

کنج ضرور

متن کامل پیام‌های تلفنی

۱-۹۸۸۸

اجرا: آقای پرویز شهبازی

تاریخ اجرا: ۱۰ 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 ۱-۹۸۸

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 ۱-۹۸۸		
الناز خدایاری از آلمان	شبیم 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
زهرا 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	خانم فاطمه از کرج	۵
۲	خانم طاهره از گلپایگان با سخنان آقای شهبازی	۱۰
۳	خانم‌ها گل‌آرا و دل‌آرا از اهواز	۱۴
۴	آقای آیدین از تورنتو	۱۸
۵	آقای کرمی از کرمانشاه	۲۱
۶	آقای کامران از شیراز	۲۲
۷	آقای حسین از بسطام	۲۸
-	♦ ♦ ♦ پایان بخش اول ♦ ♦ ♦	۳۰
۸	آقای پویا از آلمان	۳۱
۹	آقای علی از دانمارک	۳۵
۱۰	خانم یلدا از تهران	۳۸
۱۱	خانم فرزانه	۴۰
۱۲	خانم فرخنده از جوزدان نجف‌آباد	۴۲
۱۳	آقای کیان و خانم زهره از آمل	۴۴
۱۴	خانم‌ها زرین و تیارا و یکتا از زرین‌شهر	۴۸
۱۵	خانم سرور از گلستان	۵۲
۱۶	خانم پریسا از کانادا	۵۶
-	♦ ♦ ♦ پایان بخش دوم ♦ ♦ ♦	۶۰
۱۷	خانم فریبا از کرمانشاه	۶۱
۱۸	خانم پروین از اصفهان	۶۶



ردیف	پیام دهنده	صفحه
۱۹	خانم غزال از انگلستان	۶۸
۲۰	خانم مهردخت از چالوس	۷۲
۲۱	خانم‌ها زینب و میتراناز از بروجن	۷۵
۲۲	آقای مهران از کرج	۸۰
۲۳	آقای محمد از هلند	۸۳
۲۴	آقای کمال از سنندج	۸۶
۲۵	خانم دیبا از کرج	۸۹
-	پایان بخش سوم ♦ ♦ ♦	۹۱



۱- خانم فاطمه از کرج

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فاطمه]

خانم فاطمه: آقای شهبازی اول از همه یک خواهشی دارم اگر می‌شود یک ذره زودتر برنامه را شروع کنید، خیلی دیر می‌شود، الآن رسیده یک ربع به ده برنامه، اصلاً شاید دیگر نتوانم زنگ بزنم، به‌خاطر همین خیلی ناراحت هستم از این موضوع. اگر می‌شود یک ذره برنامه را زودتر شروع کنید.

آقای شهبازی: بله والله داریم سعی می‌کنیم بله، با توجه به برنامه‌های دیگری که داریم سعیمان را می‌کنیم، می‌دانم آن‌جا دیروقت است. شما بفرمایید خواهش می‌کنم.

خانم فاطمه: آقای شهبازی من جلسه پیش که با شما تماس گرفتم، راجع به امتحان صحبت کردم با شما. آخر پیام هم به خدا گفتم که هر امتحانی می‌خواهی با من بکن، من آماده‌ام. و خداوند هم قربانش بروم در این یک ماهی که گذشت امتحان بر امتحان برای من آورد. خدا را شکر می‌کنم در اکثر آن‌ها توانستم فضاگشایی را انجام بدهم و آن جریانی که می‌گفتید که درون آدم انگار یک گربه‌ای هست که چنگ می‌اندازد یا یک فشفسه‌ای هست که می‌پرد وقتی یک نفر به شما ناسزا می‌گوید، من آن را درون خودم خاموش دیدم و این را برای خودم پیشرفت می‌دانم در این زمینه.

آقای شهبازی: بله.

خانم فاطمه: خدا را بابتش خیلی شکر کردم. هول شدم. از صبح دارم با شما در مغزم حرف می‌زنم که چه‌ها را بگویم به آقای شهبازی، الآن دوباره زبانم بند آمده.

آقای شهبازی: [خنده آقای شهبازی]، خیلی خب، یک نفس عمیق بکشید خانم.

خانم فاطمه: آقای شهبازی می‌خواهم یک چیزی از داستان زندگی‌ام بگویم. این‌که من دوران مجردی زندگی بر وفق مرادی داشتم، دختر سرکشی هم نبودم، این‌جوری که پدر و مادرم می‌گویند از من راضی بودند، دختر خوبی بودم. به این مرحله ازدواج که رسید، من به‌جای این‌که خدا را در نظر داشته باشم، می‌خواهم بی‌پرده با شما صحبت کنم دیگر، من پول را در نظر گرفتم، و همسر خودم را یک آدم پولداری دیدم با این‌که اختلاف سنی‌مان چهارده سال است، و پیش خودم گفتم خب همه‌چیز دارد، پس می‌تواند یک زندگی آرامی برایم درست کند. دیگر من هم که دیگر اهل دوست‌پسربازی و عشق و عاشقی و این چیزها نبودم، سنتی ازدواج کردم.

آقای شهبازی بعد از ازدواج بی‌مرادی‌های من پشت‌سرهم شروع شدند. اصلاً شاید بگویم از شروع زندگی‌ام اولین بی‌مرادی‌ام همین دخترم بود که همسر کاملاً خودخواهانه بچه‌دار شدیم، و من نه ماه بارداری‌ام را گریه می‌کردم



که چرا بچه‌دار شدیم. ناراحت بودم، غم و غصه‌ها پشت هم، همه چیزم را از دانه‌دانه همانیدگی‌هایم از من گرفته می‌شد، دانه‌دانه زجر می‌کشیدم، درد می‌کشیدم از جدا شدن از خانواده‌ام. خانواده‌ام شاید یک ربع با ماشین خانه‌شان از ما دور است، اما ماهی یک بار، چهل روز یک بار می‌رویم خانه‌شان.

آن‌ها همیشه با هم دور هم جمع می‌شدند، خبرهایش به من می‌رسید، من درد می‌کشیدم از تنها بودنم که چرا پس من تنها هستم، چرا من جدا افتادم. خلاصه نمی‌خواهم داستان زندگی‌ام را زیاد بگویم، سر شما را هم درد بیاورم، به‌طور کلی این را بگویم که همه‌چیزم از من گرفته شد در زندگی مشترکم. حتی بگویم این بچه‌ای هم که با زور به من داد، با زور از من گرفت برد. گذاشت خانه مادرش به حرف خودش که اخلاق مادرم را بردارد، می‌خواهم شبیه مادر خودم بشود.

آقای شهبازی: یعنی شما جدا شدید؟ ببخشید. شما از شوهرتان جدا، از همسرتان جدا شدید؟

خانم فاطمه: نه نه، الآن می‌خواهم ادامه زندگی‌ام را بگویم که شما چه‌جوری زندگی‌ام را نجات دادید. آخرین بی‌مرادی، جدا کردن دخترم از من بود که یک روز در میان بعد از به دنیا آمدن دختر دومم از صبح تا شب می‌برد. من درد می‌کشیدم تا این‌که یک روز برنامه شما را دیدم، راجع به این‌که همانیده نباید بشوید و همه‌چیز را باید از مرکزتان در بیاورید صحبت می‌کردید، انگار که آن روز با من داشتید صحبت می‌کردید. من فهمیدم که فرزندم را به‌جای خدا گذاشتم در مرکز. احساس می‌کردم یک تکه از وجودم کنده می‌شود می‌رود. درد می‌کشیدم به‌خاطر تمام بی‌احترامی‌هایی که به من می‌شد، حقارت‌هایی که به من داده می‌شد که هیچ‌کدام آن‌ها هم به من نمی‌خورد اما گفته می‌شد به من، مرا تحقیر می‌کردند در این زندگی.

بعد از گذشت چند ماهی من شروع کردم فقط گوش می‌دادم اول برنامه را، از ۹۵۰ با شما شروع کردم، حدوداً دو سه ماهی فقط گوش می‌دادم تا بعدش فهمیدم [قطع صدا] جبران مالی را که شروع کردم، انگار یک انرژی به من داد که برنامه را بیشتر و با دقت بیشتری ببینم، بنویسم چیزهایی که به نظرم مهم می‌آید.

بعد فکر می‌کردم در این یک سالی که گذشته، دخترم را از مرکزم در آوردم اما در ده روز گذشته وقتی همسرم به‌جای یک روز در میان هر روز او را برد، من دوباره دیدم درونم یک چیزی دارد بلند می‌شود. فهمیدم که نه، اشتباه می‌کردم، هنوز هم آن وابستگی به دخترم وجود دارد و خدا را بابتش شکر کردم. اوایل شاید به جایی رسیده بودم که آرزوی مرگ می‌کردم برای همسرم. اما الآن واقعاً همسرم را عین یک کسی می‌دانم که خدا برای من فرستاد که دانه‌دانه چیزهایی که بین من و خدا قرار گرفته بود، از من بگیرد. بعد شما را برای من فرستاد که راه را به من نشان بدهد.



من الآن در این نقطه‌ای که هستم، الآن این یک ماه گذشته من ذهنی‌ام هی دارد به من یاد می‌آورد که هیچ چیزی فاطمه در زندگی‌ات عوض نشده ها، همه چیز، بی‌مرادی‌هایت سر جایش هست ها، هیچ چیزی عوض نشده، خوشحال چه هستی؟ اما من خوشحالم آقای شهبازی. من الآن چه کم دارم در زندگی؟ من الآن همه چیز دارم، من خدا را دارم در مرکز. خدا دوتا بچه به من داده، دارند به من آموزش می‌دهند. درس این‌که چه جوری باید دنبال خدا راه بروم و پشتش گریه کنم، درس این‌که در مقابل هر بی‌احترامی که به من شد ثانی‌ای بعد فراموشش کنم و بخندم، درس این‌که هیچ کینه‌ای نداشته باشم از هیچ کس، درس این‌که هیچ فکری نداشته باشم نه از گذشته نه از آینده، در لحظه زندگی کنم، خوشحال باشم، ضربان قلبم را این لحظه حس کنم که دارد می‌تپد، خون در رگ‌هایم جریان دارد.

من الآن چه کم دارم آقای شهبازی؟ خدا شما را برای من قرار داد، مولانا را. خدایا شکر که یک موجودی آفریدی که همچو شعرهایی بگوید. نمی‌دانم من آدم دینی‌ای بودم، می‌خواندم، قرآن می‌خواندم، اما نمی‌فهمیدم. الآن با این برنامه فهمیدم که چه دارند می‌گویند این‌ها، برایم باز شده تمام داستان‌هایی که از پیامبران خوانده بودم دارند برایم باز می‌شوند، می‌فهمم الآن دارم درک می‌کنم دانه به دانه آن را.

خدا را بابت همه چیز شکر می‌کنم. در این اواخر همسرم مرا منع کرده از زنگ زدن به شما. آخرین بار وقتی داشتم با شما حرف می‌زدم از در آمد داخل، اخم‌هایش رفت در هم، چیزی نگفت تا با شما صحبت کردم قطع کردم، اما اخم‌هایش رفت در هم که تو حق نداری زنگ بزنی، با اجازه چه کسی زنگ می‌زنی. نمی‌دانم شاید این هم پیغام جدید خداست که شاید من ذهنی‌ام دارد یک جورهایی مرا می‌پیچاند مثل باری که اواخر زنگ زدم به شما، شما به من گفتید پیشرفت کردید، شاید من ذهنی‌ام چند باری به من گفته آقای شهبازی گفته پیشرفت کردی، دیگر تلاشت را کم کن. شاید این هم پیغام خداست، نمی‌دانم.

آقای شهبازی من در این نقطه‌ای که هستم فقط هر چیزی پیش می‌آید می‌گویم نمی‌دانم خدایا. چه دردهایی کشیدم آقای شهبازی در این یک سال، دانه به دانه آن برایم درس بود. احساس می‌کنم که نترسیم، از این درد نترسیم، این اولش سخت است، در هر چالش اولین بارش خیلی درد دارد، اما وقتی چند بار تکرار می‌شود می‌بینی نه، راحت است، خدا مهم‌تر از هر چالشی است که برای ما پیش می‌آید.

از برنامه ۹۸۰ اشک من بند نمی‌آید آقای شهبازی، اصلاً دستم خودم نیست اشک‌هایم، عین ابر بهار دارم می‌بارم، نمی‌دانم دارم کور می‌شوم، دست خودم نیست. از شما خیلی ممنونم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.



خانم فاطمه: ان شاء الله تولد صد و بیست سالگی تان را همین جا دور هم بگیریم، برنامه را ادامه بدهید.

آقای شهبازی: ممنونم. شما هم ان شاء الله موفق باشید. الآن رابطه تان با همسرتان خوب شده؟

خانم فاطمه: می‌گویم آقای شهبازی، رابطه مان شاید همانی است که هست، اما دیگر من درد ندارم نسبت به او، دیگر از او متنفر نیستم. این شاید مثلاً من خیلی من تغییر را در خودم خیلی دارم می‌بینم که چقدر فضای درونم گشوده شده، به چیزهایی که شاید می‌گفت من آن لحظه به حد جنون می‌رسیدم شاید قبلاً، اما الآن اصلاً خنده‌ام می‌گیرد از آن حرف، از جوابی که شاید در ذهنم به حرف او می‌آید من خنده‌ام می‌گیرد که داریم راجع به چه حرف می‌زنیم، داریم چکار می‌کنیم ما در این لحظه.

آقای شهبازی: خیلی خب. من یادم هست از شما ستان را پرسیدم، چند سال دارید شما خانم فاطمه؟

خانم فاطمه: من بیست و شش سالم است، بیست و دو سالگی ازدواج کردم. الآن دیگر پایان امسال می‌شود بیست و هفت دیگر.

آقای شهبازی: خیلی خب، خیلی ممنون. پس کس دیگری می‌خواهد صحبت کند؟

خانم فاطمه: یک چندتا بیت بخوانم و ببخشید، گفتم شاید دیگر من نتوانم با شما تماس بگیرم.

آقای شهبازی: بله بله. بفرمایید خواهش می‌کنم.

خانم فاطمه: ممنونم.

هر که بگوید: ز مه ابر چگونه وا شود

باز گشا گره گره بند قبا که همچنین

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۸۲۶)

هر که بگوید: بگو کشته عشق چون بود

عرضه بده به پیش او جان مرا که همچنین

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۸۲۶)

جان ز بدن جدا شود، باز درآید اندرون

هین بنما به منکران خانه درآ، که همچنین

هر طرفی که بشنوی ناله عاشقانه‌ای

قصه ماست آن همه، حق خدا که همچنین

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۸۲۶)



کوری آنکه گوید او: بنده به حق کجا رسد؟
در کف هر یکی بنه شمع صفا که همچنین
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۸۲۶)

گفتم: بوی یوسفی چشم چگونه وادهد؟
چشم مرا نسیم تو داد ضیا که همچنین
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۸۲۶)

دستتان درد نکند. وقتتان به خیر باشد. دستتان را می‌بوسم.

آقای شهبازی: ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم فاطمه]



۲- خانم طاهره از گلپایگان با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم طاهره]

خانم طاهره: من طاهره هستم از گلپایگان زنگ می‌زنم، چند سال پیش زنگ زدم. ده سال است که دارم برنامه را گوش می‌کنم، منتها خیلی وسط کار کاهلی کردم. واقعاً این کاهلی‌ها من را خیلی کشاند به عقب. اجازه بدهید یک نفس عمیق بکشم.

آقای شهبازی: بله بله حتماً.

خانم طاهره: همه‌اش برای خودم این به حضور رسیدن را، برنامه گنج حضور را برای خودم بزرگش می‌کردم. الآن مدتی است که بیشتر دارم روی خودم متمرکز می‌شوم تقریباً یک ذره متوجه شدم که باید روی احساساتم خیلی متمرکز باشم. چیزهای این دنیا احساس من را می‌برد پایین، می‌آورد بالا، هنوز هم همین‌طور هستم، مثلاً یک چیزی را در زندگی‌ام نیاز داشتم فکر می‌کردم که باید حتماً این باشد که من خوشحال باشم. اتفاقاً حالا یک تجربه‌ای که این چند روز به دست آوردم می‌خواهم بگویم، شاید به درد بقیه بخورد.

من مدت‌ها بود که یک یخچال فریزر نیاز داشتم، یخچال فریزر داشتم از قبل، از جهیزیه‌ام داشتم، ولی خب کوچک بود دیگر، حالا برای این‌که ما خانواده‌مان هم پنج نفر هستیم و این‌ها جا کم داشت.

مدام در ذهنم می‌گفتم من اگر یخچال فریزر بگیرم خیلی خوشحال می‌شوم، من خیلی خوشحال می‌شوم که یخچال فریزر بگیرم و این‌ها. تا این چرخید و چرخید تا من چند روز پیش گرفتم این فریزر را، آوردیم گذاشتیم داخل خانه. همین‌جوری نگاهش می‌کردم و می‌گفتم این می‌خواهد به من خوشحالی بدهد، این می‌خواهد به من خوشبختی بدهد، خیلی [قطع صدا] مثلاً حالا یخچال فریزر به تو اضافه شد، نمی‌دانم ماشین آخرین سیستم، هر چیزی که به من اضافه بشود، آن‌ها نمی‌توانند مرا خوشحال کنند.

اتفاقاً بچه‌هایم به من گفتند ماما چرا اخم‌هایت باز نمی‌شود؟ درحالی‌که من در آن موقع داشتم به خودم نهیب می‌زدم، می‌گفتم چرا باید این‌ها تو را خوشحال کنند؟ چرا حس خودت را خوب نمی‌کنی؟ چرا آن سپاس‌گزاری واقعی را از درون خودت نمی‌آوری بیرون که خدا تو را به وجود آورده، همین‌که تو را به وجود آورده خیلی منتِ سرِ تو گذاشته.

این تجربه‌ای بود که تازه‌ترین تجربه‌ای بود که من داشتم این چند روز و تجربه‌های خیلی زیاد. حتی این بیننده قبلی که زنگ زد تجربه‌هایش خیلی شبیه تجربه‌های من بود، خیلی نه، ولی خب خیلی دردهایی که من کشیده بودم را ایشان کشیده بودند و تبریک می‌گویم به ایشان که این قدر قشنگ به آن چیزی که خدا، آن صدایی که



خدا به او داده بود که بیا سمت من، لبیک گفته بود، خیلی سریع رفت سمت خدا و خیلی احساسش را به آن غلبه کرد، خیلی زود به سمت خدا رفت.

من هم خیلی روی خودم متمرکز هستم. آن خشمگینی‌های قبلی را کمترشان کردم، من خیلی خیلی زیاد خشمگین می‌شدم، حتی این قدر خشمگین می‌شدم که خودم به این باور رسیده بودم که من یک آدم عصبانی هستم. مثلاً با بقیه حرف می‌زدم، الآن مدتی است که مثلاً چند سال است روی خودم کار می‌کنم، بقیه می‌گویند تو اخلاقت خیلی خوب است، مثلاً سر کار می‌روم، اصلاً به آن‌ها نمی‌گویم، از آن‌ها نمی‌پرسم به من بگویند اخلاقم چه جور است، ولی خودشان می‌آیند نزدیک، مثلاً همکاران و این‌ها، حتی از قسمت اداری همکاران خانم می‌آیند پیش من می‌ایستند می‌گویند چقدر اخلاقت خوب است، درحالی‌که قبل از این‌ها به من گفتند، مثلاً اطرافیانم به من می‌گفتند اخلاقت خوب نیست، تند حرف می‌زنی، تند می‌آی، ولی الآن می‌فهمم که این صبر و حوصله‌ای که تا الآن به دست آوردم، این نتیجه زحمات‌های شما بوده و پشتکار شما بوده که به ما امید می‌دادید. می‌گفتید که این‌ها باورهای شماست، هرچه که به شما می‌گویند این را باور نکنید. واقعاً باورها خیلی محکم است، مثل بتن آرمه می‌مانند. باید رویشان کم‌کم کار کنیم و از آن‌ها بکنیم تا خودمان را پیدا کنیم. دیگر خیلی ممنون هستم از شما.

آقای شهبازی: عالی!

خانم طاهره: حالا یک شعر هم سه تا بیتش را این چند روز حفظ کردم، می‌خواهم برای شما بخوانم.

آقای شهبازی: بله بله بفرمایید.

خانم طاهره:

می‌گوید:

تا با تو قرین شده‌ست جانم
هر جا که روم، به گُلستانم

تا صورت تو قرین دل شد
بر خاک نی‌ام، بر آسمانم

گر سایه من درین جهانست
غم نیست، که من در آن جهانم

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۶۶)



من سر کار که هستم بعضی وقت‌ها بیت‌ها را روی کاغذ می‌نویسم و می‌گذارم جلوی دستگام که این‌ها را حفظشان کنم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم طاهره: یک وقت‌هایی وقت نمی‌توانم بکنم که نگاه کنم رویشان را حفظشان کنم، ولی این سه‌تا بیت این قدر به دلم نشسته بود، هی احساس می‌کردم خدا درون خودم است، هی می‌گفتم خدا درون من است و قرین من است، بگذار این شعر را حفظش کنم. خیلی به دلم نشست این چند وقت داشتم پیام‌های بچه‌ها را می‌خواندم در کانال، دیگر نوشتمش و این سه‌تا بیت را حفظ کردم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم طاهره: خیلی خیلی از شما سپاس‌گزارم. از دوستم فاطمه، فاطمه مخلصی گلپایگان، که مرا تشویق کرد و با حرکات و رفتار و سکناش مرا تشویق کرد بیشتر که به این برنامه ادامه بدهم، محکم بایستم پای همین برنامه، به این‌ور و آن‌ور نروم، کتاب‌های متفرقه نخوانم، خیلی خیلی از ایشان ممنونم. از شما هم سپاس‌گزارم.

از شما می‌خواهم که همین‌جور ادامه بدهید. من دلم یک جورهایی یک جوری دلم شکسته که می‌خواهید شما برنامه را ادامه ندهید، ولی خب با خودم می‌گویم اگر در خانه کس است، یک حرف بس است. دیگر الان بیست سال است شما دارید برای ما توضیح می‌دهید، اگر ما بخواهیم گوش کنیم گوش می‌کنیم. ولی خب بالاخره هر تصمیمی شما بگیرید آن تصمیم برای ما محترم است و قابل احترام است. ممنونم که زحمت می‌کشید و این قدر هزینه می‌کنید، از جان و عمرتان مایه می‌گذارید برای ما.

آقای شهبازی: لطف دارید. من کی گفتم نمی‌خواهم ادامه بدهم خانم؟

خانم طاهره: خب همین‌که مثلاً فرمودید که تا برنامه هزار برنامه داریم، انگار که ما مثلاً یک چیزی را می‌خواستیم از دست بدهیم. این هم یک هم‌هویتی بود که عادت کرده بودیم که این برنامه همیشه پابرجا باشد، دیگر حس می‌کردیم می‌خواهیم از دست بدهیم. همان حس من‌ذهنی است دیگر. من‌ذهنی دوست ندارد چیزی از آن کم بشود، دوست دارد اضافه بشود.

آقای شهبازی: نه نه، من برنامه را قطع نمی‌کنم. ولی خب حالا قرارداد ما تا هزار است. اگر هزار که شد، باید برویم با خداوند چانه بزنیم که می‌شود ما چندتای دیگر اضافه کنیم. اگر گفت آری دیگر، آن موقع دوباره شروع می‌کنیم به اضافه کردن. گفت نه، نه دیگر.



خانم طاهره: عزیزم، مرسی آقای شهبازی. خیلی دوستتان داریم.

آقای شهبازی: لطف دارید. دعا کنید شاید از هزار هم بیشتر بشود بله، چرا نه.

خانم طاهره: حتماً می‌شود. شما در راه خدا قدم برداشتید، خدا ده‌ها قدم می‌آید سمت شما.

آقای شهبازی: ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم طاهره]

فصلنامه



۳- خانم‌ها گل‌آرا و دل‌آرا از اهواز

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم گل‌آرا]

خانم گل‌آرا: من گل‌آرا هستم، سی‌ساله از اهواز.

آقای شهبازی: بله، بله خانم گل‌آرا بفرمایید.

خانم گل‌آرا: اولین بار است تماس می‌گیرم، یک چندتا پیام آماده کرده بودم، ولی هر بار زنگ می‌زدم، الآن نمی‌دانم کدام را بخوانم؟ حالا دفترم را هم جلویم گذاشتم، حالا شاید یک پیام را انتخاب کنم بخوانم، حالا جالب این‌جاست که یک لحظه خنده‌ام می‌گیرد یک‌دفعه گرفت، اصلاً باورم نمی‌شود. اُکی (OK)، ببخشید، خب من یک متنی نوشتم، حالا نمی‌دانم شاید جالب باشد، مفید باشد.

آقای شهبازی: بفرمایید، بله، بشنویم.

خانم گل‌آرا: معنایی که من ذهنی از چیزها متوجه می‌شود به‌طور سطحی را لیست کردم برای خودم.

- این‌که آسان گرفتن را ناپرهیزی معنی می‌کند.

- این‌که «چیزها مهم نیستند» را بی‌خیالی، تنبلی، کاهلی و تحقیر معنی می‌کند.

- پرهیز را محدودیت معنی می‌کند.

- صبر را تحمل معنی می‌کند.

- تسلیم را «تسلیم به اتفاق» معنی می‌کند.

- «من می‌دانم» را، حالا «فضولی» را، «حَبر و سَنی» را، «منصب تعلیم» را کمک به دیگران معنی می‌کند.

- اثبات کردنِ خودش، شخصیت داشتن را، حالا این‌که دیده بشود، نیک‌نام بشود، این‌ها را کاری ضروری برای پیشرفت خودش معنی می‌کند.

- بعد نگران بودن را دوست داشتن معنی می‌کند و دارایی‌های خودش را ارزش خودش معنی می‌کند. که حالا دارایی‌های خودش هم همان دایره‌هایی که درواقع ترسیم کردید، مثلاً پول، جایگاه، مقام، خانه، چیزهایی که، هر چیزی که به خودش می‌چسباند، حالا هویت از آن‌ها می‌گیرد، این‌ها را ارزش خودش معنی می‌کند.

و دراصل باشنده‌ای به اسم انسان هست که خودش «زندگی» است و کلاً بی‌نیاز است و نیازی به چیزهای مادی و بیرونی ندارد تا ارزش خودش را بیشتر کند.



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

تو خوش و خوبی و، کان هر خوشی
تو چرا خود منت باده گشی؟
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۵۷۳)

تاج کرمناست بر فرق سرت
طوق اعطیناک آویز برت
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۵۷۴)

- و در ادامه تنبیه و سرزنش خودش را کاری ضروری و منطقی جلوه می‌کند، این‌که مثلاً عقلانی می‌داند. این‌که چون پندار کمال دارد، خودش را کامل می‌داند با کوچک‌ترین اشتباه مجبور است خودش را تنبیه کند و تحقیر کند.

البته این تجربه‌ای بود که خودم این‌جوری، حس کردم این‌جوری است.

عقل جزوی، گاه چیره، گه نگون
عقل کلی، ایمن از ریب‌المنون
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۱۴۵)

ریب‌المنون: حوادث ناگوار

علّتی بتر ز پندار کمال
نیست اندر جان تو ای دودلال
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴)

از دل و از دیده‌ات بس خون رود
تا ز تو این معجبی بیرون رود
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۵)

دودلال: صاحب‌ناز و کرشمه
معجبی: خودبینی

علّت ابلیس اناخیری بدهست
وین مرض، در نفس هر مخلوق هست
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۶)



سخت‌گیری و تعصب خامی است

تا جنینی، کار خون‌آشامی است

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۲۹۷)

و درکُل من‌ذهنی هر لحظه می‌خواهد چیزی به سیستم دردمندیِ خودش اضافه کند، دنبال غذا و خوراک برای تقویت هر بخشی از این سیستم می‌گردد، حتی یک ذره تأیید و توجه، روغنی برای فعال کردن این دستگاه است، به‌خصوص مثلاً دستگاه کبر و غرور، که کلاً این کبر و غرور اتوماتیک به خشم وصل است و حالا خشم هم به ترس وصل است، کلاً یک زنجیره‌ای از این سیستم، من‌ذهنی دارد که هر تکه‌اش به یک تکه دیگرش وصل است و خلاصه با هر فضاگشایی می‌توانیم بپریم از این سیستم بیرون.

جمله خشم از کبر خیزد، از تکبر پاک شو

گر نخواهی کبر را رو، بی‌تکبر خاک شو

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱۹۸)

هر که بُود عاشق خود پنج نشان دارد بد

سخت دل و سست قدم، کاهل و بی‌کار و تُرش

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۱۹)

کاهل: تنبل، سست

تمام شد. حالا من همین‌طوری شاید یک خرده بعضی جاهایش را فی‌البداهه هم گفتم، نمی‌دانم امیدوارم که مفید بوده باشد، اصلاً هیچ ایده‌ای ندارم.

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

خانم گل‌آرا: دل‌آرا هم به شما سلام می‌رساند خواهرم.

آقای شهبازی: می‌خواهند صحبت کنند؟

خانم گل‌آرا: گوش‌ی چند لحظه خدمتتان، من خیلی خوشحال شدم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم گل‌آرا]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم دل‌آرا]

آقای شهبازی: شما اسمتان چه بود؟ یک بار دیگر بگویید.

خانم دل‌آرا: دل‌آرا هستم.



آقای شهبازی: دل‌آرا! آن یکی خواهرتان هم گل‌آرا درست است؟

خانم دل‌آرا: گل‌آرا، بله.

آقای شهبازی: به‌به چه اسم‌هایی دارید شما! شما هر دو خواهر برنامه را می‌بینید؟

خانم دل‌آرا: بله، بله ما تقریباً یک سال و نیم حدوداً هست که برنامه را می‌بینیم دیگر خدا را شکر حالا در این مدت پیشرفت‌هایی داشتیم و همچنان البته روی خودمان کار می‌کنیم که ان‌شاءالله به‌قول معروف این من‌ذهنی را کوچک و کوچک‌تر بکنیم. من زیاد وقت برنامه را نمی‌گیرم.

آقای شهبازی: آفرین!

[تماس قطع شد]

آقای شهبازی: قطع شد. خیلی زیبا!



۴- آقای آیدین از تورنتو

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای آیدین]

آقای آیدین: آیدین هستم از تورنتو، من اولین بار هست تماس می‌گیرم.

آقای شهبازی: بله، بله خواهش می‌کنم، بفرمایید.

آقای آیدین: با اجازه‌تان.

پیغام چهارتا بخش کوتاه دارد اول: سلام. دوم: اضطرار و فوریت رهایی. سوم: قرین و چهارم: شکر.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای آیدین: سلام بر زندگی و همه شمایی که از جنس زندگی هستید، سلام زندگی، من از جنس تو هستم و فقط از تو هستم.

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

سلام عَلَیْکُمَا: سلام بر شما
مُرتضا: پسندیده، مورد رضایت

و بر هر چه غیر تو است این لحظه و هر لحظه می‌گویم: لا، لا، لا.

در «لَا حَبُّ الْآفَلِین»، پاکی ز صورت‌ها یقین
در دیده‌های غیب‌بین، هر دم ز تو تِمثال‌ها
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲)

لَا حَبُّ الْآفَلِین: اشاره به سخن حضرت ابراهیم (ع) که گفت «من غروب‌کنندگان را دوست ندارم»، اشاره به آیه ۷۶، سوره انعام (۶).
تِمثال: تصویر، صورت، اشاره به تجلیات حق

به لطف این برنامه هر روز بیشتر متوجه فوریت و ضرورت رهایی از این خواب آزرده، از این کابوس وحشتناک می‌شوم، هر روز بیشتر می‌بینم که چطور سال‌های زندگی‌ام در این تکاپوی بی‌حاصل و دوندگی ناتمام تلف شده و این چنین زندگی واقعاً ننگ است.

همچو قوم موسی اندر حرّ تیه
مانده‌یی بر جای، چل سال ای سَفیه
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۷۸۸)



می‌روی هرروز تا شب هروله
خویش می‌بینی در اول مرحله
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۷۸۹)

نگذری زین بُعد، سیصد ساله تو
تا که داری عشق آن گوساله تو
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۷۹۰)

حرّ: گرما، حرارت

تیه: بیابان شن‌زار و بی آب و علف؛ صحرای تیه بخشی از صحرای سینا است.

سَفیه: نادان، بی‌خرد

هروله: تند راه رفتن، حالتی بین راه رفتن و دویدن

بُعد: دوری

هنگام برخاستن و حرکت فرارسیده و زندگی اسباب سفر مُحیا کرده و از هر طرف پیام برخیزید و بیدار شوید
می‌فرستد.

ای عاشقان ای عاشقان، هنگام کوچ‌ست از جهان
بر گوشِ جانم می‌رسد طبلِ رحیل از آسمان
نک ساربان برخاسته، قطارها آراسته
از ما حلالی خواسته، چه خفته‌اید ای کاروان؟
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۸۹)

و همچنین متوجه شدم یکی از عواملی که بعد از شنیدن صدای «اَرَجِی» مانع پیشرفتم در راه می‌شود قرین بد است. این قرین‌ها همه‌جا هستند و سلسله‌وار آغاز و بازگشت به خواب می‌خوانند، دوستان و همکاران در محل کار، تلویزیون، موسیقی‌های بی‌محتوای و حتی خیلی از کتاب‌ها، ولی شاید بزرگ‌ترین آن‌ها این روزها سوشیال‌مِدیَا (Social media) باشد.

متوجه اعتیاد شدید و عجیب خود به اینستاگرام (Instagram) شدم که چطور ناخودآگاه وارد آن می‌شوم، چطور وقت عزیز در دیدن چیزهای بی‌محتوا تلف می‌شود و به‌راستی موشی شکم‌باره دزد انبار من است! پس چاره‌ای جز حذف آن از گوشی نداشتم که اگرچه این کار ترسناک و دردناک به نظر می‌رسید، ولی به‌طرز عجیبی حس سبکی و فراغت بعد از ترک آن دارم! و وقت بیشتر تا روی خودم کار کنم. سعی می‌کنم به‌غیر از ضرورت در جمعی حاضر نشوم و نسبت به هر چیز که می‌بینم و می‌شنوم وسواس زیاد داشته باشم.



دلا نزد کسی بنشین که او از دل خبر دارد
به زیر آن درختی رو که او گل‌های تر دارد

در این بازار عطاران مرو هر سو چو بیکاران
به دُگان کسی بنشین که در دُگان شکر دارد

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۶۳)

و در آخر، خدا یا زندگی، شکر بی‌پایان که با برنامه گنج حضور و ابیات مولانا آشنا و قرینم کردی و شکر که در راه تو می‌توانم روی خودم کار کنم. خدایا عذر می‌خواهم برای زمان‌هایی که از تو غافل می‌شدم و می‌شوم، خدایا من به خود ظلم کردم! و شکر که با فضاگشایی از «دام» نجاتم می‌دهی.

شکر ایزد را که دیدم روی تو
یافتم ناگه رهی من سوی تو

چشم گریانم ز گریه کند بود
یافت نور از نرگس جادوی تو

بس بگفتم: کو وصال و کو نجات؟
بُرد این کوکو مرا در کوی تو

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۲۵)

خدایا یک لحظه مرا به خود ذهنی‌ام وامگذار که امیدوارم به فَضَلَت و بی تو مُردار، تویی تنها مشتریِ دلق پاره‌ام.

امید وصل بُود تا رگیش می‌جُنبد
که یافت دولت و صلت هزار دست جدا

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۲)

خیلی ممنونم، تمام شد.

آقای شهبازی: عالی! آقای آیدین! آفرین، ماشاءالله! خیلی ممنون. کسی دیگر هم می‌خواهد صحبت کند؟ غیر از شما کس دیگری هم هست؟

آقای شهبازی: نه، فعلاً امروز خودم هستم.

آقای شهبازی: خیلی خب، عالی بود. ممنونم زنگ زدید.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای آیدین]



۵- آقای کرمی از کرمانشاه

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای کرمی]

آقای کرمی: سه چهار سال است برنامه شما را نگاه می‌کنم، مدت‌هاست زنگ نزده‌ام شاید اولین بار باشد.

آقای شهبازی قبل از همه چیز می‌خواهم بگویم من هیچ‌کس نیستم، یک نفس عمیق بکشم!

آقای شهبازی: بله، بله.

آقای کرمی: دست شما را می‌بوسم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

آقای کرمی: آدمی که از یک منجّلاب، از یک چاه خیلی کثیف، واقعاً یک آدم به دردخور! یک آدم پوسیده، یک آدمی که فقط دهنش باز بود، پُر ادعا، پرغرور، کِدر، یک من‌ذهنی پُر ادعا، ولی تو خالی، ولی الآن بی‌نشانم! خیلی هم بی‌نشانم، اما احساس می‌کنم با وجود زندگی، خیلی نشاندار شدم، خیلی! دستم خالی است، تهی دست هستم، همه چیز هست ولی اصلاً انگار افتاده‌ام روی یک روای فقط لحظه به لحظه حاضر هستم در خودم.

هیچ چیز دیگر اصلاً در فکر من نمی‌آید، انگار دیگر اصلاً فکر نمی‌کنم! در لحظه ایستاده‌ام، مهمان هستم، سر کلاس خدا هستم، قشنگ‌ترین همانیدگی‌ام هم شده، [قطع صدا] آقای شهبازی اگر شارژم تمام شد، قطع شد ببخشید! شارژم تمام دارد می‌شود.

فقط می‌خواهم به شما بگویم ان شاء الله که این زحمتی که برای ما می‌کشی جبرانش را از خدا ببینی.

آقای شهبازی: ممنونم.

آقای کرمی: آدم نه پول برایش مهم است، نه سواد، ولی آن قدر می‌تواند قوی باشد که هزارهزارتا کتاب و فلسفه هم بیاید، این حالی که زندگی به آدم می‌دهد در آن نیست! حتی بی‌پول باشی، حتی بی‌سواد باشی، حتی بی‌همسر باشی، حتی بدانی که [قطع صدا] ناامیدت می‌کنند، انگار یک آسمان پُر از ستاره و ماه درون تو هست، مثل یک درختی که سکوت کرده، رشد می‌کند، مثل یک زمینی که آدم‌ها رویش راه می‌روند [تماس قطع شد].

آقای شهبازی: بله، قطع شد.



۶- آقای کامران از شیراز

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای کامران]

آقای کامران: استاد عزیز شاگرد کوچکتان هستم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، اختیار دارید.

آقای کامران: افتخار بزرگ زندگی‌ام همین است و تا موقع مرگم این راه را ادامه می‌دهم که چشم‌هایم را باز کردید، دلم را منور به نور الهی فرمودید و دارم به تدریج صفات منفی خودم را می‌شناسم و رویشان کار می‌کنم که هم‌هویتی‌ها نتوانند دیگر من را مورد اثر قرار بدهند.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای کامران: استاد عزیز ضمن تشکر از حضرت عالی و سپاس‌گزاری از پروردگار که استادی همچون حضرت عالی را در مسیر ما قرار داد و تشکر از شنوندگان، بینندگان برنامه مکرم گنج حضور و واقعاً شایسته است با تمام وجود کلماتی به کار ببریم نسبت به گنج حضور که شایسته بزرگی خدا هست، از جمله اکرام و جلال و زیبایی و شادی و پذیرش اتفاق این لحظه بدون قید و شرط، بدون سبب‌های ذهنی، و قدرت آفرینش و حل چالش‌ها.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

آقای کامران: استاد گرامی یک موضوعی هست که من قبلاً هم در یکی از پیام‌هایم عرض کردم، هر چقدر که ما در مسیر خودشناسی و گنج حضور پیشرفت می‌کنیم و پله‌پله بالا می‌رویم، با اثرات قرین و صحبت با آن‌ها امکان دارد که پله‌هایی پایین بیاییم، از جمله در کشور ما ایران که یک مقداری مسائل اقتصادی باعث شده‌اند که این مسئله هم‌هویتی ما به خصوص با پول، خصوصاً با پول و مقام و مدارک علمی باعث شده که مانعی باشند بر سر راه پیشرفت ما، اما به لطف برنامه گنج حضور و تفاسیر حضرت عالی که واقعاً که من هیچ‌جا ندیدم که این قدر کسی زندگی و سلامتی و جسم و روح و سرمایه مادی زندگی‌اش را، حتی فرمودید که با فرزندان عالی‌قدرتان صحبت کردید که از ارشاد بگذرند که خرج برنامه کنید.

و ما وظیفه داریم با توجه به این گذشت و ایثار حضرت عالی جهت روشن شدن دل مردم، تا می‌توانیم، تا توان داریم تا هر مقداری که از دستان برمی‌آید قانون جبران مادی را قطعاً و قطعاً باید انجام بدهیم. من خودم هر وقت قانون جبران را انجام می‌دهم استاد به بیست و چهار ساعت نرسیده ده برابر، پانزده برابر آن جایگزین می‌شود و این را عزیزان دیگری هم در پیام‌ها متوجه شدند و اعلام فرمودند که این جبران مادی چقدر در زندگی



آنها تأثیر داشته و خواهد داشت و این مسئله باعث شده که رغبت ما به کمک‌های مادی بیشتر بشود، از شما سپاس‌گزارم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

آقای کامران: استاد جان از غزل ۶۹۷، من چند بیت انتخاب کردم، برنامه ۹۶۳، غزل ۱۵۷۸، ببخشید.

لایجوز و یجوز تا اجل است علم عشاق را نهایت نیست (مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۹۹)

لایجوز و یجوز: جایز نیست و جایز است، روا نیست و رواست

علم عشاق که از فضای گشوده شده می‌آید نهایت ندارد. پس بنابراین اگر به علمی در این زمینه حضور دست یافتیم، مطمئن باشید که هنوز ابتدای خط هستیم و نهایت ندارد. پس بنابراین «صدر را بگذار، صدر توست راه»،

بی نهایت حضرت است این بارگاه صدر را بگذار، صدر توست راه (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۶۱)

ما باید به راهی که در پیش گرفته‌ایم توجه کنیم، تمرکز کنیم تا شایسته جذب، عنایت از طرف پروردگار قرار بگیریم و این ناموس من‌ذهنی که من آن را مثلث را که فرمودید یک مثلث سه گوش هست، سه ضلعی هست، یک ضلعش «ناموس» است، یک ضلعش «پندار کمال» است و ضلع دیگرش «درد» است. من این جمله مثلث را در یک کلمه به نام «پند» خلاصه کردم، «پ» همان پندار کمال است، «نون» ناموس است، همین حیثیت بدلی من‌ذهنی که ما به آن خیلی می‌نازیم و دیگری اگر ما پندار کمال داشته باشیم، ناموس داریم و متعاقب آن بدون قید و شرط، حتماً ناموس دنبالش هست، کسی هم که ناموس دارد قطعاً همیشه دنبال درد است و درد او را رها نمی‌کند.

تا به دیوارِ بلا نآید سرش نشنود پند دل آن گوش کرش (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۰۶۳)



بس بُدی بنده را کَفی بالله لیکَش این دانش و کِفایت نیست (مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۹۹)

کَفی بالله: خداوند کفایت می‌کند.

بی رهی، وَرنه در ره کوشش هیچ کوشنده بی‌جَرایت نیست (مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۹۹)

جَرایت: جیره، مزد

یعنی ما هیچ راهی غیر از زنده شدن به خدا نداریم و گرنه پروردگار این قدر سر ما را به دیوار می‌کوبد تا بیدار بشویم. و من تجربیات زیادی در این زمینه دارم که هر وقت با هر چیزی حتی فکر هم‌هویتی به ذهنم آمد، این دیوار بلا مقابلم ظاهر شد و خداوند بارها من را با تمام وجود به دیوار کوبید که بیدار بشوم، اما استاد عزیز ما گنج حضور را که الآن داریم ادامه می‌دهیم، ان‌شاءالله که با تغییر و مداومت و تکرار بتوانیم تغییرات را در خودمان به‌صورت جدی ایجاد کنیم.

و یکی از موارد دیگری هم که لازم است به عرض برسانم استاد جان، کسانی که در این مسیر هستند از جمله شنوندگان، بینندگان، خانم‌ها، آقایان که همه به‌عنوان مرد توسط مولانا معرفی شده‌اند، در نظر داشته باشند که فقط این برنامه را گوش نکنند که مشکلات روحی‌شان حل بشود، چون اگر بخواهند قطع کنند، قطعاً مشکلات بیش از پیش سراغشان خواهد آمد و به دیوار بلا سرشان خواهد کوبیده شد و این است که می‌فرماید در دفتر سوم، ۱۱۴۶:

وقت محنت گشته‌ای الله گو چونک محنت رفت گویی راه کو (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۱۴۲)

ما موقعی که دچار درد و رنج و زحمت می‌شویم و راهی نداریم، افسرده می‌شویم، پژمرده می‌شویم، سعی می‌کنیم از گنج حضور استفاده کنیم و یک مقداری که آرام شدیم، محنت‌ها، دردها، رنج‌ها حل شد و به پیشرفت خاصی رسیدیم، به‌نظرمان می‌گوییم که کافی است، برویم دنبال راه قبلی‌مان، همان راه من‌ذهنی و ادامه بدبختی‌ها است. اگر کسی با برنامه آشنا بشود، کنار برود، مطمئناً پروردگار امتحانات و چالش‌های بسیار جدی و غیر قابل تحمل در مسیرشان قرار می‌دهد. پس:



وقت محنت گشته‌ای الله گو چونک محنت رفت گویی راه کو (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۱۴۲)

امیدوارم که همه عزیزان، خصوصاً خودم این بیت را در نظر داشته باشیم که وقت محنت فقط دنبال گنج حضور نباشیم، پرداخت هزینه جبران مادی صرفاً برای رفع مشکلات نباشد، چون من گاهی از بعضی افراد شنیده‌ام که گاهی اوقات آشنایی مختصری با برنامه مکرم گنج حضور دارند، می‌فرمایند یک جبران مادی بکن، شاید خدا مشکل را حل کرد. انگار که با پرداخت این هزینه مادی، جبران مادی، جهت خودیاری، خدا را بدهکار خودشان می‌دانند. ما تا زنده‌ایم بدهکار پروردگار هستیم به‌خاطر هم‌هویت‌هایی که داشتیم، به‌خاطر ناموس، به‌خاطر دردهایی که از ناموس کشیدیم و بدبختی‌هایی که از پندار کمال داشتیم.

علّتی بتر ز پندار کمال نیست اندر جان تو ای ذودلال (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴)

ذودلال: صاحبِ ناز و کرشمه

ما همه «ذودلال» هستیم، باید به جایی برسیم که این ذودلال را بشناسیم، عشوه‌اش را بشناسیم که این مادیات چگونه ما را جذب خودشان کردند و دل‌کندن از این مادیات یک مقداری چه‌بسا در مواردی بسیار سخت است، اما کسی که موفق بشود بزرگ‌ترین هم‌هویت یعنی هم‌هویتی با پول، ترس و مقام و علم و مدرک تحصیلی را کنار بگذارد، به‌نظر من بسیار بسیار موفق خواهد شد.

استاد عزیز یک بیت هست که من شماره‌اش را نمی‌دانم، خدمتتان عرض کنم، دیگر رفع زحمت کنم.

هر اندیشه که می‌پوشی درون خلوت سینه نشان و رنگ اندیشه ز دل پیداست بر سیما (مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۴)

ما فکر می‌کنیم اگر درونمان پر از ناپاکی باشد، ظاهرمان را بخواهیم پیش مردم خیلی آرام جلوه بدهیم، موفق شدیم که خودمان را جا بیندازیم به‌عنوان یک فرد آرام، صاف، سالم و منطقی، درحالی‌که می‌فرماید:

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



فَتی: جوان، جوانمرد

ما فریب انسان‌هایی را نخوریم که ظاهراً آرام هستند و احساس می‌کنند که در درون مشوش نیستند، اضطراب ندارند، درحالی‌که پر از درد و بدبختی هستند، مگر این‌که به گنج حضور و فضای یکتایی زنده بشوند.

از محضران سپاس‌گزارم، این دو بیت را هم عرض کنم، خداحافظی می‌کنم، ببخشید.

آقای شهبازی: بفرمایید، خواهش می‌کنم.

آقای کامران:

از هزاران یک کسی خوش‌منظر است

که بداند کو به صندوق اندر است

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۵۰۵)

این صندوق هم‌هویتی‌های ما هست و فاصله افکار و احساسات ذهنی ما، فُرجه صندوق است.

فُرجه صندوق نونو مُسکِر است

دَر نیابد کو به صندوق اندر است

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۵۱۶)

فُرجه: گشایش

مُسکِر: مست‌کننده فَتی: جوان، جوانمرد

ما نباید فریب کسی را بخوریم که با مؤظه‌های ظاهری و لفظی می‌خواهند مردم را مثلاً به راه خداشناسی بکشند، درحالی‌که هنوز در صندوق هستند و فُرجه صندوق را هنوز درک نکرده‌اند.

از محضران سپاس‌گزارم، دستانتان را می‌بوسم و از شنوندگان و بینندگان باز هم تقاضا دارم، تقاضا دارم که برنامه گنج حضور را مدام ببینند، نه این‌که یک ساعت ببینند، بروند سراغ کارشان. من خودم معمولاً پنجشنبه‌ها را چون چهارشنبه‌ها نمی‌رسم برنامه زنده را ببینم، ببخشید یک مقداری سینه‌ام ناراحت است، صدایم اذیت می‌کند، معذرت می‌خواهم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

آقای کامران: پنجشنبه‌ها را اختصاص داده‌ام به برنامه، سعی می‌کنم چهار بخش را پنجشنبه‌ها از طریق یوتیوب (Youtube) نگاه کنم که هنوز در تلگرام آپلود (upload) نشده.



می‌بوسمتان، در مقابلتان ایستاده سر خم می‌کنم به‌عنوان تعظیم، استاد عزیز. و خدا را ناظر بر افکار و احساسات خودم می‌دانم و می‌دانم که با [صدا قطع شد]. این عرایض را خدمتتان عرض می‌کنم، دوستتان دارم، دوستتان دارم، پیروز باشید، ان‌شاءالله که برنامه از هزار به دو هزار خواهد رسید.

آقای شهبازی: لطف دارید، ان‌شاءالله، ممنونم.

آقای کامران: باز هم اگر امری، اوامری ندارید، مرخص شوم.

آقای شهبازی: عرضی ندارم، ممنونم آقای دکتر کامران از شیراز، ممنونم، عالی، عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای کامران]



۷- آقای حسین از بسطام

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای حسین]

آقای حسین:

دم او جان دَهَدَت رو ز نَفَخْتُ بپذیر
کار او کُنْ فیکون است نه موقوف علل
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۴۴)

نَفَخْتُ: دمیدم

آقای شهبازی: یک دستگاهی روشن است بیخشید آن‌جا تلویزیون روشن است؟

آقای حسین:

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

عاشقِ صُنْعِ توأم در شُکر و صبر
عاشقِ مَصْنُوعِ کی باشم چو گُبر؟
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۰)

فعلِ توست این غُصّه‌های دم به دم
این بود معنی قَدْ جَفَّ الْقَلَمُ
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۲)

پیش چوگانهای حُکمِ کُنْ فکان
می‌دَویم آن‌در مکان و لامکان
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۶۶)

عرض ادب و ارادت خدمت استاد ارجمندم جناب شهبازی عزیز.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

آقای حسین: من هفت سال پیش برنامه شما را آشنا شدم. همانندگی خیلی شدیدی داشتم، آن‌قدر همانندگی شدید بود که زندگی‌ام رفت. مجبور شدم به موبایل شما زنگ بزنم ساعت ۱۰ شب، جواب من را دادید من اشک



می‌ریختم! از هم‌هویت‌شدگی‌هایم گفتم، انداختم گردن دیگران، خانواده. یک نصیحتی به من کردید گفتید دیگران را مقصّر ندان، برو برنامه را گوش کن، هر وقت به خودت رسیدی، هر وقت به نتیجه رسیدی که مقصّر اصلی خودت هستی، آن موقع به من زندگی بزن، بیا روی برنامه زنگ بزن.

خیلی خیلی، نه استرس دارم، نه مسئله‌ای! تمام برنامه‌ها را نگاه می‌کنم، اکثر برنامه‌ها را در آن هستم، اصلاً برایم مهم نیست غرور، معنا. قبلاً آن‌قدر غرور داشتم، پندار کمال! من اَلَمْ، من بِلَمْ، من این‌جا را دارم، آن‌جا را دارم! بگیر، ببند. همه را گذاشتم کنار. به‌نظر من استاد ارجمندم وقت زیاد نگیرم.

به‌قول مشهدی‌ها یک جمله‌ای دارند می‌گویند *نَه مِتَانَم، نَه مِدَانَم* (نه می‌توانم، نه می‌دانم). این جمله را اگر داشته باشی *تَه دلت، نَه مِدَانَم، نَه مِتَانَم* (نه می‌دانم، نه می‌توانم)، من ذهنی را دیگر هیچ‌وقت یاد نمی‌کنی.

از همان اول می‌گویی آقا من همان بچه‌ای هستم که روز آلت آمدم به دنیا. آلت چون بلی، نه یک تکه گوشت. مگر خداوند نمی‌فرماید در قرآن که ما را از یک گِل سیاه‌گندیده، خُب این گِل گندیده هم خودش را نشان می‌دهد! خُب چون وقتی ما می‌میریم جسم ظاهری ما می‌میرد یک دقیقه بعد عزیزترین کس ما از ما فرار می‌کند، به‌دلیل این‌که تعفن می‌گیریم، به علت همان وعده‌ای که خداوند در قرآن داده، از گِل سیاه‌گندیده‌ای که ما را آفریده. پس این همه‌اش، این من‌ذهنی چیز نیست، حاصل گرفتنش هم آن‌قدر گران است استاد ارجمند، آن‌قدر با خودم کلنجار رفتم در تمام لحظاتی که بیکار هستم، برای این‌که من‌ذهنی سراغم نیاید *کلمه «بسم‌الله»*، دورش می‌کنم من‌ذهنی را، *بسم‌الله، بسم‌الله، بسم‌الله!*

یعنی در تمام لحظات تنهایی که می‌خواهد بیاید سراغم با ذکر خدا و به یاد خدا شروع می‌کنم. چون اولین بار است بعد از هفت سال نمی‌خواهم مزاحم شما و شنوندگان عزیز بشوم.

گفتم عرض ادبی کرده باشم. جبران مالی را هم نمی‌خواهم بگویم از روز اول عضو هم هستم در دفتر تهران. روزهای اول سی‌دی (CD) می‌گرفتم، بعد از مدتی اگر برای رضای خدا و برای دلت داری می‌گیری، سی‌دی هم نباید بگیری. از همان روز اول جبران مالی را انجام دادم آقای شهبازی، الحمدلله خدا را شکر آرامش پیدا کرده‌ام، زندگی‌ام آرام شده خدا را شکر. و گفتم برای اولین بار بعد از هفت سال بیایم جبران معنوی را امشب انجام بدهم.

آقای شهبازی: خیلی خُب.

آقای حسین: از سر شب می‌گیرم شاید [قطع صدا] یک چیزی در دلم هست به شما بگویم.



خدا هر وقت بخواهد، بخواهد که به این برنامه وصل بشوی می‌گیرد تلفن! وَاَلا شما اگر هزار شب بنشینی پای این تلفن، اگر او نخواهد وصل بشوی، وصل نخواهی شد! این هم به بینندگان بگویم [آقای حسین می‌خندند].
آقای شهبازی: خیلی خب.

آقای حسین: شب‌تان به‌خیر، البته روزتان بخیر. من را ببخشید من حسین هستم، نگفتم اول اسمم را. حسین هستم از دیار سلطان‌العارفین بایزید بسطامی.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای حسین]

♦ ♦ ♦ پایان بخش اول ♦ ♦ ♦



۸- آقای پویا از آلمان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای پویا]

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

آقای شهبازی: بله، بله، بفرمایید.

آقای پویا: اسم متن هست: «پاره‌دوزی با سوزن بی‌مرادی»

بستی تو هست ما را، بر نیستی مطلق

بستی مراد ما را بر شرط بی‌مرادی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۳۵)

در زندگی روزمره ما بی‌مرادی‌ها می‌توانند به کرات اتفاق بیفتند و ما را سرخورده کنند. بی‌مرادی به زبان ساده یعنی این‌که آدمی به‌عنوان «من» یک خواسته‌ای را دارد و زندگی آن خواسته را آن‌طور که آدمی می‌خواهد ارضا نمی‌کند، ولی این‌که آدمی به این موضوع آگاه باشد که مولانا می‌فرماید مراد واقعی ما در بی‌مرادی است یکی از درس‌های بزرگی است که ما در گنج حضور یاد گرفته‌ایم. مولانا می‌فرماید هستی واقعی ما در گرو نیست شدن مطلق ما در پیشگاه پروردگار است. مراد اصلی ما در گرو مراد نداشتن و بی‌مراد کامل شدن در مقابل زندگی است.

بستی تو هست ما را، بر نیستی مطلق

بستی مراد ما را بر شرط بی‌مرادی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۳۵)

یعنی انسان می‌تواند در قدم‌های روزمره‌اش خودش را سنجش کند که چگونه هستی خود را از دست می‌دهد و نیست می‌شود. آیا بی‌مرادی می‌آید ما به این موضوع فکر می‌کنیم که وقت نیست شدن مطلق است؟ آیا وقتی تمام مرادها و برنامه‌ریزی‌های روزانه‌مان نقش بر آب می‌شوند ما به این فکر می‌کنیم که داریم هستی می‌یابیم؟ بی‌مرادی ابزاری است که زندگی از طریق آن با ما سخن می‌گوید. زندگی با زبان بی‌مرادی به ما پیام می‌دهد که تو هنوز به‌صورت من وجود و هستی داری و نیستی مطلق نشده‌ای، پس بگذار من روی تو کار کنم.

جمله استادان پی اظهار کار

نیستی جویند و جای انکسار

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۶۸)



لاجرَم استاد استادان صَمَد

کارگاهش نیستی و لا بُود

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۶۹)

هر کجا این نیستی افزون‌تر است

کار حق و کارگاهش آن سر است

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۷۰)

انکسار: شکسته‌شدن، شکستگی؛ مجازاً خضوع و فروتنی

صَمَد: بی‌نیاز و پاینده، از صفات خداوند

بی‌مرادی نشانه خوبی است که به قول غزل این هفته خوش‌فعلی خداوند را نشان می‌دهد. مولانا می‌فرماید که همه استادان وقتی شکستگی می‌بینند شروع به کار می‌کنند. وقتی آدمی نیست می‌شود و اعتراف می‌کند که «لا» است و از دستش کاری بر نمی‌آید، آن موقع استاد استادان که صمد و بی‌نیاز است ظاهر می‌شود. آدمی باید در اولین قدم اعتراف کند که با ذهن مسئله‌سازش به دنبال راه حل برای مسائلش نمی‌رود تا خداوند راه حل برایش ظاهر کند. هر کجایی که نیستی بیشتر باشد کار حق آن‌جا بیشتر است و خداوند از دریای سخایش راه حل می‌ریزد.

دو روز پیش صاحب‌خانه من به دلیل سرد شدن زیاد ناگهانی هوا نکاتی را در مورد دمای مناسب خانه به من گوشزد کرد. من که به زندگی گفته بودم خواهشاً از او بخواه دیگر نکته‌ای به من نگوید به شدت بی‌مراد شده بودم و عصبانی. اصلاً من زندگی را نمی‌دیدم دیگر در اتفاق. در زنجیره فکر غرق شده بودم که بلند شوم بروم تمام این حرف‌هایی که در یک سال و نیم جمع شده‌است به او بزنم. در یک آن این دو بیت به یادم آمد:

گفت: اندر تو چه خاصیت بُود؟

گفت: من رُسَم، مکان ویران شود

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۷۷)

من که خَرُوبم، خراب منزلم

هادم بنیاد این آب و گِلَم

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۷۸)

خَرُوب: گیاه خَرُوب که بوته‌ای بیابانی و مرتفع و خاردار است و در هر بنایی بروید آن را ویران می‌کند.

هادم: ویران‌کننده، نابودکننده



یک لحظه به یاد قراری افتادم که در این برنامه با همدیگر گذاشته بودیم. قرار بر این بود که هر موقع دچار خشم، نگرانی، ترس، عصبانیت شدید و یا هر هیجان مخربی شدیم، هیچ کاری نکنیم، هیچ تصمیمی نگیریم، هیچ عملی انجام ندهیم و سراغ هیچ کسی نرویم و آن هم حداقل برای سه روز و سه شب، سه روز و سه شب.

چراکه هر عملی که از هیجان منفی سر بزنند مطمئناً ویران‌کننده است. مولانا از زبان آن هیجان منفی می‌گوید، من رستم مکان ویران می‌شود و من اسمم خروب یعنی بسیار خراب‌کننده است. من هادم و نابودگری هستم که از ریشه روابط و همه چیز را خراب می‌کنم. غزل این هفته سخن از خوی سخا، خوب‌رویی، خوش‌فعلی، خوش‌پیوندی و لطیف‌ادایی می‌کرد. عملی که از هیجان منفی سر بزنند هیچ‌کدام از این اقلام را ندارد.

خدا را شکر من هم کاری نکردم. حقیقتاً این‌که آدمی در مقابل بی‌مرادی فضا را بگشاید کار آسانی نیست. اولش برای آدم سخت است، هی با خود می‌گوید بلند شوم بروم این را بگویم و آن را بگویم، ولی چاره و شرح صدر و گشوده شدن آسمان درون در صبر است و صبر است و صبر.

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

دو بیت از غزل این هفته یعنی غزل شماره ۲۲۲ بسیار به من در فروکش کردن غبار جلوی چشمانم کمک‌کننده بودند.

مدار این عجب از شهریار خوش‌پیوند که پاره پاره دود از کفش شده‌ست سما

شه جهانی و هم پاره‌دوز استادی بکن نظر سوی اجزای پاره پاره ما (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۲)

خوش‌پیوند: آن کس که به خوبی و شایستگی، جدایی‌ها را پیوند می‌دهد.
سما: سماء، آسمان

من خودم را دیدم که چگونه با بی‌مراد شدن در زنجیره مسلسل‌وار فکر پاره‌پاره شده بودم و این دو بیت را با خود می‌خواندم که آن شهریار و پادشاه، آن زندگی خوش‌پیوند است، مرا که پاره‌پاره شده‌ام جمع خواهد کرد و از دودی که در جلوی چشمانم درست شده است، آسمان را درست خواهد کرد و مسیر را نشانم خواهد داد. کافی است من صبر کنم بر بی‌مرادی و فضا را بگذارم زندگی بگشاید.



به‌سوی زندگی نظر می‌کردم و در دل می‌گفتم شه جهانی و شه جهان دل من هم هستی، تو پاره‌دوز استاد هستی و کارت این است که مرا با ابزار بی‌مرادی از همانیدگی‌ها جمع کنی. بر اجزای پاره‌پاره من نظر بینداز و هر تعداد باری که می‌خواهی مرا بی‌مراد کن. تو دوزنده زندگی پخش‌شده من هستی، مرا با سوزن بی‌مرادی بدوز، مرا با سوزن بی‌مرادی بدوز.

بی‌کلید این درگشادن راه نیست

بی‌طلب نان سنت الله نیست

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۸۷)

مرسی از وقتی که دادید. یک دنیا ممنون.

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

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای پویا]



۹- آقای علی از دانشمارک

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای علی]

آقای علی: با اجازه‌تان یک پیغامی هست، به اشتراک می‌گذارم. عنوانش هست که «همسایه دیواربه‌دیوار»

رویم و خانه بگیریم پهلوی دریا
که داد اوست جواهر، که خوی اوست سخا
بدان که صحبت، جان را همی‌کند هم‌رنگ
ز صحبت فلک آمد ستاره، خوش‌سیما
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۲)

مولانا در این غزل مانند بسیاری موارد دیگر باز هم به تأثیر قرین تأکید می‌کند که از عوامل کلیدی برای رسیدن به مقصود اصلی ما است که همان زنده شدن به بی‌نهایت و ابدیت خدا است.

پس با توجه به اهمیت موضوع باید در ابتدا به قرین همیشگی خودمان بپردازیم و آن من‌ذهنی ما است. تشکیل من‌ذهنی برای این‌که ما فردیت را تجربه کنیم در ابتدای ورود به این جهان لازم بوده‌است، به عبارت دیگر در ابتدای ورود به این جهان ما در همسایگی من‌ذهنی خانه گرفته‌ایم.

همان‌طور که همسایه در عالم بیرون تأثیر مهمی در آرامش و ثبات ما دارد، در عالم معنا هم همسایه درونی ما تأثیر به‌سزایی در سرنوشت ما دارد. برای روشن شدن مطلب مثالی ذکر می‌کنم.

همسایه طبقه پایین آپارتمان ما اغلب آخر هفته‌ها دوستان خودش را در خانه‌اش جمع می‌کند و تا نیمه‌های شب سروصدا راه می‌اندازد و همچنین با راه انداختن دود و دم ایجاد مزاحمت برای ما می‌کند به‌طوری‌که مزاحم آرامش و خواب ما می‌شود.

حالا ما اگر بخواهیم از این مزاحمت‌ها خلاص شویم باید از این‌جا نقل مکان کنیم و اگر در ساختمان جدید هم شانس بیاوریم و همسایه بی‌سروصدایی نصیبمان شود، می‌توانیم بدون مزاحمت در خانه‌مان استراحت کنیم.

حالا از این تمثیل برای انتخاب همسایه درونی استفاده می‌کنیم. همسایه همه ما من‌ذهنی ما است با همه خصوصیات مخربی که دارد. تا به حال در هر سنی که هستیم تجربه کرده‌ایم که این همسایه نه تنها آرامش و شادی را از ما گرفته است، بلکه ما را به هزار گرفتاری و مخمصه نیز انداخته است.



برای همین است که مولانا در بیت بالا می‌فرماید که باید برویم و پهلوی دریا خانه بگیریم. در این نقل مکان احتمال این‌که دوباره همسایه نابابی نصیبمان شود وجود ندارد، چون به گفته مولانا دریا هم پر از جواهر و دُر گران بها است و هم سخاوتمند است.

پس تو هم الْجَارُ ثُمَّ الدَّارُ گو گر دلی داری، برو دلداری جو (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۰۱۰)

«پس تو نیز به حقیقت این ضرب‌المثل ایمان آور و آن را بخوان: «اول همسایه، بعد خانه.»

بنابراین تو که از جنس هشیاری حضور هستی، ببین که اکنون همسایه‌ات یک من‌ذهنی‌ست یا خدا، مولانا و فضای گشوده شده؟»

الْجَارُ ثُمَّ الدَّارُ: اَوَّلُ همسایه بعد خانه (مَثَل)

«الْجَارُ ثُمَّ الدَّارُ» ضرب‌المثل است، یعنی «اول همسایه بعد خانه». پس با توجه به اهمیت قرین، ما باید اول ببینیم با چه کسی همنشین شده‌ایم و می‌شویم. همان‌طور که در تمثیل بیرونی اگر می‌خواهیم خانه‌ای بخریم باید اول تحقیق کنیم تا مطمئن شویم همسایه آینده ما چه خصوصیتی دارد. در درون هم اهمیت داشتن همسایه خوب صدچندان است.

حالا ما ناخواسته با من‌ذهنی همسایه شده‌ایم و بنابه دلایلی هم در همسایگی‌اش مانده‌ایم، ولی الآن دیگر چاره‌ای جز «ارجعی» و نقل مکان به کنار دریا نداریم.

ولی مشکل کار این‌جا است که این نقل مکان بنابه دلایلی به راحتی انجام نمی‌شود. برخی از دلایل عمده آن عبارت‌اند از:

۱- خاصیت اینرسی (inertia) و یا «اصل ماند من‌ذهنی». ما با من‌ذهنی به راحتی حاضر نیستیم از ذهن نقل مکان کنیم و با خدا یا بزرگان قرین شویم.

۲- داشتن پندار کمال و ناموس در بافت من‌ذهنی. چون ما خودمان را کامل و بدون درد می‌دانیم لزومی به نقل مکان نمی‌بینیم.

۳- خاصیت ناز کردن و عدم احساس نیاز به عقل کل. یعنی ما به جای این‌که نازِ یار را بکشیم تا همسایه او شویم، نازِ چیزهای آفل این جهان را می‌کشیم.



- ۴- وقتی با من ذهنی قرین هستیم و «می‌دانم» هم شعار ما است، فتوا دهنده ما من ذهنی ما است. در نتیجه همیشه به نفع خودش فتوا می‌دهد، چون چاقو هیچ وقت دسته خودش را نمی‌برد.
- ۵- خاصیت سبب‌سازی ما در من ذهنی. به دلیل همین خاصیت ما نمی‌توانیم ریسمان سبب‌ها را پاره کنیم تا خورشید درون ما بالا بیاید و در کنار دریا ساکن شویم.
- ۶- عدم اعتراف به این‌که ما در من ذهنی به خودمان و دیگران ستم می‌کنیم، یعنی نه تنها مسئولیت خرابکاری‌هایمان را به عهده نمی‌گیریم بلکه تقصیر را گردن دیگران می‌اندازیم.
- ۷- حُب اشیاء. یعنی عشق ورزیدن به چیزها ما را کور و کر می‌کند.
- ۸- تقلید از دیگران. چون اکثر مردم تمایلی به نقل مکان از ذهن را ندارند ما هم این کار را نمی‌کنیم. مطلب را با این بیت تمام می‌کنم:

سوی دریا عزم کن زین آبگیر
بحر جو و ترک این گرداب گیر
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۳۴)

خیلی ممنون آقای شهبازی.

آقای شهبازی: عالی، عالی، علی آقا! ممنونم، زحمت کشیدید.

آقای علی: خواهش می‌کنم، قربان شما.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای علی]



۱۰- خانم یلدا از تهران

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم یلدا]

خانم یلدا: ذهن دوست دارد برای هر چیزی یک دستورالعمل صادر کند، خودش براساس آن عمل کند، دیگران را هم براساس آن بسنجد، قضاوت کند، خوب و بد کند و دوست و دشمن تعیین کند. هر چیزی خارج از این دستورالعمل ما را می‌ترساند و هر وقت براساس آن عمل می‌کنیم حس امنیت می‌کنیم.

این حس امنیت یک حس امنیت کاذب است و ترسش هم وهمی بیشتر نیست. خدا این زندگی براساس دستورالعمل‌های ذهنی را نمی‌پذیرد. بنابراین بعد از دوازده سالگی به صورت‌های مختلف با قضا به این نظم ذهنی ما تیر می‌اندازد. زندگی می‌گوید نوبه‌نو باید از طریق من فکر و عمل کنید.

هر لحظه و هر ساعت یک شیوه نو آرد

شیرین‌تر و نادرتر زآن شیوه پیشینش

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۲۷)

زندگی می‌گوید باید مرکز را خالی کنی، من از طریق تو ببینم، من از طریق تو بشنوم، من از طریق تو حرف بزنم، من از طریق تو فکر کنم، من از طریق تو عمل کنم. برای مایی که تمام عمر در تاریکی ذهن زندگی کردیم و از طریق مقایسه و تقلید از جمع خودمان را سنجیدیم و حس امنیت کردیم، خیلی سخت است که دید ذهن را بگذاریم و زندگی از طریق ما فکر و عمل کند.

و آن فضای خرق اسباب و علل

هست ارض‌الله، ای صدر آجل

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۳۸۱)

هر زمان مُبدَل شود چون نقش جان

نو به نو بیند جهانی در عیان

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۳۸۲)

خرق: پاره کردن

صدر آجل: وزیر اعظم، بزرگترین وزیر

زمین خدا فضای پاره شدن تمام اسباب و علل‌های ذهنی است. زندگی با این سبب‌سازی ما، با عادات پوسیده و تقلیدی ما، با نظم پارکی ما کار نمی‌کند. زندگی نوبه‌نو شیوه جدید دارد. هر لحظه باید تبدیل بشویم، هر لحظه باید مرکز را عدم کنیم و نوبه‌نو یک جهان زنده‌ای را به‌طور عیان ببینیم و تجربه کنیم.

این نوبه‌نو زندگی را تجربه کردن کسی را می‌طلبد که دنبال تأیید و توجه جمع نباشد، چون کسی که چشمش به جمع است و از آن شراب می‌گیرد، نمی‌تواند پیام‌های زندگی را بگیرد. کسی را می‌خواهد که ایمان آورده باشد



من ذهنی‌اش از جنس شیطان است و هر لحظه با حرف زدنش سحر می‌کند و گفتش خلاف حقیقت است. کسی را می‌خواهد که شهوت چیزی در مرکزش نیست، که هر لحظه بخواهد آن را زیاد کند و به‌خاطر زیاد نشدنش با خدا ستیزه کند. کسی را می‌خواهد که از تهدیدات من‌ذهنی خودش و از تهدیدات جمع نترسد. چون کسی که می‌ترسد دیگر قدرت تبدیل و صُنْع ندارد. خلاصه هرچه مرکز ما خالی‌تر می‌شود بیشتر زندگی از طریق ما فکر و عمل می‌کند.

قلم آن جا نهد دستش که کم بیند درو حرفی چرا از عشق تصحیحش تو حرفی کم نمی‌گردی؟ (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۰۰)

قلم خدا در مرکز انسانی می‌نویسد که در سخن گفتن به زندگی پیشی نمی‌گیرد، کسی که مدام با ذهنش حرف نمی‌زند، ادب دارد و طلب دارد که زندگی حرف بزند. گوش و چشمش از هرچه که ذهن نشان می‌دهد کر است. حضرت مولانا می‌گوید چرا یک لحظه ذهنت را ساکت نمی‌کنی که او بنویسد.

ما این‌قدر به سیستم دویی خوب و بد عادت کردیم که سریع هر الهام و پیامی از طرف زندگی که از درون یا از بیرون می‌آید را براساس دانش تقلیدی‌مان می‌سنجیم. ما می‌ترسیم از این محدوده تاریک و کثیف ذهن، ولی آشنا خارج شویم. ما می‌ترسیم این عقل جزوی ناکارآمد را خاموش کنیم. ما با زندگی با سیستم سبب‌سازی بحث می‌کنیم. ما در صفت حرف زدن پیشی می‌گیریم، درحالی‌که زندگی می‌گوید من حرف می‌زنم و تو فقط عمل می‌کنی، نه با ذهنت تأیید می‌کنی و نه مخالفت می‌کنی.

من به گوش تو سخن‌های نهان خواهم گفت سر بجنبان که بلی، جز که به سر هیچ مگو (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۱۹)

زندگی می‌گوید از این من‌ذهنی خودت و دیگران نترس. من به گوش جان تو سخن‌های پنهانی می‌گویم. من دارم به تو یاد می‌دهم که چگونه باید کارها را انجام بدهی، فقط سرت را بجنبان و تندتند کار کن. جز شکر و رضایت با مرکز عدم هیچ‌چیز نگو. با ذهنت خوب و بد نکن، از خوب و بد دیگران هم نترس، با من موازی شو و فقط کار کن. مرسی آقای شهبازی از وقتی که به من دادید.

آقای شهبازی: عالی، عالی، آفرین! خیلی خوب بود. خیلی خوب بود.
خانم یلدا: ممنونم، مرسی.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم یلدا]



۱۱- خانم فرزانه

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فرزانه]

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

هرکه مُسْتَوْحِش بود پُر غصّه جان کرده باشد با دَغایی اِقتِران (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۱۳)

مُسْتَوْحِش: بیمناک
دَغَا: مکار، حيله گر
اِقتِران: همنشین شدن، قرین شدن

به ما می‌گویند اگر غم و غصه داریم، ترس و ناامیدی و اضطراب ما را رها نمی‌کند، ما با من‌ذهنی جمع و فردی خود و یا همانیدگی‌هایمان قرین شده‌ایم و آیا تا به حال خواسته‌ایم که از این دردهای من‌ذهنی رها شویم و از جانمان شادی بی‌سبب را بکشیم؟

رهایی ما بستگی به اختیار ما برای انداختن و بستن راه غم در ما دارد. غم ما در من‌ذهنی همچون حیوانی وحشی است که جانمان را می‌درد و رهایی از آن مستلزم خروب‌گنی دارد، یعنی خود را مجرم بدانیم و دست به‌کار شویم.

خویش مُجْرِم دان و مُجْرِم گو، مترس تا ندزدد از تو آن اُستاد، درس (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۷)

اما ما تا به دیوار بلا سرمان نخورد، با اطاعت من‌ذهنی را از بیخ نمی‌کنیم، تا کارمان به خوردن قرص‌های آرام‌بخش و ضد استرس نرسد، تا کارمان به سیلی قضا نرسد، یک دم ترک من‌ذهنی را انتخاب نمی‌کنیم. حاضر می‌شویم قرص آرام‌بخش با صدها عوارض بخوریم و یک لحظه دوری از فکر را رها نکنیم.

نَفَخْتُ فیهِ مِنْ رُوحی رسیده‌ست غم بیش و غم کم را رها کن (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۹۰۵)

نَفَخْتُ فیهِ مِنْ رُوحی: از روح خود در او دمیدم. اشاره به آفرینش آدم است.

در مقایسه و حسادت، روابط خود را برای غم بیش و کم خراب می‌کنیم، دیگران را می‌رنجانیم و اما دمیدن خداوند در جانمان با فضاگشایی در این لحظه را انتخاب نمی‌کنیم.



حلق جان از فکر تن خالی شود

آنگهان روزیش اِجلالی شود

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۲)

راهی که نور زندگی به ما نشان می‌دهد این است که فکرها را که از سبب‌سازی ریشه گرفته‌است رها کن تا به‌جای غم و بیش و کم، روزیات اِجلالی شود. فکر مرکز همانیده بی‌ریشه و بی‌تکیه‌گاه است و تنها خرابکاری می‌کند. در بسیاری از ابیات، جناب مولانا راه را به‌طور مستقیم به ما می‌گویند، همچون بیت:

ای سلیمان در میان زاغ و باز حلم حق شو، با همه مرغان بساز

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۷۷۹)

حلم: فضاگشایی

مگر می‌شود خواسته هر انسانی نباشد که در شادی بی‌سبب باشد! و می‌گویند اگر این را می‌خواهی همچون سلیمان شو. تو هم بیا دست به فضاگشایی بزن و خود فضای گشوده‌شده شو و در انعطاف‌پذیری و نرم‌دلی و عشق زندگی کن.

سازش از انعطاف‌پذیری و عدم ساییدن به آنچه که ذهن نشان می‌دهد می‌آید. خود عشق شو، به قضا چشم بگو، خود زندگی شو و آنگاه دیگران را هم زندگی ببین و می‌گویند سازش را انتخاب کن.

کار بدون حلم و فضاگشایی کاری است که من‌ذهنی در آن دخالت دارد و سبب‌سازی هم مادر آن است که این همان «هروله» رفتن، همان جهد بی‌توفیق، همان «تُرّهات»، همان عضو نُوبریده و مردار است.

چون گذشتن از این فاصله در این صحرای سوزان من‌ذهنی تا کنار دریا تا زمانی که به این گوساله من‌ذهنی عشق داریم، سیصدساله هم نمی‌توانیم آن را بگذرانیم و باز هم به‌جای قبلی که هستیم باز می‌گردیم، باز هم زمان زندانمان در ذهن بیشتر می‌شود تا این‌که عمل با من‌ذهنی سبب‌ساز را رها کنیم.

خیلی ممنونم استاد از وقتی که به من دادید.

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

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم فرزانه]



۱۲- خانم فرخنده از جوزدان نجف‌آباد

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فرخنده]

رویم و خانه بگیریم پهلوی دریا که داد اوست جواهر، که خوی اوست سخا (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۲)

خانه ذهن فضایی بسته، ارتعاش در و دیوارش انقباض و مقاومت، بدون نور و روشنایی، همیشه سرد و یخبندان، هوایش مسموم به دود خشم و ترس، ساکنانش همه در خواب خشم و ترس و رنجش و مقاومت و حسادت، انتقام‌جویی و بغض و کینه و حرص.

می‌داند که هرچه آن‌ها بیشتر بخوابند و خوابشان عمیق‌تر باشد، به طول عمرش اضافه‌تر خواهد شد، بنابراین فضایش را طوری طراحی کرده که بیشتر بخواهند در خواب باشند، تا بیدار شوند. زمانی که در خوابند، از فرصت استفاده می‌کند، انرژی زنده زندگی را لحظه به لحظه از آن‌ها می‌دزد و تبدیل به درد و مسئله کرده و به جان‌شان تزریق می‌کند.

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

طرّار: دزد

باید همسایه دریا شده و لحظه به لحظه حول فضای گشوده شده که فضای یکتایی است، بگردیم، چون در این صورت است که ناظر ذهن خودمان می‌شویم و دیگر به راحتی هر آنچه را که به ما نشان می‌دهد را به مرکزمان نمی‌آوریم و از زیر نفوذ او بیرون خواهیم آمد.

برای این کار باید متعهد به مرکز عدم بود، پی‌درپی فضاگشایی کرد و مقاومت و ستیزه را در خود کاهش دهیم. کنار دریا که باشیم، وسعت و بی‌پایانی او را که می‌بینیم، ذهنمان منیت ندارد. قرین دریا که باشیم، ما هم دریادل می‌شویم، خروشان و متلاطم، در عین حال نهایت بخشندگی، متواضع و آرام.

و این‌جا است که می‌توانیم محصول انبساط خود که دُرهایی از جنس آرامش و شادی بی‌سبب، حس امنیت، خلایق و هدایت و لطافت است را به دیگران ببخشیم.



ولی اگر می‌خواهیم در خانهٔ ذهن بمانیم، همیشه در انقباض به‌سر می‌بریم و محصول انقباض خود را که خشم و ترس و مقاومت است را به جان آن‌ها می‌ریزیم. آن‌ها را دردمند و گرفتار و خشمگین می‌کنیم.

تنها راهی که ما را متقاعد می‌کند که از خانهٔ ذهن همانیده به شهر یکتایی نقل مکان کنیم، تکرار مداوم ابیات مولانا به‌صورت ذکر است. هرچه بیشتر این ابیات را تکرار کنیم، به دریا نزدیک‌تر می‌شویم، چون ما در زمهریر ذهن، در همانیدگی‌ها، منجمد و افسرده شده‌ایم و این ابیات با نور، تابش و گرمای خودشان، مانند خورشیدی به این کوه یخ ذهن ما

می‌تابند و رفته‌رفته او را ذوب می‌کنند.

این قدر گفتیم، باقی فکر کن
فکر اگر جامد بود، رو ذکر کن

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۷۵)

ذکر آرد فکر را در اهتزاز
ذکر را خورشید این افسرده ساز

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۷۶)

اهتزاز: جنبیدن و تکان خوردن چیزی در جای خود

آشنایی گیر شب‌ها تا به روز
با چنین استاره‌های دیوسوز

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۲۳۰)

هر یکی در دفع دیو بدگمان
هست نفت انداز قلعهٔ آسمان

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۲۳۱)

نفت‌اندازنده: کسی که آتش می‌بارد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم فرخنده]



۱۳- آقای کیان و خانم زهره از آمل

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای کیان]

آقای کیان: من اسمم کیان است. هشت سالم هست.

آقای شهبازی: از کجا زنگ می‌زنید؟

آقای کیان: از آمل.

آقای شهبازی: آمل، آفرین، آفرین، ماشاءالله. یک بار دیگر اسمتان را بگویید.

آقای کیان: اسمم کیان اصغری هست.

آقای شهبازی: خیلی خوب، بفرمایید.

آقای کیان: من می‌خواهم برای شما شعر بخوانم.

آقای شهبازی: به به به، بفرمایید.

آقای کیان:

شب که جهان است پر از لولیان
زهره زند پرده شنگولیان

بیند مریخ که بزم است و عیش
خنجر و شمشیر کند در میان
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱۰۴)

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

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

صبر کردن، جان تسبیحات توست
صبر کن، کآنست تسبیح درست
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۴۵)



اَنْصِتُوا را گوش کن خاموش باش
چون زبان حق نگشتی گوش باش
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۴۵۶)

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

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

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

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

آقای شهبازی: یک کمی یواش‌تر و بلندتر بخوانید اگر دارید باز هم.

آقای کیان: باشد، تمام شد دیگر.

آقای شهبازی: تمام شد؟ خب آن سه چهارتای اول را یک بار دیگر می‌توانید بخوانید؟

آقای کیان:

شب که جهان است پر از لولیان
زهره زند پرده شنگولیان

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

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



لولیان: جمع لولی، کولی، سرودخوان کوچه
 شنگولیان: جمع شنگولی، شاداب، شوخ
 پَر ماه: مراد هاله ماه است که حلقه نورانی سفید یا رنگی است که گاهی گرد قرص ماه دیده می‌شود.
 ماکیان: مرغان

آقای شهبازی: آفرین!

آقای کیان:

چه شکر فروش دارم که به من شکر فروش
 که نگفت عذر روزی که برو شکر ندارم
 (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۶۲۰)

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

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

آقای کیان:

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

تمام شد.

آقای شهبازی: آفرین! تمام شد آفرین! چه کسی دارد با شما صحبت می‌کند؟ مامانتان یا مادر بزرگتان؟ می‌خواهند صحبت کنند؟

آقای کیان: مامانم هست.

[سلام و احوالپرسی آقای شهبازی و خانم زهره]

آقای شهبازی: واقعاً ممنون که یاد می‌دهید به کودکانتان.

خانم زهره: ممنونم، من هر شب دارم برایش می‌خوانم. می‌گویم کیان جان فقط یک بار تکرار کافی نیست، عادت کنی فقط شب‌ها بخوانم. باید هر روز تکرار کنی. می‌گوید چشم باشد مامان. ولی موقع خوابیدن خیلی خوب یادش هست، روز که می‌شود همان شعری هست که می‌گوید «سَعِیْکُم شَتّٰی، تناقض اندرید»



سعیگم شتی، تناقض اندرید روز می‌دوزید، شب برمی‌درید (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۵۶)

«تلاش‌های شما پراکنده و گونه‌گون است، و شما در دام تناقض گرفتار آمده‌اید. چنانکه مثلاً روز می‌دوزید و شب همان را پاره می‌کنید.»

و این آیه قرآن است:

«إِنَّ سَعْيَكُمْ لَشَتَّى»

«که: همانا کوشش‌های شما پراکنده و گونه‌گون است.»

(قرآن کریم، سوره لیل (۹۲)، آیه ۴)

آقای شهبازی: بله، [آقای شهبازی می‌خندند] خب بچه هستند خب، خیلی خوب خواندند. تلفن هم آدم هول می‌شود.

خانم زهره: روز می‌دوزید، شب می‌درید، من خودم بدتر از کیان، خب خودم را نگاه می‌کنم، وقتی کیان این‌طوری هست می‌گویم زهره جان تو خودت قبلاً بدتر از کیان بودی. کیان را یعنی من قشنگ زندگی می‌بینم.

آقای شهبازی: بله، آفرین!

خانم زهره: خودم را در کیان می‌بینم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم زهره: عیب‌هایی که مثلاً در کیان می‌دیدم، خودم را می‌بینم. بعد خیلی جالب است برایم حتماً اصرار داشت که من می‌خواهم زنگ بزنم با آقای شهبازی صحبت کنم. من هم گفتم باشد مامان، تو شعرها را آن‌جوری حفظ نیستی، باید شعر را قشنگ حفظ بشوی بعد خوب بخوانی، چون اصرار داشت ببخشید من با شما تماس گرفتم.

آقای شهبازی: بله، بله. ممنونم، خیلی خوب بود.

خانم زهره: و این‌که خواستم بگویم که در اوایل راه فاطمه جان زنگ زده بودند در مورد آن.

[قطع شد]



۱۴- خانم‌ها زرین و تیارا و یکتا از زرین‌شهر

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم زرین]

خانم زرین: کجا خانه می‌سازم؟

رویم و خانه بگیریم پهلوی دریا که داد اوست جواهر، که خوی اوست سخا (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۲)

وقتی از زندگی جدا می‌شوم و همانندگی‌ها را در مرکز می‌گذارم، منقبض می‌شوم، در فکرها گنج و گم می‌شوم، به دنبال سبب‌سازی من‌ذهنی می‌روم، تعهد به مرکز عدم ندارم، مقاومت می‌کنم، واکنش نشان می‌دهم، دشمن‌سازی، مسئله‌سازی و مانع‌سازی می‌کنم، می‌رنجم، کینه دارم، حسادت می‌کنم، ناموس و پندار کمال دارم، حاضر نیستم، به هر جهتی می‌روم، از بام پایین می‌افتم، زیر نفوذ من‌ذهنی هستم، ناظر ذهن نیستم، تنگ‌نظر هستم، هیچ‌چیز را بر هیچ‌کس روا نمی‌دارم، خشم دارم، خرابکاری می‌کنم، به خود و دیگران صدمه و آسیب می‌زنم، مقایسه می‌کنم، با دید من‌ذهنی می‌بینم، «قضا و کُنْ فُکَان» را نمی‌پذیریم و صبر ندارم، منصب تعلیم دارم، قانون جبران چه مادی و چه معنوی را رعایت نمی‌کنم، قرین بد دارم، از تنها بودن می‌ترسم، نیازمند جهان بیرون هستم، مسئولیت‌پذیر نیستم، پیغام‌های زندگی را رد می‌کنم، درس بی‌مرادی را نمی‌گیرم، حرص و شهوت هرچه بیشتر بهتر را دارم، کارافزایی می‌کنم، عشق گوساله دارم، در زمان روانشناختی من‌ذهنی سیر می‌کنم، گله و شکایت دارم، ناشکری و ناسپاسی می‌کنم، کارگاه صنُع را پُر از همانندگی می‌کنم، عنایت و رحمت زندگی را نمی‌بینم، مجادله می‌کنم، قطب ایجاد می‌کنم، ارزش خود را از بیرون می‌خواهم، پرهیز ندارم، همانندگی‌ها را بر خود لازم و ضروری می‌دانم و غیره، شروع به ساختن خانه‌ها و برج‌های غیرقانونی در ذهن خود می‌کنم.

حال با ابیات مولانا خودم را جریمه می‌کنم که از هر بیت مربوط به انقباض، سبب‌سازی، نسیان، آنصِتوا، تسلیم، قبول مسئولیت، پندار کمال، ناموس، خبر و سنی دیگران، صد بار، دویست بار بنویسم تا یادم بماند هرجایی نمی‌شود خانه ساخت که ما را به درد می‌اندازد، گرفتار می‌کند.

خانه را با فضاگشایی و کار بر روی خود از صحرای خشک ذهن به شهر یکتایی منتقل کنیم که پر از گوهر و جواهرهایی همانند رحمت، عنایت، رضا، آرامش، شادی بی‌سبب، امنیت، هدایت، خلاقیت، شکر و صبر است.

تمام شد استاد.



آقای شهبازی: خیلی زیبا. آفرین! عالی، عالی. ممنونم زحمت کشیده بودید زیاد.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم زرین]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم تیارا]

خانم تیارا:

وآنکه آفل باشد و، گه آن و این

نیست دلبر، لأحبُّ الأفلین

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۳۰)

می‌گوید اگر چیز گذرا را بگذاریم مرکزمان، بعضی موقع‌ها حالمان کم می‌شود و بعضی موقع‌ها حالمان بهتر می‌شود. ما باید بدانیم که داریم هم‌هویت‌شدگی‌ها را می‌پرستیم، این‌ها آفلین هستند، خداوند آفلین‌ها را دوست ندارد. یعنی یک انسان که واقعاً به حضور زنده هست، آفلین را، یعنی چیزهای گذرا را هیچ موقع نمی‌گذارد مرکزش. نه خداوند می‌خواهد ما از جنس چیزهای گذرا باشیم، نه انسان کامل و نه انسانی که فهمیده منظورش از آمدنش چیست.

ما هر دفعه حالمان بد می‌شود و یک دفعه بهتر می‌شویم، در این‌جا می‌فهمیم چیزهای گذرا را در مرکزمان گذاشتیم و آن‌ها را داریم می‌پرستیم، اگر حال ما تغییر می‌کند پس یعنی ما هنوز باید روی خودمان کار کنیم، دردها هم آفلند منتها ما گرفتیم آن‌ها را و نمی‌توانیم رها کنیم. دردها است که منشأ فکر کردن ماست، ما نمی‌توانیم درد را بپرستیم، آن درد را پرسیدن یعنی شیطان را پرستیدن، پس ما باید از چیزهای آفل پرهیز کنیم.

استاد تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین! چه چیزی یاد گرفتید تیارا خانم، آفرین!

خانم تیارا: ممنونم استاد، همه‌شان از لطف شماست.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم از جدیت خودتان است. ماشاءالله، عالی است.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم تیارا]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم یکتا]

خانم یکتا:



چون بجَهد خنده ز من، خنده نهان دارم ازو
روی تُرش سازم ازو، بانگ و فغان آرم ازو
با تُرُشان لاغ کنی، خنده زنی، جنگ شود
خنده نهان کردم من، اشک همی بارم ازو
شهرِ بزرگ است تنم، غمِ طرفی، منِ طرفی
یکِ طرفی آیم ازو، یکِ طرفی نارم ازو
با تُرُشانش تُرُشم، با شِکرانش شِکرم
رویِ من او، پشتِ من او، پشتِ طرب خارم ازو
صد چو تو و صد چو منش مست شده در چمنش
رقص‌کنان، دست‌زنان، بر سرِ هر طارم ازو
طوطیِ قند و شِکرم، غیرِ شِکر می‌نخورم
هر چه به عالمِ تُرُشی، دورم و بیزارم ازو
گر تُرُشی داد تو را، شهد و شِکر داد مرا
سُکسُک و لنگی تو ازو، من خوش و رهوارم ازو
هر که درین ره نرود، درّه و دوله‌ست رهش
من که درین شاه‌رهم، بر ره هموارم ازو
مسجدِ اقصاست دلم، جنتِ مأواست دلم
حور شده، نور شده جمله آثارم ازو
هر که حَقّش خنده دهد، از دهنش خنده جهد
تو اگر انکاری ازو، من همه اقرارم ازو
قسمتِ گل خنده بُود، گریه ندارد، چه کند؟
سوسن و گل می‌شکفد در دلِ هشیارم ازو



صبر همی‌گفت که: من مژده‌دهِ وصلم ازو
شکر همی‌گفت که: من صاحبِ انبارم ازو

عقل همی‌گفت که: من زاهد و بیمارم ازو
عشق همی‌گفت که: من ساحر و طرارم ازو

روح همی‌گفت که: من گنجِ گهر دارم ازو
گنج همی‌گفت که: من در بنِ دیوارم ازو

جهل همی‌گفت که: من بی‌خبرم، بیخود ازو
علم همی‌گفت که: من مهترِ بازارم ازو

زهد همی‌گفت که: من واقفِ اسرارم ازو
فقر همی‌گفت که: من بی‌دل و دستارم ازو

از سوی تبریز اگر شمسِ حقم باز رسد
شرح شود، کشف شود جمله‌ گفتارم ازو
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱۴۲)

لاغ: شوخی

طارم: خیمه، سراپرده

سُکسک: اسبی که بد و نارھوار رود.

دوله: پست و بلند، ناهموار

مسجدِ آقصی: مسجد بزرگ و معروف در بیت‌المقدس

طرار: دزد

بن دیوار: کنایه از اینکه در قدیم گنج را زیر دیوار پنهان می‌کردند که برای پیدا کردن آن باید خانه را خراب می‌کردند، و کنایه از پای

دیوار نشستن، گدایی کردن

مهتر: سرور، آقا، رئیس

استاد تمام شد.

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

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم یکتا]

آقای شهبازی: عجب غزلی خواندند، آفرین! چقدر هم زیبا خواندند. بله ماشاءالله.



۱۵- خانم سرور از گلستان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم سرور]

آقای شهبازی: چه عجب خانم! لطف کردید.

خانم سرور: کم سعادتم آقای شهبازی، ممنونم از لطف شما، از زحمات شما، از مهر و عشق شما ممنونم واقعاً. خیلی زحمت می‌کشید، نمی‌دانیم با چه زبانی از شما تشکر کنیم. واقعاً نمی‌شود یعنی زبان یارای قدرت تشکر از شما را ندارد.

آقای شهبازی: لطف دارید، شما هم خیلی زحمت می‌کشید خانم، شما هم خیلی زحمت می‌کشید. نکات را درمی‌آورید، نکات عالی! ممنونم. واقعاً کار گروه شما عالی، خیلی خوب. سلام برسانید.

خانم سرور: خواهش می‌کنم، حتماً، سلامت باشید. یک متنی آماده کردم با اجازه‌تان می‌خوانم.

همانش و واهمانش:

قبل از ورود به این جهان ما از جنس خداوند، از جنس آلت هستیم. با وارد شدن به این جهان از پدر و مادرمان یاد می‌گیریم که چیزها و آدم‌ها مهم هستند و ما ندانسته با آن‌ها همانیده می‌شویم، در واقع همانش بدون اطلاع ما صورت می‌گیرد. قبلاً برحسب عدم یا هشیاری نظر می‌دیدیم ولی در این جهان چون همانیده می‌شویم مرکز عدم را از دست می‌دهیم، مرکز ما تبدیل به جسم شده و چیزها در مرکز ما قرار می‌گیرند.

همانیدن یعنی تجسم اجسام فکری و تزریق حس هویت به آن‌ها، درواقع حس وجود دادن به ذهن یا به چیزهای این جهانی به صورت فکر «همانش» نامیده می‌شود،

درنتیجه مرکز ما که عدم بود تبدیل به جسم می‌شود و ما به خواب ذهن فرومی‌رویم درحالی‌که جنس و ذاتمان از خداوند است و جز خداوند هیچ‌چیز و هیچ‌کس نباید در مرکز ما باشد.

منظور از آمدن ما به این جهان این است که یک مدتی در بافت ذهنی تا ده دوازده سالگی زندگی کنیم، سپس یک پدیده دیگری به وجود می‌آید که در خارج شدن از ذهن به ما بسیار کمک می‌کند و آن این است که ما درک کنیم آن چیزی که ذهنمان به صورت وضعیت این لحظه نشان می‌دهد مهم نیست بنابراین نباید به مرکز ما بیاید. در این حالت مرکز ما عدم می‌شود، ما از خواب ذهن بیدار شده و دوباره به اصلمان زنده می‌شویم.

وقی مرکز ما همانیده می‌شود، ما از فکری به فکر دیگر می‌پریم. با عوض شدن سریع فکرها، یک تصویر ذهنی به وجود می‌آید که اسمش «من ذهنی» است و این‌گونه به نظر می‌رسد که این تصویر ذهنی متحرک ما هستیم، همه



مردم فکر می‌کنند من ذهنی هستم! این طرز فکر درست نیست، ما من ذهنی نیستیم بلکه ما از جنس هشیاری و از جنس خداوند هستیم. در اثر همانیده شدن با چیزهای آفل و گذرا، در ما مقاومت و قضاوت به وجود می‌آید که از خصوصیات بارز من ذهنی است. قضاوت یعنی ما مرتب بد و خوب می‌کنیم. اگر همانیدگی‌های مرکز ما زیاد شود، خوب است و خوشحال می‌شویم اگر کم شود، بدحال و ناراحت می‌شویم.

مقاومت معنی‌اش این است که اتفاق این لحظه برای ما بسیار مهم است و از اتفاق زندگی می‌خواهیم، درحالی‌که ما خودمان از جنس زندگی هستیم ولی از این راز بزرگ آگاه نیستیم. وقتی من ذهنی می‌سازیم از خداوند که عقل کل است جدا می‌شویم و عقل جزوی من ذهنی ما را اداره می‌کند. چنین عقلی از حوادث و اتفاقات ناگوار مصون نیست و مرتب اتفاقات بد برایش پیش می‌آید.

عقل جزوی گاه چیره، گه نگون عقل کلی ایمن از ریب‌المنون (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۱۴۵)

ریب‌المنون: حوادث ناگوار روزگار

شب مخسپ این جا اگر جان بایدت ورنه، مرگ این جا کمین بگشایدت (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۲۹)

عذر خود از شه بخواه ای پرحسد پیش از آن که آنچنان روزی رسد (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۹۰)

تا به دیوار بلا ناید سرش نشود پند دل آن گوش کرش (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۰۶۳)

ولی دیگر نمی‌خواهم درد بکشم، نمی‌خواهم سرم به دیوار بالا بخورد و اتفاقات ناگوار برایم پیش بیاید تا از همانیدن دست بردارم. با آموزش‌های مولانا یاد گرفته‌ام باید همانیدگی‌های مرکز را شناسایی کنم و بیندازم، به عبارتی عمل واهمانش انجام دهم. واهمانش یعنی شناسایی این‌که چیزهای ذهنی مهم نیستند، نباید به مرکز بیایند، فقط فضای گشوده‌شده و مرکز عدم مهم است. پس باید ساکت شوم، ذهنم را خاموش کنم و فضاگشا باشم تا زندگی یا خداوند از طریق من فکر و عمل کند. واهمانش یعنی شناسایی این‌که چیزهای ذهنی که تا حالا



برای من مهم بودند، فکر می‌کردم این‌ها زندگی دارند و باید مرکز من بیایند، من برحسب آن‌ها ببینم، الآن فهمیدم این چیزها مرا به درد و انقباض می‌کشند. با انجام عمل واهمانش عذرخواهی، صبر، شکر و پرهیز در من به وجود می‌آید.

عذرخواهی یعنی اگر مرکز من جسم شد، باید با فضاگشایی، مرکز من را دوباره عدم کنم و این کار را متعهدانه انجام دهم. اگر یک جایی منقبض شدم، یک چیزی به ناموسم برخورد، واکنش نشان دادم، برگردم عذرخواهی کنم. اولین عذرخواهی من از خود خداوند است، عملاً باید فضا را باز کنم چون عذرخواهی یعنی فضاگشایی و عدم کردن مرکز، نه این‌که فقط به زبان عذر بخواهم.

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

«ولی حضرت آدم گفت: «پروردگارا، ما به خود ستم کردیم.» و او همچون ما از حکمتِ کار حق بی‌خبر نبود.»

صبر: صبر زمان خداوند است. با صبر قرین خداوند می‌شوم. شتاب و عجله من ذهنی را باید کنار بگذارم چون من ذهنی همیشه عجله دارد و صبر کردن بلد نیست. وقتی فضا باز می‌کنم قرین زندگی می‌شوم، هشیاری با هشیاری یکی می‌شود اما اگر بی‌صبر شوم، عجله کنم، با من ذهنی که «غیر» است قرین می‌شوم. هر چیزی که ذهن ما نشان می‌دهد غیر است.

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

بی‌خیر: بی‌بهره

شکر: شکر حالتِ سپاس‌گزاری و رضایت است. شکر می‌کنم که پذیرش، تسلیم و فضاگشایی را یاد گرفتم، شکر می‌کنم که دارم تبدیل می‌شوم و زندگی‌ام از طریق خداوند اداره می‌شود.

شکر گویم دوست را در خیر و شر ز آنکه هست اندر قضا از بد بتر (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۵۷)



پرهیز: وقتی با فضاگشایی مرکز عدم می‌شود، به‌طور خودکار دیگر نمی‌خواهم چیزها به مرکزم بیایند. پرهیز
خاصیت زندگی است، در این حالت می‌توانم این لحظه را با پذیرش شروع کنم. این پذیرش به من شادی بی‌سبب
می‌بخشد، این شادی درونی است که از اعماق وجودم می‌جوشد و بیرون می‌آید.

چون نباشد قوتی، پرهیز به

در فرار لا یطاق آسان بجه

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۹۶)

لا یطاق: که تاب نتوان آوردن

آسان بجه: به آسانی فرار کن

ممنونم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، عالی عالی! آفرین. خب خانم سرور موسیقی داریم؟

خانم سرور: سلامت باشید، بله پویا هست، منتظر است.

آقای شهبازی: خیلی ممنون.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم سرور] [موسیقی آقای پویا]



۱۶- خانم پریسا از کانادا

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم پریسا]

آقای شهبازی: چه عجب خانم!

خانم پریسا: یک مدتی بله کم‌سعادت بودم، به‌خاطر شرایط کاری‌ام نشده بود که تماس بگیرم. با اجازه‌تان پیامی آماده کردم که خدمتان می‌خوانم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، بله بله، بفرمایید.

خانم پریسا: خیلی ممنون. شما آقای شهبازی مجموعه ابیاتی را در یک طرحی بیان فرمودید که وقتی پشت‌سرهم خوانده می‌شوند یک سری رمزگشایی برای ما می‌کنند که منظور از خورشید و شمس که مرتب در ابیات خودشان بیان می‌کنند و اصلاً یک دیوان غزلیات به همین نام دارند چه هست. این ابیات را پشت‌سرهم می‌خوانم و یک خلاصه‌ای از آن نکات را خدمت شما عرض می‌کنم.

نک جهان در شب بمانده میخ‌دوز

منتظر، موقوف خورشیدست روز

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۵۰۱)

میخ‌دوز: دوخته به میخ، کسی که او را با میخ به زمین می‌بستند.

این لحظه روز است اما جهان در شب تاریک اسیر شده، انگار که میخ‌دوز شده‌است. روز که همان زندگی یا خداست منتظر است که خورشید از درون انسان بالا بیاید.

از برای آن دلِ پُر نور و برّ

هست آن سلطان دل‌ها منتظر

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۸۸۸)

برّ: نیکویی

سلطان دل‌ها، خداوند منتظر آن دلِ پُر نور و برّ در انسان است، پس آن نور روشنایی و خورشید محلِ طلوعش همین دل انسان است.

شمس باشد بر سبب‌ها مُطَّلَع

هم از او حَبَلِ سبب‌ها مُنْقَطِع

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۱۱۱)



حَبْل: ریسمان

شمس یا خورشید از سبب‌سازی‌های ما مطلع و آگاه است و هم خود او قطع‌کننده سبب‌ها است. هر موقع سبب‌سازی‌های ما در ذهن و فکر پشت‌سر فکر در ما قطع شود خواهیم دید که الآن روز است. اما آیا ما می‌توانیم با ذهن خودمان سبب‌سازی را قطع کنیم؟ خیر. ذهن حتی نمی‌تواند سبب‌سازی را درست ببیند و تشخیص دهد. فقط شمس یا خورشید درون است که از سبب‌سازی‌ها مطلع است و فقط خود او است که حبل یا ریسمان سبب‌سازی‌ها را قطع می‌کند.

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

این خورشید می‌خواهد که از درون ما بالا بیاید اما برای طلوع خورشید، اول باید فضا و آسمان در درون ما باز شود تا شمس بتواند طلوع کند. تنها فضاگشایی‌های پشت‌سرهم ما است که این فضا را برای بالا آمدن خورشید باز می‌کند.

هر چقدر این خورشید در درون ما بالاتر می‌آید نور بیشتری می‌تاباند که در زیر پرتو نورانی این خورشید سبب‌سازی‌ها بهتر دیده می‌شوند و ما به سبب‌سازی‌هایی که می‌کنیم آگاه‌تر می‌شویم. درعین‌حال همین خورشید که بالا می‌آید قطع‌کننده ریسمان سبب‌سازی و فکر پشت‌سر فکر در ما می‌شود. سبب‌سازی که کمتر شد خودش به نوبه خود کمک می‌کند خورشید در درون ما بالاتر بیاید و نور بیشتری بتاباند. در زیر نور آن خورشید دوباره سبب‌سازی‌های خود را بهتر می‌بینیم و شمس آن‌ها را قطع می‌کند و این چرخه آن‌قدر ادامه پیدا می‌کند تا خورشید در انسان کامل بالا بیاید و حبل و ریسمان سبب‌سازی به‌طور کامل قطع شود.

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

هم قرآنی که در بیرون می‌شناسیم و هم قرآن درون خود ما همیشه برای قطع سبب‌سازی‌ها هستند. قطع شدن سبب‌سازی‌ها باعث عزت و بلندی انسانی است که درویش است یعنی درون خود را از همانیدگی خالی کرده‌است و باعث هلاکت و نابودی من‌ذهنی است.



مرغ جذبه ناگهان پرد ز عَش چون بدیدی صبح، شمع آنگه بکُش (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۸۰)

عَش: آشیانه پرندگان

وقتی خورشید در درون ما بالا می‌آید، یک لحظه هشیاری ما به‌عنوان مرغ جذبه از آشیانه ذهن و سبب‌سازی بیرون می‌پرد، در این حالت روز دیده می‌شود. باید در آن لحظه که روز دیده شد شمع کم‌نور ذهن و سبب‌سازی را کُشت.

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

این مرغ جانی که از آشیانه ذهن بیرون می‌پرد همان جان هشیاری خدایی است که به سمت زندگی و اصل خود برمی‌گردد. در ابتدا در من‌ذهنی مُرده بود ولی حالا زنده شده‌است و به سمت خدا می‌رود.

نور حق بر نور حس راکب شود آنگهی جان سوی حق راغب شود (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۹۰)

در این حالت نور خدایی بر نور حواس انسانی سوار می‌شود و جان به سمت خدا راغب می‌شود و به سمت خدا می‌رود.

نور یابد مُستعدّ تیزگوش کاو نباشد عاشق ظلمت چو موش (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۵)

نور زندگی به دنبال آن هشیاری تیزگوشی است که عاشق ظلمت و تاریکی ذهن نباشد. خورشید از درون چنین کسی طلوع می‌کند.

روز روشن هرکه او جوید چراغ عین جُستن کوریش دارد بلاغ (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۲۱)



ور نمی‌بینی گمانی برده‌ای
که صبح‌است و تو اندر پرده‌ای
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۲۲)

کوری خود را مکن زین گفت فاش
خامش و در انتظار فضل باش
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۲۳)

بلاغ: دلالت

این لحظه روز است، اگر کسی در این روز روشن دنبال چراغِ ذهن باشد خودش را رسوا می‌کند. اگر انسانی روز را نمی‌بیند اما گمان می‌کند که در پرده سبب‌سازی و فکر پشت‌سر فکر گیر کرده‌است، بهتر است خاموش و ساکت بشود و در انتظار فضل و رحمت زندگی باشد تا با بالا آمدن خورشید از درونش، ریسمان سبب‌سازی‌ها قطع شود و بتواند روز را ببیند.

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

برای طلوع خورشید از درون ما این‌طور نیست که ما باید کار خاصی را انجام بدهیم و یک سری باوها داشته باشیم یا یک سری اعمال خاصی را انجام دهیم، بلکه باید یک سری کارها را نکنیم. این بیشتر پرهیز را به ما یادآوری می‌کند، پرهیز از همانیدگی و تلاش‌های ذهنی.

ما نباید با تلاش‌های ذهنی خود و سبب‌سازی‌ها مانع بالا آمدن خورشید در درون خود شویم، باقی‌اش با خود زندگی است. خود زندگی دارد می‌کوشد تا با بالا آوردن خورشید در ما، به ما نشان دهد که الآن روز است.

گر همی‌خواهی که بفروزی چو روز
هستی همچون شب خود را بسوز
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۰۱۰)

اگر بخواهیم خورشید در درون ما بالا بیاید و نور آن پیوسته بتابد باید هستی تقلبی خودمان در ذهن را بسوزانیم، خود را صفر کنیم و با من‌ذهنی بالا نیاییم.

خیلی ممنون از شما آقای شهبازی.

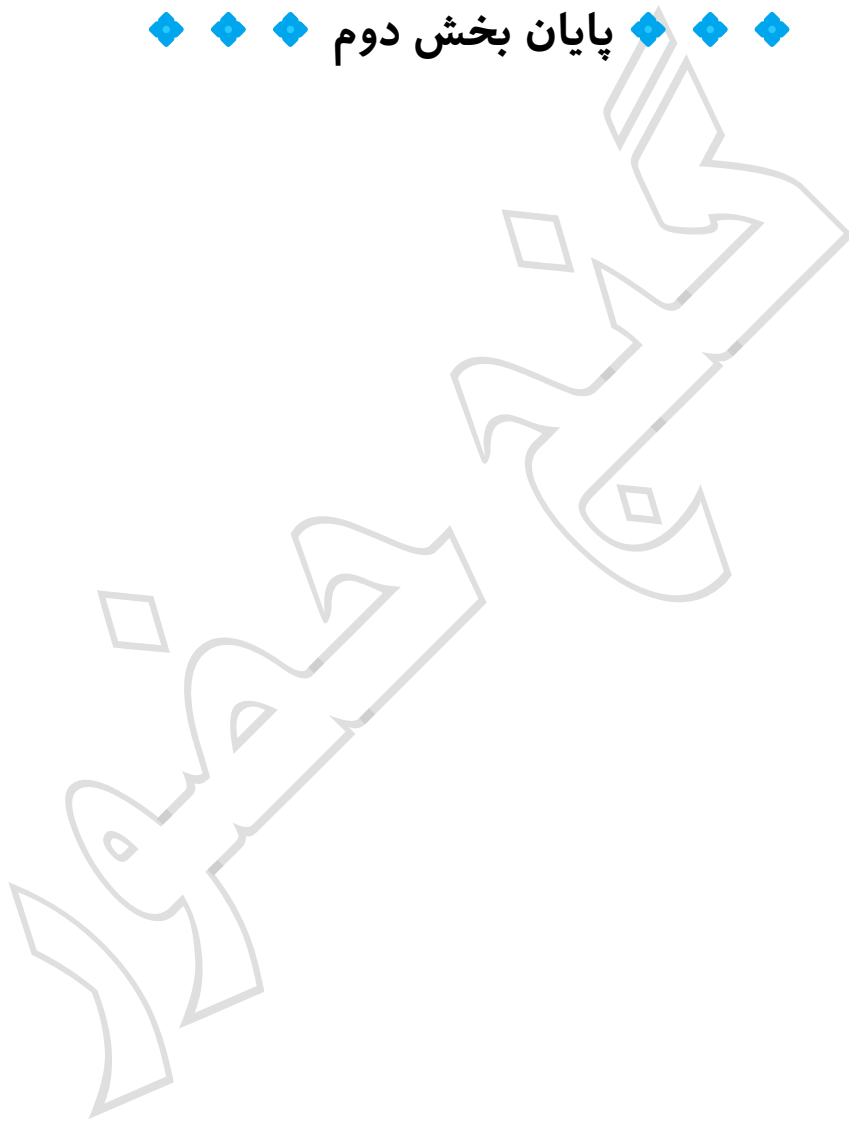


آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین، آفرین! خانم پریسا این را یک ویدئو بکنید ان شاءالله. دیگر عالی، شنیدیم.
خیلی مفید، خیلی مفید، عالی!

خانم پریسا: چشم حتماً، خیلی ممنون از شما آقای شهبازی، این‌ها همه را شما فرمودید در برنامه.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم پریسا]

♦ ♦ ♦ پایان بخش دوم ♦ ♦ ♦





۱۷- خانم فریبا از کرمانشاه

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فریبا]

خانم فریبا: مطلبی آماده کردم در مورد «فضاگشایی از سبب‌سازی»، با اجازه‌تان به اشتراک بگذارم.

وقتی قضا یا اراده الهی یا تصمیم خداوند اتفاقاتی از قبیل ضرر مالی، مریضی، مرگ عزیزان یا هر بی‌مرادی که به مذاق من‌ذهنی ما ناخوشایند است پیش می‌آورد، ما می‌توانیم به دو صورت فکر و عمل کنیم. یا پیغام اتفاق را نمی‌گیریم و از آن زندگی می‌خواهیم و واکنش نشان می‌دهیم و در دام سبب‌سازی و شرطی‌شدگی می‌افتیم یا با واهمانش، تسلیم زندگی می‌شویم و فضا را باز می‌کنیم و به سلام زندگی پاسخ می‌دهیم و به برکات مرکز عدم دسترسی پیدا می‌کنیم و به ذات خدایت خود زنده می‌شویم و قرین خداوند می‌شویم.

اگر فضاگشایی می‌کنیم، آگاه شده‌ایم که به‌عنوان هشیاری امتداد خدا در زندان ذهن با چیزهای این‌جهانی همانیده شده‌ایم و خداوند از روی آگاهی، از مرکز ما اتفاق یا بی‌مرادی را جلوی ما قرار داده تا ما را از خواب ذهن و همانیدگی‌ها بیدار کند. با این آگاهی اتفاق لحظه و من جمله حال من‌ذهنی را بدون قضاوت و افتادن در دام ذهن می‌پذیریم و براساس دردی که در ما بالا آمده همانیدگی را شناسایی کرده و در برابرش فضاگشایی می‌کنیم. مثلاً می‌گوییم من الآن خشمگین هستم، غصه دارم، کینه دارم. یقیناً این دردها نشان‌دهنده وجود چیزها در مرکزمان است که ما آن‌ها را به‌جای خداوند در مرکز خود قرار داده‌ایم.

پس به‌خاطر این پوشاندن زندگی و کفر از خداوند طلب عذرخواهی می‌کنیم و با صبر، شکر، پرهیز، سکوت و کشیدن درد هشیارانه یا با تکرار ابیات مولانا متناسب با دردی که داریم به زندگی اجازه می‌دهیم تا هر موقع به صلاح می‌داند همانیدگی‌هایمان را پاکسازی کند.

و ما در این پروسه (فرآیند، process) فضاگشایی برای خدا تعیین تکلیف نمی‌کنیم که چرا این درد هشیارانه طولانی شده و او نمی‌آید و در مرکز من قدم نمی‌گذارد و من را زنده به خود نمی‌کند و این کار و فضاگشایی در برابر اتفاقات خوب و بد را تا آخرین فرصت زندگی در جسم فیزیکی ادامه می‌دهیم چون آگاهیم که منظور و رسالت ما از آمدن به این دنیا و جسم فیزیکی، بیدار شدن از خواب ذهن و زنده شدن به خدائیت درونمان است.

با درد بساز چون دوی تو منم
در کس منگر که آشنای تو منم



گر کشته شوی مگو که من کشته شدم

شکرانه بده که خونبهای تو منم

(مولوی، دیوان شمس، رباعیات، رباعی ۱۱۶۷)

یار در آخرزمان، کرد طرب‌سازی‌ای

باطن او جدّ جدّ، ظاهر او بازی‌ای

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۱۳)

چه چگونه بُد عدم را؟ چه نشان نهی قَدَم را؟

نگر اولین قَدَم را که تو بس نکو نهادی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۴۲)

ذکر آرد فکر را در اهتزاز

ذکر را خورشید این افسرده ساز

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۷۶)

اهتزاز: جنبیدن و تکان خوردن چیزی در جای خود، حرکت، نوسان

هست مهمان‌خانه این تن ای جوان

هر صباحی ضیف نو آید دوان

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۴)

هین مگو کاین مانند اندر گردنم

که هم‌اکنون باز پرد در عدم

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۵)

هرچه آید از جهان غیب‌وش

در دلت ضیف است، او را دار خوش

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۶)

ضیف: مهمان

لیک حاضر باش در خود، ای فتی

تا به خانه او بیاید مر تو را

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۶۴۳)



ورنه خَلَعَت را بَرَد او بازپس که نیابیدم به خانه هیچ‌کس (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۶۴۴)

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

آنکه بیند او مُسَبِّب را عَیان کِی نَهَد دل بر سبب‌های جهان؟ (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۸۷)

در حالت دیگر، در خواب ذهن و بی‌خبری هستیم. وقتی با بی‌مرادی مواجه می‌شویم در دام ذهن و سبب‌سازی می‌افتیم، پیغام اتفاق را نمی‌گیریم، به مقاومت و قضاوت و افسانه من‌ذهنی و تولید درد می‌افتیم. خود را مسئول کارها نمی‌دانیم، بی‌ادبی می‌کنیم، اَنصِنُوا را رعایت نمی‌کنیم، خود را کامل می‌پنداریم، تعظیم خدا را به‌جا نمی‌آوریم، خدا را امتحان می‌کنیم، ناز می‌کنیم و خود را نیازمند به لطف و رحمت خداوند نمی‌دانیم و با عقل بی‌عقلی من‌ذهنی دست به عمل می‌زنیم و کارافزایی ایجاد می‌کنیم و در زمان روان‌شناختی گذشته و آینده سیر می‌کنیم و انرژی خود را با بادام پوک کاشتن هدر می‌دهیم و این‌گونه هم خود و هم دیگران را به قعر نابودی می‌کشانیم.

بی‌ادب تنها نه خود را داشت بد بلکه آتش در همه آفاق زد (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۷۹)

آفاق: جمع اُفق

از خدا جوییم توفیق ادب بی‌ادب محروم گشت از لطف رب (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۷۸)

بی‌ادب تنها نه خود را داشت بد بلکه آتش در همه آفاق زد (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۷۹)

آفاق: جمع اُفق



بر قرین خویش مَفرّا در صِفَت
کآن فراق آرد یقین در عاقبت
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۵۱۴)

زان نمی‌پرَد به سوی ذوالجَلال
کو گمانی می‌بَرَد خود را کمال
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۳)

هر چه بر تو آید از ظلمات و غم
آن ز بی‌باکی و گستاخیست هم
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۰)

چشم او مانده‌ست در جوی روان
بی‌خبر از ذوق آب آسمان
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۸۵)

چون ز بی‌صبری قرین غیر شد
در فراقش پُر غم و بی‌خیر شد
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۱)

بی‌خیر: بی‌بهره

تو ز طفلی چون سبب‌ها دیده‌ای
در سبب، از جهل بر چفسیده‌ای
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۳)

با سبب‌ها از مُسبِّب غافلی
سوی این روپوش‌ها زآن مایلی
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۴)

چفسیده‌ای: چسبیده‌ای

از مُسبِّب می‌رسد هر خیر و شر
نیست اسباب و وسایط ای پدر
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۵۴)



مَرکَبِ هَمّتِ سَوی اسباب راند

از مُسَبِّبِ لاجَرَمِ محروم ماند

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۸۶)

از سخن‌گویی مجوید ارتفاع

منتظر را به ز گفتن، استماع

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۱۶)

سرنگون ز آن شد، که از سر دور ماند

خویش را سر ساخت و تنها پیش راند

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۲۱)

تمام شد استاد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین! عالی عالی!

خانم فریبا: خواهش می‌کنم، ممنونم.

آقای شهبازی: بله، ممنونم زحمت کشیده بودید، خیلی بُر، خیلی مفید.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم فریبا]



۱۸ - خانم پروین از اصفهان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم پروین]

خانم پروین:

رویم و خانه بگیریم پهلوی دریا که داد اوست جواهر، که خوی اوست سخا (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۲)

دریا، نماد بی‌نهایت خداوند، نماد زندگی است. دریا وسیع است. بی‌نهایت فضای گشوده است که بر آن همه‌چیز جا می‌شود. بی‌چشم داشت بخشش دارد. در آلت نگاه ما فقط به دریا بود، ما منعکس‌کننده همه این جواهرات بودیم.

عهد و پیمان آلت فراموشمان شد، چشم از دریا برداشته بدآدا شدیم و آن شکوه و عظمت را در چسبیدن به چیزها در بیابان ذهن جست‌وجو کردیم. با وجود اینرسی (Inertia) و مقاومت به کوچ موقع نقل مکان از بیابان ذهن به دریا فرارسیده، این اینرسی (Inertia) نتیجه گره‌های همانندگی است که در نی وجود ما ایجاد شد.

تا گره با نی بود هم‌راز نیست هم‌نشین آن لب و آواز نیست (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۲۰۳)

هر روز با حرص گره‌ها را زیاد کرده و صدای ساز وجود بدآدا شده‌است.

ز نفس کُلی چون نفس جزو ما بُرید به اِهْبَطُوا و فرود آمد از چنان بالا

مثال دست بُریده ز کار خویش بماند که گشت طعمه گُربه، زهی ذلیل و بلا (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۲)

اِهْبَطُوا: فرود آید. اشاره به آیه ۳۸ سورة بقره.

«قُلْنَا اهْبِطُوا مِنْهَا جَمِيعًا ۚ فَإِمَّا يَأْتِيَنَّكُمْ مِنِّي هُدًى فَمَنْ تَبِعَ هُدَايَ فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ.»

«گفتیم: همه از بهشت فرو شوید؛ پس اگر از جانب من راهنمایی برایتان آمد، بر آنها که از راهنمایی من پیروی کنند بیمی نخواهد بود و خود اندوهناک نمی‌شوند.»

(قرآن کریم، سورة بقره (۲)، آیه ۳۸)



مثل دست جدا شده از تن از خداوند جدا شدیم، جزئی از نیروی همانیدگی جهان شدیم، بدآدایی که منعکس‌کننده انکار خداوند است. و از بیم بانگ آن دیو هر دم از فضای یقین باز شده می‌گریزیم، یعنی میزان انکار در وجودم سنگین‌تر از ایمان است. اگر به جای مسئولیت پذیرفتن قضاوت می‌کنم بدآدا هستم و با ارتعاش درد و ترس مثل شیطان بندگان خداوند را گمراه می‌کنم.

عشق صید کردنی نیست. وقتی عشق را در خود و دیگران ندیده، برحسب مصلحت مردم را صید می‌کنم بدآدا هستم. حتی اگر فکر می‌کنم صادق هستم، از اضطراب هست ولی عاشق نیستم، دنیا از من می‌برد و باز بدآدا هستم و امکان کوچ به دریا بار وجود ندارد.

پس شدند اشکسته‌اش آن صادقان

لیک کو خود آن شکست عاشقان؟

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۹)

ممنونم استاد از وقتی که به من دادید.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! خلاصه و مختصر و مفید. عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم پروین]



۱۹- خانم غزال از انگلستان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم غزال]

خانم غزال: عرضم به خدمتتان که من امروز پیغام آقای پویا را که شنیدم واقعاً گفتم حتماً باید امروز زنگ بزنم. اصلاً خیلی اتفاق جالبی هست، چون این ماجرای که ایشان با صاحب‌خانه‌شان دارند من هم با یکی از رئیس‌هایم سر کار دارم. و هر هفته این تجدید عهد و پیمانی که اتفاق می‌افتد دوباره هفته بعد یک چالش جدید و این‌که واقعاً من هم داشتم از ته دلم این هفته دعا می‌کردم که خدایا، تو را به خدا که این هفته سراغ من نیاید این جمعه تمام بشود و ما این آخر هفته را به خوبی و خوشی بگذرانیم.

[خنده آقای شهبازی] و دیگر این..... واقعاً به تهش رسیده بود از پرهیز و این‌که آقای پویا هم واقعاً این قدر پهلوانی به خرج می‌دهند که می‌آیند این گزارش‌ها را هر هفته می‌دهند. واقعاً کمک می‌کند.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! کمک می‌کند، کمک می‌کند.

خانم غزال: خیلی کمک می‌کند واقعاً. و یاد پیغام خانم اگر اشتباه نکنم لایلا از استرالیا افتادم که یک بار خیلی عمیق آمدند این داستان رستم و دیو سفید را تعریف کردند که چطور این واقعاً جگر دیو سفید را می‌آیند خونش را می‌مالند به چشم جوان‌ها و آن‌ها را بینا می‌کند. واقعاً این حس را دارم نسبت به تک‌تک عزیزانی که زنگ می‌زنند و پیغام می‌دهند.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم غزال: و چقدر کمک‌کننده هست پهلوانی‌شان، صداقتشان، همتشان و همه این‌ها را ما واقعاً تک‌تک از شما یاد می‌گیریم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم!

خانم غزال: این‌که چطور شما این دنیای مُدرن را زندگی کردن در دنیای مُدرن را جوری دارید به ما نشان می‌دهید که هم از مهارت‌ها یعنی واقعاً این کنار دریا شما خانه را برای ما گرفته‌اید دستتان درد نکند. در اختیارمان گذاشته‌اید.

آقای شهبازی: خیلی ممنون!

خانم غزال: دیگر همه داریم کنار دریا زندگی می‌کنیم. من واقعاً خیلی سپاس‌گزاری می‌کنم. این یک دلیل بود برای زنگ زدنم و برای شکرگزاری واقعاً.



و دلیل دومم بابت ترفیع این آپ که چقدر سر وقت پیغامش می‌آید روی، حالا احتمالاً عزیزانی که استفاده می‌کنند دارند این سیستم را، من خواستم یک بار دیگر یک ویژگی دیگر را بگویم، پیام تبلیغی را که دوستانی که آپ را دارند هر زمانی که برنامه می‌خواهد شروع بشود یا شما زحمت می‌کشید پیغام‌ها را آپلود (upload) می‌کنید روی پلتفرم‌های مختلف (Platform) یک نوتیفیکیشن (notification) یک درواقع پیامی می‌آید روی گوشی که مثلاً برنامه تا چند دقیقه دیگر شروع می‌شود و چه برنامه‌هایی چهارشنبه چه برنامه‌های جمعه.

و هر دفعه که شما آپلود (upload) می‌کنید دوباره این پیغام می‌آید روی گوشی و یک یادآوری می‌شود از تعهدی که شما به این برنامه و راه دارید. من هر بار که این پیغام را می‌بینم چقدر لذت می‌برم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم غزال: و خواستم تشکر کرده باشم واقعاً که اصلاً شما از هیچ چیزی دریغ نکرده‌اید بابت این‌که به ما یادآوری کنید این پیغام «ارجعی» را هر بار و به هر طریقی این را واقعاً برای ما می‌فرستید.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم غزال: من صمیمانه از ته قلبم تشکر می‌کنم.

آقای شهبازی: ممنونم، ممنونم که می‌بینید و استفاده می‌کنید، آفرین!

خانم غزال: بله، چقدر این آپ (app) واقعاً بی‌نقص است هر بار هر آپدیتی که رویش می‌آید، من واقعاً صمیمانه از دوستان دعوت می‌کنم که این روش‌های مدرنی را که شما دارید واقعاً با جان و دل ترویج می‌دهید فرقی نمی‌کند که ما در چه کشوری و کجا زندگی می‌کنیم با چه حالا محدودیت اینترنت، یا خدمات، مسائل شغلی، هر روشی که داشته باشیم برای زندگی واقعاً یک راهی برای این‌که خودمان را بکشیم بالا هست و من واقعاً این زندگی که امشب زدم خواستم خودم هم دست از خجالت بردارم و واقعاً این پیغامی که روی گوشی می‌آید جای سپاس‌گزاری دارد که من باید انجام می‌دادم و یادآوری می‌کردم اگر که دوستان واقعاً استفاده نکرده‌اند هنوز، خیلی کمک می‌کند که آدم زمان‌بندی‌اش را هم سر ساعت بکند. تا پیغام می‌آید من حواسم هست که واقعاً تا چند ثانیه دیگر واقعاً برنامه شروع می‌شود بدوم و خودم را برسانم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم غزال: و یا برنامه‌ها آپلود شده می‌توانم الآن بروم سریع گوش بکنم از راه‌های مختلف، حالا از هر طریقی که دقیقاً ذکر می‌شود در این مسیج (message) خواستم که تشکر کرده باشم.



آقای شهبازی: آفرین!

خانم غزال: و در نهایت پیغام امروز را هم خواستم خیلی خلاصه بگویم که آقای پویا گفتند و من واقعاً خندیدم و این باعث فضاگشایی شد از اتفاقی که امروز افتاده بود، ماجراهای من و رئیس و ایشان صاحب‌خانه‌شان آن هم این بود که خیلی واقعاً پیش‌آمدهای متفاوتی اتفاق افتاد و من متوجه شدم که کلاً این «قاروره» عملشان را که نگاه کردم، دیدم خیلی اوضاع خراب است آقای شهبازی.

و واقعاً اگر بخواهم این بیت را برای خودم بارها متذکر بشوم، این است که باید جُرم را روی خودم بگذارم و آن جرمی را که برای خودم قائل هستم این هم این بود که من خودکم‌بینی که داشتم و همچنان دارم به آن ادامه می‌دهم این باعث ایجاد پیچیدگی‌ها و سوءتفاهم‌هایی بین من و رئیس شد که ما نتوانستیم ارتباط صادقانه‌ای برقرار بکنیم سرِ زمان‌بندی پروژه‌ها و تحویل پروژه‌ها و این‌ها. و من الآن دارم واقعاً روی این تمرکز می‌کنم که هی سعی بکنم برگردم ببینیم من کجای کار را دارم هی با من ذهنی تشدید می‌کنم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم غزال: و خیلی‌هایش از خود کم‌بینی‌های سال‌های متفاوت بوده و خیلی‌هایش از همین پندار کمال و ناموس که تبدیل شد به یک شکنندگی که انتقادپذیری من را واقعاً محدود کرد به این‌که اصلاً نتوانم فضا را باز بکنم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم غزال: و الآن متوجه شدم که من پنج دقیقه تمام شده، من پیغام را نگه می‌دارم به این‌که به گزارش هفته بعدی و دفعه بعدی که امکان زنگ زدن را داشته باشم و پیغام را با این بیت تمام می‌کنم که:

**پیش آتش رو تو از نقصان مترس
چونکه از آتش چنین کامل شدی**

**عشرت دیوانگان را دیده‌ای
نگ بادت باز چون عاقل شدی**

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۰۶)

و امیدوارم که اگر چالشی در زندگی برای من یا دوستانی که همراه هستند پیش می‌آید این را یادآور کنیم به خودمان که خداوند نگاهش به ما هست و توان پیش بردن این چالش را داریم و ان شاء الله که اعتماد می‌کنیم و «نعره لاضیر» می‌زنیم. امیدوارم که برای هفته‌های بعدی بتوانم بیایم بگویم این «قاروره» عمل یک کم سبک‌تر شده‌است.



آقای شهبازی: آفرین، آفرین، آفرین! کجای انگلیس فرمودید هستید؟

خانم غزال: من و همسر من ناتینگهام (Nottingham) زندگی می‌کنیم.

آقای شهبازی: بله، آفرین!

خانم غزال: تقریباً یک دو ساعت و نیم با لندن فاصله دارد.

آقای شهبازی: بله، بله، خب موفق باشید ممنونم عالی بود عالی، پیغام عالی بود.

خانم غزال: زنده باشید ان شاء الله تا دفعه بعد.

آقای شهبازی: ان شاء الله!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم غزال]



۲۰- خانم مهردخت از چالوس

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم مهردخت]

خانم مهردخت: یک مطلبی را به‌عنوان این‌که «آیا تو خود دانی که یجوزی یا عجوز؟» نوشته بودم که خواستم خدمتان عرض کنم اگر اجازه بفرمایید.

صد هزاران فصل داند از علوم

جان خود را می‌نداند آن ظَلوم

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۴۸)

داند او خاصیتِ هر جوهری

در بیانِ جوهرِ خود چون خری

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۴۹)

که همی‌دانم یَجُوز و لایَجُوز

خود ندانی تو یَجُوزی یا عَجُوز

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۵۰)

ظَلوم: بسیار ستمگر

عَجُوز: پیرزن

کسی که علم‌های کتابی می‌داند و جان اصلی خودش را نمی‌شناسد، مرتب عجوز و لایجوز می‌کند و می‌گوید این رواست و آن نارواست، یعنی ذهنش دائم قضاوت می‌کند و فضا را باز نمی‌کند که جان اصلی، خودش را به او نشان دهد و این لحظه قیامت او شود و به خدا زنده گردد، بلکه با قضاوت‌ها و هیجان‌اتش یا سبب‌سازی ذهنی خود می‌گوید چه چیزی رواست و چه چیزی نارواست یا خوب و بد می‌کند، نمی‌داند که خودش عجزه زشت یعنی من‌ذهنی است و هر لحظه به دام ذهنش می‌افتد و ذهنش را خاموش نمی‌کند تا فضا باز شود و جوهر اصلی خود را بشناسد و ببیند.

این مطلب را ما در باورهای دینی خیلی تجربه کرده و خیلی چیزها را خوب و بد کردیم، اما در ناچیزترین کارهای زندگی روزمره هم می‌توانیم این عجز یا لایجوز را، یا باید‌ها و نباید‌ها را بشناسیم. مثلاً در پیام‌هایی که دوستی می‌فرستد ممکن است ما آن‌ها را خوب و بد کنیم، از هر کدام که معنوی هستند لذت ببریم و هر کدام که جنبه غیرمعنوی دارند بگوییم نارواست و لذت نبردیم، درحالی‌که این لحظه ذهن باید خاموش باشد و هیچ قضاوتی



نکند فقط درس آن پیام را بگیرد، چون این لحظه قیامت ماست و جان اصلی ما اگر به او زنده باشیم، فضا را باز می‌کند و هیچ‌وقت قضاوتی ندارد.

صبح سه‌شنبه داشتم پیام‌های دوست عزیزی را می‌دیدم و در پاسخ به او، ضمن تشکر که از پیام‌های معنوی ایشان که بیشتر لذت برده بودم نسبت به چند پیام دیگر، بیشتر هم آن‌ها را لایک می‌کردم. درواقع زمانی متوجه این عملم شدم که ویدئویی در مورد شکارچی بلافاصله برایم آمد و کنجکاوانه آن‌ها را هم می‌خواستم ببینم و دیدم. با دیدن این ویدئو متوجه شدم که چطور شکار شدم و ذهنم با دیدن پیام‌های دوستم آن‌ها را خوب و بد و روا و ناروا می‌کرد. حتی فوراً به من فهماند که چطور مثل یک شاهین هم باشی و در فضای یکتایی پرواز کنی ممکن است با دانه‌ای که من ذهنی خودت یا دیگران برایت می‌ریزند، می‌توانی به‌جای ماندن در آن فضای یکتایی شکار من‌ذهنی بشوی. حال اگر اجازه بدهید این داستان را خیلی مختصر برایتان بگویم با برداشت‌هایی که دریافت کردم.

حال داستان آن را به‌طور مختصر که شکار کردن یک شاهین توسط دو مرد بود، برایتان نقل می‌کنم. روزی دو نفر در منطقه‌ای مشغول شکار یک شاهین بودند. ابتدا یکی از آن‌ها دوست دیگر را در زیر خاک دفن کرد و سرش را با بوته‌های سبزی پوشاند و دستش را کمی از خاک بیرون گذاشت تا پرنده‌ای را در دستش به‌عنوان طعمه نگه دارد. هرچه پرنده سعی می‌کرد پرواز کند اما نمی‌توانست. بعد در همان حوالی شاهینی در حال پرواز بود که وقتی آن پرنده را دید به‌سویش آمد تا او را بگیرد، ولی آن مرد از زیر خاک دستش را بیرون آورد و آن شاهین را هم شکار کرد.

پیام‌هایی که این ویدئو برایم داشت این بود که اولاً مرا به یاد داستان مثنوی در دفتر ششم انداخت که در آن، مرد فقیه حریص که کارش یجوز و لایجوز کردن بود، می‌خواست با مکر و حیل‌های گوناگون از شاه چیزی یا عطایی بگیرد و سرانجام هم با حیلۀ در نمد پیچیدن خود و تظاهر به مرده بودن به کمک یک کفن‌خواه توانست به هدفش که سکه‌های شاه بود، برسد. این دو داستان به ما می‌آموزند که اولاً تا ما خود را صفر نکنیم و نسبت به من‌ذهنی نمیریم به طلب خود که زنده شدن به خداست، نمی‌رسیم، همان‌طور که آن شکارچی و آن مرد فقیه خودشان را به مردن زدند تا به هدفشان برسند.

دوم این‌که با خواندن هر مطلب یا دیدن هر صحنه و اتفاقی سریع ذهن را مشغول نکنیم و آن را خوب و بد نکنیم، بلکه با سگوت ذهن اگر پیامی دارند، آن را بگیریم. سوم این‌که اگر قضاوت نکنیم و صبر داشته باشیم، حتماً در جایی دیگر پیام‌ها به ما می‌رسند و حتی موقع خواندن ابیات هم مفهوم و سرّ این ابیات برای ما توسط مطالبی که به دستمان رسیده بود کاملاً باز می‌شود. همان‌طور که چراغ عجز و لایجوز در این ابیات با دیدن این



ویدئو و عکس‌العمل با دیدن پیام دوستم برایم باز شد که چطور داشتم پیام‌ها را ذهناً خوب و بد و روا و ناروا می‌کردم.

چهارم این‌که با من‌ذهنی نکوشیم که به خدا زنده شویم، بلکه خداوند با عنایات خود و صنع و کن‌فکانش درس‌هایش را به گوش ما می‌خواند و ما را به خود زنده می‌کند. بنابراین هیچ‌وقت با سبب‌سازی ذهن و قضاوت‌های آن هیچ‌چیز را روا و ناروا نکنیم، فقط بدانیم که ما چطور خود ناروا می‌شویم.

پنجم این‌که مکر و حيله ممکن است ما را به هدف‌های این‌جهانی برساند، اما ما را به منظور اصلی‌مان که وحدت و یکی شدن با خداست نمی‌رساند. پس:

زیرکی بفروش و حیرانی بخر

زیرکی ظنّ است و حیرانی نظر

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۰۷)

زیرکی چون کبر و بادانگیز توست

ابلهی شو تا بماند دل درّست

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۲۱)

در پایان یادآور می‌شوم که چقدر تعهد و تلاش در حفظ ابیات و کلاً کار روی برنامه بسته‌های پربرکت خداوند را پشت‌سرهم برایمان می‌فرستد و ما را از این خواب ذهن بیدار می‌کند، چون همین شب قبل مطلب دیگری را با یک فضاگشایی کردن در مورد تفاوت بین فضاگشایی من‌های ذهنی و عاشقان برایم چراغش روشن شده بود. و از خداوند هم بسیار سپاس‌گزارم برای عشقی که نثار جانمان می‌کند و برای وجود مولانای جان و شما پدر بزرگوار که چراغ راه ما و روشنایی بخش زندگی‌مان شده‌اید و همچنین از پیام‌های همه دوستان و کودکان و نوجوانان عزیز هم تشکر می‌کنم که بسیار از وجودشان لذت می‌برم. از همه آن‌ها سپاس‌گزارم.

سپاس و شکر خدا را که بندها بگشاد

میان به شکر چو بستیم، بند ما بگشاد

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۹۳۰)

ممنون آقای شهبازی از تمام زحماتی که می‌کشید.

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

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم مهردخت]



۲۱- خانم‌ها زینب و میترا ناز از بروجن

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم زینب]

خانم زینب: با اجازه‌تان گوشی را می‌دهم به دخترم.

آقای شهبازی: بله، بله، بفرمایید.

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم میترا ناز]

خانم میترا ناز: می‌خواستم برایتان دو بیت شعر بخوانم.

آقای شهبازی: آفرین! یک کم بلندتر بخوانید.

خانم میترا ناز: باشد:

فَرَبِه و پُر باد توام، مست و خوش و شاد توام

بندۀ آزاد توام، بندۀ شیطان نشوم

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۹۸)

آقای شهبازی: آفرین!

خانم میترا ناز:

جَوِّقْ جَوِّقْ و، صف صف از حرص و شتاب

مُحْتَرَزْ ز آتش، گریزان سوی آب

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۳۳)

لَا جَرَمَ ز آتش برآوردند سر

إِعْتَبَارَ الْإِعْتَبَارِ ای بی‌خبر

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۳۴)

بانگ می‌زد آتش ای گیجان گول

من نی‌ام آتش، منم چشمه قبول

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۳۵)

جَوِّقْ جَوِّقْ: دسته‌دسته

مُحْتَرَزْ: دوری‌کننده، پرهیزکننده



ای خلیل، اینجا شرار و دود نیست
جز که سحر و خدعه نمرود نیست
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۳۷)

چون خلیل حق اگر فرزانه‌ای
آتش آب توست و تو پروانه‌ای
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۳۸)

خدعه: نیرنگ، حيله

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! «آتش آب توست» بله. خب چیز دیگری هم می‌خواهید بخوانید؟
خانم میتراناز: مادرم.

آقای شهبازی: آن دو سه بیت آخر را می‌توانید تکرار کنید؟ تلفن قطع شد نشنیدیم. سه بیت.
خانم میتراناز:

چون خلیل حق اگر فرزانه‌ای
آتش آب توست و تو پروانه‌ای
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۳۸)

آقای شهبازی: «تو پروانه‌ای». خیلی خب، خیلی ممنون، عالی!

خانم میتراناز: من با اجازه‌تان می‌دهم به مادرم.

آقای شهبازی: بله بله، حتما.

خانم زینب: ببخشید من یک متنی دارم می‌خواستم با اجازه‌تان برایتان بخوانم.

صبح کاذب صد هزاران کاروان
داد بر باد هلاکت ای جوان
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۶۹۳)

ما همه در من ذهنی فکر می‌کنیم درست می‌بینیم، درست‌تر از بقیه می‌بینیم درست فکر می‌کنیم و می‌توانیم برای
بقیه هم تعیین تکلیف کنیم، آن‌ها را به راه راست هدایت کنیم. ما در ذهن فکر می‌کنیم بلد هستیم، راه درست
را می‌رویم و به آن هدایت می‌کنیم، در صورتی که هیچ راه و روش درستی نداریم.



ای بسا سرمستِ نار و نارجو

خویشتن را نور مطلق داند او

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۳۶۶)

اگر چیزی به مرکزمان بیاید، برحسب آن فکر می‌کنیم و راهنمای دلمان به هر سمتی می‌شود. هر کسی با ما باشد را آلوده می‌کنیم. «سرمستِ نار و نارجو» هستیم ولی در توهم ذهن که هر لحظه سحر دارد سبب می‌شود چشمان ما بسته شود و بسته بماند فکر می‌کنیم چه آدم خوبی هستیم. نور مطلق و انسان کامل می‌دانیم خودمان را. حالا هم که با گنج حضور پیش می‌رویم هر لحظه ذهن ما را گول می‌زند و به ما می‌قبولاند که تو رسیدی، ولی پس از چندی با یک امتحان قضا می‌فهمیم که نه تنها نرسیده‌ایم، بلکه خیلی هم کار داریم و این من‌ذهنی برای کوچک شدن نیاز به صبر و شکر بیشتر دارد. نباید ناامید شویم فقط صبر و شکر و پرهیز لازم است.

هرکه با ناراستان هم‌سنگ شد در کمی افتاد و، عقلش دنگ شد

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۳)

هم‌سنگ: هم وزن، همتایی، در اینجا مصاحبت

دنگ: احمق، بی‌هوش

در ابتدا ما با من‌ذهنی پدر و مادرمان قرین شدیم. آن‌ها ما را به کمی انداختند. هر لحظه با عیب‌جویی و مقایسه ما را انداختند به جهنم من‌ذهنی. بعد هم خودمان این من‌ذهنی را با اصل خود «هم‌سنگ» و هم‌ارزش دانستیم. باورمان شد که من‌ذهنی ما هستیم.

کم‌کم به کمی افتادیم و عقل اصلی خود را از دست دادیم و گیج شدیم. چنان شدیم که برای تصمیم‌گیری‌هایمان به آن من‌های ذهنی که همه‌چیزدان بودند در بیرون مراجعه می‌کردیم و آن‌ها بیشتر با سبب‌سازی ما را بیشتر به من‌ذهنی خود نه‌تنها مشکل ما کمتر نشد، بلکه بیشتر هم شد. بیشتر به تحقیر خود و دیگران پرداختیم، خیلی پیش رفتیم.

من که خروِبم، خراب منزلم

هادم بنیاد این آب و گِلَم

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۷۸)

خروِب: گیاه خروِب که بوته‌ای بیابانی و مرتفع و خاردار است و در هر بنایی بروید آن را ویران می‌کند.
هادم: ویران‌کننده، نابودکننده



این «خُرُوب» در ما بسیار زیاد کار کرده، هر جا که پا نهادیم به سختی افتادیم. با همین من‌ذهنی فکر کردیم دیگر خرابکاری نمی‌شود و این دفعه از دفعه قبل بهتر است و بهتر عمل می‌کنیم ولی دوباره به همین صورت قبل پیش رفت، بدون هیچ فرقی. و تنها فرقی که داشت فرق بین وضعیت‌ها بود. همیشه رفتار و فکرها و اعمال ما با همین خُرُوب بود که درواقع خرابکاری بود. این خُرُوب مرا به یاد این شعرها انداخت:

نعمت از وی جملگی علّت شود

طعمه در بیمار، کی قوّت شود؟

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۷۸)

چند خوش پیش تو آمد ای مُصِر

جمله ناخوش گشت و صاف او کِدر

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۷۹)

تو عدوّ این خوشی‌ها آمدی

گشت ناخوش هر چه بر وی کف زدی

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۸۰)

هر که او شد آشنا و یار تو

شد حقیر و خوار در دیدار تو

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۸۱)

خویش مُجرِم دان و مُجرِم گو، مترس

تا ندزد از تو آن اُستاد، درس

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۷)

خودت را مجرم بدان بگو من مجرم هستم. من‌ذهنی را مدام آوردم به مرکز، از طریق آن فکر و عمل کردم. به مجرم بودن خودت اعتراف کن، مخفی نکن، با زبان من‌ذهنی هم، اگر با زبان بیاوری خوب است. بگو من اشتباه کردم چون آن من‌ذهنی را هم کوچک خواهی کرد. از ناموس من‌ذهنی نترس، نترس دیگران در مورد تو چه فکر می‌کنند، نترس [گریه خانم زینب]. وقتی تو آن را عیان و فاش می‌کنی، چه فکر می‌کنند، نترس. بلکه باید [گریه خانم زینب].

آقای شهبازی: یک نفس عمیق بکشید. نه عجله نکنید. یک نفس عمیق بکشید.



خانم زینب: بلکه باید این کار را با صدای بلند [صدا قطع شد] می‌خواهی به او زنده شوی بیان کنی. متشکرم
استاد، تمام شد.

آقای شهبازی: تمام شد، خیلی خوب. عالی، عالی، آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم زینب]

فصلنامه



۲۲- آقای مهران از کرج

[سلام و احوال‌پرسی آقای مهران و آقای شهبازی]

آقای مهران: آقای شهبازی یک تمثیل می‌زنم درمورد این‌که ما می‌توانیم با قدم‌های حتی کوچک به حضور زنده بشویم. حالا آن قدم‌های کوچک می‌تواند شروع در این مسیر باشد.

و می‌خواستم این تمثیل را بزنم که ما یک سنگ بزرگی را اگر در نظر بگیریم و به ما مأموریتی بدهند که این سنگ را ما دو متر بخواهیم هل بدهیم. ما زور می‌زنیم تلاش می‌کنیم می‌بینیم که پنج سانت یک تکانی خورده. و به‌جای این‌که ناامید بشویم باید بدانیم که این سنگ باید پنج سانت، پنج سانت، هل داده بشود تا به آن دو متر برسد. ولی نباید از هل دادن دست بکشیم. اگر ما توانستیم یک مقدار خیلی کمی آن سنگ را هل بدهیم پس تا آن دو متر یک روزی خواهیم رسید.

و در دفتر دوم بیت ۳۷۶۵:

وانک لنگ و لوک آن سو می‌جهی

از همه لنگی و لوکی می‌رهی

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۶۵)

و غزل ۲۸۳۳:

بکشان تو لنگ لنگان ز بدن به عالم جان

بنگر ترنج و ریحان گل و سبزه زار باری

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۳۳)

و مولانا به ما می‌گوید که حتی اگر آن سنگی که قرار است دو متر هل بدهی، حتی اگر دیدی نیم سانت هم تکان خورده و تو داری لنگان‌لنگان این کار را انجام می‌دهی، یعنی تو قرار است که آن دو متر را طی کنی و قرار است که به مقصود ازل که تسلیم هست و تبدیل شدن هست برسی.

و بیت ۳۸۳۶ دفتر اول:

ناامیدی را خدا گردن زده‌ست

چون گناه و معصیت طاعت شده‌ست

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۳۶)



این بیت آقای شهبازی در ایامی که من خیلی ناامید می‌شدم خیلی یک وقت‌هایی در خلوت خودم و این قبض‌هایی که پیایی می‌آمد در این علی‌الخصوص این روزهای سختی که الان دارم این بیت خیلی برای من کارساز بود.

ناامیدی را خدا گردن زده‌ست چون گناه و معصیت طاعت شده‌ست (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۳۶)

و من از قعر این قبض‌ها فهمیدم که از تمام این قبض‌ها است که من به طاعت و به تسلیم خواهم رسید. و:

سَيِّئَاتِمِ شَدُّ هَمِّ طَاعَاتِ، شُكْرُ
هَزَلِ شَدُّ فَنَائٍ وَ جَدِّ اثْبَاتِ، شُكْرُ
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۰۴)

سَيِّئَاتِمِ چُونِ وَ سَيِّئَاتِمِ شَدُّ بَهِ حَقِّ
پَسِ مَزَنِ بَرِ سَيِّئَاتِمِ هِیچِ دَقِّ
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۰۵)

دَقِّ: کوفتن، طعنه زدن، نکوهش کردن

و می‌گوید تمام این قبض‌های ما تبدیل به فرمان‌برداری و تسلیم شده و آن چیزی که فانی بوده در ما و آن فکرهایی که ما توانستیم ناظرش باشیم از بین رفته. و آن ثبات زندگی، سکون زندگی، به جدّ در ما روزی خواهد رسید. و شکر می‌کند مولانا از این بابت و می‌گوید شما هم شکر کنید از این قبض‌ها از این همانیدگی‌ها.

سَيِّئَاتِمِ چُونِ وَ سَيِّئَاتِمِ شَدُّ بَهِ حَقِّ
پَسِ مَزَنِ بَرِ سَيِّئَاتِمِ هِیچِ دَقِّ
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۰۵)

دَقِّ: کوفتن، طعنه زدن، نکوهش کردن

و می‌گوید هر کسی که در هر انسانی که تو من‌ذهنی دیدی، و همانیدگی دیدی، هیچ‌وقت آن را نکوهش نکن چون امتداد این همانیدگی‌ها می‌تواند تمام این قبض‌ها می‌تواند حضور باشد و این مقدمه‌ای می‌تواند باشد برای رسیدن به منظور ازل.

و آقای شهبازی در مورد این اواخر یک پیشرفت‌هایی داشتم این را هم بگویم خدمتتان. در این مدت من توانستم، غذای خیلی بدی می‌خوردم، و توانستم این غذا را اصلاح کنم و این لطف این برنامه بود که توانستم قانون جبران را در مورد بدنم اجرا کنم و کاهش وزن داشتم.



و ورزش روزانه را در روزهایم جا دادم در صورتی‌که خیلی سخت بود برای من. و تکرار زیاد ابیات قبل از شروع روز چقدر به من یک فضاگشایی عمیقی داد و باعث شد که در مواجهه شدن با آن اشخاصی که در طول روز من توانستم با آن‌ها در مقابل آن‌ها فضاگشایی کنم و زندگی را در آن‌ها ببینم.

و اگر صحبت از مسائل قضاوت و گله و شکایت شد بتوانم در آن لحظه فضا را باز کنم. و رابطه خوبم با همسرم و این‌ها همه‌اش حاصل این برنامه بود که خدا را شکر این اتفاق افتاد.

و این‌که یک مشکلی که من داشتم در مورد خوابیدن که خیلی در مورد خواب خیلی من سخت از خواب بیدار می‌شوم صبح‌ها. و الآن توانستم که از ساعت ۶:۳۰ به بعد دیگر نخوابم. خودم را از رختخوابش بیرون بکشم. و از نظر من خب این‌ها خیلی پیشرفت بود.

و این ابیات و این برنامه خیلی توانست کارساز بشود. یعنی هیچ‌کسی بدون این‌که من را اجبار کند من ساعت شش و نیم صبح از خواب بلند می‌شوم. شروع می‌کنم پیاده‌روی کردن بیرون و تکرار ابیات و یک روز خوب را ساختن. خیلی ممنونم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین. عالی. ان‌شاءالله این عادت‌های شما را ما هم انجام بدهیم، از شما یاد بگیریم. ورزش و غذای درست خیلی مهم است. آفرین، عالی.

آقای مهران: سلامت باشید. آقای شهبازی بحث غذای درست اصلاً خیلی تأثیر دارد، غذای سالم که ما فکر می‌کنیم که اگر چندین ساعت غذا نخوریم ممکن است من ذهنی می‌گوید ممکن است از گرسنگی بمیری.

در صورتی که ما در گذشته انسان‌هایی داشتیم که شاید خیلی گذشته انسان‌هایی بودند که شاید دو روز غذا پیدا نکردند بخورند و هیچ اتفاقی هم برایشان نیفتاده و من ذهنی شروع می‌کند به ترسیدن از این‌که ممکن است تو از گرسنگی بمیری.

اما وقتی جوابش را ندهی، پاسخش را ندهی می‌بینی که چقدر فضا از درون باز می‌شود و این غذای سالم چقدر به فضاگشایی می‌تواند کمک کند. و چقدر می‌تواند حتی شادی بی‌سبب در همین کم‌تر خوردن چقدر هست که من در این روزها تجربه‌اش کردم.

آقای شهبازی: عالی، عالی. ممنونم.

آقای مهران: خیلی ممنونم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

[خداحافظی آقای مهران و آقای شهبازی]



۲۳- آقای محمد از هلند

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای محمد]

آقای محمد: آقای شهبازی من اگر می‌شد تصویری تماس بگیریم خیلی خوب می‌شد، الان یک دسته‌گل جلویم است مثل دسته‌گل شما خوشگل و زیبا، یک کاسه انار هم جای‌تان خالی دان کرده‌ام نشسته‌ام و دارم به صحبت‌های بچه‌ها و اعضای گنج حضور و مولانا گوش می‌دهم. این قدر حال و احساسم خوب است که حدّ و حساب ندارد. سپاس‌گزار خداوند هستم، سپاس‌گزار مولانا و سپاس‌گزار شما و سپاس‌گزار این برنامه خیلی قشنگ هستم. آقا این مولانا کار نمی‌کند این مولانا شاهکار می‌کند.

آقای شهبازی: آفرین.

آقای محمد: آقای شهبازی من می‌خواهم یک پیشرفت خودم را حالا در این چند ماهی است تماس نگرفتم، شش هفت ماهی است، به خودم گفتم آقا برو فقط روی خودت کار کن یک دست‌آوردی اگر داشتی بعدش برو این را به اشتراک بگذار، تجربه نیرو و امیدت را به اعضای گنج حضور، به خانواده خودت بگو. بعدش این‌که من زیاد شاید حالا نتوانم قشنگ حرف بزنم یا شعر آن‌جوری بخوانم یا چه می‌دانم بنویسم، من می‌آیم دلی یک چند دقیقه‌ای صحبت می‌کنم و می‌روم، حالا ان شاء الله که به دل بعضی‌ها بنشیند.

آقای شهبازی: خیلی خُب.

آقای محمد: بعدش تقریباً می‌توانم بگویم آقای شهبازی هفت هشت تا عادت و همانندگی خیلی بزرگ داشتم، داشتم با این‌ها زندگی می‌کردم، در کنارش می‌گفتم محمد اوکی هست فقط برو جلو برنامه را هم گوش بده و قانون جبران هم سعی کن رعایت کنی. یعنی آقای شهبازی باورت نمی‌شود این هفت هشت تا همانندگی را که من همین الان هم اقرارشان می‌کنم، هرکسی داشته باشد، خیلی خیلی سنگین بود. یعنی من یکی از بزرگترین همانندگی‌های بزرگم، عادت خیلی شدیدی داشتم به کازینو (Casino)، یعنی من را ولم می‌کردی همیشه در این کازینوها بودم، به شدت اعتیاد پیدا کرده بودم به کازینو و قماربازی.

آقای شهبازی: بله.

آقای محمد: یکی از عادت‌های بزرگ دیگر من مصرف ماری‌جوآنا بود، یعنی من به عشق و لذت این ماری‌جوآنا آمدم کشور هلند، یعنی جوان‌هایی که هم سن و سال من هستید این را بدانید که من حتی به عشق این خلاف آمدم هلند، هلند را انتخاب کردم، ولی این را می‌خواهم بگویم که چقدر این مولانا قدرتمند بود و در زندگی من کار کرد که به کمک مولانا توانستم شناسایی‌اش کنم و بگذارم کنار این برنامه را.



پرهیز از ماری‌جوآنا، پرهیز از قمار، پرهیز از الکل، پرهیز از نیکوتین. به لطف خداوند چند ماهی است که تمام این‌ها را گذاشته‌ام کنار و چسبیده‌ام به برنامه گنج حضور و خودم واقعاً از این طرز زندگی‌ام لذت می‌برم.

آقای شهبازی من ساعت چهار و نیم صبح پا می‌شوم به لطف خدا، نیم ساعت هوازی کار می‌کنم ورزش، بعدش می‌آیم نیم ساعت مراقبه می‌کنم، سجده، سپاس‌گزاری، می‌روم سرکار دوازده ساعت کار می‌کنم برمی‌گردم دوباره می‌روم برای تمرین باشگاه، بعد می‌روم دوباره بعد این‌که می‌روم باشگاه دوباره، حالا همه این کارهایی را که انجام می‌دهم در حین‌اش برنامه گنج حضور مرتب دارد در گوش من تکرار می‌شود از طریق اپلیکیشن گنج حضور. آقای شهبازی: آفرین.

آقای محمد: و من سعی می‌کنم بیت‌ها را تکرار کنم، سعی می‌کنم گوش بدهم. ولی این را می‌خواهم بگویم که در اوج ناامیدی، در اوج بدترین مسائلی که من داشتم، عادت‌هایی که داشتم دست و پنجه نرم می‌کردم با آن‌ها، خداوند، مولانا من را نجات داده و امروزه خدا را شکر به لطف شما و این برنامه من دارم پاک زندگی می‌کنم. آقای شهبازی: آفرین.

آقای محمد: و خیلی زندگی‌ام قشنگ شده، می‌گویم الآن دارم با این دسته‌گل و این کاسه اناری که جلویم است لذتی که یک پادشاه هم نمی‌تواند ببرد را من دارم می‌برم. آقای شهبازی: آفرین!

آقای محمد: به‌خاطر این‌که یک چیزی را در وجودم پیدا کردم، یک قدرتی را پیدا کردم و این‌ها همه دست‌آوردهای این برنامه است. به شما تبریک می‌گویم، به اعضای گنج حضور هم تبریک می‌گویم، آقا کار می‌کند برنامه، برنامه به‌شدت قوی است. آقای شهبازی: آفرین!

آقای محمد: روی من می‌گویم به‌شخصه کار کرد. منی که این‌همه عادت‌های سنگین داشتم و در سی و سه سالگی داشتم با این‌ها دست و پنجه نرم می‌کردم، من را به‌شخصه نجات داد. این بود دست‌آورد من از این برنامه، عملی آدم یک چیزی را ارائه بدهم که آقا من توانستم به کمک این برنامه یه همچین تغییرات شگرفی را در زندگی‌ام داشته باشم. آقای شهبازی: آفرین!



آقای محمد: و از در و دیوار هم آقای شهبازی برای من نعمت می‌بارد، یعنی من با این‌که کارم آن‌جوری نیست که بگویم حالا مثلاً خیلی استعداد آن‌چنانی دارم یا چه می‌دانم، پشتیبان مالی، هیچ، صفر، ولی به لطف خدا چنان فراوانی آمده در زندگی من. الآن هم آدم طبقه هاشم یک ساختمان، کل این شهر زیر پایم است، نعمت و فراوانی هم از در و دیوار برایم می‌بارد، چرا؟ چون فقط متعهدم به این قانون جبران، خیلی کم پرداخت می‌کنم، اصلاً قابل گفتن نیست، ولی این را با تمام وجودم پرداخت می‌کنم. و باور دارم که این قانون جبران را که شما پرداخت می‌کنید، هزار برابرش می‌آید در زندگی‌ات و آمده در زندگی من. من به خودم افتخار می‌کنم که در مسیر مولانا هستم و در این مسیر صفر تا صد پا چسبانده‌ام، دارم کار می‌کنم و به لطف خدا و به لطف این برنامه تا ته آن را می‌خواهم بروم. دمتان گرم که به من گوش کردید، ممنونم، سپاس‌گزارم.

آقای شهبازی: عالی، عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای محمد]



۲۴- آقای کمال از سندج

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای کمال]

آقای کمال:

شَهِ جهانی و هم پاره‌دوز استادی
بکن نظر سَوِی اجزایِ پاره پاره ما
که نایِ پاره ما پاره می‌دهد صد جان
که کی دَمَم دهد او تا شَوَم لطیف‌ادا
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۲)

آقای شهبازی دوست داشتم مشارکت کنم، صحبت‌های شما را در چند دقیقه اگر اجازه بدهید که خطاب به ما بود بیاورم، چون درواقع بیت:

خود ندارم هیچ، به سازد مرا
که ز وَهَم دارم است این صد عَنَّا
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۳۳۴)

عَنَّا: رنج

این‌جا جایش است بگویم. فقط صحبت‌های شما را آوردم، اگر اجازه دارم بخوانم؟

آقای شهبازی: بفرمایید، خواهش می‌کنم.

آقای کمال: مولانا می‌گوید «رویم».

رَوِیم و خانه بگیریم پهلوی دریا
که دادِ اوست جواهر، که خویِ اوست سَخَا
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۲)

وقتی آن چیزی که ذهنتان نشان می‌دهد، می‌آورید به مرکزتان، پندار کمال و ناموس و مقاومت و قضاوت را خواهید داشت، اگر این راه را بروید و نروید پهلوی دریا، این بیشتر خواهد شد.

وقتی شما ابیات مولانا را به‌صورت ذکر می‌خوانید مرتب، می‌بینید نزدیک دریا می‌شوید. پهلوی دریا رفتن، یعنی متعهد شدن به مرکز عدم و فضاگشایی پی‌درپی و مقاومت را کم کردن.



می‌بینید که اگر حتی هزاران تا من ذهنی را جمع کنند باز هم عقلشان ناقص است، برای همین جمع می‌بندد مولانا و می‌گوید «رویم و خانه بگیریم».

او با هر کار جدید و پیغام جدید می‌خواهد ما چیزی یاد بگیریم و من ذهنی چون دیگر همه چیز را می‌داند و اگر بگوید نمی‌دانم، بخواهد چیز جدیدی یاد بگیرد، به ناموسش برمی‌خورد، برای همین چیز جدید یاد نمی‌گیرد.

و با همین یادگیری چیزهایی که ذهنم نشان می‌دهد این‌ها مهم نیستند بازی هستند، نزدیک‌تر به دریا می‌شویم. و الآن متقاعد کردیم خودمان را که باید مهاجرت کنیم به پهلوی دریا و نمی‌توانیم بیش از حد در خشکی، در صحرا بمانیم، خشک است و آب ندارد.

آدم‌هایی که من ذهنی دارند اگر پهلوی شما بیایند، بیشتر درد می‌آورند و ما همدیگر را به صورت من ذهنی شناسایی می‌کنیم و دردمان را بیشتر می‌کنیم. پس مولانا تأکید می‌کند که تنهایی خیلی بهتر از این است که شما با من‌های ذهنی دوست بشوید. ما مرتب به خودمان تلقین می‌کنیم که چیزهایی که ذهنمان نشان می‌دهد مهم نیست، مهم نیست، این قدر این‌ها دیگر نمی‌آیند به مرکز ما که فضا گشوده می‌شود.

تنهایی خیلی بهتر از این است که گدای محبت من‌های ذهنی دیگر بشویم و آن‌ها را بپرستیم که آن‌ها ما را هول بدهند به صحرا که در آنجا آب نیست.

رحمتی، بی‌علتی بی‌خدمتی

آید از دریا، مبارک ساعتی

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۲۴)

از دریا، همین دریایی که قرار است پهلویش خانه بگیریم، در ساعت مبارکی که شما منبسط می‌شوید رحمت می‌آید. خداوند دائماً داداش جواهر، یعنی شادی بی‌سبب و سخاوتمندی‌اش بی‌نهایت است. ما در ذهن افتادیم به تنگ‌نظری، به نبخشیدن، به عدم رواداشت. تا یک نفر را می‌بینیم حالش خوب است و می‌خندد و این‌ها، ما حسادتمان می‌گیرد، زشت‌ادا می‌شویم، چرا؟ برای این که تنگ‌نظر هستیم، من ذهنی دلش می‌خواهد که مردم در کارشان پیشرفت نکنند، یک موقعی از ما جلوتر زنند، برای همین می‌گوید «اللَّهُ اللَّهُ» تو را خدا، تو را خدا این کار را بکن، «گِردِ دریا بار گردد»، همنشین انسان زنده به حضور شو.

به مبارکی و شادی بستان ز عشق جامی

که ندا کند شرابش که کجاست تلخ‌کامی؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۳۴)



وقتی بروید پهلوی دریا، برای اولین بار مرکزتان عدم می‌شود، یک جام شرابی می‌گیرید و این شادی بی‌سبب است، این خرد است، این را باید جشن بگیرید، شرابش بلند صدا می‌کند تلخ‌کام کجاست؟ چه کسی تلخ‌کام است؟ من ذهنی! برای این‌که آن چیزی را که با سبب‌سازی فکر می‌کرد اگر به‌دست بیاورد خوشحال می‌شود، به‌دست نیاورده. پس مسئولیت رفتن هر کس به پهلوی دریا برعهده خودش است.

در آخر این بیت را می‌خوانم و تمام می‌کنم:

یار بد نیکوست بهر صبر را
که گشاید صبر کردن صدر را
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۰۷)

والسلام آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای کمال]



۲۵- خانم دیبا از کرج

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم دیبا]

خانم دیبا: خدا را شکر برای اجرای برنامه ۹۸۸، خدا را شکر برای وجود شما و مولانا. یک متنی تهیه کرده‌ام در مورد اهمیت «قانون جبران».

بزرگ‌ترین درسی که از مولانا و برنامه گنج حضور گرفتم اجرای قانون جبران بود. با اجرای قانون جبران دیدم که حقیقت وجودی من، بودن با مرکز عدم است. و من به‌خاطر خواسته‌های من‌ذهنی، مرکز را آلوده کرده بودم و از نور رحمت الهی محروم مانده بودم.

رحمت اندر رحمت آمد تا به سر

بر یکی رحمت فرو مآ ای پسر

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۴۱)

فرو مآ: نایست

چون قانون جبران را نمی‌شناختم، در هر مقطعی از زندگی‌ام درمی‌ماندم و سرسری از کنار نعمت‌ها می‌گذشتم، تازه طلبکارانه می‌گفتم چرا این را ندارم و چرا آن را ندارم؟

بر تو سرگین را فسونش شهد کرد

شهد را خود چون کند وقت نبرد

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۳۷۲)

چون بخوردی می‌کشد سوی حرم

دخل را خرجی ببايد لاجرم

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۳۷۴)

اجرای قانون جبران مرکز کثیف و همانیده‌ام را افسون کرد و آن را به شیرینی فضای گشوده تبدیل کرد و من با زندگی آشتی کردم، این آغاز نبرد با من‌ذهنی بود که دیگر نمی‌خواستم با زرنگی و مفت‌خوری به‌سوی حرام بروم و آن‌چه خورده‌ام را پس ندهم، مگر نه این‌که هر دَخلی را باید خرج کرد؟

قوم گفته: شکر ما را بُرد غول

ما شدیم از شکر وز نعمت ملول

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۷۴)



چرا ما به صورت فردی و جمعی درد داریم؟ زیرا شکرگزار نعمت‌ها نیستیم و غول من‌ذهنی که راه را غلط نشان می‌دهد، شکر و صبر و پرهیز را از یادمان برده‌است.

چند خوش پیش تو آمد ای مُصر
جمله ناخوش گشت و صاف او کدر
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۷۹)

مُصر: اصرار کننده

چقدر من‌ذهنی در ناسپاسی و جبران نکردن اصرار دارد و با مقاومت و تنگ‌نظری موقعیت‌های خوش زندگی را به درد تبدیل می‌کند.

کی نظاره اهل بخردن بُود؟
آن نظاره گول گردیدن بُود
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۸۳۲)

با دید من‌ذهنی نمی‌توانیم خریدار این لحظه باشیم، زیرا به گذشته و آینده می‌رویم تا شاید چیزی گیرمان بیاید که به ما زندگی بدهد.

پُرس پُرسان، کین به چند و آن به چند؟
از پی تعبیر وقت و ریشخند
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۸۳۳)

تعبیر وقت: گذراندن وقت

من‌ذهنی دنبال وقت‌گذرانی و بیهوده حرف زدن است، بیشتر سؤال می‌کند، تا بگوید «من می‌دانم».

از ملولی کاله می‌خواهد ز تو
نیست آن کس مشتری و کاله‌جو
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۸۳۴)

کاله: کالا، متاع

من‌ذهنی مشتری مرکز عدم نیست، این باشنده توهمی حول درد می‌تند و از بیچارگی همه‌چیز را مفت می‌خواهد.

کو قدوم و کرّ و فرّ مشتری
کو مزاح گنگلی سرسری
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۸۳۶)



آن مشتری که با فرّ و شکوه ایزدی قدم برمی‌دارد و عشق و شادی را در جهان مرتعش می‌کند کجا و آن انسانی که گول گردیدن است و با همه چیز همانیده می‌شود و مسئله و مانع و دشمن درست می‌کند کجا!

ای کاش قدم‌های نیکو برداریم و سرسری از کنار قانون جبران نگذریم. اکنون می‌توانیم با کمک مولانا من‌ذهنی را سرنگون کنیم. فکر نکنیم برنامه گنج حضور رایگان پخش می‌شود، خب من هم می‌شنوم. بله می‌شنویم، ولی بدون رعایت قانون جبران این دانش در ما نصب نمی‌شود و تأثیر شکوفایی گنج حضور را در زندگی مان نمی‌بینیم.

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

گرچه حکمت را به تکرار آوری
چون تو نااهلی، شود از تو بری
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۸)

بری: فراری، گریزان

تمام شد آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی خوب! ممنونم، عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم دیبا]

♦ ♦ ♦ پایان بخش سوم ♦ ♦ ♦