

کنج ضرور

متن کامل پیام‌های تلفنی

۹۹۲-۱

اجرا: آقای پرویز شهبازی

تاریخ اجرا: ۲۲ 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 ۱-۹۹۲

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 ۱-۹۹۲		
الناز خدایاری از آلمان	شبم اسدپور از شهریار	مهردخت از چالوس
الهام فرزامنیا از اصفهان	سمانه بهادری از ملایر	مریم زندی از قزوین
پارمیس عابسی از یزد	فاطمه زندی از قزوین	یلدا مهدوی از تهران
حسام موسوی از مازندران	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 سندج	عارف صیفوری از اصفهان
ریحانه شریفی از تهران	لاله رمضانی از اصفهان	شاپرک همتی از شیراز
زهره عالی از تهران	لیلی حسینیقلی‌زاده از تبریز	فرزانه پورعلی‌رضا از تهران
شب‌بو سلیمی از تهران	الهام عمادی از مرودشت	ناهید سالاری از اهواز
با تشکر از دوستان بیننده که با ارسال متن پیام‌هایشان ما را یاری دادند. جهت ارسال متن پیام یا تصویر پیام و یا همکاری با گروه متن برنامه‌های گنج حضور با آیدی زیر در تلگرام تماس حاصل کنید. @zarepour_b لطفاً پیام‌های خوانده شده روز جمعه را تا ساعت ۱۲ ظهر شنبه ارسال نمایید. کانال گروه متن کامل برنامه‌های گنج حضور در تلگرام: https://t.me/ganjehozourProgramsText		



ردیف	پیام دهنده	صفحه
۱	خانم نسرین از بابل با سخنان آقای شهبازی	۵
۲	آقای بیننده از شمال با سخنان آقای شهبازی	۸
۳	خانم پرستو از سندج با سخنان آقای شهبازی	۱۰
۴	خانم مهدیه از بندر انزلی	۱۵
۵	خانم آیدا از جوزدان نجف‌آباد با سخنان آقای شهبازی	۲۰
۶	خانم فرزانه و آقای احمد و خانم عسل و کودک عشق از اصفهانک	۲۳
۷	خانم مهشید از تهران با سخنان آقای شهبازی	۲۷
۸	آقای عابدین زارع از شیراز	۳۰
۹	آقای علی از تهران با سخنان آقای شهبازی	۳۲
۱۰	خانم سیما از کرج با سخنان آقای شهبازی	۳۵
-	♦ ♦ ♦ پایان بخش اول ♦ ♦ ♦	۳۶
۱۱	آقای پویا از آلمان با سخنان آقای شهبازی	۳۷
۱۲	خانم لادن از کانادا	۴۵
۱۳	خانم دینا از کانادا	۴۸
۱۴	خانم اکرم از نجف‌آباد	۵۴
۱۵	خانم فرخنده از جوزدان نجف‌آباد	۵۸
۱۶	خانم فاطمه از گلپایگان	۶۰
۱۷	آقای علی از دانمارک	۶۴
۱۸	خانم یلدا از تهران	۶۷
-	♦ ♦ ♦ پایان بخش دوم ♦ ♦ ♦	۷۰



ردیف	پیام دهنده	صفحه
۱۹	خانم‌ها زرین و تیارا و یکتا از زرین‌شهر	۷۱
۲۰	آقای حسام از مازندران	۷۶
۲۱	خانم نرگس از نروژ	۸۱
۲۲	خانم الناز از آلمان	۸۶
۲۳	آقای زرگری از ونکوور	۹۰
۲۴	آقای نیما از کانادا	۹۳
۲۵	خانم مریم از فولادشهر اصفهان	۹۶
۲۶	خانم مریم از کانادا	۹۸
۲۷	خانم لیلا از فولادشهر اصفهان	۱۰۲
-	♦ ♦ ♦ پایان بخش سوم ♦ ♦ ♦	۱۰۳



۱- خانم نسرین از بابل با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم نسرین]

خانم نسرین: سلام و احوال‌پرسی می‌کنم خدمت شما و همه گنج‌های عزیز. تشکر می‌کنم از برنامه خیلی خوب و عالی‌تان و همه عزیزانی که با پیغام‌هایی که می‌دهند واقعاً کمک‌کننده هستند به ما در درس زندگی که می‌گیریم.

من تقریباً چهار سال است متعهدانه با رعایت قانون جبران مالی و معنوی برنامه‌های گنج حضور را گوش می‌دهم، تغییرات تو من خیلی زیاد بود، تو سال گذشته یک سری اتفاقات خیلی سختی را من و خانواده‌ام پشت سر گذاشتیم که خدا را شکر با کمک برنامه‌های خوب شما و آن دریافت‌هایی که از مولانای جان داشتیم خیلی کمک‌های حال ما بود.

خیلی خدا را شکر می‌کنم که در این مسیر معنوی زندگی من را قرار داده و من را لایق دانسته که در این جمع ارزشمند زندگی باشم. یک متن کوتاهی را آماده کردم که اگر اجازه بدهید قرائت کنم.

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

خانم نسرین: استاد شهبازی عزیز در برنامه ۹۹۲ بارها اعلام کردند هر بیت غزل را چندین بار بخوانید و روی خود تمرکز کنید تا معنی آن برای شما باز بشود و بعد از آن به بیت بعد بروید.

من امروز تمام سعیم را کردم و چندین بار، شاید پنجاه بار یا بیشتر یا کمتر ابیات را خواندم تا از طریق فضاگشایی درکش کنم. دریافت‌های خودم را از این غزل بسیار زیبای شماره ۲۶۰ دیوان شمس مولانا حضور شما عزیزان ارائه می‌دهم.

چرخ فلک با همه کار و کیا
گردِ خدا گردد چون آسیا

گرد چُنین کعبه کُن ای جان، طواف
گرد چُنین مایده گرد ای گدا

بر مَثَلِ گوی، به میدانِش گرد
چونکه شدی سرخوش بی‌دست و پا
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۰)



کار و کیا: کار و بزرگی و اهمیت آن کار، قدرت و سلطنت، توانایی و فرمانروایی
مایده: مانده، خوان، سفره

مولانای جان می‌فرمایند همه هستی و کائنات با همه کار و عظمتشان به گرد خدا یا زندگی می‌گردند. طواف کعبه جان می‌کنند به مانند آسیاب. چرخ آسیاب بدون پرسیدن و نظر دادن تنها می‌چرخد تا با چرخش آن، گندم‌ها آسیاب بشود.

آیا من اجازه می‌دهم در این لحظه ابدی و ازلی که زندگی من را به مانند آسیاب بچرخاند گرد زندگی و خدا و با چرخش من همه همانیدگی‌هایم آسیاب بشود؟

من بایستی یاد بگیرم کعبه جان، خرد زندگی را طواف کنم به مانند گوی. گوی به شکل دایره است و هیچ مانع و اصطکاکی برای چرخیدن در زمین زندگی ندارد. آیا من می‌توانم در این لحظه به مانند گوی باشم؟

همانیدگی‌ها و هویت‌های کاذب این جهانی که همه آفل و گذرا هستند، مانع از این می‌شوند که من بتوانم مانند گوی در دستان زندگی باشم. زندگی انگشتر شاهی را در دست من نهاده تا از طریق من تجلی پیدا کند.

من در روز آلت عهد و پیمان بستم در این جهان فرم و صورت، جذب چیزهای این جهانی نشوم، اما متأسفانه در خیلی از موارد عهد و پیمان خود را شکستم. مولانای جان می‌فرمایند:

زآن‌که تنش خاکی و دل آتشی‌ست

میل سوی جنس بُود جنس را

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۰)

در مسیر زندگی در هر نقشی که زندگی به من عطا کرد، متأسفانه به صورت ناآگاهانه آن نقش را به مرکزم آوردم و با آن یکی شدم. در ابیات پایانی غزل ۲۶۰، مولانای جان می‌فرماید:

گفت: نَخُسْتین تو حَدَث را بدان

کژمژ و مقلوب نباید دعا

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۰)

کژمژ: کج و ناراست
مقلوب: وارونه و واژگون

ز آنکه کلید است، چو کژ شد کلید

وا شدن قفل، نیابی عطا

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۰)



بایستی یاد بگیرم تنها دعا و خواسته‌ام این باشد که خداوند حدث و سرگین من‌ذهنی را بر من فاش نماید، چون خواستن و طلب کردن و دعا کردن مانند کلیدی است که قفل ورود به یکتایی زندگی را می‌گشاید.

خسرو تبریز، شَهْم شمس دین
بَسْتَم لب را، تو بیا بَرگشا
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۰)

بسیار ممنون و سپاس‌گزارم از وقتی که به من دادید.

آقای شهبازی: خانم خیلی خوب بود. ماشاءالله، خیلی خوب بود. ببینید تکرار چقدر کمک می‌کند. آفرین، آفرین! اسمتان چه بود؟ یک بار دیگر بگویید خواهش می‌کنم.

خانم نسرین: من نسرین هستم از بابل اولین بار است زنگ می‌زنم. پیغام البته در گروه تلگرام چند بار فرستادم، ولی امروز دیگر گفتم هر جوری که هست این من‌ذهنی‌هی چیز می‌کرد که نه تو هنوز آماده نیستی، ولی با خودم عهد کردم که حتماً زنگ بزنم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! عالی، عالی، عالی! یادتان باشد عالی بود.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم نسرین]

آقای شهبازی: مثل ایشان خواهش می‌کنم تکرار کنید. تا بیت آن معنا را برای شما باز نکرده رد نشوید. یا غزل را تکرار کنید، دوباره برگردید به اولش، تکرار، تکرار، تکرار، هیچ‌چیز مهم‌تر و مؤثرتر از تکرار نیست، تکرار ابیات مولانا.



۲- آقای بیننده از شمال با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای بیننده]

آقای بیننده: من در رابطه با سندهایی که داریم، سند خدانشناسی، با توجه به قصه مولانا با آقای شهبازی خواستم صحبت کنم. منتها ببینم آیا تمام سندهایی به صورت کامپیوتر، لپ‌تاپ دارم، سنگ است، [صدا نامفهوم] به ابعاد و اندازه کره زمین است، بعد صفحات زمین است، چون این‌ها زیرزمینی است. تمام اسناد و کره زمین و کرات آسمانی یعنی چگونگی پیدایش کره زمین و آسمان.

آقای شهبازی: بله.

آقای بیننده: کلاً مدارکی من دارم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: مدارک دارید؟

آقای بیننده: آره، سند هستند.

آقای شهبازی: سند از کجا آوردید آقا؟

آقای بیننده: سنگ است، سنگ، سنگ را خدا گذاشته جلوی چشم ما که ببینیم.

آقای شهبازی: می‌گویم سنگ را از کجا آوردید شما؟

آقای بیننده: سنگ را از روی زمین برداشتم.

آقای شهبازی: خُب این سنگ‌ها کمک می‌کنند شما خودتان.

آقای بیننده: من [صدا نامفهوم] ریموت کره زمین.

آقای شهبازی: ببخشید.

آقای بیننده: بله.

آقای شهبازی: شما از کجا زنگ می‌زنید؟

آقای بیننده: من از شمال زنگ می‌زنم.

آقای شهبازی: خُب این سنگ‌ها یا هر مدارکی دارید کمک می‌کند شما خودتان را عوض کنید، آدم بهتری شوید؟

بیننده: خُب این را باب ذهن‌گویان، من ریموت کره زمین را دارم، تغییرات اقلیمی کره زمین را نشان می‌دهد.



آقای شهبازی: با کره زمین کاری نداشته باشید. شما خودتان را می‌توانید عوض کنید؟

آقای بیننده: خودمان را عوض کردیم. چه جوری عوض نکردیم؟

آقای شهبازی: چه جوری عوض کردید؟

آقای بیننده: به روزی رساند که به هیچ رسیدیم. من ذهنی که داریم، من ذهنی چه کسی است؟ من و تو هستیم. خدا کره زمین را با روح ساخته. درون سنگ گذاشته، پر پرواز داده، تاج کرمانا اگر در دست بگیری، طوق اعطینا، تاج کرمانا، مثلاً می‌گویند طلسم، طلسم چیست؟ ورود روح از ساحل دریا به درون خانه آمده، می‌شود طلسم. طلسم چیست؟ طلسم ریزش آپارتمان و کوه است.

آقای شهبازی: طلسم قربان، طلسم همین من ذهنی شما است که باید آن را بکشایید و حل کنید. طلسم همین تصورات باطل ماست.

آقای بیننده: [صدا نامفهوم] دستگاه برش گذاشته.

آقای شهبازی: خیلی خب، خیلی ممنون. بسیار خوب، حالا سؤالتان یا پیشنهادتان چیست؟

بیننده: من اتفاقاً اگر سؤالی اگر دارم در این رابطه است، که سرکار کمک کنید که این اسناد [صدا نامفهوم] خدا هم این پیام را داده.

آقای شهبازی: ما کارمان این نیست. اجازه بدهید.

آقای بیننده: شما بگویید به کارشناس‌هایتان.

آقای شهبازی: معذرت می‌خواهم. ما همین برنامه مولانا را پخش می‌کنیم. شما اگر واقعاً

بیننده: همین قصه مولانا است.

آقای شهبازی: شما این‌ها را از یک طریق دیگری، من کاری نمی‌توانم بکنم، ارائه کنید به جهان و راه حل بدهید. ان شاء الله مورد توجه قرار بگیرد. من نمی‌توانم کاری بکنم. با شما خداحافظی می‌کنم.

بیننده: ممنونم آقای شهبازی.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای بیننده]



۳- خانم پرستو از سنندج با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم پرستو]

خانم پرستو: خیلی خوشحالم آقای شهبازی صدای شما را می‌شنوم.

آقای شهبازی: اولین بار است زنگ می‌زنید؟

خانم پرستو: بله، اولین بارم است تماس می‌گیرم. ببخشید یک مقدار هول شدم. اصلاً انتظار نداشتم هول بشوم،

ولی چون بعد از هفت سال توانستم با شما صحبت کنم.

آقای شهبازی: خیلی خب.

خانم پرستو: یک لحظه اگر اجازه بدهید من چند تا نفس عمیق بکشم.

آقای شهبازی: بله، بله، بله.

خانم پرستو: خیلی عذر می‌خواهم آقای شهبازی جان. خیلی برایمان عزیز هستید. واقعاً الآن حق می‌دهم به همه

بینندگان موقعی که تماس می‌گیرند هول می‌شوند و نمی‌توانند خوب صحبت کنند. من واقعاً به آن‌ها حق می‌دهم.

آقای شهبازی: من که شما را هول نمی‌کنم خانم ببخشید. به نظر شما من شما را هول می‌کنم؟

خانم پرستو: نه، آقای شهبازی. شما این قدر که برای ما عزیز هستید، ما خودمان هول می‌شویم.

آقای شهبازی: شما لطف دارید.

خانم پرستو: شما که کاری انجام نمی‌دهید. شما عشقی که در درون ما گذاشتید باعث این اتفاق می‌شود.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم پرستو: نه این که از جانب شما باشد.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. لطف دارید. می‌خواستم ببینم من هول می‌کنم خودم را اصلاح کنم.

خانم پرستو: نه، آقای شهبازی جان. این هول بودن ما از عشقی است که به شما داریم، به آقای مولانا داریم.

آقای شهبازی: شما لطف دارید.

خانم پرستو: وگرنه نه این که اتفاق خاصی بیفتد. من یک نوشته‌ای را تو دفتر یادداشت موبایلم نوشتم. برای شما

می‌خوانم، خدمتان.



آقای شهبازی: بله، بفرمایید.

خانم پرستو: قربان شما.

سلام عرض می‌کنم آقای شهبازی عزیز. مدت‌ها تصمیم داشتم از جناب‌عالی و تمام عزیزانی که در تهیه و گسترش این برنامه زیبا و مفید با دل و جان وقت می‌گذارید تشکر کنم. مدت حدود هفت سال است که به برنامه شما گوش می‌دهم، اما به‌جز حدود یک سال و نیم بقیه سال‌ها فقط وقتی حالم خوب نبود گوش می‌کردم. به‌محض برطرف شدن حال بدم مجدد به زندگی در ذهن ادامه می‌دادم. از برنامه شما فقط به‌عنوان مسکن استفاده می‌کردم. از بعد یک اتفاق که اکنون چنین می‌پندارم که برپا شدن قیامت بود، دامن مولانای جان که برنامه شما باشد را دیگر رها نکردم. البته در این مدت هفت سال همیشه از خدا بیداری را می‌خواستم و حضور را با دل و جان طلب می‌کردم، اما بنابه این ابیات مولانا:

**زان مزد کار می‌نرسد مر تو را که تو
پیوسته نیستی تو درین کار، گه‌گهی**
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۸۱)

چیزی عاید نمی‌شد و دهانم از حلا شیرین نمی‌شد. در این مدت که سعی کردم دامن مولانا را رها نکنم، متوجه زیرکی‌های ذهن شده‌ام که چنان وانمود می‌کند که در حضور است، اما وقتی کامل از دورن به او می‌نگری و در زیر ذره‌بین می‌گذاری، متوجه می‌شوی که او همچنان در وجودت است، با این تفاوت که بسیار در خفا و با صدای بسیار آرام سخن می‌گوید. چنان در کمین است که کافی است توجه را از روی خودمان برداریم. کارش تا استخوان ما می‌رسد. تضادها در زندگی پیام‌آور هستند.

ذره‌ای کوچک از بسیاری از چیزهایی که از شما آموخته‌ام و با عمل متوجه آن‌ها شده‌ام، این است که اگر سکوت کردی در حال سخن گفتنی. اگر نسبت به دنیا خوابیدی در حال بیدار شدنی. اگر بخشیدی و رها کردی، به‌دست می‌آوری. اگر خود را خوار و خاکی داشتی بزرگ می‌شوی. اگر از درد فرار نکردی و فضا باز کردی، درد می‌رود و شادی می‌آید. اگر توقع را صفر کردی یاری می‌آید. تمام شد آقای شهبازی عزیز.

آقای شهبازی: خیلی زیبا بود. همین قدر. مخصوصاً آخرش را یک بار دیگر تکرار کنید اگر فلان کار را کردی. خانم پرستو: اگر سکوت کردی در حال سخن گفتنی. اگر نسبت به دنیا خوابیدی، در حال بیداری شدنی. اگر بخشیدی و رها کردی، به‌دست می‌آوری. اگر خود را خوار و خاکی داشتی بزرگ می‌شوی. اگر از درد فرار نکردی و فضا باز کردی، درد می‌رود و شادی می‌آید.



آقای شهبازی: آفرین!

خانم پرستو: اگر توقع را صفر کردی، یاری می‌آید. ممنونم آقای شهبازی عزیز.

آقای شهبازی: عالی، عالی، عالی!

خانم پرستو: خیلی خیلی برای من عزیز هستید.

آقای شهبازی: شما لطف دارید.

خانم پرستو: هم شما هم تمام دوست‌هایی که واقعاً کمک می‌کنند این برنامه اجرا بشود و گسترش پیدا کند.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم پرستو: من همیشه سعی کردم در این یک سال و نیم مخصوصاً آقای شهبازی، سعی کردم دیگر واقعاً این برنامه را رها نکنم و مرتب هم روی خودم کار کردم و نتایجش را هم واقعاً دیدم. شاید یکی از دلایلی که هول می‌شویم موقعی که با شما تماس می‌گیریم شاید واقعاً آن اثرات زیادی است که روی ما گذاشته.

می‌دانید یعنی عظمت این برنامه این قدر زیاد است که وقتی مستقیم با آن مواجه می‌شویم، آن حالت اضطراب و آن حالت هول شدن شدید به ما دست می‌دهد. تپش قلبمان می‌رود بالا. چون ساعت‌ها پایه‌پای این برنامه ما زحمت کشیدیم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم پرستو: و سعی کردیم واقعاً دامن مولانا و دست عزیز شما را ول نکنیم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم پرستو: خیلی خیلی از شما ممنونم.

آقای شهبازی: برای همین پیشرفت کردید واقعاً. این تعهد شما و همین حرف‌هایی که شما در این پنج دقیقه زدید، آن قدر باارزش بود، نشان می‌دهد کار جدی شما را، کار روی خودتان را.

خانم پرستو: قربان شما. عزیز هستید

آقای شهبازی: بله مواظب هستید. من به شما، حالا شما روی خط هستید عرض کنم. من ذهنی هفته گذشته هم عرض کردم، یعنی در برنامه ۹۹۲، دوتا فن دارد مثل این کشتی‌گیرها، دائماً حواس ما پرت می‌شود، روی ما اجرا



می‌کند دائماً، یکی حواسمان می‌رود به یکی دیگر، حواسمان را از روی خودمان برمی‌داریم، می‌گذاریم روی یکی دیگر، همان موقع شمع ما، شمع خردمان خاموش می‌شود، می‌شویم من‌ذهنی.
خانم پرستو: بله، دقیقاً.

آقای شهبازی: یکی دیگر قرین است که من الآن به چه گوش می‌دهم؟ چه کتابی می‌خوانم؟ کدام برنامه را نگاه می‌کنم؟ با چه کسی رفیق هستم؟ با چه کسی دارم صحبت می‌کنم؟ چه صحبت می‌کنم؟ آیا صحبت‌هایم ذهنی است، راجع به اوضاع و احوال است؟ شما بودید که الآن گفتیم از احوال دنیا خفته‌ام، بله، اتفاقات می‌افتند تا ما بیدار بشویم. اتفاقات برای خوشبخت کردن یا بدبخت کردن ما نمی‌افتند.

بدبختی و خوشبختی ما از آن‌جاست که آیا ما الآن وصل به زندگی هستیم یا جدا هستیم؟ اگر جدا هستیم، بدبختیم. نمی‌توانیم خودمان را جمع‌وجور کنیم. اگر وصل هستیم، خوشبخت هستیم و لحظه‌به‌لحظه این خوشبختی را حس می‌کنیم.

حالا من‌ذهنی می‌خواهد فنش را اجرا کند و همیشه اجرا می‌کند، می‌خواهد حواسمان را پرت می‌کند، حواسمان برود به یک آدم دیگر این چرا این کار را می‌کند؟ شروع کنیم به انتقاد، عیب‌جویی، عیب‌گویی، یا چیزی از او خواستن، توقع، آن شعر توقع را بخوانید. گفت پیغمبر چه گفته؟
خانم پرستو:

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

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

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم پرستو: اتفاقاً آقای شهبازی خیلی موقع‌ها مثلاً موقعی که به‌نظرم می‌آید مثلاً فلان چیز را از کسی بخواهم، فوری این شعر می‌آید به ذهنم. این را برای خودم می‌خوانم. حتی یک چیز کوچک، حتی مثلاً سر کار اگر بخواهم مثلاً آبدارچی برای من چایی بیاورد، حتی آن موقع هم این شعر را می‌خوانم، می‌گویم نه از او نخواه خودت برو چایی بیاور.



آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

اتفاقاً این رسمی که در ایران هست، می‌گویند پیرها بنشینند ما برایشان کار کنیم. پیرها نباید بنشینند. به جوان‌ها بگویند شما که قدرت دارید، اجازه بدهید ما کار کنیم. ما بلند شویم چایی بریزیم. چون هر دفعه که شما یک کاری می‌کنید به‌عنوان یک آدم مسن، دارید از جسمتان، ذهنتان، هیجانتان استفاده می‌کنید، روحتان استفاده می‌کنید.

می‌گویند که یا استفاده کن یا از دست بده. این ضرب‌المثل انگلیسی بسیار بسیار بامعنی است، می‌گوید: Use it or lose it

شما هم یاد بگیرید، اگر انگلیسی هم نمی‌دانید این خیلی ساده است، Use it or lose it

استفاده کن یا گمش کن، از دست بده. این است که آن‌هایی که مسن هستند، باید براه بروند، باید حرکت کنند بگذار من چای بریزم. بگذار من بروم خرید کنم. بگذار فلان کار را من بکنم. بچه‌ها را من نگاه دارم، ببرم بگردانم، خلاصه از این چیزها. ممنونم.

خانم پرستو: مرسی آقای شهبازی، خیلی خوشحال شدم صدای شما را شنیدم. دستتان را می‌بوسم آقای شهبازی عزیز.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. لطف دارید.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم پرستو]



۴- خانم مهدیه از بندر انزلی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم مهدیه]

خانم مهدیه: خدا قوت عزیزترینم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم شناختم، بله بفرمایید.

خانم مهدیه: آقای شهبازی ببخشید من یک چندتا پیغام همه‌اش کوتاه است، اما خب ممکن است یک خرده طولانی هم باشد، به بزرگی خودتان ببخشید ولی.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. اول خودتان را معرفی کنید ببخشید.

خانم مهدیه: [صدا ناواضح] یک چیزی است که [صدا ناواضح] ملامت، که شما فرمودید. و ملامت باعث یعنی مانع می‌شود که ما نتوانیم به خداوند زنده بشویم و ما هرچه که بتوانیم این مولانا را تمرین کنیم بیشتر می‌توانیم به خداوند زنده بشویم و هر لحظه که تسلیم می‌شویم و می‌پذیریم و به خداوند می‌گوییم «نمی‌دانم»، خداوند هم می‌تواند به ما کمک کند. و این‌جا که شما فرمودید درحالی‌که ما من‌ذهنی داریم، این من‌ذهنی همیشه در حال سعی این است که هر لحظه به ما ضربه بزند و این ضربه زدن من‌ذهنی همین است که مثلاً ما حال نداریم، اصلاً حال خوبی نداریم، دل‌مُرده هستیم، کسل هستیم و زندگی نمی‌کنیم وقتی که در حال، وقتی من‌ذهنی داریم زندگی نمی‌کنیم، احساس مُردگی است، حالا درست است راه می‌رویم، کار می‌کنیم، ورزش می‌کنیم، اما حالت مُردگی است. و می‌گوییم که خیلی درس‌هایی یاد گرفتیم که بتوانیم به شما بگوییم که توی برنامه بود، این من‌ذهنی مثل یک گیاهی است به نام «خَرّوب»، که بارها فرمودید خَرّوب یعنی بسیار خراب‌کننده.

آقای شهبازی: بله.

خانم مهدیه: که هم روح ما را خراب کرده، هم جسم ما را خراب کرده، هم روابط با مادرمان، برادرمان، پدرمان، خواهرمان و حتی دوستانمان را خراب کرده، ولی ما یاد نمی‌گیریم که این خَرّوب من‌ذهنی را هرچه زودتر بیندازیمش برود. و همان لحظه هم که همیشه در این لحظه باشیم، که در برنامه ۹۸۶ خواندید که:

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

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



یعنی وقتی که خداوند هر روز به ما می‌گوید من تو هستم و ما هم به خداوند می‌گوییم آری ما تو هستیم ولی من ذهنی می‌گوید نه! ولی خداوند می‌گوید من تو هستم، تو هم من هستی؟ بگوییم بله.

آقای شهبازی: خیلی خب. اول اسمتان را بگویید!

خانم مهدیه: مهدیه هستم از بندر انزلی.

آقای شهبازی: مهدیه خانم از بندر انزلی. و من توضیح بدهم که مهدیه خانم برای آن کسانی که نمی‌شناسند، در هفت هشت‌سالگی نابینا شدند، چشمانشان را از دست دادند، ولی خیلی هم حالشان خراب شده بود چون یک مدتی خب دیده بودند و این‌ها، ولی با شعرهای مولانا و گنج حضور توانستند خودشان را خوشحال نگه دارند و پیشرفت کنند و الآن هم روی خط هستند. الآن هم رفته‌اند در بندر انزلی زندگی می‌کنند. قبلاً کرج بودید درست است؟

خانم مهدیه: بله.

آقای شهبازی: بله، بفرمایید اگر شعری از حفظ بلد هستید بخوانید.

خانم مهدیه: آقای شهبازی یک چندتا دوبیتی هست که خیلی خیلی به من کمک کرده را می‌خواهم بخوانم، بعد یک غزل دیگر هم بخوانم و رفع زحمت بکنم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، بفرمایید.

خانم مهدیه: یک از دوبیتی‌ها هست که می‌گوید:

گفت پیغمبر که جَنّت از اِلَه
گر همی‌خواهی، ز کَس چیزی خواه
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۳)

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

جَنّتُ الْمَأْوٰی: یکی از بهشت‌های هشت‌گانه

آقای شهبازی: آفرین!

خانم مهدیه: این خیلی کمکم کرده. و این یکی:



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

ور ضرورت هست، هم پرهیز به
ور خوری، باری ضَمان آن بده
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۳۱)

مُفَتّی: فتوا دهنده
ضَمان: تعهد کردن، به عهده گرفتن

آقای شهبازی: آفرین!

خانم مهدیه: این هم خیلی کمکم کرده و این که یک برندی هم دارم که ان شاء الله که خوشتان بیاید. من این را وقتی که برای خاک سپاری بابام می‌رفتم، این را می‌خواندم به همه دوستان، خوششان آمده بود این یکی که می‌گوید:

شاد باش و فارغ و ایمن که من
آن کنم با تو که باران، با چمن
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۲)

من غم تو می‌خورم تو غم مَخور
بر تو من مشفق‌ترم از صد پدر
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۳)

و همان لحظه من احساس کردم که خداوند، واقعاً درست می‌گوید، بهترین برای ما خداوند بهترین است از صدتا پدر. وقتی می‌گوید:

شاد باش و فارغ و ایمن که من
آن کنم با تو که باران، با چمن
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۲)

من غم تو می‌خورم تو غم مَخور
بر تو من مشفق‌ترم از صد پدر
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۳)



برای تو من مهربان‌تر هستم از صدتا پدر!

آقای شهبازی: آفرین!

خانم مهدیه: یعنی این شعر را واقعاً من آن لحظه حس کردم در خودم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم مهدیه: حالا یک غزلی هم برایتان بخوانم.

آقای شهبازی: بله، بله، بفرمایید.

خانم مهدیه: به نام خدا. غزلی از دیوان شمس مولانا.

بِتِ من ز در درآمد، به مبارکی و شادی
به مرادِ دل رسیدم، به جهانِ بی‌مرادی

تو بپرس چون درآمد؟ که برون نرفت هرگز
که درآمد و برون شد، صفتی بُود جمادی

غلطم، مگو که: چون شد؟ ز چگونگی برون شد
تو چگونه‌ای، ولیکن تو ز بی‌چگونه زادی

چه چگونه بُد عدم را؟ چه نشان نهی قَدَم را؟
نگر اولین قَدَم را که تو بس نکو نهادی

همه بی‌خودی پسندم، همه تن چو گل بخندم
به طرب میان ببندم، که چنین دَری گشادی
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۴۲)

تقدیم شما عزیزترینم.

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

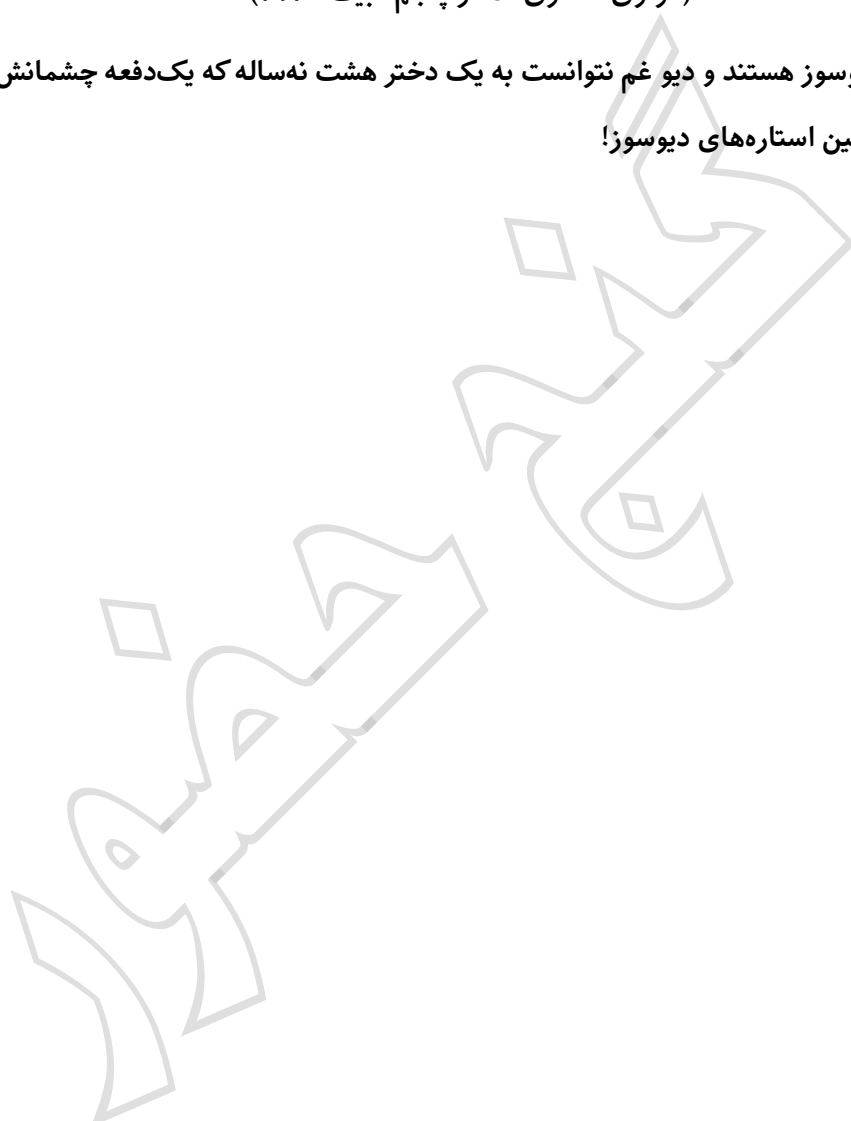
[خداحافظی آقای شهبازی و خانم مهدیه]



آقای شهبازی: این مهدیه خانم مثال بسیار عالی و زنده هستند که انسان می‌تواند با ابیات مولانا همان‌طور که مولانا خودش می‌گوید:

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

این‌ها ستاره‌های دیوسوز هستند و دیو غم نتوانست به یک دختر هشت نه‌ساله که یک‌دفعه چشمانش را از دست داد غلبه کند، با همین استاره‌های دیوسوز!





۵- خانم آیدا از جوزدان نجف‌آباد با سخنان آقای شهبازی

[سلام احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم آیدا]

خانم آیدا: خیلی ممنونم استاد، آیدا هستم.

آقای شهبازی: بله آیدا خانم، به به! چه عجب از این طرف‌ها [خنده آقای شهبازی] ماشاءالله.

خانم آیدا: [خنده خانم آیدا] خوب هستید استاد؟

آقای شهبازی: خیلی خوب، بله. خیلی وقت است از شما خبر نداشتیم، شما خوب هستید؟

خانم آیدا: بله استاد، خیلی ممنونم.

آقای شهبازی: آفرین! [اصلاح کیفیت صدا]

خانم آیدا: با اجازه‌تان.

آقای شهبازی: بله، بله!

روی زرد و، پای سست و، دل سبک
کو غذای و السّما ذات الحُبک؟
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۸۵)

«سوکند به آسمان که دارای راه‌هاست.»

آن، غذای خاصگان دولت است
خوردن آن بی گلو و آلت است
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۸۶)

شد غذای آفتاب از نورِ عرش
مر حسود و دیو را از دودِ فرش
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۸۷)

خدا می‌گوید تو که می‌بینی این فکرت مدام تغییر می‌کند، پس در تو چیزی وجود دارد که هیچ‌وقت تغییر نمی‌کند.
چرا چیزی که عوض نمی‌شود را ول کرده‌ای و چسبیدی به چیزی که مدام در حال عوض شدن و تغییر کردن است.

آقای شهبازی: آفرین!



خانم آیدا: کسی که این لحظه در ذهن است، حالش بد است. پاهایش روی همانیدگی‌هاست که هر لحظه فرومی‌ریزد و مدام ترس دارد. چرا ما مبنای هستی را فکرها قرار داده‌ایم درحالی‌که فکر، توهمی‌ترین چیز در دنیا است.

و همچنین با عوض شدن مدام فکرها، حال ما هم مدام در حال تغییر است و خیلی عجیب است که ما می‌دانیم با دنبال کردن این فکرها، مدام حالمان بدتر و بدتر می‌شود ولی باز ما در این فکرها دنبال شادی، آرامش و ثبات هستیم.

کسی که این لحظه در ذهن است از خدا جدا است، پس صد درصد غم و غصه دارد. تنها دلیل افسردگی این است که ما در ذهن دنبال شراب بوده‌ایم ولی چون آن‌ها شرابی ندارند که به ما بدهند افسرده شده‌ایم. تا جست‌وجوی شادی، زندگی و شراب را در فکرها قطع نکنیم، نمی‌توانیم از شراب اصیل زندگی بخوریم.

طفلِ جان، از شیر شیطان باز کن بعد از آتش با ملکِ آن‌باز کن (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۶۴۰)

ملک: فرشته
آن‌باز کردن: همراه کردن

امکان ندارد همانیدگی در مرکز ما باشد و خدا آن را نشانه نگیرد و آن چیز فرونریزد، چون جای چیزهای جهانی در مرکز ما نیست. هر چیزی در زندگی باید سر جای خودش باشد، مثلاً اگر شیر را حتی برای یک روز از یخچال بیرون بگذاریم فاسد می‌شود و اگر می‌خواهیم از آن درست و سالم استفاده کنیم، باید در یخچال باشد که جای درست آن است. اگر در یخچال نباشد شیر فاسد می‌شود و ما هم بیمار می‌شویم.

دقیقاً چیزهای این جهانی هم همین‌طور هستند، اگر در مرکز ما باشند، آن‌ها برای ما فاسد می‌شوند چراکه در جای اشتباه هستند و به‌جای این‌که از آن‌ها به‌درستی و شادی و سلامتی استفاده کنیم برای ما تبدیل به درد می‌شوند و من‌ذهنی از طریق آن ما را به نابودی می‌کشاند.

پس هر چیزی باید سر جای خودش باشد مخصوصاً مرکز انسان که فقط جای خداست. هر چیزی غیر از عدم به مرکز ما بیاید ما هم آن چیز را تبدیل به درد می‌کنیم و هم خودمان را نابود می‌کنیم.

اصلاً وقتی ما با چیزی همانیده نمی‌شویم آن چیز برای ما خیلی زیبا و پُربرکت می‌شود چون چشم من‌ذهنی بسته می‌شود و چشم عدم در ما باز می‌شود. متوجه این می‌شویم اگر با جهان همانیده نباشیم و چیزها در مرکزمان نباشد چقدر بهتر و درست می‌توانیم از آن‌ها استفاده کنیم.



مراد دل ز تماشای باغ عالم چیست؟ به دست مردم چشم از رخ تو گل چیدن (حافظ، دیوان غزلیات، غزل ۳۹۳)

خیلی ممنونم استاد، تمام شد.

آقا شهبازی: خیلی خوب بود آیدا خانم، آفرین، آفرین!

خانم آیدا: ممنونم استاد.

آقای شهبازی: الان آیدا خانم چند سالتان شده شما؟ هجده و این‌ها شده باشید باید نه؟

خانم آیدا: استاد هجده سالم شده. [خنده خانم آیدا]

آقای شهبازی: هجده سال بله، خیلی خوب، پس حالتان خوب است دیگر نه؟ مدتی خبر نداشتیم.

خانم آیدا: بله استاد تا شما را داریم و مولانا را داریم، حالمان عالی است.

آقای شهبازی: آفرین! شما خیلی خردمند هستید آیدا خانم. درست است که می‌دانم که از سیزده، چهارده سالگی

به برنامه گوش کردید و آن موقع‌ها هم پیغام‌های عالی می‌دادید شما.

خانم آیدا: از برکت وجود شما است.

آقای شهبازی: آفرین! نه پیغام‌های سیزده، چهارده سالگی شما را هم داریم، هنوز بخش می‌کنیم، خیلی خردمندانه

بوده. ممنونم که زنگ زدید، کس دیگری نمی‌خواهد صحبت کند.

خانم آیدا: نه استاد خیلی ممنونم از شما، خیلی ممنونم از وقتی که به من دادید، خیلی خوشحال شدم.

آقای شهبازی: عالی! باز هم بیایید روی خط، باز هم زنگ بزنید.

خانم آیدا: چشم، چشم استاد.

آقای شهبازی: درضمن می‌توانید ویدئو درست کنید، آیدا خانم همین را ویدئو کنید، همین، همین پیغام را ویدئو

کنید، خیلی عالی بود.

خانم آیدا: چشم استاد، چشم، چشم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم آیدا]



۶- خانم فرزانه و آقای احمد و خانم عسل و کودک عشق از اصفهانک

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فرزانه]

خانم فرزانه: خدا را شکر می‌کنم که توانستم دوباره صدایتان را بشنوم، سلام عرض می‌کنم خدمت شما و همهٔ بینندگان برنامه، فرزانه هستم از اصفهانک.

آقای شهبازی: بله خانم فرزانه، بفرمایید خواهش می‌کنم.

خانم فرزانه: آقای شهبازی به لطف این برنامه و شما توانستیم زندگی‌مان را تغییر بدهیم، واقعاً ممنونیم از شما، خدا را شکر می‌کنم.

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

خانم فرزانه: بله، دخترم می‌خواهد با شما صحبت کند، مهرسانا چهار سال و نیمه از اصفهانک، الآن اصرار دارد که مامان گوشی را بده من، با اجازه‌تان گوشی را می‌دهم به ایشان.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم مهرسانا]

آقای شهبازی: شعر می‌خواهید بخوانید؟

خانم مهرسانا: آری.

در گوی و در چهی ای قَلْتَبان

دست وادار از سِبال دیگران

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۳۵)

چون به بُستانی رسی زیبا و خوش

بعد از آن دامان خَلقان گیر و کَش

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۳۶)

ای مُقیم حبس چار و پنج و شش

نغزجایی، دیگران را هم بکش

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۳۷)

گو: گودال

قَلْتَبان: بی‌حمیت، بی‌غیرت



شاد باش و فارغ و ایمن که من
آن کنم با تو که باران، با چمن
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۲)

من غم تو می‌خورم تو غم مخور
بر تو من مشفق‌ترم از صد پدر
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۳)

فارغ: آسوده و راحت
ایمن: رستگار، محفوظ و در امان، سالم

درین بحر، درین بحر، همه چیز بگنجد
مترسید، مترسید، گریبان مدرانید
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۳۷)

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

آنصِتُوا یعنی که آبت را به لاغ
هین تلف کم کن، که لب‌خُشک است باغ
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۹)

لاغ: هزل، شوخی، در این جا به معنی بیهوده است.

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

آقای شهبازی: بله بله، تمام شد؟

خانم مهرسانا: خیلی دوستان دارم.

آقای شهبازی: ممنونم. من هم شما را دوست دارم، تمام شد شعرهایتان؟

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای احمد]



آقای احمد:

من یک‌دفعه بروم سر اصل مطلب، من حدود دوازده سال است، الآن حساب دقیقش را ندارم، با برنامه گنج حضور آشنا شدم و اولین بارم هست که زنگ می‌زنم. من کلاً معتاد بودم و اولین تغییری که داشتم مواد مخدر بود، یک هفت هشت سالی خودم کار می‌کردم تا یک روز برنامه شما را دیدم. دیدم که دارید از مقایسه و توقع، انتظار و انکار و این چیزها صحبت می‌کنید که من شنیده بودم قبلاً توی برنامه خودمان.

برایم جلب توجه شد، دیگر دوازده سال است که برنامه شما را ادامه می‌دهم و گوش می‌کنم و دیگر خیلی هم راضی هستم، احساس شادی دارم، خیلی خوشبختم، آرامش دارم، همه چیزهایی که قبلاً نداشتم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

آقای احمد: و خیلی زندگی‌ام آسان است، خیلی ساده است، خیلی دیدم عوض شده و همه برنامه گنج حضور را در یک شعر خلاصه می‌کنم. یک دانه از اشعار مولانا را برایتان می‌خوانم که وقت دیگران را هم نگیرم، و آن هم این است:

آدمی دید است و باقی پوست است دید، آن است آن، که دید دوست است (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۴۰۶)

یعنی بینش آدم عوض می‌شود و وقتی بینش عوض شد، دیگر خودبه‌خود بقیه چیزها را هم ردیف می‌کند.

آقای شهبازی: آفرین! الآن که دیگر مصرف‌کننده نیستید؟

آقای احمد: الآن حدود بیست و یک سال است اصلاً، نه تنها مواد را گذاشتم کنار، وقتی که مواد را گذاشتم کنار تازه فهمیدم این اولی‌اش است. پرهیز زیادی هست، همانندگی‌ها تعدادشان زیاد است و هر دفعه باید یکی‌شان را شناسایی کرد و گذاشت کنار دیگر.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای احمد: من هر دفعه یکی‌شان را شناسایی می‌کنم و می‌گذارم کنار و فقط شاهد و مسیر را لذت می‌برم، این جور نیست که برسم، از مسیرش دارم لذت می‌برم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! ممنونم احمد آقا عالی، عالی! ماشاءالله.

آقای احمد: خواهش می‌کنم تشکر می‌کنم از برنامه شما. دیگر عرضی هم ندارم.



آقای شهبازی: ممنونم. اگر خانم می‌خواهند صحبت کنند یا دیگر خداحافظی کنم.

آقای احمد: این مهرسانا هی گوشی را می‌گوید بده به من.

خانم مهرسانا: من می‌خواهم به عسل بدهم گوشی را.

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم عسل]

خانم عسل: من امسال تازه با برنامه شما آشنا شدم و با احمد آقا که احمد آقا راهنمای ما هستند و خیلی دارند روی ما کار می‌کنند که به آن چیزی که شما می‌گویید و مولانا دارد توی شعرش سعی کرده که به ما برساند، آن مفهوم را به ما برسانند و روی خودمان کار کنیم و از این مسیر لذت ببریم به جای این که بجنگیم با مشکلات و چالش‌هایی که خدا برای فهماندن یک سری چیزها جلوی راه ما می‌گذارد. و مرسی از برنامه‌تان و خودتان که این وقت را می‌گذارید و روی این برنامه و ما کار می‌کنید. دوستان دارم.

آقای شهبازی: آفرین! شما چند سالتان است؟

خانم عسل: من شانزده سال.

آقای شهبازی: شانزده سال، به به به! چه سنی، آفرین! عالی، عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم عسل]



۷- خانم مهشید از تهران با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم مهشید]

خانم مهشید: اول این‌که یک تشکر ویژه از شما بابت زحمتهایی که می‌کشید. آقای شهبازی من یک بار یا دو بار دیگر با شما تماس گرفته بودم ولی نمی‌دانم، می‌گوید:

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

آقای شهبازی: بله.

خانم مهشید: من از آن آدم‌هایی بودم که شما را داشتم، گنج در اختیارم بود، و با من ذهنی‌ام گوش می‌کردم یعنی حتی برنامه شما را هم کلاً با من ذهنی گوش می‌کردم. یک روزی که این، البته من مبارک دانستم این اتفاق را هم که افتاد برای من مبارک بود، باعث شد که انگار یک سیلی کوچولوی خدا را خوردیم که مبارک بود برایمان.

بعد الآن چند وقتی است که خیلی یعنی چیز کردم، توجه و تمرکز را گذاشتم روی برنامه و شروع کردم به گوش کردن. من یعنی یک جواری شده بودم که یعنی کلاً بدون قرص خواب دیگر خوابم نمی‌برد، ورزش را گذاشته بودم کنار. کلاً به همه احساس می‌کنم که خیلی بدی کردم و احساس می‌کردم همه دارند به من بدی می‌کنند.

بعد دیگر تکرار، یکی از دوستان گنج حضوری به من گفت که تکرار خیلی مهم است. من که اصلاً نمی‌توانستم یک ساعت برنامه را ببینم، نمی‌دانم کار قضا و قدر بود، چه بود خدایا، من الآن پنج بار برنامه ۹۹۱ را تکرارش را گوش کرده‌ام و حال خیلی خوبی دارم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم مهشید: دیگر این را هم بگویم، حتی در همین بیست روز اخیر منی که قرص خواب می‌خوردم، بدون قرص خواب خوابیدم، صبح‌های زود پا شدم. یعنی حداقل این تغییرهایی که جزیی هست، ولی برای من خیلی خوب بود، حالم خیلی خوب است.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم مهشید: شعرها را با خودم می‌خوانم.



هست مهمان‌خانه این تن ای جوان

هر صبا حی ضیف نو آید دوان

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۴)

هین مگو کاین مانند اندر گردنم

که هم‌اکنون باز پرد در عدم

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۵)

هرچه آید از جهان غیب‌وش

در دلت ضیف است، او را دار خوش

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۶)

ضیف: مهمان

لیک حاضر باش در خود، ای فتی

تا به خانه او بیاید مر تو را

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۶۴۳)

ورنه خلعت را برد او باز پس

که نیابیدم به خانه هیچ کس

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۶۴۴)

فتی: جوان‌مرد، جوان

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

تو این لحظه، الآن از خودم می‌پرسم، یعنی می‌گویم که الآن تسلیم می‌خواهی باشی یا «ریب‌المنون» را می‌خواهی؟

به‌هر حال باید انتخاب بکنم دیگر. یعنی با یک اتفاق کوچولویی افتاد و نمی‌دانم حالا ترس از این، نمی‌دانم، ولی

خیلی حالم خوب است، مرسی از شما.

آقای شهبازی: عالی!

خانم مهشید: ان‌شاءالله همیشه سلامت باشید. خیلی دوستتان دارم.

آقای شهبازی: ممنونم. عالی، عالی، آفرین! ان‌شاءالله که ادامه بدهید. ولی یادمان باشد این من‌ذهنی باز هم

حمله خواهد کرد و زندگی با بالا آوردن بعضی حالت‌های ما، نشان دادن بعضی از خاصیت‌های ما،

خصوصیت‌های ما، عیب ما را نشان خواهد داد.



وقتی عیب ما را زندگی به ما نشان می‌دهد، این را نباید به عنوان نقص بگذاریم، یا به عنوان بی‌مرادی بگذاریم، باید خوشحال باشیم. توجه می‌کنید؟ یک راهی باید زندگی پیدا کند به ما نشان بدهد که هنوز کامل نیستی، هنوز همانندگی داری، برای همه اتفاق می‌افتد. همان موقع‌ها من ذهنی فرصت پیدا می‌کند حمله کند که دیدی نشد، دیدی درست نشد؟ چون با پندار کمال کار می‌کند. دیدی هنوز کامل نشدی؟

اصلاً بهتر است ما به خودمان بگوییم که من هیچ موقع نمی‌خواهم کامل بشوم، اصلاً کمال را هم دوست ندارم. هیچ‌کس نمی‌تواند کامل بشود، آن کسانی که شما فکر می‌کنید کامل هستند، اصلاً کامل نیستند. درواقع براساس ارزیابی ذهنی ما می‌گوییم کامل هستند.

یک نفر خب هم جوان است، بدنش سالم است، پول دارد، به لحاظ مختلف موفق شده، ما می‌گوییم کامل است. [خنده آقای شهبازی] کامل نیست، نه، او هم کامل نیست. هیچ‌کس کامل نیست، کامل فقط خدا است.

بنابراین ما بگوییم اصلاً من می‌خواهم ناقص باشم، نمی‌گویم نقص‌هایمان را برطرف نکنیم ولی از دیدن نقص وحشت نکنیم. یکی از راه‌هایی که یا فن‌هایی که من ذهنی به ما می‌زند، ما که پندار کمال داریم، یک‌دفعه چندتا عیب بزرگ در خودمان ببینیم وحشت می‌کنیم که این من هستم؟ فرار می‌کنیم، می‌ترسیم. نه، نباید فرار کنیم، همین هستم دیگر من، همین هستم، به همه هم همین را ارائه می‌کنم، نمی‌ترسم از هیچ‌کس. اتفاقاً وقتی نقص‌هایمان را ما اقرار می‌کنیم، به مردم هم نشان می‌دهیم، مردم کمک می‌کنند این نقص‌هایمان را ما برطرف کنیم. بله.

خانم مهشید: درست است، مرسی از شما.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم مهشید: ان شاء الله که فراموش‌کار نباشیم، این سیل جفا را دوباره تاب ندهیم و بمانم توی این راه، یعنی من نمانم خدا خودش کمک کند، خودش می‌داند چکار باید بکند. خیلی ممنونم از شما.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم مهشید]



۸- آقای عابدین زارع از شیراز

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای زارع]

آقای زارع: من عابدین زارع هستم از شیراز، اولین بار است تماس می‌گیرم خدمتتان.

آقای شهبازی: بله آقای زارع بفرمایید.

آقای زارع: واقعاً خوشحال هستم، قربان محبت شما، خدا ان شاء الله سایه شما را از سر ما کم نکند.

آقای شهبازی: اختیار دارید.

آقای زارع: من سه چهار ماه است با برنامه جنابعالی آشنا شدم واقعاً خوشحال هستم و لذت می‌برم. بعضی موقع‌ها از وجود خودم می‌آیم بیرون، آن من ذهنی را که مثل جوجه تیغی، مثل خارپشت می‌ماند می‌بینم جلوی چشمم، می‌بینم که موزیانه می‌رود و برمی‌گردد و نگاه می‌کند.

آقای شهبازی: بله.

آقای زارع: خجالت می‌کشم از این که این من ذهنی را دارم. بعضی موقع‌ها پیش خودم احساس می‌کنم معنی این شعر را واقعاً به وضوح می‌فهمم.

تَدبیر کند بنده و تَقْدیر نداند

تَدبیر به تَقْدیرِ خداوند نمَاند

بنده چو بیندیشد، پیداست چه بیند

حیلَت بکند، لیک خدایی نتواند

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۵۲)

حیلت: حيله، فکر کردن به وسیله من ذهنی براساس دید هم‌هویت‌شدگی‌ها

آقای شهبازی: بله.

آقای زارع: یک بعضی موقع‌هایی یک من ذهنی توی وجودم هست که می‌آید به آن من ذهنی دیگر می‌نشینند [کلمه نامفهوم] می‌خواهند من را مسخره بکنند، ولی من از بیرون می‌بینمشان.

آقای شهبازی: آها!



آقای زارع: زیاد وقت برنامه و دوستان را نمی‌گیرم. فقط خیلی خوشحال هستم از این‌که توانستم برای اولین بار با شما تماس بگیرم.

آقای شهبازی: لطف فرمودید، خواهش می‌کنم.

آقای زارع: قربانت بروم من، التماس دعا داریم از شما.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، محتاج دعا هستیم. ممنونم موفق باشید، سلامت باشید.

آقای زارع: اختیار دارید زنده باشید جناب آقای شهبازی، ان شاء الله که سایه‌تان بالای سرمان باشد و بتوانیم استفاده کنیم.

آقای شهبازی: اختیار دارید خواهش می‌کنم.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای زارع]



۹- آقای علی از تهران با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای علی]

آقای علی: بعد از دوازده سال اولین بار است من دارم تماس می‌گیرم.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای علی: خدمتان عرض کنم که از شاگردهای واقعاً حالا بگویم بد و عرضم به خدمت شما که درست تکالیفم را انجام نمی‌دهم. ابتدا یعنی اول آشنایی‌ام با برنامه خدمت شما که عرض بکنم تقریباً توی سه ماه اول چون که اتفاقی برنامه را دیدم پیگیر بودم، بعد یک‌بار یک اتفاقی من خودم دیدم برایم افتاد. طوری بوده که مثلاً تلفن با کسی صحبت می‌کردم مثلاً الآن با شما، انگار یک چیزی از بغل سرم این‌جوری بلند می‌شد، بعد یک آرامش خیلی خوبی به من دست داد، خلاصه یک [ناواضح] و دیگر آن حالت پرید، ولی بعد از آن تبدیل شدم به یک آدم دیگر، یعنی خودم احساس می‌کنم که سطحم توی لول مادی هم خیلی تغییر کرده، اصلاً رفتارم، صحبت کردنم، ترسیدن‌هایم، نمی‌دانم خیلی مسائلم تغییر کرده، ولی متأسفانه گاه‌گذاری هم سراغ مواد مخدر می‌رفتم، مشروبات الکلی می‌رفتم، رابطه‌های ناسالم، با وجود این‌که می‌دانستم همه‌چیز هم اشتباه است، می‌دانستم هم که بر فرض، این‌همه هم می‌نشستم صحبت‌های شما را که از طریق مولانا برای ما می‌گفتید گوش می‌کردم، ولی متأسفانه هیچ‌چیز، برای همان لحظه‌ای که پای برنامه بودم خوب بودند، بلند می‌شدم دوباره می‌دیدم مسیرم تغییر می‌کرد.

آقای علی: آیه‌ال زنگ زدم که هم از شما تشکر کنم، هم از برنامه خوبتان و همین‌که اقرار کنم واقعاً از کار خودم هم پشیمان هستم. دوستانی هم که تماس می‌گیرند وقتی صحبت می‌کنند اصلاً خجالت می‌کشم خودم که مثلاً یک همچو هم‌کلاسی‌هایی، این‌ها کجا ما کجا!

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

آقای علی: چطور می‌شود وقتی من پا می‌شوم می‌روم دنبال کارهای بد و مسائل بد و فکرهای منفی. در هر صورت خیلی خیلی ممنون هستم، ان‌شاءالله که بتوانم به هر صورت کم‌کم خودم را درست کنم و خودم را به بقیه هم‌کلاسی‌ها برسانم.

آقای شهبازی: ان‌شاءالله، بله. هنوز مواد مصرف می‌کنید؟



آقای علی: الان که مصرف مواد هم چه جوری بگویم، شرمنده این جوری درست نیست، ولی مداوم مصرف نمی‌کردم، یعنی حالت یک جوهرهایی می‌گفتم که آقا من تفریحی می‌روم این کارها را می‌کنم، ولی واقعاً دیدم اشتباه بوده. یعنی هم روابطی که داشتم با بعضی، شاید صحیح نباشد این جا اعتراف کنم، هم روابط خیلی ناسالمی داشتم، همین که مواد مخدر مصرف می‌کردم، ولی ته همه شان هیچ چیز نبود. یعنی وقتی پای برنامه می‌نشستم برنامه را یک جوهرهایی روی خودم تمرین می‌کردم، آن حس و حال بعد از برنامه مشخص بود. بعد از استفاده از این مسائل هم مشخص بود که چه به من دست می‌داد. ولی کلاً واقعاً پشیمان هستم از کار خودم.

آقای شهبازی: بله، خیلی خب، عالی، عالی!

آقای علی: این جا هم خیلی راحت اعتراف می‌کنم و از خدا می‌خواهم که ان شاء الله کمک بکند بتوانم به هر صورت موفق بشوم در این مسیر.

آقای شهبازی: ان شاء الله، ان شاء الله. ولی اولین کسی که کمک می‌کند خودتان هستید، تا خودتان نخواهید به خودتان کمک بکنید، خداوند هم به شما کمک نمی‌کند. باید جدی باشید و اولین قدم را شما بردارید.

آقای علی: بله، توی برنامه ۹۹۲ هم فرمودید. گفتید که دعا می‌کنی، توی سر یک چیز دیگر است، توی دل یک چیز دیگر است. درست است دقیقاً من همین طوری هستم، دلم یک چیز دیگر بود، ولی توی سرم برنامه دیگر پیش آمده بود. درست است باید اول دل را، اندرونه را درست بکنم تا این که ان شاء الله به امید خدا بقیه مسیر درست بشود برایم.

آقای شهبازی: گاهی اوقات لازم است ما قرینمان را عوض کنیم. قرین، قرین، باز هم شما ممکن است دوستانی دارید، حالا من دخالت در زندگی مردم نمی‌کنم، ولی همیشه باید قرین را مواظب باشیم، اگر جدی هستیم در تغییر خودمان.

شما الان از صدایتان معلوم است جوان هستید، نباید اجازه بدهید که سنتان خیلی برود بالا، چون بعداً تغییر سخت تر می‌شود. من نمی‌گویم غیرممکن است، ولی هرچه سن ما می‌رود بالا خب تغییر کردن ممکن است سخت تر بشود، عادت جاگیر می‌شود. بله. خب چیز دیگر می‌خواستید بگویید؟

آقای علی: دیگر فقط زنگ زدم تشکر کنم از شما، دستتان درد نکند.

آقای شهبازی: موفق باشید ان شاء الله، بله خبرهای خوب به ما بدهید.

آقای علی: ان شاء الله [کلمه نامفهوم] که آمدم به امید خدا که بتوانم که به طور مداوم بیایم.



آقای شهبازی: آری، ابیات را زیاد تکرار کنید لطفاً. ورزش کنید، ورزش، ورزش، همراهش ورزش کنید، آن دیگر به فکرهای بد وقت نمی‌ماند.

آقای علی: به امید خدا، چشم.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای علی]

فصلنامه



۱۰- خانم سیما از کرج با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم سیما]

آقای شهبازی: اولین بار است؟

خانم سیما: بله آقای شهبازی، من اولین بار است تماس می‌گیرم. مدت یک سال است که بیننده برنامه‌تان هستم و درواقع این برنامه بهترین اتفاق زندگی من است و آقای شهبازی می‌خواستم بگویم که پیام‌های تلفنی خیلی تأثیرگذار است.

آقای شهبازی: بله.

خانم سیما: من پارسال دی‌ماه یک خانمی با این برنامه تماس گرفتند، یک خانمی بودند که می‌گفتند چهل سال است که اعتیاد دارند و من وقتی که پیغام این خانم را شنیدم این قدر تحت تأثیر قرار گرفتم گفتم که باید حتماً این برنامه خیلی برنامه مفیدی باشد که این خانم با درواقع اعتیاد شدیدی که داشته توانسته جذب این برنامه بشود و همین باعث شد که من بیننده این برنامه بشوم و حالا در مقایسه با خیلی از بیننده‌ها من هنوز درواقع مبتدی هستم باید تلاش بکنم، ولی خوشحال هستم که توانستم درواقع راهم را به‌وسیله این برنامه پیدا کنم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم سیما: و سعی می‌کنم که این تغییراتی که توی این پیام‌های تلفنی و این برنامه درواقع مردم بیان می‌کنند سعی می‌کنم که آن تغییرات را در خودم به‌وجود بیاورم و خیلی شکرگزارم که این برنامه را پیدا کردم و ناامید نیستم، خیلی باید تلاش بکنم، خیلی باید زحمت بکشم ولی ناامید نیستم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم سیما: و خوشحالم که درواقع یکی از شاگردان این برنامه و حضرت مولانا هستم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین، آفرین! عالی، عالی! چقدر خوب می‌گویید ناامید نیستید! هیچ‌کس نباید ناامید باشد. حتی یک بار یک بیت را خواندن اثر دارد. شما یک قدم بردارید در راه ورزش اثر دارد، نمی‌گویم خیلی زیاد است ولی اثر دارد. بنابراین من‌ذهنی دوباره می‌خواهد ما را ناامید کند چون نظر به کمال دارد. همان پیشرفتی که شما می‌کنید ولو به نظر کم می‌آید، قدرش را باید بدانید، شکر کنید و دوباره بکنید، بیشتر بکنید. در مدت کوتاهی طبق تجربه بینندگان توانسته‌اند حتی در مدت سه ماه تغییرات قابل ملاحظه‌ای که بسیار بسیار محسوس است در زندگی خودشان به‌وجود بیاورند. شما اگر در مسیر درست، در آن دنده درست



راه بیفتید، دیگر می‌روید، جلوی شما را نمی‌شود گرفت. بله، روزبه‌روز هم پیشرفت خودتان را بیشتر می‌بینید، بیشتر راضی می‌شوید، شکر می‌کنید جلو می‌روید، ناامید نمی‌شوید، ناامید نمی‌شوید. بله.

خانم سیما: بله، خیلی ممنون آقای شهبازی فقط خواستم که ارادت خودم را نسبت به حضرت مولانا، شما و آن خواهر عزیزی که درواقع باعث شد من با این برنامه آشنا بشوم درواقع قدردانی و ارادت خودم را این‌جا اعلام بکنم و می‌گویم شکرگزار خداوند هستم و ناامید هم نیستم، امیدوارم که این درواقع راه و این برنامه برای خیلی‌ها درواقع مسیر هموار بشود و آرزویم این است که به گفته خود مولانا ما بشویم «ملت عشق» و همه دنیا جذب این برنامه بشوند و همه‌مان بتوانیم از این من‌ذهنی خودمان را نجات بدهیم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم سیما: دیگر بیشتر از این مزاحمتان نمی‌شوم، خوشحال شدم که صدایتان را شنیدم.

آقای شهبازی: عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم سیما]

♦ ♦ ♦ پایان بخش اول ♦ ♦ ♦



۱۱- آقای پویا از آلمان با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای پویا]

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

آقای شهبازی: بفرمایید، بله، بله.

آقای پویا: اسم متن هست «میوه بسط».

آقای شهبازی: «میوه بسط» به به به! بفرمایید.

آقای پویا: بله.

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

شاید بینندگان با سری قصه‌های من با خانم صاحب‌خانه‌ام آشنا باشند. شاید هم نه! موضوع این است که در چند هفته پیش بود که با ایشان قبضی پیش آمد و من بیت زیر را خواندم و عملی انجام ندادم تا چاره قبض را از بن بیایم:

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

اما موضوع این هفته این است که خدا را شکر که واکنش هیجانی نشان ندادم و بسط آمد. و خدا را شکر که بسط آن‌قدر آمد که من برای اولین بار در عمرم شیرینی‌پزی کردم.

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

اگر از خود تعریف نباشد دستی بر آتش دارم و در غذا درست کردن باتجربه‌ام، ولی شیرینی‌پزی‌ام در حد صفر است. خلاصه من یک دستور پخت برای شیرینی کوکی پیدا کردم. این شیرینی کوکی هم اسمش کوکی نارگیل و لیموترش سبز بود. دلتان نخواهد کوکی‌های خوشمزه‌ای شدند و لحظه‌ای به دلم الهام شد که برای خانم



صاحب‌خانه هم شیرینی ببرم. پا شدم و چند کوکی داغ و تازه را در بشقابی گذاشتم و بردم در خانه‌اش. همسر خانم صاحب‌خانه شیرینی‌ها را گرفت و بسیار تشکر کرد. به او گفتم اولین تجربه است و این کوکی‌ها خیلی شیرین نیستند. خلاصه دو روز بعد دوباره دیدمشان و خیلی خوششان آمده بود و بسیار تشکر کردند و گفتند شیرینی‌اش به اندازه و عالی بود.

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

میوه بسط می‌تواند خودش را به همه صورت نمایان کند از اثر هنری گرفته، از کادویی بی‌مناسبت، از پیامی مهرآمیز تا آشپزی‌ای به صورت دلی. بعد از دیدن لبخند رضایت در چشمان همسر صاحب‌خانه و به یاد آوردن این‌که فضاگشایی چقدر شیرین است، من از آن به بعد با خود عهد بستم که هر موقع در مقابله با خانم صاحب‌خانه قبضی پیش‌آمد کاری نکنم و صبر کنم و بروم یک شیرینی بپزم و به آن‌ها بدهم. اگر بخواهم گریزی بزنم به داستان مثنوی این هفته که نکات شگفت‌انگیز فراوانی داشت در قسمتی مولانا می‌گفت:

الضِّيَافَةُ لِلْغَرِيبِ وَالْقُرَى أَوْدَعَ الرَّحْمَنُ فِي أَهْلِ الْقُرَى (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۳۹۹)

«خداوند مهربان، غریب‌نوازی و مهمان‌دوستی را در خوی روستاییان به ودیعت نهاده است.»

در خوی روستاییان یعنی در خوی کسانی که فضاگشایی را تمرین می‌کنند و یاد گرفته‌اند و در خوی کسانی که به آموزه‌های مولانا دل می‌دهند، مهمان‌دوستی و غریب‌نوازی نهاده شده. این افراد سعی در این دارند که میوه بسط خود را با اصحاب به اشتراک بگذارند. این افراد می‌دانند که انسان‌های زیادی هستند که با فضای گشوده‌شده و گرما و محبت و پذیرشی که آن فضا دارد، غریب و بیگانه و ناآشنا هستند.

الضِّيَافَةُ لِلْغَرِيبِ وَالْقُرَى أَوْدَعَ الرَّحْمَنُ فِي أَهْلِ الْقُرَى (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۹۹۲)



در مقابل اما تعداد کثیری از انسان‌های امروزی در کاروانسرای این جهان تمرکزشان بر روی این است که دیگران گشنگی بکشند. یعنی نه تنها میوه بسط را پخش نمی‌کنند، بلکه در پخش کردن میوه قبض از رقیبان گوی سبقت را هم ربوده‌اند. سرمایه‌های مادی‌ای که در کارخانه‌های اسلحه‌سازی بر روی کره زمین خرج می‌شود سرسام‌آور است. شبکه‌های خبررسانی در حجم وسیعی میوه قبض و درد خویش را پخش می‌کنند. مردمان زیادی هستند که از درد تخمه و شکم‌پر شده‌اند. همانند آن ترسا و یهودی که اضطراری در فضاگشایی و پخش عشق و محبت نمی‌بینند، آن‌ها می‌خواهند امشب را هم مثل شب‌های دیگر با زندگی در ذهن به سر کنند. آن دو برعکس آن مسلمان گشته حلوای فضاگشایی و میوه‌جات بسط آن نیستند:

تُخْمه بودند آن دو بیگانه، ز خور

بود صایم روز آن مؤمن مگر

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۴۰۲)

چون نمازِ شام، آن حلوا رسید

بود مؤمن مانده در جوع شدید

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۴۰۳)

آن دو کس گفتند: ما از خور پُریم

امشبش بنهیم و فردایش خوریم

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۴۰۴)

وقت من تمام شده است ولی علاوه بر این موضوع که تمرکز ما بر روی این است که دیگران گشنگی بکشند، مطلبی هم هست که دلم نمی‌آید که نگویم، آن این‌که داستان «شتر و گاو و قوچ»، یک آگاهی عظیمی درمورد عمل‌گرایی به همراه دارد که در جهان منتظر بقیه نباش، تا جهان را برای تو زیبا کنند، در زیبا کردن جهان نقشی بی‌آفرین و با کوچک‌ترین قدمت که فضاگشایی در این لحظه و پذیرش اتفاق لحظه است قدم بردار. توی بیننده شتر قوی هیکلی هستی که خداوند خاتم شاهی را در انگشت کرده است و تو بدون قیل و قال با دیگران می‌توانی روی خودت تمرکز کنی و علف حضور را بخوری و فضا را بگشایی و میوه بسطت را پخش کنی. کسی که به ابدیت و بی‌نهایت این لحظه زنده است، از تمام کشاکش‌های ذهنی و بحث و جدل‌ها و داستان‌های میان قوم‌ها فراتر می‌رود. هرچه شده که شده، چرا میان کشورها براساس باورهای پوسیده تاریخی باید جنگ باشد؟!



در هوا برداشت آن بند قصیل
اُشتر بُختی، سبک بی‌قال و قیل
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۴۸۰)

که مرا خود حاجت تاریخ نیست
کاین چنین جسمی و عالی‌گردنی‌ست
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۴۸۱)

خود همه کس داند، ای جان پدر
که نباشم از شما من خردتر
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۴۸۲)

ز زمان و ز مکان باز رهی گر تو ز خود
چو زمان برگذری و چو مکان نستیزی
مَثَلِ چرخ، تو در گردش و در کار آیی
گر چو دولاب، تو با آب روان نستیزی
(شعر آقای پویا)

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 خوب!

آقای پویا: مرسی.

آقای شهبازی: آقای پویا عالی، عالی، عالی! شما که ویدئو درست کردن بلد هستید، این را خواهش می‌کنم یک ویدئو بکنید، سریع و سیر به ما بدهید. خیلی خوب بود. خیلی خوب بود.

آقای پویا: به روی چشم.



آقای شهبازی: امیدوارم که مردم بیننده با برنامه ۹۹۲ آشنا بشوند. برنامه ۹۹۲ حاوی داستان عالی از مثنوی است و یک غزل عالی هم از دیوان شمس است. خواهش می‌کنم این را توجه کنید همین برنامه می‌تواند برای یک نفر کافی باشد، اگر شما یک بیست باری این برنامه را گوش کنید و بعد برای خودتان بخوانید، ممکن است همین برنامه شما را بیدار کند به بی‌نهایت و ابدیت خداوند. شما هم قبول دارید آقای پویا این برنامه ۹۹۲ شعرهای خوبی دارد، بله؟

آقای پویا: من با اجازه شما یک صدتا می‌گذارم رویش می‌گویم که واقعاً داستان، حالا غزل هم که بسیار قوی بود، داستان مثنوی خیلی شگفت‌انگیز بود، شاید ظاهرش یک کمی ساده باشد البته یک بخشی بود که تجربیات یهودی بود که یک کم حالا شما گفتید شاید برای تلویزیون سنگین باشد ولی در مجموع داستان «شتر و گاو و قوچ» و داستان «ترسا و یهودی و مسلمان» نکات شگفت‌انگیزی دارد که به نظر من می‌تواند مسیر عملی باشد که کلاً توی جهانی که الآن همه سردرگم هستند، ما را نجات می‌دهد.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای پویا: یعنی شگفت‌انگیز است این آگاهی که توی این برنامه پخش می‌شود، در مقابل این اتفاقاتی که در جهان می‌افتد و ما هر روز از خودمان می‌پرسیم که واقعاً به کجا داریم می‌رویم؟ یعنی اصلاً اگر این اتفاقی که در جهان می‌افتد قهقرا نیست پس کجاست؟ و این که مرسی از شما که این چراغ آگاهی و روشنایی را این قدر پر قدرت روشن نگه می‌دارید، واقعاً یک دنیا ممنون.

آقای شهبازی: ممنونم، من هم از شما ممنونم که به این دقت برنامه را گوش می‌کنید، این ابیات را می‌خوانید یاد می‌گیرید و بیان می‌کنید، در عمل پیاده می‌کنید، پیشرفت می‌کنید، شما می‌دانید چقدر پیشرفت کردید؟ (خنده آقای شهبازی) در این چند سال ماشاءالله. خب خیلی جوان هستید شما در این سن این قدر شما می‌دانید و در عمل هم به کار می‌برید، خب امیدهای آینده بشریت هستید به نظر من، شما الآن آلمان هستید، زبان آلمانی را خوب دارید یاد می‌گیرید، فارسی را خوب بلد هستید، این دوتا زبان خیلی مهم هستند، از طرف دیگر انگلیسی هم می‌دانید، خب همین طور که شما پیش می‌روید می‌توانید یک عاملی باشید که جهان را عوض کنید با دانش مولانا، راه‌هایی که مولانا به ما می‌دهد آشنا کنید، جهان سردرگم است. به قول شما چرا این همه پول ما صرف کارخانجات و اسلحه‌سازی و اسلحه این‌ها می‌کنیم، این قدر هم می‌رود توی باتلاق و تانک و نمی‌دانم فلان، هواپیما قیمتش فلان، آدم می‌کشیم، خب این‌ها راه غلط است دیگر، غلط نیست، پس چیست؟ غلط اندر غلط است، اگر ما به حرف مولانا گوش می‌کنیم، بزرگان خودمان گوش می‌کنیم، غلط اندر غلط است. یک ویدئوی



هم از هوش مصنوعی در مورد زبان فارسی پیدا کردیم ما، پخش کردیم توی این چیز مجازی اینستاگرام (instagram) و این‌ها.

آقای پویا: من بالای ده بار آن ویدئو را دیدم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: بله، می‌گویید ده تا عارف بزرگ تا حالا آمده، پنج‌تای آن‌ها به زبان فارسی سخن گفتند.

آقای پویا: دقیقاً، دقیقاً.

آقای شهبازی: یعنی مولانا شاید بزرگ‌ترین و بهترین است. بعدش مثلاً ما فردوسی داریم، عطار داریم، بقیه بزرگانمان را داریم. اگر بگوییم ده‌تا تا حالا از بدو بشریت ده نفر آمدند که بسیار مهم بودند در زندگی بشر، پنج‌تای آن به زبان فارسی سخن گفتند، خیلی است این معنی‌اش این است که ما فرهنگ بسیار بسیار غنی داریم و یکی‌اش هم همین مولانا است. شما می‌بینید شاید صد بیت نخواندیم، در این صد بیت این‌قدر مطلب مولانا به ما گفته در همین برنامه، البته بیشتر از صد بیت خواندیم ولی خب عالی. ممنونم آقا پویا خداحافظی کنم با شما مگر چیزی داشته باشید بگویید.

آقای پویا: من فقط می‌خواستم یک جمله اضافه کنم که این پنج‌تا شاعر بزرگ از ده‌تاش که پنج‌تای آن ایرانی هستند به این معنی هست که تلاش ایرانیان باید پنج برابر باشد که این عرفا را به جهانیان معرفی بکنند.

آقای شهبازی: تلاش ایرانیان باید هزار برابر بشود تلاشی نکردن ایرانیان تا حالا، ما در شناساندن ایران به جهان که کاری نکردیم که، هیچ کاری نکردیم، ما کجا برفتیم فردوسی را به جهان شناساندیم.

شناساندن آن‌طوری نیست، شناساندن آن است که شما مثلاً پنجاه تا کانال داشته باشید و واقعاً به زبان‌های مختلف بگوید آقا فردوسی ما این را می‌گوید، مولانا به زبان فارسی سخن گفته این را می‌گوید همین ابیات را، به انگلیسی، به آلمانی، به زبان‌های به اصطلاح اروپایی، مثلاً شمال اروپا مثل نروژی و چه می‌دانم سوئدی و به زبان فرانسه مثلاً، به زبان عربی [خنده آقای شهبازی] که این همه عرب داریم، بعد برویم به زبان ژاپنی، چینی، نکردیم که، مگر کردیم ما! هیچ کاری نکردیم، تازه برای خودمان هم نکردیم، این برنامه گنج حضور با این همه ابیات مولانا که داریم پخش می‌کنیم برای عموم اولین بار است، بله توی دانشکده ادبیات و این‌ها خب این‌ها را دانشجویان و استادان می‌دانند، استادان در یک سطح دیگری هستند ولی خب عموم می‌دانند؟ الآن بچه سه‌ساله می‌گوید:



در این بحر در این بحر همه چیز بگنجد مترسید مترسید گریبان مدرانید (مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۳۷)

این باید این‌طوری باشد، آیا راننده کامیون، راننده تاکسی، آن کسی که در خیابان راه می‌رود آدم عادی است، او می‌داند؟ الآن می‌شنود می‌گوید اِه این یعنی چه؟ یک بار دیگر بگو، تازه در این بیست و سه سال ما داریم این را بین ایرانیان و فارسی زبانان به‌طور کلی رواج می‌دهیم، نه فقط ایرانیان، الآن من متوجه می‌شوم که افغان‌ها، تاجیک‌ها، تاجیکستان و این‌ها خیلی علاقمند هستند، خیلی علاقمند هستند به چه؟ به مطلب درست.

آقای پویا: دقیقاً.

آقای شهبازی: به مطلبی که فرهنگ اصیل ماست. آن را که می‌گوییم حالا اسمش را بگذار سنت یا هرچه ایرانی است، این‌جا است که ارزش دارد، و گرنه من ذهنی درست کنیم برطبق من ذهنی‌مان هی ایراد بگیریم، تازه خودمان هم پُر از ایراد باشیم. این‌که نمی‌شود که ما باید ریشه‌مان را پیدا کنیم، ریشه‌مان یکی‌اش این مولانا است که این همه پُر است. واقعاً شما مثنوی را می‌خوانید بیت به بیت شما می‌توانید یک ساعت راجع به یک بیت صحبت کنید، حالا ما مجبوریم که تندتند برویم جلو ولی شما چون می‌توانید تکرار کنید، تکرار کنید.

عرض کردم دوستان آن‌هایی که پنجاه سال‌تان شده، شما مثل شاگرد مدرسه باید درس مولانا را بگیرید، همین‌طور مثل این‌که می‌خواهید امتحان بدهید، مثل این‌که به مدرسه جدیدی دارید می‌روید، همین‌طور که بچه‌تان، نوه‌تان می‌رود مدرسه، شما هم یک مدرسه می‌روید، این چالش این است این را یاد بگیر، توجه می‌کنید اگر یاد بگیر، آن موقع به دور و برت هم یاد بده، نه این‌که توهین کنی و تحقیر کنی، یاد بده. همین است شمع خودمان را روشن کنیم مردم می‌بینند. آن بیت را هم شما بلدید دیگر که «چراغ خود برافروز» درست است؟ شما این را بخوانید ما خداحافظی کنیم.

آقای پویا: بله بله، [خنده آقای پویا] حالا فکر کنم این نیم مصرع دوشم است.

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

آقای شهبازی: «تو یکی نه‌ای هزاری تو چراغ خود برافروز» بله، خیلی خوب، خوب «بی‌کلید، این در گشادن راه نیست» دعا را بخوانید شما [خنده آقای شهبازی] بفرمایید.



آقای پویا: [خنده آقای پویا]

بی‌کلید، این در گشادن راه نیست

بی‌طلب، نان سنتّ الله نیست

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۸۷)

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای پویا]

خدا حافظ



۱۲- خانم لادن از کانادا

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم لادن]

خانم لادن: با اجازه‌تان یک پیامی در مورد مثنوی این هفته نوشته بودم به اشتراک می‌گذارم.

آقای شهبازی: بله، بله، بفرمایید.

خانم لادن: ممنونم. یک آموزشی که از قصه‌های مثنوی یاد گرفتم، تفاوت میان طنز و شوخ طبعی با تمسخر است. یاد گرفتم طنز و شوخ طبعی از حضور است.

دید حضور اتفاقات را جدی نمی‌بیند و آگاهی‌اش را در پوششی ظریف از طنز و شوخی قرار می‌دهد تا درحالی‌که لبخندی بر لب انسان می‌نشانند برای لحظه‌ای ذهن را خاموش کند و با ظرافت تمام انعکاس آن هستی حقیقی را در عمق اتفاق این لحظه به انسان بشناساند.

اما تمسخر ناشی از دید من‌ذهنی به تصاویر بیجان است که با بی‌ارزش‌شمردن دیگری، مُردگی را در بیرون منعکس می‌کند.

از دید حضور همه‌چیز زیباست، چون انعکاس روی زندگی‌ست.

از دید من‌ذهنی هر چیز که تأییدکننده هستی مجازی‌اش خوب است و باقی بی‌ارزش هستند.

در بسیاری از قصه‌های مثنوی، طنزی عمیق و ظریف موج می‌زند، شاید مولانا از قالب طنز استفاده کرده تا عمقی از آگاهی را پخش کند که با زبان جدی نمی‌شود بیان کرد.

در این قصه‌ها مولانا تصویری را خلق می‌کند که برای عقل من‌ذهنی عجیب و گاهی خنده‌آور است، سپس در همان لحظه ذهن را خاموش می‌کند و آئینه حضور را بر جان انسان می‌تاباند تا زوایای پنهان من‌ذهنی را مقابل چشم آدم بیاورد، انگار که می‌گوید خانم، آقا، این تصویر خنده‌دار، خودت هستی.

آدم وهم من‌ذهنی‌اش را می‌بیند، هنوز جاذبه بیان مولانا کنار نرفته و من‌ذهنی فرصت نکرده تا حس نقص و شرم را بالا بیاورد، ناگاه زنده‌بودنی بی‌نهایت زیبا و نو بر جان انسان می‌نشیند. اینجا است که خنده جایش را به حیرت می‌دهد، انگار که می‌گوید ای انسان این اصل توست، می‌بینی چقدر زیباست.

قصه همراهی مؤمن و ترسا و جهود یکی از همین قصه‌هاست. در این قصه، مؤمن یا مسلمان نماد انسان تسلیم‌شده و ترسا و جهود نماد نفَس و اهریمن، یعنی من‌ذهنی درونی و نیروی درد بیرونی است.



مولانا می‌گوید همراهی انسان با من‌ذهنی مثل همسفر شدن رازی و مروزی است، یعنی دو چیز دور از هم و مخالف و این همسفری مثل ماندن در یک کاروانسرا در شب و در سرما و برف است. می‌گوید روزی شاه خرد یا خداوند این قفس را می‌شکند و هر مرغی به‌سوی جنس خود پر می‌گشاید:

**چون قفس را بشکند شاه خرد
جمع مرغان هر یکی سویی پرد**
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۳۸۴)

**پر گشاید پیش از این پر شوق و باد
در هوای جنس خود، سوی معاد**
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۳۸۵)

**آن طرف که بود اشک و آه او
چونکه فرصت یافت، باشد راه او**
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۳۸۸)

مولانا می‌گوید انسان هم‌اکنون نان گرم و حلوای عسل حضور را از مطبخ «ائی قریب» و از مهمان‌دوستی انسانهای به حضور رسیده دریافت کرده است، اما فقط انسان تسلیم شده قدر حلو را می‌شناسد زیرا که در پرهیز از غذای ذهن به‌سر می‌برد، درحالی‌که من‌ذهنی سیر از غذای دنیا است یا میلی به حلوای حضور ندارد یا آن را به آینده واگذار می‌کند.

صبح که می‌شود هر یک از این سه نفر به روش خود عبادت می‌کنند و سپس خواب خویش را بیان می‌کنند. پس هر انسانی بسته به مرکزش در این لحظه، سطح هشیاری‌اش را بیان می‌کنند. انسانهای به حضور رسیده بقای ابدی را بیان می‌کنند و اتصال با عالم معنا را در این جهان برقرار می‌کنند:

**عاقلان را چون بقا آمد ابد
پس به معنی این جهان باقی بود**
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۴۲۶)

خواب جهود و ترسا بیان کرامات انسان کامل است که برای انسان به حضور رسیده، حقیقت و برای من‌ذهنی وهم است.

اما خواب مسلمان، اوج آگاهی‌بخشی قصه و بیان مرکز انسان تسلیم‌شده در این لحظه است جایی که طنز هوشمندانه قصه با زیبایی بیان مرکز عدم گره می‌خورد.



گفت: چون فرمود آن شاهِ مُطاع
من که بودم تا کنم ز آن امتناع؟
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۴۹۴)

از یک سو مسلمان، سلیم‌گول واپس‌مانده نامیده می‌شود، اما از سویی دیگر اوست که فرمانِ مصطفی را در این لحظه اجرا می‌کند و بر کاسهٔ حلوا می‌نشیند.

ای سلیم‌گول واپس‌مانده هین
برجه و بر کاسهٔ حلوا نشین
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۴۹۲)

خوابِ مسلمان، تحققِ مقصودِ انسان از آمدن به این جهان است که حلواي حضور را نصیبش می‌کند.

من، ز فخرِ انبیا سر چون کشم
خورده‌ام حلوا و، این دمِ سرخوشم
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۴۹۷)

بهر این آوردمان یزدان برون
ما خَلَقْتُ الْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۵۰۱)

حضرت حق ما را بدین‌جهت آفرید که تسلیم او باشیم و او را عبادت کنیم.

خیلی ممنونم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی خوب لادن خانم، عالی، عالی، عالی! آفرین! ماشاءالله، به‌به!

خانم لادن: ممنونم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: اگر می‌توانید این را یک ویدیو بکنید خانم لادن.

خانم لادن: چشم، چشم. خیلی ممنونم، ممنون از شما!

آقای شهبازی: خیلی زیبا بود، چقدر زحمت کشیده بودید، چه درک عمیقی دارید. واقعاً به شما تبریک می‌گویم!

خانم لادن: ممنون از شما، ممنون از زحمات شما استاد جان که این قصه‌ها را برای ما باز می‌کنید.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم لادن]



۱۳- خانم دینا از کانادا

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم دینا]

خانم دینا: ممنونم از برنامه بسیار عالی و بیدارکننده ۹۹۲ که دوستانم، هم لادن هم پویا خیلی پیام‌های عالی دادند راجع به مثنوی. من هم با اجازه‌تان غزل را خواندم آقای شهبازی و یک تجربه‌ای داشتم که دوست داشتم با دوستانم به اشتراک بگذارم.

آقای شهبازی: بله، بله، بفرمایید.

خانم دینا: توی این غزل وقتی که شما اولین بار این غزل را می‌خواندید، برای من این غزل دو قسمت بود یعنی نمی‌توانستم درواقع ارتباط بین قسمت اول غزل تا حدود بیت یازده از آن‌جا که می‌گفت «مست همی‌کرد وضو از کمیز»، از آن قسمت به بعد را نمی‌توانستم واقعاً ارتباط معنایی بین ابیات را درک کنم.

آقای شهبازی: بله.

خانم دینا: ولی همین‌طور که شما مثل همیشه تأکید کردید که ما باید زیاد غزل را بخوانیم تا ببینیم چه چیزی را دارد در ما نشان می‌دهد. که شما واقعاً خیلی عالی این، مثل همیشه این غزل را برای ما باز کردید و از اول که مولانا می‌گوید که ما مثل بقیه کائنات باید به دور مرکز عدم در این لحظه طواف کنیم و زندگی هم این قدرت را به ما داده یعنی آن «خاتم شاهی» را در انگشت ما کرده درواقع همان قدرت فضاگشایی هست که ما می‌توانیم در این لحظه به دور آن مرکز عدم طواف کنیم و دوباره جان جهان بشویم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم دینا: و تنها در این حالت هست که ما به آن جنس اصلی‌مان میل می‌کنیم و آن درواقع «باصفا» می‌شویم، چون مرکزمان فقیر از همانیدگی‌هاست. ولی از آن‌جا که هی مولانا می‌گفت که،

ز آن‌که وجود است فنا پیش او

شُسته نظر از حَوَل و از خطَا

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۰)

حَوَل: لوجی و دوبین بودن

من هم از پویا جان عزیز یاد گرفتم که این قسمت‌ها را، از این‌جا به بعدش را که متوجه نمی‌شوم، بیشتر کلمات را به آن‌ها توجه بکنم که ببینم واقعاً مولانا می‌خواهد چه چیزی را در من نشان بدهد.



زآن‌که وجود است فنا پیش او
شُسته نظر از حَوَل و از خطا

مست همی‌کرد وضو از گُمیز
کز حَدَثم باز رَهان رَبنا

گفت: نَخُستین تو حَدَث را بدان
کُژمژ و مقلوب نباید دعا
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۰)

حَوَل: لوجی و دوبین بودن
گُمیز: ادرار، سرگین
کُژمژ: کج و ناراست
مقلوب: وارونه و واژگون

واقعاً این‌جایش برایم مبهم بود که چرا مولانا الآن دارد این را به من می‌گوید، بعد از این‌که به من گفته که تو باید دور مرکز عدم بچرخ و این حالت باشی، این دارد چه چیزی را به من نشان می‌دهد؟ و واقعاً وقتی که این را زیاد تکرار کردم و به کلماتش توجه کردم، در یک لحظه در خودم این را تجربه کردم شاید برای اولین بار بود که انگار وقتی که من در این لحظه وقتی یک دردی در من بالا می‌آید، من اول به آن درد زنده می‌شوم، بعد توی آن حالتی که آن درد را دارم، آن موقع است که انگار می‌خواهم به زندگی پناه ببرم و از زندگی کمک می‌خواهم و این‌جا بود که مولانا به من می‌گفت که این کلید کار نمی‌کند، کلید تو الآن «کژ» است. تو باید واقعاً از این درد بیرون بیایی، ناظر باشی در این لحظه، تسلیم باشی تا زندگی بتواند در تو کار بکند.

و واقعاً این خیلی زیبا با تکرار غزل برای من باز شد. خیلی برایم جالب بود که مولانا دارد این را این‌شکلی به من می‌گوید، چون خیلی برایم جالب بود به‌هرحال تجربه خیلی شیرینی بود که مولانا این را در این غزل به من نشان داد.

و یک موضوع دیگر هم که آقای شهبازی شما توی این برنامه به آن خیلی دوباره تأکید کردید این بود که ما باید تمرکزمان روی خودمان باشد و نقش خودمان را ایفا بکنیم و فرمودید که ما می‌توانیم حتی نقص‌های دیگران را جبران بکنیم.

آقای شهبازی: آفرین!



خانم دینا: شاید من این را توی خودم، شاید حالا توی من ذهنی نمی‌دانم، فکر می‌کردم که من دارم این کار را می‌کنم ولی، ولی مقاومت هم در من بود یعنی من این کار را انجام می‌دادم، ولی با مقاومت و برای همین آن کاری که من انجام می‌دادم به‌نظر خیلی بزرگ می‌آمد. بعضی وقت‌ها فکر می‌کردم که به فرض مثال وقتی سر کار هستم با همکارم داریم یک کاری را انجام می‌دهیم، هر کسی خب به‌هر حال این‌جا وظایفش مشخص هست. بعضی وقت‌ها که من مثلاً می‌خواستم یک گزارشی را بنویسم، به کار همکارم یعنی باید او اول کارش را تمام می‌کرد تا من انجام می‌دادم، ولی من می‌توانستم آن کار را خودم هم انجام بدهم و یعنی سریع‌تر این کار را انجام بدهم، ولی همیشه، بعضی وقت‌ها به خودم می‌گفتم این وظیفه او هست این کار را انجام بدهد. ولی این هفته از سه‌شنبه که رفتم، اولین کاری که کردم هر کاری را که می‌توانستم خودم انجام بدهم را انجام دادم و بعدش متوجه شدم که، این‌که اولاً کارم خیلی سریع‌تر انجام شد، بعد هم متوجه شدم که من چقدر آرامش بیشتری را با این کار تجربه می‌کنم و چقدر انرژی من هدر می‌رفته وقتی که من تمرکز روی این بوده که آن شخص حالا مثلاً یا کم‌کاری می‌کند یا کارش را درست انجام نمی‌دهد، در صورتی که من آن کار را خودم هم می‌توانستم انجام بدهم. به‌محض این‌که آدم فضا را باز می‌کند اولاً متوجه می‌شود که آن کاری که انجام می‌دهد آن‌قدر هم بزرگ نیست.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم دینا: حتی اگر مال یک نفر دیگر باشد واقعاً آن‌قدر بزرگ نیست، ولی این من‌ذهنی کارش این هست که درواقع کارهای خود ما را بزرگ جلوه می‌دهد، ایراد دیگران را، نقصی که در دیگران، کارهای ما را بله بزرگ جلوه می‌دهد و نقص‌های دیگران را، ببخشید اشتباه کردم.

آقای شهبازی: آفرین! نه، همین را هم بزرگ می‌کند، فکر می‌کند که این خیلی زیاد است. مقاومت همیشه سبب درشت‌نمایی می‌شود. شما در عرض دو دقیقه یا پنج دقیقه می‌توانید کار یکی دیگر را، نقص یکی دیگر را برطرف کنید جبران کنید یعنی، شاید هم یک کلمه باشد، ولی مقاومت می‌کنید که چرا این نمی‌داند؟ چرا نمی‌کند؟ آن این‌قدر انرژی مصرف می‌کند به‌اندازه شاید صد برابر آن انرژی مصرف می‌شود کار هم انجام نمی‌شود.

خانم دینا: دقیقاً. و واقعاً این را من هم دیدم که دقیقاً من‌ذهنی من کارهای کوچک من را بزرگ می‌کرد، کارهای کوچک دیگران را که مثلاً همان ایراد حالا بود این کار را انجام نمی‌داد، در نظر من بزرگ می‌کرد و واقعاً هم انرژی خیلی زیادی هدر می‌رود این‌طوری.



در صورتی که می‌گویم که، این قدر من در طول این هفته با این که کارم زیادت‌تر بود، خیلی خیلی راحت بودم یعنی خیلی بیشتر انرژی داشتم، دوست داشتم بیشتر کار کنم و جالب این‌جا بود که همکارم هم شدیداً تمایل داشت که بیشتر کار کند و این خیلی جالب بود واقعاً برای من.

به هر حال خیلی ممنونم آقای شهبازی از شما خیلی. واقعاً آگاهی‌ای که شما به ما می‌دهید اصلاً قابل بیان نیست یعنی این قدر توی روزمره، تو همه حالت‌های ما، توی تنهایی، این قدر کاربرد دارد اصلاً واقعاً قابل وصف نیست، قابل تشکر نیست، قابل جبران نیست. به هر حال خیلی ممنونم از شما.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. می‌خواستم از شما خواهش کنم آن چیزی که شما را شگفت‌زده کرده بود و متوجه شدید از آن غزل، به زبان ساده یک بار دیگر هم تکرار کنید. می‌توانید این کار را بکنید؟

خانم دینا: بله، با اجازه‌تان. این که توی طی غزل را که خواندم متوجه شدم که آن‌جا که مولانا به ما می‌گوید، می‌گوید:

مست همی‌کرد وضو از گُمیز

کز حدّتم باز رَهان ربّنا

گفت: نخستین تو حدّث را بدان

کز مژ و مقلوب نباید دعا

ز آن که کلید است، چو کز شد کلید

واشدن قفل نیابی عطا

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۰)

گُمیز: ادرار، سرگین

کز مژ: کج و ناراست

مقلوب: وارونه و واژگون

آقای شهبازی: آفرین!

خانم دینا: این‌جا در واقع چیزی که من در خودم تجربه کردم این بود که در این لحظه وقتی که یک دردی در من بالا می‌آید به فرض مثال حسادت در من بالا می‌آید، من اول به آن حسادت زنده می‌شوم یعنی انرژی این لحظه‌ام را تزیق می‌کنم به آن درد، به آن حسادت، به آن قضاوت، به آن چیزی که ذهنم این لحظه نشان می‌دهد، بعد توی آن حالت درد که هستم از زندگی کمک می‌خواهم و می‌خواهم من را رها کند.



و مولانا می‌گوید تو باید حدث را بدانی، تو باید آن درد را در خودت بشناسی، تو الآن یک درد توی مرکزت است و آن درد اجازه نمی‌دهد که زندگی در تو کار بکند. آن قفل کار نمی‌کند، آن کلید کار نمی‌کند. کلید زمانی کار می‌کند که مرکز خالی باشد، تو الآن به درد زنده شدی.

چون، واقعاً این غزل دارد این را به من هم گفت که خیلی برایم جالب بود، این‌که توی این لحظه من دوتا حالت را می‌توانم تجربه بکنم. وقتی درد در من بالا می‌آید:

(۱) یا من به درد بیدار می‌شوم.

(۲) یا من به عنوان حضور ناظر می‌توانم درد را ببینم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم دینا: این دوتا حالت را در واقع من در خودم تجربه می‌کنم. اگر که بیشتر اوقات شاید به صورت شرطی شده ما به درد زنده می‌شویم اول، حتی الآن که شعرهای مولانا را می‌خوانیم. و دلیل این‌که متوجه شدم دلیل این‌که درد ادامه پیدا می‌کند، توی همان لحظه تمام نمی‌شود، این است که من به آن درد زنده شدم.

ولی مولانا می‌گوید تو اول وقتی تو این حدث را بشناسی، بدانی که تو این لحظه اوکی (باشد: OK) تو به درد زنده شدی، تو باید بدانی که به درد زنده شدی و همین لحظه ناظر شو و ببین درد را توی خودت و وقتی آن را ببینی، آن حضور ناظر، آن به قولاً می‌گوید انگشت پادشاهی، آن قدرت فضاگشایی این قدر قوی است که درد همان لحظه در ما تمام می‌شود. واقعاً من این را تجربه کردم، شدید.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم دینا: یعنی خیلی جالب بود که یک دردی که واقعاً شاید عمیق باشد در ما، توی همان لحظه وقتی که به محض این‌که ناظر می‌شویم همین، آن از ما می‌رود. و خیلی هم آقای شهبازی جالب است که این را هم بگویم، ببخشید می‌دانم که وقتم هم تمام شده.

آقای شهبازی: بفرمایید.

خانم دینا: که این درد برای این در ما بیدار می‌شود اشکال ندارد، من متوجه شدم حالا خواندم مثنوی را که می‌گوید اشکال ندارد درد در ما بیدار بشود. درد در ما برای این بیدار می‌شود که آن جنس درد هنوز در ما هست.

آقای شهبازی: آفرین!



خانم دینا: ولی خوبی‌اش این است که ما هر بار که این درد بیدار می‌شود آن حضور ناظرمان را که قوی می‌کنیم، آن درد نمی‌تواند ما را به خودش بکشد یعنی واقعاً ثانیه‌ای که می‌آید بالا، همان موقع می‌تواند خاموش بشود بدون این‌که کِش پیدا بکند و این خیلی زیباست و این خیلی قدرت آن جانِ درون ما را دارد به ما نشان می‌دهد و واقعاً این را ما مدیون شما هستیم، مدیون مولانا هستیم، با این همه زحمات و این آگاهی را به ما دادید. از درد واقعاً رهایمان کردید آقای شهبازی.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! دینا خانم عالی، عالی! شما هم که بلد هستید ویدئو درست کنید، ویدئو درست کنید. عالی، عالی!

خانم دینا: خیلی ممنونم، زنده باشید. خیلی ممنونم از شما و همه دوستان آقای شهبازی. واقعاً دلم می‌خواهد از شما تشکر بکنم، این قدر واقعاً مدیونم به شما. خیلی ممنونم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم دینا]



۱۴- خانم اکرم از نجف‌آباد

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم اکرم]

خانم اکرم: هر سبک و رفتاری که انسان از خودش بروز می‌دهد از دو حالت خارج نیست، یا الهی است و یا شیطانی. و هر فکر و عملی که از ما ساطع می‌شود در یکی از این دو قطب قرار می‌گیرد.

در برنامه ۹۹۲ جناب آقای شهبازی فرمودند دو فن و ابزار قوی که شیطان یا من‌ذهنی ما را به گمراهی می‌کشد یکی قرین و دیگری تمرکز روی دیگران است.

تمرکز روی دیگران و این‌که خطاها و مشکلاتمان که در نهایت منجر به درد و ناراحتی می‌شود را گردن دیگران بیندازیم و خدا یا دیگران را مقصر بدانیم، علت آن‌ها را در بیرون از خودمان جست‌وجو کنیم، همه از مکر و حیلۀ شیطان است و تا زمانی که بر این باور باشیم، از جنس شیطان خواهیم بود و آرامش نخواهیم داشت و در این وضعیت گیر خواهیم کرد.

جناب مولانا در بیت ۱۴۸۸ دفتر اول می‌فرمایند:

**گفت شیطان که بَمَا آغَوِیْتَنی
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

حال تا زمانی که ما از جنس شیطان هستیم به سمت او نیز جذب خواهیم شد و این یک قانون است که جنس سوی جنس می‌رود.

هر زمانی که مسئولیت تمام خطاها و مشکلات و درد و رنج‌هایمان را پذیرفتیم و عامل آن‌ها را در درون خودمان جست‌وجو کردیم و به کاهلی و نادانی خودمان اقرار کردیم، می‌توانیم شرایط را عوض کرده و تغییر دهیم. اگر بدی هست، مقصر خودمان هستیم و اگر خیر و خوبی هست، لطف خداست.

باز جناب مولانا در بیت ۱۴۸۹ دفتر اول می‌فرمایند:



گفت آدم که ظَلَمْنَا نَفْسَنَا او ز فعل حق بُد 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.»

پس قدرت دست خود ماست و ما می‌توانیم با آگاهی وضعیت موجودمان را تغییر دهیم. جناب مولانا در بیت پنجم، غزل ۲۶۰ می‌فرمایند:

خاتمِ شاهیّت در انگشت کرد تا که شوی حاکم و فرمانروا (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۰)

ما با این هشیاری مراقب من‌ذهنی‌مان که بدترین قرین ماست خواهیم شد.
باز جناب مولانا در بیت ۴۸۵۶ دفتر ششم می‌فرمایند:

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

با صبر و پرهیز و شکر و با مراقبه و اجتهاد گرم، خودمان را از این دو ابزار بزرگ شیطان حفظ می‌کنیم تا به قدرت درونمان زنده شویم و مانند گوی بدون دست و پای من‌ذهنی، گرد میدان مرکز عدم و فضای یکتایی بگردیم و چون از جنس خدا و اصل خداییتمان شده‌ایم در مدار خدا قرار می‌گیریم و مانند آهن که وقتی در مدار آهن‌ربا قرار می‌گیرد جذب آهن‌ربا می‌شود، ما نیز جذب خدا شده و به مقام فنا می‌رسیم و دیگر با عقل من‌ذهنی فکر و عمل نمی‌کنیم و در اتفاقات لحظه به دنبال سبب و اسباب نمی‌گردیم.

کارِ من بی علّت است و مُستقیم هست تقدیرم نه علّت، ای سَقیم (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۶۲۶)

سَقیم: بیمار



گله و شکایت نداریم، بحث و جدل نمی‌کنیم تا خودمان را ثابت کنیم، خودمان و کسی را ملامت نمی‌کنیم، رنجشمان از اتفاقات بیرون و دیگران صفر می‌شود. مقایسه، حبر و سنی دیگران، پندار کمال، توقعمان صفر می‌شود. در اتفاقات لحظه و در برخورد با دیگران با انبساط روبرو می‌شویم و انقباضمان صفر می‌شود.

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

بساط: هرچیز گسترده‌ای مانند فرش و سفره

خودمان را کاملاً آزاد و تسلیم در اختیار خدا قرار می‌دهیم تا با اتفاقات لحظه آرام‌آرام با کُن فکانِ خودش ما را به جنس خداییت خودمان تبدیل کند، به قول جناب مولانا:

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

تقلیب: برگرداندن، واژگونه کردن

و این را هم می‌دانیم که لحظه‌ای نیست که خدا ما را رها کند و با اتفاقات لحظه و انسان‌های دیگر روی ما کار می‌کند.

هر لحظه و هر ساعت یک شیوه نو آرد شیرین‌تر و نادرتر، زان شیوه پیشینش (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۲۷)

با مقاومت و قضاوت صفر درحالی‌که در تن خاکی‌مان هستیم و دلمان آتشین و از جنس خداست، خلاق، لطیف، کریم، شریف و ظریف هستیم و به قول جناب مولانا در غزل ۲۶۰:

گرد فنا گردد جان فقیر بر مثل آهن و آهن‌ربا

ز آنکه وجود است فنا پیش او شسته نظر از حوال و از خطا (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۰)



و دیگر چیزی غیر خدا نمی‌بینیم.

ننگرم کس را و گر هم بنگرم

او بهانه باشد و، تو مَنظَرَم

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۵۹)

عاشقِ صُنْعِ توأم در شُکر و صبر

عاشقِ مصنوعِ کی باشم چو گَبر؟

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۰)

عاشقِ صُنْعِ خدا با فَر بُود

عاشقِ مصنوعِ او کافر بُود

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۱)

مَنظَر: جای نگریستن و نظر انداختن
شُکر و صبر: در این‌جا کنایه از نعمت و بلاست.

گَبر: کافر

صُنْع: آفرینش

فَر: شکوه ایزدی

مصنوع: آفریده، مخلوق

خیلی ممنون استاد عزیز از زحمتهایی که برای ما می‌کشید.

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

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم اکرم]



۱۵- خانم فرخنده از جوزدان نجف‌آباد

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فرخنده]

خانم فرخنده: خدا را شکر می‌گویم که به‌عنوان انسان، آفریده‌ای از آفریده‌های او هستم و از بین همه آن‌ها، مرا اشرف مخلوقات خطاب نموده و انتخاب شده‌ام که به بی‌نهایت و ابدیت او زنده شوم تا به‌واسطه من، عشق و برکت و شادی و لطافتش را در کل جهان و کائنات پخش کند. حال من به شکرانه این عنایت و توجه زندگی، چگونه باید عمل کنم که خارج از منظور اصلی زندگی حرکت نکرده و فقط در راستای به اجرا درآمدن این منظور زندگی جهد و تلاش کنم؟

قدم اول این است که از نقص و اشکال دید خود آگاه شوم و این‌که سرآغاز جدایی من از زندگی، درست از زمانی شروع شده که دید عدم‌بین من تبدیل به دید جسم‌بین شده و از دریچه این دید غلط با عینک من‌ذهنی همه‌چیز را ترجمه اشتباه کرده‌ام که همه را جسم ببینم و مانند جسم با آن‌ها رفتار کنم، با دید درد و خشم به جهان نگاه کرده و درد و خشم پخش کنم.

با این دید پر از علت و مرض، دیدی که افکار و همانیدگی‌های آفل و زندگی گرفتن از آن‌ها مانند حجابی جلوی دید زندگی قرار گرفته‌اند و نمی‌گذارند که من روی خوش زندگی، شادی و برکات او را ببینم.

این دید را باید کنار بگذارم و از او جدا شوم و با بها ندادن به این دید غلط، موجب محو و نابود شدن آن در دید نافذ و قدرتمند زندگی شوم، چون دید زندگی، دیدی است که از نیستی به‌وجود آمده و این دید، ذات هستی را به‌صورت نیستی می‌بیند.

همچنین اگر دید خود را در دید زندگی محو و فنا کنیم و دید او را در عوض به‌دست بیاوریم، این کار سودمندترین دادوستد در جهان به حساب می‌آید و در سایه این تغییر دید است که می‌توانیم به تمام مطلوب‌ها و مقصودهای خود برسیم.

**آدمی دید است و باقی پوست است
دید، آن است آن، که دید دوست است**

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۴۰۶)

**چونکه دید دوست نبود کور به
دوست، کو باقی نباشد، دور به**

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۴۰۷)



دیده ما چون بسی علت دروست
رو فنا کن دید خود در دید دوست
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۲۱)

دید ما را دید او نعم العوض
یابی اندر دید او کلّ غرض
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۲۲)

عَلَّتْ: بیماری
نِعْمَ الْعَوْضُ: بهترین عوض

دیده‌ای کو از عدم آمد پدید
ذات هستی را همه معدوم دید
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۸۲۶)

این جهان منتظم محشر شود
گر دو دیده مُبَدَل و انور شود
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۸۲۷)

مُبَدَل: تبدیل شده

ممنونم استاد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین! ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم فرخنده]



۱۶- خانم فاطمه از گلپایگان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فاطمه]

خانم فاطمه: یک متنی البته حالا متن را کامل نمی‌خوانم. بیشتر دوست دارم حالت شفاهی بگویم.

شما فرمودید در برنامه ۹۹۲ که دو فن مهم من‌ذهنی که ما را همیشه زمین می‌زند را خوب بدانید که یکی‌اش قرین است و یکی‌اش هم تمرکز روی دیگران.

من چون خودم را دیدم که من خب قرین را خیلی بیشتر رعایت می‌کنم. هم از لحاظ این‌که حالا چه تلویزیونی نگاه کنم که بیشتر تمام وقت من روی گنج حضور است حالا یا در گوشی یا تلویزیون.

یا مثلاً دوستانم را خیلی گذاشتم کنار. دوستانی که در این راه نیستن را من، نه این‌که با آن‌ها بد باشم یا حالا مثلاً اگر کسی تشریف بیاورد خانه ما بگویم که چرا آمدید یا مثلاً زنگ بزنند. ولی خودم دیگر تمایلی به این‌که با آن‌ها رفت و آمد کنم ندارم. دیدم قرین را خیلی بیشتر رعایت می‌کنم ولی تمرکز روی دیگران را من خیلی در آن مشکل دارم هنوز.

آقای شهبازی: بله.

خانم فاطمه: و این بیتی که

مردۀ خود را رها کرده‌ست او

مردۀ بیگانه را جوید رَفو

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۱)

این من واقعاً همیشه این کار را تکرار می‌کنم که مردۀ خودم را رها می‌کنم به دیگران. خیلی در این زمینه من زیاد اشکال دارم. شاید نمی‌دانم از سال‌های جوانی همین‌طور بودم خیلی زیاد شدید بوده، حالا خیلی خیلی کم شده، و چون خانواده شلوغی هم هستیم روی خواهرهایم و این‌ها دیگر اصلاً زیاد چیز ندارم. ولی هنوز در خانواده خودم هنوز تمرکز می‌رود روی بچه‌هایم و همسرم.

و این‌که باعث می‌شود که من روی خودم حاضر نباشم و پیغامی که آن لحظه زندگی می‌خواهد به من بدهد را نگیرم. و این‌که حالا الآن دیگر بیشتر تمرکز می‌کنم که الآن اگر دخترت آمد این‌جا، ببین این امتحان است برای تو ها! اگر او دارد در مورد خودش و یا مشکلی که دارد صحبت می‌کند فقط حواست باشد فاطی، تو الآن این رابطه تو با او هست، نه این‌که آن کسی که نگار دارد صحبت می‌کند در موردش.



البته خدا را شکر حالت [صدا ناواضح] غیبت نمی‌کنیم شاید یک تجربه باشد. یا مثلاً مشکلی را دارد می‌گوید، من آن وقت حواسم را جمع دارم می‌کنم که فقط الآن تو مهم هستی که این‌جا می‌خواهی چه برخوردی داشته باشی. فقط حواست را خیلی جمع کن که تو داری امتحان می‌شوی که الآن رابطه تو با این موضوع چیست. چون باید فقط روی خودت تمرکزت باشد و حواست را به دیگران ندهی. این امتحان هست، مشکل او حل خواهد شد وقتی که تو روی خودت تمرکز داشته باشی.

و می‌بینم واقعاً وقتی که من فضا را باز می‌کنم و سکوت می‌کنم، بعد می‌بینم مثلاً آن مشکل حالا دخترم یا پسر که بیشتر مثلاً روی این‌ها حساسم می‌بینم خودبه‌خود خیلی قشنگ حل می‌شود، ولی وقتی من هی تمرکز می‌کنم روی آن‌ها، می‌بینم انگار من هستم که دارم چالش‌ها را می‌آفرینم.

و این‌که این بیت خیلی به من کمک می‌کند که بیشتر رویش تمرکز کردم که

شنیدستی که الدین النصیحه نصیحت چیست؟ جستن از میانه (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۳۴۶)

من قبلاً خیلی نصیحت می‌کردم دیگران را و حالا فهمیدم آن سال‌هایی که شما می‌خواندید متوجه نمی‌شدم می‌گفتم خدایا این بیت چه معنی می‌دهد؟ خب آن قدر من پندار کمالم زیاد بود و پر بود در سرم که خیلی بیت‌ها را متوجه نمی‌شدم، با این‌که خیلی می‌شنیدم ولی نمی‌فهمیدم منظور چیست.

حالا فهمیدم که این جستن از میانه یعنی که تو فضا را باز کن این بهترین نصیحتی است برای هر کسی که می‌خواهی بکنی، یعنی تو از این میانه بلند شو، تو هیچ چیز نگو، نباش در آن لحظه، در آن موضوع مورد نظر تو خودت را دخالت نده، این بهترین نصیحت است، تو بلند بشو از میانه و فضا را باز کن.

و این چند روز مرتب وقتی که یکی دارد صحبت می‌کند در خودم تکرار می‌کنم که ببین فقط باید از میانه بلند بشوی، هیچ چیز نگو! تو دخالت نکن در کار کسی. و می‌بینم این واقعاً بهترین نصیحت است. انگار که من وقتی سکوت می‌کنم بهترین نصیحت را می‌کنم.

یک تجربه داشتم آقای شهبازی یکی از دوستانم آمده بودند خانه ما. وسایلشان را آورده بودند گفتند که من این بار آخر است دیگر، می‌خواهم جدا شوم از همسر و این‌ها. من آن روز واقعاً برای اولین بار بود، یعنی برای اولین بار هم نبود ولی خیلی چیزی بود که اصلاً نمی‌دانستم. با خودم گفتم من که نمی‌دانم این باید چکار کند، باید الآن این کار را بکند، نکند، نمی‌دانم واقعی را من تجربه کردم و فقط دلداری‌اش دادم که حالا یک چیزی



آوردم خوردند، بغلش کردم، به او مثلاً دلداری دادم، ولی هیچ چیزی نگفتم که تو داری کار اشتباهی می‌کنی یا درست، چون نمی‌دانستم واقعاً و دیدم چقدر به او کمک کردم. عصر همان روز که من در صورتی که داشتم خودم را آماده می‌کردم که حالا خانه ما شاید چند روز بماند تا یک جایی پیدا کند برود. بعد دیدم آمد وسایلش را برداشت و رفت اصلاً مشکلش حل شد.

و واقعاً شما همیشه می‌گویید به دیگران می‌توانیم کمک کنیم، کمک کردن این‌جوری است.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه: تازه دارم یاد می‌گیرم طریقه کمک کردن به دیگران را.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه: فکر می‌کردم کمک کردن، بهترین کمک کردن همین است که شما به ما کمک کردید. این نیست که ما به کسی پول بدهیم نه این‌که این کار را انجام ندهیم ولی این خیلی کم است، خیلی کمک کمی هست، این‌که من فضا را باز کنم برای دیگران این بهترین کمک است به زندگی آدم‌ها.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه: و من این را بگویم که من به این طریقه زندگی کردن واقعاً عادت نداشتم که با ابیات مولانا زندگی کردن یک زندگی پویایی را به ما می‌دهد. یعنی هر لحظه تو نمی‌دانی لحظه بعد چه چیزی پیش می‌آید.

اوایلش می‌ترسیدیم، من از این پویایی می‌ترسیدم که ولی خب الآن می‌بینم چقدر خوب است، آدم چقدر زندگی‌اش کم‌کم پویا می‌شود. هر لحظه حتی تو نمی‌دانی چه چیزی می‌خواهی درست کنی چه غذایی می‌خواهی درست کنی.

نه این‌که برنامه‌ریزی در کل نداشته باشی ولی تو نمی‌توانی برنامه‌ریزی داشته باشی که بچینی همه‌چیز را سر جای خودش. و این مولانا همان‌جور که ابیاتش پویاست زندگی ما را هم پویا می‌کند. من این پویایی را در زندگی خودم دارم کم‌کم به آن عادت می‌کنم و اوایل من با همین نمی‌دانم احساس ناامنی داشتم، ولی الآن می‌بینم که خیلی آرامش دارم با این «نمی‌دانم» و با این ابیاتی که من نمی‌دانم الآن لحظه بعد باید چکار کنم.

خیلی به برنامه‌ریزی‌هایی که سفت به آن بچسبم الآن باید این‌جوری بشود، باید آن‌جوری بشود، دیگر زندگی نمی‌کنم و این یک پویایی خیلی خوبی به زندگی آدم می‌دهد.

آقای شهبازی: آفرین!



خانم فاطمه: البته نه این‌که کاملاً حالا من در همه زمینه‌ها رشد کرده باشم، ولی واقعاً خیلی دارم الآن عادت بیشتری می‌کنم به این‌جور زندگی کردن که درست زندگی کردن همین است. یعنی شما به ما یاد دادید. خیلی هم ممنونم آقای شهبازی واقعاً.

آقایای شهبازی: خواهش می‌کنم، خواهش می‌کنم! لطف دارید.

خانم فاطمه: ممنونم، دیگر صحبتی ندارم.

آقای شهبازی: ممنونم، چقدر زیبا، عالی! سودمند، مؤثر، آفرین!

خانم فاطمه: خواهش می‌کنم، خیلی ممنون.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم فاطمه]





۱۷- آقای علی از دانشمارک

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای علی]

آقای علی: اگر اجازه بفرمایید یک مطلبی هست به اشتراک بگذارم.

آقای شهبازی: بله، بله، بفرمایید.

آقای علی: خواهش می‌کنم.

چرخ فلک با همه کار و کیا گردِ خدا گردد چون آسیا (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۰)

کار و کیا: کار و بزرگی و اهمیت آن کار، قدرت و سلطنت، توانایی و فرمانروایی
ماید: مانده، خوان، سفره

مولانا در بیت فوق از تمثیل‌های چرخ فلک و آسیا استفاده نموده است.

چرخ فلک که نماد همه کائنات است با همه بزرگی و عظمتش مانند چرخ آسیا به گردِ خدا می‌گردد.

مولانا در جای دیگری از تمثیل چرخ آسیا استفاده کرده است، به‌خاطر این‌که آسیا مقصود گردش‌های خودش را نمی‌داند.

هرگز نداند آسیا مقصود گردش‌های خود
کاستونِ قوت ماست او، یا کسب و کارِ نانبا
آبیش گردان می‌کند، او نیز چرخ می‌زند
حق آب را بسته کند، او هم نمی‌جنبد ز جا

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱)

نانبا: نانوا

یعنی مولانا می‌خواهد به ما بگوید که ما باید مانند همه اجزای این کائنات به گردِ خدا بگردیم و این کار بدون هیچ منظور و مقصود بیرونی باشد. و این کار مستلزم این است که ما بگوییم نمی‌دانم. یعنی هر اتفاقی که از طرف قضا و قدر برای ما می‌افتد با تسلیم کامل و بدون مقاومت و قضاوت بپذیریم.



در قصهٔ مسلمان و ترسا و یهود، مسلمان که نماد انسان تسلیم‌شده است، در این لحظه تسلیم کامل است و می‌گوید نمی‌دانم. فقط می‌خواهم ببینم این لحظه چگونه می‌توانم با پرهیز از سبب‌سازی ذهن و رفتن به زمان روانشناختی، شیرینی و برکت را دریافت کنم.

ولی ترسا و یهود که نماد انسان هم‌هویت‌شده هستند دائم در زمان روانشناختی به سر می‌برند و گرد یک خدای ذهنی می‌گردند و این گردش‌ها هم به‌خاطر رسیدن به همانیدگی‌هاست.

یک سری ابیات هم هست که اگر اجازه بفرمایید بخوانم آن‌ها را هم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

آقای علی:

مرا گویی که رایی من چه دانم
چنین مجنون چرایی من چه دانم
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۱۷)

مرا گویی چرا می‌گردی ای جان
به گرد روشنایی من چه دانم
(علی موسوی)

مرا گویی چه می‌خواهی از این خوان
به مانند گدایان من چه دانم
(علی موسوی)

طواف کعبهٔ دل کن تو گویی
اگر اهل صفایی من چه دانم
(علی موسوی)

بگرد اندر پی چوگان حکم
اگر بی دست و پای من چه دانم
(علی موسوی)

مرا گویی چرا زرد است رویت
چنین آشفته حالی من چه دانم
(علی موسوی)



بگوید درد تو دردی است دیگر

دوايش را ندانی من چه دانم

(علی موسوی)

فرو شو چشم از گل تا ببینی

رخش برمی‌گشاید من چه دانم

(علی موسوی)

ندانم کآتش دل بر چه سان است

که دیگر شکل می‌سوزد زبانم من چه دانم

(علی موسوی، تضمین از مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۱۹)

مرا صد گون خیال اندر سرآید

خیالی خوش‌تر از تو من چه دانم

(علی موسوی)

اگر شه شمس تبریزی بخواهد

فراق و غم سرآید من چه دانم

(علی موسوی)

خیلی ممنون آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، ممنون از شما، عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای علی]



۱۸- خانم یلدا از تهران

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم یلدا]

خانم یلدا: سال ۲۰۲۳ هم تمام شد. نمی‌دانم چه لحظه‌ای، اما کاش تسلیم نمی‌شوم و اعتراض از ما برود و مقاومت صفر بشود.

لا نُسَلِّمْ و اعتراض، از ما برفت
چون عوض می‌آید از مفقود، زَفَتْ
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۷۵)

چونکه بی‌آتش مرا گرمی رسد
راضیم گر آتشش ما را کُشد
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۷۶)

بی‌چراغی چون دهد او روشنی
گر چراغت شد، چه افغان می‌کنی؟
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۷۷)

زَفَتْ: ستبر، عظیم
لا نُسَلِّمْ: تسلیم نمی‌شویم

در ذهن ما می‌گوییم تسلیم نمی‌شویم، اعتراض داریم، کاش این عینک از روی چشم ما برداشته بشود. اگر این هم‌هویت‌شدگی مفقود بشود زندگی خودش پا به مرکز ما می‌گذارد. چون‌که بدون آتش همانیدگی‌ها به ما گرمای عشق می‌رسد، چون شادی بی‌سبب می‌جوشد می‌آید بالا کاش راضی بشویم آتش عشق او ما را بکُشد. وقتی بدون چراغ من‌ذهنی خدا روشنایی می‌دهد اگر چراغ ذهن برود، چرا باید آه و ناله کنیم؟

کاش مراد و بی‌مراد برایمان یکی بشود، کاش از شکست و کارزار نترسیم و فوت اسب و پیل همانیدگی‌ها برایمان مهم نباشد.

هر که را فتح و ظَفَر پیغام داد
پیش او یک شد مُراد و بی‌مُراد
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۵۹)

هر که پائندان وی شد وصل یار
او چه ترسد از شکست و کارزار؟
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۶۰)



چون یقین گشتش که خواهد کرد مات فوت اسپ و پیل هستش ترهات (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۶۱)

ظفر: پیروزی، کامروایی

پایندان: ضامن، کفیل

ترهات: سخنان یاوه و بی‌ارزش، جمع ترهه. در اینجا به معنی بی‌ارزش و بی‌اهمیت

کاش فضاگشایی و پیروزی به من‌ذهنی به ما پیغام بدهد. کاش مراد و بی‌مراد ذهنی برای ما فرق نکند و گدای جهان و ذهن و من‌های ذهنی نباشیم. کاش فوت اسپ و پیل همانیدگی‌ها برای ما خیلی بی‌اهمیت باشد. کاش برای زیاد شدن همانیدگی‌ها خوشحال نشویم و برای کم شدنشان ناراحت نشویم و ضامن ما وصل به زندگی باشد، در این صورت از شکست و کارزار نمی‌ترسیم.

تا زمانی که وصل هستیم پیروزیم، حتی اگر ذهن ما را شکست خورده نشان می‌دهد. کاش این کیمیا را از پیامبر بیاموزیم که هرچه زندگی در این لحظه ایجاد می‌کند ما رضا داشته باشیم و خدا را امتحان نکنیم.

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

همان لحظه در جنت گشاید
چو تو راضی شوی در ابتلایی
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۷۵)

کاش باور کنیم اتفاقات برای خوشبخت و بدبخت کردن ما نمی‌افتد، هر اتفاق یک پیغام برای خالص‌تر شدن ما دارد، پس به‌جای آه و ناله این کیمیا را از پیامبر بیاموزیم که در مقابل هر اتفاقی فضاگشایی کنیم. اگر ما به این امتحان در این لحظه راضی باشیم و پیامش را بگیریم، همین لحظه در بهشت باز می‌شود. کاش جز این فضاگشایی چیزی نخواهیم.

من جز احد صمد نخواهم
من جز ملک ابد نخواهم

جز رحمت او نبایدم نقل
جز باده که او دهد نخواهم
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۷۸)



کاش از همانیدگی‌ها شیرینی و شراب نخواهیم و واقعاً نسبت به آن بی‌نیاز باشیم. کاش فقط بخواهیم به بی‌نهایت عمق و ریشه‌داری زندگی در این لحظه وصل شویم و به آن یکتایی بی‌نیاز تبدیل شویم. کاش از گذشته و آینده جمع شویم، در این لحظه ساکن بشویم. کاش تنها چیزهایی که از فضای گشوده شده می‌آید به مذاق ما شیرین باشد و مهر هیچ‌کس و هیچ‌چیزی در مرکز ما نباشد که از آن شراب بخواهیم.

به حق آنکه در این دل به جز ولای تو نیست ولی او نشوم، کاو ز اولیای تو نیست (مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۸۰)

قانون زندگی ایجاب می‌کند در مرکز ما هیچ‌چیزی نباشد و خدا دوست‌دار خودش است. کاش اصل ما هم این باشد که دوستدار و یاور زندگی باشیم و با او همکاری کنیم. کاش دوستدار و یاور من‌ذهنی خودمان و هیچ من‌ذهنی دیگری نشویم. کاش از سلام پادشاهان این جهانی چه پولدار، چه معروف، چه دانشمند، چه باورپرست ملول بشویم.

ز سلام پادشاهان، به خدا ملول گردد چو شنید نیک‌بختی، ز تو سرسری سلامی (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۳۴)

سلام پادشاهان یعنی من‌های ذهنی بزرگ و پرامکانات برای من‌ذهنی بزرگ‌ترین نعمت است. کاش ما این قدر نیک‌بخت باشیم، کاش حتی شده کمی فضا باز بشود، کاش ما شده حتی یک سلام سرسری از زندگی بشنویم که دیگر جلال و شکوه من‌های ذهنی هیچ به چشم ما نیاید، باور کنیم که ما من‌ذهنی نیستیم و از امکاناتی که من‌های ذهنی ارائه می‌دهند ملول شویم. کاش حتی یک لحظه هم از زندگی جدا نشویم.

فراق را بندیدی، خدات منما یاد که این دعاگو به ز این نداشت هیچ دعا (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۲)

خوش به حال کودکان عشق که کمترین میزان همانیدگی و من‌ذهنی را تجربه می‌کنند. کاش ما هم در دامن این برنامه و اشعار حضرت مولانا حتی یک لحظه هم فضا‌بندی و جدایی از زندگی را تجربه نکنیم که حضرت مولانا بهتر از این دعایی برای ما سراغ ندارد. مرسی آقای شهبازی از وقتی که به من دادید.

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



خانم یلدا: ممنونم، مرسی، عالی شما هستید.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم یلدا]

♦ ♦ ♦ پایان بخش دوم ♦ ♦ ♦

خطای



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

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم زرین]

خانم زرین: با اجازه‌تان:

چرخ فلک با همه کار و کیا

گرد خدا گردد چون آسیا

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۰)

کار و کیا: کار و بزرگی و اهمیت آن کار، قدرت و سلطنت، توانایی و فرمانروایی

با خواندن این بیت سؤالاتی از خودم می‌کنم که آیا تو هم مثل ذرات جهان هستی به گرد زندگی می‌گرددی یا به گرد آن‌چه ذهن نشان می‌دهد و با آن همانیده می‌شوی می‌گرددی؟ وقتی به گرد من‌ذهنی می‌گرددی به دنبال راه‌های پیچیده‌ای که من‌ذهنی با سبب‌سازی‌هایش نشان می‌دهد می‌روی، ولی راحت‌ترین و آسان‌ترین راه را که راه اصلی است نمی‌روی. امکان ندارد بدون گشتن به دور زندگی بتوانی ببخشی. با او است که قدرت بخشیدن پیدا می‌کنی، با او است که بی‌نیاز از جهان بیرون می‌شوی. با گشتن به دور زندگی است که دیگر به دنبال تأیید و توجه دیگران نیستی، از کسی نمی‌رنجی، خشم نداری، بی‌دست و پا می‌شوی و به هر جهت نمی‌روی، حاضر بودن را فراموش نمی‌کنی، تمرکز را بر روی خود می‌گذاری، قرین و همنشین زندگی، مولانا و بزرگان می‌شوی و هر لحظه به اصل خودت برمی‌گرددی، دائم در حال فضاگشایی هستی و منقبض نمی‌شوی و اگر هم انقباض پیدا می‌کنی، زود برمی‌گرددی و شناسایی می‌کنی، با عقل و خرد زندگی حرف می‌زنی و عمل می‌کنی، از ریب‌المنون در امان هستی و در امان و پناه زندگی هستی، در مکان و زمان مجازی گیر نمی‌کنی، ترس از دست دادن نداری و نمی‌ترسی که همانیدگی را از دست بدهی، هر لحظه پذیرا هستی، مقاومت و قضاوت نمی‌کنی، فریب زیرکی‌های من‌ذهنی را نمی‌خوری.

حرص و طمع و زیاد کردن همانیدگی‌ها را به مرکزت نداری، تواضع و فروتنی در برابر زندگی داری و ادب را در حضور زندگی حفظ می‌کنی، خدا را امتحان نمی‌کنی، در برابر بی‌مرادی‌ها ستیزه نمی‌کنی و پیغام را می‌گیری، نمی‌دانم را سرلوحه زندگی‌ات قرار می‌دهی و ارتفاع نمی‌گیری، دیگر رفتارهایی مانند: دروغ‌گویی، حسادت، رنجش، خشم و غیره از تو سر نمی‌زند. هر لحظه ناظر ذهنت هستی و با نگاه کردن به هر چیز وحدت و یکپارچگی را حس می‌کنی، از دیگران توقع و انتظار نداری، دیگران را حبر و سنی نمی‌کنی، عیب‌هایت را می‌پذیری و آن‌ها را برطرف می‌کنی، ضرورتی برای انجام هر کاری نمی‌بینی، نمی‌توانی هر کاری را که من‌ذهنی می‌گوید انجام دهی. انگشت شاه‌ی و فرمانروایی را در دست می‌گیری و تبدیل و دلربا می‌شوی. همچون پروانه به گرد شمع بزرگان



می‌گردد، با ذخیره کردن همانیدگی‌ها دست به دعا نمی‌زنی تا خدا دردهایت را برهاند، جنس فرشته را به جنس دیوی نمی‌فروشی، عشق گوساله نداری، آلت را در هر لحظه به یاد می‌آوری، احساس جدایی از زندگی نمی‌کنی، به دنبال فراوانی و برکت از بیرون نیستی، همیشه احساس شکر و رضا داری، تنها یک آرزو داری و آن زنده شدن به بی‌نهایت و ابدیت زندگی است، غیر از خدا چیز دیگری نمی‌خواهی، از فکرها و باورها پیروی نمی‌کنی، همه چیز را به دست زندگی می‌سپاری، گله و شکایت نداری و دائم احساس آرامش از درون داری.

ممنونم استاد، تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! ماشاءالله! خانم زرین، چقدر جالب بود این پیغام شما! بله، همین، همین، همین. عالی، عالی، عالی! این را به صورت نوشته دارید به ما بفرستید لطفاً از طریق تلگرامی، جایی. دارید دیگر بفرستید نه، یا واتساپ؟

خانم زرین: بله، بله، دارم چشم.

آقای شهبازی: بله بفرستید، این را پست کنید مردم بخوانند. خیلی جالب بود، خیلی جالب بود!

خانم زرین: ممنونم استاد، ممنونم.

آقای شهبازی: والله خردمند شدید، ماشاءالله، دیگر هر چقدر تحسین کنیم کم است.

خانم زرین: ممنونم استاد، از لطف شما است.

آقای شهبازی: مادر نمونه، مادر، می‌بینید که عشق زمینه می‌خواهد بروز کند. شما ببینید چقدر چیز یاد گرفتید خانم زرین واقعاً! زحمت نتیجه می‌دهد. مادران ما باید همین کار شما را پیش بگیرند. یک پیشنهادی، یک چیزی راجع به مادران می‌خواهید بگویید؟ که شما موفق شدید واقعاً، بفرمایید، مخصوصاً مادران جوان.

خانم زرین: استاد، من پیشنهادی، چیزی که نیست ولی بیشتر چیزی که بیشتر شاید در آن کاربرد دارد برایم همین رعایت قانون جبران است. وقتی مثلاً خشمی سراغم می‌آید، احساس می‌کنم باید جبران کنم، باید بپردازم این قانون جبران را، باید با قانون جبران من خب نایستی خشمگین می‌شدم، چرا بایستی خشمگین می‌شدم؟ یا مثلاً وقتی که مثلاً بچه‌ها را مثلاً واکنش به آن‌ها نشان می‌دهم، احساس می‌کنم که این‌جا هم باید جبران کنم، چرا بایستی واکنش نشان می‌دادم؟ بیشتر کاربرد روی همین قانون جبران است.



آقای شهبازی: آفرین! ولی خب خیلی زحمت کشیدید، آن هم قانون جبران است، راست می‌گویید. شما بگویید چقدر می‌خوانید ابیات را اگر می‌خوانید، چکار می‌کنید که این مجموعه‌ای که الآن گفتید خیلی کامل بود. خیلی خوب بود.

خانم زرین: ممنون. این ابیات را استاد من هر روز حتی روزهایی که مثلاً، حتی مثلاً شاید یادم برود ولی خب تکرار می‌کنم، گوشه همیشه توی دستم است بیرون، داخل خانه، دنبال بچه‌ها می‌روم، این‌ور آن‌ور همیشه دائم تکرار می‌کنم.

آقای شهبازی: آفرین! برای همین جا افتاده دیگر، این‌ها باید جا بیفتد، باید باز بشود، هر کدام یکی دوتا پیغام دارند، این‌ها در شما زنده شده، زنده شده، و وقتی زنده می‌شود، آدم وقتی اشتباه می‌کند به قول شما اشتباهش را می‌فهمد. وقتی آدم خشمگین می‌شود، می‌فهمد نباید خشمگین می‌شده. شاید وسط خشم یادش بیفتد و برگردد از خشم و عذر بخواند. هم از خدا عذر بخواند هم از طرف مقابل که خشمگین شده. بله، عالی عالی! ممنونم. خب می‌دانم بچه‌ها هم هستند، نه؟

خانم زرین: بله، استاد، با اجازه‌تان.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم زرین]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم تیارا]

خانم تیارا: تیارا هستم دوازده‌ساله.

آقای شهبازی: بله، تیارا خانم بفرمایید.

خانم تیارا: با اجازه‌تان:

دل مثال آسمان آمد زبان همچون زمین از زمین تا آسمان‌ها، منزل بس مشکل است (مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۰۲)

می‌گوید دل تمام جهان مثل آسمان است، ذهن و زبانمان هم مثل زمین است. ولی این‌که ما از زمین به آسمان برویم منزل مشکل است. یعنی اگر ما در ذهن جمع شده‌ایم و من‌ذهنی داریم و همیشه به وضعیت این لحظه مشغول هستیم و با این لحظه کاری نداریم، لحظه‌های زندگی را پوشانده‌ایم، از این حالت که آسمان شویم منزل مشکل است. ما نباید چنین کاری را بکنیم و بعد بگوییم ما نمی‌توانیم در ذهن بمانیم و به کارها پردازیم و



بگوییم این تبدیل است و دلم را به این لحظه زنده کردم و بی‌نهایت شدم، چون دل بی‌نهایت فقط با فساداری و فضاگشایی مشخص می‌شود.

استاد تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین خانم تیارا!

خانم تیارا: ممنونم استاد.

آقای شهبازی: لطف می‌کنید به خواهرتان بدهید صحبت کنند. ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم تیارا]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم یکتا]

خانم یکتا: یکتا هستم هشت‌ساله.

آقای شهبازی: ماشاءالله، هشت سال‌تان شده [خنده آقای شهبازی] بله، بفرمایید.

خانم یکتا: با اجازه شما:

ای بُرده اختیارم، تو اختیارِ مایی

من شاخِ زعفرانم، تو لاله زارِ مایی

گفتم: غَمّت مرا کُشت، گفتا چه زهره دارد؟

غم این قدر نداند، کآخر تو یارِ مایی؟

من باغ و بوستانم، سوزیده خزانم

باغ مرا بخندان، کآخر بهارِ مایی

گفتا: تو چنگِ مایی، وندر ترنگِ مایی

پس چیست زاریِ تو، چون در کنارِ مایی؟

گفتم: ز هر خیالی، دردِ سرست ما را

گفتا: ببرِ سرش را، تو ذوالفقارِ مایی

سر را گرفته بودم، یعنی که در خمارم

گفت ار چه در خمارِ تو، نی در خمارِ مایی



گفتم: چو چرخ گردان، واللّه که بیقرارم
گفت: ار چه بیقراری، نی بیقرار مایی

شکر لبش بگفتم، لب را گزید، یعنی
آن راز را نهان کن، چون رازدار مایی

ای بلبل سحرگه، ما را بپرس گه گه
آخر تو هم غریبی، هم از دیار مایی

تو مرغ آسمانی، نی مرغ خاکدانی
تو صید آن جهانی، وز مرغزار مایی

از خویش نیست گشته، وز دوست هست گشته
تو نور کردگاری، یا کردگار مایی

از آب و گل بزادی، در آتشی فتادی
سود و زیان یکی دان، چون در قمار مایی

اینجا دویی نگنجد، این ما و تو چه باشد؟
این هر دو را یکی دان، چون در شمار مایی

خاموش کن، که دارد هر نکته تو جانی
مسپار جان به هر کس، چون جانسپار مایی
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۶۵)

ترنک: صدای ساز چنگ یا تار و تنبور؛ صدای زهکمان هنگام انداختن تیر
ذوالفقار: مجازاً شمشیر؛ در اصل نام شمشیری است که در اختیار حضرت رسول بود و در غزوه احد به علی ابن ابی طالب بخشید.

مرغزار: سبزهزار، چمن

دویی: جدایی و دوگانگی؛ دوتا بودن

استاد، تمام شد.

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

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم یکتا]



۲۰- آقای حسام از مازندران

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای حسام]

آقای حسام: همچنین عرض ادب دارم خدمت همهٔ دوستان، تشکر از پیغام‌های عالی، الهی شکر! با اجازه پیغامی هست اگر اجازه می‌فرمایید.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

آقای حسام:

**گفت شیطان که بَمَا أَغْوَيْتَنِي
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.»

ما می‌توانیم مانند شیطان وضعیت فعلی خود را گردن دیگران و خدا بیندازیم، دراین صورت از برکت این لحظه محروم می‌شویم. این پست‌ترین و حقیرترین نقشی است که به‌عنوان انسانی که امتداد خداست می‌توانیم بازی کنیم.

**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.»

تغییرات لحظه‌به‌لحظه به‌وجود می‌آیند. مسئولیت وضعیت‌های این لحظه با ما است. مسئول تغییر این وضعیت‌ها هم خود ما هستیم.

**چون نکرد آن کار، مزدش هست؟ لا
لَيْسَ لِلْإِنْسَانِ إِلَّا مَا سَعَى**
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۵۴۵)



ذهن مانع‌هایی درست می‌کند که یا توهمی هستند و وجود ندارند یا اگر هم حقیقی باشند حاضر نیست برای برداشتن آن‌ها کاری کند و هزینه‌ای بپردازد. ما نظم دادن به کارها و شروع زندگی را منوط به تغییر وضعیت‌هایی در آینده می‌کنیم، در نتیجه از این لحظه غافل می‌شویم. برای مثال گردگیری خانه را موکول به زمانی خاص می‌کنیم. می‌گوییم شب عید گردگیری را شروع می‌کنم. هر لحظه عید است ما باید اجتهاد گرم کنیم. یک چالش پویا، هر لحظه آماده باشیم برای فضاگشایی و برای تبدیل و برای عمل کردن.

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

ورزش کردن و اصلاح عادت غذایی را می‌گذاریم برای بعد، مثلاً می‌گوییم زمستان است، هوا سرد است، بگذار بهار که شد، هوا کمی گرم‌تر شد می‌روم و می‌دوم. حقوقم که واریز شد، برای خودم غذاهای رژیمی می‌خرم. حالا اگر قرار است رژیم غذایی بگیرم باید بروم غذاهای گران‌قیمت رژیمی بخرم الان که پول ندارم. این همه مانع، ذهن ما کارخانه تولید مانع، دشمن و مسئله است.

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

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

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

در حال حاضر سخت‌ترین چالشی که بر سر راه ما وجود دارد این است که ببینیم آیا مثل شیطان از زیر بار اشتباه خود درمی‌رویم یا مثل حضرت آدم مسئولیت اشتباه خود را می‌پذیریم و می‌خواهیم تبدیل شویم؟
از این لحظه شروع کن قند و نمک و چربی اضافی نخور، از همین‌جا شروع کن، همین لحظه چند حرکت ورزشی انجام بده، پا شو و گل‌های در گلدان را مرتب کن و آب بده، پنجره‌ها را تمیز کن.



قُلْ أَعُوذُ خَوَانِد بَايد كَاي أَحَد

هين ز نَفَاثَات افغان وَز عُقَد

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۴۲)

می‌دمند اندر گِره آن ساحرات

الْغِيَاث الْمُسْتَغَاث از بُرد و مات

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۴۳)

قُلْ: بگو
أَعُوذُ: پناه می‌برم
نَفَاثَات: بسیار دمنده
عُقَد: جمع عقده، گره‌ها
الْغِيَاث: کمک، فریادری
الْمُسْتَغَاث: فریادرس، از نام‌های خداوند

من‌ذهنی خودمان و اطرافیان ما در این گره‌ها و موانع می‌دمند و آن‌ها را برجسته می‌کنند. مرتب می‌گوییم بگذار فلان اتفاق بیفتد، فلان چیز را به‌دست بیاورم بعدش به زندگی‌ام نظم می‌دهم. زندگی دست‌بردار نیست تا زمانی‌که ما اشکال خود را شناسایی نکنیم، اتفاق پشت اتفاق است.

ترک کن این جبر را که بس تهی‌ست

تا بدانی سِرِّ سِرِّ جبر چیست

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۷)

ترک کن این جبر جمع مَنبَلان

تا خبر یابی از آن جبرِ چو جان

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۸)

مَنبَل: تنبل، کاهل، بیکار

یک اجبار وجود دارد و آن هم زنده شدن ما به خداست. بقیه جبرها و مانع‌ها توهمی هستند. فرار کردن از زیر بار مسئولیت خودمان است. این‌که همه چیز را به گردن ژن، وضعیت‌ها، خانواده و جامعه بیندازیم، کار آدم‌های تنبل است. ما دچار زندگی موقتی شدیم، دچار یک رکودِ فرسایشی شدیم. دچار جبرِ مَنبَلان شدیم و شروع کردیم به ملامت خود و دیگران، من‌ذهنی دارد تمام انرژی ما را می‌مکد.

هرکه ماند از کاهلی بی شکر و صبر

او همین داند که گیرد پای جبر

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۰۶۸)



هرکه جبر آورد، خود رنجور کرد تا همان رنجوری‌اش در گور کرد (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۰۶۹)

کاهلی: تنبلی
رنجور: بیمار

این‌که انسان قدرِ نعمت‌های خدا را نداند و فقط مانع ببیند ناشکری است و این‌که قانون مزرعه را زیر پا بگذارد بی‌صبری است. ما مانند یک کشاورز به بهترین و کامل‌ترین شکل زمین خود را بیل می‌زنیم، دانه‌ها را می‌پاشیم و آبیاری می‌کنیم و از علف‌های هرز پاک نگه می‌داریم، بقیه را خود زندگی می‌داند. دانه‌ها را او می‌رویاند و به بار می‌نشانند.

ز ناسپاسی ما بسته است روزن دل خدای گفت که انسان لربّه لکنود (مولوی، دیوان شمس، غزل ۹۱۴)

اگر مسئولانه عمل نکنیم ممکن است تمام عمر در رنج و محنت باشیم و درنهایت دنیا را با همین خاطرات و آثار دردناکی که از خود به جای گذاشته‌ایم ترک کنیم.

شرط، تسلیم است، نه کار دراز سود نبود در ضلالت ترک‌تاز (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۱۲۳)

ضلالت: گمراهی

زندگی به این امتحانات دم‌به‌دم ادامه می‌دهد تا شاید ما را بیدار کند. این از گرمی‌داشت ماست، زندگی به کمتر از خودش در انسان قانع نیست برای این‌که خود را لایق بهترین‌ها می‌داند.

من نمی‌گویم مرا هدیه دهید بلکه گفتم لایق هدیه شوید (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۵۷۴)

تو ز گرمنا بنی آدم شهی هم به خشکی، هم به دریا پا نهی (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۷۳)



تاج کرمناسْت بر فرق سَرَت
طُوقِ اَعْطِیناکِ آوِیزِ بَرَت
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۵۷۴)

طُوق: گردنبند

ببخشید طولانی شد آقای شهبازی، تمام شد.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. عالی، عالی! ممنونم، خیلی سودمند.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای حسام]



۲۱- خانم نرگس از نروژ

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم نرگس]

خانم نرگس: با اجازه.

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

قلاووز: پیش‌آهنگ، پیش‌رو لشکر

این لحظه بی‌مرادی‌ای که ما را دربرمی‌گیرد، قلاووز بهشت ماست. یعنی با تکرار ابیات حضرت مولانا و شناخت همانندگی و خارج شدن از زمان مجازی، با پذیرش و شکر و صبر، فضا باز شده و شیرینی شادی بی‌سبب حاصل از واهمانش را حس می‌کنیم.

ز پیت مراد خود را دو سه روز ترک کردم
چه مراد ماند زان پس که می‌سرم نیامد

دو سه روز شاهیت را چو شدم غلام و چاکر
به جهان نماند شاهی که چو چاکرم نیامد
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۷۰)

با گنج حضور و آموزش‌های جناب آقای شهبازی دانستیم که شاه مرکز عدم است و ما فقط باید غلام و چاکر مرکز عدم و انسان زنده به حضور باشیم. از آن پس مراد ما همین آرامش، شادی بی‌سبب، حس امنیت و هدایت و خرد زندگی می‌شود که تمام کائنات تشنه آن هستند.

یار ما، دلدار ما، عالم اسرار ما
یوسف دیدار ما، رونق بازار ما
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۳۷)

یوسف دیدار: یوسف آشکار و پیدا

یارها و دلدارهای ما چه بودند؟ پول، همسر، بچه، حتی دردها و رنجش‌ها و کینه‌ها و حسادت‌ها را یار و سرمایه خود می‌دانستیم، ولی حال می‌فهمیم تنها یار و دلدار ما مرکز عدم و انسان زنده به حضور است.



عالم اسرار ما حتی خود ما نیستیم، بلکه این زندگی و مرکز عدم است که اسرار ما، این که از کجا آمده‌ایم و به کجا می‌رویم را می‌داند و تمام برکات زندگی ما نیز تنها در حضور این مرکز عدم و زیر سایه بزرگان مهیا می‌شود.

چون ز مُرده زنده بیرون می‌کشد
هر که مُرده گشت، او دارد رَشد
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۴۹)

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

مُرده شو تا مُخْرَجُ الْحَيِّ الصَّمَدِ
زنده‌یی زین مُرده بیرون آورد
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۱)

رَشد: به راه راست رفتن
می‌تند: از مصدر تنیدن. در اینجا یعنی می‌گراید
مُخْرَجُ الْحَيِّ: بیرون آورنده زنده

زندگی از زنده بودن خودش، مردگی من ذهنی را بیرون می‌کشد و هر کسی که من ذهنی خود را بمیراند و قضاوت و مقاومت را در این لحظه با ناظر بودن صفر کند، او هدایت می‌یابد.

و چون زندگی از خودش مردگی من ذهنی که به امتدادش چسبیده را می‌خواهد بیرون کند، اگر با من ذهنی فکر و عمل کنیم و خود را من ذهنی بدانیم، به خود ضرر می‌زنیم.

پس به من ذهنی بمیر تا بیرون آورنده زنده بی‌نیاز، که ما هم باید بی‌نیاز باشیم، چون ما هم از جنس زندگی هستیم، از این مردگی من ذهنی زنده زندگی را خارج کند.

دریابیم ما نیز بی‌نیاز از مقام، بی‌نیاز از هوای نفسانی، از زیاد کردن همانیدگی‌ها، گرفتن تأیید و توجه و دیده شدن و برتر آمدن هستیم. بی‌نیاز از انتقام‌جویی، رنجش، انتظار رفتارهای مختلف از دیگران را داشتن، هستیم.

مرغِ خویشی، صیدِ خویشی، دامِ خویش
صدرِ خویشی، فرشِ خویشی، بامِ خویش
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۸۰۷)



این لحظه خود را به صورت زندگی باید شکار کنم. این لحظه فقط من صید خودم هستم و دام خودم به صورت زندگی. بزرگ خودم، کوچک خودم و بام خودم هستم.

حاکم است و، یَفْعَلُ الله مَیْشَاء

او ز عینِ دَرْدِ انگیزد دوا

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۶۱۹)

با نظارت به ذهنم و دردها و مقایسه‌ها، حسادت، رنجش، توقع‌ها ذهن خود را ساده می‌کنم. من این قسمت مردگی نیستم. با انکار قسمت مردگی دوا می‌رسد.

حال آیا من به تنهایی می‌توانم به من‌ذهنی خود بمیرم؟

کی تراشد تیغ، دسته خویشت را

رو، به جراحی سپار این ریش را

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۲۲)

ریش: زخم، جراحت

کار معنوی همان‌طور که جناب آقای شهبازی فرمودید، مانند ورزش یوگا است. تنها به کمک پیر می‌توان به ناموس، پندار کمال، درد من‌ذهنی خم شد. این پیر هست که در هر منزلی مانند حرکات کششی، ما را منعطف‌تر، صفرتر، مانند آب روان در مسیر می‌کند.

بدون داشتن راهنما، ما حتی از اعتراف به اشتباه خود بازمی‌مانیم. دریافت این دارو، این گشایش، این مردگی به ذهن، آزادی زندگی و تولد پروانه عدم از مرکز ما تنها به دست پیر است.

کافیَم، بدهم تو را من جمله خیر

بی سبب، بی واسطه یاری غیر

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۱۷)

کافیَم بی‌نان تو را سیری دهم

بی سپاه و لشکرت میری دهم

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۱۸)

کافیَم بی داروت درمان کنم

گور را و چاه را میدان کنم

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۲۰)



معنی کافی بودن زیر سایه آموزش‌های گنج حضور برای ما روشن شد. شیرینی فضای گشوده در سایه بزرگان و همراهان معنوی، دوی تمام دردهای ما، تمام بی‌مرادی‌های ما است. راه عبور از مکان به لامکان و ورود برکت به چهار بعد و زندگی ما است.

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

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

مقام: محل اقامت
نزار: ضعیف، ناتوان

ای زندگی سینه ما جای تو است، نه جای هیچ همانندگی دیگر. این ما هستیم که با ستم کردن بر خود تو را
نمی‌بینیم و نزار می‌شویم، درحالی‌که تو از رگ گردن به ما نزدیک‌تر هستی و تنها با صبر منتظر تولد حضور ما
هستی.

صد هزاران کیمیا، حق آفرید
کیمیایی همچو صبر، آدم ندید
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۵۴)

با صبر و تداوم تلاش در مسیر معنوی در زیر سایه پیر، مس وجود ما به طلا تبدیل می‌شود.

یوسف، آمد رَسَن، درزَن دو دست
از رَسَن غافل مشُو، بیگه شده‌ست
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۷۷)

رسن ابیات مولانا، ارتعاش بزرگان ما را از چاه ذهن خارج می‌کند و در این لحظه پایدار می‌کند.

ما کی‌ایم این را؟ بیا ای شاه من
طالعِم مُقْبِل کن و، چرخِ بزن
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۷۸۶)



روح را تابان کن از انوار ماه
که ز آسیبِ ذَنب، جان شد سیاه
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۷۸۷)

از خیال و وَهْم و ظَن، بازش رَهان
از چَه و جَوَرِ رَسَن، بازش رَهان
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۷۸۸)

تا ز دلداریِ خوب تو، دلی
پَر بر آرد، بر پَرَد ز آب و گلی
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۷۸۹)

ذَنب: از اصطلاحات نجومی است، ولی در این جا مراد هشیارِ جسمی است.

ممنون آقای شهبازی، تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین، آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم نرگس]



۲۲- خانم الناز از آلمان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم الناز]

خانم الناز:

چرخ فلک با همه کار و کیا گرد خدا گردد چون آسیا (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۰)

کار و کیا: کار و بزرگی و اهمیت آن کار، قدرت و سلطنت، توانایی و فرمانروایی

بیت می‌گوید کائنات با این بزرگی و پیچیدگی و کارهای ظریف و دقیق و منظم مانند آسیا گرد خدا می‌گردد، یعنی به دور خرد کل می‌چرخد و از آن عقل می‌گیرد.

جناب مولانا اشاره می‌کند که ای انسان این چیزی که دورش می‌گردد تو، این همانیدگی‌ها، این دل همانیده، این ذهن همانیده، این زنجیره فکر بی‌اختیار، این دل ترسان و لرزان خدا نیست. هرکه هستی، هر چقدر دانش راجع به هر موضوعی داری، هر چقدر هم که هوش زیاد، هر چقدر هم فکرت تیز، هر چقدر هم اعمال اصولی، ولی تو هم مثل بقیه باشندگان و طبیعت باید در این لحظه دور خدا بگردد، در این لحظه دور زندگی بگردد.

چرا جناب مولانا این بیت را گفته؟ نکند من دور خدا، دور زندگی، دور خرد کلی، دور آفرینندگی، دور ذات خودم، دور حقیقت وجودی خودم نمی‌گردم؟! یا اگر هم به خیال خودم می‌گردم، نکند مثل آسیا نمی‌گردم؟! نکند مثل آسیا بی‌منظور، بی‌طمع و قضاوت و بی‌مقاوت و بی‌ادعا و بی‌دست و پا و بی‌نطق و زبان نمی‌گردم؟!

من ذهنی می‌گویم که من می‌دانم چه‌جوری باید بگردم، چطور باید دور خدا چرخید، ولی همین‌جا باید یقه‌اش را گرفت که نه، تو نمی‌دانی.

منظور غزل این است که اختیار را به‌دست من‌ذهنی‌ندهیم، چون این نمی‌داند چه‌جوری دور خدا بگردد، نمی‌داند چطور در این زندگی مادی خوشبخت بشود، نمی‌داند چطور به منظور آفریده شدنش برسد و رستگار بشود. او اصلاً خدا را نمی‌شناسد، این من‌ذهنی هم‌هاش دور خودش می‌گردد، دور همانیدگی‌ها می‌گردد و فکرهای پشت‌سرهم.

ما فقط باید بدانیم که ما این من‌ذهنی نیستیم، ما این فکرها، قضاوت‌ها و مقاومتی که تجربه می‌کنیم نیستیم. من‌ذهنی فقط سبب‌ها را می‌شناسد، عامل رسیدن به زندگی را یک سبب یا واسطه معرفی می‌کند، برای زندگی تعریف و نشان ارائه می‌دهد. و همین‌گونه ما را محبوس ذهن و هیجان کرده و از زندگی و برکاتش محروم نگه می‌دارد.



تُخْمه بودند آن دو بیگانه، ز خور بود صایم روز آن مؤمن مگر (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۴۰۲)

داستان انسان همانیده در پیشرفته‌ترین حالت فکری و علمی و دانشی و ذهنی و حتی معنوی داستان آن جهود و ترسای تُخْمه است که این قدر فکرها و تجربیات و قضاوتش را مهم و جدی می‌گیرد و در دلش انباشته می‌کند و تصاویر مرده آن‌ها را نشخوار می‌کند که دیگر اصلاً میلی به دریافت آگاهی و آفرینندگی زنده در این لحظه ندارد. تصور می‌کند منبع زندگی در فکرهای ذهنش هست و می‌تواند هر موقع بخواهد برود آن تو و به خرد و شادی زندگی دست یابد، برای همین سهم این لحظه‌اش از شادی و شیرینی زندگی را به وقت‌ها و موقعیت‌های مثلاً کامل و مناسب آینده معوق می‌کند. من‌ذهنی صاحب‌فن هنر و انباشتگی دانش و علم و اعمال مذهبی و حتی تجارب خاص معنوی را سبب و واسطه دریافت رحمت می‌داند. انسان همانیده برای رسیدن به زندگی شرط قابلیت قائل است.

گفت مؤمن: امشب این خورده شود صبر را بنهیم تا فردا بُود (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۴۰۶)

اما انسان واهمانیده، همان انسان تسلیم‌شده به آفرینندگی این لحظه که به برکات فضای گشوده ایمان دارد، از خوردن یعنی مهم و جدی گرفتن هر دید و فکر و قضاوت ذهنی روزه می‌گیرد و همیشه مرکزش خالی است. برای همین طلب شدیدی برای خوردن برکات بی‌نشان و بی‌سبب فرّ ایزدی که از فضای گشوده‌شده در این لحظه می‌آید دارد. او زندگی را در این لحظه پُر زندگی کرده و بی‌سبب سرخوش است و نگران فردا نیست، زیرا ایمان دارد که برکات زندگی در جریان ابدی است و بی‌سبب می‌توان از آن برخوردار شد.

درگذر از فضل و از جلدی و فن کار، خدمت دارد و خُلق حَسَن (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۵۰۰)

بهر این آوردمان یزدان بُرون مَا خَلَقْتُ الْإِنْسَ إِلَّا يَعْْبُدُون (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۵۰۱)



خلاصه این‌که حضرت مولانا می‌فرمایند حواست باشد که بیان هنر بسیار لطیف، اندوختن دانش خیلی دقیق علمی یا تجارب معنوی ماورایی یا فرسودن عمر در اعمال اصولی و مذهبی، با مرکز همانیده و انباشته از آفریده‌های قبلی هیچ فایده‌ای ندارد و نه تنها عامل برخورداری از برکات ایزدی مثل شادی و آفرینندگی نیست که حتی محروم‌کننده است.

تنها انسانی می‌تواند از رحمت زندگی برخوردار بشود که مرکزش خالی خالی باشد، ذهنش پاک پاک باشد، برای خودش هیچ تعریف و توصیفی نداشته باشد، برای زندگی هیچ فرم و نشانی قائل نباشد، بلکه با ایمان تسلیم فضای گشوده‌شده در این لحظه باشد، انسانی که در این لحظه دور مرکز عدم می‌گردد و از خود زندگی طلب دارد که به او دید بدهد، به او عمل بدهد.

پس ما برای این به این جهان نیامده‌ایم که هنرمند باشیم، عالم باشیم، فاضل باشیم، کاشف تجربیات ماوراءالطبیعه باشیم و یک طرح یا یک فکر یا یک شیء یا یک ساختار را بچسبیم و آن را پرستش کنیم و دائم دور آن بچرخیم و برحسب آن ببینیم و برحسب آن قضاوت کنیم و برحسب آن فکر کنیم و واکنش نشان بدهیم، نه. انسان تنها به این منظور آفریده شده که هر لحظه دور مرکز عدم بگردد و خود هشیاری کل دید و فکر و عمل او را در همین لحظه از نو بیافریند.

گر بُود فردوس و آنهار بهشت چون فسردهٔ یک صفت شد، گشت زشت (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۳۸۳)

آنهار: جمع نهر به معنی جوی آب

تمام شد استاد، مرسی.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، خیلی زیبا!

خانم الناز: مرسی، ممنونم.

آقای شهبازی: شما هم که بلد هستید ویدئو بکنید، ویدئو بکنید. عالی!

خانم الناز: چشم، مرسی. استاد این برنامه خیلی خوب بود یعنی این قدر پر، این قدر پر، این قدر پر که اصلاً من مانده بودم که کدام گوشهٔ این را می‌شود برداشت و پیام کرد. این قدر پر است، یعنی اصلاً من نمی‌توانم بگویم چه بود واقعاً، اصلاً نمی‌شود، یعنی واقعاً در بیان نمی‌گنجد. مرسی استاد.

آقای شهبازی: ۹۹۲ را می‌گویید؟ ۹۹۲ را شما توصیه می‌کنید مردم ببینند هان؟



خانم الناز: استاد اصلاً به نظر من اصلاً فقط باید همین را بنشینیم ببینیم، اصلاً از پایش بلند نشویم. این قدر مطلب دارد، یعنی اصلاً از همه طرف جناب مولانا گفتند که دیگر اصلاً چکار باید کرد و اصلاً این لحظه چه جوری واقعاً به زندگی زنده بود. خیلی عالی بود استاد.

آقای شهبازی: آفرین! برنامه بله بله ابیات عالی دارد، درس عالی بود مولانا به ما داد. ممنونم.

خانم الناز: و استاد شما هم خیلی عالی بازش کردید یعنی اصلاً همین جوری که بینندگانِ دیگر می‌گویند ما اگر این‌ها را صد بار هم می‌خواندیم نمی‌توانستیم این معانی را بفهمیم، ولی وقتی شما بیان می‌کنید، برای ما هم باز می‌شود. چون این مثنوی خیلی سنگین بود، واقعاً خیلی مثنوی سنگینی است، ولی شما خیلی آسان برای ما بازش کردید. مرسی، ممنونم استاد.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم الناز]



۲۳- آقای زرگری از ونکوور

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای زرگری]

آقای زرگری: والله آقای شهبازی چه بگویم، آدم بعضی موقع‌ها از این گردونه یک ذره می‌افتد بیرون.

این ارنست همینگوی (Ernest Hemingway) در یکی از داستان‌هایش از قهرمان داستان می‌پرسد که تا حالا ورشکست شدی؟ می‌گوید بله. می‌گوید چطوری است؟ می‌گوید که یک کم اوضاع یواش‌یواش یک کمی بد می‌شود بعد یک‌دفعه همه‌چیز فرومی‌ریزد.

آقای شهبازی: بله [خنده آقای شهبازی]

آقای زرگری: ورشکستگی عرفانی هم همین‌جور است یعنی بعضی موقع‌ها آدم حالش یک ذره بد می‌شود بعد یک‌دفعه یک اتفاقی هم می‌افتد یک ذره آدم دور می‌افتد. ولی واقعاً عشق، عشق همه‌چیز است، همه‌چیز همین همین عشق است.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای زرگری: و من ذره‌ای از عشقم نه به مولانا، نه به عشق و نه به شما کم نشده‌است.

آقای شهبازی: خیلی ممنون.

آقای زرگری: غیر از این‌که فرصت نبوده. امروز این صحبت را مدیون آقای حسام هستم، آقای حسام عزیز که چه آدم شگفت‌انگیزی است این حسام.

آقای شهبازی: بله.

آقای زرگری: از صحبت‌هایی که راجع به قضا و به اصطلاح این چیزها صحبت کرد و چقدر صحبت‌های خوبی بود، می‌خواستم از ایشان تشکر کنم، تأیید کنم، و البته این را قبلاً آقای شاپور عبودی شاعر عزیز اهوازی ما تحت عنوان روزه متناوب فکر کنم یک سال پیش یا کمی بیشتر کمتر گفته بود.

آقای شهبازی: بله.

آقای زرگری: و من این کار را کردم و آقای شهبازی واقعاً کار می‌کند.

آقای شهبازی: توضیح بدهید.

آقای زرگری: یعنی تنها چیزی است به عقیده من که کار می‌کند همین جریان روزه و این‌ها.



آقای شهبازی: توضیح بدهید، توضیح بدهید ببینیم چه هست؟

آقای زرگری: بله، آقای شاپور عبودی از قول یکی از این به اصطلاح متخصصین تغذیه معروف آمریکایی صحبت می‌کرد که مثلاً ده ساعت یا دوازده ساعت روزه بگیرید، مثلاً بهترش دوازده ساعت است. مثلاً اگر هشت شب غذا خوردید دیگه تا هشت صبح هیچ چیزی نخورید.

آقای شهبازی: بله.

آقای زرگری: و اگر مثلاً چه می‌دانم شش صبح صبحانه خوردی، دیگر تا شش عصر حداقل. و من کسانی می‌شناسم که هجده ساعت می‌گیرند به جای دوازده ساعت.

آقای شهبازی: بله.

آقای زرگری: چهارده ساعت. و این واقعاً کار می‌کند. برای من تنها چیزی که کار کرده این بوده و الا این که فشار به خودت بیاوری حالا این را بخورم، این را نخورم. این دیگر خیالت راحت است که تو می‌دانی تا ساعت هشت شب نباید غذا بخوری و درواقع از قدیم می‌گفتند انسان اسیر عادت است.

آقای شهبازی: بله.

آقای زرگری: و ما این اسیر عادت بودن را، این عادت را به نفع خودمان تغییر می‌دهیم دیگر عادت می‌کنیم تا هشت شب نخوریم، هشت شب به بعد دیگر روزه بگیریم. این است که خیلی برای من کار کرده و خیلی حالم خوب است.

غزل امروز را هم یک هفتاد باری تا حالا، هفتاد و دو سه باری تکرار کرده‌ام برای اولین بار [خنده آقای زرگری]، چون هیچ موقع من حوصله نمی‌کردم این کار را بکنم. هر چقدر هم شما توی این بیست سال می‌گفتید مثل این که توی این سر من نمی‌رفت، توی این مغز من نمی‌رفت، ولی خوشبختانه من به شما گوش دادم، تسلیم شدم.

آقای شهبازی: حالا ما این دفعه چه جوری گفتیم که شما شنیدید؟ بیست سال است ما می‌گوییم نمی‌شنوید؟ ما هم برویم گفتنمان را عوض کنیم. [خنده آقای شهبازی]

آقای زرگری: [خنده آقای زرگری] والله نمی‌دانم، چه جوری آش را نمی‌دانم، ولی می‌دانم که ما همیشه باید امیدوار باشیم که یک جایی، یک جایی گوش بدهیم. یعنی همراهش باز همان، یعنی غزل هم خیلی به من کمک کرد، دیدم که من کلیدم کج است.

آقای شهبازی: آفرین!



آقای زرگری: من فکر می‌کردم کلید دارم. آخر کلید داری که اگر این کج باشد که به درد نمی‌خورد که.

آقای شهبازی: درست است، بله.

آقای زرگری: و من، و من خیلی از موقع‌ها راه‌حل‌هایم از من ذهنی می‌آید. هر راه‌حلی که از من ذهنی بیاید خراب است.

آقای شهبازی: بله.

آقای زرگری: می‌گوید، هم توی غزل این دفعه می‌گفت، خواندید شما.

مَسْتُ هَمی‌کُرد و ضو از کُمیز
کُز حَدَّثَمَ باز رَهان رَبَّنا
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۰)

حَدَّث: ادا، سرگین

آقای شهبازی: بله، بله.

آقای زرگری: گفت نخستین تو حدت را بشناس، می‌گفت بدان.

آقای شهبازی: بدان، بله.

آقای زرگری:

گفت: نَخُسْتین تو حَدَّت را بدان
کُزْمُز و مقلوب نباید دعا

ز آن‌که کلید است، چو کُز شد کلید
واشدن قفل نیابی عطا
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۰)

کُزْمُز: کج و ناراست
مقلوب: وارونه و واژگون

آقای شهبازی: بله.

آقای زرگری: یعنی این را تا روزی که این هدف را ما نمی‌شناسیم، تا روزی که ما به اصطلاح پاک نشدیم از این ذهن، هر کاری که بکنیم احتمالاً غلط است.

آقای شهبازی: بله، درست است.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای زرگری]



۲۴- آقای نیما از کانادا

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای نیما]

آقای نیما: برای درخواست از یک نفر برای نشستن، می‌توان سه گونه بیان کرد. یا می‌توان خیلی محترمانه گفت: «بفرمایید بنشینید.» یا شکل دوم می‌تواند کمی جدی‌تر گفت: «بنشین»، و یا مورد سوم، خیلی قاطع و با کمی خشم: «بتمرگ»

مثل این‌که این «من» فقط با مورد سوم به ادب می‌نشیند. از بی‌چگی زبان خوش و با مهربانی به مسیر نمی‌آدم. یا باید تنبیه می‌شدم، یا باید حتماً کارم به فضاقت می‌کشیده‌است تا سرم شاید به سنگ بخورد. پند دل را فقط موقعی می‌شنیدم که «بتمرگ».

از خراب کردن بدنم، روحم، روابطم و حس و حال، تلف کردن زمانم، به غرور پا شدنم، که ای بی‌ادب «بتمرگ». بچه که بودم پدر و مادرم صبح تا شب کار می‌کردند که آقا پسرشان کیفش کوک باشد، همه‌جوره ساپورت (حمایت: support) شده باشد، اما یادم است دوران نوجوانی یک بار به مادرم گفتم که آخر تو چرا مثلاً فلان کلاس را نمی‌روی؟ چرا فلان چیز را یاد نمی‌گیری؟ شرم بر من باد که ناسپاس یادم رفته بود که آقا پسر، دور برت داشته که چه؟ نه که همه این‌ها را هم از صدقه‌سری مادرت داری؟ کاش به خودم می‌گفتم که «بتمرگ».

ای دل به ادب بنشین، برخیز ز بدخویی

زیرا به ادب یابی آن‌چیز که می‌گویی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۲۰)

پس از سال‌ها اشتباه، پشت اشتباه، اشتباه پشت اشتباه، بالاخره از گنج حضور و مولانا و آموزش‌ها و راهنمایی‌های آقای شهبازی یاد گرفتم که چگونه بایستی «زندگی» کرد.

ولی حیف که باز در دام قضاوت پیر افتادم و فکر کردم می‌توانم غذای داغ را جلوی بگذارم و یا هُلش بدهم روی پل خراب.

گرچه پیران را در این دور لئام

در دو موضع پیش می‌دارند عام

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۴۶۱)



یا در آن لوتی که آن سوزان بود یا بر آن پُل کز خَلل ویران بود (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۴۶۲)

لثام: فرومایگان

لوت: غذا

لثام یعنی فرومایگان امثالی مثل من، لوت هم یعنی غذا.

نگو که این تفِ سربالاست. آخر من چه کارهام؟ یادم رفت که از کجا استخوان خورده‌ام و باز این دفعه زُستِ معنوی گرفتم و کارهای قبل را پیش گرفتم. کاش یکی بود که می‌گفت: «بتمرگ».

گر تو کنی بر مه تُو، بر روی تو باز آید آن ور دامن او را کشی، هم بر تو تنگ آید قبا (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰)

تُو: آب دهان

دامن کسی را کشیدن: درگیر شدن با کسی

بعد که باز برگشتم، این بار مولانا دیگر ولم نکرد. هر دفعه گفت حواست باشد، داری اشتباه می‌روی. اوایل گریه می‌کردم، زار می‌زدم، ولی بعد می‌فهمیدم به نفعم هست.

دانش معنوی که انباشته کردم را خواستم در این راه استفاده کنم و سبب‌سازی کنم. این بار برای این‌که کارم به بتمرگ نکشد، مولانا باز با زبانی که من‌ذهنی‌ام خوب حالی‌اش می‌شود گفت:

ای دلالت گنده‌تر پیش لبیب در حقیقت از دلیل آن طبیب (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۵۰۶)

چون دلالت نیست جز این، ای پسر گوه می‌خور، در گُمیزی می‌نگر (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۵۰۷)

لبیب: انسان خردمند

گُمیز: ادرار



آوردن دلیل و برهان و قضاوتِ پیر از نفهمی من است، همان سرگین خوردن است. ای امان از این قضاوت و پندار کمال. مولانایی که سراسر عشق و محبت و رحمت اندر رحمت است، می‌داند با چه لفظی با من صحبت کند. درد دارد، بله، ولی خب:

اگر با من نبودش هیچ میلی چرا ظرف مرا بشکست لیلی (ضرب‌المثل)

اما خب چه درسی گرفتیم؟ این‌که عنایتِ خدا با من است. الآن اگر سریع می‌فهمم، برای این است که راهی را ادامه دهم که زندگی بر آن‌ها نعمت ارزانی داشته، نه راهِ گمراهان. اکنون می‌فهمم که ادعا اگر کنم که تمام ایرادهایم را ببینم، زهرام می‌ترکد، یعنی چه؟ الحق که الآن اگر این ایرادها را می‌بینم، از لطف زندگی است. از عنایات زندگی است که می‌گذارد ببینم، ایرادهایی که قدیم نمی‌دانستم دارم، تا شاید کن‌فکانِ زندگی آن‌ها را التیام بخشد. ان شاء الله، ان شاء الله.

این همه گفتیم لیک اندر بسیچ بی‌عنایاتِ خدا هیچیم هیچ (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۸۷۸)

ممنون از وقتی که به من دادید.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین! دیگر بلید خودتان این را ویدئو بکنید. عالی می‌شود.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای نیما]



۲۵- خانم مریم از فولادشهر اصفهان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم مریم]

خانم مریم: سلام و عرض ادب و احترام دارم خدمت بینندگان عزیز گنج حضور با پیغام‌های معنوی بسیار زیبایشان که هر کدامش چقدر حامل درس‌های قشنگ معنوی برای تک‌تک ما است. واقعاً من سپاس‌گزارم استاد جان از شما و از تمام گنج‌های ضروری‌های عزیز، با اجازه‌تان یک متنی آماده کردم که با شما به اشتراک می‌گذارم.

آقای شهبازی: بفرمایید.

خانم مریم: ممنونم.

غزل شماره ۲۳۲،

بی جگر داد مرا شه دل چون خورشیدی
تا نمایم همه را بی‌ز جگر خندیدن
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۹۸۹)

چو عشق را تو ندانی، بپُرس از شب‌ها
بپُرس از رخ زرد و ز خشکی لب‌ها

چنان‌که آب حکایت کند ز اختر و ماه
ز عقل و روح حکایت کنند قالب‌ها

هزار گونه ادب، جان ز عشق آموزد
که آن ادب نتوان یافتن ز مکتب‌ها
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۳۲)

و استاد جان این بیت بسیار زیبا از دفتر چهارم که بسیار به خودم بشخصه کمک داده، بیت ۱۹۵۱:

احمق ار حلوا نهد اندر لبم
من از آن حلوای او اندر تبم
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۵۱)

ناآگاهی و در درد و رنج ناآگاهانه ماندن، نه تنها باعث رشد معنوی ما نمی‌شود، بلکه شیرینی مقطعی آن، ما را هم به دردسر خواهد انداخت. انسان‌های من‌ذهنی که انتخاب آن‌ها فقط من‌ذهنی است، شیرینی برای آن‌ها خسارت، حسرت، ترس، قضاوت و رنجش است. پس اگر با این قرین‌های من‌ذهنی همراه شوم از این شیرینی



مقطعی خواهم نوشید که حاصلش درد ناآگاهانه خواهد بود. و تشخیص به‌موقع با کمک برنامه می‌تواند ما را از این باتلاق ذهن نجات دهد.

**حمله دیگر، تو خاکی پیشه‌گیر
تا کنم بر جمله میرانت امیر**
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۵۶)

**گندم از بالا به زیر خاک شد
بعد از آن، او خوشه و، چالاک شد**
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۵۸)

۹

**دانه هر میوه آمد در زمین
بعد از آن سرها برآورد از دفین**
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۵۹)

بیا در مسیر عشق و کمال، که بیرون از این‌جا خبری نیست. هر آنچه هنوز ما را به مقاومت و واکنش و جبهه گرفتن می‌برد، یک من‌ذهنی است که هنوز از تب و تاب نیفتاده، قلدری دارد و می‌خواهد خودی نشان دهد.

پس مثل دانه گندم [قطع شدن صدا]، فقط شرط تسلیم است و این‌که تغییر نوع نگاه، تا با ذهن و زور زدن مطمئن باش که امکان ندارد نوع نگاه ما تغییر کند، پس ماه نگاهمان باید سمت خدا باشد این انتخاب یک انسان آگاه است.

استاد نازنین از شما ممنونم که من را با واژه بسیار زیبایی «تسلیم» آشنا کردید و متوجه شدم اگر تسلیم نشوم همین است که هست، من‌ذهنی ولکن نیست! پس هر بار که تسلیم می‌شوم و فضای گشوده‌شده افزون می‌شود یک قدم به سمت رب می‌روم و جایگزین مقاومت، تسلیم و فضاگشایی و صبر و شکر و عشق ما را دربرمی‌گیرد.

خدا یعنی تسلیم و به حق و عدم پناه بردن، نه تسلیم من‌ذهنی شدن و نقش بازی کردن، تسلیم یعنی خاک شدن و به حضور زنده شدن. زندگی منتظر ماست تا دستمان را بگیرد، پس این ابیات زیبا اشاره دارند که چگونه آدمی از پست‌ترین مراحل و در من‌ذهنی دردمند می‌تواند به بالاترین مراتب مسیر خودشناسی صعود کند و خدا را پیدا کند و دست از بازی ذهن بردارد. استاد جان تمام شد.

آقای شهبازی: ممنونم، خیلی زیبا.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم مریم]



۲۶- خانم مریم از کانادا

خانم مریم: آقای شهبازی من با توجه به این‌که هفته پیش فرمودید روی بیت به بیت تمرکز کنید و ببینیم که چه چیزی می‌خواهد به ما بگوید، من یک پیامی در این باره آماده کرده‌ام، اگر اجازه بفرمایید.

آقای شهبازی: بله‌بله، بفرمایید. بله.

خانم مریم:

گرد چُنین کعبه کُن ای جان، طواف
گرد چُنین مایده گرد ای گدا

بر مَثَلِ گوی، به میدانش گرد
چونکه شدی سرخوش بی‌دست و پا
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۰)

مایده: مائده، خوان، سفره

هر که به گردِ دل، آرَد طواف
جانِ جهانی شود و دلربا
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۰)

در این ابیات دلنشین و سحرآمیز جناب مولانا، چند کلمه توجه جان من را جلب کردند. با خود گفتم آیا من گدا هستم؟ مولانا می‌گوید دور این چنین سفره بگرد مریم. آیا تو گرد سفره آسمانی می‌گردی؟ آیا غذای روح و آرامش و خرد را از این سفره که بسیار هم فراوان هست، می‌گیری؟ یا هنوز براساس عادت و فراموشی رو به سفره کوچک ذهن می‌آوری؟

آقای شهبازی فرمودند وقتی ذهن می‌خواهد شما را به حسادت و مقایسه و خشم بکشاند با خودتان بگویید اگر عشق بود چکار می‌کرد؟ سفره ذهن کوچک هست و پر از غذاهایی که خوردن آن‌ها سبب انباشتن درد در مرکز می‌شود.

قوتِ اصلیِ بشر، نورِ خداست
قوتِ حیوانیِ مر او را ناسزااست
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۸۳)



لیک از علّت در این افتاد دل که خورد او روز و شب زین آب و گل (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۸۴)

غذای اصلی من به‌عنوان انسان نور خداست که از این سفره آسمانی می‌آید. اگر تمام لحظات زندگی‌ام به فکر تهیه غذای حیوانی باشم پس چگونه می‌توانم به خود بگویم که «تاج کرمن» بر سرم و «طوق اعطیناک» در گردنم هست. دقیق که می‌شوم متوجه می‌شوم که ما پا را از قوت حیوانی هم فراتر گذاشته‌ایم.

حیوان فقط به‌قدری شکار می‌کند که شکم خود و بچه‌هایش را سیر کند. ذهن مانند اژدهایی است که سیر نمی‌شود، نه تنها از خوردن بلکه کم‌کم در طول سال‌ها این گرگ کهنه‌کار به خوردن غذاهای دیگر عادت کرده است.

من در گنج حضور با کمک ابیات جناب مولانا و روشنگری‌های آقای شهبازی متوجه شدم که انسان از حد تأمین نیازهای اولیه زندگی گذشته و مشغول گل‌خواری شده‌است.

روی زرد و پای سست و دل سبک کو غذای والسّما ذات الحُبک؟ (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۸۵)

این است که رویم زرد بود و دلم هر لحظه می‌لرزید که نکند لرزه‌ای به دل پر از درد و همانیده من بخورد. دل من هر لحظه به‌سوی یک همانیدگی پر می‌زد و من غافل از این سفره آسمانی بودم که بسیار در دسترس بود، اما من گدای گل بودم.

آن، غذای خاصگان دولت است خوردن آن، بی‌گلو و آلت است (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۸۶)

غافل از این‌که این سفره آسمانی، غذاهایش بسیار نرم و سبک است و به تو درد دل نمی‌دهد. غذای عشق و آرامش و خرد بلافاصله به جانت جذب می‌شود و تو بعد خوردن آن احساس سبکی و سرمستی می‌کنی، برخلاف رخوت و درد و سستی که بعد از گل‌خواری ما که به دنبال گرفتن تأیید و توجه مردم، حس برتربینی، حس حقارت، حس حسادت و هزاران گل دیگر به ما دست می‌دهد.



بر مثلِ گوی، به میدانِش گرد چونکه شدی سرخوش بی‌دست و پا (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۰)

«سرخوش بی‌دست و پا» شدن را با گل‌خواری نمی‌شود حس کرد. این طرز بیان مولانا بسیار خلاقانه است. ما همیشه فکر می‌کردیم که برای سرخوش بودن باید کارهایی بکنیم. ذهن می‌گوید اگر می‌خواهی سرخوش باشی باید از لحاظ تمام معیارهای جامعه عالی باشی. اما مولانا می‌گوید سرخوش کسی است که سرش یعنی ذهنش «دست و پا» نداشته باشد. این انسان به گل‌خواری مشغول نیست.

«سرخوش بی‌دست و پا» هستم اگر که ذهنم را تعطیل کنم و بگویم نمی‌دانم. ذهن همیشه در حال خوب و بد کردن است. اکثر اوقات از وضعیت‌ها راضی نیست، وقتی هم که رضایت از چیزی دارد، دستش را دراز می‌کند تا آن چیز یا موقعیت را سفت بچسبد تا از او نگیرند و نگرانی و ترس از دست دادن آن دارد در همان لحظه که از داشتن همان چیز خوشحال است.

«سرخوش بی‌دست و پا» هستم اگر از کنار رفتارهای نابخردانه دیگران آرام رد شوم. لازم به ذکر است که این رفتارها ممکن است از لحاظ من ذهنی من نابخردانه باشد و یا اگر هم واقعاً هست، بی‌واکنشی و عدم قضاوت، من را سرخوش بی‌دست و پا می‌کند.

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

خشم و ذوق هر دو عکسِ دیگران شادی قواده و خشم عوان (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۶۶۲)

قَوَّادَه: پاندا، کسی که زنان و مردان را برای هم‌آغوشی به هم برساند.
عوان: مأمور حکومتی

وقتی عیب‌های دیگران را نادیده می‌گیرم و از خاصیت ستارخویی خدا که در درون من نهفته است بویی برده‌ام، «سرخوش بی‌دست و پا» هستم.

وقتی دیگران عیب من را به من می‌گویند به جای بی‌مراد شدن با فضاگشایی در جَنَّت را به‌روی خودم باز می‌کنم، حتی اگر واقعاً آن عیب در من نباشد، از بخشنده‌گی خدایت خودم بویی برده‌ام و «سرخوش بی‌دست و پا» هستم.



لحظه‌ای که این‌جا و اینک بودن را تجربه می‌کنم و بدون توجه به آنچه در ذهنم می‌گذرد، شادی بی‌سبب را تجربه می‌کنم، «سرخوش بی‌دست و پا» هستم.

هر که به گردِ دل، آرد طواف جانِ جهانی شود و دلربا (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۰)

حالا مولانا می‌گوید اگر به دور مرکز عدم بگردی، از جنس او می‌شوی، و دل‌ها را جذب می‌کنی. قبل از آشنایی با جناب مولانا و آقای شهبازی نازنین دلربا بودن برای من تعریف دیگری داشت و هر آنچه دل را می‌برد فقط تعریف ظاهری داشت، اما حالا با تغییر دیدی که در من ایجاد شده‌است، خوب می‌دانم که زمانی می‌توانم دل‌ها را جذب کنم که آن یک زندگی را در آن‌ها ببینم.

دل همانیده من که در حال خالی شدن است، این دلربا شدن را بارها تجربه کرده و ارتعاش عشقی درونم، طرف مقابل را هم نرم‌تر و آرام‌تر کرده‌است. آرامش و سکون را در دیگری به ارتعاش درآوردن فقط با کمک مرکز خالی امکان‌پذیر است.

دلربا بودن یعنی هر آنچه به زبان می‌آوری باید از مرکزت برخاسته باشد. به عبارتی زبان و مرکزت باید با هم هم‌رنگ باشند. رنگ مرکزت که بی‌رنگ باشد، آنچه از زبانت برخیزد بر دل همگان می‌نشیند. خیلی ممنون آقای شهبازی، متشکرم.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، ممنونم. عالی.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم مریم]



۲۷- خانم لایلا از فولادشهر اصفهان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم لایلا]

خانم لایلا: درس‌هایی که از این برنامه‌های خوب شما گرفته‌ام، فهمیدم که تمام اشتباهات و این دردها تقصیر خود من است، و تمام از ناسپاسی من است، و روزن را بسته‌ام و هرچه ذهنم نشان داده را گوش داده‌ام، و این قدر درد و مسئله درست کرده‌ام و زندگی را به صورت درد در آورده‌ام و نتوانسته‌ام خدای زندگی را به مرکزم بیاورم.

من پستم به عنوان من ذهنی. وقتی که در ذهن هستم و همه چیز را بر حسب جسم می بینم حتی خداوند را، اشکال من ترک ادب است.

هر چیزی که ذهن نشان می دهد ما می آوریم به مرکزمان و به خدا و زندگی بی وفایی کرده ایم و به خودمان هم جفا می کنیم. و لحظه به لحظه به خود و دیگران درد داده‌ام.

من مرتب نیروی زندگی را تبدیل به درد می کنم پس باید به خودم رجوع کنم که همه این دردها را خودم به وجود آورده‌ام و دنبال مقصر نگردم.

غصه ها، درد، خشم، حسادت، کینه این ها همه ما را میخکوب می کنند در ذهن و ما زندانی شده ایم در ذهن. من ذهنی فقط به وجود آمده که فضا را ببندد، و ما باید روی خودمان کار کنیم. برای شکستن زندان باید درد هشیارانه را تحمل کرد درد، صبر.

باید هشیاری جسمی را رها کنیم، باید از خدا کمک بخواهیم نه از چیزهای بیرونی.

وقتی فضاگشایی می کنیم این بناهای ذهن برکنده می شوند و این گریه ها که همان دردها هستند خنده می شوند و شادی بی سبب را می بینیم.

این لحظه باید خاموش باشم تا بتوانم بیان کنم، تا زمانی که من ذهنی حرف می زند خداوند نمی تواند حرف بزند و ما دور همانیدگی ها می گردیم.

در نیمه شب ذهن و فضاگشایی مرکز خدا ما را از خودش آگاه کرده است و از غوغای بیرون نجات پیدا کرده ایم. اگر فضا را باز کنم اطراف سفره خدا نشسته‌ام، و شادی و لطافت را از آن [صدا ناواضح] می گیرم ای خداوند تو مثل آفتاب هستی که از هر انسانی که هیچ همانیدگی نداشته باشد از مرکز او طلوع می کنی. مرتب باید فضاگشایی و این همانیدگی ها را کنار بگذاریم تا ذره شویم تا آفتاب زندگی از ما طلوع کند.



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

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

بساط: هرچیز گسترده‌ای مانند فرش و سفره

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

ریبُ المَنون: حوادث ناگوار

استاد عزیز تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم لیلا]

♦ ♦ ♦ پایان بخش سوم ♦ ♦ ♦