم که همه این‌ها را فقط خود زندگی می‌تواند انجام بدهد و ما با من‌ذهنی نمی‌توانیم هیچ تصمیمی بگیریم بگوییم که باشد ما از این به بعد دیگر نمی‌خواهیم برویم دنبال سبب‌سازی‌ها. این را فقط خود زندگی، فقط خواست و اراده زندگی است که می‌تواند این کار را انجام بدهد و ما هم با تسلیم بودنمان، با ساکت شدنمان، با فضا را باز کردن در این لحظه و شکایت نکردن نسبت به آن چیزی که ذهن نشان می‌دهد، خودمان را در آغوش زندگی رها می‌کنیم و می‌گذاریم آن زبان ما باشد، گوش ما باشد، چشم ما باشد.

و این دعای مولانا را هم می‌خوانم و تمام می‌کنم پیام را:

ای دهنده عقل‌ها، فریاد رس



تا نخواهی تو نخواهد هیچ کس

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۳۸)

هم طلب از دوست و هم آن نیکویی

ما که ایم؟ اوّل تویی، آخر تویی

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۳۹)

هم بگو تو، هم تو بشنو، هم تو باش

ما همه لاشیم با چندین تراش

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۴۰)

لاش: هیچ چیز

خیلی ممنونم آقای شهبازی.

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

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم دینا]



۲۲- خانم لیلا از استرالیا

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم لیلا]

خانم لیلا: قربانتان بروم با این همه پیغام‌های زیبا و عشق شما.

آقای شهبازی: بله، بله، ببینید دوستانتان چه پیغام‌هایی می‌دهند ماشاءالله!

خانم لیلا: واقعاً اصلاً خیلی زیباست آقای شهبازی، خداوند را شکر.

آقای شهبازی: ریشه‌دار، زیبا، خردمندانه، شکر بله، برای این‌که این پیغام فهمیده شده، درک شده، به عمل درآمده، واقعاً شکر!

خانم لیلا: از عشق وجود شماست!

آقای شهبازی: [خنده آقای شهبازی] من کاری نمی‌کنم، بیت‌ها را روی صفحه می‌نویسم بیت‌های پربرکت مولانا را. شما می‌خوانید ماشاءالله شعور و فهم این قدر بالاست درک این قدر بالاست در بیننده که خودش دیگر می‌رود خودش را درست می‌کند.

من که کاری نمی‌کنم خانم، شما هستید که کار می‌کنید. شما آفرین دارید، بینندگان ما آفرین دارند، و شکر به وجود همین بینندگان ما و درکشان، عملشان.

شکر به وجود مادرانی که به بچه‌هایشان این شعرها را یاد می‌دهند، به این زیبایی زحمت می‌کشند واقعاً به آن‌ها یاد می‌دهند. این‌ها به زیبایی، با نمک تمام می‌خوانند. بله، ببخشید وسط صحبت شما بفرمایید!

خانم لیلا: خواهش می‌کنم، شما غیر از هفده ساعت کار شبانه‌روزی بله، کاری انجام نمی‌دهید. البته بیست و پنج شش سال، غیر از این‌که، قبل از آن شما چقدر روی خودتان کار کردید که به آن مرحله رسیدید به هر حال که شکر به وجود شما و حضرت مولانا و همه یاران عشقی.

آقای شهبازی: ممنونم، ممنونم، لطف دارید!

خانم لیلا: با اجازه‌تان!

در جوانی جان‌گرت را بگیر
وای اگر این‌گرت گردد با تو پیر
(فریدون مشیری)



در محله‌ای کوچک در خانه سالمندان به عنوان پرستار در حال کار هستم. در همه آن‌ها خودم را می‌بینم. تقریباً تمام این سالمندان داروی افسردگی می‌خورند. برایم جالب شد. شروع به حرف زدن با آن‌ها کردم که چطور زندگیشان به این‌جا ختم شده؟

همه آن‌ها از چیزی به نام تنهایی به این‌جا گریخته بودند تا تنها نمانند. چون در تنهایی فکرهای پشت سر هم آن‌ها را بسیار آزار می‌داده و از تنهایی بسیار می‌ترسیدند و این فکرها باعث خرابی فیزیکی بدنی بعضی از آن‌ها هم شده. این بیت در سرم می‌آمد:

چرا ز اندیشه‌ای بیچاره گشتی فرو رفتی به خود غمخواره گشتی (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۶۰)

شما همیشه مدتی از روز را به خلوت رفتن برای ما ضروری می‌دانید که انجام این کار برایم بسیار مفید بوده‌ست. این‌جا دائماً تنها هستم و در این تنهایی‌ها عمیقاً متوجه چیز جالبی شدم که شما و دیگر بزرگان همیشه بر آن تاکید دارید و آن چیز دیوی‌ست که در دو پهلوی ماست.

من همیشه تلاش می‌کردم که از من‌ذهنی دیگران پرهیز کنم و قرین درست انتخاب کنم که بسیار ضروری هست ولی بزرگترین دیو که باید به شیشه کنیم دیو یعنی من‌ذهنی خودمان است که در دو پهلوی ماست یعنی درون خودمان است نه از بیرون.

زمانی که هیچ‌کس نیست، نه خانواده، نه دوست، نه مغازه‌های رنگی آن دیو به سراغ ما می‌آید و تلاش می‌کند دائم با ما بنشیند و در سر ما حرف‌های دردناک بزند.

از لقای هر کسی چیزی خوری وز قران هر قرین چیزی بری (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۹۱)

گر نه نفس از اندرون راحت زدی ره زنان را بر تو دستی کی بُدی (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۶۳)

گرگ درنده است نفس بد یقین



چه بهانه می‌نهی بر هر قرین
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۸۵۶)

چون به هر فکری که دل خواهی سپرد
از تو چیزی در نهان خواهند برد
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۰۵)

فکرها همان چیزی هستند که انسان را به این همه درد و سختی انداخته‌اند و از شادی بی‌سبب خداوند محروم کرده‌اند. شادی که حق طبیعی ماست. این فکرهای ما هستند که ما را ناشاد می‌کنند و تمام بلاها را از فکرهایی که خودمان می‌سازیم می‌کشیم.

حضرت مولانا این فکرهای پی‌درپی من‌ذهنی را کُشنده می‌دانند که همه ما هم آن را تجربه کرده‌ایم و می‌کنیم. ایشان راه حل آن را هم می‌دهند و می‌فرمایند:

اندیشه را رها کن، اندر دلش مگیر
زیرا برهنه‌ای تو و اندیشه زَمهریر

اندیشه می‌کنی که رهی از زحیر و رنج
اندیشه کردن آمد سرچشمه زحیر

ز اندیشه‌ها برون دان بازارِ صُنع را
آثار را نظاره کن ای سخرهٔ اثیر
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۱۲۲)

زَمهریر: سرمای سخت

زحیر: ناله و زاری

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

هیچ‌کس با اندیشه کردن نمی‌تواند از من‌ذهنی رها شود، چون خود اندیشه کردن‌های مُخرَب است که تو را از وصل به زندگی محروم کرده. اندیشه کردن با من‌ذهنی همانند سرمای سخت زمستان است و تو در برابر آن همانند انسانی لخت هستی و این‌طور اندیشیدن تو را به‌سوی مرگ می‌کشاند و از صنع و آفریدگاری خداوند دور می‌کند. همانند این سالمندانی که سال‌ها فکر کردند و در نهایت به‌جایی جز درد و ترس و بیماری نرسیدند.



اما راه خلاصی از این فکرها که سالیان سال با آنها خو گرفته‌ایم و نسل‌درنسل به ما آموزش غلط داده شده چیست؟ بله این‌که بگوییم اندیشه را رها کن کار آسانی است اما چطور ممکن است که این عادت هزاران ساله را ترک کرد. تنها یک راه وجود دارد. فقط همین که مولانا می‌فرمایند:

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

در حال حاضر دیو هر لحظه تو را به فکر همانیده می‌برد و در حال سوزاندن زندگی توست. این ابیات، دل و ضمیر تو را روشن می‌سازند و دیو فکر کردن مُخرب تو را می‌سوزانند.

این ابیات را همانند ذکر، صبح تا به شب، در هر لحظه تکرار کن تا آفتابی بر آن سرمای سخت شود و لباسی گرم تو را بپوشاند تا از این زمستان سوزان من‌ذهنی عبور کنی و خودت تبدیل به خورشیدی شوی که همگان را گرم می‌کند.

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

مهم نیست چقدر در من‌ذهنی غوطه‌ور هستی صبر را پیشه خود کن و از فکرهای سرسام‌آور پرهیز کن. اگر ابیات را ذکر روزانه‌ات کنی باعث می‌شود فکرهای تو سرعتش آرام‌آرام پایین بیایند و با این پرهیز کردن از فکرهای همانیده قوت و قدرت جان اصلی خود را مشاهده می‌کنی. در ادامه حضرت مولانا می‌فرمایند:

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

احتما کن احتما ز اندیشه‌ها فکر شیر و گور و دلها بیشه‌ها (مولوی، مثنوی، دفتر اول، ابیات ۲۹۰۹)

احتماها بر دواها سرور است ز آن که خاریدن فزونی گر است (مولوی، مثنوی، دفتر اول، ابیات ۲۹۱۰)



احتما اصل دوا آمد یقین احتما کن قوت جان را ببین (مولوی، مثنوی، دفتر اول، ابیات ۲۹۱۱)

بله بعد می‌بینی که تکرار ابیات چطور فکرهای مخرب را به فکرهای سازنده تبدیل می‌کند. فکرهایی که به‌جای سوزاندن ما عشق و خلاقیت را در ما بالا می‌آورد و زندگی ما پر از شیرینی می‌شود چون سازنده و مفید فکر می‌کنیم و دیگر فکرهای همانیده را با فضاگشایی و تکرار ابیات رها می‌کنیم. آن زمان است که:

هست مهمان‌خانه این تن ای جوان هر صبحی ضیف نو آید دوان (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۴)

هین مگو کین مانند 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)

لیک حاضر باش در خود ای فتی تا به خانه او بیابد مر ترا (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۶۴۳)

ورنه خلعت را برد او باز پس که نیابیدم به خانه هیچ کس (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۶۴۴)

پس در این حالت در حضور می‌مانی و آن شاه جهان که می‌آید خلعتی برایت می‌آورد. آن زمان است که به فکرهایت جامه عمل بپوشان و آن‌ها را بی‌هدف رها مکن. گنج حضور هم روزی یک فکر و خرد الهی بوده که آمده، تمام اختراعات هم همین‌طور اما چه خدمت‌هایی با این افکار و خردهای الهی به بشریت شده است. در این شرایط دیگر از تنهایی نمی‌ترسی و در خلوت نشینی و با مولانا قرین می‌شوی. آن وقت می‌بینیم که آن خلوت و تنهایی که همه از آن فرار می‌کردند چقدر زیباست.



آن زمان است که دیگر من‌ذهنی، ما را به خانه سالمندان نمی‌کشاند برعکس ما را هر روز خلاق‌تر، سالم‌تر و شاداب‌تر می‌کند. انسان لیاقت چنین زندگی را دارد.

ای پیر جان فطرت پیر عیان نه فکرت پیری نه کز قدیدی مویش چو شیر باشد (مولوی، دیوان شمس، غزل ۸۳۹)

بله، چنین پیری چون شما ما را به بالا می‌برد و لحظه شماری می‌کنیم با او بنشینیم نه پیری که فقط موهایش سفید شده.

خیلی ممنون آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، ممنونم، عالی، زحمت کشیدید.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم لیلا]



۲۳- خانم مریم از کانادا

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم مریم]

خانم مریم: من خیلی خوشحال هستم که واقعاً همان‌طور که الناز جان گفتند و دینا جان، واقعاً خدا را شکر که شما ما را آگاه کردید با آموزه‌های مولانا، فضاگشایی را به ما یاد دادید و الاً من حالا بقیه را نمی‌دانم، ولی خودم تا حالا در خواب ذهن مرده بودم. هرچند که الآن هم کامل بیدار نشدم، اما خب خیلی زندگی سختی داشتم. واقعاً شکر می‌گویم و از شما متشکرم. همین‌طور از دوستانی که پیام می‌دهند. خیلی متشکرم از شما.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم مریم: اگر اجازه بدهید من پیام را شروع کنم که وقت زیاد نگیرم.

سلام عرض می‌کنم خدمت جناب شهبازی و دوستان.

آقای شهبازی شما از همه ما سؤال کردید که چرا از خواب بیدار نمی‌شوید؟ تأکید کردید که زود جواب ندهید و تأمل کنید. من در طی دو هفته گذشته سعی کردم بسیار ناظر بر خودم باشم. دیدم در موج خواب و بیداری در تلاطم هستم.

خدا را شکر که لحظه‌ای هم که داشتم به خواب می‌رفتم، آگاهی که در کلاس درس مولانا و شما کسب کرده بودم به دادم می‌رسید. گاهی فضاگشایی دیرتر صورت می‌گرفت و من ذهنی لحظاتی اختیار را به دست می‌گرفت، اما کوتاه بود.

در خودم که جست‌وجو کردم دیدم فاکتورهایی هستند که حرکت من را به سمت بیداری کند کرده‌اند:

۱- فراموشی، این مهم‌ترین فاکتور در پروسه کند کردن بیداری من است.

خواب چون در می‌رمد از بیم دل

خواب نسیان کی بُود با بیم حلق؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۰)

لَا تُؤَاخِذِ اِنْ نَسِیْنَا، شَدِّ گَوَاه

کِه بُود نسیان به وجهی هم گناه

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۱)

زآنکه استکمال تعظیم او نکرد



ورنه نسیان در نیاوردی نبرد

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۲)

نسیان: فراموشی

من اهمیت این که خودِ راز هستم و گوهری در من است که باید آن را پاکسازی کنم را خوب درک نکردم و الا فراموشی به من دست نمی‌داد. این گوهر قرین خاریشتی است که هر لحظه می‌خواهد ذره‌ای از این گوهر را ببلعد. من چکار می‌کنم موقع فراموشی؟

وقتی اتفاق لحظه در درون به صورت فکر می‌آید و در بیرون به صورت حادثه‌ای خودش را نشان می‌دهد و من آن را جدی می‌گیرم، یعنی فراموش می‌کنم که این لحظه آخرِ زمانِ روان‌شناختی من است و یار هر لحظه در کار جدیدی است و من در حال امتحان دادن. آن موقع چه می‌شود؟

مقاومت و به دنبالش قضاوت در من رخ می‌دهد. هر لحظه یک فکر می‌آید و من دنبال فکر را می‌گیرم یا موردی در بیرون ایجاد می‌شود که ذهن من از آن خوشش نمی‌آید و یا خیلی خوشحال می‌شود. اکثر اوقات بی‌مرادی است. در همه این حالات ذهن بیدار است، من خوابم.

یکی لحظه بنه سر ای برادر

چه باشد از برای آزمون را؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۰۱)

۲- من زیرکی و خرابکاری‌های ذهن را دست کم گرفتم.

مصطفی فرمود: گر گویم به راست

شرح آن دشمن که در جان شماست

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۱۱)

زهره‌های پُر دلان هم بَر دَرَد

نه رَوَد ره، نه غم کاری خَوَرَد

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۱۲)

پُر دل: شجاع، دلیر، دلاور، باج‌رُت

۳- ناموس

کرده حق ناموس را صد من حدید



ای بسی بسته به بند ناپدید

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۴۰)

حدید: آهن

در خودم که می‌نگرم می‌بینم هنوز باقی‌مانده پرچم ناموس‌پرستی را لحظاتی که در هشیاری ذهنی هستم، حمل می‌کنم. ناموس سبب بسته شدن فضا و ایجاد مقاومت و قضاوت و خوابیدن در ذهن می‌شود.

۴- عادت، ما سال‌ها عادت کردیم که در سبب‌سازی ذهن برویم و «علت و معلول» کنیم.

دیده‌ای باید، سبب‌سوراخ‌کن

تا حُجُب را بَر کنند از بیخ و بُن

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۵۲)

تا مسبب بیند اندر لامکان

هرزه داند جهد و اکساب و دکان

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۵۳)

سبب‌سوراخ‌کن: سوراخ‌کننده سبب
اکساب: کسب‌ها

از مسبب می‌رسد هر خیر و شر

نیست اسباب و وسایط ای پدر

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۵۴)

جز خیالی مُنَعِد بر شاه‌راه

تا بماند دور غفلت چنگاه

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۵۵)

هنوز همانیدگی با همسر، فرزند، برادر، پول، ماشین، خانه، شغل را می‌بینم. آن‌ها سست‌تر شده‌اند، اما هنوز هستند و من را در مواقع اتفاق خوب یا بد به سبب‌سازی ذهن می‌برند. سبب‌سازی به معنای آوردن فکر به مرکز و براساس آن دیدن است.

همه فکرها آفل هستند، اما من لحظاتی جدی می‌گیرم و می‌افتم در سبب‌سازی ذهن و وسواس. این یعنی «خفتگی». در این سال‌های طلایی بودن با گنج حضور، دید من به دنیا و زندگی بسیار تغییر کرده‌است.

من وسواس فکری داشتم و بسیار زودرنج و حساس به رفتار و صحبت دیگران بودم، اما حالا بسیار کم پیش می‌آید که من از حرف و عملی ناراحت شوم، مگر این‌که در آن لحظه در خواب عمیق بوده باشم.



چند روز پیش در محل کارم بی‌دلیل همکارم با من چندین بار بلند صحبت کرد و من در یک لحظه من‌ذهنی‌ام را دیدم که دارد ارتفاع می‌گیرد. قبض را در خودم دیدم، اما سکوت کردم. یاد این بیت جناب مولانا افتادم «تو را هر آنکه بیازرد، شیخ و واعظِ توست».

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

بلافاصله از خدا خواستم که فضا را باز کنم تا درسی را که زندگی می‌خواهد من بیاموزم، یاد بگیرم. رنجش رفت و فضا باز شد. اگر این اتفاق قبلاً می‌افتاد، من چند روز با آن مسئله درگیر بودم. این بیت را چندین بار تکرار می‌کردم و هر لحظه از برکت آن فضای باز شده آرام‌تر می‌شدم.

۵- دیدِ مخربِ ذهن که همراه با حرص و شهوت است.

ببند چشمِ خر و برگشای چشمِ خرد که نفسِ همچو خر افتاد و حرصِ افساری (مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۵۵)

«پرهیز» واژه بسیار قدرتمند در مقابل حرص و شهوت و ذهن است. پرهیز از خوردن زیاد، تند خوردن، تندتند حرف زدن، پرهیز از قضاوت کردن دیگران، پرهیز از خواستن‌های بی‌مورد ذهن، مولانا می‌گوید:

سایه و نور بایَدَت، هر دو بهم، ز من شینو سرِ بنه و دراز شو پیش درختِ اتَّقُوا (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱۵۵)

اتَّقُوا: پرهیز کنید، بترسید، تقوا پیشه کنید.

دیدم که هنوز قدرت سرگذاشتن و دراز کشیدن در زیر درخت «اتَّقُوا» را به‌دلیل حرص و شهوت ذهنم در لحظاتی ندارم. هرچند که آگاه هستم و این حرص و شهوت را می‌بینم.

۶- هنوز خواب هستم، چون می‌بینم می‌خواهم در منطقه ذهن ساکن و ثابت باشم. ذهن من از تغییرات بدش می‌آید.

۷- تمرکز بر دیگران به‌جای داشتن تمرکز بر خود. در خواب که باشی ذهن عبای جدید را به خودت اضافه کرده است و آن معنویت است. گاهی ذهنم را می‌بینم که دیگران را قضاوت می‌کند و چارق آياز خود را فراموش می‌کند.



من هنوز نمی‌توانم آن یک زندگی را همیشه و این لحظه در دیگران ببینم و الا در هر حالتی فضاگشا خواهم بود. هر رفتاری که طرف مقابل داشته باشد مهم نیست، مهم باز کردن فضا و دیدن زندگی در انسان‌های دیگر است.

گفت تو، زان سان که عکس دیگرست جمله احوالت، به جز هم عکس نیست (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۶۶۱)

۸- نپذیرفتن اشتباه خود و این‌که من به خودم ظلم می‌کنم. وقتی در خواب هستم، می‌دانم جلوتر از نمی‌دانم، می‌آید. پیش بینا باید خاموش بود و نیست شد تا در بارگاه صُنع حق وارد شویم.

۹- پشیمانی و ملامت خود. وقتی نسیان طغیان می‌کند و من فکرم را به مرکز می‌آورم و می‌افتم به سبب‌سازی ذهن، پشیمان می‌شوم و خودم را ملامت می‌کنم که ای دل غافل! دوباره اشتباه کردی. به‌جای این‌که در مقابل این اشتباه فضا را باز کنم و سخت نگیرم به خودم و دیگران، سروصدای ذهنم را در این لحظه جدی می‌کنم.

ور کنی عادت پشیمان خور شوی زین پشیمانی پشیمان‌تر شوی (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۴۰)

نیم عمرت در پریشانی رود نیم دیگر در پشیمانی رود (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۴۱)

ملاحظه می‌فرمایید که پشیمانی از پندار کمال می‌آید. تو باید خودت را خیلی کامل و عالم بدانی که انتظار اشتباه از خودت را نداشته باشی. و مورد آخر مورد

۱۰- قرین

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

ممنونم آقای شهبازی. من دیگر آخری را توضیح ندادم چون دیدم ساعت زیاد، دقیقه‌ام دارد زیاد می‌شود. الان هم دو سه دقیقه گذشت. ببخشید که بیشتر شد.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. خیلی زیبا! عالی بود، عالی!



خانم مریم: خیلی ممنون.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم مریم]

خداحافظی



۲۴- خانم الهه از تهران

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم الهه]

خانم الهه: خدا را شکر تماسم برقرار شد.

آقای شهبازی: ببخشید حتماً شما هم زیاد گرفتید مثل.

خانم الهه: استاد بالای دویست بار فکر کنم.

آقای شهبازی: معذرت می‌خواهم. واقعاً شرمنده.

خانم الهه: نه استاد شما ببخشید، خواهش می‌کنم. این چه حرفی است. شما ببخشید که ما نمی‌توانیم زحمات شما را جبران کنیم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم الهه: بالاخره ته‌دیگش به من رسید، خدا را شکر.

آقای شهبازی: [خنده آقای شهبازی] بله، بفرمایید خواهش می‌کنم.

خانم الهه: استاد من یک طرح در مورد صبر نوشتم، خواستم اگر اجازه بدهید بخوانم.

در مسیر بیداری معنوی و تبدیل شدن، صبر پیش‌زمینه و اصل بسیار مهم و اساسی است که برخلاف برنامه‌ریزی‌های ذهن ما است. صبر یعنی اعتماد به قضا و کُن‌فکان.

آقای شهبازی: بله.

خانم الهه: و دربرگیرنده پذیرش، شناسایی همانیدگی‌ها، پرهیز از همانیدگی مجدد و جدید، شکرگذاری برای توانایی انبساط و فضاگشایی مجدد و احساس رضایت عمیق است.

آقای شهبازی: بله.

خانم الهه: تا وقتی که با صبر نتوانیم شتاب و عجله من‌ذهنی و فکرهای پی‌درپی و واکنش‌هایمان را مهار کنیم و جلوییشان را بگیریم، فضاگشایی درونمان ایجاد نمی‌شود و نمی‌توانیم وارد کارگاه خداوند بشویم که رویمان کار کند.

کارگه چون جای روشن‌دیدگی‌ست



پس برون کارگه پوشیدگی ست

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۷۶۳)

روشن دیدگی: روشن بینی

ببخشید من یک کم هول شدم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم الهه: در مثنوی، دفتر دوم می‌فرمایند:

پَرده‌های دیده را داروی صَبَر

هَم بَسوزد، هَم بَسازد شَرَح صَدْر

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۷۱)

یعنی صبر عینک‌های همانیدگی ما را می‌سوزاند و سینه ما را باز و بی‌نهایت می‌کند.

آقای شهبازی: بله.

خانم الهه: و باز از همان دفتر دوم.

صبر کردن، جان تسبیحات توست

صبر کن، کَانَسْتِ تسبیح دُرُست

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۴۵)

صبر چون پول صِراطِ آن سو، بهشت

هست با هر خوب، یک لالای زشت

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۴۷)

پول: پل

لالا: لاله، غلام و بنده، مربی مرد

یعنی صبر مثل یک پل باریک یا یک ریسمان خیلی ظریف است، از وضعیت فعلی ما کشیده شده تا بهشت که ما

باید با فضاگشایی از روی آن عبور کنیم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم الهه: این پل روی جهنم ذهن کشیده شده و آن اصل و خدایت و زیباروی ما چسبیده به «لالا» یعنی

عینک‌های همانیدگی ما که با صبر و پذیرش و انبساط این عینک‌ها را می‌توانیم «لا» و شناسایی کنیم.



آقای شهبازی: آفرین!

خانم الهه: بله. در غزل شماره ۲۰ می‌فرمایند.

فرمود ربّ العالمین با صابرانم همنشین ای همنشینِ صابران افرغْ عَلَینَا صَبْرَنَا (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰)

یعنی خداوند به جهانیان فرمودند صابران امتداد من و از جنس من هستند. «اَفْرَغْ عَلَینَا صَبْرَنَا» یعنی بر ما شکیبایی ببار. و صدایم را دارید استاد؟

آقای شهبازی: خیلی خوب، بله.

خانم الهه: بله. خیلی ممنون. در برنامهٔ پربار هفتهٔ پیش، ۹۸۶. که خیلی زیبا بود، خیلی عالی بود. آخر بخش چهارم دو بیت خواندید از غزل ۵۸۸ که خیلی شگفت‌انگیز بود و من بسیار متقلب شدم که این بود:

تویی شاه‌ها و دیرینه، مقامِ توست این سینه نمی‌گویی کجا بودی؟ که جان بی‌تو نزار آمد

شهم گوید در این دشتم، تو پنداری که گم گشتم نمی‌دانی که صبر من غلافِ ذوالفقار آمد (مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۸۸)

مقام: محل اقامت
نزار: ضعیف، ناتوان

استاد تفسیرش هم می‌توانم بگویم؟

آقای شهبازی: بله. پس چه؟

خانم الهه: [خندهٔ خانم الهه] یعنی خدایا اصل دیرینه تو هستی این سینه من جای تو است نه چیزهای گذرا و جسم‌ها. به من نمی‌گویی کجا بودی که جان من ضعیف و ناتوان شده بدون تو، از فراق تو؟ خداوند می‌فرماید من همین‌جا هستم تو در ذهنت می‌پنداری که من گم شده‌ام، ولی صبر من اگر تو فضا را باز کنی، صبر کنی، ذوالفقار حضور تو از آن‌جا بیرون می‌آید، هشیاری تمییزدهنده از آن فضا بیرون می‌آید و خودت می‌توانی راه را پیدا کنی.



آقای شهبازی: بله، عالی!

خانم الهه: و در همین برنامه چهارشنبه که خیلی زیبا بود، باز یک بیت خیلی زیبا از صبر شما خواندید.

چون ز بی‌صبری قرین غیر شد
در فراقش پرغم و بی‌خیر شد
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۱۷)

بی‌خبر: بی‌بهره

از دفتر ششم، که خیلی زیبا بود.

آقای شهبازی: بله، بله. این بیت خیلی خیلی مهم است. بله، یک بار دیگر بخوانید.
خانم الهه: بله.

چون ز بی‌صبری قرین غیر شد
در فراقش پرغم و بی‌خیر شد
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۱۷)

بی‌خبر: بی‌بهره

آقای شهبازی: آفرین!

خانم الهه: خیلی زیبا بود استاد، این بیت بسیار تأثیرگذار و عالی یعنی اصلاً یک چیز خیلی خاص.

آقای شهبازی: ممنونم.

خانم الهه: بعد استاد ببخشید وقتتان را می‌گیرم، دیروز یک اتفاقی برای من افتاد. من ماشینم در پارک بود.

بعد، یک ماشینی به شدت یعنی با یک سرعت خیلی زیاد تصادف کرد با ماشین من. من بعد از نیم ساعت متوجه شدم، رفتم دیدم ماشینم را. من یک لحظه متقبض شدم. یک لحظه باور کنید خیلی کوتاه. یک کم منقلب شدم، متقبض شدم، ولی خیلی سریع استاد به خودم آمدم، یعنی خیلی سریع توانستم خودم را جمع و جور کنم که این‌ها همه‌اش به هر حال بازی‌های ذهن هست. ما این‌ها را مالکش نیستیم. یعنی ما فقط می‌خواهیم یک مدتی از این‌ها استفاده کنیم، همه این‌ها را باید بگذاریم و برویم.

آقای شهبازی: بله. همین‌طور است.

خانم الهه: بله خدا را شکر من خیلی راحت به خودم آمدم. توانستم خودم را جمع و جور کنم، خیلی خدا را شکر کردم. این بیت یک لحظه در ذهن من آمد که.

هرکه را فتح و ظفر پیغام داد



پیش او یک شد مُراد و بی‌مُراد

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۵۹)

هرکه پائندان وی شد وصل یار او چه ترسد از شکست و کارزار؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۶۰)

ظَفَر: پیروزی، کامروایی
پائندان: ضامن، کفیل

آقای شهبازی: خیلی زیبا! بله، بله.

خانم الهه: بله این بیت خیلی زیبا است و این آمد در ذهن من، من سریع خودم را جمع و جور کردم. یعنی خیلی توانستم بپذیرم، بپذیرم، فضا را باز کنم.

آقای شهبازی: عالی، عالی، عالی خانم!

خانم الهه: بله، خدا را شکر. استاد ببخشید وقتتان را زیاد گرفتم.

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

خانم الهه: استاد بی‌نهایت سپاس‌گزار هستم از زحمات بسیار زیادی که شما می‌کشید. چقدر زحمت. مخصوصاً استاد آن برنامه‌های آخر شما من می‌بینم که چقدر چقدر خالصانه برای ما زحمت می‌کشید.

خانم الهه: خدا حفظتان کند. خدا حفظتان کند.

آقای شهبازی: خیلی ممنون. ممنونم، شما هم موفق باشید.

خانم الهه: ان‌شاءالله همیشه سلامت باشید، که هستید.

آقای شهبازی: شما هم همین‌طور.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم الهه]



۲۵- آقای علی از بندرعباس

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای علی]

آقای علی: تشکر می‌کنم از تلاش‌های شما و پیام‌ها، خدا را شکر.

آقای شهبازی: از پیام‌ها یاد می‌گیرید علی آقا؟ از پیام‌ها یاد می‌گیرید شما؟

آقای علی: بله استاد خیلی. من مشتری پر و پا قرص برنامه‌های روز جمعه هستم واقعاً، چندین سال است.

آقای شهبازی: خیلی مفید است این پیغام‌های مردم. شما می‌بینید این زیبایی‌اش به این است که هر کسی که این موضوع را درک کرده به زبان شیرین خودش، ساده خودش می‌گوید. ما از زبان‌های مختلف می‌شنویم این پیغام را. در نتیجه هم متنوع است، هم قابل فهم است، هم زیباست.

این‌طوری نیست که فقط یک نفر بگوید و ما بگوییم آقا نصف حرف‌های این شخص را ما نمی‌فهمیم. این تنوع بیان وجود دارد، زندگی می‌تواند به صورت‌های مختلف از مردم صحبت کند و این یک موهبتی است، یک بخششی است، عالی است. بفرمایید.

آقای علی: بله.

بهر اظهارست این خلق جهان
تا نماند گنج حکمت‌ها نهان
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۰۲۸)

آقای شهبازی: آفرین!

آقای علی: بله، آفرین بر شما! جناب شهبازی آغاز کار من در این جهان با سبب‌سازی بوده. یعنی من فهمیدم برای به‌دست آوردن هر چیزی باید چکار کنم. اگر توپ می‌خواهم، خب این کار را می‌کنم. اگر می‌خواهم در کنکور قبول شوم، این کار را می‌کنم. پوشیده نیست که این سیستم شخص بنده را مثلاً در بیست و شش سالگی به بن بست کامل رساند. خدا را شکر که برنامه گنج حضور هست و به من یادآوری کرد که هدف خلقتم چیست. اما یک خطری بزرگ و نزدیک به من هست و آن هم این است که در راه تبدیل هشیاری باز هم از همان سبب‌سازی‌های ذهن استفاده کنم به‌جای فضاگشایی، به‌جای بازی گرفتن اتفاق این لحظه. و این فن من ذهنی است. برای خنثی کردن این فن من یک سری ابزار دارم از جناب مولانا، این‌ها را هر روز تکرار می‌کنم، هر روز تکرار می‌کنم. یک تعدادی‌اش را گلچین کردم، تقدیم حضورتان می‌کنم.

دَمِ او جان دَهَدَتِ رُو ز نَفَخْتُ بپذیر
کارِ او کُنْ فیکون است نه موقوف علل
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۴۴)

نَفَخْتُ: دمیدم



تو سَبَبِ سازی و دانایی آن سُلطانِ بین
آنچه مُمْکِن نَبُود، در کَفِ او امکانِ بین
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰۰۲)

جمله قرآن هست در قطع سبب
عزّ درویش و، هلاک بولهب
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۵۲۰)

ای طالب خوش‌حمله، من راست کنم جمله
هر خواب که دیدستی، هر دیگ که پُختستی
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۸۲)

دیگ پختن: کنایه از تهیه کردن مقدمات کار، به ویژه مقدمات حادثه‌ای را فراهم کردن.

چون دید که می‌سوزم، گفتا که قلاووزم
راهیت بیاموزم، کان راه نرفتستی
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۸۲)

قلاووز: راهنما، پیشرو لشکر

شمس باشد بر سبب‌ها مُطَّلَع
هم از او حبل سبب‌ها مُنْقَطِع
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۱۱۱)

حبل: ریسمان

البته ابیات زیاد هستند جناب شهبازی، نمی‌خواهم بیش از این وقت بگیرم. ممنونم که توجه کردید.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، ممنونم، عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای علی]

♦ ♦ ♦ پایان بخش سوم ♦ ♦ ♦



۲۶- خانم محبوبه از قم

[سلام و احوال‌پرسی خانم محبوبه و آقای شهبازی]

خانم محبوبه: آقای شهبازی، یک نکته‌ای که می‌خواستم خدمتان عرض کنم از اثرگذاری بیتی که الان روی صفحه مانیتور هست و:

بی‌مرادی شد قلاووز بهشت حُفَّتِ الْجَنَّةُ شَنُو اِی خوش‌سرشت (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

قلاووز: پیش‌آهنگ، پیش‌رو لشکر

من مدت طولانی بود روی این بیت کلید کرده بودم به‌قول معروف، خیلی داشت روی من کار می‌کرد، و این‌که اثرات خیلی زیادی با آن دیدم. بعد متوجه شدم که گاهی اوقات در معنی و مفهوم مقاومت می‌ماندم که با خودم یک چالش داشتم مقاومت یعنی چه؟ چه‌جوری این مقاومت می‌خواهد خودش را به من نشان بدهد؟

بعد وقتی که این بیت روی من کار می‌کرد خب متوجه می‌شدم دیگر، مثلاً در چالش‌هایی که در روز برایم به‌وجود می‌آمد همه‌اش یک چیزهایی بود که من می‌خواستم و نمی‌خواستم، یعنی دائم من مابین این خواستن و نخواستن بودم. بعد فهمیدم که بله این‌ها خود بی‌مرادی است که، و مقاومت است که آن خواستن و نخواستن به‌وجود می‌آید و این‌که من باید با این بی‌مرادی بتوانم زنده بشوم یا «عاشقان از بی‌مرادی‌های خویش».

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

آقای شهبازی: بله.

خانم محبوبه: آن بیت روی من کار کند. بعد این بیت خیلی به من کمک کرد و این‌که به طبع این بیت هم باعث شد که من به یک نکته دیگری برسم، آن هم این بود که شادی بی‌سبب را من تجربه نکرده بودم. یعنی بعد این‌که بی‌مرادی‌ها روی من کار می‌کرد، هر روز می‌گذشتم از اتفاق‌ها خب نه، این یک بی‌مرادی، این بی‌مرادی گنج نهان است، این دارد ارزش به من می‌دهد.

پله‌پله می‌رفتم جلو و این‌که شادی بی‌سبب را تجربه می‌کردم. ابتدا هم که این شادی می‌آمد باز می‌رفتم در درون، در فکر خودم که چه شده که من این‌قدر الان خوشحالم! چه اتفاقی؟ چه، چه چیزی گفته که الان مثلاً من یک



جوری خوشحالم که برایم یک کم عجیب بود. باز دنبال آن سبب بودم که اصلاً اگر الآن حال من خوب هست، من دنبال سبب بودم، به‌خاطر چه این‌جوری شد؟!

یک مدت هم در همین فکر بودم تا این‌که به لطف خدا متوجه شدم که، یک‌دفعه به خودم گفتم که محبوبه این همین شادی بی‌سبب است، الآن این‌که تو الآن خوشحال هستی، نمی‌دانی چه است، ولی یک جورهایی خنده از ته دل بود، یک خوشحالی قلبی بود که هی به آن فکر می‌کردم که خب مثلاً چه شد من این‌قدر خوشحالم؟! آهان رفتم حتماً فلان‌جا این اتفاق افتاد، بعد به‌مرور زمان دیدم که نه! بله این شادی بی‌سبب هم همین است.

در بعد از این بی‌مرادی‌ها و این مقاومت نکردن که برای من به‌وجود آمد، من به یک شادی بی‌سبب رسیدم، بعد یک حال خیلی خوشی بود، یک انرژی خیلی مضاعفی بود که فقط فهمیدم که بله این اثر آن سبب‌ها نیست، شخص یا اتفاق نیست. بنابراین خیلی متشکرم از شما به‌خاطر آموزش‌های خیلی خوبتان و این‌که، همین استاد تشکر.

آقای شهبازی: ممنونم، لطف فرمودید. عالی!

خانم محبوبه: از پیغام‌های دوستان خوبم هم تشکر می‌کنم، بسیار آموزنده است.

[خداحافظی خانم محبوبه و آقای شهبازی]



۲۷- خانم دیبا از کرج

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم دیبا]

آقای شهبازی: خیلی وقت است زنگ نزدیدی شما خانم دیبا!

خانم دیبا: بله، من خیلی تماس می‌گیرم. هفته پیش آمدم تماس را بزمن دکمه قطع را زدم. اصلاً خیلی ناراحت شدم ولی گفتم باید بپذیرم، این هم یک بی‌مرادی است.

آقای شهبازی: [خنده آقای شهبازی] خیلی ممنون. بفرمایید، خواهش می‌کنم.

خانم دیبا: عاشقانه دوستتان دارم، از خانواده گنج حضور سپاس‌گزارم. به‌به از این باغی که شما بنیاد کردید و ما راه می‌رویم در این باغ از بوی گل‌های بچه‌ها، جوانان، دوستان گنج حضور، برنامه آپ گنج حضور ۲ (application Ganjehozour2) که شما درست کردید خیلی ما را راحت کرده، یعنی ما مادرها که خیلی کار داریم با این برنامه می‌توانیم راحت با هندزفری همه‌جا به برنامه‌مان وصل باشیم و هیچ بهانه‌ای نداریم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم دیبا: شما ماشاءالله پخش هشیاری را، این گل‌های زیبا را ما به هر طرف می‌چرخیم دسترسی داریم به این برنامه. خیلی سپاس‌گزارم. خدایا، شکر برای مولانا، برای شما.

آقای شهبازی: ممنونم.

خانم دیبا: در برنامه ۹۸۵ شما گفتید یک انشائی بنویسید در مورد غزل ۱۱۳۴ مولانا که سؤال می‌کند:

چرا ز قافله یک کس نمی‌شود بیدار؟

که رخت عمر ز که باز می‌برد طرّار؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۱۳۴)

طرّار: دزد

من یک متن کوتاهی نوشتم که من چگونه در خواب هستم و چرا بیدار نمی‌شوم؟

آقای شهبازی: بله، بفرمایید.

خانم دیبا: وقتی من خودم را یک کس جدایی می‌بینم و برایم دردهای دیگران مهم نیست، این خواب بودن من را نشان می‌دهد، ضعیف بودن هشیاری من را نشان می‌دهد، عدم مسئولیت من را نشان می‌دهد و قشنگ نشان



می‌دهد که من در خواب هستم. پس باید برایم خیلی مهم باشد که خودم به خودم کمک کنم تا هشیاری‌ام بالا برود و از این خواب سنگینی که سالیان سال من در خواب بودم الآن بتوانم جبران بکنم.

۱. وقتی دروغ می‌گویم محرم زندگی نیستم و در خواب هستم. با ابیات زیبای مولانا هم کنارش چاشنی می‌گذارم آقای شهبازی.

سوی حق گر راستانه خَم شوی
وارهی از اختران، مَحْرَم شوی
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۵۸۳)

وقتی عیب‌های دیگران را می‌بینم، در خواب هستم و نمی‌دانم که روزی همان عیب از من فاش می‌شود.

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

بوک: باشد که، شاید که

وقتی متعهد نیستم که مرکز عدمم را دیده‌بانی کنم، در خواب هستم.

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

وقتی تمرکز روی خودم نیست و چشمم مثل زاغ می‌دود این‌ور و آن‌ور و دیگران را زیر نظر می‌گیرد، در خواب هستم.

مولانا می‌گوید:

چون کرد بر عالم گذر، سلطان مازاغ البَصَر
نقشی بدید آخر که او بر نقش‌ها عاشق نشد
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۲۳)

وقتی با سبب‌سازی ذهن باید و نباید می‌کنم و برای خدا شریک می‌سازم، در خواب هستم.

این باید و آن باید، از شرک خفی زاید



آزاد بُود بنده، زین وسوسه چون سوسن

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۸۸۳)

وقتی من ذهنی من «عالی‌گردن» است، در خواب هستم.

تا که این دیوار، عالی‌گردن است

مانع این سر فرود آوردن است

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۱۰)

تا وقتی شهوت تعلیم دیگران را دارم و یا هر شهوت دیگری دارم، در خواب هستم.

منصب تعلیم نوع شهوت است

هر خیال شهوتی در ره بُت است

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۱۷)

همچنین هر شهوتی اندر جهان

خواه مال و، خواه جاه و، خواه نان

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۵۷)

تا وقتی که غم‌ها را رها نمی‌کنم و از ترس این‌که یک روزی ذلیل نشوم با ذلت زندگی می‌کنم، در خواب هستم.

جمله‌شان از خوف غم در عین غم

در پی هستی فتاده در عدم

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۰۷)

گفت: رُو، هرکه غم دین برگزید

باقی غم‌ها خدا از وی بُرید

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۱۳۷)

انشاءالله که ما فقط غم دین را انتخاب بکنیم تا خدا غم‌های ما را ببرد. و بسیار هستند ابیات دیگری، من طولانی دیگر نمی‌گویم. ولی یک بیت خیلی زیبایی دارم تقدیم می‌کنم به شما که من را رها کردید از آن ذلت خودم، ذلیلی خودم، ظلمتی که در آن بودم.

آقای شهبازی، من چه بودم و چقدر تغییر کردم و چقدر تغییر من حال خوبی به من می‌دهد، حال خوبی به دیگران می‌دهد! مادر، خواهر، خانواده، فامیل، دوستان، جامعه هرجایی که می‌روم انگار عطر مولانا را به خودم زدم.



راحت شدم آقای شهبازی از خیلی چیزها. دیگر اصلاً هیچ‌چیزی روی من آن اثرها را ندارد. من یک آدم دیگری بودم، اصلاً آدم شدم آقای شهبازی، من آدم نبودم، من الان آدم شدم.

آقای شهبازی: خیلی خب.

خانم دیبا: و این بیت را تقدیم می‌کنم به دوستان عزیزم که بدانند.

آن رفت کز رنج و غمان، خم داده بودم چون کمان
بود این تنم چون استخوان در دست هر سگ‌ساره‌ای
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۴۳۹)

سگ‌ساره: سگ طبع

سگ‌ساره این‌جا اول من ذهنی خودم است و من‌های ذهنی جهان است که همه‌چیز روی من اثر می‌کرد. آدمی بودم رنجشی، پرتوقع، پول‌پرست، عاشق پول بودم، هیچ سیرمونی نداشتم. هرچه داشتم باز کم داشتم. اصلاً همیشه یک چیزی کم بود، همیشه آدم‌ها بد بودند، الان همه‌چیز برعکس شده. عاشق همه آدم‌ها هستم، همه را دوست دارم. همه‌چیز خوب است. اتفاقات جووری قشنگ می‌افتد، آقای شهبازی، گل‌های خانه من با صدای شما می‌رقصند، من رقص گل‌هایم را می‌بینم، خانه من شبیه گل‌خانه است. من چه‌جوری از شما سپاس‌گزاری کنم؟! درود بر مولانای جان.

آقای شهبازی: لطف دارید. ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم دیبا]



۲۸- آقای ابوالفضل از داراب با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای ابوالفضل]

آقای ابوالفضل: آقای شهبازی، بعد از صد و پنجاه بار زنگ زدن، خسته بودن، بعد با صدای شما که بله بفرمایید، عین خستگی‌ام درشد.

آقای شهبازی: [می‌خندند] ببخشید واقعاً، ببخشید می‌دانم.

آقای ابوالفضل: دستتان درد نکند، خدمت به خیلی‌ها کردید آقای شهبازی.

آقای شهبازی: لطف دارید، ممنونم.

آقای ابوالفضل: ما نوکر شما هستیم. با اجازه.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ ﴿۱﴾

مَلِكِ النَّاسِ ﴿۲﴾

إِلَهِ النَّاسِ ﴿۳﴾

مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ ﴿۴﴾

الَّذِي يُوسْوِسُ فِي صُدُورِ النَّاسِ ﴿۵﴾

مِنَ الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ ﴿۶﴾

«بگو: من پناه می‌جویم به پروردگار آدمیان، پادشاه آدمیان، اله یکتا و معبود آدمیان، از شر وسوسه شیطان، آن شیطان که وسوسه اندیشه بد افکند در دل مردمان، چه آن شیطان از جنس جن باشد و یا از نوع انسان. شیطان همان من‌ذهنی است آقای شهبازی. ما بیشتر اوقات دنبال دشمن خودمان می‌گشتیم ولی دشمن اصلی‌مان ذهن خودمان بود، من‌ذهنی خودمان بود.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

آقای ابوالفضل: درست است؟ من ابوالفضل نصر هستم، از داراب تماس می‌گیرم، استان فارس.

خدمت بزرگی کردید برای یکی مثل ماها، چراغی در خانه ما روشن شد آقای شهبازی، ممنون و متشکریم ما از شما.



آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

آقای ابوالفضل: خلاصه آقای شهبازی، زنده باشید، ما در تاریکی تاریکی، در تاریکی تاریکی یک لحظه یک چراغ روشن شد در خانه‌مان به نام گنج حضور، همه دنبال گنج می‌گردند، دنبال گنج و پول و این چیزها هستند اما گنج اصلی، گنج حضور است گنج حضور، حضور آدمیت، مرسی و ممنون که خدمت بزرگی کردید به جامعه، به یکی مثل ماها، دستتان درد نکند.

آقای شهبازی: عالی، عالی! ممنونم که نگاه می‌کنید و تلفن قطع شد البته.

بله، این دانش نبوده و من با توجه به سابقه کودکی و جوانی‌ام که در جاهای کوچک بوده، می‌دانم که این دانش در مخصوصاً جاهای کوچک نیست، در روستاها و شهرهای کوچک نیست. همچو دانشی، البته هیچ‌جا نیست. این دانش، دانش خاصی است، غیر از دانش کتابی است و خدا را شکر که مقداری از این دانش به وسیله همین اگر اسمش را بگذارید تلویزیون پخش شده و خدا را شکر که شما قبول کردید و توجه کردید، استفاده می‌کنید و هرچه بیشتر استفاده کنید زندگی‌تان باز هم بهتر خواهد شد، باز هم بهتر خواهد شد، ما هیچ‌جا نباید بایستیم، هی باید شکر کنیم جلو برویم.



۲۹- خانم مهوش از اصفهان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم مهوش]

خانم مهوش: مهوش هستم از اصفهان زنگ می‌زنم.

آقای شهبازی: بله مهوش خانم، بفرمایید. خوشحال هستم که این قسمت را اضافه کردیم شما زنگ بزنید، بفرمایید.

خانم مهوش: خدا حفظتان کند، زنده باشید ان شاء الله. جناب شهبازی، من یکی از شاگردهای بی‌ادب و رمیده و عرض کنم که خلاصه یکی از شاگردهای آخر کلاس شما هستم.

از بیندگانی هستم که وقتی شما تلویزیون خودتان را افتتاح نکرده بودید، من برنامه‌هایتان را در تلویزیون‌های مختلف می‌دیدم و این یک بستر گسترده‌ای در زندگی من بود و یک جوی روانی بود که هر دفعه وقتی خودم را می‌آوردم در آن جو، از مواهبش استفاده می‌کردم، بهره‌مند می‌شدم ولی همچنان گوشه‌چشمی به سایر چیزهایی که متداول بود، داشتم. هر از گاهی برنامه‌های دیگر، کلاس‌های دیگر، دوره‌های دیگر با هزینه‌های سنگینی می‌پرداختم و مجدداً خدا را شکر، با سپاس از خداوندگار هستی که سر من را به سنگ‌های بی‌مرادی شدیدی می‌زد و مجدد برمی‌گشتم.

این اواخر من پندار کمال گرفتم و به واسطه این پندار کمال دست به اقداماتی زدم که به هر حال ان شاء الله جبران می‌شود، امیدوار هستم، نشد هم که مقدرات هستی است و این که من را به این مسیر کشانده و این راهی است که با انتخاب خودم جلوی پای خودم گذاشتم.

اما همچنان امیدوارانه و از آدم‌هایی هستم که هرچه دارم خداوند برایم می‌راند و به عبارتی خداوند که نمی‌راند! اعمال خودم، رفتار خودم من را به بی‌مرادی‌های شدید می‌کشاند، منتها باز امیدوارانه، باز امیدوارانه، آن آرایش عجوزه را از خودم سعی می‌کنم برانم و همچنان زلیخاوار امیدوارم به لطف یوسف هستی که باز من را به این مسیر بیاورد.

من قدردان و سپاس‌گزار شما هستم که همه‌جوره، همه‌جوره در حمایت ماها هستید و هرگونه رمیدگی ما با تمام برنامه‌های خوب شما و وسایل مختلفی که در اختیار ما از طریق برنامه‌تان گذاشتید. امکانات وسیعی که به ما دادید، یعنی همه راه‌های ممکن را برای ایجاد ارتباط برایمان فراهم فرمودید. من قدردان و سپاس‌گزار وجود مبارکتان هستم در این ایام شکرگزاری که این چنین بستر گسترده‌ای را برای ما فراهم کردید و این قدر ما را



امیدوار کردید که به هر شکلی، به هر شکلی ما از درگاه مولانا و درگاه خداوندگار هستی به هر صورتی خودمان را می‌رمیم، ولی باز امیدوارانه ما را در این مسیر می‌آورید.

امیدوار هستم که بتوانم شاگرد خوبی برای شما و برای مولانا باشم و روسفید از زندگی بتوانم سپاس و قدردانی‌ام را نثار هستی بکنم.

آقای شهبازی: عالی!

خانم مهوش: مسئله مهمی که هست آقای شهبازی جزو تجربه‌های خودم، قانون جبران هست یعنی این قانون را ما واقعاً ساده نگیریم، قانون بسیار عمیقی است.

و وقتی خوب جایگاه لغزشم را می‌بینم، می‌بینم که آن‌جاهایی هست که قانون جبران را به‌خوبی اجرا نکردم. مهم‌ترین مسئله‌ای که اجرا نشده از طرف من، کار نکردن همه جانبه روی خودم بوده، و الآن اثراتش را دارم می‌بینم. وقتی که من فقط دو روز روی خودم همه جانبه کار می‌کنم، تمام روزنها را که باعث فرار آگاهی من، هشیاری من و نفوذ هشیاری من در راه‌هایی به من‌ذهنی و سبب‌سازی‌های ذهنی می‌شود به هر طریقی با تکرار ابیات می‌بندم، می‌بینم که چه گشایش‌هایی می‌شود.

اصلاً مثل این‌که تمام هستی ایستاده که تمام آن خرابکاری‌های من را درست بکند و من را باز به راه بیاورد. واقعاً کار کردن روی خودمان، بعد از آن حمایت مالی که هست، کار کردن روی خودمان و جدی گرفتن این مسئله، این‌جا خیلی آدم دچار دوگانگی می‌شود که این مسئله درعین بسیار ساده بودن چقدر پیچیده و سنگین است و جز عنایت الهی هیچ‌چیز نمی‌تواند دست آدم را بگیرد و در این مسیر آدم را پایدار نگه دارد.

باز هم سپاس‌گزارم، باز هم قدردانم و امیدوارم که بتوانم به‌عنوان یک انسان زنده‌شده به حضور بتوانم شکرگزار زحمات شما و زحمات مولانای عزیز باشم.

آقای شهبازی: ممنونم. خیلی زیبا.

خانم مهوش: سپاس‌گزارم، خدا حفظتان کند.

[خداحافظی آقای شهبازی با خانم مهوش]



۳۰- سخنان آقای شهبازی

بله ایشان می‌گویند در اجرای قانون جبران روی خودم کار کنم، چقدر درست می‌گویند. ما هر روز باید بسنجیم که آیا قانون جبران را در مورد چهار بُعد خودمان انجام می‌دهیم یا نه؟ اول بدنمان، آیا من غذای خوبی به این بدن می‌دهم؟ چیزهای مضر را نمی‌خورم؟ غذای مناسب بدنم را می‌خورم؟ ورزش به اندازه کافی می‌کنم؟ گاهی اوقات قدر بدنمان را نمی‌دانیم و این را خراب می‌کنیم، این زیر پا گذاشتن قانون جبران است.

یک نگاهی به فکرهایم ببندازم، آیا قرین‌هایی دارم که فکرها منفی را به من تلقین می‌کنند؟ کیفیت فکرها من چگونه است و چرا؟ فکرها لطیف می‌کنم؟ شعرهای مولانا را می‌خوانم؟ شعرهای مولانا، فکرها زیبا در من به وجود می‌آورد؟ چون این فکرها روی بدن من اثر می‌گذارد، روی همه چیز من اثر می‌گذارد.

آیا به اندازه کافی توجه به قرین دارم؟ یا هر کسی می‌تواند بیاید یک چیزی بگوید و حال من را بد کند و من آیا مواظب بُعد دیگرم که بُعد هیجانی است، هستم؟ من می‌بینم الآن چه جور احساساتی دارم، احساسات عشقی است، از درون من می‌آید، شادی بی‌سبب است، فضاگشایی است یا نه در مقابل یک چیزی مقاومت می‌کنم، حالم خراب می‌شود، خشمگین می‌شوم، می‌ترسم، حسادت می‌کنم؟

خُب، این‌ها اگر به بدن شما وارد بشود، بدن شما را خراب می‌کند، فکر شما را خراب می‌کند، این قانون جبران می‌خواهد، که مرتب روی خودتان کار کنید. آیا این جان من، همین جان ذهنی است؟ این جان ذهنی موقعی است که شما با زیاد و کم شدن چیزها، چیزهایی که با آن‌ها هم‌هویت هستید زیاد و کم می‌شود. هی جان ما زیاد می‌شود، کم می‌شود، یک دفعه متوجه می‌شویم بزرگ شدیم، یک دفعه کوچک می‌شویم، جان ما هم زیاد و کم می‌شود، این درست نیست!

آیا حواسم هست که قانون جبران را نسبت به بیرون انجام می‌دهم؟ مثلاً کسی کاری برای ما می‌کند، این کار ارزش دارد، ارزش پولی دارد، این که من بگویم دست شما درد نکند، خدا حافظ! دیگر مردم نمی‌کنند، من باید به اندازه همان جبران کنم، دست به عمل بزنم، و به همین صورت است، یک دفعه می‌بینید آدم‌هایی که به ما کمک می‌کردند دیگر نمی‌کنند، تنها می‌مانیم، چرا؟ برای این که ما ثابت کردیم مفت‌خور هستیم. مردم به مفت‌خوران، زیرکان کمک نمی‌کنند.

آیا من زیرکی‌ام را می‌بینم، کنترل می‌کنم؟ زیرکی یک بُعدی است از پندار کمال، پندار کمال فکر می‌کند خیلی زیرک است. زیرکی همیشه به ضرر ماست، برای این که سبب می‌شود ما قانون جبران را انجام ندهیم. آیا من سنگ تمام می‌گذارم، یک کاری به من می‌سپارند، این را تا آن جایی که مقدور است زورم را می‌زنم، توانایی‌ام را



می‌گذارم که به بهترین صورت انجام بدهم یا نه همین‌طوری سر و ته آن را هم می‌آورم و پولم را می‌گیرم می‌روم؟ دیگر کار به من نمی‌دهند، مردم می‌فهمند. هرچه می‌کشیم از قانون جبران می‌کشیم.

شما ممکن است یک همسر خوبی داشته باشید، مهربان باشد، باسواد باشد، کاری باشد، یک‌دفعه قدرش را ندانید و از دست بدهید. ممکن است یک مدیر خوبی داشته باشید، ممکن است یک کار خوبی داشته باشید، ممکن است یک مشتری خوبی داشته باشید که بگویید این مشتری دیگر می‌خرد من هر روز قیمت را ببرم بالا، یک‌دفعه می‌بینید نخرید! چکار می‌کنید؟

خیلی‌ها به همین ترتیب مشتری‌هایشان را از دست می‌دهند، می‌گویند کار ما گرفته دیگر! قیمت را دوباره می‌کنیم یک‌دفعه دیدند مشتری یک‌سوم شد! فردا می‌بینید مغازات را می‌بندید! چه شد؟! قانون جبران را انجام ندادید.



۳۱- خانم زهرا از زاهدان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم زهرا]

خانم زهرا: نوبت به ما هم رسید آقای شهبازی.

آقای شهبازی: ببخشید، واقعاً می‌دانم شما گرفته‌اید و نشده دیگر.

خانم زهرا: خیلی خوشحال هستم آقای شهبازی از پیغام‌های دوستان.

آقای شهبازی: والا من سعیم را می‌کنم، هم شما بدانید هم بقیه مردم، من سعیم را می‌کنم. الآن هم بیشتر از چهار ساعت است و این نورها به چشم آدم می‌خورد، و گرنه من پنج شش ساعت می‌توانستم این‌جا بنشینم. این گوش کردن در این‌جا و نگاه کردن، بیشتر چشم را خسته می‌کند تا خودت حرف بزنی، یک ذره هم تکان بخوری، توجه می‌کنید؟ این است که من را می‌بخشید دیگر، دیگر بیشتر از این نمی‌توانیم. بفرمایید.

خانم زهرا: خواهش می‌کنم. چقدر دلم برایتان تنگ شده بود آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم زهرا: معجزه شد امشب من توانستم تماس بگیرم. خدا را شکر. به‌رحال اجازه اگر بدهید متن زیاد هست، ولی حالا یک متنی را انتخاب کردم اگر اجازه بدهید بخوانم.

با درود و سپاس بر تمامی کائنات عالم هستی و آقای شهبازی نازنین.

موضوع: «چرا گفتن‌های خداوند با من»

به نام خداوند عشق.

از چه بگویم که خداوند و زندگی و افسار بزرگ مرا شهر به شهر چرخاند تا بپزاند و انگور و شیرازه وجودی‌ام را زیر مشت و لگدهایش بیرون بیاورد و در گوشم نجواها سر بدهد که «تویی فرزند جان، کار تو عشق است»، چرا رفتی و خودت را هرکاره کردی و هرجا سرک کشیدی و پاره‌پاره ساختی؟

مگر قرارمان یادت رفته است که «سلطان‌بچه‌ای» و «فرزند قمارباز»؟ که همانیدگی‌هایت را باید ببازی تا زیباروی ختنی را ببینی. «تو مرد نیک ساده‌ای»، چرا زر باارزش وجودیات را به دزدان داده‌ای؟ آن هم دزدان من‌ذهنی و هشیاری حضورت را گم.

«بیدار شو بیدار شو»، «تو برو خود را باش». «تا نخوانی لا و اِلَّا الله را»، «منهج این راه را» نمی‌توانی بیایی و پیدا کنی. تو زمان روانشناختی گذشته و آینده را رها کن، چراکه پرده این کارم است.



هست هشیاری، ز یاد ما مَضی
ماضی و مستقبلت، پرده خدا
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۲۰۱)

چرا هر صورتی را به دلت راه می‌دهی که از ندامت و ملامت همه به تو «دَه» می‌دهند و تو را از خودشان دور و
بیزاری می‌جویند.

صورتی را چون به دل ره می‌دهند
از ندامت آخرش دَه می‌دهند
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۴)

دَه دادن: منجر شدن

از این همه گفت‌وگو و حرف زدن خسته نشده‌ای؟ چرا صدایت را از من بلندتر می‌کنی و ارتفاع می‌گیری؟ چرا
نمی‌توانی «اَنْصِتُوا» را رعایت کنی؟

این سگان گرّاند ز امر اَنْصِتُوا
از سَفَه، وَغ وَغ کَنان بر بَدَر تو
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۶۶)

خاموش که گفت نیز هستی ست
باش از پی اَنْصِتُواش اَلْکَن
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۹۳۴)

دهانت را ببند، گنگ و لال شو و بگو نمی‌دانم و نمی‌توانم.

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

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

مگر نمی‌دانی که زندگی‌ات یک فی‌البداهه نوازی است و هر لحظه و هر ساعت یک شیوه‌نویسی را ارائه می‌دهم که
نادرتر و شیرین‌تر از شیوه‌های پیشینم می‌باشد و در هر بامداد کار تازه‌ای دارم و در شأن جدید هستم.

كُلُّ أَصْبَاحٍ لَنَا شَأْنٌ جَدِيدٌ



كُلُّ شَيْءٍ عَنْ مُرَادٍ لَا يَحِيدُ

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۶۴۰)

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

و با قانون کن‌فکانه کار می‌کنم و دم ایزدی‌ام در همه چیز ساری است و جاری. «نَفَخْتُ» ام را بپذیر تا جان تازه‌ای در تو دمیده شود. دم ایزدی‌ام روح‌بخش است و جان‌فزا.

دَمِ او جان دَهَدَت رَو ز نَفَخْتُ بَیْذِرِ کارِ او کُنْ فیکون است نه موقوفِ علل

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۴۴)

نَفَخْتُ: دمیدم

چرا علل‌های ذهنی و سبب‌سازی‌های آن را تعطیل نمی‌کنی؟ دست از پندار کمالیت بردار. علتی بدتر از پندار کمال نیست در جان تو ای ذودلال و ای صاحب کِرِشمه. چرا دست از این تکبر و خودخواهی‌ها و مُعْجَبِی من‌ذهنی بر نمی‌داری؟ آیا می‌دانی که با تو چه کارها که نمی‌کند؟ از دل و از دیده‌ات خون‌ها جاری می‌سازد و تو را به زمین می‌زند. و این‌که من از همگان برترم را مانند ابلیس و شیطان بزرگ کنار بگذار. این مرض همانیدگی‌ها بیماری‌ست.

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

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۷۷)

و این بیماری مُسری است و قابل انتقال که از طریق قرین و ارتعاش منتشر می‌شود و همگان را تحت تأثیر قرار می‌دهد. چرا از پیامبر این کیمیا را نمی‌آموزی که هرچه برایت می‌فرستم رضا دهی و راضی باشی. شُکر کن و صبر را در پیش بگیر که صبر پرده‌های دید غلط دویی من‌ذهنی را می‌سوزاند و فضای درون را گشوده و شرح صدر را به تو عنایت.

بیاموز از پیامبر کیمیایی که هر چت حق دهد، می‌ده رضایی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۷۵)

این دو ره آمد در روش یا صبر یا شُکرِ نعم
بی شمع رویِ تو نتان دیدن مرین دو راه را



(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱)

نَتان: نتوان

پرده‌های دیده را داروی صبر هم بسوزد هم بسازد شرح صدر (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۷۱)

نناز، شکوه نکن و نگو که:

ناله از اخوان کنم یا از زنان؟ که فکندندم چو آدم از جنان (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۰۱)

کار کن ای خواجه‌تاش و موقوف جذبه نباش. خدمت کن و خدمت‌رسانی را شعار و سرلوحه کارهایت قرار بده تا گره‌ای از مشکلات باز کنی و مشکل‌گشای گره دیگران باشی و بتوانی شاه و خداوند را، هم در زندگی و در دل و درونت و هم در زندگی و در دل و درون دیگران زنده گردانی و در مسیر زندگی فتح باب باشی و چرا هر رویداد و هر اتفاقی را «ضیف نو» و مهمان نمی‌دانی؟ مگو که در گردنم ماند که بی‌بهره می‌شوی و بی‌نصیب. پیغامش را دریافت کن.

و چرا مانند موسی باب صغیر تسلیم و فضاگشایی را در زندگی‌ات نمی‌سازی؟ گردن‌کشی و سرکشی من‌ذهنی را کنار بگذار. و چون مُردگان تسلیم شو و چشمانت را بر روی هر همانیدگی ببند تا خودت را در آن شهر کُهن و قدیمی عهد الست ببینی و بله‌گویانِ اتفاقات لحظه زندگی‌ات باشی.

کنون پندار مُردم آشتی کن که در تسلیم ما چون مُردگانیم (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۳۵)

تو ببند آن چشم و خود تسلیم کن خویش را بینی در آن شهر کُهن (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۱۱۳)

چرا به سوت‌زنان و کارافزایان توجه می‌کنی؟ تا این جهان بوده است و این گره زمین، از این جور افراد وجود دارد.

گفت مادر: تا جهان بوده‌ست از این کارافزایان بُدند اندر زمین



(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۲۹۸)

هین تو کار خویش کن ای ارجمند
زود، کایشان ریش خود بر می‌کنند
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۲۹۹)

ریش برکنندن: تشویش بی فایده کردن

چرا فرهنگ نو و جدید مُردن به من‌ذهنی را سرلوحهٔ زندگی شخصی و زندگی خانوادگی و اجتماعی قرار نمی‌دهی؟ چرا نمی‌خواهی که با کلاس و با فرهنگ باشی؟ آن هم از نوع جدید و خداگونه. دست از فرهنگ‌های کهنه و آداب و رسوم گذشته بردار. بدان که تو سخت بینا هستی و مجهز به دانایی و هشیاری من. و بدان که تنها یک فرهنگ وجود دارد، آن هم مُردن به من‌ذهنی است.

غیر مُردن هیچ فرهنگی دگر
درنگیرد با خدای، ای حيله‌گر
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۸۳۸)

یکی فرهنگ نو بر آر ای اصل دانایی
ببین تو چاره‌ای از نو که الحق سخت بینایی
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۶۲)

چرا از دست و پا زدن‌های الکی دست برنمی‌داری؟ جهد‌های بی‌توفیق و جهد فرعونی انجام مده، تفتیق می‌کنم و پاره.

جهد فرعونی، چو بی‌توفیق بود
هرچه او می‌دوخت، آن تفتیق بود
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۸۴۰)

تفتیق: شکافتن

خداوندا یاری اندر کس نمی‌بینم، یاران را چه شد؟ کجایند؟ و چرا دیگر از آن‌ها یاری نمی‌گیرم؟ این من‌های ذهنی همراه با رنگ و لعاب‌هایشان نمی‌توانند مرا یاری رسانند. خداوندا خودت مرا یاری کن و حمایت و هدایت و عنایت. و چنان قدرتی به من عطا فرما که لحظه‌ای از تو دور نگردم و اگر به کسی یا چیزی بنگرم مقصود و بهانه و هدفم تو باشی نه چیز دیگری و نه کس دیگری. لحظه‌ای توجه زنده‌ات را از من دریغ مدار.

بگردان ساقیا آن جام دیگر
بده جان مرا آرام دیگر



(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۰۴۵)

پس بنابراین:

از مقامات تَبَتَّل تا فنا
پایه پایه تا ملاقات خدا
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۲۳۵)

تَبَتَّل: بُریدن و اِخلاص داشتن
فنا: نهایت سیر اِلَى الله

و در پایان، وقتی که خرد بی‌منت‌های کائنات سرگرم کار است زندگی شخصی کوچک من زهرا را هم اداره می‌کند.

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

پر انرژی و سالم بمانید.

آقای شهبازی: خیلی ممنون. سلام برسانید به مادر و بقیه دوستان و فامیل و این‌ها.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم زهرا]



۳۲- خانم فاطمه از مازندران

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فاطمه]

خانم فاطمه:

نام من در نامه پاکان نوشت

دوزخی بودم ببخشیدم بهشت

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۱۰)

گر سر هر موی من یابد زبان

شکرهای تو نیاید در بیان

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۱۵)

چندین سال است با برنامه محشر و بی‌نظیر و خرد و دانش معنوی پربار گنج حضور آشنا شدم و به این یقین رسیدم که این راه صراط‌المستقیم با توکل به خدای مهربان و خدای رحمان، قانون جبران معنوی و مادی را رعایت کردم. عشق از قلبم به من وحی داد که این برنامه گنج حضور نور حق است، پولت و جان من‌ذهنیات را قربان کن، نترس، به بهترین جا پولت ریخته می‌شود.

بر ترس من‌ذهنی‌ام غلبه کردم و با جان و دل سر وقت هر ماه به ماه می‌پرداختم و از لذت بی‌پایان و بی‌کران معنوی و خردش بهره‌مند می‌شدم. عشق با جام شرابش جان تشنه من را سیراب می‌کرد. این طلب دست هم گروگان حق است.

خیلی عاشق طلا و پول بودم غافل از این‌که طلای حقیقی و کان و معدن زر گنج حقیقی در درونم مخفی و نهان بود. گنج حضور درونم بی‌نظیر است. وقتی طعم شیرین حضور را چشیدم، پول یک سرویس طلا را به بانک واریز کردم و هر ماه سودش را به برنامه گنج حضور هدیه می‌کردم.

بهترین هدیه‌ای بود که خدا نصیبم کرده بود، البته طبق قانون جبران اضافه بر آن هم عیدهای مختلف جبرانی می‌دادم. با تمرکز روی خودم کار می‌کردم، دست از کار در این راه برنمی‌داشتم.

خداوند قادر بهترین رزق و روزی‌دهنده هست. از القاهای من‌ذهنی نمی‌ترسیدم و با عزمی راسخ و اراده‌ای الهی با توکل به خدا توانستم عمل کنم، به این علم عمل کنم. تمام شد آقای شهبازی عزیز، تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی ممنون.



خانم فاطمه: ولی می‌خواستم تغییراتم را بیشتر بگویم.

تغییراتی که در طول این چند سال داشتم، از سال نود تا الآن با این برنامه آشنا شدم. از پیام دوستان خیلی متشکرم، خیلی تلاش کردند برایمان. شما هم تلاش می‌کنید و آن‌ها هم خیلی کمک می‌کنند، پیام‌ها به ما در کاربرد بر روی خود کار کردن کمک می‌کند به ما، دست همه‌شان درد نکند عزیزانی که پیام می‌آیند می‌دهند، باعث تغییرات عظیم در رفتار و اخلاق خودم شد، تغییرات عظیم در فرزندانم شده.

آقای شهبازی: شما می‌خواهید تغییراتتان را بگویید، چه تغییراتی؟

خانم فاطمه: چندین سال است در اثر بیماری نمی‌توانستم اصلاً چیزی بکنم، آن بیماری‌ام خیلی بهتر شده، تغییراتش بیماری‌ام بهتر شده، با این‌که تغییرات عظیم که از این برنامه و دانش کسب کردم باعث شد که روح و روانم، اخلاقم عوض بشود، بهتر بشود و خانواده از آن حالت دربیایند. رابطه‌ام با همسرم بهتر شد، رابطه‌ام با بچه‌هایم خیلی خیلی بهتر شد. رنجش‌هایم را بخشیدم، خودم و اطرافیانم را بخشیدم. اخلاقم خیلی بهتر شده و از شما واقعاً تشکر می‌کنم، دانش و خرد حضور نصیب ما کردید، دست شما درد نکند.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم فاطمه: الآن هم هول شدم، واقعاً نمی‌دانم چه بگویم.

آقای شهبازی: خیلی خب عیب ندارد، خیلی ممنون.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم فاطمه]

♦ ♦ ♦ پایان بخش چهارم ♦ ♦ ♦