

کنج ضرور

متن کامل پیام‌های تلفنی

۹۹۱-۱

اجرا: آقای پرویز شهبازی

تاریخ اجرا: ۸ دی 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 غذایمان را می‌گذاریم وسط، هرکسی هرچه دوست دارد برمی‌دارد. نه این‌که تحمیل می‌کنیم به کسی و یا می‌رویم به قضاوت که بلد نیستی.

(پرویز شهبازی، برنامه گنج حضور شماره ۹۰۷)

متن کامل پیام‌های بینندگان برنامه ویژه پیام‌های تلفنی ۱-۹۹۱

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 ۱-۹۹۱		
الناز خدایاری از آلمان	شبیم اسدپور از شهریار	مهردخت از چالوس
الهام فرزامنیا از اصفهان	نصرت ظهوریان از سنندج	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
اعظم جمشیدیان	کمال محمودی از سنندج	عارف صیفوری از اصفهان
ریحانه شریفی از تهران	لاله رمضانی از اصفهان	شاپرک همتی از شیراز
زهره عالی از تهران	لیلی حسینیقلی‌زاده از تبریز	فرزانه پورعلی‌رضا از تهران
مرجان فرخ سرشت از استرالیا	مریم مهرپذیر خیابانی از تبریز	ناهید سالاری از اهواز
سمانه بهادری از ملایر		
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 محبوبه از لواسانات	۵
۲	خانم سودابه از اهواز با سخنان آقای شهبازی	۸
۳	آقای حمید از کالیفرنیا	۱۲
۴	سخنان آقای شهبازی	۱۶
۵	خانم آنیتا (کودک عشق) از اندیشه	۱۸
۶	خانم الهه از سبزوار با سخنان آقای شهبازی	۲۰
۷	سخنان آقای شهبازی	۲۷
۸	خانم اعظم از آبیگ سخنان آقای شهبازی	۲۸
-	♦ ♦ ♦ پایان بخش اول ♦ ♦ ♦	۳۳
۹	آقای منصور از نجف‌آباد	۳۴
۱۰	آقای مصطفی از اصفهان با سخنان آقای شهبازی	۳۹
۱۱	خانم بیننده از مهرشهر و سخنان آقای شهبازی	۴۵
-	♦ ♦ ♦ پایان بخش اول ♦ ♦ ♦	۵۲
۱۲	آقای پویا از آلمان	۵۳
۱۳	خانم‌ها زرین و تیارا و یکتا از زرین‌شهر	۵۸
۱۴	خانم لادن از کانادا	۶۲
۱۵	آقای علی از دانمارک	۶۵
۱۶	خانم فرزانه از همدان	۷۲
۱۷	خانم لیلا از استرالیا	۸۰
۱۸	خانم پروین از استان مرکزی	۸۴



ردیف	پیام دهنده	صفحه
-	♦ ♦ ♦ پایان بخش سوم ♦ ♦ ♦	۸۸
۱۹	خانم دینا از کانادا	۸۹
۲۰	خانم پریسا از کانادا	۹۲
۲۱	خانم فرخنده از جوزدان نجف‌آباد	۹۵
۲۲	خانم یلدا از تهران	۹۷
۲۳	خانم مرجان از استرالیا	۱۰۰
۲۴	خانم سارا از شیراز	۱۰۳
۲۵	خانم پروین از اصفهان	۱۰۷
۲۶	خانم نرگس از نروژ	۱۰۹
۲۷	خانم فرزانه	۱۱۰
۲۸	خانم مریم از کانادا	۱۱۲
-	♦ ♦ ♦ پایان بخش چهارم ♦ ♦ ♦	۱۱۵



۱- خانم محبوبه از لواسانات

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم محبوبه]

خانم محبوبه: من محبوبه هستم از روستایی به نام آهار از توابع لواسانات تهران. ۶۳ سال سن دارم. پنج سال است با این برنامه انسان‌ساز آشنا شدم و شش ماه پیش زنگ زدم راجع به پیشرفت‌هایم گفتم. الآن هم یک تحقیق نوشتم می‌خواهم خدمت شما ارائه بدهم.

آقای شهبازی: بفرمایید. می‌دانید که مدت زمان صحبت پنج دقیقه است.

خانم محبوبه: بله، بله. این تحقیق کوتاه است.

آقای شهبازی: بله، بله.

خانم محبوبه: حالا هر جا شما فرمودید من قطع می‌کنم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. بفرمایید.

خانم محبوبه: خیلی ممنونم.

به نام خداوند رحمت‌گر مهربان.

نام تحقیق: مقلد نیستم، محقق هستم.

موضوع تحقیق: آیه یک سوره بروج.

«وَالسَّمَاءِ ذَاتِ الْبُرُوجِ»

«سوگند به آسمان که دارای برج هاست.»

(قرآن کریم، سوره بروج (۸۵)، آیه ۱)

سوگند به آسمان که دارای برج‌ها، صورت‌های فلکی بسیار است. بروج جمع بُرج به معنای ظاهر و آشکار است.

گر خبر خواهی از این دیگر خروج

سوره برخوان: وَالسَّمَاءِ ذَاتِ الْبُرُوجِ

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۷۴۱)

ابیاتی از دفتر اول از بیت ۷۵۰ تا ۷۵۳

نورِ رَوْزَنِ گِردِ خانه می‌دود

ز آنکه خور، بُرجی به بُرجی می‌رود

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۷۵۰)



هر که را با اختری پیوستگی است
مر ورا با اختر خود هم‌تگی است
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۷۵۱)

طالعش گر زهره باشد در طرب
میل کَلّی دارد و عشق و طلب
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۷۵۲)

ور بُود مریخی خون‌ریزِ خو
جنگ و بُهتان و خصومتِ جوید او
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۷۵۳)

«ذَاتِ الْبُرُوجِ» یا «السَّمَاءِ ذَاتِ الْبُرُوجِ» فلک هشتم است که بروج دوازده‌گانه را قُدما در آن توهّم کرده‌اند و آفتاب در هر ماهی از ماه‌های شمسی در یکی از این بروج صُور فلکی جای دارد.

دفتر ششم از ابیات ۴۲۰۱ تا ۴۲۰۵

نیز تا حیران بُود اندیشه‌ات
تا که حیرانی بُود کُل پیشه‌ات
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۲۰۱)

یا وصال یار زین سَعیم رسد
یا ز راهی خارج از سَعی جسد
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۲۰۲)

من نگویم زین طریق آید مراد
می‌طیم تا از کجا خواهد گشاد
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۲۰۳)

سر بُریده مرغ هر سو می‌فتد
تا کدامین سو رَهَد جان از جسد
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۲۰۴)

یا مراد من برآید زین خروج
یا ز بُرجی دیگر از ذاتُ البرُوج
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۲۰۵)



در خاتمه با دو بیت از نظامی، مخزن الاسرار، تماش می‌کنم.

با جبروتش که دو عالم کمست

اول ما آخر ما یکدمست

(نظامی، مخزن الاسرار، بخش ۱، آغاز سخن)

خنده به غمخوارگی لب کشاند

زهره به خنیاگری شب نشاند

(نظامی، مخزن الاسرار، بخش ۱، آغاز سخن)

والسلام. با تشکر از شما.

آقای شهبازی: خیلی ممنون.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم محبوبه]



۲- خانم سودابه از اهواز با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم سودابه]

خانم سودابه: آقای شهبازی من یک خانم پنجاه‌ساله هستم. بعد از اهواز زنگ می‌زنم. ایران، از اهواز.

آقای شهبازی: بله.

خانم سودابه: بعد آقای شهبازی من خیلی خیلی خوشحالم که با شما صحبت می‌کنم و خیلی خوشحال هستم از این برنامه‌ای که دارید.

اصلاً باورم نمی‌شود، باورتان می‌شود؟ با همسر یک خرده با هم کل‌کل کردیم من و همسر همین الآن، بعد او یک چیزی می‌گفت من یک چیزی می‌گفتم، بعد یک خرده با هم گفتیم، ناموس آمد بالا الآن، پندار کمال آمد.

یک دفعه دیدم پخش زنده شما را، اگفتم نه، آقای شهبازی الآن پخش زنده ندارند، چه جوری می‌شود الآن پخش زنده؟ دیدم تلفن شماست، بعد گفتم من به شما بگویم، الآن سه ماه است دارم برنامه شما را می‌بینم، از شهریور. شهریور، مهر، آبان، آذر، الآن رفتیم توی می‌شود چهار ماه من دارم برنامه شما را دنبال می‌کنم.

بعد من یک خانمی بودم که احساس، فکر می‌کردم خیلی چیز بلد هستم، فکر می‌کردم خیلی می‌دانم، فکر می‌کردم خیلی عاقلم، فکر می‌کردم چون مربی ورزش هستم، من از همه آن‌هایی که می‌توانم انرژی بگیرم همین جور می‌توانم به آن‌ها انرژی بدهم، ولی واقعیت این است که واقعاً عاشق انرژی دادن بودم، ولی نمی‌دانستم این کاری که دارم انرژی می‌دهم، چرا یک تایمی من کم می‌آوردم؟ چرا از دیگران ناراحت می‌شدم؟ چرا اگر یک کسی دیگر اخلاقی مثلاً آن روز من را آن‌چنان مورد تأیید قرار نمی‌دادند، یا من را نمی‌دیدند یا این‌که نگاهشان سرد بود.

پس این‌ها کلاً ضعف بوده که من از زمانی که به خودم آمدم و شناختم، ولی راه مقایسه کردن و وصل کردنشان را بلد نبودم. فقط فکر می‌کردم این‌که می‌توانم قدرت بیان داشته باشم و به کسی احساس کلماتم را ارائه بدهم این یعنی ایده‌آل.

ولی آقای شهبازی از زمانی که من برنامه شما را نگاه کردم، الآن در این چهار ماه نشستم یک سری، اولاً بگذارید من همین الآن به شما یک دانه بگویم که واقعاً واقعاً از شما شرمندهام. روز اول که تلویزیون را باز کردم، شما را دیدم، شما وقتی من گفتم ای بابا چه کسی حوصله دارد حالا از این حرف‌ها گوش بدهد؟

یکی دو روز بعد یکی من را می‌خکوب کرد پای تلویزیون شما. حالا از این تایم من از یک جای دیگر، کیش بودم، به همسر گفتم بنشین این برنامه آقای شهبازی. گفت باز رفتی چه پیدا کردی؟ گفتم یک چیزی است به‌نام گنج حضور.



سالیان سال است، پنجاه سال از خدا عمر گرفتم و شما، با همسر خودم بودم، گفتم شما الآن دیگر نزدیک شصت سالتان است، بابا ما نیاز به این برنامه داریم، بنشینیم نگاه کنیم. خب نشستیم نگاه کردیم الآن هر کدامان به یک جایی می‌رسد.

آقای شهبازی: بله.

خانم سودابه: متوجه می‌شویم، یک خرده با هم نمی‌خواهیم، او به من می‌گوید تو داری فضاگشایی نمی‌کنی، من به او می‌گویم تو نمی‌توانی. ولی خیلی تفاوت دارد، بی‌نهایت.

و آقای شهبازی من یک چیزی خدمت شما بگویم. چقدر خوب است شما دوست دارید. من همیشه می‌گویم نمی‌دانم آقای شهبازی چه کاری کرده که این ارج آسمانی و زمینی شامل حالش شده، که این‌جوری همه می‌خکوب می‌شوند و شما را نگاه می‌کنند و همین‌جوری انرژی مثبت می‌گیرند.

آقای شهبازی من در زمانی که می‌خواستیم به این راه بیایم، قبل از این‌که عشق معنوی پیدا کنم، اول اول یک دختری بودم بسیار اهل رقص و شادی و برو و بیا و از این آیتم بفروش و این‌ها، یک‌دفعه رفتم کلاً شدم حیطة چهارده معصوم، دوازده امام، امام حسین و علایقم دیدم و الآن هم می‌گویم خدا صدایم را دارم می‌شنوم.

بعد شروع شد به نماز و الله و احد و مسجد و این‌ها. بعد شروع شد به قرآن، ختم به ختم، خط به خط و ولی بدون فهم، بدون ادراک، بدون این‌که یعنی فقط وابسته بودم از آن‌ها انرژی می‌گرفتم.

می‌دانید فقط می‌دانستم یک چیزی حال من را خوب می‌کند. اما فهم این‌که چطوری می‌شود، این ناموس چه می‌دانستم چیست، پندار کمال نمی‌دانستم چیست، قرین نمی‌دانستم، در این شهریور ۱۴۰۲ تا الآن که اولین جای ۱۴۰۲ است، من این‌ها را دارم یاد می‌گیرم. می‌ترسیدم با شما صحبت کنم که این غرور من را بگیرد و بعد دوباره از این‌ها فاصله بگیرم.

آقای شهبازی ببخشید من زیاد صحبت می‌کنم. ولی من با این آیت‌هایی که رفتم جلو، یکی رسید به من گفتند، من همین الآن خواب شما را هم می‌بینم، این را هم اگر بگویم می‌شود اقرار، برای این‌که بخواهی بگویی یک چیزهای دیگر حاشیه‌ای می‌شود. ولی آقای شهبازی من در یک سنی که رفته بودم جلو توی کار ورزش و مربی شده بودم و این‌ها، پر انرژی که بودم توی اوج خوشی، من دوتا فرزند داشتم، یکی دختر، یک پسر.

پسر من مهندسی ابزار دقیق بود، دختر من لیسانس اقتصاد بود. پسر در سن بیست و چهار سالگی که سال ۱۳۹۷ بود، عمرش را داد به همه کسان دیگر، یک ایست قلبی. ورزشکار، شیک، پرستیژ (prestige). حالا آن تایم من، آن یک دانه، یک دانه پسر را از من یگانه گرفت. ولی وقتی او را گرفت، همه به من گفتند این دیگر آخر



کار تو است. تو می‌بری، می‌افتی، زمین می‌خوری، ولی آقای شهبازی یک نیرویی به من پنج سال، الآن پنج سال گذشته است، به من گفتند یک تایم، قبل از این که دو ماه قبل از این که پسرم برود دعوت حق بشود، به من گفتند برو مولانا بخوان، به الله و احد، به همان که شما همیشه می‌گویید یکتا پرستی و زنده به حضور. گفتند برو مولانا بخوان.

من نمی‌توانستم چه جوری، فقط می‌رفتم نوشته‌های مولانا را، سرگذشت زندگی‌اش را می‌خواندم که چه جوری و با شمس چطوری آشنا شد. این را می‌خواندم و یک موقع هم در اینترنت، در گوشی‌های واتساپ و این‌ها یک ذره فعال بودم، یک خرده از این ابیاتش را می‌گذاشتم برای بقیه.

بعد متوجه شدم ای بابا این‌ها باز از آن نمایش‌ها است. باز گرفته شدند از من. با هر چیز که به آن عشق می‌ورزیدم آن گرفته شد. با هر چیز که با آن روحیه می‌خواستم، حتی دیگر عاشق کارم بودم، آن را از من گرفت. با این که صدایش می‌کردم و می‌گفتم تو یگانه من هستی. اما [صدا نامفهوم] می‌کردم، هر موقع که رفته بودم پیش خودم حالم را خوب کنم، دیگر از همه بریدم، دیگر از همسر هم خسته شدم، فلان و این‌ها.

آقای شهبازی با برنامه شما آشنا شدم، فهمیدم آن تایم که اگر آن پسر من پیش خدا رفت، دلیلش این بوده که من هنوز گم هستم در یگانه‌شناسی، در یکتا شناسی، نمی‌توانم بفهمم.

پروردگار خواسته به من بگوید با مادرت خیلی ایام بودی، از هر کسی، همیشه فکر می‌کردم همه مقصر هستند، فکر می‌کردم فقط خودم هستم که اوکی هستم، ولی چون این آیتم‌ها زیاد هم هست، یک چیزی را من الآن به همه عزیزان، به همه گنج حضوری‌ها، به همه دست‌اندرکاران شما، مخلصانه، یعنی عزیزان، عزیزان من هستند که خدا این قدر مهربان است و شماها را برای ما گذاشته بیاید زمین. می‌گویم که با هر چیزی را که ما به آن‌ها عشق زمینی ورزیدیم از ما می‌گیرد و جایگزینش می‌خواهد چشم‌های ما را باز کند.

من به خودم گفتم که سودابه تا چند سال، تا چند سال شما می‌خواهید وابسته بشوی با همه چیز، چون با هر چیزی وابسته می‌شدم از همان هم ركب می‌خوردم، زود علاقه پیدا می‌کردم، ولی ركب هم می‌خوردم.

آقای شهبازی: وقتتان هم تمام شده در ضمن خانم.

خانم سودابه: تمام شد؟

آقای شهبازی: خیلی وقت است، الآن نزدیک ده دقیقه است دارید صحبت می‌کنید.



خانم سودابه: خب، ببخشید، شرمنده، می‌توانم الآن یک بار دیگر فقط من بگویم ابیات شما واعظ روح و روان من شد.

آقای شهبازی: بله.

خانم سودابه: یعنی کلاً زندگی من را دگرگون کرده. می‌خواهم بگویم برای کسانی که عزیز از دست دادند فقط و فقط با این ابیات، حال خوب با این ابیات.

آقای شهبازی: ممنونم. عالی، عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم سودابه]

آقای شهبازی: یک چندتا توضیح بدهم خدمت شما. اولاً که روی خط آمدید بلافاصله شروع کنید به صحبت کردن، اگر می‌خواهید اسمتان را بگویید، بگویید از کجا زنگ می‌زنید، اسمتان را هم نمی‌گویید بفرمایید از کجا زنگ می‌زنید. شروع کنید به اصل مطلب، چون این حاشیه‌های احوال‌پرسی و این‌ها ممکن است یک دقیقه، یک دقیقه و نیم طول بکشد، وقت شما و مردم گرفته بشود.

مطلبی بفرمایید که واقعاً به درد دیگران هم بخورد. منظور از این برنامه اثر درس‌های مولانا روی زندگی عملی شماست، که در تجربه عملی چه استفاده‌هایی از آن کردید، چه مسائلی از شما حل شده، چه مسائلی داشتید، چه چیزهایی متوجه شدید، راجع به این چیزها لطفاً حرف بزنید، راجع به دیگران اصلاً حرف نزنید، فقط راجع به خودتان حرف بزنید. راجع به من هم حرف نزنید اصلاً، فقط راجع به خودتان، و از ابیاتی هم استفاده کنید که فارسی هستند و ساده هستند و همه می‌توانند بفهمند و پنج دقیقه را هم رعایت کنید لطفاً.



۳- آقای حمید از کالیفرنیا

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای حمید]

آقای حمید: حمید هستم، سی و چهار سالم است از کالیفرنیا تماس می‌گیرم. الان هم سر کار هستم. الان پخش زنده است؟

آقای شهبازی: بله، بله بخش زنده است، بفرمایید حمید خان.

آقای حمید:

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

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

تا نیامیزد، بدین دو بانگ دور
قطره‌ای از بحر خوش با بحر شور
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۳۴۴)

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

بسط دیدی، بسط خود را آب ده
چون برآید میوه، با اصحاب ده
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۳)

قبض دیدی چاره آن قبض کن
ز آنکه سرها جمله می‌روید ز بن
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۲)

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



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

بیاموز از پیمبر کیمیایی
که هر چت حق دهد، می‌ده رضایی
 (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۷۵)

جناب شهبازی من از صمیم قلبم از شما تشکر می‌کنم که این قدر آرامش آوردید در زندگی من. من را با این راه آشنا کردید، دست شما را می‌بوسم.
 آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

آقای حمید: من با شما صحبت کردم روی تلفن، چقدر صمیمانه با منی که این قدر به قولاً درجه اجتماعی‌ام خیلی خیلی پایین است و شما این قدر با من صمیمانه و خاکی صحبت کردید. چقدر شخصیت بزرگواری هستید شما من واقعاً باعث افتخارم است که شاگرد شما باشم و توی این مسیر بتوانم شاگرد خوبی باشم. از تمام گنج‌های تشکر می‌کنم و از طرف نامزد سعیده، جناب آقای شهبازی از شما بسیار تشکر می‌کنم.
 آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

آقای حمید: ما هر دو خیلی شما را و تمام گنج‌های تشکر می‌کنم. فقط خواستم بگویم که من یک افسردگی بسیار شدیدی داشتم و هیچ وقت نمی‌توانستم با خودم راحت تنها توی پوست خودم نمی‌توانستم راحت باشم.

و اینکه سردرگم بودم نمی‌دانستم که حالا چه دینی درست می‌گوید، چه راهی درست است و همین که از سردرگمی درآمد و راه خودم را بالاخره پیدا کردم خیلی شوق عمیقی دارم.

بسیار خوشحالم، هیچ وقت این قدر آرامش توی زندگی‌ام نداشتم که تنهایی اصلاً با خودم حال می‌کنم. اصلاً دیگر دوست ندارم با کسی زنگ بزنم یا با کسی بروم بیرون، همه‌اش دوست دارم پای این برنامه بنشینم تنها باشم. یک آرامش عمیقی می‌گیرم وقتی که به این برنامه گوش می‌دهم.

و همچنین که من یک درد کمر بسیار شدیدی داشتم، خیلی اوضاع کمرم خراب بود. الآن چهار پنج ماه است این برنامه را دنبال می‌کنم، اصلاً هیچ وقت کمرم به این آرامی نبوده. از وقتی قانون جبران را رعایت کردم همین جور کارهایم درست می‌شود، پول از همه طرف می‌آید اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ و برکت دارد می‌آید به زندگی‌ام.



فقط خواستم بگویم که من مشتری راضی هستم از این برنامه و باعث سعادت من است که سرباز عشق باشم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

آقای حمید: مثل آقا نیما و مثل تمام گنج حضوری‌ها. من هم یک هم‌رزم هستم، یک سرباز عشق و خواهش می‌کنم من را بپذیرید به عنوان یک شاگرد.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

آقای حمید: و فقط دیگر تشکر می‌کنم من به قول بقیه عزیزان زبان ما قاصر است چه جوری تشکر کنیم از شما، ولی خُب شما هم می‌گویید تشکر نکنید، ما چون حالا مبتدی هستیم و این‌ها واقعاً دست شما را می‌بوسیم، ما جوان‌ها را نجات دادید.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، خواهش می‌کنم.

آقای حمید: از این سردرگمی، از این راه‌های منحرف، از این زندگی پُر درد ما را نجات دادید. من دیگر از این به بعد به عنوان قانون جبران ان شاء الله شروع می‌کنم تماس می‌گیرم، این هم بار اولم بود تماس می‌گیرم.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای حمید: الان من سیزده سال است که از ایران آمده‌ام آمریکا، همیشه فکر می‌کردم در آینده قرار است یک اتفاقی بیفتد که من زندگی‌ام بهتر بشود یا حالا وقتی بروم ایران زندگی خوب می‌شود یا وقتی ازدواج کنم زندگی‌ام خوب می‌شود.

همیشه فکر می‌کردم که الان زندگی نیست، یک چیزی قرار است در آینده به من زندگی بدهد، ولی بسیار از شما متشکرم که این دانش بسیار ارزشمند را به من دادید که توی همین لحظه، من خوش خوش هستم، زندگی می‌کنم آرامش عمیقی دارم، هر لحظه به لحظه، همین الان، هیچ وقت دیگه منتظر آینده یا غصه گذشته را نخواهم خورد.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای حمید: متشکرم از این دانش ارزشمند و قتم را شِیر (share: تقسیم) می‌کنم با بقیه عزیزان، روی ماهتان را می‌بوسم و ارادتمند به همه گنج حضوری‌ها.

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



ورزش هم می‌کنید دیگر، قرار شده دوستانمان ورزش کنند، شما قرار شد ورزش کنید، درست است؟ [خنده
آقای شهبازی]

آقای حمید: چشم، بله، بله حتماً من از این به بعد حداقل روزی یک ساعت و نیم اختصاص خواهم داد به
ورزش.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای حمید: قول می‌دهم به شما و هر کسی هم که، من خُب مشکل اعتیاد و این‌ها را توی نوجوانی و الآن هم با
یک سری اعتیادها دست و پنجه نرم می‌کنم، ولی خُب حتماً حتماً پیشنهاد شما را به قلبم می‌چسبانم، ورزش
خواهم کرد یک ساعت و نیم، دو ساعت در روز.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای حمید: و به شما قول می‌دهم سری بعد که تماس گرفتیم بگویم که هر روز دارم ورزش می‌کنم، اعتیادم هم
پاک شده، انداختمشان رفته و دیگر دارم روی خودم کار می‌کنم که هم‌هویت‌شدگی‌هایم را، همانیدگی‌هایم را
بشناسم و بیندازم یکی یکی و شاگرد خوبی باشم برای شما، از خجالتتان دربیایم، من نوکر شما هستم.

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

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای حمید]



۴- سخنان آقای شهبازی

دوباره خواهش کنم آن‌هایی که در اثر مبتلا به این همانیدگی‌ها و ایجاد من‌ذهنی، درست موقعی که حداکثر قدرتشان بشود از لحاظ فکری، جسمی، زمین می‌خورند. این من‌ذهنی می‌تواند ما را زمین بزند، یک مرد سی‌ساله می‌تواند ضعیف بشود. اگر شما در این وضعیت‌ها هستید لازم نیست با من تماس بگیرید، با من صحبت کنید. شما لطف کنید این آموزش‌های مولانا را متعهدانه ببینید، خودتان به خودتان کمک کنید و در ضمن می‌دانید ما چهار بُعد داریم، شما از بُعدهای عینی و قابل دسترس شروع کنید به تمرین.

اولی‌اش همین فیزیک ما است، همین بدن ما است و این بدن را باید شما ورزش بدهید. اصلاً بدون «ورزش» امکان پیشرفت در راه معنوی وجود ندارد! در این جهان شلوغ‌پلوغ و پر از استرس، یعنی شما تا غافل می‌شوی این دیو من‌ذهنی حمله می‌کند. مرتب باید این ابیات را شما به خودتان تلقین کنید.

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

بنابراین «ذکر» یا تکرار این ابیات می‌تواند جلوی حمله من‌ذهنی را بگیرد، حمله من‌های ذهنی را بگیرد. و اول از فیزیک ببینید این قابل مشاهده است، بعد از این فکر ما است، بعد از آن هیجانات ما است، بعد از آن جان ما است.

همین‌طور که می‌رویم به اصطلاح این‌ها غیر قابل دیدتر می‌شود. شما خیلی راحت می‌توانید روزی یک ساعت، یک ساعت و نیم، دو ساعت ورزش کنید و این را در برنامه‌تان بگذارید، این قابل مشاهده و عینی است. فکرها را هم می‌توانید یواش‌یواش ببینید که فکرها بد نکنید، به فکرها بد گوش ندهید اگر ضعیف شده‌اید.

یک موقعی در اثر مبتلا به این من‌ذهنی خودتان را پهلوان ندانید، ما پهلوان نیستیم، ما زمین می‌توانیم بخوریم. پس بنابراین فکرها خوب بکنید، فکرها خوب از فضاگشایی، از طرف زندگی می‌آید، یعنی به جای این‌که من‌ذهنی فکر کند بگذارید زندگی از طریق شما فکر کند. دوباره قابل مشاهده‌تر، هیجانات ما است. شما خشمگین می‌شوید، حسود می‌شوید، تنگ‌نظری می‌کنید، نمی‌دانم کینه‌جویی می‌کنید، این‌ها را می‌توانید ببینید، یواش‌یواش، یواش‌یواش می‌توانید ببینید و این‌ها را تبدیل به عشق کنید.



هر موقع دیدید دارید حسادت می‌کنید، پا شوید طرف را بغل کنید، تبریک بگویید، بگویید خیلی خوشحال هستم که این خانه را خریدید، خوشحال هستم که دیپلم گرفتید، سرکار جدید رفتید، یا مثلاً ازدواج کردید، بچه‌دار شدید.

اگر دیدید دیو از طریق حسادت و تنگ‌نظری حمله کرد، می‌توانید عکس آن را فوراً انجام بدهید و این هیجان مُخرب را بشناسید و یواش‌یواش این‌ها را با بخشیدن، با کمک کردن، با رَوا داشتن جبران کنید.

پس به خودتان باید کمک کنید و حتی شما اگر مرتب ورزش کنید و این برنامه را هم گوش بدهید، بقیه چیزها سر جایش می‌افتد به تدریج. دیگر گفتم دیگر. توجه کنید مبدا فکر کنید که بابا ورزش چه هست؟! ما که تا حالا ورزش نکردیم! خیلی خیلی لازم است.

بدن باید هم سالم باشد، هم در اثر ورزش و حرکات بدنی این استرس به وجود آمده رفع می‌شود. یعنی شما دو ساعت مثلاً ورزش کنید، عصر استرسی که به وجود آمده بوده آن چیزهای کثیفی که توی خونتان ریخته بوده برطرف می‌شود و شما را مریض نمی‌کند شما یواش‌یواش سالم‌تر می‌شوید.



۵- خانم آنیتا (کودک عشق) از اندیشه

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم آنیتا]

خانم آنیتا: من آنیتا هستم از اندیشه.

آقای شهبازی: بله، بله، بفرمایید خواهش می‌کنم.

خانم آنیتا: می‌خواستم شعر از مولانا جان بخوانم.

آقای شهبازی: بفرمایید، بله.

خانم آنیتا:

درین بحر، درین بحر، همه چیز بگنجد

مترسید، مترسید، گریبان مدرانید

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۳۷)

آقای شهبازی: گریبان مدرانید!

خانم آنیتا: می‌خواستم یکی دیگر هم بخوانم.

آقای شهبازی: بفرمایید، بله.

خانم آنیتا:

مرده بدم زنده شدم، گریه بدم خنده شدم

دولت عشق آمد و من دولت پاینده شدم

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۹۳)

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! گفتید چند سالتان؟

خانم آرمینا:

درین خاک درین خاک در این مزرعه پاک

به جز مهر به جز عشق، دگر تخم نکاریم

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۴۷۵)



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

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم آنیتا: آقای شهبازی همانی که فیلم فرستاده هستم.

آقای شهبازی: آفرین! شما چند سال دارید گفتید؟

خانم آنیتا: هشت سال.

آقای شهبازی: هشت سال؟

خانم آنیتا: آره.

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

خانم آنیتا: خیلی خیلی شما را دوست دارم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم آنیتا]



۶- خانم الهه از سبزواری با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم الهه]

خانم الهه: اول از همه بعد از تشکر و قدردانی فراوان از زحماتتان که نمونه عشق لایتناهی خدا هستید برای ما، خواستم از شما یک حلالیت هم بخواهم استاد.

آقای شهبازی: اختیار دارید، خواهش می‌کنم.

خانم الهه: شما این همه توضیح می‌دهید، واقعاً من شرمند هستم، یعنی به خودم که نگاه می‌کنم بعد از این که چند بار تکرار کردید، می‌گویم ای وای تو این را گوش کرده‌ای این را استاد این همه توضیح داد، آخرش هم یعنی بعد از مثلاً چند بار خواندن یاد نگرفتی. مثلاً شما در مورد این که حضرت یوسف در زندان بوده و از کسی کمک خواسته و به او حالا چند سال بیشتر در زندان می‌ماند، توضیح دادید این را و ما خب از قدیم هم آشنا بودیم، باز با این وجود من بار اول که با شما تماس گرفتم ته ذهنم این بود که گفتم ببین ده تا برنامه دیگر مانده، بیا زنگ بزن، چون بار قبل اولین بار بود، زنگ بزن مشکلت را بگو به استاد و استاد در برنامه‌های آتی حتماً مدنظر قرار می‌دهد و صحبت می‌کند در مورد این مشکل، یعنی به جای این که من از خدا بخواهم و نگاهم به خدا باشد و حالا با تکرار و تمرین این برنامه‌ها و ابیات و این‌ها کمک بگیرم و احساس مسئولیت داشته باشم برای مشکل خودم، انگار باز هم آدم از شما، یعنی ته ذهنم این بود که بیا صحبت کن، این را بگو، انگار باز هم از شما کمک خواستم، یعنی باز هم از بنده‌اش. درست است که شما هم نمونه همان عشق خدا هستید، اما من از این نظر شرمند شدم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم الهه: هر چند که احساس کردم که به سبب‌سازی یعنی دست زدم، حالا نمی‌دانم دیگر درست است یا نه.

آقای شهبازی: بله، همین درست است.

خانم الهه: بعد شما در جلسه قبل فرمودید که اگر این ابیات را تکرار کنید، درجه حماقت انسان را در من ذهنی می‌بینید، حالا من چندتا مورد به ذهنم رسید از درجه حماقت من ذهنی خودم، خواستم با اجازه‌تان بخوانم.

آقای شهبازی: آفرین! بفرمایید.

خانم الهه: با اجازه شما و البته با اجازه آقا صادق [خنده خانم الهه].



خواستم بگویم که من ذهنی «مفتی ضرورت» نیست، به خاطر این که بیش از نیاز خودش می‌خرد، انبار می‌کند این‌ها را و هر بار هم می‌خواهد بخرد می‌گوید که با این استدلال که می‌گوید این فروشنده هم باید نان در بیاورد، من باید بخرم که او هم رزق و روزی داشته باشد. من با این استدلال که فکر می‌کنم من ذهنی گولم زده، خیلی وسایل خیلی بیش از حدی خریده‌ام.

مثلاً از ساعت، چندین مدل ساعت، نقره، نمی‌دانم چه چه. بعد که شما فرمودید که این ساعت من را بیست سال پیش خریدم که صد و بیست دلار داده‌ام، واقعاً من خجالت کشیدم از خودم استاد. انواع و اقسام شاید مثلاً من بیست تا کیف داشته باشم، اما می‌گفتم این مدل دوشی که جنسش این باشد را ندارم، آن مدل را داشتم، اما آن جنس را نداشتم، یعنی واقعاً شرمندۀ زندگی و شما شدم. آقای شهبازی: اختیار دارید.

خانم الهه: هر چند که زندگی با اتفاقاتی خواست این را به من نشان بدهد که تو بیش از ضرورت خرید می‌کنی و مخصوصاً این که مثلاً می‌گویم که فروشنده باید نان در بیاورد، یعنی این پول من همه‌اش با خودم می‌گفتم باید در گردش بیفتد و آخر خرج کردن درست است که آدم نباید نگه دارد، اما چیزی هم که ضرورت ندارد را هم نباید بخرد، مخصوصاً همین وسایل حالا خانه گرفته، وسایل پوشاک و این جور چیزها گرفته.

و یک بار هم ضربه این مورد را خوردم که زمانی که من می‌خواستم اثاث‌کشی کنم از خانه پدرم بیایم خانه خودم، تنها بودم، یعنی در اثاث‌کشی زندگی به تمام اطرافیان من، به تمام خانواده من دستور داد که هیچ کسی کمکم نکند و هیچ کس کمکم نکرد و تمام لوازم را من به تنهایی منتقل کردم و به شدت هم خسته شدم، شاید یک ماه طول می‌کشید که کم کم هی با ماشین می‌آوردم خانه. باز هم درس عبرت برایم نشده بود که تو این همه وسیله داری، همه هم اضافه است، فقط یک سنگینی روی دوش است و باعث زحمت می‌شود، باعث خستگی‌ات می‌شود، جای خانه را می‌گیرد، از نظر بهر حال فضا می‌گیرد دیگر در خانه دیگر.

آقای شهبازی: بله، بله.

خانم الهه: خلاصه این‌ها من را ادب نکرد، تا این که شما یک جمله‌ای می‌گویید، یک چیزی، یک چراغی در ذهن ما روشن می‌شود.

دیگر این که می‌خواهم بگویم که من ذهنی مفتی ضرورت نیست، به خاطر این که یا می‌رود از صبح تا شب کار می‌کند که پول در بیاورد، بعد این پولش را کجا خرج می‌کند؟ یعنی عدم تعادل در کار کردن، پولش را می‌رود مثلاً مواد ناسالم می‌خرد می‌خورد. حتی گوشتی که ما فکر می‌کردیم خیلی مفید است و این‌ها درحالی که هم خریدنش



ضرورت ندارد، هم از نظر درواقع زمانی که برای پخت می‌گذاریم خیلی وقت ما را هدر می‌دهد، اتلاف وقت می‌شود، هم این‌که مواد مفید آن‌چنانی می‌شود گفت ندارد. چون سبزیجات بدون این‌که زمان پخت زیادی از ما بگیرند یا این‌که هزینه زیادی داشته باشند برای خریدش همان مواد را خیلی سالم‌تر به ما می‌دهد و چه‌بسا ما را سبک‌تر و شادتر و قهراق‌تر می‌کنند، یعنی من خودم این را تجربه کرده‌ام.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم الهه: من قبلاً فکر می‌کردم گوشت نخورم می‌میرم، اما الآن چون می‌گویم تنها هم زندگی می‌کنم و همه مسئولیت زندگی روی دوشم است، از هر چیزی سعی می‌کنم بهینه و قتم را صرف کنم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم الهه: یکی‌اش همین مورد بود، یعنی چیزی که، غذایی که می‌خورم هم سالم باشد و هم این‌که خب هرچه وقت کمتری بگیرد از من بهتر است برایم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم الهه: دیگر این‌که مثلاً پولش را می‌دهد می‌رود فیلم‌های سینمایی می‌بیند که آن فیلم‌ها درواقع محصول ذهنی است، محصول من‌ذهنی‌هایی است که به‌هرحال ممکن است چیزهایی از آن‌ها یاد بگیرد که اصلاً ضرورت ندارد و چه‌بسا مشکل‌ساز هم باشد در زندگی‌اش.

دیگر این‌که یا این‌که من‌ذهنی مفتی ضرورت نیست، بیش از حد نیازش، بیش از حجم معده‌اش می‌خورد، احساس سنگینی به او دست می‌دهد، اضافه وزن می‌گیرد، چربی بدنش بالا می‌رود، درنتیجه سلامتی‌اش به خطر می‌افتد. بیش از حد نیاز حتی ممکن است برای بُز دادن وسایل خانه اضافی می‌گیرد که جا می‌گیرد در خانه و هیچ نیازی هم به آن‌ها ندارد و هر از گاهی مجبور است فقط گردگیری‌شان کند، یعنی باز هم وقتش گرفته می‌شود.

یا این‌که باز من‌ذهنی مفتی ضرورت نیست، از آن طرف باز می‌آید در کسب و کار مخصوصاً کسانی که اول راه هستند و راه معنوی را شروع می‌کنند، با مولانا تازه آشنا می‌شوند، این مشکل را من خودم داشتم، می‌گوید که پس من بیایم مولانا را بخوانم و نروم کار نکنم، و قتم را بگذارم روی خواندن مولانا، باز هم تعادل به‌خطر افتاد و این‌جا هم به‌نظر من ضرورت کار کردن را تشخیص نداد.

مخصوصاً در جامعه ما این در خانم‌ها به‌نظر من خیلی زیاد است، حالا در خود من بود الآن خدا را شکر رفع شده، من همیشه دوست داشتم ازدواج کنم، چرا؟ چون که مسئولیت زندگی، مسئولیت مخصوصاً اقتصادی را



ببندازم روی دوش یکی دیگر، یعنی می‌گفتم خب دیگر من ازدواج کنم دیگر چه خوب می‌شود، دیگر این چالش‌های اقتصادی و کاری را ندارم، از روی دوشم برداشته می‌شود. اما الآن فهمیدم که نه، من باید مسئولیت زندگی‌ام را به‌طور کامل چه از نظر کاری و چه از نظر حالا سلامتی‌ام و موارد دیگر باید خودم به‌عهده بگیرم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم الهه: نه این‌که بخواهم ببندازم روی دوش کسی دیگر.

خانم الهه: فکر می‌کنم در جامعه ایرانی، حالا جامعه‌های دیگر را من خبر ندارم، این خیلی بین خانم‌ها باب هست که منتظر هستند ازدواج کنند که به یک چیزهایی برسند، تأمین بشوند به اصطلاح از نظر اقتصادی. درحالی‌که خودمان باید خودمان را تأمین کنیم و نیاز به هیچ کسی، هیچ احدی نداشته باشیم از هر لحاظ، چه اقتصادی چه عاطفی حتی، عاطفی هم همین‌طور.

در این صورت به نظر من باعث می‌شود خیلی از مشکلات برطرف شود، توقع مثلاً صفر بشود، رنجش در نتیجه وقتی توقع صفر بشود، رنجش صفر می‌شود و چقدر آدم در این صورت احساس خوشبختی می‌کند، احساس صمد بودن، بی‌نیازی و خوشبختی به او دست می‌دهد.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم الهه: دیگر این‌که می‌خواهم بگویم که من ذهنی مفتی ضرورت نیست، به جای این‌که پولش را در راه درست خرج کند، از جمله آموزش خودش، از جمله آموزش همین مسائل معنوی، رعایت قانون جبران برای همه افراد و همه عالم، به جای این‌که در این مسائل خرج کند، می‌رود چیزهای باز مثلاً سرمایه‌گذاری در طلا، خانه، ملک و ماشین و این‌جور چیزها، حتی لباس اضافه می‌خرد، یعنی چیز کوچک گرفته تا چیز بزرگ.

و در مورد این هم من یک تجربه‌ای از خودم دارم. من همیشه قبلاً مخصوصاً خیلی می‌ترسیدم از آینده، نمی‌دانم چرا، اما همیشه با وجود این‌که شغلم خوب بود، درواقع هم از نظر درواقع رفاه خوب بودم، هم شغل آسانی داشتم، هم درآمد خوبی داشتم، از آینده همیشه می‌ترسیدم. اما الآن این ترس را عهد کردم که کنار بگذارم و موفق هم شدم خدا را شکر، خدا را شکر، از جمله این‌که یکی از کارهایی که انجام دادم این است که خودم را بیمه نکردم و نمی‌کنم. به‌خاطر این‌که به‌نظر من کسی که خودش را بیمه می‌کند، منتظر بازنشستگی است، هر ماه یک مبلغی را به بیمه می‌دهد و تا این‌که سی سال این اتفاق تکرار می‌شود و بعد سی سال منتظر است بازنشسته بشود و مثلاً بخواهد از بیمه آن موقع یک مبلغ چندرغازی دریافت کند. این به‌نظر من هم ترس از آینده است که از من ذهنی می‌آید، هم عدم مسئولیت‌پذیری است، من خودم این کار را نمی‌کنم، چرا؟ چون اولاً که باید خودم



را سالم نگه دارم با ورزش، با تغذیه سالم، تا ان شاء الله تا آخر عمرم بتوانم کار کنم و دوماً این که نترسم از آینده.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم الهه: و دیگر این که ماشینم را من حتی بیمه نکردم، چرا؟ به خاطر این که گفتم تو داری می‌خوانی که «کژ روی، جَفَّ الْقَلَمُ کژ آیدت».

کژ روی، جَفَّ الْقَلَمُ کژ آیدت راستی آری، سعادت زایدت (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۳۳)

«جَفَّ الْقَلَمُ بِمَا أَنْتَ لَاقٍ»

«خشک شد قلم به آنچه سزاوار بودی.»

(حدیث)

این‌ها حدیث است.

«جَفَّ الْقَلَمُ بِمَا هُوَ كَائِنٌ»

«خشک شد قلم به آنچه بودنی است.»

(حدیث)

این را باید عمل کنی، چه جوری می‌خواهی عمل کنی؟ تو اگر بیایی ماشینت را بیمه کنی، یعنی چه؟ یعنی هر اتفاقی بیفتد، بیمه پس باید خسارتش را بدهد. با این دید و با این نیت همه بیمه می‌کنند دیگر. درحالی که به خودم گفتم که اگر تو به این بیت ایمان داری، پس مراقب خودت باش، کژ نرو، کژ نرو که «جَفَّ الْقَلَمُ» کژ بیاید. اگر کژ بروی، «جَفَّ الْقَلَمُ» هم کژ بیاید یک اتفاقی برای تو بیفتد، بعد حالا مثلاً بیایی بگویی که آری بیمه هستم و خیالم راحت است و خسارتش را بیمه می‌دهد.

من واقعیتش هرچند تمام خانواده‌ام، خیلی‌ها یعنی ده‌ها نفر حتی با دعوا به من گفتند چرا بیمه نمی‌کنی و این‌ها، اما نتوانستم واقعاً وارد عمل بشوم، یعنی آن لحظه که خواستم وارد عمل بشوم، احساس کردم که از شما و مولانا خجالت می‌کشم، یعنی این بیت، این تک بیت حتی می‌آید جلوی چشم «کژ روی، جَفَّ الْقَلَمُ کژ آیدت». خب کژ نرو، که آن اتفاق کژ هم نیفتد، حالا می‌خواهد با ماشین باشد، یا با هر اتفاق دیگری، به هر حال این اتفاق می‌آید که چیزی را به ما نشان بدهد دیگر، کژ رفتن خودمان را نشان بدهد.



دیگر این‌که، بیشتر همین‌ها بود. حالا فکر کنم وقت من تمام شد یا این‌که ادامه بدهم.

آقای شهبازی: باز هم دارید باز؟ من یادم نرفته، توجه کنید، چون این پخش می‌شود. شما بیش از حد هم نباید به خودتان اطمینان داشته باشید کژ نمی‌روید، چون در نتیجه من در مورد، البته هیچ اظهار نظری نمی‌کنم، در مورد بیمه شاید شما تجدید نظر بکنید، چون تمام پارامترها و عوامل دست شما نیست، بنابراین این بیمه کردن معنی‌اش این نیست که شما مثلاً کژ می‌روید یا راست می‌روید. خیلی اتفاقات می‌افتد که دست شما نیست، شما ممکن است یک ذره تند بروید، می‌شود امتحان کردن خدا. شما مطمئن نباشید که کژ نخواهید رفت، ممکن است کژ برویم ما، توجه می‌کنید؟ خیلی موقع‌ها ما نمی‌دانیم و کژ می‌رویم. اگر بیش از حد اطمینان کنید به تشخیص‌تان ممکن است من‌ذهنی باشد. این من‌ذهنی خیلی مودی است، از در بیرون می‌کنید، از پنجره می‌آید تو، توجه می‌کنید؟ [خنده آقای شهبازی].

من خیلی موافق هستم با این حرف‌های شما، خیلی خردمند هستید ماشاءالله. به این خردمندی، الان می‌توانم بپرسم چند سال‌تان است شما خانم؟

خانم الهه: خواهش می‌کنم، من نزدیک سی و هفت سالم است.

آقای شهبازی: خیلی خردمند هستید، خیلی چیزها یاد گرفته‌اید.

خانم الهه: قربان شما.

آقای شهبازی: ولی خیلی هم به خودتان متکی نباشید، بعضی احتیاط‌ها را باید انجام بدهید. یک ما این‌جا، مثال می‌زنم، بیزینس (business) داریم ما این‌جا می‌دانید، یکی هست در قسمت مدیکال (medical) است، این بیزینس را خیلی وقت است دیگر من آمریکا آدم تشکیل دادم، بعد یک قسمت عمده‌اش صادرات هست. صادرات یک جوری است که شما می‌دانید ما با همه شرکت‌های حمل و نقل و نمی‌دانم فدکس (FedEx) و دی‌اچ‌ال (DHL) و فلان و این‌ها همه کار می‌کنیم، یوپی‌اس (UPS) و این‌جا چیزهای محلی هستند، شاید یوپی‌اس و این‌ها را شما نمی‌شناسید. ولی به‌هرصورت وقتی بار می‌رود بیرون باید بیمه بشود، حالا بعضی مشتری‌ها که از کشورهایی مثل مثلاً بیشتر جهان سوم می‌گویند آقا ما نمی‌خواهیم بیمه کنیم، چون بیمه گران است، شما مثلاً برای ده هزار دلار شما ممکن است چهارصد دلار، پانصد دلار بدهید بیمه کنید.

و ابتدا ما که ناشی بودیم می‌گفتیم اگر شما مسئولیتش را قبول می‌کنید، اگر این بار گم شد و یک کاغذی را هم امضا می‌کنید که ما مسئول نیستیم، شما خواستید بیمه نشود، خیلی خب قبول می‌کنیم. ولی این کار را ما انجام دادیم اوایل، دیدیم خیلی ضرر کردیم. چون مشتری می‌گوید خیلی خب من امضا می‌کنم که اگر این گم شد یا



نصفش گم شد یا آتش گرفت، نمی‌دانم چه شد، من مسئول هستم، ولی در این صورت هم مشتری را از دست می‌دهی، هم به هر حال مشتری برمی‌گردد من پول دادم به تو، من کالایم را می‌خواهم، اوقات تلخی پیش می‌آید، مشتری را از دست می‌دهی.

بعد از آن یک قانون گذراندیم گفتیم هر کسی که از ما جنس می‌خرد و از این جا بیرون می‌رود باید بیمه بشود، چه می‌خواهد به مقصد آمریکا برود، چه می‌خواهد آفریقا برود، چه می‌خواهد آسیا برود، هر جا می‌خواهد برود، خاورمیانه برود، باید بیمه کند، اگر کسی خواست بیمه نکند، به او جنس نفروشید، از آن موقع ما کارافزایی را قطع کردیم، توجه می‌کنید؟ شما موضوع بیمه را خواهش می‌کنم یک ذره تجدید نظر کنید [خنده آقای شهبازی].
خانم الهه: تجدید نظر کنم؟ [خنده خانم الهه].

آقای شهبازی: یعنی گرچه که بیشتر اوقات پول مفتی است بیمه می‌گیرد هیچ چیزی هم نمی‌شود، ولی شده که بار گم شده اصلاً، یعنی ما خیلی موقع‌ها یک چیزی را با فدکس (FedEx) مثلاً خیلی معتبر است، فدکس برده گم کرده یا اشتباه کرده. مثلاً می‌فرستی آفریقا، یک دفعه از چین سر درمی‌آورد، هر چه هم مثلاً بعضی کشورها هست که اگر کالا برود تو، دیگر نمی‌توانی بیرون بیاوری، توجه می‌کنید؟ اگر از گمرکات رفت تو، رفت نشست آن جا، هر چه بگویی بابا اشتباه کرده، فدکس اشتباه کرده، خود فدکس هم که می‌گوید من اشتباه کرده‌ام بابا این باید فلان جا می‌رفت، باز هم از آن مملکت بیرون نمی‌آید. در نتیجه در این جور موارد باید فدکس پولش را بدهد یا بیمه بدهد، به هر حال یک کسی باید بدهد، معمولاً بیمه.

یا گم می‌شود یا می‌سوزد یا یک چیزی می‌شود، دست ما نیست، ما سالم می‌دهیم می‌رود بیرون. شما سالم رانندگی می‌کنید، یک دفعه یک نفر می‌زند به شما، توجه می‌کنید؟ شما می‌گویید من که چرا اتفاق افتاد؟ خب شما که نمی‌توانید کنترل کنید ترافیک تهران را، ترافیک سبزوار را یا رانندگی راه‌های ایران را، به هر حال.

خب خیلی چیز مهمی گفتید، اگر مطلب دیگری دارید، خیلی مفید بوده، بفرمایید باز هم.

[تماس قطع شد.]

آقای شهبازی: قطع شدند.

۷- سخنان آقای شهبازی

ایشان قطع شدند، ولی خیلی مفید بود صحبت‌هایشان. می‌خواستم بگویم که چیزهای خوبی گفتند.

هر چقدر ما از زندگی دورتر می‌شویم، از زندگی، خدا و به اصلمان به اصطلاح زنده نیستیم یا از اصلمان بیگانه می‌شویم، می‌خواهیم اعتبار و اهمیت را از جهان قرض کنیم. یک کسانی هستند مثلاً اتومبیل می‌خرند چهار میلیون دلار، استفاده هم نمی‌کنند، چرا؟ می‌خواهند بگویند که از این‌ها سه‌تا ساخته شده، یکی‌اش را من دارم. حالا این‌ها یا شاهزاده هستند یا پول‌دار هستند به هر حال. اهمیت را از جهان قرض می‌کنند. «مُفتی ضرورت» تو هستی.

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

مُفتی: فتوا دهنده

آخر ضرورت دارد من یک چیزی که سه میلیون دلار آهن‌پاره را بگذارم آن‌جا و از این کار هم فروشندگان استفاده می‌کنند، یک دیزاینر (designer)، مثلاً یک کسی اسمش معروف است، یک دفعه یک اتومبیلی می‌خرد مثلاً صد هزار دلار، مثل می‌گویم، بعد گل‌گیرش را رنگ می‌کند، نمی‌دانم این جایش را آبی می‌کند، آن جایش را زرد می‌کند، می‌گوید از این‌ها پنج‌تا هست، می‌فروشد دو میلیون دلار، چرا؟

برای این‌که صاحبش می‌خواهد بگوید که من این را دارم، هیچ‌کس ندارد، از این‌ها سه‌تا هست، یکی‌اش را من دارم، یکی‌اش را شاهزاده فلان دارد، یکی‌اش را هم نمی‌دانم شیخ فلان دارد، سه‌تا است. دیگر کسی دیگر ندارد، یعنی چه؟ یعنی من مهم هستم. اهمیت را از جهان قرض می‌کنند.

یکی از موارد تشخیص ضرورت که گفت «مُفتی ضرورت» این است که شما بگویید من اهمیت و ارزش را از جهان، از چیزها قرض نمی‌کنم. چه فایده دارد یک کسی گردنبند یک میلیون دلاری انداخته؟ که چه بشود مثلاً؟ این یک میلیون دلار واقعاً به ارزشش اضافه کرده؟ نه، نه نکرده. شما از این بیت که آقای صادق به ما یاد دادند خوب یاد بگیرید.

واقعاً راحت می‌شوید. این را من تأکید می‌کنم برای این‌که خانم فرمودند، خیلی مهم است. شما از یک چیزی خوشتان می‌آید، نگاه کنید، رد شوید بروید، مگر هر چیزی که آدم خوشش می‌آید باید داشته باشد؟ می‌خرید، می‌آورید می‌گذارید گوشه خانه، جا می‌گیرد، بعد از دو روز اصلاً حوصله‌تان سر می‌رود. شما را هم مهم نمی‌کند.



۸- خانم اعظم از آبیک سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم اعظم]

خانم اعظم: من اعظم هستم از شهرستان آبیک از استان قزوین زنگ می‌زنم.

آقای شهبازی: بله، اسمتان را یک بار دیگر بگویید.

خانم اعظم: اعظم هستم، اعظم.

آقای شهبازی: اعظم خانم! بله، بله بفرمایید.

خانم اعظم: بله خیلی خوشحالم توانستم شماره را بگیرم. خدا را شکر. آقای شهبازی من سه ماه است تقریباً با برنامه‌تان آشنا شدم، برنامه‌تان را می‌بینم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم اعظم: و قبل از برنامه شما آقای شهبازی من حدوداً سی و هفت سالم است، از سن سی سالگی خیلی حالم بد بود آقای شهبازی، خیلی احساس ناامیدی و یأس و پوچی در زندگی‌ام داشتم. خیلی آدم زودرنجی بودم، خیلی زود دلخور می‌شدم، قهر می‌کردم، با همسرم خیلی درگیری داشتم، خیلی مشکل داشتم، بچه‌دار هم که شدم اصلاً انگار که مشکلاتم خیلی بیشتر شد.

خیلی درگیری‌هایم بیشتر شد و همه‌اش دنبال یک چیزی در زندگی‌ام بودم. اول فکر می‌کردم که این را بخرم، آن را بخرم، شاید شاد شوم، شاید خوشحال بشوم، ولی بعد از این‌که می‌خریدم، می‌دیدم که نه، خب این‌جوری نیست. به محض این‌که می‌خریدم همان لحظه می‌دیدم که هیچ خوشحالی به من نمی‌دهد، هیچ شادی به من نمی‌دهد.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم اعظم: بعد کم‌کم احساس کردم که نه من دنبال یک چیز دیگری در زندگی‌ام باید باشم که واقعاً خوشحالی اصیل را آن به من بدهد. بچه‌ام نیست، همسرم نیست.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم اعظم: این وسایل و چیزهای دور و برم نیستند، خانواده‌ام نیستند. کم‌کم با یک مکتبی از عرفان آشنا شدم که خیلی به من کمک کرد، خیلی حالم را عوض کرد، خیلی نزدیکم کرد احساس کردم به خداوند و خیلی دوست داشتم این مکتب را که ادامه دادم.



ولی خب نمی‌دانم همسرم خیلی شروع کرد به مخالفت کردن با من و خیلی به مشکل خوردیم با همدیگر. یعنی من با من‌ذهنی‌ام فکر می‌کردم که باید این‌جوری زندگی‌ام را درست کنم و همسرم را هم حتماً باید بیاورم به این راه، بکشانم توی این مسیر و پندار کمال یا همان منصب تعلیم پیدا کرده بودم که تو باید با من بیایی در این مسیر تا مشکلات ما حل بشود و او هم به شدت می‌جنگید با من.

لج و لجبازی با همدیگر و تا یک جایی رسید که اصلاً دیگر زندگی ما داشت از هم می‌پاشید. من گفتم که من به‌خاطر این‌که به خداوند برسم شده زندگی‌ام را می‌زنم می‌پاشانم، متلاشی می‌کنم، به‌خاطر این‌که فقط بروم در این راه، در این مسیر.

ولی خداوند نمی‌دانم حالا قضای کُنْ فُکَانَ خداوند بود واقعاً خواست به من نشان بدهد که تو اشتباه می‌کنی، این مسیری که داری می‌روی اشتباه است، با من‌ذهنی‌ات داری دنبال من می‌آیی، یک‌دفعه شما را سر راه من گذاشت.

و من قبل از این می‌گفتم خدایا آخر چرا باید این‌جوری باشد، چرا باید یک مسیری را بگذاری که من به‌خاطر این‌که به تو برسم با همسرم این‌قدر درگیری داشته باشم؟! چرا راه‌های دیگری نیست برای رسیدن به تو؟ چرا فقط مثلاً این مکتب است؟

من این‌جوری فکر می‌کردم، خیلی ناآگاه بودم، فکر می‌کردم فقط خداوند الآن یک نفر را فرستاده، یک راهی را گذاشته که ما از این طریق باید آگاه بشویم و هر کسی هم نمی‌تواند، یک عده خاصی هستند.

ولی یک روز که اصلاً خیلی اتفاقی زدم تلویزیون و کانال ماهواره‌ای شما را دیدم، و دیدم که اشعار مولانا می‌خوانید و چون توی عرفان هم با مولانا یک جورهایی آشنا شده بودم، اصلاً می‌خکوب شدم جلوی تلویزیون.

شما را دیدم، حرف‌هایتان را شنیدم، جالب است که اصلاً همسرم که تا آن [قطع صدا] نگاه کرد، اصلاً هیچ مخالفتی با برنامه شما نکرد، این‌که نگاه نکن یا دنبالش نرو. خیلی مشتاق شد، او هم علاقه‌مند شد، گفت نه این خوب است.

من خودم خیلی علاقه‌مند شدم، نشستم نگاه کردم برنامه‌تان را. اشعار را گوش دادم، یک دفتر برداشتم، شعرها را می‌نوشتم، خیلی اصلاً حالم عوض شد، البته نمی‌گویم اوایلش یک خرده هنوز آن من‌ذهنی می‌آمد وسط یک کارهایی می‌کرد. ولی کم‌کم که حرف‌های شما را گوش دادم، پندار کمال را فهمیدم، این‌که



منصب تعلیم نوع شهوت است هر خیال شهوتی در ره بُت است (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۱۷)

آقای شهبازی: آفرین!

خانم اعظم: بعد ناموس را فهمیدم. خیلی چیزها را از شما یاد گرفتم آقای شهبازی. خیلی اخلاقم عوض شد.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم اعظم: همیشه فکر می‌کردم که همسرم مقصر است، من هیچ ایرادی ندارم، من خیلی هم خوبم، او است که دارد مشکل درست می‌کند، او است که دارد زندگی را خراب می‌کند و من هیچ ایرادی ندارم.

ولی فهمیدم که نه، همه چیز به خود من برمی‌گردد. اگر من روی خودم کار کنم، خب همسر هم اصلاً ناخواسته تشعشع من روی او تأثیر گذاشته.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم اعظم: الآن اصلاً با هم لجبازی نداریم آقای شهبازی. خیلی با هم خوب شدیم، خیلی زندگی‌مان خیلی آرام‌تر شده.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم اعظم: بعد اصلاً عصبانیتم خیلی کم شده، خیلی. یعنی شاید لحظه‌ای است، شاید یک لحظه او یک چیزی بگوید، من در لحظه عصبانی می‌شوم، ولی سریع به خودم برمی‌گردم، اشعار مولانا را با خودم تکرار می‌کنم.

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

قبض: گرفتگی، دلتنگی و رنج
آتش دل: دلسوخته، ناراحت و پریشان حال

آقای شهبازی: آفرین!

خانم اعظم: و خدا را شکر، خدا را شکر می‌کنم آقای شهبازی، اصلاً مدیون شما، مدیون حضرت مولانا، خداوند هستم به خدا. اصلاً نمی‌دانم چه بگویم، خیلی حالم بهتر شده، فقط خواستم همین را بگویم، تجربه خودم را بگویم.



آقای شهبازی: آفرین!

خانم اعظم: این‌که ناامید نباشیم فکر نکنیم که خداوند راهی را نگذاشته برای این‌که بتوانیم خودمان را نجات بدهیم از این چاه تاریک ذهنمان، خیالمان، فکر کنیم که اسیر شدیم، گرفتار شدیم، یا فقط خداوند یک راه را برای بندگانش گذاشته.

این‌که همان لحظه هر موقع که اشتیاق داشته باشیم، درش را بزنیماً واقعاً در را به روی ما باز می‌کند. این‌جوری نیست که درها بسته بشود، ناامید نباشیم، این شعری که در یکی از برنامه‌هایتان خواندید، گفتید که دوزخی بودم:

نام من در نامه پاکان نوشت

دوزخی بودم ببخشیدم بهشت

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۱۰)

آه کردم، چون رَسَن شد آه من

گشت آویزان رَسَن در چاه من

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۱۱)

آن رَسَن بگرفتم و بیرون شدم

شاد و زَفَت و فَرَبه و گلگون شدم

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۱۲)

رَسَن: ریسمان، طناب

زَفَت: بزرگ، ستر

آقای شهبازی این شعر خیلی روی من تأثیر گذاشت.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم اعظم: من واقعاً فهمیدم، صبر را یاد دارم می‌گیرم، حالا نمی‌گویم، تازه سه ماه است اول راه هستم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم اعظم: می‌دانم خیلی کار دارم، شاید سال‌ها باید روی خودم کار کنم، ولی در همین سه ماه خیلی حالم خوب شده. خیلی صبرم بیشتر شده، خیلی خشمم خیلی کم شده، اصلاً دیگر دلخوری، رنجش، ناراحتی، چیزی اصلاً معنی ندارد دیگر در زندگی‌ام.



هر لحظه شوهرم مثلاً حرفی بزند سریع به خودم برمی‌گردم می‌گویم تو داری روی خودت کار می‌کنی، شاید او فعلاً حالا یک مقداری پندار کمال دارد، فعلاً نمی‌خواهد، حالا گوش می‌دهد، مخالفت نمی‌کند، ولی شاید حالا فعلاً نمی‌خواهد او از ذهنش سفر کند، شاید وقتش نرسیده.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم اعظم: هر کسی بالاخره یک زمانی دارد، دست خداوند است، قضای خداوند بالاخره یک وقتی را برای هر کسی معین می‌کند که به این راه بیاید. اجبار نمی‌کنم، فقط گوش می‌دهم برنامه شما را و می‌دانم که خیلی تأثیر می‌گذارد روی بچه‌ها.

دختر من خیلی علاقمند شده. ناخودآگاه می‌آید و یک‌دفعه یک بیت را می‌خواند، مامان من آقای شهبازی را دوست دارم، این بیت را حفظ کردم خوشم آمده، خیلی خوشحال می‌شوم آقای شهبازی. می‌گویم خدا را شکر در این سن کم کم انگار دارد می‌آید به این راه.

خیلی ناراحت بودم که دخترم مثل من نشود، مشکلات من را نداشته باشد، ولی فهمیدم که این‌ها همه فقط با ذهن است، من اگر روی خودم کار کنم، همسرم، بچه‌ام می‌دانم که آن‌ها هم خداوند بخواهد به این سمت می‌آیند. فقط خواستم همین را بگویم.

آقای شهبازی: خیلی زیبا!

خانم اعظم: تجربه خودم است. خیلی خوشحال هستم که با شما و با این برنامه آشنا شدم.

آقای شهبازی: عالی، عالی! ممنونم. آفرین بر شما! تبریک می‌گویم.

خانم اعظم: ممنون از شما. تشکر می‌کنم از شما.

آقای شهبازی: واقعاً این پیشرفتتان را، توجه‌تان را، تصمیمتان را، تشخیصتان را که فقط روی خودتان کار می‌کنید، نخواستید شوهرتان را به زور بکشید، می‌دانید که ارتعاش شما روی او اثر خواهد کرد.

خانم اعظم: اثر خواهد کرد، این تجربه را پیدا کردم بله، که نباید به او زور بگویم که تو باید در مسیری که من می‌روم بیایی، تو اشتباه می‌کنی، من درست می‌گویم، حق با من است. واقعاً این خیلی اشتباه است، این‌که آدم پندار کمال داشته باشد و فکر کند که فقط خودش راه درست را می‌رود.

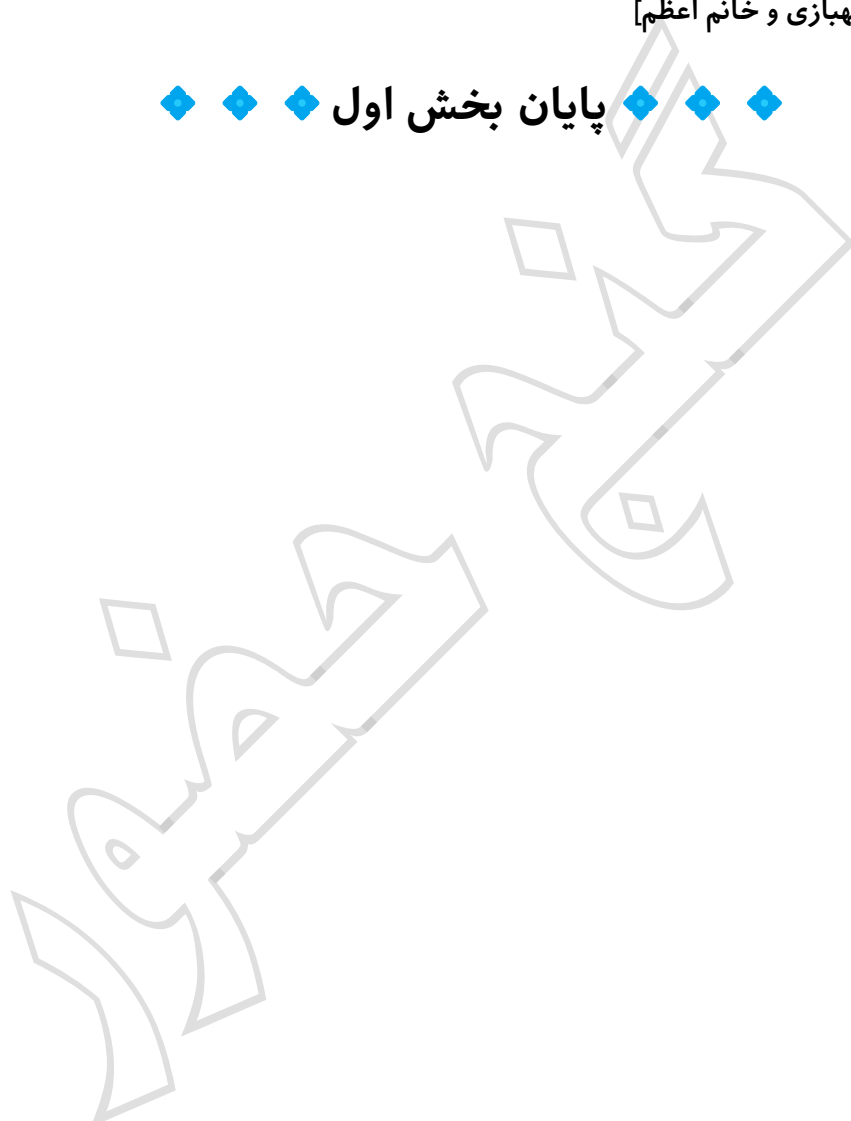


حتی اگر واقعاً هم این‌جوری باشد، واقعاً هم راه درست را برویم نباید دیگران را مجبور کنیم که راهی که تو داری می‌روی اشتباه است و باید بیایی توی این مسیر. این را من از شما یاد گرفتم آقای شهبازی. من واقعاً نمی‌دانستم، خیلی ناآگاه بودم. از شما ممنونم.

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

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم اعظم]

♦ ♦ ♦ پایان بخش اول ♦ ♦ ♦





۹- آقای منصور از نجف‌آباد

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی با آقای منصور]

آقای منصور: ببخشید من برنامه ۹۸۵ تماس گرفتم، بله، یک کم گفتم یک همانیدگی دارم و شما گفتید که برای خودتان یک طرحی پیاده کنید که بتوانی همانیدگی‌هایتان را با همین شعرهای مولانا شناسایی کنی و بیندازی.

آقای شهبازی: بله، بله.

آقای منصور: و من هم.

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

آقای منصور: بله، من دفعه سوم هست آقای شهبازی، حالا سه بار می‌شود، ولی هر بار هم که تماس می‌گیرم باز هم این هیجان را دارم، ببخشید.

آقای شهبازی: اختیار دارید، خواهش می‌کنم.

آقای منصور: بعد من این همانیدگی سخت را داشتم که حالا گفتم شاید به درد بقیه هم بخورد آقای شهبازی، من حدود، حالا غیر از آن مشکلاتی که داشتم با برنامه آشنا شدم و خدا را شکر رفع شد، توی این ایام بیماری‌ام که گفتم، عرض کردم خدمتتان که کمرم را عمل کردم، این من بیست و پنج سال هم هست که سیگار می‌کشیدم و این را ادامه می‌دادم، حتی با وجود برنامه شما! و کلاً من را زجر می‌داد، گفتم من چرا باید؟! و واقعاً آن‌هایی که گرفتارش هستند سخت است، یعنی وقتی من از پانزده سالگی این کار را دارم انجام می‌دهم، خیلی سخت است! بیست و پنج سال است و یواش‌یواش این طرح را شروع کردم با خودم اجرا کنم که اولین شعر این بود که

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 پَرَد در عَدَم

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۵)

ضیف: مهمان

آقای شهبازی: در عدم.



آقای منصور: بله، من متنی ندارم این‌ها را، گفتم امشب هیجان‌زده شدم و کلاً حدود بیست و پنج روز است نمی‌کشم سیگار! و گفتم این را بگویم، این طرحم را برای بینندگان.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای منصور: و این‌که این یک مهمانی است.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای منصور: این سیگاری که من می‌کشم حالا به‌هر حال آمده و من باید یواش‌یواش این را در آغوش بکشم و بدرقه‌اش کنم.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای منصور: نمی‌شود که من مثل آن داستان خارکن که سِنش زیاد شد که نه دیگر خودش قوت داشت که این خارها را بکند و خارها هم بزرگ شده بودند و این باعث شد که من به فکر فرو بروم و گفتم من الان در چهل‌سالگی است، اگر نتوانم، دیگر نمی‌توانم!

آقای شهبازی: آفرین! بله.

آقای منصور: و این شعر معروف آقا صادق، این هم یک طرح بود. یک زاویه‌ای از طرح بود.

گفت: مُفتیِ ضرورت هم تویی
بی‌ضرورت گر خوری، مُجرم شوی
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۳۰)

آقای شهبازی: بله.

آقای منصور: این ضرورت ندارد من این کار را، آیا ضرورت دارد؟ دائم به خودم می‌گفتم و تسلیم شدم و از زندگی خواستم کم‌کم کند.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای منصور: این طرح‌ها خودش می‌شد و از شما خیلی ممنون هستم. من تازه متوجه شدم طرح‌ها چقدر به آدم کمک می‌کند.

آقای شهبازی: بله، بله، بله.



آقای منصور: یکی دیگر هم شعر آقا نیما، آقای پویای عزیز. حالا اسم آقای نیما هم آمد از همه تشکر می‌کنم، خیلی پیغام‌های را مردم را به دقت گوش کنند.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای منصور: «در چه کاری تو، و بهر چت خرنند؟»

در چه کاری تو، و بهر چت خرنند؟

تو چه مرغی و، تو را با چه خورند؟

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۶۴)

آقای شهبازی: آفرین، آفرین، آفرین!

آقای منصور: من را دارند الآن بهر چه می‌خواهند بخرند؟ من یک عمری دود داده‌ام توی ریه‌هام، محیط زیست و پولم و همه این‌ها. من هم یک گوشه این کار هستم دیگر! وقتی که این پول می‌رود برای دخانیات و برای چیز مضر می‌رود، من باید شروع کنم از یک جایی. همین کوچک کوچک‌هاست که آدم رشد می‌کند، این نیست که من بیایم بلندپروازی کنم، بگویم می‌خواهم به حضور برسم حالا و این‌ها را نگه دارم، نمی‌شود! باید یکی یکی تلاش کرد با همین شعرها تکرارش و برویم جلو.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! در ضمن شما می‌توانید ورزش هم بکنید، امروز دومین بار است من این را تکرار می‌کنم، شما ورزش می‌کنید؟

آقای منصور: بله، الآن من روزی یک ساعت و نیم پیاده‌روی می‌کنم، برای کمرم هم گفتم، ولی ورزش سنگین نمی‌توانم، ولی شروع کردم پیاده‌روی، ان شاء الله بهتر بشوم و بیشتر کنم ورزش را.

آقای شهبازی: آری دیگر بدنتان پس از یک مدتی ورزش اصلاً دوست ندارد دیگر سیگار را اصلاً! یعنی میلش دیگر نمی‌کشد.

آقای منصور: دقیقاً.

آقای شهبازی: اگر ورزش کنید. ورزش کنید هر روز، خواهید دید که این بدن اصلاً تمایلش به چیزها عوض می‌شود، چیز مضر دیگر دوست ندارد و خودتان هم حیفتان می‌آید، می‌گویید من روزی یک ساعت و نیم ورزش می‌کنم، دو ساعت ورزش می‌کنم، حیف است که بدنم را با غذاهای بد از بین ببرم، این همه زحمت می‌کشم، اصلاً خودبه‌خود می‌افتد آن میل به سیگار.



آقای منصور: دقیقاً، دقیقاً، بله. این طرح‌ها باعث شد به همین حرف شما یواش‌یواش این راه‌ها برای من باز شود. یک شعری هم هست استاد خیلی به من کمک کرده که من مجموع این را می‌گیرم حالا غزلش یادم نمی‌آید، ولی می‌گوید:

**ترازو گر نداری پس تو را زو ره زند هر کس
یکی قلبی بیاراید، تو پنداری که زر دارد**
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۶۳)

آقای شهبازی: بله، بله.

آقای منصور: این افکار می‌آید، یکی یکی من این را تکرار می‌کردم. ببینم آیا من الآن ترازو دارم؟ آیا من واقعاً مُفتی هستم؟ الآن تشخیص می‌دهم. من هرچه به زندگی وصل هستم بیشتر آن‌هایی که به نفعم هست تشخیص می‌دهم، بعد قلبی‌ها را از اصلی‌ها می‌توانم تشخیص بدهم.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای منصور: ولی ذهن دائم می‌آید و می‌خواهد گول بزند دیگر! برای هر فکری هم یک شعری، طرح باید بریزی. مثلاً می‌آید می‌گوید بابا همه که می‌کشند، مثلاً بزرگان می‌کشند، دکترهایش هم می‌کشند، حالا تو یک نخ! همان وقت این بیت می‌آید «مرغ خویشی، دام خویشی»

**مرغ خویشی، صید خویشی، دام خویش
صدر خویشی، فرش خویشی، بام خویش**
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۸۰۷)

آقای شهبازی: آفرین!

آقای منصور: بله، این را می‌خوانم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! شما برای خودتان فکر می‌کنید، با عقل دیگران فکر نمی‌کنید. شما خودتان تشخیص داده‌اید که این ضرورت ندارد، بلکه خیلی هم بد است، این که دیگران سیگار می‌کشند، خب من چرا بکشم؟! دلیلش به عقل من جور در نمی‌آید، این ضرورتی برای من ندارد! هم پولم از بین می‌رود، هم جانم از بین می‌رود. ببینید شما الآن چهل سالتان است، ما هم یک تجربه‌ای داریم، من الآن هفتاد و شش سالم است. توجه بکنید آن‌هایی که در سن و سال مثلاً بیست سالگی ما دانشجو بودیم و این‌ها سیگار می‌کشیدند، این‌ها با مسائلی روبه‌رو شدند وقتی به سن و سال ما رسیدند، یعنی آن‌هایی که جوان هستند، هرچه زودتر سیگار و مشروب و نمی‌دانم



حتی خوردن چیزهای نوشابه‌های پُر از این قند و این‌ها که مثل پِپی کولا و این‌ها، باید بگذارند کنار. خانم آمده بودند راجع به غذاهای خوب صحبت می‌کردند، بله، شما هم باید با همان شعر «مُفتیِ ضرورت» غیر ضروری‌ها را از زندگی‌تان حذف کنید.

آقای منصور: ان شاءالله.

آقای شهبازی: بله، خواهید دید که واقعاً آزاد شدید.

آقای منصور: با کمک مولانا و زندگی و شما و واقعاً هم تشکر می‌کنم از همهٔ دوستان گنج حضوری که توی پیغام‌هایشان من واقعاً، پریسا خانم، آقا صادق، آقا نیما، پویا و همه. علی‌الخصوص شما که پیشوای ما هستید و در این راه و واقعاً این‌ها را برای ما می‌شکافید و من مدیون هستم به خدا! و همین را می‌خواستم پیغام بدهم امشب و وقت را هم نگیرم.

آقای شهبازی: خیلی ممنون.

آقای منصور: و با این‌که برنامه را می‌بینیم باید در تلاش باشیم، دائماً این همانندگی‌هایمان را بشناسیم و بیندازیم.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای منصور: این نباشه که برنامه را ببینیم و به این کار هم ادامه بدهیم! نمی‌شود.

آقای شهبازی: بله، درست است.

[خداحافظی آقای شهبازی با آقای منصور]



۱۰- آقای مصطفی از اصفهان با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای مصطفی]

آقای مصطفی: یک خلاصه‌ای سرتیتر نوشتم فقط سریع بگویم که ساعتی را هم نگاه کنم که زیاد صحبت نکنم.

آقای شهبازی: بفرمایید.

آقای مصطفی: عرض کنم خدمتتان آشنایی من، اولاً که سی سال بوده که این کتاب مثنوی و دیوان شمس تو خانه ما بوده، یعنی بیش از سی سال است که تو خانه ما بوده. منتها من شعرها را همیشه دوست داشتم می‌خواندم، منتها عشق‌های زمینی را تویش نگاه می‌کردم نه عشق آسمانی.

آقای شهبازی: بله.

آقای شهبازی: بعد شروع آشنایی من با گنج حضور این‌طوری بود که ما از موسیقی‌های برنامه شما خوشم می‌آمد و به محض این‌که موسیقی قطع می‌شد و تصویر شما می‌آمد کانال را عوض می‌کردم فوری.

آقای شهبازی: خیلی خب. [لبخند آقای شهبازی]

آقای مصطفی: و می‌گفتم ولش کن حوصله این صحبت‌ها را ندارم. بعضی موقع‌ها که یادم می‌رفت کانال را عوض کنم یک چیزهایی یک‌دفعه صدای شما می‌آمد، یک جمله، یک‌دفعه یک جرقه‌ای تو ذهن ما می‌زد، گفتیم چه می‌گوید این؟

به هر حال تو این مواقعی که ما فراموش می‌کردیم کانال را عوض کنیم یک صحبت‌هایی یک‌دفعه می‌شنیدیم و این تلنگر بود تو ذهن ما. همان موقعی که فراموش می‌کردم کانال را عوض کنم یک تلنگری تو ذهن ما زده می‌شد. به هر حال آن تلنگرها باعث شد که ما دیگر بیشتر کانال‌های شما را پی‌گیر باشیم و دائم ببینیم و همان اول هم شروع کردم عضویت را شروع کردم شاید چهارده سال سیزده سال است فکر می‌کنم عضویت دارم.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای مصطفی: و سی‌دی شروع کردم بخرم. بعد که یواش‌یواش این برنامه‌هایی شد و توسعه پیدا کرد و نمی‌دانم چیزهای مختلف ایجاد شد، پادکست (فایل‌های صوتی: Padcats) و فلان و این صحبت‌ها و خب من تلویزیون هم می‌توانستم بنشینم ببینم، خرید سی‌دی را هم به اصطلاح ممنوع کردم و همان ادامه قانون جبران را ادامه دادم، جبران مادی را.



حالا تأثیراتی که گذاشته، اولاً در رانندگی من خیلی تأثیر گذاشته، دیگر بوق نمی‌زنم، دیگر نمی‌دانم تمام قوانین را رعایت می‌کنم، دیگر اعصابم، روانم راحت‌تر است پشت فرمان. عرض کنم خدمت شما در رابطه با خانواده‌ام تمام آن توقعاتی که از خانواده داشتم را کنار گذاشتم.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای مصطفی:

گفت پیغمبر که جَنّت ازِ إله
گر همی‌خواهی، ز کَس چیزی مخواه
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۳)

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

جَنّتُ الْمَآوِی: یکی از بهشت‌های هشت‌گانه

عرض کنم خدمتتان بعد شروع کردم پذیرش اتفاقات، شروع کردم اتفاقات را بپذیرم و از آن‌ها خوشبختی نخواهم و یواش‌یواش به قانون «کُنْ فَکُن» هم واقف شدم و ایمان آوردم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

آقای مصطفی:

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

نَفَخْتُ: دمیدم

آقای شهبازی: آفرین!

آقای مصطفی: بعد از آن تسلیم و رضا را با آن آشنا شدم.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای مصطفی: که چقدر این تسلیم و رضا می‌تواند قشنگ باشد و چقدر تأثیر دارد.



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

بعد مرحله بعدی عصبانیت‌های من اگر مثلاً ما هفته‌ای پنج دفعه بود شد هفته‌ای یک دفعه، الآن هم شده خدا را شکر فکر می‌کنم ماهی یک دفعه.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای مصطفی: آن یک دفعه هم به قول شما یک دفعه هم زیاد است. شما فرمودید یک دفعه‌اش هم زیاد است ولی آن هم کم شده.

به این نتیجه رسیدم که من ذهنی بسیار موذی و پیچیده عمل می‌کند و یک جاهایی آدم می‌خودش را می‌گیرد، مثلاً:

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

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

من این سخن‌جویی، ارتفاع جستن را تو خودم می‌دیدم، مثلاً می‌دیدم خیلی جاها صحبت می‌کنم برای ارتفاع.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای مصطفی: شروع کردم این صحبت‌ها را کم کنم و ارتفاع را ولش کنم.

منصب تعلیم نوع شهوت است هر خیال شهوتی در ره بُت است (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۱۷)

آقای شهبازی: آفرین!

آقای مصطفی: این‌ها همه‌اش پیچیدگی‌های من ذهنی و موذی‌گری‌هایش است که یواش‌یواش خودش را نشان می‌دهد و پندار کمال و «صبر و خاموشی جذوب رحمت است» این‌ها را من تکه‌تکه نوشتم که یادم نرود بگویم.



در مورد یک صحبتی شما چند سال پیش، هفت هشت سال پیش یک صحبتی فرمودید که شما با هر کس بحث دارید، مجادله دارید هشتاد درصد مقصر هستید. این برای من خیلی سنگین بود، منی که ده سال توی یک مسئله‌ای که با اقوام داشتم خودم را به‌صورت امام حسین جلوه داده بودم و آن طرف مقابل را شمر و ده سال مظلوم‌نمایی می‌کردم.

آقای شهبازی: بله.

آقای مصطفی: و بعد از این صحبت شما من را به شک انداختید که نکند واقعاً ما هم مقصر هستیم؟ وقتی دقیق آمدم حلاجی کردم دیدم دقیقاً درست می‌گویید. [خنده آقای مصطفی]

آقای شهبازی: آفرین!

آقای مصطفی: و این ده سال آلکی من خودم را چکار کرده بودم؟ مظلوم کرده بودم و آن طرف را ظالم ولی من مقصر بودم.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای مصطفی: واقعاً من مقصر بودم، این من می‌توانستم جلوی این برخورد و این کنش را بگیرم. عرض کنم خدمت شما، آن باران رحمتی هم که من تو جلسه قبل خدمت شما عرض کردم که این باران وقتی که زیاد بشود و بارندگی زیاد بشود به اعماق بیشتر زمین می‌رسد و یک گل‌های جدیدی رشد می‌کند، یک طور دیگری هم بخواهم بگویم، این باران رحمت برنامه شما است که از این دشت یک‌دفعه پویا می‌زند بیرون، یک‌دفعه نمی‌دانم نیما می‌زند بیرون. این‌ها هم همان باران رحمت است واقعاً به‌نظر من که این‌ها می‌زنند بیرون.

این بچه‌های نوجوانان عشق، نمی‌دانم کودکان عشق، این‌ها همه‌اش جوانه‌هایی است که از این مزرعه بزرگ گنج حضور زده بیرون و تأثیراتش اگر نگویم بیشتر از خود برنامه است، کمتر نیست.

آقای شهبازی: بله.

آقای مصطفی: من آن دفعه عرض کردم، من وقتی که برنامه‌ها را می‌بینم واقعاً به هم می‌ریزم. اعصابم، نه این‌که اعصابم خرد بشود، اشک می‌آید به‌رحال نمی‌توانم خودم را کنترل کنم. خانم می‌گوید مگر روضه است این‌جا؟ می‌گویم نه، نمی‌دانی چه می‌گویند این‌ها! این‌ها واقعاً دارند درس عشق و زندگی به ما می‌دهند.



به هر حال آخرین صحبت‌م، فکر کنم دارد، پنج دقیقه‌ام بله دیگر تمام شد، یک سی ثانیه مانده. آخرین صحبت‌م این است که از شما سپاس‌گزاری، البته کار شما عرض کردم از سپاس‌گزاری گذشته، از این حرف‌ها گذشته، ولی ما باز هم باید سپاس‌گذاری کنیم.

آقای شهبازی: شما لطف دارید.

آقای مصطفی: و کانون خانواده من فکر می‌کنم بسیار عشقی شده!

آقای شهبازی: آه، به به!

آقای مصطفی: الآن از زندگی‌ام بسیار لذت می‌برم.

آقای شهبازی: به به! آفرین!

آقای مصطفی: خانم از من لذت می‌برد.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای مصطفی: پسر من لذت می‌برد.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای مصطفی: من از آن‌ها لذت می‌برم و پناهگاه است، شما فرمودید که وقتی می‌خواهید بروید خانه دوستان،

برنامه‌ریزی می‌کنید که بروید خانه دوستان، وقتی دوستان خانه باشد کجا می‌روید؟ صاف می‌روید خانه!]

خنده آقای مصطفی: من هم الآن دوستم توی خانه‌مان است، دوستم خانم است، بچه‌هایم هستند.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

آقای مصطفی: مستقیم از سر کار که راحت می‌شوم می‌روم خانه.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای مصطفی: و چقدر آرامش می‌گیرم! چقدر راحت هستم! به هر حال دست مبارکتان را می‌بوسم.

آقای شهبازی: ممنونم. لطف دارید، لطف دارید.

آقای مصطفی: و چقدر، چقدر این راه شما قشنگ است. شاد باشید آقای شهبازی. قربانتان.



آقای شهبازی: ممنونم. این را اضافه کنم که اولاً تبریک می‌گویم به شما این موفقیتان را، این درکتان را، واقعاً، آفرین بر شما! این برکت آموزش مولانا است. این واقعاً یک قسمتی از فرهنگ زیبای ما است و قسمت عمده‌ای است این مولانا، شگفتی‌های این آموزش را شما می‌بینید.

و مخصوصاً در خانواده‌ها واقعاً معجزه کرده. همین حرفی که شما می‌زنید، این حرف را اصلاً نباید دست‌کم گرفت که می‌گویید من با اعضای خانواده‌ام رفیق هستم، دوستم هستند این‌ها. این‌طوری نیست که بروم بگویم که من این‌جا سرور هستم، آقا هستم، فرعون هستم، نمی‌دانم به حرف من گوش بدهید. ما هم یک عضو این خانواده هستیم. همه‌مان با هم دوست هستیم، همه‌مان از جنس زندگی هستیم، همدیگر را دوست داریم. عشق می‌ورزیم، این‌جا یک کانون عشق است و موفق شدید.

پس این موفقیت امکان دارد، همین کاری که شما کردید، خانواده شما کرده، این امکان دارد و این موفقیت بزرگی است. شما حتماً می‌دانید که خب شما «چارق ایاز» یادتان بیاید دیگر.

آقای مصطفی: بله، بله، بله.

آقای شهبازی: قبل از آن برنامه شما می‌رفتید خانه، های! بعضی از آقایان یا خانم‌ها، الآن دوباره باید برویم همسرمان را ببینیم، هزار جور شکایت می‌خواهد بکند، نمی‌دانم بچه‌ها این کار را کردند، آن کار را کردند، نمی‌دانم بیا این‌ها را تنبیه کن، پدرم در آمده! چقدر باید این‌جا کار کنم؟ و هیچ مهر و محبتی هم آن وسط نبوده برای این‌که دوتا من‌ذهنی با هم زندگی می‌کردند.

الآن درواقع دوتا نور خدا، دوتا هشیاری خدایی با هم هستند، به هم عشق می‌دهند، حس یگانگی می‌کنند، حس وحدت می‌کنند، آن موقع چه محیط زیبایی است و سالمی است برای پرورش کودکانمان.

آقای مصطفی: بله.

آقای شهبازی: بله. ممنونم. تبریک می‌گویم.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای مصطفی]



۱۱- خانم بیننده از مهرشهر و سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم بیننده]

خانم بیننده: آقای شهبازی جان من یک کوچولو می‌خواستم راجع به یک سری از احساساتمان صحبت کنم.

آقای شهبازی: بفرمایید.

خانم بیننده: خواهش می‌کنم.

یکی این‌که راستش الان داشتم مطالعه می‌کردم دیدم چقدر چیز جالبی است این‌که ما خشممان را که یک هیجان سالم هست اگر احساس نکنیم خشممان را و درکش نکنیم و در موردش حرف نزنیم، این خشم روی خشم انباشته می‌شود و تبدیل به پرخاشگری می‌شود و این پرخاشگری دوحالت دارد، یا آشکار است یا منفعل.

مثلاً اگر خشم را ما در موردش بخواهیم حرف بزنیم و آشکار کنیم یعنی این‌که قهر کنیم، نه برعکس گفتیم، یعنی این‌که داد و بیداد کنیم و بخواهیم عصبانی بشویم، این آشکار کردیم خشممان را.

اما اگر بخواهیم منفعل باشد یعنی قهر می‌کنیم، چشم و ابرو می‌آییم، سردی نشان می‌دهیم و این این‌جا نشان می‌دهد که انرژی ناسالم است و انرژی دارد ناخوب عمل می‌کند و این‌جاست باید بفهمیم که در ناخودآگاهمان چه اتفاقاتی دارد می‌افتد. یکی این است یکی هم این‌که خدمتتان عرض کنم این‌که ما باید اول از من‌ذهنی‌مان دل بکنیم، از این مَنیتمان دل بکنیم و به این آرامش و عدم دل ببندیم.

وقتی که بعضی وقت‌ها هست که ما معتاد هستیم به عادت‌هایمان و یک نیرویی هست که به‌صورت نیرویی که محافظ ما هست و اگر ما بخواهیم دروغ را انتخاب بکنیم توی زندگی‌مان و آن چیزهایی را که به‌قولی باعث رشدمان می‌شود انجام ندهیم و قد آرزوهایمان را و قد زندگی‌مان را کوتاه کنیم به‌خاطر این‌که کاری از دستان بر نمی‌آید، این روش زندگی نیست یعنی این‌که باید با خودمان در صلح و پذیرش باشیم.

و یکی دیگر این‌که اگر مثلاً در بچگی به ما گفته‌اند که تو هیچ‌کاره میشی، تو هیچ‌کاره‌ای و ما برویم برعکس در بزرگسالی بخواهیم بیاییم و چند نوع مدرک بگیریم و آن را ما نشان بدهیم، آن هم روش صحیحی نیست. این‌که بخواهیم ما به‌قولی آن عقده‌های کودکی‌مان را بخواهیم بیاییم این‌جوری درست کنیم، آن هم سرکوب کردیم.

یک قسمتی هست که من خیلی این را دوست دارم یک شعری هست از جناب مولانا که می‌فرمایند:



هست مهمان‌خانه این تن ای جوان

هر صبا‌هی ضیف نو آید دوان

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۴)

هین مگو کاین ماند اندر گردنم

که هم‌اکنون باز پرد در عدم

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۵)

هرچه آید از جهان غیب‌وش

در دلت ضیف‌ست، او را دار خوش

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۶)

ضیف: مهمان

راستش یک کوچولو راجع به آن می‌خواستم توضیح بدهم با اجازه‌تان.

آقای شهبازی: بله خواهش می‌کنم.

خانم بیننده: این‌که می‌فرمایند شما الآن نشست‌اید یک‌دفعه یک فکری می‌آید به ذهنتان که بلند شوم فلان کار سازنده را انجام بدهم و این خیر است، ولی اگر مقاومت باشد که مقاومت انواع و اقسام دارد مثلاً توجیه بکنیم و یا این کار را به تأخیر بیندازیم، این خودش یک جور مقاومت است و در ضمن باید شکل‌های مختلف مقاومت را هم برای خودتان روشن کنید. بنابراین در جهان پیشرفت‌های مادی هم به‌صورت فکرها می‌آیند برای ما که به‌صورت مهمان هست و اگر فضاگشایی کنیم، پیغامش را هم به ما تحویل می‌دهد وگرنه برمی‌گردد می‌رود، بعد یک موقع ما می‌بینیم یکی دیگر همان کار را انجام داده، آن کاری که ما می‌خواستیم انجام بدهیم.

آقای شهبازی: بله.

خانم بیننده: و این‌که می‌فرمایند:

هرچه آید از جهان غیب‌وش

در دلت ضیف‌ست، او را دار خوش

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۶)

ضیف: مهمان

یعنی هر اتفاقی، هر فکری، قضا از جهان غیب‌وش، غیب برای شما پیش می‌آورد در این لحظه، که گفتیم خدا در این لحظه مشغول کاری است.



این مهمان شماسست و او را خوش بدار یعنی از او پذیرایی کن. مهمان بسته‌ای دارد، شاید بسته همین حضور شماسست و اجازه بدهی، بخواهی ببینی چه می‌خواهد به ما بگوید.

که این ابیات اشاره دارند به ابیاتی که می‌فرمایند:

آن یکی را بیگهان آمد قُنق ساخت او را همچو طوق اندر عُنق (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۷)

قُنق: مهمان
عُنق: گردن

که یک مهمانی برای یک زن و شوهری می‌آید که توی خانه‌شان، که این‌جا «زن» نماد من‌ذهنی هست و «شوهر» هشیاری است، و این‌که توی این داستان مرد به زن می‌گوید که ما امشب مهمان داریم، زن می‌گوید:

گفت زن: خدمت کنم، شادی کنم سَمْع و طاعه، ای دو چشم روشنم (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۵۱)

سَمْع و طاعه: شنیدم و اطاعت می‌کنم.

یعنی می‌گوید ما با من‌ذهنی داریم می‌گوییم بله درست است، همه‌چیز را قبول داریم شما هرچه بگویید، اما درواقع ما توی عمل آن‌جوری نیستیم. و این توی عمل «زن» نشان می‌دهد آخر داستان که خیلی هم از مهمان پذیرایی نمی‌کند، یعنی وقتی که آخر داستان می‌شود، و من حالا یک خُرده فاکتور می‌گیرم از شعرها.

آقای شهبازی: بله بله.

خانم بیننده: که می‌فرمایند:

آن قراری که به زن او داده بود گشت مُبَدَل و آن طرف، مهمان غُنود (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۵۸)

غُنود: خوابید

مهمان را به او گفته بودند شما برو بالا بخواب و این مهمان که نماد هشیاری حضور ما است می‌گوید که نه من پایین می‌خوابم.



و وقتی که زن از مهمانی برمی‌گردد، مهمانی هم یک مهمانیِ ختنه‌سوران بوده که زن می‌رفته و این نماد این هست که ما توی من‌ذهنی شادیِ الکی را خوش هستیم، با این شادی‌های الکی خوش هستیم. و:

آن شب آن‌جا سخت باران درگرفت کز غلیظی ابرشان آمد شگفت (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۵۹)

و آن شب بارانِ سختی گرفت. زن که از مهمانی برگشت:

زن بیامد بر گمان آن‌که شو سوی در خفته‌ست و آن سو آن عمو (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۶۰)

رفت عریان در لحاف آن دم عروس داد مهمان را به رغبت چند بوس (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۶۱)

گفت: می‌ترسیدم ای مرد کلان خود همان آمد، همان آمد، همان (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۶۲)

مرد مهمان را گل و باران نشانَد بر تو چون صابون سلطانی بمانَد (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۶۳)

صابون سلطانی: صابونی که از طرف حکومت بین مردم توزیع می‌شد و هیچ‌کس اجازه نداشت نگیرد، گرچه به کارش هم نمی‌آمد. کنایه از جنس بُنجل.

که این‌جا صابون سلطانی یعنی که صابون خوبی نبوده و این تمثیل این هست که هیچ فکری به‌عنوان مهمان بیهوده و گزاف به مرکز شما نمی‌آید. و این‌جا این‌طوری نیست که بگوییم! آن چیزی که می‌ترسیدم و خوشم نمی‌آمد هی این فکر می‌آید. این فکر که می‌آید یک بسته‌ای دارد، پذیرایی کن. پس شما پس از این از هیچ فکری آن‌وقت نخواهی ترسید و در اطرافش فضا را باز خواهی کرد تا آن فکر که از طرف قضا آمده پیغامش را به شما بدهد و مقاومت نخواهید کرد و قضاوت هم نمی‌کنید. این فکر باز هم آمد، آمد من را ناراحت کند. نه، فضاگشایی کنید ببینید پیغام آن فکر چیست.



پس این فرآیند بیدار کردن ما از خواب من‌ذهنی، همان فکرهای مختلفی است که قضا می‌فرستد. در این‌جا مسئولیت و وظیفه ما آشکار می‌شود که ما باید فضا را باز کنیم بلکه تا آن فکر با خوش‌رویی پیغامش را به ما بدهد و از طرف زندگی آمده و از طرف صانع آمده، یعنی از طرف خدا آمده.

آقای شهبازی: بلکه.

خانم بیننده: و این‌که آخر داستان هم، من فقط خلاصه‌اش را می‌گویم چون وقت را نمی‌خواهم بگیرم، این‌که آخرش که دیگر آن مهمان می‌گوید، زن برمی‌گردد به شوهرش می‌گوید که ما بیچاره شدیم این مهمان امشب این‌جا می‌ماند چون باران سختی درگرفته، بیرون خیلی باران سنگینی می‌بارد. بعد نگو که این داشته این پیام‌ها را، داشته این صحبت‌ها را با همین مهمان می‌کرده، نمی‌دانسته که مهمان آن‌جا خوابیده. بعد مهمان برمی‌گردد بلند می‌شود می‌گوید نه من کفش دارم، کفش‌هایم مناسب است، من می‌روم. باران هم سخت باشد من امشب می‌روم دیگر.

آقای شهبازی: بلکه درست است.

خانم بیننده: بعد بلند می‌شود می‌رود و وقتی وارد کوچه می‌شود، می‌بیند که یک نوری از این مهمان ساطع شده که کل کوچه روشن شده و زن و آن شوهرش خیلی اصرار می‌کنند مثلاً ای آقا امشب بمان، مهمان ما امشب بمان و این‌ها و او می‌گوید نه من باید بروم، و وقتی که می‌رود این‌ها خیلی ناراحت می‌شوند می‌گویند چه مهمان نورانی‌ای بود که کل کوچه نورانی شد از این.

بعد این‌ها به‌خاطر این‌که این‌قدر ناراحت می‌شوند از این کارشان، بعد از آن تصمیم می‌گیرند که خانه‌شان را مهمان‌سرا بکنند و هر کسی می‌آید از او پذیرایی کنند. و این نماد این است که اگر ما یک فکری، یک فکر خوبی را از دست دادیم، پذیرایی نکردیم رفت، ما باید دوباره هر فکری که هر لحظه به ذهنمان می‌رسد حتی اگر آن فکر ما را اذیت می‌کند، بگوییم خب ببینم چرا این فکر من را اذیت می‌کند؟ بنشینیم با خودمان این را دودوتا چهارتا کنیم، روی ورق بنویسیم. از دست فلانی ناراحتیم، بنشینم آن را بنویسم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم بیننده: یا این‌که نه مثلاً یک ایده جدید کاری آمده، بنشینم آن را بنویسم. من ببینم چه می‌خواهد بگوید این فکر به من، چرا آمد الآن توی ذهن من. و اگر ما از این پذیرایی کنیم، باعث می‌شود که ما از این مهمانی که این لحظه خدا برای ما فرستاده پذیرایی کرده باشیم.



آقای شهبازی: خیلی زیبا! و شما با این صحبت آخرتان به اصطلاح که هر لحظه یک پیغامی می‌رسد جواب آن توضیحاتان را که راجع به خشم داشتید را هم دادید. شما اولین کاری که باید بکنید همین فضا را باز کنید و موضوع خشم را بشناسید، برای این که خشم یک بی‌مرادی است. شما داشتید می‌گفتید خشم را باید بیان کنیم یا قهر کنیم، فلان، هیچ‌کدام از آن‌ها.

خانم بیننده: نه‌نه، عرض کردم که ما، عرض کردم بله این دوتا کار اشتباه است یا قهر کنیم یا خشمگین بشویم، این دوتا اشتباه است، یعنی ما باید بیان کنیم، ببینیم چرا ما خشمگین شدیم.

آقای شهبازی: ها! اشتباه است بله، «بیان» من فکر کردم می‌گویید خشم را بیان کنیم.

خانم بیننده: نه خشم را بیان کنیم، این که بنشینیم با آن کسی که از دستش خشمگین هستیم صحبت کنیم ببینیم چرا از دستش خشمگین هستیم، یا بنشینیم با خودمان کنار باییم بعد با او هم در میان بگذاریم، ولی توی یک فضای آرامش، توی یک فضای آرام با آن طرف در میان بگذاریم که مثلاً من از دست تو این‌جا عصبانی‌ام، ناراحت شدم امروز، دلیلش چه چیزی بود.

آقای شهبازی: اولین نکته این است، نه‌نه‌نه، اولین نکته این است که شما بفهمید این خشم بیهوده است، بیجا است، جا ندارد. شما از جنس خداوند هستید، خداوند خشمگین نمی‌شود. از یک طرف شما می‌گویید فضاگشایی، از یک طرف می‌گویید خشمگین شدن. اگر خشمگین شدید، این یک بی‌مرادی است و این پیغامی است از طرف زندگی، اگر خشمگین شدید.

بنابراین شما به‌جای این که موضوع خشم را با دیگری صحبت کنید، باید پیغام آن را بگیرید که شما لابد یک انتظاری از طرف دارید یا انتظار رفتار خاصی دارید، که این ضرورتی ندارد و این درواقع عیب شما است نه آن شخص. پیغام‌های زندگی عیب شما را می‌خواهند به شما بگویند نه عیب دیگران را که. اصلاً هرگونه خشمی بیجا است، شما باید این را متوجه بشوید نه این که با طرف در میان بگذارید، با طرف چه چیزی را می‌خواهید در میان بگذارید؟

خانم بیننده: آهان! بله بله بله، متوجه شدم.

آقای شهبازی: با خودتان باید در میان بگذارید که موضوع خشم من یک همانندگی است، یک اشکالی است که من دارم و این یک بی‌مرادی است. هر خشمی توجه کنید هر خشمی یک بی‌مرادی است برای این که احوال شما را خراب می‌کند، بدن شما را خراب می‌کند. خشم یک چیز به اصطلاح معمولی نیست که، درست است که همه ما



خشمگین هستیم و یکی می‌گوید من می‌توانم هر ساعت پنج دفعه خشمگین بشوم! خب پنج دفعه احوالت را خراب می‌کنی، پنج دفعه ضربه به جسمت می‌زنی، به روح می‌زنی، روی زیباییت را می‌خراشی.

در هفته قبل داشتیم گفت یا تو این روی زیباییت را نمی‌بینی، اگر نمی‌بینی، این خوی لجبازی را ترک کن. گفت این چه بی‌باکی است؟ این چه ناشکری است؟ هر کسی خشمگین می‌شود باید همان بیت‌هایی که هفته قبل خواندم «این چه ناشکری است و این چه بی‌باکی است؟»

این چه ناشکری و چه بی‌باکی است؟ تو نمی‌دانی که نقاشش کی است؟ (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۴۱)

یعنی هم ناشکر است هم بی‌باک است. بی‌باکی یعنی می‌گوید برای من مهم نیست، مهم نیست؟ چهاربُعد تو دارد خراب می‌شود با خشم. شما خشم را به‌عنوان، حالا بقیه هم هست‌ها! مثل ترس و حسادت و این‌ها، ولی خشم را به‌عنوان یک پیغام بگیرید از طرف زندگی که دارد به شما می‌گوید که تو اشتباه داری می‌کنی، یک عیب داری، توجه می‌کنید؟! نه این‌که حالا ما برویم به یکی بگوییم شما قرار بود فلان کار را بکنی، نکردی. ما باید خودمان را درست کنیم، هر موقع حواسمان می‌رود به یکی دیگر، یعنی من ذهنی آمده یعنی چیزی نمی‌توانیم یاد بگیریم. وقتی من ذهنی آمد وسط می‌خواهد کارها را اداره کند، یعنی من دیگر هیچ چیزی نمی‌خواهم یاد بگیریم. باید بگوییم «نه»، نمی‌گذارم من ذهنی زندگی‌ام را اداره کند. حالا که خشمگین شدم می‌کشم عقب، بدون این‌که با طرف مقابل یا موضوع خشم کار داشته باشم فضا را باز می‌کنم عیب خودم را پیدا می‌کنم. شما همیشه باید عیب خودتان را پیدا کنید، همیشه. اصلاً این همین همین دوتا بیت را که می‌خوانیم، آن بیت‌ها را شما حفظ هستید؟

«گفت آدم که ظَلَمْنَا نَفْسَنَا»؟

خانم بیننده: بله.

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

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

آقای شهبازی: «او ز فعل حق نَبْد غافل چو ما»، «گفت شیطان که بِمَا آغَوَيْتَنِي»



خانم بیننده:

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

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

دَنی: فرومایه، پست

آقای شهبازی: خب شما خشمگین می‌شوید، اگر فعل خودتان را پنهان کنید، می‌شوید شیطان. ولی هر دفعه خشمگین می‌شوید می‌گویید «من به خودم ستم کردم»، یک کار بدی کردم و آن موضوع ستم را پیدا کنید، کارِ درست شده، که شما این لحظه از جنس آدم هستید یا از جنس شیطان؟ از جنس شیطان، یعنی من‌ذهنی آمده دیگر تمام شد کارتان.

خشم را برای چه برویم به یکی توضیح بدهیم؟ به خودمان توضیح می‌دهیم. [خنده آقای شهبازی]، ما باید به خودمان توضیح بدهیم، خودمان را درست کنیم. ممنونم، خیلی زیبا بود.

خانم بیننده: [خنده خانم بیننده]، بله درست است، زنده باشید. خیلی ممنونم، بزرگوارید.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم بیننده]

♦ ♦ ♦ پایان بخش دوم ♦ ♦ ♦



۱۲- آقای پویا از آلمان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای پویا]

آقای پویا: آقای شهبازی من یک مطلبی دارم اگر اجازه بدهید، با شما به اشتراک بگذارم.

آقای شهبازی: بفرمایید، بله‌بله.

آقای پویا: فقط صدا بد شد به من می‌گویید دیگر بی‌زحمت.

آقای شهبازی: بله، بله، شما اصلاً نگران نباشید.

آقای پویا: مرسی، ممنون.

اسم متن هست: «رها کن مول مول».

آقای شهبازی عزیزم خلاصه پیام من در این مورد است که ساختار برنامه گنج حضور و ابیات مولانا به گونه‌ای بنیان نهاده شده‌اند که هر بیننده‌ای اگر چندین اصول ساده‌ای را که در ادامه می‌آورم به‌درستی رعایت کند، در مدت زمان بسیار اندکی، بگوئیم میان سه تا شش ماه به پیشرفت‌های عظیمی در خود دست پیدا می‌کند و هشیاری حضورش ان‌شاءالله از پنجاه درصد بیشتر می‌شود و می‌تواند خود توهمی را در درون خود ببیند.

این مطلب بسیار مهم است چراکه مدت زمان شش ماه برای ایجاد تغییرات شخصیتی در یک انسان عملاً هیچ است. در روان‌شناسی برای شخصیت‌سازی سال‌ها روان‌درمانی و غیره را توصیه می‌کنند، سال‌ها! یعنی این آموزه با این شیوه بیانش این‌قدر قوی، بُرّا، گیرا، توی هدف‌زن، مفید، موجز و مختصر است که با درجه بالایی از کارآمدی در این سال‌ها خود را ثابت کرده‌است و نمونه‌های آن هم مردمان زیادی هستند که از تغییرات چشم‌گیر خود به ما خبر می‌دهند.

به‌قول مولانا:

یک زمان کار است بگزار و بتاز

کار کوتاه را مکن بر خود دراز

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۸۱)

گزاردن: انجام دادن

به‌راستی که راه‌هایی از خود توهمی اگر آگاه باشیم، یک زمان کار است و نباید بر خود کار را دراز کنیم که من حالا یک ده سالی گنج حضور ببینم تا ببینم چه می‌شود، رها می‌شوم از دردهایم، یا نه.



مولانا در ترجیع هفده می‌گوید:

دل بِنه، گردن میپچان چپ و راست هین روان باش و رها کن مول مول (مولوی، دیوان شمس، ترجیعات، ترجیع هفدهم)

این بیت چهار فعل را در خود جا داده‌است، اول «دل بِنه»، دوم «گردن میپچان چپ و راست»، سوم «روان باش» و چهارم و مهم‌تر از همه «رها کن مول مول». مول مول یعنی همین عمل این دست و آن دست کردن، گاهی اوقات می‌گوییم مس مس کردن، همان کاری که ما توی ذهن انجام می‌دهیم، یعنی می‌گوییم حالا ببینیم چه می‌شود. چشم، در فکرش هستیم. بله باید این سفر را انجام بدهم، ولی فعلاً وقت ندارم، کار نمی‌گذارد. به موقعش این کار را انجام خواهیم داد، و هی تأخیر می‌اندازیم.

به سال‌های قبل نگاهی می‌کنم. آن زمان که تازه با شما و مولانا آشنا شده بودم. من هم حقیقتاً سعی کردم از ابتدا دل بنهم به تک‌تک اصولی که شما با کمک ابیات مولانا پیدا کرده و بیان کرده بودید و مول مول را رها کنم.

دل بِنه، گردن میپچان چپ و راست هین روان باش و رها کن مول مول (مولوی، دیوان شمس، ترجیعات، ترجیع هفدهم)

این اصول هم حقیقتاً دشوار نیستند. یکی‌اش این بود که توجه و تمرکز را بر روی هزاران عارف و آموزه و کتاب روان‌شناسی نگذار، یک مولانا را بگیر و برو جلو، حتی شما مثال زدید که چرا ابیات دیگر عرفا را نمی‌آورید، تا توجه ما رقیق نشود.

برای دانشجویی که در آن زمان کار پاره‌وقت داشت و تحصیل می‌کرد، قابل اجرا شدن بودند. شاید دیگر همه مردم بیت‌ها را حفظ باشند، من نیاورم، ولی از ابتدا گفتید بگویید نمی‌دانم تا همانند فرشتگان خداوند به شما آموزش بدهد. «لا» کن همه آن چیزی را که به ذهنت می‌آید تا به «إِلَّا اللَّهُ» دست یابی.

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

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



تا نخوانی لا و إِلَّا الله را در نیابی مَنَهج این راه را (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۴۱)

مَنَهج: راه آشکار و روشن

و از اسب پندار کمال بیایی پایین، چراکه بیماری‌ای بدتر از پندار کمال وجود ندارد.

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

ذودلال: صاحب ناز و کرشمه

من هم از ابتدا با مواجهه به هر بی‌تی گفتم من نمی‌دانم، ای بیت تو پیام خودت را به من بده.

من دانشجو که وقت نداشتم، خودم را بستم به پادکست‌های برنامه و برنامه تلفنی که بعدها جدی‌تر برگزار شد. از کوچک‌ترین زمان استفاده می‌کردم برای گوش کردن به پادکست‌ها. در حجم وسیعی خود را بسته بودم به پادکست‌ها. در حین ظرف شستن، در حال خرید، در اتوبوس، در راه پیاده، در قطار، در وقت استراحت کلاس‌ها، در سلف غذاخوری دانشگاه در حال ناهار خوردن و حتی در هنگام خواب که صدای همخانه‌ای نمی‌گذاشت من بخوابم، من با صدای پادکست شما و ابیات مولانا به خواب می‌رفتم و بیدار می‌شدم.

گوش خود را و ذهن خود را تربیت کرده بودم که تا صدایی از برنامه می‌آمد، دیگر بقیه صداها در ذهنم به صورت خودکار قطع می‌شدند و من تمام تمرکز را بر روی بی‌تی که برایم می‌خواندید می‌گذاشتم و می‌پرسیدم این بیت به من چه می‌گوید و تمام تمرکز را روی خود می‌گذاشتم، خودم و خودم.

این حجم زیاد قرین شدن من با مولانا باعث شد خودبه‌خود از قرین‌های دیگر که توجه مرا رقیق می‌کردند رها شوم. همان‌جا اصل «قرین» را یاد گرفتم. در کنار کار و زندگی و آموزه معنوی به ورزش پرداختم. به صورت مرتب در هفته سه تا چهار بار ورزش می‌کردم. از همان ابتدا یاد دادید خود را به حساب بیاورم و برای این آموزه‌ای که به این راحتی به‌دستم آمده است پول خرج کنم. به من یاد دادید هر انسانی پیام‌آور زندگی است و باید ساکت باشم و گوش باشم تا زندگی پیغامش را از طریق او به من برساند.

شما «اَنْصِتُوا» را یاد دادید که یعنی نه تنها ساکت شوید، بلکه گوش شوید. در مقیاس زیادی گوش شدم که هر انسانی را می‌دیدم می‌گفتم خدایا پیغام تو به من چیست از طریق این انسان؟



بیت حفظ کردن برایم دشوار بود ولی یادم دادید هر بیتی را که دیدی برایم کار می‌کند بچسب به آن. من هم چسبیدم و روزها و ساعت‌ها می‌شد تنها یک بیت را تکرار می‌کردم، آن قدر آن یک بیت را تکرار می‌کردم تا بر روی بدنم حکاکی می‌شد. با بیت‌ها من فضاگشایی را یاد گرفتم. اولش نمی‌دانستم فضاگشایی چیست، پس در لحظات حساس یک بیت را می‌گرفتم و زیر و رو هزار بار می‌خواندم.

این تکرار ابیات در حجم زیاد و بقیه عوامل بیان‌شده در بالا، موتور جتی شدند که آموزه معنوی گرانیهای مولانا در من کار کرد، امیدوارم البته. لازم به ذکر است که

بی‌نهایت حضرت است این بارگاه

صدر را بگذار، صدرِ توست راه

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۶۱)

با هر غزل عمق من هم بیشتر می‌شود و این راه نهایت ندارد. به راستی که این آموزه مولانا با آموزه این دنیایی فرق دارد، فراموش‌نشدنی است و در جان ما می‌نشیند. در برنامه ۹۹۱ که غزل را می‌خواندید، به سه بیت زیر رسیدید که دل من به شدت لرزید:

چون بجهند از حُجَبِ خوابِ خویش

باز بمالند سِبَالِ جَفَا

آه، چه فراموش‌گرند این گروه

دانش‌شان هیچ ندارد بقا

زود فراموش شود سوزِ شمع

بر دل پروانه ز چهل و عَمّا

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۲)

حُجَب: حجاب‌ها

سِبَال: سیل. سِبَال مالیدن: پرداختن به کاری

فراموش‌گر: فراموش‌کار

عَمّا: عمی، کوری

خداوندا، از تو می‌خواهم که حالا که من از خواب بیدار شده‌ام، دیگر سبیل جفا را نمالم. خداوندا، از تو می‌خواهم که من از این گروه فراموش‌گر نباشم. خداوندا، از تو می‌خواهم که دچار چهل و نابینایی نشوم.



دل بِنه، گردن میچان چپ و راست
هین روان باش و رها کن مول مول
(مولوی، دیوان شمس، ترجیعات، ترجیع هفدهم)

دل بِنه، گردن میچان چپ و راست
هین روان باش و رها کن مول مول
(مولوی، دیوان شمس، ترجیعات، ترجیع هفدهم)

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

یک دنیا ممنون آقای شهبازی.

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

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای پویا]



۱۳- خانم‌ها زرین و تیارا و یکتا از زرین‌شهر

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم زرین]

خانم زرین: با اجازه‌تان.

نذر کند یار که امشب تو را

خواب نباشد، ز طمع برتر آ

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۲)

خداوند لحظه به لحظه می‌خواهد در بدنی که پر از همانندگی و ناخالصی است زندگی را به مرکز ما هدایت کند و ما برای این‌که زودتر از من‌ذهنی خلاص شویم و خداوند کمک کند، باید از گذاشتن چیزهای مادی، تأیید و توجه دیگران به مرکزمان دوری کنیم و آن‌قدر فضا باز شود که مثل دریا، سنگی در آن‌همه وسعت مشخص نباشد تا همانندگی‌های ما در آن صفر شود.

جُز مگر مستی که از حق پُر بُود

گرچه بدهی گنج‌ها او حُر بُود

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۸۱)

حُر: آزاده

مولانا می‌گوید کسی که فضا را باز کرده‌است و درونش دریا شده و من‌ذهنی از مرکزش بیرون کرده‌است، چیزهای مادی نمی‌توانند آن را در درون تکان دهند، هر چقدر هم ثروت داشته باشد، از مرکز عدم‌شده دور نخواهد شد و با چیزهای مادی شاد و غمگین نمی‌شود. ممکن است آن‌قدر در دنیای بیرون بی‌نیاز باشد، اما درون آن هیچ تکانی نمی‌خورد و او درگیر غرور من‌ذهنی نخواهد شد و برتری را در چیزهای دنیوی نمی‌بیند و به‌قول مولانا حُر یا همان آزاده باقی می‌ماند و بیت بعدی می‌گوید:

هر که از دیدار، برخوردار شد

این جهان، در چشم او مُردار شد

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۸۲)

هر کسی که فضا را باز کرده و خداوند را در مرکزش قرار داده‌است، از چیزهای دنیوی کور شده و بینایی را در مرکز عدم و فضای بی‌نهایت می‌داند و دیگر نمی‌تواند سطحی بین باشد.

دی شوی، بینی تو اخراج بهار

لیل‌گردی، بینی ایلاج نهار

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۲)



دی: زمستان

لیل: شب

ایلاج: وارد کردن، درآوردن چیزی در چیز دیگر

نهار: روز

دید را نسبت به من‌ذهنی باید کم‌رنگ و کوچک‌تر کنیم و نگذاریم که همانیدگی‌ها به مرکزمان بیایند و دید غلط بگیریم. «دی» در این بیت به معنی زمستان است که جناب مولانا می‌گوید اگر زمستان بشویم در برابر من‌ذهنی و شکوفه عشق بکاریم، یک لحظه می‌بینیم که هرجا بهار شده است و آن خشکی و سردی که از من‌ذهنی بوده است از ما رانده می‌شود، دوباره از جنس زندگی می‌شویم و مرغ و دام خویش می‌شویم.

مرغ خویشی، صید خویشی، دام خویش
صدر خویشی، فرش خویشی، بام خویش
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۸۰۷)

این بیت هم به‌طور واضح به ما می‌گوید که فارغ از وابستگی‌ها باش، مثل مرغ دنبال همسر و بچه‌ات نرو و به‌جای این کار دنبال ذات خودت بگرد یا همان «آلست».

«آلست» به این معناست که از جنس زندگی هستیم، به دور از آنچه که ذهن نشان می‌دهد و چیزهای کمی نیست که ذهن نشان می‌دهد و من هشیار و زنده هستم و صید آن‌ها نمی‌شوم.

ممنون استاد، تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین! خب کسان دیگر هم هستند نه؟ صحبت کنند؟

خانم زرین: ممنون استاد، بله استاد، با اجازه‌تان.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم زرین]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم تیارا]

خانم تیارا: با اجازه‌تان.

خفته از احوال دنیا روز و شب
چون قلم در پنجه تقلیب رب
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۹۳)

تقلیب: برگرداندن، واژگونه کردن

ما باید به آن‌جایی برسیم که از احوال دنیا خفته باشیم، یعنی اتفاقات و عوامل بیرونی ما را به نوشتن وادار نکنند. ترس ما، خشم ما، گرفتاری ما سبب نوشتن نشود. حسادت یکی، غیبت در مورد ما، توهین یکی سبب



رفتار و فکر ما نشود. بخواهیم نسبت به احوال دنیا به وضعیت‌های همیشه. ما هر لحظه مثل قلم در پنجه حرکت یا دست حرکت‌کننده خدا هستیم، معنی‌اش این نیست که ما جهان بیرون را نمی‌بینیم و در جهان بیرون کار نمی‌کنیم، یعنی هر لحظه مواظبیم که این موازی بودن ما با زندگی یا حالت تسلیم ما به هم نخورد.

پس بنابراین ما باید به آنجایی برسیم که از احوال دنیا خفته باشیم.

استاد تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین، آفرین!

خانم تیارا: ممنونم استاد.

آقای شهبازی: عالی! پس بدهید خواهرتان هم صحبت کنند.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم تیارا]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم یکتا]

خانم یکتا: یکتا هستم هشت‌ساله.

آقای شهبازی: آفرین! بفرمایید خانم یکتا.

خانم یکتا: با اجازه شما.

دی دامنش گرفتم، کای گوهر عطایی
شب‌خوش مگو، مرنجان کامشب از آن مایی

افروخت روی دلکش، شد سرخ همچو اخگر
گفتا بس است، درکش، تا چند ازین گدایی؟

گفتم رسول حق گفت: حاجت ز روی نیکو
درخواه اگر بخواهی، تا تو مَطْفَر آیی

گفتا که روی نیکو خود کامه است و بدخو
زیرا که ناز و جُورَش، دارد بسی روایی

گفتم: اگر چنان است، جُورَش حیات جان است
زیرا طلسم کان است هرکه بیازمایی



گفت: این حدیث خام است، روی نکو کدام است؟
این رنگ و نقش دام است، مکر است و بی‌وفایی

چون جان جان ندارد، می‌دان که آن ندارد
بس کس که جان سپارد، در صورت فنایی

گفتم که خوش عذارا، تو هست کُن فنا را
زَر سازِ مِسِّ ما را، تو جانِ کیمیایی

تسلیمِ مِسِّ باید، تا کیمیا بیاید
تو گندمی ولیکن بیرون آسیایی

گفتا تو ناسپاسی، تو مَس‌ناشناسی
در شک و در قیاسی، زین‌ها که می‌نمایی

گریان شدم به زاری، گفتم که حُکم داری
فریاد رَس به یاری، ای اصل روشنایی

چون دید اشک بنده، آغاز کرد خنده
شد شرق و غرب زنده، زان لطف و آشنایی

ای همراهان و یاران، گریید همچو باران
تا در چمن نگاران، آرند خوش‌لقایی
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۶۴)

مُظَفَّر: پیروز

رَوایی: رونق

خوش‌لقایی: زنده شدن به زندگی. خوش‌لقا یعنی کسی که خوش‌صورت است یا این‌که به خدا زنده شده.

استاد تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین، آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم یکتا]



۱۴- خانم لادن از کانادا

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم لادن]

خانم لادن: با اجازه‌تان یک پیامی را نوشته بودم به اشتراک می‌گذارم.

آقای شهبازی: بله خواهش می‌کنم.

خانم لادن:

هدیه ارزشمندی که من از برنامه گنج حضور گرفته‌ام، وارد شدن به باغ ابیات مولانا بوده‌است. باغی که در آن هم می‌شود مستی شراب یکتایی را چشید و هم سوار بر مرکب ابیات مولانا، به سفری در درون خویش رفت تا با شناسایی هم‌هویت‌شدگی‌ها، هشیاری را از آن‌ها آزاد کرد و با جنبه‌های انسانی خود آشنا شد.

مولانا در ابیاتش به انسان می‌گوید، همراهی با ابیاتش و همچنین زندگی این جهان، تمرین بودن در دکان فقر است، باید آن‌قدر کالای فقر را در ازای همان‌دگی‌ها از زندگی بخریم تا به دکان وحدت وارد شویم.

هر دکانی راست سودایی دگر مثنوی، دکان فقر است ای پسر (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۵۲۵)

تمرین این‌که کار کنیم و موفق شویم، اما بگوییم من این موفقیت و دستاورد نیستم، پول دریاوریم ولی بگوییم من پول نیستم، تشکیل خانواده بدهیم ولی با آن‌ها هم‌هویت نشویم و به این ترتیب آن‌قدر در هر جنبه‌ای از زندگی کالای فقر معنوی را بخریم تا دید ما فراتر از آن چیز برود، فضای درونمان گسترده‌تر شود و به دکان وحدت وارد شویم.

مثنوی ما دکان وحدت است غیر واحد هر چه بینی آن بت است (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۵۲۸)

متوجه شدم در ازای سفری که در همراهی ابیات مولانا می‌رویم، آن‌چه به دست می‌آوریم زنده شدن به دید وحدت است. مقصود از سفری که در زندگی در این جهان آمده‌ایم نیز زنده شدن به دید عدم بوده‌است و از هر چیزی که با غیر از این دید به آن نگریسته‌ام، بت ساخته‌ام.

متوجه شدم یادگیری تسلیم، به آن معنا که «آن‌چه قضا پیش می‌آورد را بپذیرم تا از من‌ذهنی رها شوم»، پذیرشی از روی اجبار ذهنی بوده‌است. وقتی به گذشته خود نگاه می‌کنم، می‌بینم چقدر از روی غفلت، در صحرای ذهن



پیش رفته‌ام و هر بار زندگی با مهر و از روی رحمت و مراقبت نگهدارم بوده‌است و از موقعیت‌هایی که آگاه نبوده‌ام چقدر مضّر است، با نوازش و محبت عبورم داده‌است. در سایه این آگاهی، تسلیم به زندگی، نه از روی اجبار، بلکه از روی میل و مهر، رخ می‌دهد.

وقتی در آینه ابیات مولانا می‌نگرم، مرگ‌اندیشی و وهم‌آلود بودن من ذهنی‌ام را می‌بینم و ناگاه ندایی مرا آگاه می‌کند که سر بلند کن تا در تاریک‌روشن ذهن و حضور، زیبایی او مستت کند، و این بار از روی حیرت سجده کنی.

مگر نه این‌که حتی در حد ذهن هم انسان از درک زیبایی در این جهان، احساس قدرشناسی می‌کند؟ پس همین که به من به‌عنوان انسان اجازه داده شد تا زیبایی او را درک کنم، برایم کافی است تا خود را در او محو کنم.

ناگاه سحرگاهی، بی‌رخنه و بی‌راهی
آورد طبیب جان یک خُمره پُر اَفَسَنَتین

تا این تن بیمارم، وین گشته‌دل زارم
زنده شد و چابک شد، برداشت سر از بالین

گفتش که مَلِیحی تو، مانا که مسیحی تو
شاد آمدی ای سلطان، ای چاره هر مسکین

پیغامبرِ بیماران، نافع‌تری از باران
در خُمره چه داری؟ گفت: داروی دل غمگین
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۶۳)

اَفَسَنَتین: نوعی بومادران کوهی است که در معالجه درد چشم به‌کار می‌رود و مُحرک است.
مانا: گویی، همانا

شاید آن‌چه که انسان را به سجده حقیقی بیاورد، درک زیبایی بی‌حدّ زندگی باشد. همان‌طور که از شنیدن یک موسیقی زیبا، یا دیدن یک صحنه زیبا در طبیعت، جان انسان، حتی در سطح ذهن هم به جنبش درمی‌آید تا بگوید من این زیبایی را می‌شناسم، روزگاری در عالم دیگری آن را درک کرده‌ام. پس با کمی کنار زدن پرده افکار و درک مهر و زیبایی زندگی، ناخودآگاه انسان سر بر زمین می‌نهد تا در پناه خاموشی و تسلیم، شاهد درک هرچه بیشتر مهر و زیبایی زندگی باشد.



مَسْتُ رسید آن بُتِ بی‌باکِ من
دُردکش و دل‌خوش و چالاکِ من

گفت به من بنگر و دلشاد شو
هیچ به خود مَنگر، غَمناکِ من

ز آب و گلِ این دیده‌ تو پُرگلِ است
پاک‌ کنش در نظرِ پاکِ من

دست بزد خرقه‌ من چاک کرد
گفت مَزَن بَخیه برین چاکِ من

روی چو بر خاک نهادم بگفت
پاک مکن رویِ خود از خاکِ من

ای مَنّت آورده، مَنّت می‌بَرَم
ز آن‌که مَنَم شیر و تو شیشاکِ من

نَفْتُ زدم در تو و می‌سوز خوش
لیک سیّه می‌نکند زاکِ من
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱۰۶)

زاک: زاج، ماده‌ای که در رنگ‌رزی به کار رود، چون آب بدان رسد سیاه شود.
شیشاک: گوسفند یک‌ساله

خیلی ممنون آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی زیبا لادن خانم، آفرین، آفرین! اصلاً چه بگویم [لبخند آقای شهبازی] ممنونم، زحمت کشیدید، ماشاءالله.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم لادن]

آقای شهبازی: به‌به!



۱۵- آقای علی از دانمارک

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای علی]

آقای علی: می‌خواستم با اجازه‌تان نکاتی را از برنامه ۹۹۱ که ارائه فرمودید، غزل شماره ۲۵۲ دیوان شمس، نکاتی را می‌خواستم با اجازه‌تان البته به صورت منظوم هست به اشتراک بگذارم.

آقای شهبازی: بله، بفرمایید.

آقای علی: خواهش می‌کنم.

عهد کرده یار با ما در الست
که در این دنیا نخواستیم همچو مست
لیک ما از حرص و طمع و خشم و آز
می‌کنیم بر آفلین هر دم نماز
ما بگیریم عقل و حسّ امنیت
از هر آنچه هست در ما عاریت
از زر و از جاه و از کار و ز نقش
تا ز دوست و دشمن و درد و ز شخص

ما ندانستیم ما هشیاری‌ایم
امتداد زندگی و جاری‌ایم

ما ندانستیم ما این تن نه‌ایم
از ورای تن، به یزدان می‌زی‌ایم

(علی موسوی، تضمین از مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۳۴۰)

در مجاز و در زمان گم گشته‌ایم
زندگی جاودان را هشته‌ایم

کشت اول را فراموش کرده‌ایم
کشت‌های ثانوی بر کشته‌ایم



این همه تأثیرِ این دیدِ دوبین
که اتفاقات هست مهم‌تر از قرین

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

زین فراق افتاده‌ایم در خوابِ درد
گشته‌ایم کافر، جدا و زَفَت و فرد

عاشق مصنوع و افکارِ نژند
ما مُدَمَّغ گشته‌ایم بی چون و چند

عاشق صنَع خدا با فرُّ بُود
عاشق مصنوع او کافر بُود
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۱)

این هم از اوصافِ این دیدِ دوبین
ما شکسته‌دل شدیم پُر رنج و کین

با چنین دل هرچه تخمی داشتیم
تخم را در شوره‌خاکی کاشتیم
(علی موسوی، تضمین از مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۷۶۳)

کِشتِ اوّل کامل و بگزیده است
تخمِ ثانی فاسد و پوسیده است
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۵۹)

خانهٔ دل را زِ کَف پُر کرده‌ایم
لاجَرَم از عمقِ دریا مانده‌ایم

دُرّ و گوهر در دل دریاست و بَس
در کف و صورت نیابیده‌ست کَس



ما ز حرص و طمع فربه گشته‌ایم
درد و غم را نیز طالب گشته‌ایم

هیچ از پرهیز یادی کرده‌ایم؟
خویشتن را صوم و روزه داده‌ایم؟

شهوَت ناری به راندن کم نشد
او به ماندن کم شود، بی‌هیچ بُد
(مولوی، مثنوی، دفتر اوّل، بیت ۳۷۰۳)

لیک ما مدهوش حرص و مستی‌ایم
چشم و گوش بر اهل معنی بسته‌ایم

حرص اندر عشق تو فخر است و جاه
حرص اندر غیر تو ننگ و تباه
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۵۵)

از مریضی، قوت ما گل گشته است
چون مزاج ما مبدّل گشته است

نُوش را بگذاشته، سَم خورده‌ایم
قُوت علّت را چو چربش کرده‌ایم
(علی موسوی، تضمین از مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۸۲)

قُوتِ اصليّ بشر، نور خداست
قوت حیوانی مر او را ناسزا است
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۸۳)

قوت حیوانی، گرفتن ارتفاع
قوت انسانی، نشستن، استماع

قوت حیوانی، ز شیرۀ این جهان
قوت انسانی، بیاید ز آن جهان



قوت اصلی، وَالسَّما ذاتِ الْحُبْكِ قوتِ فرعی کرده دل‌ها را سَبْکِ

(علی موسوی، تَضمین از مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۸۵)

«وَالسَّما ذاتِ الْحُبْكِ»

«سوگند به آسمان که در آن راه‌های بسیار است.»

(قرآن کریم، سوره ذاریات (۵۱)، آیه ۷)

هست این تَن چون چراغی بی‌فروز
سوختش این مغز و عقلِ پاره‌دوز
گر چراغت پُر ز زَیت و روغن است
سود نَبود چون که این فانی تَن است
چیست روغن؟ عقل و پول و دانشت
بسته است بر چار و بر پنج و شِشت
صبح گردد بینی این فانی چراغ
گشت خامُش، کوشِشت بوده‌ست لاغ

من اگر بینا شوم گردم عدم
من همی‌بینم هماره دم‌به‌دم
که نباشد جسم اندر مرکزم
تا همی فارغ شوم از مدح و ذم
لیک این کارِ قضا است و قدر
تا فضا خالی شود از خیر و شر
این هم از تأثیرِ دیدِ احوال است
من همی‌تأم گشایم با دو دست



این فضای سینه را در لامکان
بی ز یاری حق و بی کُن فکان

نیست این، جان برادر هین مکوش
بی عنایات خدا هستی چو موش

تا بَندهی آن گواهی ای شهید
تو از این دهلیز کی خواهی رهید؟
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۸۰)

ما همه خوابیم، خوابی بس گران
چشم ما مانده‌ست در جوی روان
(علی موسوی، تضمین از مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۸۵)

ما ز جَهل و خوابناکی و فضول
می‌زنیم آسیب بر خود همچو گول
(علی موسوی، تضمین از مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۸۳)

می‌زند خنده خدا که ای شوخ‌چشم
در زیانی، من نگیرم بر تو خشم
تو نگو دل شد شکسته ای پدر
بر صدف آید ضرر نی بر گهر
(علی موسوی، تضمین از مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۴۹۶)

سال‌ها در جست‌وجوی کوی یار
شهرها گشتم، ندیدم روی یار
کرده بودم شهر عشق خود رها
گیج و مفلس در میان شهرها
دیده بودم بس امیران و مَهان
نک بپرسیدم: کجایند ای فلان؟



کیست حاکم؟ کیست حافظ؟ ای کیا
مَرِ بِلَادِالله و مَرِ این شهرها

گفت من را ناصحی: ای بی‌خبر
عاقبت اندیش، اگر داری هنر

(علی موسوی، تضمین از مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۸۱۲)

پس چه می‌گرددی میان شهرها؟
یوسف‌ت باشد میانِ قعرِ چاه

بِسُكُلِ این حَبَلِی که حرص است و حسد
یاد کن فی جیدها حَبْلُ مَسَدِ
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۷۶۴)

«فی جیدها حَبْلُ مِنْ مَسَدٍ»

«و بر گردن ریسمانی از لیف خرما دارد.»

(قرآن کریم، سوره لهب (۱۱۱)، آیه ۵)

خانه ما گر شده تاریک و تنگ
فُرجه‌ها را بسته‌ایم ما بی‌درنگ

بس که در تاریکی شب بوده‌ایم
خوی با تاری و ظلمت کرده‌ایم

گر رسد فضلی ز سلطان سوی ما
بردراند پرده‌های این سَرا

اندک اندک خوی کن با نورِ روز
ورنه خفاشی بمانی بی‌فروز

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۱۸۴)

مُدَمَّغ: گول و احمق
نوش: شهد، انگبین
چَرِبِش: چربی، روغن
زَبْت: روغن
أَحْوَل: لوچ، دوبین



ملول: افسرده، اندوهگین

بِلَادُ اللَّهِ: قلمرو خدا

بِسْکُل: بگسل، پاره کن

حَبْل: ریسمان

فُرْجَه: فاصله، شکاف

خیلی ممنون آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی زیبا آفرین علی آقا! ممنونم، زحمت کشیدید.

آقای علی: خواهش می‌کنم، قربان شما.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای علی]

فصلنامه



۱۶- خانم فرزانه از همدان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فرزانه]

خانم فرزانه: آقای شهبازی یک متنی را آماده کردم اسمش هست اطاعت و صنعت، اگر اجازه بدهید بخوانم.

آقای شهبازی: اطاعت و چه؟

خانم فرزانه: و صنعت.

آقای شهبازی: و صنعت. خیلی خب بفرمایید بله، معنی کنید صنعت یعنی چه؟

خانم فرزانه: صنعت از صنعت می‌آید، منظور این‌جا صنُع خداوند است.

آقای شهبازی: بله، بله. ممنونم.

خانم فرزانه: با اجازه‌تان.

آقای شهبازی من فقط آدرس ابیات را نمی‌خوانم چون نمی‌خواهم طولانی بشود یک مقدار طولانی هست ولی

نمی‌خواهم طولانی‌تر بشود.

آقای شهبازی: بفرمایید بله.

خانم فرزانه: با اجازه شما.

به من نگر که به جز من به هرکه درنگری

یقین شود که ز عشقِ خدای بی‌خبری

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۷۲)

خداوند به ما می‌گوید فقط به من نگاه کن، که به جز من به هر چیزی نگاه کنی به‌طور قطع و یقین بدان که از

عشق من، صفات وحدت با من و برکات آن بی‌خبر خواهی ماند.

ما با فکر کردن و سبب‌سازی و آوردن چیزهای ذهنی به مرکز و دیدن برحسب آن‌ها نمی‌توانیم عشق را بشناسیم.

عشق به ذهن در نمی‌آید.

عشق درواقع وحدت مجدد ما به‌عنوان الست با زندگی است. ما به فضای تاریک ذهن نگاه می‌کنیم و با دانش

محدودمان خدا را جست‌وجو می‌کنیم، ما برای بیکار کردن ذهن باید این درک را داشته باشیم که چیزی که ذهن

نشان می‌دهد و تا کنون برای ما مهم بوده و با آن‌ها همانیده شده‌ایم، هیچ‌کدام مهم‌تر از خدا یا اصل ما نیستند.



اگر ما به می‌دانم خود ادامه بدهیم، روی زرد و خشک لب خواهیم شد. ما در من‌ذهنی بیمار هستیم و اگر بدانیم علت بیماری ما دانش‌های ذهنی و جدایی ما از زندگی است، فضا را باز می‌کنیم و عاشق می‌شویم و بیماری ما به مشتاقی و آرزومندی تبدیل می‌شود.

چو عشق را تو ندانی، بپرس از شب‌ها بپرس از رخ زرد و ز خشکی لب‌ها (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۳۲)

یکی از نشانه‌های انسان عاشق، ادب اوست. او اجازه می‌دهد زندگی بیافریند و از فکرهای پیش‌ساخته استفاده نمی‌کند.

ایستادن در برابر «قضا و کُن‌فکان» زندگی و رها کردن صنع و آفریدگاری خداوند و رفتن به سبب‌سازی ذهن، ترک ادب است و انسان بی‌ادب دیر یا زود به وسیله زندگی سرنگون می‌شود.

گفت او: گر ابله‌م من در ادب زیرکم اندر وفا و در طلب (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۵۶)

گفت: ادب این بود خود که دیده شد آن دگر را خود همی دانی تو لُد (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۵۷)

لُد: دشمن سرسخت

انسان بی‌ادب عقل من‌ذهنی‌اش را کنار نمی‌گذارد، او با زیرکی تمام ادعای وفا و طلب دارد. معشوق یا زندگی به او می‌گوید اگر طلب تو حقیقی بود، ادب را رعایت می‌کردی و عقل خودت را رها می‌کردی و مرکزت را در اختیار من می‌گذاشتی. پس تو عاشق من نیستی و وفا و طلب هم نداری، بلکه دشمن سرسخت من هستی، تو به یک خدای تقلبی وفادار هستی.

مولانا در دفتر چهارم مثنوی وضعیت انسانی که با عینک همانیدگی‌ها می‌بیند و نتیجه فکر و عمل او با این دید اشتباه به مانع، مسئله، دشمن و درد تبدیل می‌شود، با هنرمندی تمام به نمایش می‌گذارد. در این داستان «عطار» نماد خداوند و «گل‌خوار» ما هستیم که ظاهراً طالب و مطیع زندگی هستیم، ولی به علت داشتن مرکز جسمی، عاشق گل خوردن و ایجاد درد و مسئله‌ایم.



ما به این جهان آمده‌ایم که از عطار که خداوند است «قندِ خاصِ زَفْت» بخریم، یعنی به بی‌نهایت و ابدیت او زنده شویم. در این داستان ترازو معنی بسیار مهمی دارد، بین ما و خداوند ترازویی وجود دارد که در یک کفه ترازو گل یا همانیدگی‌ها گذاشته شده و در کفه دیگر قرار است خداوند به ما شکر یا حضور بدهد.

ما می‌گوییم خداوندا، ما عاشق تو هستیم و برای کار مهمی این‌جا آمده‌ایم، ما وصل‌جو هستیم و می‌خواهیم به ابدیت تو زنده شویم. حالا هرچه می‌خواهی بگو ما می‌دهیم، ولی قرن‌هاست ما قضاوت‌های ذهنمان را که همان گل است، خورده‌ایم. درحقیقت آن‌ها از طلا هم برای ما باارزش‌تر هستند.

گفت: هستم در مَهْمی قندجو
سنگ میزان هرچه خواهی باش گو
 (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۶۲۸)

گفت با خود: پیش آن که گل‌خور است
سنگ چه بود؟ گل نکوتر از زر است
 (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۶۲۹)

عشق و طلب ما حقیقی نیست، حسّ نیازمندی از جهان بر ما غالب است. ما نمی‌خواهیم هشیاری جسمی را رها کنیم، ما صادق نیستیم. می‌گوییم اشکالی ندارد، هم از زندگی شکر می‌گیریم هم از گل می‌خوریم. در مرکز ما خاصیتی وجود دارد که زندگی برای به‌کار انداختن آن ما را مورد امتحان قرار می‌دهد.

عطار به بهانه آوردن تیشه مشتری را تنها می‌گذارد، زندگی می‌خواهد بداند آیا ما این خاصیت را به‌کار می‌بریم یا توجه ما به‌سوی گل است؟

ما می‌توانیم با بی‌اهمیت کردن چیزهای ذهنی دست به فضاگشایی بزنیم، در غیر این صورت شکر نخواهیم گرفت.

اندر آن کفه ترازو ز اعتداد
او به جای سنگ، آن گل را نهاد
 (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۶۳۴)

پس برای کفه دیگر به دست
هم به قدر آن، شکر را می‌شکست
 (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۶۳۵)



چون نبودش تیشه‌یی، او دیر ماند مشتري را منتظر آنجا نشاند (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۶۳۶)

اعتداد: به شمار آوردن، به حساب آوردن، در اینجا یعنی وزن کردن

ما تنها باشندگانی هستیم که قدرت انتخاب داریم، یعنی با تکیه بر عقل جزوی و سبب‌سازی نیک و بد هر چیز را تشخیص می‌دهیم.

گل‌خوار که ما هستیم به خدا اعتقاد داریم، ولی اعتقاد ما ظاهری است ما به «قضا و کُنْ فکان» خداوند اعتماد نمی‌کنیم. زندگی ما را بی‌مراد می‌کند و منتظر می‌گذارد تا جنس مرکز ما آشکار شود ما با مرکز مادی زندگی را در پشت اتفاق شناسایی نمی‌کنیم و بی‌صبرانه شروع به دزدیدن گل می‌کنیم.

انسان عاشق با فضاگشایی یا صبر آگاهانه به معشوق نگاه می‌کند و می‌داند قلم خداوند براساس فکر و عمل او زندگی‌اش را می‌نویسد.

«پس هماره سوی معشوقه نگر»

[قطعی صدا] تو اولین قدم را برداری، ولی ما مست گل‌ها هستیم و پیغام زندگی را نمی‌گیریم و اختیار یا قدرت انتخاب را از خودمان می‌گیریم.

آقای شهبازی: ببخشید یک چند لحظه قطع شد، می‌شود حدود سی ثانیه قبل را دوباره بخوانید.

خانم فرزانه: بله. انسان عاشق با فضاگشایی یا صبر آگاهانه به معشوق نگاه می‌کند و می‌داند قلم خداوند براساس فکر و عمل او زندگی‌اش را می‌نویسد.

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

هر لحظه فرصتی است که ما اولین قدم را برداریم، ولی ما مست گل‌ها هستیم و پیغام زندگی را نمی‌گیریم و اختیار یا قدرت انتخاب را از خود می‌رانیم.

پس ما مسئولیم و زندگی مقصر نیست، همانندگی‌ها با پای خودشان به مرکز ما نمی‌آیند، ما آن‌ها را دعوت می‌کنیم.



گویدش لیکن سبب ای زشتکار

از تو بُد در رفتن آن اختیار

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۶)

بیخودی نآمد به خود، توش خواندی

اختیارت خود نشد، توش راندی

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۷)

ما در کمال گستاخی ادعای عاشقی می‌کنیم و مدام دم از دین و معنویت می‌زنیم، ولی همه توجه ما به گِل است. زندگی می‌گوید ای نادان، من خود را به تو نشان نمی‌دهم، ولی احمق نیستم که تو از من شکر بیشتری بگیری. تو می‌ترسی که من دزدی تو را ببینم، ولی من نگرانم که تو کمتر گِل ببری. پس احمق و غافل ما هستیم که نمی‌دانیم شادی و حسّ امنیتی که از گِل‌ها می‌گیریم نه تنها زندگی نمی‌دهد، بلکه از زندگی ما می‌کاهد.

گر بدزدی، وَزِ گِلِ من می‌بری

رَوُ که هم از پهلوی خود می‌خوری

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۶۴۰)

تو همی ترسی ز من، لیک از خری

من، همی ترسم که تو کمتر خوری

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۶۴۱)

گرچه مشغولم، چنان احمق نی‌ام

که شِکر افزون کشی تو از نی‌ام

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۶۴۲)

چون ببینی مر شِکر را ز آزمود

پس بدانی احمق و غافل که بود

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۶۴۳)

آیا ما با ایجاد ترس و ناامنی و تزریق درد به عزیزانمان از پهلوی خود نخورده‌ایم؟ آیا با راه انداختن جنگ و کشتار هموعانمان و ویران کردن شهرها از پهلوی خود نخورده‌ایم؟



آیا با مصرف مواد مخدر و غذاهای مضر و آسیب زدن به بدنمان از پهلوی خود نخورده‌ایم؟ آیا با آسیب رساندن به حیات وحش و کره زمین از پهلوی خود نخورده‌ایم؟

قرن‌هاست که ما بر طبل رسوایی خود می‌کوبیم، اعمال به‌ظاهر مذهبی را جدی گرفتیم و نفهمیدیم مرکز همه ادیان یکی شدن با خداوند است. [کنترل کیفیت صدا]

مکان‌پرستی و زمان‌پرستی را خداپرستی دانستیم. کتاب‌پرستی و قبرپرستی را خداپرستی دانستیم و با گستاخی فریاد می‌زنیم که ما عاشق خداوند هستیم، ولی همچنان نگاه ما به‌سوی گِل است.

قرن‌هاست عملاً شیطان هستیم و نشنیدیم چرا زندگی می‌گوید انسان در زیان‌کاری است؟ ما در وجود یک‌دیگر زندگی را شناسایی نکردیم، دشمن همدیگر شدیم و در تعجب هستیم که چرا زندگی به ما شکر نمی‌دهد.

ما منافق هستیم و هنوز فکر می‌کنیم می‌توانیم در ترازوی زندگی خلل ایجاد کنیم. خداوند ترازو را گذاشته تا در این لحظه عدل او اجرا شود تا زمانی که ما با عقل بی‌عقلی کار می‌کنیم، هشیاری جسمی را زیاد می‌کنیم و از عقل زندگی محروم می‌مانیم. همین‌که فضا را باز می‌کنیم هشیاری حضور بیشتر می‌شود و ما عقل زندگی را می‌گیریم.

این ترازو بهر این بنهاد حق

تا رود انصاف ما را در سبق

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۸۹۹)

از ترازو کم کنی، من کم کنم

تا تو با من روشنی، من روشنم

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۰۰)

سبق: نیروی ازلی، فضای یکتایی، فضای همه امکانات

چشم خداوند هیچ‌وقت نمی‌خوابد او هر لحظه می‌خواهد چشم ما را مست کند. وقتی چشم ما مست بشود، دیگر دست به تخریب نمی‌زنیم.

بیشتر مردم در خواب همانیدگی‌ها فرورفته‌اند و مست گِل هستند، خداوند به آن‌ها می‌خندد، او خشمگین نمی‌شود چون غیر از خودش چیز دیگری نمی‌بیند.

ما در خواب ذهن به خودمان لطمه می‌زنیم، ولی به اصل ما آسیبی نمی‌رسد. خداوند می‌خندد چون چشم او بر کشت‌های اول است. همانیدگی‌های ما کشت‌های ثانویه هستند. در مورد کل بشریت همین است. بشریت در خواب ذهن است، خواب درد است، خواب تعصب است و زندگی به این دید غلط ما می‌خندد.



چشمِ خوشش را ابدًا خواب نیست
مست کند چشمِ همه خلق را

جمله بخسپند و تبسم کند
چشم خوشش بر خلل چشم‌ها
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۲)

صنع خداوند در این لحظه نوبه‌نو صورت می‌گیرد، صنع خداوند با فکرهای کهنه ما کار نمی‌کند. اگر این را باور نمی‌کنید، بهتر است به آثار و نتیجه فکر و عمل خود نگاه کنید که چیزی جز درد و مسئله تولید نکردید.

انسان من‌ذهنی با تلاش‌های بی‌مزد خود مسخره آسمان و زمین است.

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

ما امروز به برکت وجود مولانا و برنامه گنج‌حضور به این درک مهم رسیدیم که ما مثل شیطان عاشق مصنوع یا چیزهایی که ذهن نشان می‌دهد نیستیم، ما عاشق صنع خداوند هستیم. امروز متوجه شدیم که هر کسی نتیجه فکر و عمل خود را می‌خورد و کفر و ایمان هر کس به جنس مرکز او بستگی دارد نه باورهایی که می‌پرستد.

ما متوجه شدیم که نه‌تنها غذای ما گل نیست، شکر است، بلکه ما کارگر خداوند در کارخانه نیشکرکوبی هستیم و برای تولید شکر بیشتر باید در خدمت زندگی باشیم.

شهر ما فردا پُر از شکر شود
شکر ارزان‌ست، ارزان‌تر شود
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۵۲۸)

در شکر غلطید ای حلواییان
هم‌چو طوطی، کوری صفراییان
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۵۲۹)

نیشکر کوبید کار این است و بس
جان برافشانید یار این است و بس
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۵۳۰)



تمام شد آقای شهبازی.

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

خانم فرزانه: ببخشید طولانی شد.

آقای شهبازی: عیب ندارد، ولی خیلی عالی بود، خب دیگر بعضی پیغام‌ها طولانی است، ولی عالی و جامع هست،

عالی بود.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم فرزانه]

بیت‌المعروف



۱۷- خانم لیلا از استرالیا

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم لیلا]

خانم لیلا: با اجازه‌تان یک متنی آماده کرده‌ام.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، بفرمایید!

خانم لیلا:

یک فنجان آب از اقیانوس برنامه ۹۹۰

هر که نقص خویش را دید و شناخت اندر استکمال خود دو اسبه تاخت (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۲)

آیا نقص‌هایت را در من‌ذهنیات می‌بینی؟ آن‌ها را می‌شناسی؟ خشم، رنجش، غیبت، پندار کمال، تمسخر دیگران، دخالت در کار دیگران، تمرکز روی دیگران، زندگی را زندگی نکردن و اجازه ندادن به دیگران که زندگی کنند، مسئله‌سازی و دشمن‌سازی، غرور، نظردادن به دیگران، من می‌دانم، درد، رنجش و کینه، این‌ها همه نقص‌های ما هستند.

اگر این نقص‌ها را می‌بینیم جای خوبی هستیم. مهم نیست چقدر نقص داریم بلکه مهم این است که آن‌ها را ببینیم و نترسیم. دیدن این نقص‌ها یعنی زندگی به ما توجه و محبت دارد. زنده‌شدن به زندگی یک روند بسیار ساده دارد فقط کلید این است که هر لحظه آن را تکرار کنیم و به این تکرار، تعهد داشته باشیم. هیچ راه میانبر دیگری هم وجود ندارد.

آن روند ساده این است، نقص خویش را ببینیم و آن‌ها را شناسایی کنیم باز تکرار می‌کنم نقص خویش را ببینیم نه دیگری را و اگر در دیگری نقص می‌بینیم آن را در خودمان جستجو کنیم.

هر که نقص خویش را دید و شناخت اندر استکمال خود، دو اسبه تاخت (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۲)

اتفاقی که می‌افتد وقتی نقص خود را می‌بینیم در هشیاری ما ذخیره می‌شود. پس باید به آن نقص همانند حضرت آدم اعتراف کنیم که من به خودم ستم کردم که چنین نقصی را نگه داشتم و مجرم خودم هستم.



خویش مجرم دان و مجرم گو، مترس

تا ندزدد از تو آن استاد، درس

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۷)

چون بگویی: جاهلم، تعلیم ده

این چنین انصاف از ناموس به

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۸)

وقتی اعتراف می‌کنیم کارگاه زندگی می‌شویم و زندگی در کارگاهش شروع به کار می‌کند چون کارگاه زندگی زمانی برای کار آماده است که ما نقص خود را می‌پذیریم و اعتراف می‌کنیم.

جمله استادان پی اظهار کار

نیستی جویند و جای انکسار

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۶۸)

لاجرم استاد استادان صمد

کارگاهش نیستی و لا بود

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۶۹)

زمانی که اعتراف کردیم و لا کردیم، ما نمی‌دانیم چطور هم‌هویت‌شدگی را بیان‌داریم اما او می‌داند. او در یک تکه چوب میز و صندلی می‌بیند و ما فقط یک تکه چوب می‌بینیم که اصلاً به درد نمی‌خورد.

پس باید خودمان را بدون هیچ سوال و شکایتی در اختیار زندگی قرار دهیم. در سکوت و سکون بمانیم و هیچ عکس‌العملی نشان ندهیم تا زندگی تکه چوب را تراش بزند و میز و صندلی از آن بیرون بیاورد و در طی این تراش خوردن، درد آگاهانه را به جان بخریم و در سکوت و سکون بمانیم. مولانا می‌فرماید وقتی کارگاه خداوند شدی این‌گونه باش:

آنچنانکه بر سرت مرغی بود

کز فواتش جان تو لرزان شود

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۲۴۶)

پس نیاری هیچ جنبیدن ز جا

تا نگیرد مرغ خوب تو هوا

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۲۴۷)



دم نیاری زد، ببندی سُرْفه را تا نباید که بپرد آن هُما

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۲۴۸)

ور گسَست شیرین بگوید یا تَرُش بر لب انگشتی نهی، یعنی خُمُش

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۲۴۹)

همانند آن‌که مرغی بر سرت نشسته که آن مرغ حضور توست. پس در هر وضعیتی که پیش می‌آید تو باید در سکون بمانی. اگر کسی از تو تعریف و تمجید می‌کند یا به تو ناسزا می‌گوید باید بر هیجانات خود شاهد و ناظر بمانی و تکان نخوری. و با وجود فشاری که به تو می‌آید آرام و بی‌عکس‌العمل بمانی.

سبب‌سازی ذهنی نکنی و دائم از یک صندوق فکر به صندوق بعدی نروی، در صندوق را باز نکنی و صندوق را باز نکرده بفروشی و بدانی که زندگی این اتفاق را برای تو به‌وجود آورده. و فقط مسبب را ببینی.

آنکه بیند او مسبب را عیان کی نهد دل بر سببهای جهان

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، دوم ۳۷۸۷)

دیگر سوال نپرسی که حالا این مرغ اگر تکان نخورم کجا می‌رود حالا اگر عکس‌العکل نشان ندهم که نمی‌شود. خلاصه با من‌ذهنی به دنبال حضور نگردي چون خود من‌ذهنی ماست که مانع اتصال ما به زندگیست. آن‌های سعادت، خوب می‌داند کجا برود و کجا بنشیند نیازی به دستورالعمل‌های پوسیده ما ندارد او نوبه‌نو می‌داند چه کند.

خود شناسد جای خود مرغ زیرکسار ما بعد ما پیدا گنی، در زمین آثار ما

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۳۷)

پس نقص را ببینیم، آن را بپذیریم، اعتراف کنیم که به خود ستم کردیم و مجرمیم که کارگاه خداوند شویم و وقتی خداوند در حال کار در این کارگاه است ساکت و ساکن بمانیم. فضاگشایی هم به همین شکل انجام می‌شود و وقتی ما این‌طور عمل می‌کنیم فضا خودبه‌خود باز می‌شود.

فضاگشایی کاری نیست که ما بتوانیم انجام دهیم. وقتی همین روند را در هر لحظه در زندگیمان پیش بگیریم فضا باز و بازتر می‌شود و ما حس حضور را تجربه می‌کنیم.



اما برای این‌که در این کارزار بتوانیم به مقابله با این من‌ذهنی برویم و اجازه دهیم این روند انجام شود نیاز به یک شمشیر پولادین داریم و آن شمشیر پولادین تکرار ابیات دیوسوز مولاناست و گرنه با شمشیر چوبین من‌ذهنی نمی‌توانیم نقص خود را ببینیم و تسلیم شویم و در حالت سکون باقی بمانیم.

و یادمان باشد که این باید کار هر روز ما باشد چون این راه انتهایی ندارد. با یک حال خوب نگوییم خوب دیگر من حالم خوب شد و از راه بمانیم.

من غلام آن که او در هر رباط
خویش را واصل نداند بر سماط
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۵۹)

بس رباطی که ببايد ترک کرد
تا به مسکن در رسد یک روز مرد
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۶۰)

ممنون از وقتی که دادید آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی زیبا لایلا خانم، عالی، عالی، عالی!

خانم لایلا: ممنونم آقای شهبازی!

[خداحافظی آقای شهبازی با خانم لایلا]



۱۸ - خانم پروین از استان مرکزی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم پروین]

خانم پروین: نه سال پیش وقتی با گنج حضور آشنا شدم، انسانی بودم با کوله‌باری از درد و همانندگی. از همان ابتدای آشنایی با گنج حضور همراه با همسرمتعهدانه در این مسیر قدم برداشتم و تک‌تک جملات مولانا و استاد عزیزم را بر قلبم نوشتم. شاید بسیار خطا کردم، بسیار درد هشیارانه کشیدم، بسیار لحظه‌ها دوباره واکنش نشان دادم و دستم از رسن زندگی جدا شد و با سر به ته چاه ذهن پرتاب شدم. اما ناامید نشدم، دوباره برخاستم، دوباره گرد و خاک را از تنم تکاندم و ادامه دادم.

اوایل تلویزیون ما دائماً روی برنامه گنج حضور بود و صبح تا شب برنامه‌ها یکی پس از دیگری پخش می‌شد و من حیران از زیبایی این برنامه‌ها بودم. گاهی می‌دیدم برنامه در حال پخش شدن بود و صدای استاد شهبازی در خانه طنین‌انداز که از پذیرش اتفاق لحظه و فضاگشایی می‌گفت و من در همان لحظه در حال ستیزه و مقاومت و واکنش بودم، و وقتی واکنش به پایان می‌رسید از این‌که به صورت استادم که در صفحه تلویزیون در حال نگاه کردن به من بود، نگاه کنم، شرم داشتم و خجالت می‌کشیدم.

اما با تمام فراز و نشیب‌ها ادامه دادم و هیچ‌گاه از برنامه جدا نشدم. اوایل که برنامه می‌دیدم، بسیار برای به حضور رسیدن عجله داشتم، وقتی استاد می‌گفت شما اگر درست برنامه را ببینید در عرض شش ماه تغییر خواهید کرد و زندگی‌تان درست خواهد شد، من با خودم تصور می‌کردم که در ظرف شش ماه من به یک انسان ماورایی تبدیل خواهم شد، چون از حضور هم تصویر ذهنی ساخته بودم.

بعد از یک سال وقتی دیدم هنوز آن قدرت‌های ماورایی که من در خیالات من‌ذهنی داشتم روی نداده، به کتاب‌های دیگر رجوع کردم. یادم هست که کتابی خوانده بودم از یک عارف هندی که در آن کتاب انسان‌هایی بودند با قدرت‌های ماورایی. من فکر می‌کردم که با مراقبه می‌توانم خودم را تبدیل کنم.

بنابراین می‌نشستم و با شمع و عود و مراقبه تنفس و فشار روی ذهن می‌خواستم ذهنم را آرام کرده و به حضور زنده شوم. یک بار به استاد شهبازی زنگ زدم و به ایشان گفتم که استاد من این کار را کردم و چند روز است که حالم دگرگون شده و ایشان به من فرمودند خانم من نمی‌دانم شما چه بلایی دارید سر خودتان می‌آورید. شما چرا با ابیات مولانا مراقبه نمی‌کنید و کمی هم با تندی با من حرف زدند. البته من همان زمان ابیات مولانا را هم زیاد تکرار می‌کردم، ولی عجله و بی‌عقلی من‌ذهنی من را به این کارها وامی‌داشت.



یادم است همان موقع از این‌که استاد کمی با تندی با من حرف زده بود، اندکی رنجیدم و البته این کار چند بار دیگر هم تکرار شد.

چون گزیدی پیر، نازک دل مباش سست و ریزیده چو آب و گل مباش (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۹۷۹)

ریزیده: سست و ناتوان

بعد از آن اشتباهات، دیگر سفت و سخت به برنامه چسبیدم و از آن خیالات واهی بیرون آمدم. متوجه شدم که نباید حضور و خدا را تصور کنم و به ذهن درآورم.

هرچه گویی ای دَم هستی از آن پرده دیگر بر او بستی، بدان (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۷۲۶)

حضور یعنی حاضر بودن در این لحظه، یعنی پذیرفتن خود در هر وضعیتی که هستی. حضور یعنی آگاه بودن، آگاه بودن از آن‌چه که در اندیشه و ذهنت می‌گذرد، آگاه بودن از افکار و احساسات. حضور یعنی دست خدا را در هر اتفاقی دیدن و پیغام زندگی را گرفتن، یعنی از اتفاقات جدا شدن و ناظر بودن.

حضور یعنی راضی بودن به آن‌چه که هست حتی اگر درد باشد. حضور یعنی تسلیم بودن و بی‌مقاومت شدن. حضور یعنی ساکن شدن در لحظه حال و اجتناب کردن از رفتن به گذشته و آینده. حضور یعنی دوست داشتن خود، یعنی مانند آب در برابر زندگی جاری بودن.

در این مدت، زندگی بسیاری از همانیدگی‌ها را به من نشان داد و از من گرفت و یا من را به آن‌ها آگاه کرد. به من شناسایی داد و یاری‌ام کرد تا آن‌ها را از خودم جدا کنم و بیندازم. در این ۹ سال از بسیاری کسان خودم را دور کردم، از قرین‌های بد و مخرب، از انسان‌های پردرد. حتی رابطه با بسیاری از نزدیک‌ترین کسانم را به حداقل رساندم، نهال حضورم را مراقبت کردم تا پایمال نشود. اما زندگی هر لحظه در کار جدیدی است.

زندگی هر لحظه نوبه‌نو می‌شود و برای رساندن ما به پله‌های بالاتر، همانیدگی‌های جدید در جلوی روی ما قرار می‌دهد، ما را می‌آزماید، با چیزهای جدید همانیده می‌کند و سپس داغ آن‌ها را بر دل ما می‌گذارد و با کندن ما از آن همانیدگی فضا را در ما باز می‌کند و ما را به خودش زنده می‌کند.



هر زمان دل را دگر میلی دهم
هر نفس بر دل دگر داغی نهم
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۶۳۹)

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

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

در چند ماه اخیر، من ناخواسته و بی‌اختیار وارد راهی شدم که گویا زندگی من را در یک رودخانهٔ خروشان انداخت و هرچه خواستم از همراه شدن با آن پرهیز کنم نشد و زندگی من را به هر سو که دوست داشت برد تا درس‌های جدیدش را به من بدهد.

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

باد، پَر را هر طرف راند گِزاف
گَه چپ و، گَه راست با صد اختلاف
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۶۴۲)

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

هر زمان دل را دگر رایی بُود
آن نه از وی، لیک از جایی بُود
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۶۴۴)

پس چرا ایمن شوی بر رای دل
عهد بندی تا شوی آخر خَجَل؟
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۶۴۵)



این هم از تأثیر حکم است و قدر

چاه می‌بینی و، نتوانی حذر

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۶۴۶)

صِرَصِر: باد سرد و سخت، باد تند

قازغان: دیگ بزرگ، پاتیل

حذر: پرهیز کردن، دوری کردن

این ابیات به ما می‌گویند که دل ما مانند پری در دست باد قضای الهی و کن فکان قرار دارد و یا دل ما مانند آبی در حال جوشیدن در دیگ هست و خداوند هر لحظه برای این‌که فضا را در درون ما باز کند، در ما میل همانیده شدن با چیزهای جدید را قرار می‌دهد و سپس با جدا کردن ما از آن چیز، فضا را در درون ما باز می‌کند. زندگی برای من هم طرح‌های جدیدی داشت و من را وارد مسیر جدیدی کرد. انسان‌های جدیدی که آن‌ها را هم‌مسیر و هم‌جنس با خود می‌دیدم وارد زندگی‌ام شدند و زندگی من را که خودم را از خیلی چیزها و کس‌ها دور کرده بودم و تجربه‌های زندگی‌ام تقریباً منحصر به چهاردیواری خانه و اعضای آن شده بود، وارد فاز تازه و جدیدی از زندگی کرد و دایره ارتباط من را به انسان‌های بیشتری وسعت داد و به من تجربه‌های تازه‌ای آموخت و از طریق همین انسان‌های تازه وارد شده به زندگی‌ام درس‌های زیادی به من داد. درس‌هایی که گاهی همراه با شادی و گاهی با غم بود، ولی ارزش آن را داشت. زندگی بسیاری از ابیات مولانا را در این مسیر برایم باز کرد. آموختم که اگر در این راه می‌خواهم خدمتی کنم باید دریادل باشم، نه از تحسین کسی بالا بروم و نه از انتقاد کسی پایین بیفتم. آموختم که در ارتباط با دیگران باید آهسته و محتاط قدم بردارم با حزم و دوراندیشی.

گام زآن سان نه، که نابینا نهد

تا که پا از چاه و از سگ، وارهد

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۹)

لرز لرزان و به ترس و احتیاط

می‌نهد پا تا نیفتد در خُباط

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۸۰)

آموختم عشق فخری به مشتریان خود ندارد و از کم و زیاد شدن مشتریان به هم نمی‌ریزد.

چه فخر باشد مَر عشق را ز مشتریان؟

چه پشت باشد مَر شیر را ز ثعلب‌ها؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۳۲)

پشت: حمایت، پشتیبانی

ثعلب: روباه



آموختم آسمان به پرندگانش نمی‌چسبد، آسمان تنها آغوشش را باز نگه می‌دارد برای آمدن پرندگان تازه‌تر. سال‌ها است که برنامه گنج حضور بخش می‌شود، انسان‌هایی آمدند و برای مدت زمانی پیوسته پیام دادند و بعد کم‌کم حضورشان کمرنگ شد، ولی خورشید به تابیدن خود ادامه داد. یاران جدیدتر آمدند، گاهی با ذوق و شوق بیشتر و تعهد محکم‌تر، عده‌ای ماندند و عده‌ای هم رفتند. ولی آفتاب زندگی از طریق آقای شهبازی همچنان به تابیدن ادامه داد. تابش و درخشش آفتاب با آمدن و رفتن انسان‌ها کم و زیاد نشد.

آموختم می‌توان از راه دور هم زندگی را در دیگران به ارتعاش درآورد و یا آن‌ها را به درد مرتعش کرد. آموختم هر چقدر هم مهربان باشم و با عشق رفتار کنم، باز هم گاهی دیگران از من خواهند رنجید، پس من هیچ وقت نمی‌توانم همه را از خود راضی و خشنود نگه دارم. من تنها مسئول هشیاری خودم هستم و بهترین و درست‌ترین کار را باید انجام دهم.

آموختم استاد شهبازی چه دل بزرگی دارد، آفتاب شدن و نور دادن، باران شدن و بر سر همه بی‌چشمداشت باریدن، کار آسانی نیست، دلی می‌خواهد به وسعت آسمان، دلی می‌خواهد از جنس نور، دلی می‌خواهد به بزرگی عرش.

میان صد کس، عاشق چنان پدید بُود که بر فلک، مَه تابان میان کوكب‌ها (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۳۲)

تنها خود زندگی، خود عشق می‌تواند این‌گونه باشد. تنها یک انسان تماماً از دام دنیا رسته می‌تواند این‌چنین باشد.

در پایان، اول از پروردگارم که ما را مورد لطف و عنایت خود قرار داد و از مولانای جان که دم مسیحایی خود را بر ما دمید و از استاد عزیزم که در تمام این سال‌ها بی‌هیچ چشمداشتی نور خود را بر ما و میلیون‌ها انسان تابانده، کمال تشکر و قدردانی را دارم. و از همسرم که در تمامی این سال‌ها یار و همراهم بوده و در تمامی چالش‌ها صبورانه من را راهنمایی کرده، در لحظات ناامیدی به من امید داده و در لغزش‌ها دستم را گرفته، قانون جبران را در تمامی کارها تمام و کمال اجرا کرده، بسیار سپاس‌گزار هستم و قدردان زحماتشان هستم.

خیلی ممنون استاد. ببخشید طولانی شد.

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

♦ ♦ ♦ پایان بخش سوم ♦ ♦ ♦

۱۹- خانم دینا از کانادا

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم دینا]

خانم دینا: آقای شهبازی با اجازه‌تان یک پیامی را به اشتراک بگذارم.

آقای شهبازی: بله، بله، بفرمایید!

خانم دیبا: پیام در مورد، درواقع خاموش بودن هست. من یک بیتی از مولانا را در این هفت هشت ده روز اخیر خوانده‌ام، و روی خودم خیلی تأثیر زیادی گذاشته برای همین دوست داشتم که با دوستانم به اشتراک بگذارم با اجازه‌تان شروع می‌کنم.

آب دریا مُرده را بر سر نهد ور بُود زنده، ز دریا کی رهد؟ (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۸۴۲)

در دفتر اول مثنوی در قصه نحوی و کشتیان، مولانا داستان یک عالم نحوشناسی را بیان می‌کند که سوار کشتی می‌شود و با خرواری از ادعا و غرور، رو به کشتیان می‌کند و می‌پرسد که شما نحو «یعنی دستور و قواعد زبان» را بلد هستی؟ می‌توانی خیلی خوب صحبت کنی؟

منظور مولانا این‌جا از نحو یعنی دانش و اطلاعات ذهنی است. کشتیان پاسخ می‌دهد که نه! نحو بلد نیستم. نحوی با تفاخر می‌گوید پس نصف عمرت بر فناست.

مدتی می‌گذرد و دریا طوفانی می‌شود، کشتیان از نحوی می‌پرسد تو که دستور زبان بلد هستی و خیلی و دانش و اطلاعات هم داری آیا حالا که کشتی در گرداب افتاده تو شنا بلد هستی؟ نحوی گفت نه، کشتیان گفت پس کل عمرت بر فناست.

در این قصه کوتاه مولانا به صورت ظریف و طنزگونه‌ای چند نکته حیاتی را به ما یادآوری می‌کند. در این داستان نحوی نماد هر کدام از ماست که با علم و دانش اکتسابی و ذهنی سوار کشتی همانیدگی‌هایی مانند باور، پول، سواد، شغل، رابطه، و بقیه چیزهایی که برای ذهن ما مهم هستند شده‌ایم و بسیار پُرمدا نسبت به این دانش و چیزهای ذهنی در این هستی می‌رانیم و فکر و عمل می‌کنیم.

ولی در طی زمان طوفان زندگی شروع و کشتی‌های ما دچار بلا می‌شود، مثلاً در بیست‌سالگی، سی، چهل و بالاتر کشتی‌مان دچار طوفان می‌شود، مثلاً پولمان را از دست می‌دهیم، از کارمان اخراج می‌شویم، روابطمان به هم می‌ریزد، مریض می‌شویم، و یا گرفتاری‌های دیگری را تجربه می‌کنیم، و دچار ترس و یأس و ناامیدی می‌شویم که



چرا هیچ‌کدام از این چیزهایی که برای آن‌ها سال‌ها برنامه‌ریزی کردم، زحمت کشیدم، عمرم را دادم نه آن حس رضایتمندی و سعادتمندی را به من داده‌اند و نه هیچ‌کدام از این‌ها توانستند در این دریای طوفانی به من کمک کنند که از این طوفان جان سال به در ببرم؟

و در همین جاست که مولانا با نتیجه‌گیری از همین داستان کوتاه راه‌حلی بسیار مهم و بیدارکننده را به ما ارائه می‌دهد که در این دریای هستی:

مَحْو می‌باید نه نَحْو این‌جا، بدان گر تو مَحْوی، بی‌خطر در آب ران (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۸۴۱)

می‌گویند این‌جا باید مَحْو بشویم، باید به معنای واقعی نمی‌دانم را تجربه کنیم و فنا بشویم، چون که نحو، یعنی دانستن اصول و قوائدی که در من‌ذهنی ساخته‌ایم و پارک ذهنی درست کردن براساس آن‌ها و فکر و عمل کردن براساس آن‌ها کار نمی‌کند.

به ما می‌گویند اگر مَحْو هستیم، اگر فنا هستیم نسبت به چیزی که ذهنمان در این لحظه به ما نشان می‌دهد، در این صورت در این دریای هستی به سلامت و بی‌خطر شنا خواهیم کرد چراکه:

آب دریا مُرده را بر سر نهد وَر بُود زنده، ز دریا کی رَهَد؟ (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۸۴۲)

همان‌طور که دریا انسان مرده را روی آب می‌آورد و اگر زنده باشد با دست و پا زدن غرق می‌شود، آب دریای یکتایی هم انسان مرده به من‌ذهنی را روی سرش گذاشته و به او خدمت می‌کند، از او محافظت می‌کند.

می‌گویند «وَر بُود زنده ز دریا کی رَهَد»، یعنی وقتی عقل من‌ذهنی در ما کار می‌کند ما گرفتاریم. مولانا می‌خواهد ما متوجه بشویم که این من‌ذهنی و عقلش به درد ما نمی‌خورد، بلکه یک عقل بزرگ‌تری به نام عقل زندگی منتظر ماست.

و این‌که ما نباید وقتی کشتی‌مان در طوفان‌های زندگی دچار بلا می‌شود بگوییم من شانس ندارم که این اتفاقات بد برای من می‌افتد، بلکه این‌ها زنگ بیداری است. باید بیدار بشویم و ببینیم که نظم و طرح زندگی این است که می‌خواهد ما را متوجه ناکارآمدی من‌ذهنی‌مان کند، نظم زندگی هست که می‌خواهد ما را متوجه کند که این عقلی که الآن من دارم از این همانیدگی‌ها، از این مرکز همانیده می‌گیرم و زندگی‌ام را اداره می‌کنم، این عقل



نیست، این کارش تولید درد و ایجاد مسئله است. و مولانا تنها راه نجات و رهایی را مُردن به او می‌داند تا عقل زندگی بتواند در ما کار کند و در طوفان‌های زندگی محافظتمان کند.

چون بمردی تو ز اوصاف بشر بحر اسرار ت نه‌د بر فرق سر (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۸۴۳)

وقتی ما نسبت به اوصاف خودمان یعنی این‌که هر چیزی که به ذهن ما می‌آید و توصیف‌کردنی است مثل صفاتی که برای خودمان قائل هستیم: من دکتر هستم، من دانشمند هستم، من باهوش هستم، من خانه دارم، من مریض هستم، من بدبختم و غیره، هر چیزی که ما فکر می‌کنیم در آن هستیم دیگر باید نسبت به آن بمیریم. وقتی نسبت به او مُردیم بحر اسرار یعنی فضای یکتایی، ما را روی سرش می‌گذارد و از ما محافظت می‌کند، اتفاقات خوب برای ما می‌افتد، چراکه ما دیگر جلوی قضا و کُن‌فکان را نمی‌گیریم، چون تسلیم هستیم، چون مرده‌ایم، چون مرکز ما عدم هست. انرژی‌مان صرف قضاوت، ستیزه و مقاومت نمی‌شود و هدر نمی‌رود. مانع و مسئله درست نمی‌کنیم که دائماً در حال حل این مسائل باشیم و درگیر مسائل ذهنی بیهوده، چراکه ما بیدار شده‌ایم و آگاهانه این بیت را زندگی می‌کنیم که:

آب دریا مُرده را بر سر نه‌د ور بوَد زنده، ز دریا کی رهد؟ (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۸۴۲)

والسلام.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین، آفرین!

خانم دیبا: خیلی ممنونم از شما!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم دیبا]



۲۰- خانم پریسا از کانادا

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم پریسا]

خانم پریسا: با اجازه شما پیامم را می‌خوانم.

آقای شهبازی: بفرمایید، بله.

خانم پریسا: خیلی ممنونم.

نذر کند یار که امشب تو را خواب نباشد، ز طمع برتر آ (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۲)

مولانا این غزل فوق‌العاده را با این بیت شروع می‌کند که خدا نذر می‌کند که امشب در این لحظه، ما به خواب نرویم.

صحنه‌ای که مولانا می‌سازد این است:

ما الآن داریم خواب می‌بینیم. یک دنیای توهمی ساخته‌ایم که در آن ما یک یا چند نقش داریم. نقش زن یا مرد، نقش انسان باهوش یا کم‌هوش، نقش انسان مهربان یا بداخلاق، نقش انسان موفق یا غیر موفق.

یک سری نقش‌هایمان هم در ارتباط با انسان‌های دیگر تعریف می‌شود مثل نقش فرزندی، مادری و پدری، نقش همسر، نقش کارمند یا رئیس و غیره، یعنی هم با کاهش خود به جسم، یک سری نقش‌ها برای خود تعیین کرده‌ایم و هم با کاهش دیگران به جسم، یک سری نقش‌ها به آن‌ها داده‌ایم. گاهی هم در این نقش‌ها یک سری دردها به خودمان وارد می‌کنیم، یک سری دردها هم به آدم‌های دیگر می‌دهیم.

مولانا می‌گوید همه این‌ها یک خواب است. این نقش‌ها واقعی نیست. ما رفتیم به خواب، داریم این نقش‌ها را در خواب بازی می‌کنیم.

مولانا می‌گوید از طمع بیا بالاتر. این‌که تو از هر چیزی که داری در خواب می‌بینی، طمع زندگی گرفتن داری، تو را به خواب برده‌است. بیدار شو. بیدار شو که ببینی فقط یک نور، یک خورشید و یک هشیاری است. نقش‌ها مثل کف دریا هستند. به زودی از بین می‌روند. از کف بگذر، به شمس تبریزی درون خودت زنده شو.

کف دریاست صورت‌های عالم ز کف بگذر، اگر اهل صفایی



دلَم کف کرد، کاین نقش سخن شد
بَهل نقش و به دل رو، گر ز مایی

برآ ای شمس تبریزی ز مشرق
که اصل اصل هر ضیایی
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۷۰۷)

ضیا: نور

مولانا می‌گوید، ای انسان، تو یک تن و ذهنی داری که مثل یک چراغی می‌ماند. این چراغ هم یک روغنی دارد که همان عقل جزوی توست و هر دانش و یا هر چیزی که برای خودت جمع‌آوری می‌کنی.

ولی این چراغ تن تو کلاً بی‌وفاست. با تو نمی‌ماند. بالاخره زمان مرگ فرا می‌رسد و این تن از هم می‌پاشد. حالا فرض کن، دَبّه چراغ نفتی خودت را هم پر از روغن چراغ کردی. کلی همانیدگی جمع کردی، کلی دانش جمع کردی، کلی اعتبار در بین مردم پیدا کردی، کلی پول جمع کردی، کلی شهرت و مقام به‌دست آوردی، چه فایده‌ای دارد وقتی که این‌ها هیچ‌کدام برایت نمی‌ماند؟! لحظه مرگ می‌رسد و همه فانی می‌شوند و همه را از دست می‌دهی.

هست دماغ تو چو زیت چراغ
هست چراغ تن ما بی‌وفا

گر دبه پر زیت بُود سود نیست
صبح شود، گشت چراغت فنا
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۲)

زیت: روغن

این چراغ تن که دیر یا زود خاموش می‌شود. برو آفتاب درونت را بالا بیاور. بالا آمدن شمس تبریزی از درون تو، به اندازه هزار تا چراغ و روغن چراغ ارزش دارد.

دعوت خورشید به از زیت تو
چند چراغ ارزد آن یک صلا؟
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۲)



حالا اگر خردمند باشی و مجهز به عقل زندگی باشی، قبل از این که مرگ فیزیکی تو فرا برسد و چراغ تنت خاموش شود، خودت با اختیار نسبت به من ذهنی می‌میری، و به خدا زنده می‌شوی. آن وقت با طلوع خورشید درونت، صبح تو فرا می‌رسد و این چراغ تنت فانی می‌شود.

در هر حال می‌بینی، آن روغن چراغ‌هایی که جمع می‌کردی، هیچ فایده و سودی نداشت. نه آن دانش ذهنی‌ات به درد خورد. نه زرنگی‌هایت به درد خورد. نه تأیید و توجه‌های مردم به درد خورد. نه پولت و نه مقامت، هیچ‌کدام سودی به تو نرساند. مهم آفتاب زندگی بود. مهم این بود که درونت، نورِ نور باشد.

از همه اوهام و تصویرات دور

نورِ نورِ نورِ نورِ نور

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۱۴۳)

خیلی ممنونم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! ممنونم، عالی.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم پریسا]



۲۱- خانم فرخنده از جوزدان نجف‌آباد

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فرخنده]

خانم فرخنده:

هست هشیاری ز یاد مامَضی

ماضی و مُسْتَقْبَلَتِ پردهٔ خدا

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۲۰۱)

آتش اندر زن به هر دو، تا به کی

پُر گِره باشی ازین هر دو چو نی؟

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۲۰۲)

مامَضی: گذشته، روزگار گذشته، آنچه روی داده یا از کسی سر زده است.
مُسْتَقْبَل: آینده

آیا تاکنون فکر کرده‌ایم که ذهن ما از چه چیزهایی تشکیل شده‌است؟ ذهن ما از زمان توهمی گذشته که اصلاً وجود ندارد و از زمان به دنیانیامده که آینده است، تشکیل شده‌است.

هر وقت که فکری از گذشته در حال آزار ما بود، سریعاً به خودمان بیاییم و از خود بپرسیم که اگر فکر می‌کنی که گذشته‌ای و گذشته‌ای وجود دارد پس عملاً آن را به من نشان بده. همان لحظه ما دچار شوک می‌شویم و ذهن و فکرهای آن متوقف می‌شوند، چون یک‌دفعه متوجه می‌شویم که اگر گذشته و اتفاقات آن وجود دارد پس چرا آن را نمی‌بینیم و دسترسی به آن‌ها نداریم و مهم‌تر از همه متوجه می‌شویم که گذشته ساختهٔ ذهن توهمی ماست، همچنین آینده هم زمانی نیست جز همین لحظه، چون این لحظهٔ آینده لحظهٔ قبل بوده که ما الآن در آن هستیم.

تنها چیزی که حقیقی است و ما عملاً می‌توانیم شادی و آرامش ابدی را در آن تجربه کنیم همین لحظه است. زندگی زمان نیست، زندگی این لحظه است.

زنده‌شدن ما به این لحظهٔ ابدی، ارتعاش زندگی، آرامش خدایی و شادی بی‌سبب را به ما می‌بخشد.

وقتی هویت خود را از گذشته می‌گیریم و حس زنده بودن و وجود داشتن را از افکار می‌گیریم و فکرهای ما براساس گذشته است، بلافاصله آینده را هم زنده می‌کنیم.

آینده و گذشته دو قطب مقابل هم هستند و این دو زمان مجازی و توهمی من‌ذهنی پردهٔ بین ما و خدا می‌باشند و عامل جدایی بین ما و خدا.



ما با در این لحظه بودن، یعنی عدم کردن مرکز، نور، گرما و شعله سوزان زندگی را در خود زنده می‌کنیم و حجاب گذشته و آینده را با آتش عشق از میان برمی‌داریم و به زندگی متصل و در این لحظه ابدی ساکن می‌شویم.

ما مانند «نی» هستیم که باید توخالی باشیم، یعنی به‌غیر از زندگی کسی یا چیزی نباید در مرکز ما باشد که زندگی بتواند از طریق ما ابدیت و بی‌نهایت خود را در جهان بنوازد، ولی وقتی مدام با اتصال افکار، گذشته را به آینده متصل می‌کنیم آهنگ خوبی از ما به بیرون نواخته نخواهد شد، به همین دلیل گرفتار تعارض، غصه‌ها، ناهماهنگی‌ها، عدم تعادل می‌شویم.

پس اگر ناظر افکار خود باشیم و به آن‌ها نگاه کنیم که در این لحظه به چه چیز فکر می‌کنیم، از فکرها منفصل و جدا می‌شویم و وقتی جدا می‌شویم فکرها دیگر به آسانی نمی‌توانند ما را به سمت خود کشیده، جذب خود کنند و به زمان گذشته و آینده ببرند.

لامکانی که در او نور خداست
ماضی و مستقبل و حال از کجاست؟
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۱۵۱)

ماضی و مستقبلش نسبت به توست
هر دو یک چیزند، پنداری که دو ست
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۱۵۲)

ممنونم استاد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا!

[خدا حافظی آقای شهبازی و خانم فرخنده]



۲۲- خانم یلدا از تهران

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم یلدا]

خانم یلدا: با اجازه‌تان منم را به اشتراک می‌گذارم:

آه که آن صدرِ سرا، می‌ندهد بار، مرا
می‌نکند محرم جان، محرم اسرار، مرا
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۹)

آه که چقدر بدبختی بزرگی است من که امتداد خدا هستم و این لحظه می‌توانم به بی‌نهایت و ابدیت او زنده شوم الان در صندوق فکر افتادم. خودم را یک تصویر ذهنی می‌بینم. مثل طناب توی چاه شدم که هر لحظه بالا و پایین می‌رود، اما درنهایت اسیر چاه است. من هم مدام کوچک و بزرگ می‌شوم، اما اسیر چاه ذهن هستم. زندگی می‌خواهد این لحظه از طریق من فکر کند و خردش را جاری کند، آن موقع من به آب گندیده ذهنم چسبیده‌ام، تازه فکر می‌کنم چقدر زیاد و تازه و گواراست.

زندگی این لحظه می‌خواهد از طریق من عمل کند، اما من در ترس، انجماد، کاهلی و بی‌عملی ذهن گیر افتادم. چه بدبختی بزرگی است که خدا که محرم جان من است، من امتداد او هستم، مرا محرم اسرارش نمی‌کند، سرش را به من نمی‌گوید، صاحب سر چیست؟ من خود سر هستم، اما الان شدم یک تصویر توهمی، کارم این است که هر لحظه برای این تصویر توهمی خریدار پیدا کنم، اگر کسی نخرد ناراحت شوم، اگر کسی خرید ذوق آبکی کنم، هر لحظه این توهم را کامل کنم و از آبروی مصنوعی‌اش دفاع کنم. این اتفاقات می‌افتد برای این‌که گوش من به این جهان، به ذهنم و به سروصدای سایر من‌های ذهنی است.

گوشِ حسّ تو به حرف ار درخور است
دان که گوشِ غیب‌گیر تو گر است
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۳۹۵)

غیب‌گیر: گیرنده پیام‌های غیبی

زندگی می‌گوید اگر همراهش با گوش حسّ می‌شنوی، تمام پیغام‌های من را به ذهنت می‌بری و با سبب‌سازی می‌خواهی بفهمی و فکر کنی، اگر فضا را باز نمی‌کنی، بدان که گوش غیب‌گیر تو که الهامات غیبی را بگیرد گر است، درنتیجه فقط چیزهایی که از قبل یاد گرفتی و در ذهنت انبار کردی را استفاده می‌کنی. اگر گوشت فقط به سروصدای من‌ذهنی خودت است، گوش عدمت کر است. اگر گوشت فقط به حرف‌های من‌های ذهنی اطراف است، هیچ پیغامی از من نمی‌گیری.



حضرت مولانا می‌گوید «غیب را چشمی نباید غیب‌بین». اگر چشم من فقط به زیاد و کم شدن همانیدگی‌هاست، اگر چشم من به مقایسه و برتر درآمدن است، اگر چشم من به چیزی است که ذهن نشان می‌دهد، چه‌جوری ممکن است جنس زندگی را در خودم و دیگران ببینم؟ اگر چشم من فقط دنبال عیب و ایراد است، چه‌جوری می‌توانم غیب را ببینم؟

پاک کن دو چشم را از موی عیب تا ببینی باغ و سروستان غیب (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۴۴)

سروستان: جایی که درخت سرو بسیار باشد، بوستان

زندگی می‌گوید تا نگذاری من دو چشمتم یعنی چشم دلت را از موی عیب یعنی دیدن از طریق همانیدگی و درد پاک کنم، باغ و سروستان غیب را نمی‌بینی. تا زمانی که در سیستم دویی ذهن مشغول سبب‌سازی هستی، از طریق همانیدگی و درد می‌بینی زیبایی‌های من را نمی‌بینی. زندگی می‌گوید تا زمانی که آبروی من‌ذهنی را آبروی خودت می‌دانی و با تمام قوا از آن دفاع می‌کنی سر من را نمی‌گیری.

دل را تمام بر کن ای جان، ز نیک‌نامی تا یک به یک بدانی اسرار را تمامی (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۵۶)

زندگی می‌گوید تا وقتی که دنبال به‌به چه‌چه مردم هستی، تا وقتی که دنبال ارزش گرفتن از بیرون هستی، تا وقتی که دنبال مشهور شدن و نام نیک هستی، تا وقتی که دنبال احترام مردم هستی، اسرار من را نمی‌دانی. دل را باید به تمامی بکنی، یعنی سر سوزن هم دنبال مشهور شدن نباشی تا اسرار را یک‌به‌یک تماماً به تو بگویم. خدا می‌خواهد اسرارش را از طریق من بیان کند، اما تا زمانی که من همانیدگی‌ها و دردها را در مرکز گذاشتم، از طریق آن‌ها می‌بینم، گوشم به سروصدای من‌ذهنی خودم و توجه یا تهدیدات من‌های ذهنی بیرون است، تا زمانی که در سیستم سبب‌سازی ذهن هستم و عیب می‌بینم و تا زمانی که دنبال حفظ آبروی ذهنی هستم، اسرارش را به من نمی‌گوید. نه تنها سرش را نمی‌گوید، بلکه لحظه‌به‌لحظه من را بی‌مراد می‌کند، از آن‌جایی که با ذهن دنبال مراد هستم مراد را نمی‌دهد، برای این‌که عجز و جهل من را در ذهن نشان دهد.

تا بدانی عجز خویش و جهل خویش تا شود ایقان تو در غیب، بیش (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۱۹۵)



زندگی لحظه به لحظه بی‌مراد می‌کند که به من بگوید تو باید صفر شوی و من از طریق تو فکر و عمل کنم، ببین یک مسببی هست که تو را می‌جنباند و باید بگذاری او فکر و عمل کند، او ببیند، او بشنود و او خردش را جاری کند. مرسی آقای شهبازی از وقتی که به من دادید.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین، آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم یلدا]

خدا حافظ



۲۳- خانم مرجان از استرالیا

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم مرجان]

خانم مرجان: خیلی ممنون قربان. خسته نباشید.

آقای شهبازی: خیلی ممنون. [خنده آقای شهبازی] کار زیادی نکردیم اگر خسته هم شدیم. خیلی ممنون.

خانم مرجان: چرا خیلی زحمت می‌کشید ممنون از شما آقای شهبازی.

آقای شهبازی: ممنون از شما. شما هم زحمت می‌کشید.

خانم مرجان: خواهش می‌کنم من کاری نکردم. آقای شهبازی با اجازه‌تان پیام را شروع کنم.

آقای شهبازی: بله، بله، بفرمایید.

خانم مرجان: ممنونم. چند روز پیش به لطف خدا در خودم چند شناسایی پیاپی داشتم که می‌خواستم با شما به اشتراک بگذارم.

اخيراً چند تن از نزدیکانم به طرز عجیبی به‌طور پیاپی نقص‌هایم را به من می‌گفتند.

تا این‌که در یکی از این رویدادها متوجه شدم که من پندار کمال دارم. چیزی که شاید می‌پنداشتم در من خیلی جزئی و کمرنگ است.

همان لحظه یکی از حربه‌های ذهنم، در پنهان ماندن این سرگین زیر جوی را متوجه شدم.

آقای شهبازی می‌فرمایند کوچک‌ترین قبض، کوچک‌ترین گیر کردن به چیزی، کوچک‌ترین واکنش، یعنی وجود یک همانیدگی در مرکز که باید شناسایی شود.

من با هر بار شنیدن این ایرادات، یک باشنده‌ای را در درون می‌دیدم که منقبض می‌شود، بالا می‌آید، از موجودیتش دفاع می‌کند و می‌گوید نه، این تو نیستی، تو این ایرادها را نداری.

ذهنم نشان می‌داد که چون واکنشی نشان نمی‌دهم پس آن جنس شاید در من نیست، اما حقیقت این بود که من هر بار با شنیدن نواقصم، «در درون» دچار واکنش قبض می‌شدم، تنها فرقی این بود که نمود فیزیکی نداشت.

متوجه شدم تمامی آن ایرادها را حقیقتاً در خود دارم و این ناموس بود که نمی‌گذاشت آن‌ها را ببینم و بپذیرم. مولانا درست می‌گوید که ناموس مانند صدمن آهن است که به پای هشیاری ما بسته شده، منتها با بندی ناپدید،

یعنی این بند را نمی‌توانی ببینی.



ممکن است تصور کنی که کامل هستی و ایراد خاصی نداری، اما در اعماق این جوی صاف و به ظاهر زلال، مدفوع و کثافات نهفته است و پاک کردن آن، کار پیر راهدانی چون مولانا و آقای شهبازی است که علم خدا را دارند و همچنین قضای زندگی، تا این جوی را بر هم زند که بفهمی در آن زیر چه خبر است. تا آن هم هویت‌شدگی را در درونت ببینی و در اصلاح خودت، نه با یک اسب بلکه چندین اسب بتازی.

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

هست پیر راهدان پُر فطن
جوی‌های نفس و تن را جوی کن
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۲۰)

بلافاصله پس از شناسایی پندار کمال در خود، به خلوت گریختن و شروع کردم به تلاش ذهنی برای انداختن این همانندگی.

شروع کردم به فلش‌بک زدن به گذشته، فکر این که کجاها ایرادات من گفته شده و دچار قبض شدم، چه ایراداتی ذکر شده که شروع کنم به اصلاح کردن آن‌ها و حالا که این شناسایی را کرده‌ام، از این به بعد در شرایط مشابه باید چگونه عمل کنم و چه تدابیری را ببندیشم. البته این افکار و چاره‌سازی‌های ذهنی به هیچ نتیجه سازنده‌ای هم نرسید.

مولانا این جاست که می‌گوید:

جوی، خود را کی تواند پاک کرد؟
نافع از علم خدا شد علم مرد
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۲۱)

کی تراشد تیغ، دسته خویش را
رو، به جراحی سپار این ریش را
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۲۲)

ریش: زخم



دوباره به خود آمدم و دیدم دقیقه‌ها گذشته و من دارم سعی می‌کنم که با تیغ، دسته تیغ را ببرم. دیدم که من ذهنی‌ام همان لحظه شناسایی مرا فریفته و از جنس خودش کرده. با انداختنم در چرخه ناتمام سبب‌سازی و فعال کردن افکار و رفتار پیش‌ساخته، این بار به منظور رفع همانیدگی.

پس از این شناسایی، دو جواهر ارزشمند از مولانا که مدت‌ها پیش حفظ کرده بودم به خاطر آمد و قلم آرام گرفت. این دو بیت در جانم زنده شد که ای بشر، زندگی وقتی یک همانیدگی را به تو نشان می‌دهد، تو با ابزار ذهنت فقط شناسایی می‌کنی و ناظر آن هستی. دیگر نیازی به چرخیدن دوباره در ذهن و تجزیه و تحلیل و نتیجه ذهنی گرفتن نیست.

این دو بیت می‌گویند که ای خدا، توانایی من با ذهنم در همین حد است که جسم را از کثافات تن خود بشویم و پاک کنم، ولی دستم از شستن و پاک کردن جانم از نجاسات همانیدگی‌ها کوتاه است و از این کار با ذهن عاجزم.

ای خدا، فضا را باز می‌کنم، با ذهن دست و پا نمی‌زنم، تسلیم می‌شوم تا تو در من تلاش کنی. تا خودت جان خودت را از آلودگی حاصل از دردها و همانیدگی‌هایم بشویی و پاک کنی.

دست من اینجا رسید، این را بشُست

دستم اندر شستن جان است سست

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۱۷)

از حدث شستم خدایا پوست را

از حوادث تو بشو این دوست را

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۲۰)

خیلی ممنونم آقای شهبازی. پیامم تمام شد.

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

خانم مرجان: ممنونم قربان.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم مرجان]



۲۴- خانم سارا از شیراز

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم سارا]

خانم سارا: با اجازه‌تان یک متن آماده کردم.

آقای شهبازی: بله، بله، بفرمایید.

خانم سارا: خواهش می‌کنم.

نذر کند یار که امشب تو را خواب نباشد، ز طمع برتر آ (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۲)

«طمع» یکی از صفات من‌ذهنی است و امید زندگی از طمع، درد ایجاد می‌کند. این لحظه یار با دم زنده‌کننده و جانبخش خود از من انتظار دارد که در خواب ذهن نباشم و جان زنده زندگی را در طمع سرمایه‌گذاری نکنم. باید اقرار کنم که فردی طمعکار بوده‌ام اما نمی‌دانستم.

فکر می‌کردم همین‌که چیزهای زیادی از زندگی جز ضروریات نمی‌خواهم پس حرص و طمع ندارم، اما از غزل ۲۵۲ دیوان شمس در برنامه ۹۹۱ فهمیدم وقتی از کسی کمک بخواهم و زندگی را نادیده بگیرم، با «حَبَر و سَنی» کردن و تمرکز روی دیگران، توقع و انتظار از دیگران و امید زندگی خواستن از آن‌ها طمعکار هستم.

وقتی من‌ذهنی داشته و با منیت‌ها همانیده و آن‌ها را در مرکزم بگذارم فردی طمعکار هستم و مستِ حرص و در خواب ذهن هستم. جناب مولانا می‌فرماید، حفظ این عقل و زندگی خواستن از همانیدگی‌ها مال آدم احمق است.

حفظ دماغ آن مَدَمَّغ بُود چونکه سَهَر باید یار مرا (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۲)

مَدَمَّغ: گول و احمق
سَهَر: بیداری

یار من خداوند است و او می‌خواهد که من از خواب ذهن بیدار شوم و بیدار بمانم. حال باید از خود بپرسم، آیا عقل من‌ذهنی مَدَمَّغ من وفا دارد؟ آیا می‌تواند زندگی را در خود بشناسد؟ آیا قانون غیرت را می‌شناسد و اجازه ورود غیر را در مرکز خود نمی‌دهد؟



اگر طمع دارم، طمع آدم‌ها و طمع تعلقات دنیوی و از آن‌ها زندگی بخواهم، پس به زندگی، به پیمان «آلت» بی‌وفا هستم. وقتی طمع چیزها را داشته باشم و بی‌مراد شوم این باعث رنجش من می‌شود و این رنجش کم‌کم در من کهنه و باعث دردهای بیشتر و بزرگ‌تری می‌شود.

تنها فضاگشایی، دیدن و شناسایی کردن منیت‌ها و اعتراف به آن‌ها و پرهیز و عذرخواهی از زندگی چاره کار است. بعد از رها شدن توسط زندگی باید متعهدانه روی خود کار کنیم و همه عمر خود را در راه دیدن و شناسایی صرف کنیم.

مولانا می‌گوید، اگر تو واقعاً انسان هستی و از جنس خدا هستی، بیا و این اشکالات و نقص‌ها را در خودت ببین و فضا را باز کن و بگذار نور خدا از روزن دلت وارد شود و همه حواست را به حل این اشکال پرداز که آیا بیمار و از جنس من‌ذهنی هستی یا از جنس حضور؟

حَلِّ این اشکال کن، گر آدمی خرج این کن دم، اگر آدم‌دَمی (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۶۳)

این من‌ذهنی «خروب» است، پس این را از بیخ بکن و هر من‌ذهنی را که وارد زندگی‌ات شد، بدان که خرابکار است، پس باید از او جدا شوی.

مسجد است آن دل که جسمش ساجد است یار بد خروب هر جا مسجد است (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۳)

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

برکن از بیخش، که گر سر برزند مر تو را و مسجدت را برکند (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۵)

یار بد من‌ذهنی خودم و من‌ذهنی دیگران بسیار خروب است و می‌تواند زندگی‌ام را خراب کند. می‌خواهم اقرار کنم تا قبل از آشنایی با گنج حضور، حس خودبرتربینی داشتم، رنجش داشتم، هم از دیگران هم از خودم، با حس پشیمانی. دلم دل زندگی نبود، شیشه بود و می‌شکست و غصه می‌خوردم.

فکر می‌کردم بسیار دانا هستم و دیگران نمی‌دانند. غرق در می‌دانم‌ها و پندار کمال بودم و به دلیل انباشته کردن یک سری دانش‌های ذهنی و یک سبک زندگی سالم، خود را برتر از همه دوستان و اطرافیان می‌دانستم. و از



این‌که دوستانم من را تأیید می‌کردند خود را انسان نیکی می‌دانستم. گرچه در ظاهر متواضع و آرام بودم، اما درونم پُر از حس خودبرتربینی و پندار کمال بود و در ذهنم مدام به مقایسه و قضاوت می‌پرداختم.

و علاوه بر این‌ها شاید تمامی نشانه‌های خواب را که در برنامه ۹۸۵ عنوان شد در من بود و نمی‌دانستم. اما به لطف برنامه شگفت‌انگیز گنج حضور و ابیات خارق‌العاده مولانا، همه این اشکالات و دردها را در خود شناسایی کرده و با شکرگزاری و عنایت زندگی تا حد زیادی رها شده‌ام. متوجه نقص‌ها و دردهای من‌ذهنی‌ام شده و برای رهایی از آن‌ها ابیات دیوسوز مولانا را تکرار می‌کنم. گنج حضور را عاشقانه گوش می‌کنم و متعهدانه روی خودم کار و قانون جبران را در حد توانم رعایت می‌کنم.

هرکه نقص خویش را دید و شناخت اندر استکمال خود، دواسبه تاخت (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۲)

استکمال: به کمال رسانیدن، کمال‌خواهی
دواسبه تاختن: کنایه از شتاب کردن و به شتاب رفتن

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

دودلال: صاحب ناز و کرشمه

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

گرچه خود را بس شکسته بیند او آب صافی دان و سرگین زیر جو (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۷)

سرگین: مدفوع چهارپایان

درواقع مانند آب صافی زیر جویی بودم که در زیر بستر آن پر از درد بود. درحالی‌که خودم را فردی آگاه و دانا می‌دانستم با ظاهری آراسته، اما درواقع زندانی تن و در خواب عمیق ذهن بودم و نمی‌دانستم.

مولانا به من گفت، تو می‌توانی با فضاگشایی و تماشا کردن خود، زنده شوی. دردهایی که ایجاد کرده‌ای همه عقده و گره‌ای است که مانع تابیدن نور می‌شود. اگر در مسیر زیبای معنوی و سلوک هستی، این دردهای بی‌ارزش



من ذهنی را حل شده فرض کن. دردها مثل گره‌ای هست بر یک کیسه خالی که اگر این گره را باز کنی می‌بینی که کیسه خالی است و همه دردهای تو بیهوده و بی‌ارزش و توهمی بیش نبوده. و تو در من ذهنی مانند خسی هستی که با فضا بندی این لحظه را از دست داده‌ای.

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

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

عقده‌ای کان بر گلوی ماست سخت
که بدانی که خسی یا نیک‌بخت
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۶۲)

خَس: خار، خاشاک، پست و فرومایه
مُنْتَهی: به پایان رسیده، کمال یافته

و بیت پایانی:

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

چون بگویی: جاهلم، تعلیم ده
این چنین انصاف از ناموس به
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۸)

ناموس: خودبینی، تکبر

ممنونم استاد.

آقای شهبازی: خیلی عالی، آفرین!

[خدا حافظی آقای شهبازی و خانم سارا]



۲۵- خانم پروین از اصفهان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم پروین]

خانم پروین:

صادقانه وجود خود را بررسی کنیم، از خود بپرسیم که من کیستم؟ دنبال چه چیزی هستم؟ ما «مَدَمَغ» هستیم، نمی‌دانیم چه کسی هستیم، جنس اصلی ما چیست؟ اگر منصفانه ناظرِ ذهن شویم، می‌بینیم سحر و افسون ذهن چیزهای آفل را بسیار مهم جلوه داده، به مرکز ما فرستاده و ما این بیگانه‌ها را یار خود می‌دانیم و من‌ذهنی آن‌قدر تندتند حرف می‌زند که فکر می‌کنیم بهترین بودن را تجربه می‌کنیم، هیچ دردی و ایرادی در خود ندیده و از تنها کسی که یاری نمی‌طلبیم خداوند است، چون او را کافی نمی‌بینیم با دیدِ ذهن.

کار سحر اینست کاو دم می‌زند

هر نفس، قلب حقایق می‌کند

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۷۲)

قلب: تغییر دادن و دیگرگون کردن چیزی، واژگون ساختن چیزی

پرده غفلت و کفر ناشی از همانیدن، نیست‌ها را هست و یار من نشان می‌دهد.

میل شهوت، کر کند دل را و کور

تا نماید خر چو یوسف، نار نور

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۳۶۵)

خَر من‌ذهنی را آدم و سبب‌سازی را راه‌حل مشکلات می‌بیند. یارِ دروغین مجاز است، زندگی ندارد که به ما بدهد. تلاش برای غذای تأیید و توجه گرفتن از اغیار، آب در هاوَن کوفتن است. پس از مدتی کاهل و فلج شده، دیگر انگیزه عمل نداریم. «گفت نایب: یک به یک ما بادی‌ایم».

گفت نایب: یک به یک ما بادی‌ایم

با سواد وجه اندر شادی‌ایم

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۵۳۴)

با مرکز همانیده هر گفتار، عمل و فکرِ ما ارتعاش درد به هستی است، یعنی شروع‌کننده ظلم هستیم. پس کارها برعکس چیزی است

که با من‌ذهنی فکر می‌کنم. با مرکز همانیده از عدم ترس دارم، ولی جناب مولانا می‌فرماید: «دَرَج در خوفی هزاران ایمنی»



دَرَج در خوفي هزاران ايمني
در سواد چشم، چندان روشني
(مولوي، مثنوي، دفتر ششم، بيت ۳۵۸۰)

خاموشي مساوي زنده شدن به اين لحظه ابدی است «زندگي جاودان در زير مرگ».

ميوه شيرين نهان در شاخ و برگ
زندگي جاودان در زير مرگ
(مولوي، مثنوي، دفتر ششم، بيت ۳۵۷۶)

و شاهزاده حضور ما درون گاو تن پنهان است «اندرون گاو تن، شهزاده‌اي»

اندرون گاو تن، شهزاده‌اي
گنج در ويرانه‌اي بنهاده‌اي
(مولوي، مثنوي، دفتر ششم، بيت ۳۵۸۱)

ممنونم استاد تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین، آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم پروین]



۲۶- خانم نرگس از نروژ

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم نرگس]

خانم نرگس: می‌خواستم که اولاً که پیشاپیش سال جدید را تبریک بگویم.

آقای شهبازی: خیلی ممنون.

خانم نرگس: بعد حقیقتش دوست داشتم برایتان یک دانه آواز بخوانم، ولی خب الآن بچه‌ها خواب هستند، حالا نمی‌دانم اجازه هست؟

آقای شهبازی: واللہ بله هر جور شما می‌خواهید دیگر. ما که، اجازه ما هم دست شماست خانم، این حرف‌ها چیست؟! [خنده آقای شهبازی] شما می‌خواهید آواز بخوانید بخوانید خب.

خانم نرگس: مرسی.

ای دریاکنار کشتی آمده

کشتی ایچینده رشتی آمده [در کشتی یک رشتی آمده]

ای گوزل بالیخ آز چم خَم اِلَه [ای ماهی زیبا کم چم و خم کن]

یارین اورئین آز سَن قان اِلَه [قلب یار را کم تو خون کن]

ای گوزل قوشلار بازی اِلِیئین [ای پرندگان زیبا بازی کنید]

یارین اورئین راضی اِلِیئین [قلب یار راضی کنید]

مرسی آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی ممنون. این شعرش را شما خودتان درست کردید یا واقعاً بوده؟

خانم نرگس: نه واقعاً بوده، ادامه هم دارد، ولی خب دیگر!

آقای شهبازی: خیلی ممنون.

خانم نرگس: خواهش می‌کنم. امری ندارید؟

آقای شهبازی: شما دیگر پیغام دیگری نداشتید همین می‌خواستید آواز بخوانید درست؟ [خنده آقای شهبازی]

خانم نرگس: چندتا بیت هم نوشته بودم از برنامه، ولی خب.

آقای شهبازی: حالا باشد به همین بسنده می‌کنیم، باشد.

خانم نرگس: مرسی ممنون.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم نرگس]



۲۷- خانم فرزانه

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فرزانه]

خانم فرزانه: با اجازه‌تان مطلبی آماده کردم به اشتراک می‌گذارم.
در جایی که در قعر درد فرو رفته‌ایم، آیا می‌دانیم یک پناه ابدی بیشتر نداریم و در این شب طولانی می‌توانیم بازگشتی داشته باشیم به روز و نور زندگی. اما در صورتی که بدانیم که در این لحظه، این حال درد و غم که داریم غیر طبیعی است. در واقع بدون زندگی، حالم غیر طبیعی است چرا که همراه خشم و حسادت و مقایسه و عیب‌جویی و بدگویی هستیم و همه این‌ها رفتارهایی است که ما را گیج و گول می‌کنند و در صورتی که به دنبال راهی برای رهایی از این‌ها باشیم، لا کردن همانندگی‌ها از مرکزمان می‌شود راه حل ما.

چون امیدت لاست، زو پرهیز چیست؟

با انیس طمع خود استیز چیست؟

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۷۳)

چون انیس طمع تو آن نیستی است

از فنا و نیست، این پرهیز چیست؟

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۷۴)

آیا ما امیدمان به واهمانش و مرکز عدم است و آیا امیدمان به چیزهای این جهانی، از جمله محبت از غیر، طلب تأیید و توجه، چشم‌داشت به پول و قدرت دیگران و غیره است.

اگر امید به مرکز عدم پیشه ماست، یعنی روی پای زندگی ایستادن را انتخاب می‌کنیم، پس توجه ما بر روی دوری کردن از هویت گرفتن از چیزهای این جهانی است. نگاه نینداختن به زیاد و کم شدن‌ها و خوب و بد نکردن‌هاست. توصیف نکردن انسان‌ها با ابزارهای من‌ذهنی است.

ما یک کار داریم و آن هم پخش عشق در جهان می‌باشد که پناه بردن به جانمان است. آیا تا به حال دیده‌ایم که جانمان پر از هر چیزی است که در ذهن نمی‌گنجد؟ و از هر جا که هستیم می‌توانیم به آن نگاهی بیندازیم و امیدی بگیریم و هر چه که دارد را به ما بدهد. صمدیت و یکتایی، عشق، چشم سیر را، صلح‌آفرینی را و بزرگی را، هدایت و قدرت را به ما هدیه می‌دهد. در صورتی که لایق هدیه بشویم.

چه چیزی و چه کسی تا به حال به ما گفته است که سخت‌گیر مباش. چه کسی تا به حال گفته است عامل درد چیزی است که ذهنت نشان می‌دهد و آن اهمیتی ندارد و آن را جدی مگیر. برای جدی نگرفتن باز هم ذهنت است که می‌گوید نمی‌شود و غیر ممکن است و به تو ترس القا می‌کند و از همه این‌ها بگذر و شکر که این پناه وجود دارد.



این عَدَم خود چه مبارک جایست

که مددهای وجود از عدمست

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۳۵)

درست است که گاهی در ابتدای راه، فضا گشایی سخت است یا اصلاً نمی‌توانیم عمل بکنیم و مرتباً از فنا پرهیز می‌کنیم، اما صبر و تعهد و کار روی خود از سمت زندگی به کمکمان می‌رسد. پس زمان‌هایی که ترس فضاگشایی به دلیل ترس محرومیت‌ها به سراغمان می‌آید می‌شود که از این ترس عبور کنیم.

روی پای زندگی با قدرت زندگی بایستیم و وارد کارگاه صنع شویم. به دلیل همین ترس تا من ذهنی ما می‌خواهد کوچک شود، تا می‌خواهیم با از دست دادن‌ها بخشش را بیاموزیم، من ذهنی دست به تعمیر خودش می‌زند و دست به خشم و حسادت و واکنش می‌زند تا حفظ بقا کند.

اما این‌جا زندگی می‌خواهد پادشاه این لحظه را مشخص کند که آیا پادشاه، خشم و حسادت ماست یا خیر؟ با ماندن ما در مرکز عدم، پادشاه زندگی است می‌گویند «همره غم باش با وحشت بساز».

همره غم باش، با وحشت بساز

می‌طلب در مرگ خود عُمَر دراز

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۲۶۵)

ما لرزان این تصویرهای ذهنی هستیم درحالی‌که اگر نیروی زندگی نباشد چه چیزی از این تصویرها دیگر هست. آیا توهمی بودن تصویرها را می‌بینیم؟ پس چرا ما بر همه این توهمات ذهن می‌لرزیم.

خود ندارم هیچ، به سازد مرا

که ز وَهَم دارم است این صد عَنَّا

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۳۳۴)

عَنَّا: رنج

شاید یکی از ابیات پرتکرار برایم در زمان هویت گرفتن از چیزها همین بیت باشد و آیا دیده‌ایم تا به حال نشده‌است که چیزی را خلاف طرح «قضا و کُنْ فکان» بخواهیم و در آن دچار درد و استرس و نگرانی نشویم، چون شیره گرفتن از جهان با وجود زندگی قدغن است.

خیلی ممنونم استاد بابت وقتی که به من دادید.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم فرزانه]



۲۸- خانم مریم از کانادا

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم مریم]

خانم مریم:

در راه پیاده‌روی در حال گوش کردن برنامه شماره ۹۹۰ گنج حضور بودم، نگاهم روی شماره ۹۹۰ ماند. یک لحظه دلم ریخت و ترسیدم، با خود گفتم ای دل غافل فقط ده شماره دیگر بیشتر نمانده که به برنامه ۱۰۰۰ برسم، اما من هنوز در حال لنگ‌لنگانم و گاهی در سبب‌سازی ذهن می‌افتم. من هنوز از دست این گرگ کُهن نجات پیدا نکردم و هر لحظه در کمین است که من را ببلعد یا مانند جوجه‌تیغی دُم من را گاز بگیرد.

با این که هشیارم که ذهنم درست نمی‌گوید، اما می‌بینم که گاهی در کُشتی گرفتن با آن شکست می‌خورم. اجتهاد گرم را در تمام لحظات اجرا نمی‌کنم. ذهنم را می‌بینم که بلند می‌شود، افکار و اجسام را هر لحظه می‌خواهد به مرکز مزل هل بدهد.

اجتهاد گرم ناکرده که تا دل شود صاف و، ببیند ماجرا (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۶۳۵)

من تلاش می‌کنم که از قرین‌های بد دور باشم تا ذهنم را نشوراند، من می‌دانم که نفس من بدترین قرین من است.

نفس ار چه که زاهد شد، او راست نخواهد شد گر راستی خواهی، آن سرو چمن دارد (مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۲۶)

به تمام حرکاتش آگاه هستم، بلند شدنش را در تلاقی با قرین‌های دیگر می‌بینم. با این‌که به رفتارهایش آگاه هستم، اما او به حرکاتش ادامه می‌دهد، در مقابل حرف‌های دیگران می‌رنجد، با این‌که بارها با خود گفته‌ام و او شنیده‌است که حرف چیزی جز باد دهان نیست، اما نمی‌فهمد. می‌خواهد رفتارهای متقابل در مقابل رفتارهای نابخردانه دیگران داشته باشد که البته این هم نوعی قضاوت ذهن من است و بی‌ادبی در حضور زندگی محسوب می‌شود.

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



خشم و ذوق هر دو عکس دیگران

شادی قواده و خشم عوان

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۶۶۲)

قَوَّاده: پانداز، کسی که زنان و مردان برای هم آغوشی به هم برساند.

من قضاوت ذهنم را می‌بینم، یقین پیدا کرده‌ام که ذهن من درست قضاوت نمی‌کند و هرچه می‌گوید براساس سبب‌سازی و شرطی‌شدگی است. ده برنامه بیشتر نمانده و من هنوز از ذهن بیرون نپرده‌ام، چرا؟

یاد این بیت شعر حضرت مولانا افتادم که جناب شهبازی خیلی تأکید داشتند:

یک زمان کارست بگذار و بتاز

کار کوتاه را نکن بر خود دراز

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۸۱)

خواه در صد سال خواهی یک زمان

این امانت واگذار و وارهان

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۸۲)

جناب مولانا در این بیت تأکید فرموده‌اند که بگذار و فرار کن، یعنی درِ ذهن را باز نکن، ظرفی که غذا در آن گندیده و مدت‌هاست که مانده، درش را باز نکن که نگاهش کنی و بوی بدی که از آن به مشامت می‌رسد، تو را بدتر گیج کند و معده‌ات را بشوراند، با ظرفش بیندازش دور. در این ظرف ذهن چیزی جز رنجش، قبض، خشم، ترس، قهر، حسادت، خساست، قضاوت، مقایسه چیز دیگری نمی‌توانی پیدا کنی. نترس، وقتش رسیده که این امانت را واگذار کنی.

قصه جوحی را دوباره خواندم، این دفعه برایم خیلی بیشتر از پیش باز شد.

گفت: ای ستار، برمگشای راز

سرپسته می‌خرم، با من بساز

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۵۲۵)

ستر کن تا بر تو ستاری کنند

تا نبینی ایمنی، بر کس مخند

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۵۲۶)



بس در این صندوق چون تو مانده‌اند

خویش را اندر بلا بنشانده‌اند

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۵۴۷)

قاضی همان قضاوت ماست، یا درواقع همان هشیاری ماست که با قضاوت و خوب و بد کردن در لحظه به دام جوحی که همان ذهن حیل‌گر ماست، می‌افتد. جوحی از زنش که به‌قولی ناموسش است برای به دام انداختن قاضی استفاده می‌کند. این نشان می‌دهد که ذهن برای به دام انداختن ما از هر حربه‌ای استفاده می‌کند. این اتفاق در ما هم به‌راحتی می‌افتد و بارها تکرار می‌شود، پس اصلاً خنده‌دار نیست، بلکه بیدارکننده است. وقتی می‌بینی و تعجب می‌کنی که چطور همسران به‌راحتی به هم خیانت می‌کنند و یا به‌خاطر چیزهای پیش‌پاافتاده از هم رنجیده‌خاطر می‌شوند و گاهی به طلاق هم با وجود چندین فرزند کشیده می‌شود، مسجّل می‌شود برایمان که این قصه هر لحظه در حال تکرار است. ذهن به هشیاری تازه شکفته هم رحم نمی‌کند و ایجاد اختلاف در خانواده، آن‌ها را هم آلوده می‌کند.

جوحی می‌گوید:

من چه دارم غیر آن صندوق، کآن

هست مایهٔ تهمت و پایهٔ گمان؟

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۴۸۳)

خلق پندارند زر دارم درون

داد واگیرند از من، زین ظنون

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۴۸۴)

ظنون: جمع ظن، شک و گمان‌ها

واقعاً هم ذهن چیزی ندارد، پس چرا در صندوق آن گیر می‌افتیم؟ جوابش این است که ما یاد گرفته بودیم که این عقل یعنی همان ذهن همیشه درست می‌گوید، همین می‌شود که با جدی گرفتن افکارش و کنکاش در داخل صندوق که حالا چیست در درونش، هشیاری‌مان مثل توپ در بین افکار پرتاب می‌شود. آیا رنجیدم؟ فلانی حرف بدی به من زد؟ آیا الآن من خیلی عرفانی شده‌ام که زندگی‌ام دارد بهتر می‌شود؟ یا نه، چون فلان اتفاق بد برای من افتاد، پس بروم ببینم تو صندوق چه علتی برایش پیدا می‌کنم.

جوحی که نماد ذهن است می‌گوید مردم فکر می‌کنند من در درون صندوقم زر دارم. حالا جوحی می‌گوید من می‌روم بازار و صندوق را می‌سوزانم.

من بَرَم صندوق را فردا به کو

پس بسوزم در میان چارسو

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۴۸۷)



چارسو: چهارسوق، چهارراه میان بازار

جوحی که می‌داند داخل صندوق الآن چیز گران‌بهایی گیر افتاده و چون دشمن هشیاری ماست، می‌خواهد بسوزاند. ذهن از صندوق افکارش برای به تله انداختن هشیاری ما استفاده می‌کند و بعد شروع می‌کند به تحقیر و کتک زدن ما، مانند جوحی که حالا که قاضی را به دام انداخته، می‌خواهد برای ثروتمند کردن خودش، قاضی را بی‌آبرو کند.

همین قضاوت کردن است که قاضی را در صندوق ذهن می‌اندازد و مولانا می‌گوید هر کسی که اول شروع کند او ظالم‌تر است.

گفت نایب: یک به یک ما بادی‌ایم

با سواد وجه اندر شادی‌ایم

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۵۳۴)

سواد وجه: سیاهی چهره، سیاه‌رویی

همین که در ظرف ذهن را باز کنی، در باتلاق همانیدگی‌ها گیر می‌افتی، پس مهم است که قضاوت نکنی، چون همه ماجرا با قضاوت شروع می‌شود.

حد ندارد این مثل، کم جو سخن

تو برو، تحصیل استعداد کن

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۴۳۶)

جناب مولانا نتیجه می‌گیرد که این قضاوت کردن پایان ندارد، تو برو راهی پیدا کن که لیاقت شاه را داشته باشی، اما لیاقت شاه بودن را نمی‌شود با گشتن در صندوق ذهن و شمردن خصوصیات بدلی همانیدگی‌هایی که ما را اسیر خود کرده‌اند، پیدا کرد. اگر شاه می‌خواهی، باید بگذاری و بروی.

مدتی بگذار این حیل‌پزی

چند دم پیش از اجل آزاد زی

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۴۴۴)

مرسی آقای شهبازی، تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین!

خانم مریم: متشکرم، مرسی.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم مریم]

♦ ♦ ♦ پایان بخش چهارم ♦ ♦ ♦