

کنج حنور

متن کامل پیام‌های تلفنی

۱-۹۹۸

اجرا: آقای پرویز شهبازی

تاریخ اجرا: ۴ اسفند ۱۴۰۲

www.parvizshahbazi.com



ده زکات روی خوب، ای خوب رو شرح جان شرحه 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 این که 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 ۱-۹۹۸

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 کناد. 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 ۱-۹۹۸		
مهردخت از چالوس	الناز خدایاری از آلمان	لیلی حسینی زاده از تبریز
الهام فرزامنیا از اصفهان	زهرا عالی از تهران	پارمیس عابسی از یزد
اعظم جمشیدیان از نجف آباد	امیرحسین حمزه ثیان از رشت	الهام عمادی از مرودشت
شبنم اسدپور از شهریار	کمال محمودی از سنندج	راضیه عمادی از مرودشت
فرشاد کوهی از خوزستان	عارف صیفوری از اصفهان	فاطمه زندی از قزوین
رویا اکبری از تهران	شاپرک همتی از شیراز	راضیه عمادی از مرودشت
فرزانه پورعلی‌رضا از تهران	یلدا مهدوی از تهران	مریم مهرپذیر خیابانی از تبریز
مریم زندی از قزوین	بهرام زارعی‌پور از کرج	
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 رز [کودک عشق] از نروژ	۵
۲	آقای مرتضی از کانادا	۶
۳	خانم ایفا از شیراز	۱۳
۴	آقای امید از مشهد با سخنان آقای شهبازی	۱۶
۵	آقای حسین [کودک عشق] از تویسرکان	۱۷
۶	خانم رویا با سخنان آقای شهبازی	۱۸
۷	آقای بیننده از کرمانشاه	۲۸
۸	سخنان آقای شهبازی	۳۳
۹	خانم سارا احمدی و آقای شهابی از تهران با سخنان آقای شهبازی	۳۴
	♦ ♦ ♦ پایان بخش اول ♦ ♦ ♦	۳۹
۱۰	آقای پویا از آلمان	۴۰
۱۱	آقای علی از دانمارک	۴۳
۱۲	خانم مریم از فولادشهر اصفهان	۴۷
۱۳	خانم فریبا از نودشه کرمانشاه	۵۰
۱۴	خانم دینا از کانادا	۵۴
۱۵	خانم فرخنده از جوزدان نجف‌آباد	۵۶
۱۶	آقای صادق از ایلام با سخنان آقای شهبازی	۵۹
۱۷	خانم پروین از اصفهان	۶۴
۱۸	خانم پریسا از کانادا با سخنان آقای شهبازی	۶۶
۱۹	خانم مریم از کانادا	۷۰
	♦ ♦ ♦ پایان بخش دوم ♦ ♦ ♦	۷۲
۲۰	آقای علی از کانادا با سخنان آقای شهبازی	۷۳



ردیف	پیام دهنده	صفحه
۲۱	خانم آیدا از جوزدان نجف‌آباد	۷۵
۲۲	آقای آیدین از کانادا	۷۸
۲۳	خانم رویا از پرند	۸۰
۲۴	خانم‌ها زرین و تیارا و یکتا از زرین شهر	۸۳
۲۵	خانم الهام از شیراز	۸۸
۲۶	خانم سعیده از کانادا با سخنان آقای شهبازی	۹۳
۲۷	آقای ذره از همدان	۹۶
	♦ ♦ ♦ پایان بخش سوم ♦ ♦ ♦	۹۹
۲۸	خانم طاهره از تهران	۱۰۰
۲۹	خانم فرزانه	۱۰۳
۳۰	خانم معصومه از میانه	۱۰۵
۳۱	آقای ابراهیم از تبریز	۱۰۷
۳۲	آقای علی از کرج	۱۰۹
۳۳	خانم بیننده از جزیره کیش با سخنان آقای شهبازی	۱۱۳
۳۴	خانم زهره از کانادا	۱۱۷
۳۵	خانم شهناز از هلند	۱۱۹
	♦ ♦ ♦ پایان بخش چهارم ♦ ♦ ♦	۱۲۲



۱- خانم رز [کودک عشق] از نروژ

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم رز]

خانم رز: اسم من رز است، از نروژ، می‌خواستم یک شعر مولانا برایتان بخوانم.

آقای شهبازی: بله.

خانم رز:

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

آقای شهبازی: خیلی ممنون، عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم رز]



۲- آقای مرتضی از کانادا

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای مرتضی]

آقای مرتضی: من مرتضی هستم از کانادا مزاحمتان می‌شوم. خیلی خوشحالم که اولین تلفن است توانستم بگیرم، واقعاً سعادت‌ی بود.

آقای شهبازی: آقای مرتضی بفرمایید، خواهش می‌کنم.

آقای مرتضی: خواهش می‌کنم. البته ما هفته پیش هم زنگ زدیم، من این قانون را نخواستم نقض بکنم فقط چون صرفاً هفته پیش من همسرم تماس گرفتند، جبرانیاً هم صحبت کردیم، ولی خب من خواستم دیگر حالا یک عرض ادبی، چون ایشان نیستند من خودم تنها هستم و ایشان هم خیلی تمایل داشتند که من حتماً یک تماسی بگیرم خدمتان.

آقای شهبازی: بفرمایید، خواهش می‌کنم.

آقای مرتضی: قربان شما چند دقیقه وقتتان را می‌گیرم، خواهش می‌کنم. من تقریباً می‌خواهم بگویم که در حدود هشت نه سال است که ما در خدمت شما هستیم استاد، از طریق این برنامه آشنا شدم همان‌جور که خانم خدمتان عرض کرد، مریم خانم.

آقای شهبازی: بله.

آقای مرتضی: حالا با مسیرهایی که ما آشنا شدیم، حالا وقت شما عزیزان را نمی‌گیرم، فقط واقعاً همین‌جوری که هر کسی را خداوند یا زندگی یا عشق به این مسیر کشانده، واقعاً ما را هم به همین مسیر کشاند. حالا زمانش هر وقت که خودش صلاح دیده این‌جوری بوده. ما نه غبطه خوردیم نه احساس ندامت کردیم، البته داشتیم، ولی خب واقعاً کشیدیم عقب ناظر ذهن بودیم که خودمان نخوریم خودمان را، سعی کردیم بیشتر کار بکنیم.

گرچه مثل خیلی از دوستانی که اشاره کردند شاگرد تنبل، خب ما هم شاید شاگرد تنبلی بودیم و یک خرده بازیگوشی کردیم، آن‌جوری که باید مثل دوستان عزیزی که واقعاً خیلی پیشرفت‌های قشنگی کردند نبوده، ولی خُب بالاخره ما هم توی کلاس هستیم. اسم ما را هم نوشتند جزو کلاس دیگر قبول کرد به هر حال.

آقای شهبازی: بله.

آقای مرتضی: من خیلی سپاس‌گزاری می‌کنم از حضرت‌عالی. آن سری هم گفتم واقعاً زبان ما قاصر است از این‌همه، یعنی از این چیزی که بخواهم بیان کنم و شکرگزاری کنم. شما فرمودید نگویند، تعریف نگویند، ولی



خب واقعاً نمی‌شود، نمی‌شود نگفت، چه‌جوری نگوید آدم؟! این همه زحمت، این همه نعمت را واقعاً باید قدردانی کرد، اول خداوند را، حضرت مولانا را و حضرتِ عالی و همهٔ دوستان.

آقای شهبازی: بله.

آقای مرتضی: من بسنده می‌کنم به یک چند بیتی، فقط خواستم خدمتتان زنگ زدم از این جهت بود، ببخشید حالا.

آقای شهبازی: نه، خواهش می‌کنم.

آقای مرتضی: عرضم به حضورتان که می‌گوید:

دیده‌ای باید، سبب سوراخ‌کن
تا حُجُب را بَر کَنَد از بیخ و بُن
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۵۲)

تا مَسَبِّب بیند اندر لامکان
هرزه داند جهد و آکساب و دکان
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۵۳)

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

سبب سوراخ‌کن: سوراخ‌کنندهٔ سبب
آکساب: کسب‌ها

واقعاً آن دیده‌ای که خداوند عطا می‌کند که ما بتوانیم با آن بتوانیم ببینیم، آن چیزی که باید ببینیم.

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

یعنی ما آن دید اگر بیاید، آن نظری که حضرتِ عالی هم می‌فرماید بیاید، احتیاجی به چیزی نیست دیگر. واقعاً ما آن کاری که باید بکنیم، هدفی که باید انجام بدهیم، همه‌چیز برای آدم روشن می‌شود.

آقای شهبازی: بله.

آقای مرتضی: ناخواسته می‌بیند آدم در یک مسیری قرار گرفته، اصلاً نمی‌داند چه‌جوری چه اتفاقی افتاد، من کجا بودم، چکار می‌کردم، همه‌چیز خودش پروگرم شده (برنامه: program) است انگار و فقط ما باید مثل یک غریقی که درواقع به یک تکه تخته چسبیده در اقیانوس بیکران، امیدش به هر حال باید بچسبد به آن تخته اگر قرار است زنده بمانیم خودش می‌برد ما را به ساحل می‌رساند. اگر قرار باشد خوراک ماهی‌ها بشویم، خورده، هر چه که خودش است، هر چه که خودش می‌داند.

ما هم توی این دنیای پرتلاطم، توی این بمباران اطلاعاتی متأسفانه شیطانی که در جهان شاید خیلی از قسمت‌های جهان حاکم است، هستیم، قرار گرفتیم توسط حالا اصحاب شیطان، هر چه اسمش را بگذاریم کاری نداریم. به هر حال ما هستیم، خطا می‌کنیم، اشتباه زیاد کردیم، می‌کنم، ولی برمی‌گردیم دوباره سعی می‌کنیم که مسیر را پیدا کنیم توسط خود خدا نه خودمان، و همین کمک می‌کند. این قدر من زمین خوردم و بلند شدم این قدر از خدا خواستم خدایا کمک کن و دستم را گرفته. هزاران هزار بار دست من را گرفته. تا وقتی احساس می‌کنم در آغوش هستم، اصلاً دیگر این شعفی که به من دست می‌دهد واقعاً قابل وصف نیست.

من هر چقدر بگویم از این ابیات، از این نعمتی که شما گسترده کردید برای ما، کم گفتم. هر بیتی که می‌خواند آدم واقعاً می‌بیند که، گرچه که شما می‌فرمایید که باید هزاران بار، صدها بار خوانده بشد، من البته یک مقدار کوتاهی کردم، تنبل بودم توی این کار، ولی واقعاً توی همان از مقدار کمی هم که خواندم، یک جاهایی که واقعاً گیر کردم، حتی با چندین بار یک بیت را خواندن اصلاً واقعاً یک گره‌ای باز شده توی کار که خودم هم نمی‌دانم چه شده از کجا آمده، من چه‌جوری نجات پیدا کردم! توی بن‌بست‌هایی که اصلاً فکر نمی‌کردم واقعاً می‌شود کاری کرد، و من چون کاری نکردم آن کسی که باید کار را انجام بدهد کار را برایم انجام داد. و بسیار خرسندم، بسیار خوشحالم از این شرایط، از این امکانات، بعد دوست دارم که خودم هم بتوانم طبق قانون جبران یک کاری انجام بدهم.

وقتی می‌بینم این دوستانی که این همه زحمت کشیدند و می‌کشند شبانه‌روز، ما آن تماسی که هفته پیش گرفتم، خانمم آورد گفت نگاه کن تمام این‌ها را تایپ کردند. چقدر زحمت می‌کشند واقعاً! می‌نشینند تمام این مکالمات را تبدیل می‌کنند به به‌صورتی که مکتوب می‌کنند، خیلی کار دشواری است، بسیار کار، همین‌جور که شما زحمت، یعنی شما می‌گویید باید آدم چهارصدش را بگذارد، من فکر می‌کنم شما از صد هزارتان گذاشتید، شاگردانتان هم همین‌جور شدند، دیگر پیرو راه شما. ان شاءالله ما هم بتوانیم یاد بگیریم مثل شما همین‌جوری پرانرژی و عرضم به حضورتان که در معیتان باشیم.



من زیاد وقتتان را نمی‌گیرم من فقط خواستم یک بیت هم همین‌جوری چون خانم خیلی دوست داشت که با صوت خوانده بشود، من همچون صدایی ندارم، ولی این بیت را چون به‌عنوان برند خودم هست را اگر اجازه بدهید بخوانم و از حضورتان مرخص می‌شوم.

آقای شهبازی: بله. بله. بله.

آقای مرتضی: عرضم به حضورتان که می‌فرماید که [با آواز می‌خوانند]

**ای همه دریا چه خواهی کرد نم؟
و ای همه هستی چه می‌جویی عدم؟**
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۵۷۱)

ای مَه تابان چه خواهی کرد گرد؟

ای که

یادم رفت ببخشید. من نتوانستم واقعاً برسانم توی ذهنم نبود، اشکالی ندارد.

آقای شهبازی: عیب ندارد. همین قدر عالی، عالی!

آقای مرتضی: من همین یک بیت را تقدیم می‌کنم به حضرتِ عالی و وقت دوستان را نمی‌گیرم. ان شاءالله که بتوانیم در رکاب باشیم استاد عزیز.

آقای شهبازی: یک بیت هم همسر شما می‌خوانند که «بی آن خمیرمایه» آن هم بخوانید لطفاً.

آقای مرتضی: بله. بله.

**بی آن خمیرمایه گر تو خمیر تن را
صد سال گرم داری، نانّش فطیر باشد**
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۸۳۹)

فَطیر: نانی که درست پخته نشده باشد.

ایشان، برند خانم هست واقعاً.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

آقای مرتضی: خیلی وقت است این را می‌خواند. یعنی واقعاً اگر آن نباشد هیچ‌چیز انگار نیست.

آقای شهبازی: بله.



آقای مرتضی: و امیدواریم که همیشه آن خمیرمایه را خداوند در اختیار همه ما بگذارد در لحظه حیاتمان و بتوانیم از آن استفاده بکنیم.

آقای شهبازی: آفرین! آن سه بیت، چند بیتی هم که خواندید می‌شود این را دوباره بخوانید. چون یک بیتش را به‌نظم باید یک جور دیگر می‌خواندید.

آقای مرتضی: کدام استاد؟ بفرمایید شما، فراموش کردم. نوشته بودم خداییش گذاشته بودم،

آقای شهبازی: همان که «آکساب» دارد.

آقای مرتضی:

ای همه دریا چه خواهی کرد نم؟
و ای همه هستی چه می‌جویی عدم؟
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۵۷۱)

ای مَه تابان چه خواهی کرد گرد؟
ای که مَه در پیش رویت روی زرد
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۵۷۲)

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

آقای شهبازی: نه این که آواز بود. نه، این را نمی‌گفتم، نه. اول که خواندید ها، راجع به سبب بود و مسبب.

آقای مرتضی: استاد یادم نمی‌آید. حضور ذهن ندارم استاد.

آقای شهبازی: «هرزه داند»، یکی بود، یک بیتی بود گفت هرزه داند. آن‌جا «دکان» بود شما البته ممکن است چون حفظ می‌خواندید مکان خواندید. بله «هرزه داند». حالا عیبی ندارد.

آقای مرتضی: این را همین‌جوری خواندم استاد، ببخشید دیگر شرمنده. من قرار بود آماده کنم. من اصلاً حقیقتش چون به محض این‌که شما فرمودید که تماس بگیرم من زدم و گرفتم، متأسفانه چیزی آماده نکرده بودم، ببخشید همین‌جوری با [صدا نامفهوم] خواندم.

آقای شهبازی: حالا که این شعرها یادتان آمد خُب بخوانید دیگر. این چند بیت آخر را دارم می‌گویم با آواز می‌خواندید. الآن مثل این‌که یادتان آمد.



آقای مرتضی: کدام را فرمودید شما؟ اشاره کردید الآن، من نمی‌دانم کدام را می‌فرمایید.

آقای شهبازی: شعرهایی که با آواز خواندید. حالا آن‌ها را ول کنید. شعرهایی که با آواز خواندید دوباره الآن گفتید.

آقای مرتضی: آهان، با آواز خواندم. حالا می‌شود یک چیز دیگر بخوانم، چون نیامد توی ذهنم، عیب ندارد، حالا می‌خوانم برایتان.

آقای شهبازی: [خنده آقای شهبازی] یک بیت بخوانید. ما حالا، مردم حالا... .

آقای مرتضی: چشم، چشم:

هرچه از وی شاد گردی در جهان

از فراق او بیندیش آن زمان

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۹۷)

زانچه گشتی شاد، بس کس شاد شد

آخر از وی جست و همچون باد شد

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۹۸)

از تو هم بجهد، تو دل بر وی منه

پیش از آن کاو بجهد، از وی تو بجه

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۹۹)

انشاءالله که ما بتوانیم هر لحظه زودتر از آنی که قرار است طرف از دست ما ببرد، خودمان بکشیم کنار و بپریم استاد.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای مرتضی: من واقعاً نمی‌دانم چه بگویم، یعنی زبانم آلکن است. من فقط عذرخواهی می‌کنم از این‌که ببخشید درهم‌گویی و پراکنده‌گویی کردم.

آقای شهبازی: عالی، عالی!

آقای مرتضی: این شوق و مستی می‌گویم ذوق زده شدم، اصلاً نمی‌دانم چه دارم می‌گویم.

آقای شهبازی: نه، نه.



مرتضی: من بیشتر از این وقت دوستان را نمی‌گیرم. من واقعاً فقط خواستم عرض ادبی بکنم خدمتتان.

آقای شهبازی: عالی، عالی، عالی! پراکنده‌گویی خیلی خوب است.

آقای مرتضی: و ارادتمندم، ارادتمندم، ببخشید دیگر. شرمنده از حضورتانم. دوستان دارم استاد. دستتان را می‌بوسم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. سلام برسانید.

آقای مرتضی: دست همه دوستان زحمت‌کش این سیستم و این کار را می‌بوسم و امیدوارم که بتوانم من هم نقشی داشته باشم در این مسیر.

آقای شهبازی: ان شاءالله.

مرتضی: سپاس‌گزارتان هستم.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای مرتضی]



۳- خانم ایفا از شیراز

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم ایفا]

خانم ایفا: آقای معلم عشق.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، بفرمایید.

خانم ایفا: من ایفا هستم از شیراز. سلام می‌کنم به همه کودکان عشق، آن‌هایی که چراغ عشق را، چراغ عاشقی را روشن کردند. ممنونم از شما معلم عشق. ممنونم از شما.

آقای شهبازی: لطف دارید. خواهش می‌کنم.

خانم ایفا: فقط می‌خواستم بگویم که من دوازده سال است که دارم برنامه گنج حضور را دارم گوش می‌دهم. و واقعاً زمانی که توی سال ۹۲، زمانی که داشت پسرم گوش می‌داد، خودم نشسته بودم اصلاً کلاً هیچ‌چیز را نمی‌شنیدم. هیچ‌چیز اصلاً کلاً انگار کر و لال بودم. اصلاً کلاً هیچ‌چیز از بیان شما نمی‌دانستم. تا سال ۹۳ خودم دیگر بعد از که دخترم را از دست دادم، دختر بیست و نه ساله‌ام، بعد از هشت ماه، بلند شدم دیدم که تلویزیون روی برنامه گنج حضور است، باز کردم گفت که، شما گفتید که این، یک کمی هل شدم.

آقای شهبازی: بله، حالا یک نفس عمیق بکشید. خانم دیگر به این زیبایی صحبت می‌کنید، به این روانی، دیگر چرا هل می‌شوید؟ دیگر هر روز هم که مرا می‌بینید.

خانم ایفا: خیلی دوست داشتم که صدایتان را بشنوم. دیگر خیلی دوست داشتم، یعنی می‌خواستم که مزاحم نشوم. بچه‌ها، دوستان عزیزم صحبت کنند و من زنگ نمی‌زدم، یعنی خیلی وقت است. الآن شش هفت سال است که من با شما دیگر تماس نداشتم، فقط شنونده بودم، فقط شنونده.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم ایفا: دیگر من بعد از این که دخترم را از دست دادم، دیگر یعنی شما تلویزیون را که باز کردم، شما گفتید که انسان‌ها نامیرا هستند، انسان نامیرا هست. و گفتم که دیگر فرشته من هم زنده هست و خیلی خوشحال شدم و همان موقع بود که فهمیدم، گوشم باز شد، چشمم باز شد از صداهای شما، از صحبت‌های شما.

آقای شهبازی: بله.

خانم ایفا: دیگر همه‌اش برنامه شما را گوش گرفتم و تا الآن. و بعد از سه سال، سه سال قبل که یک بیهوشی به من رخ داد برای من، من یازده روز توی بیمارستان بیهوش بودم، وقتی به هوش آمدم، آمدم خانه دیگر اصلاً کلاً



هیچ چیز، فقط خدا، فقط خدا، دیگر هیچ چیز را در زندگی من، در زنده بودن من، اصلاً من شناختی روی هیچ چیز نداشتم جز خدا، یعنی بعد از بیهوشی این را فقط داشتم. و این شعر را همیشه می‌گویم توی این سه سال، که می‌خواستم مزاحمتان نشوم خیلی و هل هم شدم، می‌خواستم خیلی صحبت کنم. این شعرم را می‌خواهم بخوانم و خدا حافظی می‌کنم.

آقای شهبازی: بله بله، بفرمایید.

خانم ایفا: و خیلی، خیلی، خیلی بچه‌های گنج حضور را دوست دارم. مخصوصاً، مخصوصاً کودکان عشق، مخصوصاً بهار، فریما، مخصوصاً دوقلوهای شیرازی، خیلی دوستشان دارم، خیلی دوستشان دارم.

آقای شهبازی: بله. خیلی خُب. بفرمایید شعرتان.

خانم ایفا: و با اجازه‌تان این شعر را می‌خوانم.

آقای شهبازی: بله بله. بفرمایید.

خانم ایفا:

ما در دو جهان غیر خدا یار نداریم
جز یاد خدا هیچ دگر کار نداریم

درویش فقیریم و در این گوشه دنیا
با نیک و بد خلق جهان کار نداریم

گر یار وفادار نداریم عجب نیست
ما یار بجز حضرت جبار نداریم

با جامه صد پاره و با خرقة پشمین
بر خاک نشینیم و از آن عار نداریم

ما شاخ درختیم و پر از میوه توحید
هر رهگذری سنگ زند باک نداریم

ما صاف دلانیم و ز کس کینه نداریم
گر شهر پر از فتنه و ما با همه یاریم



ما مست صبحیم و ز میخانه توحید
حاجت به می و باده و خمّار نداریم
بنگر به دل خسته شمس الحق تبریز
ما جز هوس دیدن دلدار نداریم
(شاعر ناشناس)

دستتان درد نکند معلم عشق.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم ایفا: ممنونم از همه چیز.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم ایفا]



۴- آقای امید از مشهد با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای امید]

آقای امید: آقای شهبازی خیلی خوشحالم که با شما تماس می‌گیرم. من از یکی از روستاهای مشهد تماس می‌گیرم. و برنامه‌تان خیلی تأثیرگذار است.

آقای شهبازی: خیلی ممنون.

آقای امید: بیست و هشت سالم است از مشهد.

آقای شهبازی: دیگر فرمایشی ندارید؟

آقای امید: نه، خیلی ممنون.

آقای شهبازی: ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای امید]

آقای شهبازی: شاید بهتر باشد برخی چیزها را شما یادداشت کنید روی کاغذ، خب تلفن زدن به‌نظر می‌آید از آن‌ور سخت است، یادتان می‌رود چیزها. ولی همه را هم یادداشت نمی‌خواهید بکنید، مثلاً آن ابیاتی را که می‌خواهید بخوانید روی کاغذ بنویسید که بتوانید به آن نگاه کنید.



۵- آقای حسین [کودک عشق] از تویسرکان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای حسین]

آقای حسین: آقای شهبازی می‌خواهم برایتان یک شعر بخوانم. من حسین هستم نه‌ساله. می‌خواهم برایتان دوتا شعر بخوانم.

آقای شهبازی: اسمتان را بگویید.

آقای حسین: حسین هستم، نه‌ساله.

آقای شهبازی: بله بله. از کجا؟

آقای حسین: تویسرکان.

آقای شهبازی: بفرمایید، خواهش می‌کنم.

آقای حسین: چشم. صبر کنید یک لحظه.

آمد شراب آتشین، ای دیو غم کنجی نشین
ای جان مرگ‌اندیش رو، ای ساقی باقی در آ
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۴)

مرگ‌اندیش: آن‌که پیوسته در اندیشه مردن باشد. مجازاً من‌ذهنی که با اندیشیدن و عمل به آن خودش را تباه می‌سازد.

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

آقای شهبازی: آفرین!

آقای حسین: آقای شهبازی من دو هفته پیش هم زنگ زدم با مامانم و بابایم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. عالی، عالی! ممنونم. کاری ندارید با شما خداحافظی کنم؟

آقای حسین: خیلی دوستتان دارم.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای حسین]



۶- خانم رویا با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم رویا]

خانم رویا: خدا را شکر می‌کنم که گرفت. مدت‌هاست هی تماس می‌گیرم با برنامه، ولی موفق نمی‌شوم که صحبت کنم با شما. خیلی خوشحالم که عضو گنج حضور هستم. از شما از همه دوستانی که زحمت می‌کشند پیام‌های خوب و سازنده می‌فرستند واقعاً سپاس‌گزارم. مخصوصاً از پویا جان، واقعاً از پیغام‌هایشان خیلی استفاده می‌کنم. آقای شهبازی: بله.

خانم رویا: برنامه خیلی عالی است آقای شهبازی. حدود شش سال است که برنامه را گوش می‌دهم، درواقع شبانه‌روز با برنامه شما زندگی می‌کنم، ولی می‌خواهم اعتراف کنم که مثل شما متعهد نیستم، مثل خیلی از دوستان متعهد نیستم، خیلی «رُدُّوا لَعَادُوا» می‌کنم متأسفانه آقای شهبازی. آقای شهبازی: خیلی خُب.

خانم رویا: و درواقع امروز زنگ زدم که بگویم که خودم را متعهد کنم به این‌که من هم پیام بنویسم و من‌ذهنی‌ام را شرمنده بکنم و به آن بگویم که من هم می‌توانم، خودم را به حساب بیاورم. الآن حدود چند ماه هست که دچار یک چالشی خیلی بزرگ هستم توی زندگی‌ام [گریه خانم رویا] ولی واقعاً با برنامه شما فقط می‌توانم خودم را آرام کنم، با خواندن بیت‌ها خودم را آرام می‌کنم. برنامه دو هفته قبلتان واقعاً برنامه خیلی خوبی بود، من راستش سعی می‌کنم برنامه‌ها را هی مرتب تکرار کنم، هی ابیات را گوش بدهم، حرف‌های شما را گوش بدهم، برای همین گوش دادن یک برنامه ممکن است دو هفته برایم طول می‌کشد، ولی آن ۹۹۷ و خیلی ابیاتش به من کمک کرد و هنوز هم دارد می‌کند. نمی‌دانم، بزرگ‌ترین چالشم الآن بچه نوجوانم است. و خیلی همه‌اش دارم سعی می‌کنم که با خواندن این ابیات مخصوصاً هفته قبل پویا جان این را خواندند که:

صورت اقبال شکرریز گفت:
شکر چو کم نیست، شکایت چرا؟
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۷)

اقبال: بخت، کنایه از تجلّی خداوند

همه‌اش این را با خودم می‌گویم، با خودم می‌خوانم.



گر نخریده‌ست جهان را ز غم
مژده چرا داد خدا: «کاشتری»؟
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۷)

اِشْتَرَى: خرید.

[بیت غزل اشاره به آیه زیر دارد:]

«إِنَّ اللَّهَ اشْتَرَى مِنَ الْمُؤْمِنِينَ أَنْفُسَهُمْ وَأَمْوَالَهُمْ بِأَنْ لَهُمُ الْجَنَّةَ...»
«خداوند، جان و مال مؤمنان را به بهای بهشت خریده‌است...»
(قرآن کریم، سوره توبه (۹)، آیه ۱۱۱)

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

می‌تند: از مصدر تنیدن، در این‌جا یعنی می‌گراید.

تو چو باز پای بسته، تن تو چو کُنده بر پا
تو به چنگ خویش باید که گره ز پا گشایی
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۴۰)

آقای شهبازی: آفرین!

خانم رویا:

عزم‌ها و قصدها در ماجرا
گاه‌گاهی راست می‌آید تو را
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۲)

چون چنین وسواس دیدی، زود زود
با خدا گرد و، درآ اندر سجود
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۸۵)

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم رویا:



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

آقای شهبازی: آفرین!

خانم رویا:

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

مسجدست آن دل، که جسمش ساجدست
یارِ بَد خُروِب هر جا مسجدست
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۳)

یارِ بَد چون رُست در تو مِهَرِ او
هین ازو بگریز و کم کن گفت‌وگو
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۴)

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

آقای شهبازی: آفرین!

خانم رویا:

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

آقای شهبازی: آفرین!

خانم رویا: آقای شهبازی همه‌اش با خودم در مورد فرزندم همه‌اش با خودم می‌گویم:

تا کنی مر غیر را حَبَر و سَنی
خویش را بدخو و خالی می‌کنی
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶)

حَبَر: دانشمند، دانا



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

دیده آ، بر دیگران، نوحه‌گری
مدتی بنشین و، بر خود می‌گری
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۴۷۹)

آقای شهبازی: آفرین!

خانم رویا: آقای شهبازی از شما خواهش می‌کنم یک ذره بیشتر راجع به هم‌هویت‌شدگی با فرزندانمان بگویید، من متأسفانه نتوانستم بچه‌هایم را به راه گنج حضور بیاورم [گریه خانم رویا] با این‌که خیلی دوست داشتم، ولی بچه‌های من با این‌که فارسی حرف زدن را بلد هستند، ولی خیلی علاقه‌ای نشان ندادند هیچ‌وقت به این‌که این برنامه را یاد بگیرند یا گوش بدهند، من می‌گویم درکش برایشان سخت است.

ولی نمی‌دانم بعضی وقت‌ها همراهش چه برای خودم، چه برای فرزندانم فقط از خدا خودش را می‌خواهم و می‌خواهم که هم قلب من را باز کند هم قلب بچه‌هایم را باز کند، که بدانند که غیر از خدا هیچ‌چیز را توی زندگی نباید بخواهند.

ولی از شما خواهش می‌کنم، از دوستانی که، اگر آن‌ها هم تجربیاتی دارند که کمک‌رسان است، که مطمئن هستم دارند یا خودتان صحبت‌هایی راجع به هم‌هویت‌شدگی‌ها، راجع به بچه‌هایمان برایمان بیشتر توضیح بدهید، چون خیلی وقت‌ها من با خودم می‌گویم من با تصویر ذهنی فرزندم هم‌هویت هستم، باید او را در بیاورم از مرکز تا بتوانم هم به خودم هم به او کمک کنم، ولی بعضی وقت‌ها هم:

دیو چون عاجز شود در افتتان
استعانت جوید او زین انسیان
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۲۱)

افتتان: گمراه کردن
استعانت: یاری خواستن
انسیان: آدمیان

یا بعضی وقت‌ها:



تو چو عزم دین کنی با اجتهاد

دیو، بانگت بر زند اندر نهاد

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۳۲۶)

که مرو زآن سو، بیندیش ای غوی

که اسیر رنج و درویشی شوی

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۳۲۷)

غوی: گمراه

این‌ها را هی با خودم می‌گویم، ولی خیلی وقت‌ها هم دیو من را از پا درمی‌آورد، می‌گوید نه، تو نباید این‌جوری فکر کنی، باید با ذهنت سبب‌سازی کنی، باید با فرمول پیش بروی. این است که آقای شهبازی از شما خواهش می‌کنم اگر برایتان مقدور است یک کم بیشتر این موضوع را باز بکنید برای من، ممنون می‌شوم از شما. ببخشید خیلی وقت شما و دوستان را گرفتم، امیدوار هستم که من هم بتوانم مثل دوستان دیگر بیشتر پیشرفت کنم، بیایم پیام‌های بهتری بدهم و دل‌شادتر باشم از این که الان هستم. ممنونم از شما آقای شهبازی. آقای شهبازی: بله، بله. خواهش می‌کنم. فقط دو سه جمله بگویم. اولاً برنامه ۹۹۸ را شما مثل این‌که گوش نکردید. لطف کنید.

خانم رویا: نه، هنوز گوش نکردم.

آقای شهبازی: آری آری آری، در آن برنامه قسمت اولش صحبت‌هایی شده که خواهش می‌کنم به آن‌ها توجه کنید. و این‌که من مرتب خواهش می‌کنم شما این بیت‌ها را تکرار کنید تا معنایش مشخص بشود. در همین برنامه ۹۹۸ از طریق ابیات مولانا من توضیح دادم که شما هر اتفاقی بیفتد باید چراغ خودتان را روشن نگه دارید، «تو چراغ خود برافروز».

تو مگو همه به جنگند و ز صلح من چه آید؟

تو یکی نه‌ای، هزاری، تو چراغ خود برافروز

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۱۹۷)

شما الان می‌گویید که «تا کنی مر غیر را حَبَر و سَنی»،



تا کنی مر غیر را حَبَر و سَنی خویش را بدخو و خالی می‌کنی (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶)

حَبَر: دانشمند، دانا
سَنی: رفیع، بلندمرتبه

بیتش را می‌خوانید، ولی می‌گویید که من می‌خواهم بچه‌ام را بیاورم به راه گنج حضور. ببینید شما هیچ‌کس را از من می‌شنوید دعوت نکنید به گنج حضور. شما به من یا به مولانا خدمت نمی‌کنید اگر به بچه‌تان بگویید یا به همسرتان بگویید بیا به این برنامه گوش بده. یعنی نه به خودتان کمک می‌کنید، نه به بچه‌تان، نه به همسرتان، نه به غیر حالا بیرون کسی.

شما فقط خودتان گوش کنید. برای تغییر دیگران اگر میل داشته باشید باید بدانید این تغییر از خود شما شروع می‌شود، «تو یکی نه‌ای، هزاری، تو چراغ خود برافروز»، مرغ خودت باش، «مرغ خویشی»، این بیت «مرغ خویشی، صید خویشی، دام خویش» را

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

مرتب بگویید که من هر اتفاقی بیفتد می‌خواهم مرغ خودم باشم، جنس آلت خودم را، همین الآن هم شعرهایش را خواندید، خودم می‌خواهم تعیین کنم. هر اتفاقی بیفتد من می‌خواهم خداییتم را حفظ کنم، از جنس زندگی باشم، بنابراین هیچ‌کس، هیچ اتفاقی من را از این حالت بیرون نمی‌آورد، من چراغ خودم را می‌افروزم.

شما مرتب بگویید من چراغ هستم، من قاضی نیستم. در ۹۹۸ گفت این او‌باش می‌خواهند مرا در شهر خودم قاضی کنند، من خودم را به دیوانگی زدم. می‌گوید دیوانه کسی است که دیوانه نباشد. توجه می‌کنید چه می‌گوید؟ خانم رویا: بله.

آقای شهبازی: این شعرها را باید بخوانید. می‌گوید یعنی چه؟ می‌گوید این او‌باش یعنی کسانی که من ذهنی هستند می‌خواهند مرتب من را به قضاوت بکشند. یعنی شما راه می‌افتید هر من ذهنی می‌بینید می‌خواهد شما را به قضاوت بکشد. شما نباید قضاوت کنید، شما قاضی نیستید چراغ هستید.



«تو یکی نه‌ای، هزاری، تو چراغِ خود برافروز»، یعنی اگر چراغِ خودت را روشن نگه داری، هزاران نفر را می‌توانی به آن نور روشن کنی، ولی اگر مردم چراغ شما را خاموش کنند، چون قاضی هستید، چراغ نیستید، چراغت خاموش شد دیگر، هیچ کاری نمی‌توانی بکنی.

شما دوباره تکرار می‌کنم، شما هیچ‌کس را دعوت نکنید به گنج حضور گوش بده. اصلاً دعوت نکنید، اصلاً نگویند، مگر بپرسند. مگر بپرسند که شما تغییر کردید، خب چکار کردید؟ آن موقع بگویند من به این برنامه گوش می‌کنم یا مولانا می‌خوانم. و ولی به بچه‌تان، شما فکر می‌کنید که بچه‌تان غیر نیست. هر کسی غیر از شما، شخص شما، اسمتان چیست ببخشید؟
خانم رویا: رویا هستم.

آقای شهبازی: خانم رویا غیر از شما، آن هم نه بدن‌تان، خداییتان، آستان، امتداد زندگی هستید، خدا هستید، غیر از او، همه غیر هستند، اگر بیايند به زندگی شما تو تبدیل به غیر می‌شوی، تبدیل به من‌ذهنی می‌شوی. بیت را می‌خوانید شما «تا کُنِی مرا غیر را حَبَر و سَنِی»، مگر نمی‌خوانید شما؟ الآن نخواندید مگر؟
خانم رویا: بله، بله.

آقای شهبازی: «خویش را بدخو و خالی می‌کنی».

خانم رویا: بله.

آقای شهبازی: خب پس غیر را چرا حَبَر و سَنِی می‌کنید؟ مگر بچه‌تان غیر نیست؟

خانم رویا: درست است، نه درست است آقای شهبازی، کاملاً حرف‌های شما را، می‌گویم من با این حرف‌های شما شبانه‌روز زندگی می‌کنم و همه را می‌دانم که دارم، خودم را می‌بینم که کجا دارم اشتباه می‌کنم، خودم را می‌فهمم که کجا دارم اشتباه می‌کنم، ولی باز هم دوباره آن من‌ذهنی به من غالب می‌شود که نه، ببین الآن نگاه کن بقیه مادرها ببین چه‌جوری بچه‌هایشان را دارند توی این راه می‌کشند، تو حتی عرضه نداری که به بچه‌هایت این را یاد بدهی.

آقای شهبازی: نمی‌کشند. آن‌ها هم نمی‌کشند.

خانم رویا: دوباره می‌فهمم که من‌ذهنی‌ام است که دارد غالب می‌شود به من.

آقای شهبازی: بله. آن‌ها بچه‌هایشان را نمی‌کشند، بچه‌ها خودشان می‌آیند. شما اگر به عشق زنده بشوید، اگر چراغتان روشن باشد مردم می‌بینند. اشتباه ما همین است دیگر! ما فکر می‌کنیم باید بگوییم ما. ما لازم نیست بگوییم، فقط لازم است روی خودمان کار کنیم.

این اشتباه من ذهنی است که فکر می‌کنیم باید به دیگران بگوییم، انتقاد کنیم، عیبشان را بگوییم تا خودشان را درست کنند. البته! ما به عنوان پدر و مادر یک آموزش‌هایی را باید به بچه‌هایمان بدهیم، مسئول هستیم. که شما به بچه‌تان یاد می‌دهید از خیابان چه جوری رد بشوی، این‌ور را نگاه کن، آن‌ور را نگاه کن، نمی‌دانم مواظب خودت باش، این‌ها چالش‌هایی است که ممکن است پیش بیاید، این‌ها را باید بگویند. ولی شما نمی‌توانید بچه‌تان را به زور دعوت کنید بیا گنج حضور گوش بده، این برنامه خوبی است، باید بیایی به این راه، اگر نیایی این‌طوری می‌شود. اصلاً و ابداً!

خیلی از آقایان مخالف این کار بودند. همسرهایشان دزدکی نگاه می‌کردند، وقتی خانم‌ها عوض شدند، آقایان الآن شدیدتر از خانم‌هایشان نگاه می‌کنند. هیچ موقع نگفتند به آقایان شما بیا به این برنامه نگاه کن نمی‌کنی من طلاق می‌گیرم. همچون چیزی نیست.

شما خودتان را عوض کنید می‌بینید جهان عوض می‌شود. همه کارمان روی خودمان است، این کار را آسان می‌کند. مگر ما می‌توانیم دیگران را عوض کنیم؟! این هم توهم است که ما فکر می‌کنیم دیگران را عوض می‌کنیم. توجه کنید! ما هیچ‌کس را نمی‌توانیم عوض کنیم. اگر کسی فکر می‌کند می‌تواند کسی دیگر را عوض کند، این توهم را باید بشناسد و از آن بیرون بپرد، چون وقت خودش را تلف می‌کند. هیچ‌کس، هیچ‌کس را نمی‌تواند عوض کند.

توجه کنید شما هم اگر عوض می‌شوید با این برنامه، خودتان، خودتان را عوض می‌کنید، من عوض نمی‌کنم. من اصلاً کاری به شما ندارم. توجه می‌کنید؟ شما تا حالا دیدید که من به یکی بگویم شما این کار را بکن، آن کار را نکن، نمی‌دانم برو این را بگو؟ نه، یک کلمه هم نمی‌گویم من. ولی چون شما خودتان روی خودتان کار می‌کنید، خودتان را عوض می‌کنید، بچه‌تان، همسرتان عوض می‌شوند. ولی شما نمی‌خواهید عوض کنید! شما چراغ روشن می‌کنید، در روشنایی مردم می‌بینند. درست است؟

خانم رویا: درست است.

آقای شهبازی: مولانا چراغ روشن کرده ما می‌بینیم. ولی توجه کنید باز هم هزارمین بار است می‌گویم، بیت‌ها را تکرار کنید. بیت‌ها را تکرار، تکرار، تکرار، یک دفعه می‌فهمی فهمیدیم.



شما می‌دانم می‌فهمید، همین می‌فهمید و می‌دانید را نمی‌دانید. می‌دانید، ولی نمی‌دانید. یک دانستنی هست بعداً متوجه می‌شوید. شما اگر این بیت «حَبَر و سَنَى» را بفهمید یک دفعه می‌بینید که!! با دیگران هیچ کاری ندارید قضاوت هم ندارید، وقتی چراغتان روشن می‌شود. توجه می‌کنید؟

خانم رویا: بله.

آقای شهبازی: می‌دانیم، شما نگوئید بیت را خواندم، چند بار بخوانم؟! بگوئید نمی‌دانم، نفهمیدم.

[خنده آقای شهبازی] این هم چیز عجیبی است دیگر، مردم می‌گویند آقا پس ما نمی‌فهمیم؟! بابا شما می‌فهمید، ولی به‌طور عمقی نمی‌فهمید، این نفوذ نمی‌کند. تکرار، تکرار، تکرار، یک دفعه می‌بینید، اِ! نفهمیدم.

وقتی می‌فهمید، عمل می‌کنید، می‌افتد، مثل این‌که یک نوری روشن می‌شود، یا چیزی را می‌بینید شما. و آن چیزی را هم که می‌بینید بسیار جامع و فراگیر است. یعنی اگر کسی بفهمد نباید قضاوت کند هی می‌گوییم قضاوت، آقا فهمیدیم دیگر قضاوت نمی‌کنیم. نه، نفهمیدید. وقتی بفهمید متوجه می‌شوید که دیگران کارهای غلط می‌کنند، شما قضاوت نمی‌کنید، چون قضاوت شما را می‌کشد به من‌ذهنی. و شما همه‌اش می‌گوئید این چراغم را روشن نگه دارم، چراغم را روشن نگه دارم، چراغ را روشن نگه دارم، جنس خداییتان را شناسایی کنم در این لحظه، مرغ خودم باشم، مرغ خودم باشم، مرغ خودم باشم. نگذارید دیگران جنس شما را تعیین بکنند. دیگران جنس شما را تعیین بکنند، یعنی در ذهن هستید. اگر در ذهن باشید هیچ کاری نمی‌توانید بکنید، یعنی در من‌ذهنی هستید.

من‌ذهنی جز آسیب کار دیگری ندارد، همین الآن شما هم خواندید به‌نظرم یکی دیگر، خَرَوَب است این، خَرَوَب است، بسیار خراب‌کننده است. من‌ذهنی با فکرهایش و با عملش مشغول خودکشی است. دائماً ما به خودمان ضرر می‌زنیم. یعنی شما متوجه شاید نشوید، شما بچه‌تان را مجبور می‌کنید. یک چالشی دارم! شما چالشی ندارید، شما روی خودتان کار می‌کنید. بله این چالش است.

خانم رویا: نه آقای شهبازی، چالشم این نیست که مجبورش بکنم این برنامه را گوش بدهد. الآن مثلاً چالش من با او این است که درواقع دچار استرس زیاد است، نمی‌دانم فکر می‌کند که منتالی‌اش (ذهنی، روانی: mentally) را پیدا کرده و درواقع او است که بیشتر دارد مثلاً و باعث می‌شود کارهای به‌قول معروف کارهایی بکند که دارد به خودش آسیب می‌زند و کارهای خوبی نیست و آن هست که درواقع الآن چالش من شده.



آقای شهبازی: شما چراغ خودتان را برافروزید. شما چراغتان را روشن نگه دارید، هیچ بهتر از این نمی‌شود دیگر. شما هر لحظه، پس اگر شما هم، او تشویش دارد و شما هم تشویش دارید، دارید به تشویش اضافه می‌کنید.

خانم رویا: درست است، بله.

آقای شهبازی: «تو یکی نه‌ای، هزاری، تو چراغ خود برافروز» و نگو از صلح من چه آید؟ این بیت را شما تکرار کنید.

خانم رویا: بله،

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: آفرین! تو نگو بچه من تشویش دارد، از آرامش من چه درمی‌آید؟ «تو یکی نه‌ای، هزاری، تو چراغ خود برافروز»، از این چراغ آرامش شما یک دفعه می‌بینید که بچه‌تان آرام شد. دائماً این آرامش را این شکر را، شیرینی را، این فضاگشایی را، این نور را، این آگاهی بخشی را شما حفظ بکنید، خداییتان را حفظ کنید به او همیشه زنده باشید، چالش این است. ما چالش دیگری نداریم، فقط یک چالش داریم. آن شعر را هم بلد هستید دیگر، گفت «هر که غم دین برگزید» بلد هستید؟

خانم رویا: بله، جالب است آقای شهبازی شما این را می‌فرمایید، یک بیتی است که الآن دو روز است مهمان من شده، که همه‌اش با خودم همین را، شب حتی از خواب بیدار می‌شوم ناخودآگاه این به ذهنم می‌آید:

گفت: رُو، هر که غم دین برگزید باقی غم‌ها خدا از وی بُرید (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۱۳۷)

آقای شهبازی: بله، بله، آفرین! شما هم اگر فقط غم دین داشته باشید، غم روشن نگه داشتن چراغ داشته باشید، خواهید دید که بقیه غم‌ها از شما بریده شد. شما بگویید که من فقط تمام هم و غم این است که این چراغ حضورم را روشن نگه دارم، این مشعل حضور. چالش این است فقط مرغ خودم باشم. تمام شد رفت، هیچ کار دیگر نکنید، همین است. بله ممنونم.

خانم رویا: خیلی ممنون آقای شهبازی از توضیحاتتان، دستان شما را می‌بوسم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم رویا]



۷- آقای بیننده از کرمانشاه

[احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای بیننده]

آقای بیننده: عرض شود خدمت شما من سنم هفتاد و سه سال است. شاید ده سال پیش هم یک بار مزاحمتان شده‌ام.

آقای شهبازی: بله خواهش می‌کنم، بفرمایید.

آقای بیننده: یک شعری دارد می‌خواند توی نمی‌دانم کدام دفترچه است، ما آن‌قدر گرفتاری و استرس زندگی و فشار و این‌ها متأسفانه فراموش می‌کنم، ولی می‌گوید:

خُطُوتِیْنی بود این رَه تا وصال مانده‌ام در رَه ز شِصَتِ شصت سال (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۵۴۹)

خُطُوتِیْن: دو قدم، دو گام؛
بایزید نیز خُطُوتِیْن را این‌گونه بیان می‌کند: هرچه هست در دو قدم حاصل آید که یکی بر نصیب‌های خود نهد و یکی بر فرمان‌های حق. آن یک قدم را بردارد و آن دیگر برجای بدارد.
شِصَت: قلاب ماهی‌گیری

دقیقاً من حساب می‌کنم همان ده سالی که بچه بودم، چون کسی نداشتم، پدر فوت شده بود، مادر با بدبختی و گرفتاری و با کار و زحمت‌کشی، کشاورزی و دامداری، با آن مشکلات زندگی کرد و ما را بزرگ کرد به این سن رساند که ما خودمان البته به این سن رسیدیم.

خیلی خیلی خیلی خیلی جاها ماندیم، ولی این شعر دقیقاً وصف حال من است، که شصت سال، یک جا دیگر می‌گویند شاهزاده در یک سال این راه را رفت، ولی من در شصت سال دارم می‌روم.

در شصت سال هم باز متأسفانه با توجه به یک راهنمایی‌هایی که حضرت عالی می‌فرمایید و این شعرهای ناب و خیلی خیلی قشنگ حضرت مولانا که دقیقاً دقیقاً دقیقاً، من حق ندارم این را بگویم از آیات قرآن برای من مقدس‌تر هستند، توجه فرمودید؟

آقای شهبازی: بله بله.

آقای بیننده: چون همین‌طوری که می‌فرمایید می‌گویید که خود سینه هر کسی، خود سینه‌اش آن لوح محفوظ، این چیزهایی که از بزرگان شنیده‌ایم، لوح محفوظ در سینه آن طرف هست، منتها طرف خودش من ذهنی سنگین که من باشم دارم، اطرافیانم هزار برابر من دارند.

ولی فقط تنها توکلم، توکلم به این اشعار عزیز حضرت مولانا و این فرمایشات جنابعالی است. که من متأسفانه با توجه به این‌که سنم هم خیلی بالا است، مریضی‌های مختلف هم دارم، یک مقدار حواس‌پرتی و این‌ها هم گرفته‌ام، ولی دارم به خودم برمی‌گردم به لطف خدا. تو اشتباهات را جبران بکن می‌گویند. یک جا دیگر می‌گویند «جُرم بر خود نه، که تو خود کاشتی».

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

خودم می‌دانم، الآن می‌دانم یا حالا پدر و مادر عشقی نبودند یا جامعه عشقی نبوده یا این‌که محیط مدرسه بد بوده، محیط خانواده، این‌ها همه عواملی است که باعث شکوفایی آن واقعاً حضور می‌شود، آن وصال می‌شود. و این امیدم همین است که می‌گویم خدایا، آقای شهبازی قبلاً فرمود هزارتا برنامه من قرار گذاشته‌ام، ان شاءالله خدا عمر به شما بدهد، حدود فکر کنم بیست و پنج سال پیش بوده مثل این‌که حضرت عالی شروع کردید. بعد این‌ها را که من واقعاً می‌گویم خدایا ان شاءالله که یک مدتی دیگر باشد، که من هم گرچه این برنامه را واقعاً اگر یک دانه حواسم به‌جا باشد، یک برنامه همان اشعار اولش را که شما می‌فرمایید، آدم یک مقداری هوش جوانی داشته باشد، دقیقاً با یک برنامه می‌افتد روی کانال اخیر.

آقای شهبازی: بله.

آقای بیننده: چون این قدر شما واقعاً با دقت، موشکافانه، نمی‌خواهم تعریف و تمجید بکنم، خدا خودش می‌داند حرف دل دارم می‌زنم، حرف دل و حرف حقیقت است و این است که واقعاً می‌گویم خدایا طول عمر به آقای شهبازی بده و واقعاً خبر به من هم یک عنایتی بفرما که خودم جدیت بکنم برگردم به این اشتباهات، این فضاگشایی این چیزی که هست واقعاً. وقتی می‌روم توی فکر می‌گویم دو جمله است، همه‌اش دو جمله است همان دو کلمه و دو قدمی که آن‌جا گفته، نمی‌دانم در کدام یک از این دفترها است، یکی این‌که فضاگشایی، فضا بستن.

وقتی که فضا باز است، فضا باز است اصلاً همه‌چیز برایت شاد است، بی‌سبب خوشحال هستی، به هر کس نگاه می‌کنی، به هر چهره‌ای، به هر فرمی اصلاً بدون ناراحتی، با خوشحالی از کنارش رد می‌شوی. ولی متأسفانه وقتی فضا بسته است، معذرت می‌خواهم گاهی اوقات این قدر، این قدر بی‌تربیت هم نیستم، حضرت‌عالی که به اندازه یک پیغمبر، مگر پیغمبر هم همین فرمایشات را رسانده که انسان به انسانیت برسد.

شاید چیزهایی که مولانا گفته، شاید به این عقل کوچک من از خیلی از پیغمبرها برتری دارد، از خیلی از این احادیثی که آدم می‌شنود، از این خرافاتی که ماهای بدبخت را گرفتار کرده، انسانیت را با او، این جهانی را که خود حضرت عالی می‌بینید، بعد به این اشعار حضرت مولانا آدم فکر می‌کند، خدایا این عجیب است، این روانشناس است، این پزشک است، این چه است؟! این‌ها را گفته مخصوصاً با آن لحن ساده عزیز [صدا ناواضح] حضرتعالی می‌فرماید همه کس می‌فهمدش.

منتها متأسفانه عرض کردم خدمت شما، من این مشکلاتی دارم، فراموشی دارم، این اشعار که الان دیگر گاهی اوقات عرض کردم می‌بینم تو قبض هستم و تو گرفتاری هستم و بچه‌های بیکار و فشار زندگی، این‌ها باید حتماً آدم از این ناراحتی‌ها نگوید که واقعاً شماها ناراحت بشوید، آن‌هایی که تو ایران هستید مخصوصاً می‌دانند که آدم چه مشکلاتی دارد.

بعد من به هر شکل در حد توانم عرضم به حضور شما کار می‌کنم و در حد توانمان جبران می‌کنم. و هنوز هم عضو گنج حضور نشده‌ام و نمی‌دانم چه‌جوری باید عضو بشویم، ولی این شش‌تا کتاب چیز را خریدم، آقای دکتر کریم زمانی، مثنوی، این شش‌تا کتاب. خریده‌ام این‌ها را می‌خوانم، منتها فقط این‌هایی که می‌خواهم بازسازی بشود، افکارم بشود که این اشعار را فراموش نکنم. بعضی‌هایش را واقعاً مثلاً وقتی که سر حال هستم، وقتی که راحت هستم، وقتی که آرامش دارم، خودبه‌خود یادم می‌آید، همین‌جوری به شعرها که نگاه می‌کنم، بعضی از شعرها مثلاً الان یادم آمد، می‌گوید:

شاد از وی شو، مشو از غیر وی او بهارست و دگرها، ماهِ دی (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۵۰۷)

منظور شاد از زندگی، از حضور، از خدا، از زندگی بشو. این‌ها را می‌فهمم، فهمیدنش درست است، ولی تبدیلیش به من‌ذهنی‌ام که البته خیلی فرق کرده‌ام، من آدم بسیار بسیار عصبی، یک مقداری هم پدرمان فوت کردند، جوانی فوت کردند، توی خانواده‌ای بودیم که از مباشرهای مالکان بودند و یک چیزهای زورگویی و بدگویی و مشکلات خانوادگی داشتیم که همه‌اش اشتباه بوده.

این‌ها همه دست به دست هم داده، باز می‌گویم خدایا، خدایا در این سن آخر چه خوب شد، ظرف این هفت هشت ده سال عرض کردم دقیقاً عرض کردم فراموش می‌کنم، برنامه‌ها را کامل گوش می‌دهم، ولی دوباره یک اتفاق برایم می‌افتد، یک تصادف می‌شود، یک گرفتار می‌شوم، بچه‌هایم مثلاً بی‌کار هستند، عرضم به حضورت فشارهایی هست دوباره می‌گویم آقا مگر می‌خواهی به کجا برسی؟ مگر آقای شهبازی برایت نمی‌گوید که بابا چه

است؟! به اندازه ضرورت، به اندازه ضرورت. خدایا شکر آن پدر و مادر این قدر برای ما از پول حلال و از پول زحمت‌کشی کشاورزی بودند، مانده که ما می‌چرخیم. منتها فشار اطرافیانم خیلی خیلی من‌ذهنی پُر زوری دارند، به من فشار می‌آورند، که کاری از من هم ساخته نیست، فقط توکلم خدا است و توکلم به برنامه حضرتعالی هست که این قدر جذاب می‌گویی‌اش.

حتی به بچه‌هایم می‌گویم که، یک بار گفته‌ام دیگر وقتی می‌فرمایید به زور نمی‌شود، من هم می‌گویم خب خودم باید خودم را تغییر بدهم، اگر خدا کمک کند، ان شاءالله که بتوانم تغییر بکنم، رفتارم با این‌ها طوری بشود که این‌ها اصلاً. یک مقداری حالا بعضی‌هایشان می‌گویند خدایا این پدر، این همان است؟ این چرا آن عصبانیت و آن ناراحتی و این‌ها، مخصوصاً دخترم خیلی فهمیده که من عوض شده‌ام. الان می‌گویم خب حالا وقتش نیست، بگذار وقتی کاملاً بتوانم، تا وقتی می‌گوید که، معذرت می‌خواهم.

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

چون حقیقتاً ما زبان هستیم، خدا هم همان‌طور که حضرت عالی می‌فرمایید که جسم نیست، خدا یک انرژی مثبت، نمی‌دانم یک چیزی است که هیچ‌کس هیچ‌کس حتی خود حضرتعالی هم حتی شاید ندانی، واقعاً آدم نمی‌داند خدا از چه است، ولی خب از طریق تشخیص و شهود و این چیزهایی که آدم خودش برای خودش مثال می‌آورد، می‌فهمد که واقعاً یک قدرتی هست که این انرژی را به تو می‌دهد، این انرژی‌ای که به تو می‌دهد که مثلاً داستان فرعون و موسی را می‌خوانی، می‌بینی بابا این همین سرنوشت خودت است.

اگر تو وقتی عصبانی می‌شوی، ناراحت هستی، آب نیل برایت می‌شود خون. احتیاجی ندارد الان بعضی‌ها طوری تفهیم کرده‌اند نه این این‌جوری است، اصلاً تو خلاف این را نگو، این خلاف آیه قرآن است.

بعد هم یک چیز دیگر معذرت می‌خواهم، من حقیقت مانده‌ام توی نماز خواندن، خیلی خب می‌خواندند پدر مادرمان و فلان و این‌ها. بعد هم توی این کلمه وقتی می‌بینم خدا که در همه‌جا هست و مخصوصاً در درون انسان و کل مخلوقات، کل مخلوقات اصلاً احاطه دارد، این‌ها را از حضرت عالی یاد گرفته‌ایم، بر تمام مخلوقات و کائنات و این مخلوقات و کائنات هم در او قرار گرفته‌اند، جزوی از آن جوهر اصلی، ذات اصلی‌مان از خودش است.

آقای شهبازی: ممنونم، وقتان تمام شده، ببخشید وقتان تمام شده.



آقای بیننده: خیلی متشکرم، ببخشید قربان، معذرت می‌خواهم، شرمنده‌ام.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای بیننده]

خدایا



۸- سخنان آقای شهبازی

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم وقت را رعایت کنید.

لطف کنید اگر می‌خواهید واقعاً روی خودتان کار کنید از گذشته و از این ماجرای من‌ذهنی بپريد بیرون. در غزل هفته گذشته بود که از غابر و ماجرا بپر بیرون.

شما راجع به گذشته صحبت نکنید، بچگی‌ام این‌طوری بوده، نمی‌دانم به ما ظلم شده، این کار من‌ذهنی است. خیلی‌ها جوانی یا بچگی خوبی نداشته‌اند، از جمله من، ولی دلیل نمی‌شود که این لحظه من وصل نشوم به زندگی و پیشرفت نکنم.

همه ما اشتباه کرده‌ایم، با من‌ذهنی بزرگ شده‌ایم، پدر و مادرمان من‌ذهنی داشتند. بیشتر مردم تو فقر بزرگ شدند. آن‌هایی که در روستاها زندگی کردند و بزرگ شدند واضح است که زندگی خوبی نداشته‌اند، پدر و مادر دانا و فهمیده‌ای نداشته‌اند، خانواده عشقی نداشته‌اند، حتی در شهرها هم نداشته‌اند، دیگر این گفت‌وگو ندارد که دیگر، توجه کنید! به محض این‌که شما می‌روید راجع به این چیزها فکر می‌کنید، می‌شوید کارگر شیطان، می‌شوید من‌ذهنی.

نفس و شیطان، هر دو یک تن بوده‌اند

در دو صورت خویش را بنموده‌اند

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۳)

گذشته نروید، گذشته زمان روان‌شناختی است. حداقل این را تشخیص بدهید که این لحظه زمان نیست. دیگر شعرهایش را بخوانید و زمان روان‌شناختی گذشته است. زمان روان‌شناختی یعنی زمان مجازی، یعنی وجود ندارد، توهم ذهن است.

من‌ذهنی؛ زمان مجازی، من اصلی؛ این لحظه ابدی. در این لحظه ابدی خودتان می‌توانید زندگی خودتان را تغییر بدهید. در این لحظه ابدی چراغتان را روشن نگه دارید.

و خواهش می‌کنم قلم و کاغذ بردارید بیت‌ها را، بیت‌ها را درست بنویسید، درست بخوانید، اگر بیت را درست بخوانید، چون بیت آهنگ دارد خوشتان می‌آید، یواش‌یواش از بیت‌ها خوشتان می‌آید.

بله، به گذشته نروید، استدلال نکنید، به هیچ‌وجه نگذارید من‌ذهنی شما را به گذشته ببرد، ولو این‌که به شما خیلی ظلم شده، تمام دارایی شما از بین رفته، زحماتتان به هدر رفته، بچه بزرگ کردید، بچه‌ها رفتند، به شما ظلم کردند، نروید به گذشته، اصلاً حرف آن را نزنید.



۹- خانم سارا احمدی و همسرشان آقای شهابی از تهران با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم بیننده]

خانم سارا: من چند تا شعر می‌خواستم بخوانم، یعنی دومین بارم است، دارم تماس می‌گیرم و دیروز همسرم زنگ زدند که گوشی را بدهند به من قطع شد دیگر. ایشان خیلی اصرار داشتند که من این مانع را بشکنم که ذهنم اجازه نمی‌دهد زنگ بزنم.

آقای شهبازی: بله، بله، بفرمایید، چه کار خوبی کردید. دست شما درد نکند.

خانم سارا: همیشه ذهنم می‌گفت آخر تو حرفی نداری برای گفتن، چه می‌خواهی بگویی؟ فقط خواستم زنگ بزنم و به او بگویم من هم هستم، من هم جزو خانواده بزرگ گنج حضور هستم و من هم می‌توانم، این مانع را بالاخره شکستم.

آقای شهبازی: آفرین! بفرمایید.

خانم سارا:

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

عاشق قهر و آشتی‌اش شدم دیگر، متوجه شدم که زندگی واقعاً جدا و سواکن و جداکن و بیر ندارد. زندگی می‌خواهد به ما بفهماند که سود و زیان، قهر و آشتی باید همه‌اش را با هم قبول کنیم و بپذیریم. آقای شهبازی: بله.

خانم سارا: زندگی می‌خواهد به من بگوید که این کلک را بگذار کنار، کلک ذهن است که گلچین کنی، این خوب است، آن بد است، این را می‌خواهم، آن را نمی‌خواهم، زندگی درهم و برهم است، همه‌اش را با هم باید بپذیرم، با رضایت کامل قبول کنم. آن موقع مثل شربت و قند و عسل می‌توانم بنوشم آن را. همه‌چیز خیلی شیرین شده آقای شهبازی، همه‌چیز خوش‌آیند است واقعاً برایمان.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم سارا: من از شاگردهای بی‌سواد بی‌سوادتان بودم.

آقای شهبازی: اختیار دارید.



خانم سارا: ولی خدا را شکر، می‌توانم الآن تا حدودی بنویسم و بخوانم، خیلی تغییرات توی زندگی‌ام ایجاد شده، مخصوصاً همسر من که خیلی به شدت اذیت می‌کرد و این‌ها، خیلی خوب شده، خیلی حالش یعنی فکر می‌کنم تغییراتش از من هم بیشتر شده.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم سارا: همسر من، همسر دومم هست که دخترم با ما زندگی نمی‌کند ولی وقتی می‌آید این‌جا، می‌گوید ماما این آقای شهبازی چه شده؟ چقدر صبور شده، این چقدر مهربان شده، نمی‌دانم حالا من برنامه را نگاه می‌کنم ولی بیشتر فکر می‌کنم روی ایشان تأثیر گذاشت.

آقای شهبازی: بله، شما اگر به برنامه نگاه کنید، چراغتان را روشن نگه دارید، گفت «تو یکی نه‌ای، هزاری»

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

یعنی با چراغ تو هزار تا چراغ روشن می‌شود، کافی است شما تغییر کنید، یک مدتی صبر کنید، نمی‌خواهید شما، ولی همسرتان هم تغییر می‌کنند.

توجه می‌کنید؟ ما اصلاً هیچ به دنبال تغییر دیگران نیستیم، شما دنبال تغییر همسرتان نیستید، ولی اگر شما چراغتان را روشن نگه دارید، همسرتان تغییر می‌کند در جهت بهبود، بهتر شدن، توجه می‌کنید؟

خیلی هم ساده است بهتر شدن، وقتی عیب‌هایمان را می‌بینیم، عیب هم یعنی همانیدگی، درد، توجه کنید خیلی ساده است. رنجیدن و خشمگین شدن که این‌ها از خاصیت‌های من‌ذهنی است، عیب است، عیب.

شما یک ذره روشن فکر کنید با خودتان می‌گویید من رنجیدم، این رنجیدن مثل آتش است، بدن من را خراب می‌کند، یک چیزی است که من دورش می‌گردم و این نه منطقی است، نه اصولی است، نه زندگی از من می‌خواهد، نه خدا می‌خواهد، من این رنجش را با خودم چرا حمل کنم؟

پس عیب‌تان را می‌فهمید، می‌اندازید، درست است؟ پس بنابراین اگر شما خودتان مثلاً به‌عنوان خانم خانه، مخصوصاً خانم‌ها که شمع عشق هستند، خانم‌ها هستند که مردها و زن‌ها را در شکمشان نه ماه پرورش می‌دهند، آن چند سال اول را هم آن‌ها پرورش می‌دهند، اگر مادر عشقی باشد، چراغش روشن باشد، روی همه خانواده می‌تواند اثر بگذارد.



درواقع اثر این برنامه از طریق خانم‌ها بوده بیشتر، خانم‌ها هستند که اولین منبع عشق هستند در خانواده، ولی عشق را اگر بخواهی کور کنی نمی‌شود، منبع عشق را تو خاموش می‌کنی دیگر آن موقع با قضاوت و با جنگ و دعوا و قدرت‌نمایی و کشمکش‌های قدرت در خانواده و من می‌گویم این‌طوری بشود و دعوا و این‌ها نمی‌شود، نمی‌شود خانواده را درست کرد.

پس چراغ خودت را روشن نگه‌دار، اگر چراغت روشن باشد، متوجه می‌شوی که همه شعرهای عالی مولانا یادت می‌آید، وقتی چراغت روشن است شما از همسرت یک توقعی داری، یک‌دفعه یادت می‌آید که آن شعر «گفت پیغمبر که جنت از اله» آن یادت می‌آید، «گر همی‌خواهی، ز کس چیزی نخواه»

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

فوراً یادت می‌آید اگر چراغت روشن باشد، اگر زیر سلطه من ذهنی باشی نه یادت نمی‌آید، یادت نمی‌آید و گیج می‌شوی و در فکرها و در غم‌هایت گم می‌شوی، راه را گم می‌کنی، نمی‌توانی نه به خودت کمک کنی، نه به دیگران. در نتیجه کاری با دیگران نداریم، باز هم این اصلاً اصل ماست، یعنی بزرگ‌ترین، مثل هندسه می‌ماند، بزرگ‌ترین قضیه نداریم، حواسم به خودم است، من دائماً مرغ خودم هستم، دیگران یا من‌های ذهنی دیگر جنس من را در این لحظه تعیین نمی‌کنند، من جنسم را خودم تعیین می‌کنم، من جنسم را خودم تعیین می‌کنم، همه شعار شما این است من جنسم را در این لحظه خودم تعیین می‌کنم.

من‌های ذهنی قانون فیزیک می‌گوید «ناظر جنس منظور را تعیین می‌کند» هر من‌ذهنی که می‌آید پهلوی شما، می‌خواهد شما را از جنس من‌ذهنی بکند، شما هم چراغتان روشن است و می‌گویید من جنس خودم را خودم تعیین می‌کنم، این آقا و خانم دارند به من ناسزا می‌گویند، می‌خواهند جنس من را تعیین کنند، می‌خواهند از جنس خودشان بکنند، می‌خواهند بکشند به ذهن، می‌خواهند من‌ذهنی من را بالا بیاورند، می‌خواهند دردهای من را بالا بیاورند، من فضا را باز می‌کنم، چراغم روشن است، جنس خودم را تعیین می‌کنم، جنس اصلی‌ام «آلست» است، از جنس خدا هستم، تمام شد و رفت. جنس خدا کش می‌آید، هی کش می‌آید، کش می‌آید، همه چیز.

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



این را دیگر تمام بچه‌ها هم حفظ شده‌اند، بله ببخشید، بفرمایید.

خانم سارا: عزیزم، خواهش می‌کنم آقای شهبازی، یک چند تا بیت من یادداشت کردم، بیت‌هایی که برایم کار کرده و دارد کار می‌کند این روزها، خیلی حالم را خوب کرده و من را به فضایی دیگر تقریباً برده، می‌خواهم برایتان اگر اجازه بدهید بخوانم.

آقای شهبازی: بفرمایید، بله.

خانم سارا:

یک لحظه و یک ساعت دست از تو نمی‌دارم
زیرا که تویی کارم، زیرا که تویی بارم

از قند تو می‌نوشم، با پند تو می‌کوشم
من صید جگرخسته، تو شیر جگرخوارم

جان من و جان تو گویی که یکی بوده‌ست
سوگند بدین یک جان کز غیر تو بیزارم
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۴۵۷)

عشق می‌گوید به گوشم پست‌پست
صید بودن خوشتر از صیادی است
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۱)

پست‌پست: آهسته آهسته

تا حالا همه همانیدگی‌ها را شکار می‌کردم، ولی فکر می‌کردم که دارم شکار می‌کنم آقای شهبازی، من شکار همانیدگی‌هایم می‌شدم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم سارا: ولی می‌خواهم صید باشم، می‌خواهم صید باشم، بگذارم، اجازه بدهم خدا من را شکار کند، چقدر خوش شکار می‌کند واقعاً.

گُل من کن خویش را و غِرّه شو
آفتابی را رها کن، ذَرّه شو
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۲)



بر دَرَم ساکن شو و بی‌خانه باش
دعوی شمعی مکن، پروانه باش
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۳)

تا ببینی چاشنیِ زندگی
سلطنت بینی، نهان در بندگی
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۴)

خانم سارا: و آقای شهبازی این بیت‌های طلب که واقعاً باید طلب خالصانه و صادقانه داشته باشی تا زندگی به کمکت بیاید و دستت را بگیرد. به‌نظر من فقط مثلاً برنامه را نگاه کنی و فقط ابیات را بخوانی، خیلی من خواندم و برنامه‌ها را نگاه می‌کردم، تا زمانی که رسید که من سبب‌سازی را گذاشتم کنار، از ته قلبم، از وجودم، از اعماقم خدا را صدا زدم و این شعرها هم خیلی کمک کرده.

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

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

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

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

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

صَرَصَر: باد سرد و سخت، باد تند



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

آقای شهبازی: آفرین!

خانم سارا: و خیلی شعرهای دیگر به من کمک کرده آقای شهبازی، واقعاً نمی‌دانم این بیت‌ها واقعاً باید با آب طلا نوشت، از صمیم دل اگر واقعاً از خداوند طلب کنی کمکت می‌کند خداوند.

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

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم سارا]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای شهابی]

آقای شهابی: جناب شهبازی بزرگوار من پریروز تماس گرفتم محضرتان، قطع شد متأسفانه که عرض می‌کردم که آنتن این کانال را عوض می‌کردم و نمی‌دانم که خیلی حساسیت داشتم روی برنامه گنج حضور، ولی یک جایی رسید که خودم خواستم ببینم این چه برنامه‌ای است که این قدر به جان و توی عمق جان همسرم نشست، همان یک بار نشستن همان، آن آرامشی را که توی عمق جان من داد، من حقیقتاً واقعاً از شما ممنونم، سپاس‌گزارم. خدا را شکر قبل از مرگ توانستم این بیداری را داشته باشم. امیرالمؤمنین علی علیه‌السلام فرمودند که:

«الناس نیام فإذا ماتوا انتبهوا»

«مردم خوابند و وقتی می‌میرند بیدار خواهند.»

مردم در خواب غفلت هستند و موقع مرگ بیدار می‌شوند. شما یک رسالتی را برای خودتان تعیین کردید که این بیداری، این جدایی از نفس و من‌ذهنی را دارید توی سرتاسر عالم دارید آموزش می‌دهید، حقیقتاً از شما ممنونم، سپاس‌گزارم از شما، خدا شما را برای همه ما حفظ کند.

من ایامی که متأسفانه کسالت داشتید پیام می‌دادم توی واتساپ، بزرگواری می‌کردید جواب می‌دادید، ان‌شاءالله همیشه سالم و سعادتمند باشید و ما بتوانیم از آموزه‌های شما بهره‌مند بشویم، شما را به خدای بزرگ می‌سپارم، اگر فرمایشی هست استاد شما بفرمایید.

آقای شهبازی: عرضی ندارم، شما سلامت باشید.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای شهابی]

♦ ♦ ♦ پایان بخش اول ♦ ♦ ♦



۱۰- آقای پویا از آلمان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای پویا]

آقای پویا: یک مطلبی هست تحت عنوان «نمی‌شورم» اگر اجازه بدهید با شما به اشتراک بگذارم.

آقای شهبازی: بله، خواهش می‌کنم.

آقای پویا: نمی‌شورم!

آقای شهبازی عزیزم خدا قوت به جانتان. به اندازه یک روز مفید کاری، هشت ساعت، در برنامه ۹۹۸ برای ما سونامی‌ای از نور و روشنایی و آگاهی به ارمغان آوردید. گرمای سینه نوری‌تان بر سینای سینه‌ام نشست. سپاس.

می‌خواست سینه‌اش که سنایی دهد به چرخ سینای سینه‌اش بگنجید در سما (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰۲)

دیگر روزهای قبل و بعدش را که ما ندیدیم بماند. اگر کسی این هشت ساعت را با دل و جان گوش کند، دیگر فکر نکنم مرغ دیگری باشد و مرغ خودش شود. چراغ خودش شود و چراغ قرین‌های خودش را با قضاوت فوت نکند، چراکه می‌داند چراغ دیگری را فوت کردن تنها فحش اجتهاد است در جهان و خدا کند ایران زمین دست از فحش اجتهاد بردارد و دست به اجتهاد گرم و پخش نیکی در جهان بزند. این تنها اجتهاد گرم است که با اجتهاد و هدایت زندگی هم‌ارتعاش است و نجات‌دهنده است و تخت زندگی ما را به مسیر درست هدایت خواهد کرد.

بی‌تحرّی و اجتهادات هُدی هر که بدعت پیشه گیرد از هوی (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۶۷۳) همچو عادش بر برد باد و کُشد نه سلیمان است تا تختش کُشد (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۶۷۴)

برنامه ۹۹۸ یک هسته مرکزی دیگری هم داشت:

بیا بیا، که پشیمان شوی از این دوری بیا به دعوت شیرین ما، چه می‌شوری؟ (مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۷۳)

و آن این‌که بالاخره هر کسی بعد از دل دادن به این برنامه باید قاطعانه بایستد و با خود بگوید که من دیگر نمی‌شورم. من تا این‌جای زندگی‌ام هر کاری با سبب‌سازی انجام داده‌ام شوریده‌ام. شورش و تشویش ایجاد کرده‌ام و فحش اجتهاد بوده در مقابل «بشو و می‌شود» زندگی، ولی دیگر بس است. دیگر هرچه شوریدم بس است. من نمی‌شورم و شورش نمی‌کنم. من در مقابل زندگی تسلیم هستم و نمی‌شورم. من از همین الآن نمی‌شورم و راه فضاگشایی را در هر زمینه‌ای سرلوحه کار خود قرار می‌دهم. من عاقبت شوریدن را فهمیده‌ام و الآن آگاهانه می‌خواهم دعوت شیرین این برنامه را بشنوم و مرکز را بگذارم زندگی از تمام همانیدگی‌ها پاک کند.

بیا بیا، که پشیمان شوی از این دوری بیا به دعوت شیرین ما، چه می‌شوری؟ (مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۷۳)

غزل شماره ۳۰۷۳ دیوان شمس یکی از نادرترین هدیه‌های مولانا به ما است. سه مشخصه از این غزل بسیار برای من چشم‌زننده بودند. اول این‌که در این غزل ۳۱ بیتی، تنها سؤالی که حضرت مولانا مستقیم از مخاطب می‌پرسد این است که چه می‌شوری؟ هر کسی در گوش خودش بگوید «چه می‌شوری؟» اساساً این فرمول است برای پریدن از ذهن بیرون. هر کسی می‌تواند در روز صد بار از خود بپرسد «چه می‌شوری؟» «چه می‌شوری؟» و «چه می‌شوری؟» تنها دو واژه «چه می‌شوری؟»

بیا بیا، که پشیمان شوی از این دوری بیا به دعوت شیرین ما، چه می‌شوری؟ (مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۷۳)

دومین مورد، افعال امری بودند که مولانا مستقیم به مخاطب می‌گفت چکار کند. «هزار جام سعادت بنوش ای نومید»، «بگیر صد زر و زور»، «صلا، که باز رهیدم ز شهد زنبوری»، «برآر باز سر، ای استخوان پوسیده»، «بپوش خلعت میری»، «غصه دکان بگذار»، «بهل شکوفه‌ها و خمار شراب انگوری»، «درخت شو، هله، ای دانه‌ای که پوسیدی»، «دلا، مقیم شو اکنون به مجلس جان‌ها»، «مباش بسته مستی»، «خراب باش خراب»، «یقین بدان که خرابی‌ست اصل معموری»، «تو مرده زنده شدن بین، چه جای رنجوری؟»، «بباید شدن به منطق جان»، «بس است مغفوری»، «بیا که همراه موسی شویم تا که طور».

سومین مورد هم انتخاب واژگان خیره‌کننده حضرت مولانا برای توصیف امنیت و برکت فضای گشوده‌شده است. لطافت توصیفی که انسان را به فضای تحریر دعوت می‌کند.



«دعوت شیرین»، «حیات موج‌زنان گشته اندرین مجلس»، «خدای ناصر و، هر سو شراب منصوری»، «به دست طره خوبان»، «به زیر پای بنفشه»، «هزار گونه زلیخا و یوسفند اینجا»، «شراب روح‌فزای و سماع طنبوری»، «جواهر از کف دریای لامکان ز گزاف»، «میان بحرِ عسل، بانگ می‌زند هر جان»، «خراب و مست، رهیده ز ناز مستوری»، «که مرده زنده کند ناله‌های ناقوری». ببخشید دیگر وقت تمام شده، من فقط دو کلمه آخرش را بخوانم. «دامنم بگرفته‌ست و می‌کشد عشقی» و در نهایت «به قبضِ عشق بُود قَبْضَةُ قَلاجوری».

لازم به ذکر است که اگر فضاگشایی امری غیرممکن و محال بود، مولانا هیچ وقت آن را مطرح نمی‌کرد. طریق انبساط طریقی است شدنی که نمونه‌های آن در مردمانی که تلفن می‌زنند هم به وفور دیده می‌شود. لازم به ذکر است که فضاگشایی عملی است که یا انجام می‌دهیم یا انجام نمی‌دهیم. تا مادامی که کسی دارد با خود می‌گوید که سعی می‌کنم، یعنی نمی‌خواهم را در پس پرده نمی‌توانم پنهان کرده‌است. «سعی می‌کنم» یعنی بیت تکرار نمی‌کنم، یعنی دریچه‌ای هر چند اندک را برای شوریدن من‌ذهنی و خرّوبیت آن باز گذاشته‌است. ذهن تا مادامی که از چیزی و کسی در این جهان هویت می‌گیرد خرّوب است و منزل ما را از بنیاد نابود خواهد کرد:

من که خرّوبم، خرابِ منزل
هادم بنیاد این آب و گِلَم
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۷۸)

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

یک دنیا ممنون آقای شهبازی.

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

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای پویا]



۱۱- آقای علی از دانمارک

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای علی]

آقای علی: با اجازه‌تان آقای شهبازی یک پروژه کوچک نوشتم، اگر اجازه بفرمایید بخوانم پروژه را؟

آقای شهبازی: بله‌بله، بفرمایید.

آقای علی: پروژه شامل یک مقدمه هست و یک تشریح مسئله یا مشکل و بعد صورت مسئله و در نهایت تعدادی راهکار برای حل مسئله.

آقای شهبازی: بله.

آقای علی:

مقدمه:

ما به‌عنوان امتداد خدا وارد این جهان می‌شویم. بعد برای بقا و شناخت فردیت خودمان باید من‌ذهنی درست کنیم. من‌ذهنی با هشیاری جسمی کار می‌کند. و این هشیاری به‌تنهایی قادر نیست ما را به مقصود اصلی‌مان که زنده شدن به بی‌نهایت و ابدیت خداست برساند.

هشیاری حضور همان هشیاری است که ما با آن پا به این جهان می‌گذاریم، ولی چون تا ما بیاییم بفهمیم و تشخیص بدهیم که قضیه از چه قرار است، من‌ذهنی در ما تا حدود زیادی ریشه دوانده‌است و هشیاری غالب در ما هشیاری جسمی می‌شود.

ولی طبق قانون آلتست یعنی قراردادی که ما با خدا بسته‌ایم، کار تبدیل هشیاری جسمی به هشیاری حضور اول از جانب ما باید شروع شود. این اصل اولیه قرارداد است و تا بند اول قرارداد از جانب ما به عمل درنیاید این پروژه اصلاً استارت (شروع: start) نمی‌خورد. در ضمن در این قرارداد خداوند نقش کارفرما را دارد و ما نقش نماینده خداوند را اجرا می‌کنیم. همچنین این قرارداد غیرقابل فسخ است.

تشریح مسئله یا مشکلی که وجود دارد:

مشکل از جایی شروع می‌شود که ما به بند اول قرارداد عمل نمی‌کنیم و خداوند که منتظر شروع از طرف ماست مجبور می‌شود به ما اخطار بفرستد.

بیا بیا، که پشیمان شوی از این دوری
بیا به دعوت شیرین ما، چه می‌شوری؟
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۷۳)



بعد از این‌که ما باز هم متوجه خطاها نمی‌شویم، کارفرما دست به جرمه ما می‌زند. البته این خطاها شامل نمایندگانی که با اختیار بند اول را اجرا می‌کنند نمی‌شود. این خطاها می‌تواند شامل تمام بی‌مرادی‌ها و بقیه مواردی باشد که ما نیت کاری را می‌کنیم، ولی آن کار به انجام نمی‌رسد و ما سرخورده می‌شویم.

جریمه‌ها می‌تواند «رَيْبُ الْمَنُون» باشد که شامل انواع اختلالات جسمی و روحی روانی و بیماری‌های مختلف باشد که ما دچار آن‌ها می‌شویم. البته آمارهای بسیار زیادی از این جرمه‌ها و بیماری‌ها در دسترس است، ولی تنها بزرگان و اولیا توانسته‌اند تشخیص بدهند که علت و سرمنشأ اصلی این جرمه‌ها از طرف خداوند سرچشمه می‌گیرد و دلیل آن سرپیچی ما در اجرای قرارداد می‌باشد.

اغلب که نفهمیده‌اند قضیه از چه قرار است، دنبال علاج مشکل به وسیله خود به وجود آورنده مشکل یعنی هشیاری جسمی رفته‌اند.

صورت مسأله این هست که:

با توجه به این‌که ما با هشیاری جسمی که این مسائل را برای ما به وجود آورده نمی‌توانیم از دام ذهن خلاص شویم، چطور می‌توانیم دوباره به هشیاری اولیه دسترسی پیدا کنیم و به قراردادمان عمل کنیم؟

ما بعد از دادن جرمه‌های سنگین اگر متوجه شویم که ماجرا از چه قرار است، آن وقت به فکر چاره می‌افتیم. خوشبختانه چاره کار را بزرگانی مثل مولانا برای ما به خوبی تشریح کرده‌اند.

مولانا می‌فرماید تنها راه حل این مشکل تسلیم است.

تسلیم چیست؟ پذیرش اتفاق این لحظه بدون قید و شرط و قبل از رفتن به ذهن. اتفاق این لحظه می‌تواند هر چیزی باشد که ذهن در این لحظه نشان می‌دهد.

با این کار ما تبدیل به همان هشیاری می‌شویم که از اول با آن وارد این جهان شدیم. یعنی با خدا یکی می‌شویم و کارفرما می‌تواند بندهای بعدی قرارداد را به جریان بیندازد.

لیک مقصود ازل، تسلیم توست

ای مسلمان بایدت تسلیم جُست

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۷۷)



ولی با توجه به این‌که مدت اجرای این قرارداد تا پایان عمر ماست، در ادامه قرارداد کارفرما از ما می‌خواهد که این حالت وحدت‌مان را با او نگه داریم. برای حفظ اتصال ما با کارفرما مولانا راهکارهایی را به ما توصیه می‌کند و این توصیه‌ها لازم‌الاجرا هستند. در زیر به صورت خلاصه تعدادی از مهم‌ترین آن‌ها را ذکر می‌کنم:

۱. عمل فضاگشایی:

یعنی در این لحظه ما عمل تسلیم را مرتب اجرا می‌کنیم که مولانا از آن با عنوان «اجتهاد گرم» هم یاد می‌کند. یعنی ما هر لحظه در تکاپو و تلاشیم که نگذاریم ذهن چیزی را به مرکز ما هل بدهد.

۲. افروختن چراغ خود:

برای روشن کردن چراغ خودمان و روشن نگه داشتن آن باید همیشه تمرکزمان روی خودمان باشد و مرغ خودمان باشیم.

تو نگو همه به جنگند و ز صلح من چه آید
تویکی نه ای هزاری تو چراغ خود بیفروز
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۱۹۷)

۳. مواظب قرین خودمان باشیم:

چون هر کسی که با ما قرین می‌شود طبق قانون فیزیک جنس ما را هم تعیین می‌کند و اگر من ذهنی داشته باشم ما هم، هم جنس او می‌شویم.

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

۵. اجتناب از سیران درشت و فحش اجتهاد:

یعنی برحسب من‌ذهنی و هیجانات مخرب آن عمل نکنیم، چون این کار به نفع دیو است.

۶. شخم زدن زمین من‌ذهنی و از ریشه درآوردن کشت‌های ثانویه:

با خواندن ابیات مولانا و پیاده کردن آن‌ها در زندگی‌مان همانیدگی‌ها را شناسایی کرده و از مرکزمان بیرون می‌کنیم.

۷. دخالت نکردن در کار کارفرما با عقل من‌ذهنی:



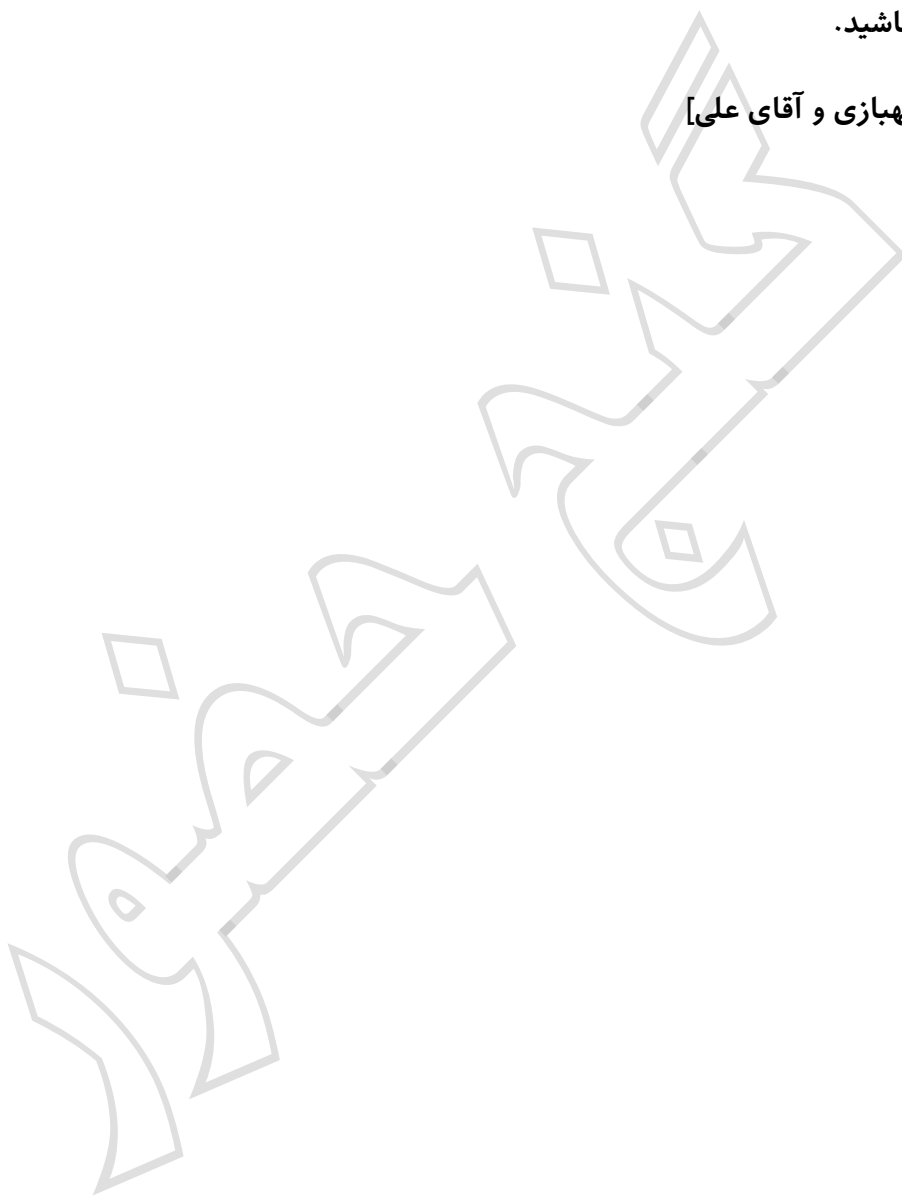
اضطراب و تشویش را در محیط اطرافمان پخش نکنیم. دلک‌بازی درنیاوریم و امکاناتمان را از بین نبریم و از امکاناتی که کارفرما در اختیارمان گذاشته برای اجرای قرارداد و رسیدن به مقصود اصلی‌مان استفاده کنیم.

خیلی ممنون آقای شهبازی.

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

آقای علی: سلامت باشید.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای علی]





۱۲ - خانم مریم از فولادشهر اصفهان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم مریم]

خانم مریم: با اجازه‌تان متنی آماده کردم که به اشتراک می‌گذارم. غزل شماره ۳۰۷۳:

بیا بیا، که پشیمان شوی از این دوری
بیا به دعوت شیرین ما، چه می‌شوری؟

حیات موج‌زنان گشته اندرین مجلس
خدای ناصر و، هر سو شراب منصوری
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۷۳)

این ابیات زیبا دارد به ما تداعی می‌کند دیگر دوری از عدم بس است، به خودت بیا و با من‌ذهنی بیش از این تصمیم و بده بستان نکن، چیزی در من‌ذهنی یافت نمی‌کنی جز درد.

و روح ما هر لحظه ندا دارد می‌فرستد، پیام‌آور است از جانب خداوند «ارْجِعِی اِلَی رَبِّکِ»، «قُلْ تَعَالَوْا»، «اتَّقُوا»، این پیام‌هایی که روح هر لحظه می‌فرستد بیا بالا، برگرد، تقوا کن و این‌که «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا». روح ما هر روز دارد این‌ها را به ما می‌گوید، چون روح نماینده اوست و همه این‌ها را به او یاد داده خداوند.

علامت بیماری انسان ناآگاهی با من‌ذهنی و این‌که بشر از وجود حقیقی خودش غافل می‌باشد. ای بشر رشدت را طولی کن نه عرضی در دنیا و من‌های ذهنی هیچ‌چیز تویش نیست، خبری نیست.

و این‌که ابیاتی راجع به «انصیتوا» و «خاموشی» و اعترافی که در این زمینه با عزیزان گنج حضوری به اشتراک می‌گذارم.

استاد جان شما در برنامه ۹۹۸ فرمودید آن من‌ذهنی است که به ناموسش برمی‌خورد و به دلیل غرور و منیت و خودنمایی و خودخواهی و ترس‌های من‌ذهنی‌اش که مبادا مورد قضاوت قرار بگیرد اعتراف نمی‌کند. حقیقتاً همین‌طور بود. من‌ذهنی چه اعتبار کاذبی برای خودش ساخته بود.

انصیتوا بپذیر تا بر جان تو
آید از جانان جزای انصیتوا
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۲۶)



گر نخواهی نُکس، پیش این طبیب بر زمین زن زَر و سَر را ای لَبیب (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۲۷)

نُکس: عود کردن بیماری
لَبیب: خردمند، عاقل

بشخصه خودم تا قبل از این برنامه نه تنها هرگز تسلیم نمی‌شدم، بلکه همیشه در حال اثبات کردنم به این و آن بودم و راضی نگه داشتن بقیه و مرتب به ناموس ناآگاهانه من ذهنی‌ام برمی‌خورد که بقیه مشکل داشتند و خودم را تبرئه می‌کردم و بدبخت و توسری‌خور جلوه می‌دادم و توقع و انتظار بسیار بالای من ذهنی از بقیه و بعد از آن برآورده نشدنِ توقع و انتظارات من ذهنی‌ام، حسادت، غیبت و واکنش نشان دادن و به رنجش ختم شدن و ادامه دادن.

تا این‌که برنامه تلنگرش را زد. تسلیم شو و من من نکن و بمیر به این جسمی که با این‌همه همانیدگی در حال انفجار است و پُر از خشم و ترس شده.

استاد جان وقتی تسلیم شدم و بارها صادقانه مُردم و درد آگاهانه با کمک برنامه کشیدم. چقدر شیرین بود این درد آگاهانه! و پذیرفتم مشکل خودم هستم و بودم.

آماده شدم دریافت کنم پیغام‌های فضای گشوده‌شده «آنصِتوا» را که

خاموش که خاموشی بهتر ز عَسَلِ نوشی دَرسوزِ عبارت را بگذارِ اَشَارَتِ را (مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۵)

و همین‌طور:

صبر و خاموشی جذوبِ رحمت است وین نشانِ جُستن، نشانِ علّت است (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۲۵)

جَذوب: بسیار جذب کننده

و همین‌طور آموختم صبر کنم و روی خودم فقط کار کنم و به من ذهنی‌ام خاموش بشوم و به خودم بیایم و انرژی ذهنی‌ام را به جای این‌که صرف راه غیر خدا کنم، صرف راه خود خدا کنم، گرچه خدا بی‌نیاز است.



با تسلیم حقیقی استاد جان صادقانه سی و دو کیلو از آلودگی‌های من‌ذهنی که یک جسم بسیار سنگین برایم ساخته بود فرو ریخت. و حقیقتاً آرام شدم و دیدم دارم خودشناسی را بیشتر درک می‌کنم با تسلیمی که شما به ما آموختید. پس نیاز است که در مسیر خدا سبک‌بال باشیم، با جسم سنگین و پُر از همانیدگی نمی‌شود به خدا وصل شد. تسلیم شو، فضا را باز کن و فقط روی خودت کار کن و به ناموس من‌ذهنی‌ات برنخورد. آن که به او برمی‌خورد من‌ذهنی است. صبر، شکر و رضا و پرهیز کن.

پس کسی که من‌ذهنی دارد حقیقتاً خودش نیست. بارها بمیر به این من‌ذهنی تا زندگی وارد بشود و حضور را درک کنی با کمک گنج حضور و یاران جان.

کم فضولی کن تو در حکم قدر درْخور آمد شخص خر با گوش خر (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۷۲)

قَدَر: فرمانِ الهی، سرنوشت آنچه خداوند برای بندگان خود مقدر نموده است.

استاد جانم تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی ممنون، خیلی زیبا، عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم مریم]



۱۳- خانم فریبا از نودشه کرمانشاه

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فریبا]

خانم فریبا: استاد بنده فریبا هستم از استان کرمانشاه از نودشه. خواستم با اجازه‌تان متنی برگرفته از بخش سوم و چهارم برنامه ۹۹۴ را به صورت خلاصه و تیتروار با شما به اشتراک بگذارم.

آقای شهبازی: بفرمایید.

خانم فریبا: من ذهنی پیشرفت می‌کند و تبدیل به افسانه می‌شود و هر کس در این افسانه قرار می‌گیرد دچار پندار کمال می‌شود و این پندار کمال انسان را از دریافت رحمت اندر رحمت، نور و کمک خدا محروم می‌کند، و او را به سوی حس بی‌نیازی، تعصب، دانایی، ناموس، تنگ‌نظری، رنجش، خواستن، کینه، خشم، حسادت، ترس، دخالت و کنترل در امور دیگران و سایر دردها و هیجانات مخرب من‌ذهنی سوق می‌دهد و سبب پژمردگی و به تدریج فتنای او می‌شود.

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

استاد برای صرفه‌جویی در وقت از آوردن آدرس ابیات صرف نظر کردم.

آقای شهبازی: بله.

خانم فریبا: دانش واقعی دانشی است که با فضاگشایی و عدم کردن مرکز از طرف زندگی می‌آید و وظیفه من تا دریافت این دانش، صبر و خاموشی است.

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

دیدن برحسب همانیدگی‌ها و گذاشتن خرد زندگی به کنار، سبب جاری شدن درد و بلا می‌شود.

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



صبر یعنی به زمان مجازی من‌ذهنی که دائماً عجله دارد توجه نمی‌کنم و به زمان «قضا و کُنْ فکان» تن می‌دهم و شتاب نمی‌کنم چون خداوند با زمان‌بندی من‌ذهنی من کار نمی‌کند.

شکر یعنی از تمام امکانات فضاگشایی و انبساط یعنی سلامتی، توانایی وقت و عمر و فرصت زندگی، از برنامه گنج حضور و اشعار مولانا و زحمات استاد شهبازی عزیز که زندگی به‌عنوان موهبت عطا کرده قدردانی کنم و نهایت استفاده را ببرم.

پرهیز یعنی دوست ندارم از جهان غذای انرژی بگیرم، دوست ندارم با چیزهای دنیا همانیده شوم و هیچ همانیدگی را جایگزین همانیدگی از دست‌رفته نمی‌کنم، یعنی با چیز جدید همانیده نمی‌شوم.

ننگرم کس را و گر هم بنگرم

او بهانه باشد و، تو مَنظَرَم

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۵۹)

ستایش یعنی مرکز را عدم کنم و شاه شکرخانه را به مرکزم بیاورم و کاری به دیگران نداشته باشم و متکی به کسی نباشم و مرتب فضاگشایی کنم و ابیات مولانا را تکرار کنم تا خداوند من را جذب کند و تبدیل در من صورت گیرد و به خداوند زنده شوم.

من اگر در زندگی از تدبیر خود بگذرم و تدبیر زندگی را به‌کار گیرم، بهانه‌های من‌ذهنی نگیرم و خود را از خدا جدا نکنم و با عقل ناقص خود کار نکنم و به سبب‌سازی ذهن نرم و خود را به دَم زندگی بسپارم و آنصِتوا را رعایت کنم و خود را صفر کنم و به خدا اعتماد کنم و بند ناف خود را از جهان ببرم، به زندگی اجازه می‌دهم من را ماه و از جنس خود کند و به بی‌نهایت و ابدیت خود زنده کند و با عشق آشنا کند تا دیگر معنی عشق را به‌خوبی بفهمم و یاد بگیرم عشق را در دیگران شناسایی کنم و عشق را بر تهیۀ امکانات زندگی و غرق در پول و امکانات زندگی ساختن اشتباه نگیرم.

گفت: دَمَم چه می‌دهی؟ دَم به تو من سپرده‌ام

من ز تو بی‌خبر نی‌آم در دَم دَم سپردنا

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۹)

بر قرین خویش مَفْزا در صِفَت

کآن فراق آرد یقین در عاقبت

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۵۱۴)



من‌ذهنی از جهان غذاهایی مانند تأیید و توجه می‌گیرد، اما چون اصل انسان من‌ذهنی نیست، غذاهای این‌جهانی برای او سازگار نیست و او را مریض می‌کند.

قوت اصلی بشر، نور خداست قوت حیوانی مر او را ناسزااست (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۸۳)

فرمول زندگی در من‌ذهنی براساس جفا، گله و شکایت است. شکایت و سبب‌سازی و الگوهای همانیده است، اما در عالم حضور، خداوند هر لحظه در شأن جدید است، در صنوع و آوردن چیزهای جدید است و هر لحظه راه و روش نو به من می‌آموزد.

لذت بی‌کرانه‌ای‌ست، عشق شده‌ست نام او قاعده خود شکایت است، ورنه جفا چرا بُود؟ (مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۶۰)

داشتن صرف علم و دانش هنر نیست، هنر بودن و زندگی کردن در لحظه حال و فضاگشایی و از عدم کردن مرکز و دسترسی به صنع، خلاقیت زندگی و عشق برای خدمت بی‌علت و بی‌توقع است. مأموریت اصلی آمدن من به جهان فرم بعد از مدتی اقامت کوتاه در حدود ده، دوازده سالگی در ذهن، زنده شدن به بی‌نهایت و ابدیت و خدائیت درون و آوردن خبر سمرقند یا جهان غیب است.

اما سیران درشت و عجله من به صورت کوشش با من‌ذهنی و رفتن به سبب‌سازی و ایجاد هیاهو، سروصدا، فتنه، آشوب، نگرانی و کارافزایی و اتلاف تمام امکانات زندگی در راه هیچ و پوچ من‌ذهنی، نشان از این دارد که من با وجود آگاهی از مأموریت اصلی خود میل ندارم مرکز را عدم کنم و با زندگی اتصال مجدد برقرار کنم و می‌خواهم به دلکی ادامه دهم.

اما عقل کل و نظم زندگی ایجاب می‌کند اگر به کارهای مسخره و دلکی من‌ذهنی بیشتر از حد ادامه دهم و واکنش‌های گیج از خود نشان دهم، دیگر از من نگذرد و من را تنبیه کند.

من انسان چندین بار بخشیده شده‌ام [قطع صدا] دلکی من‌ذهنی را بیش از حد ادامه می‌دهم، تنبیه می‌شوم تا دیگر دچار عارضه من‌ذهنی نشوم، تا دیگر دچار شهوت و لذت کاذب نشوم، تا دیگر کارهایم را بدون تأمل انجام ندهم و ضرورت را تشخیص دهم و در کارهایم صبر و حوصله به خرج دهم تا کار مفید انجام دهم و تن به «قضا و کُن فکان» دهم و به فضاگشایی و مرکز عدم شک نکنم و در برابر نتیجه کارهایم، عدل خداوند را زیر سؤال



نبرم و زمین ذهن را تماماً شخم بزنم و ریشه فاسد و پوسیده من‌ذهنی را برای همیشه از بیخ بکنم تا دیگر ناموس پیدا نکنم و با فضاگشایی مشورت کنم و دلیل تراشی نکنم و از گنج حضور و یارانِ عشقی نبرم. تمام شد استاد، خسته نباشید.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین، آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم فریبا]

خداحافظی



۱۴ - خانم دینا از کانادا

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم دینا]

خانم دینا:

«کمین‌گاه بلا»

از زمانی که چشم به این جهان باز کرده‌ایم خودمان را در فضای خواب‌آلود ذهن دیده‌ایم، فضایی که غیر از خیال و توهم و در نهایت درد چیز دیگری برای ما نداشته.

دیده‌ای کاندر نُعاسی شد پدید کی تواند جز خیال و نیست دید؟ (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۳۳)

نُعاس: چُرت، خواب

نُعاسی یعنی چُرت و خواب. ما در این فضای خواب‌آلود و توهمی تمامی امکاناتمان را به هدر داده و می‌دهیم. از وقت و انرژی و پول گرفته تا رابطه و غیره، همه را خراب و تبدیل به درد کرده‌ایم. این فضای خواب‌آلود تمام هوش یا هشیاری ما را ربوده و هر طرف هم که نگاه می‌کنیم یک مسئله، یک دشمن و یا درد را تجربه می‌کنیم و هیچ خبری هم از اصل و حقیقت وجودی‌مان نداریم. تازه وقتی هم که در هر سنی متوجه ناکارآمدی این من‌ذهنی و این فضای خواب‌آلود و توهمی می‌شویم و می‌بینیم که

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

تَفْتِیق: شکافتن

به‌جای این‌که این عقل فرعونی یا من‌ذهنی را تعطیل کنیم و ببندازیم، بیشتر در خواب ذهن فرومی‌رویم و این بار دچار جبر من‌ذهنی می‌شویم و می‌گوییم که نه نمی‌شود، من خیلی تلاش و جهد کردم، فایده‌ای ندارد! دیگر باید چکار می‌کردم که نکردم، من همه عمرم تلاش کردم و راه نجاتی از این زندگی پردرد و رنج برای خودش نمی‌بیند و این جبر باعث می‌شود که این انسان در زندان ذهن باقی بماند.

جبر باشد پَر و بال کاملان جبر هم زندان و بند کاهلان (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۴۲)



می‌فرماید «جبر هم زندان و بند کاهلان»، این جبر برای کاهلان که خداوند یا دیگران را مقصر این درد و ناراحتی‌شان می‌دانند مثل زندان هست و باعث می‌شود که ناامید شوند و دیگر دنبال جست‌وجوی راه نجات و رهایی از این کمینگاه بلا یا من‌ذهنی‌شان نباشند.

ولی همین جبر برای انسانی که لحظه‌ای فضا را باز می‌کند و متوجه توهمی بودن من‌ذهنی‌اش می‌شود، متوجه می‌شود که خودش، عامل تمام دردها و رنج‌هایش هست، یک راه رهایی هست. این انسان متوجه می‌شود که جبر این است که از این من‌ذهنی و درد خارج شود و به جنس اصلی‌اش میل کند و جنس اصلی‌اش را جست‌وجو کند. این جبر کمک می‌کند که انسان عقل من‌ذهنی‌اش را که عامل درد و رنجش هست را بیندازد و از خرد زندگی که تنها راه نجات از این دردهاست کمک بگیرد.

در فرج‌جویی، خرد سرتیز به

از کمینگاه بلا، پرهیز به

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۶۵۳)

و یا در بیت ۴۱۲۳ از دفتر ششم داریم که

شرط، تسلیم است، نه کار دراز

سود نبود در ضلالت ترک‌تاز

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۱۲۳)

شرط رهایی و دور بودن از این کمینگاه بلا یا من‌ذهنی فقط تسلیم است، اگر سالیان سال هم در ضلالت یعنی در من‌ذهنی و با بهترین راه‌حل‌ها و فکرهای ذهنی و سبب‌سازی‌ها هم به دنبال رهایی از این کمینگاه بلا باشیم، راه نجاتی نخواهد بود و در نهایت به همین کمینگاه بلا ختم خواهد شد.

پس مولانا در این لحظه این آگاهی را به ما می‌دهد که اگر در توهّمات و آتش درد من‌ذهنی‌مان گیر کرده‌ایم، باید فقط تسلیم باشیم، ذهنمان را خاموش کنیم و با سبب‌سازی‌ها دنبال حضور و تجربه زندگی بی‌درد و راه آسمان و غیره نباشیم. فروتن باشیم از این‌که شاگرد مولانا هستیم، از این‌که می‌بینیم می‌توانیم نسبت به سبب‌سازی‌ها فقیر باشیم. پس:

من نجویم زین سپس راه‌اثیر

پیر جویم، پیر جویم، پیر، پیر

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۱۲۴)

خیلی ممنونم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! این را ویدئو کنید که بلدید شما. خیلی زیبا، آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم دینا]



۱۵ - خانم فرخنده از جوزدان نجف‌آباد

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فرخنده]

خانم فرخنده: تشکر، با اجازه‌تان.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم فرخنده:

بیا بیا، که پشیمان شوی از این دوری
بیا به دعوت شیرین ما، چه می‌شوری؟
 (مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۷۳)

این پیغام مهم زندگی و فراخواندن من برای رفتن به دعوت شیرینش یعنی رفتن من به‌سوی او هر لحظه و هر ساعت برایم بوده، هست و خواهد بود.

که دست از کاری که پایان آن جز پشیمانی و ندامت نیست بردارم و به‌سوی او بروم آن هم با جنس خودش که زندگی‌ست و با مرکز عدم، نه با مرکزی از جنس جسم و با من‌ذهنی پُر از درد، ولی من به سبب حاضر نبودن در خودم یعنی ساکن نبودن در این لحظه ابدی و ازلی لحظه‌به‌لحظه خودم را از دریافت این دعوت‌نامه از سوی زندگی محروم کرده‌ام.

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

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

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

و آیا حالا با خواندن و روبه‌رو شدن با این ابیات قدرتمند و بسیار تکان‌دهنده حضرت مولانا، به زندگی کوچکترین اعتراض یا انتقادی می‌توانم داشته باشم؟ که ای زندگی تو کجایی؟ چرا من تو را نمی‌بینم؟ چرا حواست اصلاً به من نیست؟ و یا چرا هیچ‌وقت پیغام یا یک آگاهی از سمت تو به من نمی‌رسد؟

خیر، چون تمام لحظاتی را که زندگی در حال پیغام‌رسانی به من بوده، ولی من در خودم حضور نداشته‌ام را حضرت مولانا در تک تک ابیانش به‌عنوان شاهد و ناظری ثبت و ضبط کرده و آن‌ها را گرچه من فراموش کرده‌ام و یادم نمی‌آید به من یادآوری می‌کند.

در ابیانش کاملاً برایم روشن کرده که در مورد زندگی سخت در اشتباه بوده و هستم و همچنین به من ثابت می‌کند که زندگی دمی از حال من غافل نبوده و مرا تنها و بی‌کس در جهان به حال خود رها نکرده. حضرت مولانا تمام سندهای در لحظه حاضر نبودن مرا جلوی چشمانم نمایان می‌کند. مرا متوجه رحمت اندر رحمت و لطف اندر لطفی که زندگی در هر لحظه در حقم روا می‌دارد، می‌کند.

ولی من در تمام این لحظات در واکنش، خشم، ستیزه، مقاومت، قضاوت، ترس، ناامنی، ناامیدی، حسادت و رنجش، سوءظن و بدگمانی به دیگران و زندگی، انتقام‌جویی از آن‌ها و مسابقه دادن و جلو زدن از دیگران برای کسب و به‌دست آوردن همانیدگی‌ها و زیادت‌ر کردن آن‌ها بوده‌ام.

تمام این لحظات در حال تلف کردن و هدر دادن انرژی زنده زندگی با به‌کارگیری سبب‌سازی‌های من ذهنی بوده‌ام. در حال طراحی نقشه یا حیل‌های که چه تدبیر کنم که بیشتر از بقیه دیده شوم و از آن‌ها تأیید و توجه بیشتری بگیرم. چطور داشته‌هایم و دانش غلط من ذهنی‌ام را به نمایش بگذارم که ثابت کنم از همه برتر و بهترم و مثل من در جهان نیست.

مدام در حال کنترل کردن آدم‌ها و عامل‌های اطراف هستم، که کسی یا چیزی از بیرون نیاید و پارک چیده شده از همانیدگی‌هایم را به هم بریزد. هر لحظه در تاریک‌خانه ذهنم با هر خیال شهوتی بُتی بنا می‌کردم تا دور آن بگردم و آن را پرستش و ستایش کنم و دیگران را هم به همین کار وادار کنم، که حاصل این‌همه عمل کردن از طریق عقل من ذهنی چیزی جز جان‌کندن در ذهن نبوده، از طرفی هم تنها ماندن با تنی خسته و رنجور، بیمار، پریشان، آشفته، بی‌قرار و ناامید و از طرفی در دام خطرناک سرزنش و ملامت و پشیمانی و احساس گناه من ذهنی افتادن.

همه را بیازمودم، ز تو خوشترم نیامد
چو فروشدم به دریا، چو تو گوهرم نیامد
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۷۰)

برو ای تن پریشان تو و آن دل پشیمان
که ز هر دو تا نرستم دل دیگرم نیامد
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۷۰)



ممنونم استاد.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم لطف فرمودید، کس دیگری هم هست؟

خانم فرخنده: بله، با اجازه‌تان.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم فرخنده]

[تماس قطع شد]

خطای



۱۶ - آقای صادق از ایلام با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای بیننده]

آقای صادق: من از ایلام زنگ می‌زنم.

آقای شهبازی: بله بله آقای صادق.

آقای صادق: بله آقای شهبازی.

آقای شهبازی: می‌پرسند این آقای صادق کجا رفتند.

آقای صادق: بله!

آقای شهبازی: بله مرتب می‌پرسند کجا هستند؟

آقای صادق: خواهش می‌کنم. در خدمت دوستان هستم. پیشاپیش رسیدن برنامه ۱۰۰۰ را تبریک می‌گویم واقعاً این موفقیت بزرگ را هم به شما هم به تمام کسانی که در این زمینه تلاش می‌کنند و کردند خیلی تشکر می‌کنم و تبریک می‌گویم.

آقای شهبازی: هنوز که نیامده آقای صادق هنوز دوتا مانده.

آقای صادق: بالاخره دیگر در آستانه برنامه ۱۰۰۰ هستیم.

آقای شهبازی: ان شاء الله، بله.

آقای صادق: خیلی جای سپاس‌گزاری دارد. حقیقت امشب من متن خاصی آماده نکردم، همان‌طوری که آقای شهبازی در جریان هستید، دوستان هم در جریان هستند من از برنامه ۳۸۱ که آشنا شدم، از شعر ۵۳۵ از دفتر ششم که روی این کار کردم، خیلی توجه من را به خود جلب کرد. خوشحال هستم که هم برای خودم هم برای همه اعضای گنج حضور مفید و کاربردی بوده این شعر واقعاً یک شعر، البته همه اشعار زیبا هستند، همه داستان‌ها زیبا هستند، منتها این شعر دیگر خیلی من روی این شعر کار کردم. شعر ۵۳۵ از دفتر ششم خیلی چیزها به من گفت.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای صادق: در حد دو سه دقیقه یک چندتا از آن‌ها را می‌گویم.

آقای شهبازی: بله.



آقای صادق: شعر ۵۳۵ از دفتر ششم به من گفت:

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

مُفْتی: فتوا دهنده

یعنی اولین چیزی بود به من پیام داد گفت همه چیز خودتی، باید ضرورت را خودت تشخیص بدهی و هر کاری را هم که انجام می‌دهی اگر ضرورت نداشته باشد، جریمه می‌شوی. این پیام خیلی مهم را به من رساند که آدم‌ها مثلاً چه‌جوری جریمه می‌شوند. زمانی که یک کار غیرضروری انجام می‌دهند مثلاً وقتشان را بی‌ضرورت هدر می‌دهند.

شعر ۵۳۵ از دفتر ششم به من گفت:

اِشکاری شه باش و مجو هیچ شکاری
کاشکار تو را باز آجل بازستاند
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۵۲)

شکار کردن در جهان کار بیهوده‌ای است و ضرورت ندارد، پس دست از شکار کردن بردار تا جریمه نشوی و خودت شکار شاه شو، این ضرورت دارد.

البته همین‌جا بگویم که من اشعار را همین‌طور از حفظ آوردم شاید مثلاً آدرس نیست توی بعضی‌ها هم این طرف و آن طرف باشند دقیق نیست.

شعر ۵۳۵ از دفتر ششم به من گفت:

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

تو در من ذهنی هستی و خاموشی برای ضرورت دارد اگر این کار را نکنی، جریمه می‌شوی، زیرا با این کار باغ خودت می‌خشکد. این از پیام‌هایی بود که همین شعر ۵۳۵ به من داد.

شعر ۵۳۵ از دفتر ششم به من گفت:



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

پس ضرورت دارد که چراغ خودت را برافروزی و گرنه جریمه می‌شوی و به چاه و چاله می‌افتی.

شعر ۵۳۵ از دفتر ششم به من گفت:

جز به اندازه ضرورت، زین مگیر
تا نگردد غالب و، بر تو امیر
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۶۰)

یعنی به اندازه ضرورت از جهان بردار و استفاده کن، در غیر این صورت جهان تو را بنده خود می‌کند و این جریمه سختی است که ما بنده جهان بشویم.

شعر ۵۳۵ از دفتر ششم به من گفت :

با قضا پنجه مزن ای تند و تیز
تا نگیرد هم قضا با تو ستیز
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۱۰)

قضا براساس جَفَّ الْقَلَمِ آمده و برای اصلاح تو آمده پس ضرورتی ندارد تو با آن کشتی بگیری و مقاومت کنی. تو زور قضا نداری پس جریمه‌اش این است که خودت را زخمی می‌کنی و در نهایت خودت را نابود می‌کنی.

شعر ۵۳۵ از دفتر ششم به من گفت:

هرچه آید از جهان غیب‌وش
در دلت ضیف است، او را دار خوش
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۶)

ضیف: مهمان

فکر، چالش، مشکلات و مسائل، شکست، موفقیت همه مهمان هستند، ضرورتی ندارد با مهمان درگیر شوی. بلکه ضرورت دارد که از مهمان پذیرایی کنی و مهمان‌نواز باشی. اگر درگیر شوی، جریمه می‌شوی، جریمه‌اش هم این است که تو سختی چالش را می‌کشی و پیامی هم نمی‌گیری و شفا هم نمی‌یابی.

شعر ۵۳۵ از دفتر ششم به من گفت:



دیده آ، بر دیگران، نوحه‌گری
مدّتی بنشین و، بر خود می‌گری
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۴۷۹)

وقتی خودت اسیر ذهن هستی، وقتی خودت این‌همه در زندان ذهن هستی ضرورتی ندارد که برای دیگران نوحه‌گری کنی و توجه خودت را به آن‌ها بدهی، این کار چون غیرضروری هست جریمه دارد.
شعر ۵۳۵ از دفتر ششم به من گفت:

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

هستی تو و سر داشتن تو و زنده بودن تو در من ذهنی ضرورتی ندارد. باید نسبت به ذهن بمیری تا زندگی تو را زنده کند، اگر این کار را نکنی، جریمه می‌شوی و جریمه‌اش هم نابودی خودت است و زنده نمی‌شوی.
شعر ۵۳۵ از دفتر ششم به من گفت:

تو مگو ما را بدان شه بار نیست
با کریمان کارها دشوار نیست
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۲۱)

شاه یا زندگی کریم و بخشنده است، پس ضرورتی ندارد که از او ناامید شوی. اگر ناامید شوی و بگویی مرا به درگاه خود راه نمی‌دهد، جریمه می‌شوی.
شعر ۵۳۵ از دفتر ششم به من گفت:

هرکه داد او حُسنِ خود را در مَزاد
صد قضای بد سوی او رو نهاد
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۸۳۵)

مَزاد: مزایده و به معرض فروش گذاشتن.

این‌که من حُسنِ خودم را به نمایش بگذارم و خودم نشان دهم ضرورت ندارد و طبق شعر ۵۳۵ جریمه سختی دارد و آن قضای بد است که به سمت من رو می‌آورد.
شعر ۵۳۵ از دفتر ششم به من گفت:



صبح نزدیک است، خامش، کم خروش

من همی کوشم پی تو، تو، مکوش

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۱)

وقتی صبح نزدیک است و خدا دارد برای تو می‌کوشد دیگر ضرورتی ندارد که تو با عقل من ذهنیات بکوشی، اگر این کار را بکنی جریمه می‌شوی.

شعر ۵۳۵ خیلی چیزها را به من گفت. مثلاً گفت ورزش بکن، غذای سالم بخور، غیبت نکن، تهمت زن و امثال این‌ها. و در کل شعر ۵۳۵ خیلی چیزها به من گفت که الآن این‌جا فکر کنم وقت تمام است و به همین چند مورد بالاخره بسنده می‌کنم.

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

[خدا حافظی آقای شهبازی و آقای صادق]



۱۷ - خانم پروین از اصفهان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم پروین]

خانم پروین:

«مذاکره با ذهن»

بیا بیا، که پشیمان شوی از این دوری بیا به دعوت شیرین ما، چه می‌شوری؟ (مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۷۳)

زندگی این لحظه مرا به‌سوی خودش دعوت کرده‌است. تا به حال چشمم فقط تصاویر اتاقِ ذهن را دیده، هر چقدر خواستم حواسم روی خودم باشد باز به ماجرا افتادم. ای من‌ذهنی فهمیدم خواسته‌های تو تمامی ندارد، تو در زمانِ قحطی غذای این‌جهانی، غذای تأیید و دیده شدن مثل فرعون با آه و زاری و مظلوم‌نمایی کار خود را پیش می‌بری. و در زمانِ فراوانی نعمت، احساس بی‌نیازی می‌کنی. با القاء حسِ عدم شایستگی و بی‌لیاقت دیدنِ خود یا با درگیر کردن به غصه دکان که نکند این را از دست بدهم، باعث می‌شوی این دعوت شیرین را رد کنم. فهمیدم من تو نیستم امتداد خداوندم.

حیات موج‌زنان گشته اندرین مجلس خدای ناصر و، هر سو شراب منصوری (مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۷۳)

ناصر: یاری‌کننده، یاور، فاتح
منصور: یاری‌شده، پیروز. شرابِ منصوری: می وحدت و معرفت که حلاج را به گفتن اناالحق واداشت.

به مجلسی دعوت شدم که ذره‌ذره وجود به زندگی ارتعاش می‌کند و با بله گفتن به اتفاق، این‌که جنسیت اصلی خود را به هر قیمتی حفظ کنم، نگهبانِ هشیاری‌ام باشم، به هیچ قیمتی منقبض نشوم، به هیچ قیمتی زیر خشم، ترس و ذهنیتِ کمیابی نروم، مرغ خویش، صید خویش و دام خویش باشم، زرنگی و فن‌های تو را بشناسم و با آن عمل نکنم، «شرابِ منصوری» به کمکم خواهد آمد. شرابی که از همانیدگی‌ها به خوردم می‌دهی با درد همراه است، باعث استفراغ دردهای گذشته می‌شود، نمی‌خواهم این چرخه را ادامه دهم.

گفته او را من زبان و چشم تو من حواس و من رضا و خشم تو (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۹۳۷)



در این مجلس دیگر نیازی به عینک‌های تو ندارم. چون خداوند می‌بیند و می‌شنود. من خشمگین نمی‌شوم، فضا باز می‌کنم تا خداوند خشمگین شود. می‌دانم که بهترین تیر فکر تو دورتر شدن از حق و جان‌کندن است.

صلای صحتِ جان هر کجا که رنجوری‌ست تو مرده زنده شدن بین، چه جای رنجوری؟ (مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۷۳)

ممنونم استاد از وقتی که به من دادید.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، خیلی زیبا!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم پروین]



۱۸ - خانم پریسا از کانادا با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم پریسا]

خانم پریسا: با اجازه‌تان پیامی آماده کردم با عنوان «مرده شو» پیامی در مورد معجزه سه بیت، که با اجازه‌تان می‌خوانم.

آقای شهبازی: بفرمایید، بله‌بله.

خانم پریسا: خیلی ممنونم.

چون ز مُرده زنده بیرون می‌کشد
هر که مُرده گشت، او دارد رَشَد
(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 مُخْرِجُ الْحَيِّ الصَّمَدِ
زنده‌یی زین مُرده بیرون آورد
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۱)

این سه بیت فقط سه بیت نیستند، هزارند، شاه بیت هستند، کلید هستند، معجزه هستند، فاش‌کننده راز و سِر نهان هستند. جهانی هستند و گشاینده قفل گنج حضور. آقای شهبازی شما شاید حدود چهار یا پنج برنامه پیش بود که فرمودید حداقل یک ماه با این سه بیت مراقبه کنید، تا ببینید چه می‌شود! من هم از همین شنبه پیش شروع کردم به تکرار این سه بیت، شاید تا حالا بالای پانصد باری تکرار کردم و ان شاء الله بتوانم همچنان مراقب با این سه بیت را ادامه بدهم. همه درس‌های شما در همین سه بیت آمده است اصلاً من فقط حیران و شگفت‌زده مانده‌ام که چطور چنین چیزی ممکن است.

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



اولاً که این بیت ذوق و شوق و امید خاصی را در من بیدار کرد که بله، اگر مرده بشوم خدا زنده خودش را از من بیرون می‌کشد. من برای زنده شدنم کار عجیب و غریب خاصی لازم نیست بکنم، تنها کافی است مرده بشوم باقی‌اش را زندگی انجام می‌دهد.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم پریسا: بعد از خدا خواستم که به من مرده شدن را یاد بدهد. اولین مورد که با این ابیات در من بیدار شد عدم واکنش بود، مرده که واکنش نشان نمی‌دهد! همان روز اول که صدوپنجاه بار بیت را تکرار کرده بودم در جمعی قرار گرفتم و صحبت و بحث در مورد موضوعی در جمع پیش آمد عده‌ای نظرشان مشابه هم بود و عده‌ای مخالف. اما من چه؟ من مرده بودم، مثل یک مرده تکان نمی‌خوردم، حرف از من بیرون نمی‌آمد، چند جا من‌ذهنی من بالا آمد که بله، تو در این مورد هم‌نظر یا مخالف هستی، الآن می‌توانی نظرت را بگویی ولی من مرده بودم. اگر از مرده حرف می‌شنیدید از من هم می‌شنیدید! واکنش صفر، تقلید از جمع صفر.

مدتی به همین منوال گذشت، اما زندگی در همین ابیات از زبان مولانا به ما وعده داده است که از مرده زنده را بیرون می‌کشد، یعنی کسی که به من‌ذهنی بمیرد زندگی حیات و زندگی را از او بیرون می‌کشد.

چون ز زنده مُرده بیرون می‌کند

نفس زنده سوی مرگی می‌تند

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۰)

مُرده شو تا مُخْرِجُ الْحَيِّ الصَّمَد

زنده‌یی زین مُرده بیرون آورد

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۱)

آن روز هم پشت‌سر این مردگی من در جمع زندگی بالا آمد، زندگی خدایی، شادی و شور درونم قُلْ قُلْ جوشید و آمد بالا، با چند نفر از کسانی که در این جمع بودند شروع کردیم به صحبت کردن درباره یک موضوع بسیار خلاقانه و شاد و کلاً جو در آن جمع عوض شد، تمرکز روی خود، مرغِ خودشدن، چراغ درون خود را روشن نگه داشتن، همه این‌ها حقیقتاً کار می‌کند.

این سه بیت را من همچنان روزی پنجاه‌بار تکرار می‌کنم، چشم‌هایم را می‌بندم و با تکرار این سه بیت مراقبه می‌کنم و از زندگی می‌خواهم که مردن را به من یاد دهد، چون من بلد نیستم چطور بمیرم! ولی یک اعجازی در این ابیات است که خودبه‌خود من را مثل مرده به سمت بی‌واکنشی و سکوت می‌برد.



در مراقبه‌هایم از خدا می‌خواهم که این ابیات چراغی بشوند که در زیر نور آن‌ها ایرادهایم را ببینم و خداوند هم هر بار یک ایراد را به من نشان می‌دهد و راهکارش را هم می‌دهد. زندگی نشان می‌دهد که کجاها مرده نیستم و یادآوری می‌کند که «نفس زنده سوی مرگی می‌تند» یعنی هر جا که من ذهنی و نفسم را زنده نگه‌دارم حتماً یک خرابکاری برای خودم و بقیه پیش می‌آورم.

یکی از اتفاقات جالبی که در حین تکرار این سه بیت برایم افتاد این بود که به یکباره بیتی که مدت‌ها پیش شنیده بودم در ذهنم نقش بست.

مُرده باید بود پیش حکم حق تا نیاید زخم، از رَبُّ الْفَلَقِ (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۱۱)

«حکم حق» حکم قضاست که در این لحظه با یک اتفاق خودش را به ما نشان می‌دهد، اگر وقتی یک اتفاقی افتاد مرده باشیم، آن وقت زخمی هم از طرف خدا به ما نمی‌رسد، پس ما هر زخمی در این جهان می‌خوریم از نمردن ما و داشتن من‌ذهنی فعال است.

آقای شهبازی شما بارها فرمودید که رابطه ما با اتفاق این لحظه نشان می‌دهد که رابطه ما با این لحظه و با خدا چطور است. حالا طبق این بیت اگر هر اتفاقی که افتاد، ما مرده باشیم، تکان نخوریم، از جا کنده نشویم و واکنش نشان ندهیم، آن وقت داریم به خدا می‌گوییم خدایا من خودم را به‌عنوان امتداد تو و به‌عنوان «آلست» تشخیص داده‌ام، خدایا من به تو عشق دارم، من زندگی درون خودم را دوست دارم، من تسلیم حکم قضای تو هستم. آن وقت چون با فضاگشایی، تسلیم شدن و مردن از جنس زندگی می‌شویم دیگر تیر قضا هم به ما نمی‌خورد، خدا که به جنس خودش تیر نمی‌زند! خدا فقط به من‌ذهنی تیر می‌زند.

خلاصه این‌که این سه بیت به همراه بیت آخر که خواندم واقعاً معجزه هستند. با این سه بیت وقتی می‌میری و بی‌واکنش می‌شوی، می‌توانی عدم مقاومت و عدم قضاوت را هم تجربه کنی، شکر و شادی بی‌سبب و صنع هم پشت سرش می‌آید. و من همچنان حیران هستم که چطور مولانا تنها در سه بیت این‌همه راز را نهفته است و کل درس‌های گنج حضور را جاداده است، ما هم دسترسی آسان و سریع داریم به این گنج، تنها با تکرار این سه بیت و مراقبه با این سه بیت قدرتمند گنج درون خودش را به ما نشان می‌دهد. خیلی ممنون از شما.

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

خانم پریسا: خیلی ممنون از شما، سپاس از شما آقای شهبازی.



آقای شهبازی: عالی، عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم پریسا]

آقای شهبازی: ماشاءالله. این کار خیلی خوب است. یک نمونه عالی است از تکرار ابیات، می‌بینید که وقتی این سه بیت را تکرار کردند، یواش‌یواش فضا باز شد، مطلب باز شد، و بیت‌های دیگر یادشان آمد، بیت‌های دیگر خودش را نشان داد. باید این کار را بکنید تا تجربه را عملاً خود شما بکنید، این کار، کارِ ذهن نیست ما معنی ادبی نمی‌کنیم. شما این بیت‌ها را در خودتان زنده می‌کنید، یا به این بیت‌ها زنده می‌شوید. تکرار کنید خواهش می‌کنم، تکرار کنید، نگویید می‌دانم. نگویید می‌دانم، می‌فهمم. من فهمیدم. شما بعد از پانصد دفعه تکرار کردن مثل خانم پریسا متوجه می‌شوید یواش‌یواش می‌فهمید چه می‌گوید. این مولانا از آن بالا نگاه می‌کند، توجه می‌کنید چه می‌گوییم؟! شما می‌بینید یک نردبانی هست دارید می‌روید بالا، پله اول را که می‌روید یک خرده بیشتر می‌بینید، یک دفعه بیست پله بروید بالا می‌بینید چه زمین بزرگتری دیده می‌شود، صد پله بروید می‌بینید بالای کوه، آن‌ور کوه هم می‌بینید. شما تکرار کنید خودتان می‌فهمید که من چه می‌گویم. اگر تکرار نکنید خودتان تجربه نکنید ممکن است بگویید آقا این‌ها ذهنشان کُند است یا نمی‌فهمند، من می‌فهمم!



۱۹ - خانم مریم از کانادا

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم مریم]

خانم مریم: پیامی را می‌خواستم در مورد شوریدن خدمت شما و دوستان عزیز ارائه بدهم.

امروز خودم را دیدم که در مثلث ناموس، پندار کمال و درد گیر افتادم و دارم دست و پا می‌زنم. شوریدن ذهنم را چندین بار مشاهده کردم. وقتی ذهنم به من گفت که همکارت مستبدانه رفتار می‌کند، چند کلامی آرام صحبت کردم اما از فضای باز شده نبود، سکوت کردم و حضور ناظر شدم، درد را که می‌خواست به زور به مرکزم برود مشاهده کردم. من در لحظه نتوانستم فضا را باز کنم و قضاوت ذهنم را صفر کنم. در آن لحظه نتوانستم پذیرش داشته باشم. مدتی بعد از سکوت، فضای درونم آرام‌آرام باز شد و این بیت را زمزمه کردم:

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

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

فتح: گشایش و پیروزی
ظَفَر: پیروزی، کامروایی
پایندان: ضامن، کفیل

من فهمیدم که از همکارم توقع نرمش و آرامش داشتم. فهمیدم که مرغ خودم بودن را رها کرده‌ام و از دیگری توقع دارم که مطابق مرغ من رفتار کند.

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

من همان لحظه رنجشم را انداختم، چون نمی‌خواستم در مرکز رنجشی تازه قرار بگیرد. بعد چند ساعت دوباره همان فرد شروع کرد به انتقاد کردن از من و همکار دیگرم با حالتی مسخره‌کننده که من را به قصه دلک برد. این دفعه تیز بودم و با این‌که یک بار به او گفتم این اشتباه من نبوده، اما دهان را بستم و دست به سیران درشت نزد. این بیت جناب مولانا را تکرار کردم:



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

بوک: باشد که، شاید که

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

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

خود را مخر: خودپسندی نکن، خواهان خود مشو.

بعد ساعتی سوپروایزر (سرپرست: supervisor) به من گفت که دو نفر از تو شکایت کردند و یکی از آن‌ها نام تو را برده و گفته تو روز شنبه با او خیلی بی‌ادبانه رفتار کردی. مدت‌ها بود که روی حُسن خلق در محل کار با خودم کار می‌کردم و با این‌که محیط کار خیلی شلوغی دارم، خیلی سعی می‌کردم که با همه مؤدبانه و با خوش‌رویی رفتار کنم.

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

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

آفاق: جمع اُفق

چند دقیقه بهت‌زده شدم، چون اصلاً یاد نمی‌آمد که با کسی بی‌ادبانه صحبت کنم، هنوز هم چیزی یاد نمی‌آید. اما سوپروایزر (سرپرست: supervisor) گفت که مخصوصاً اسم تو را برده. خودم را دیدم که دارد از خود دروغینم دفاع می‌کند. دیدم دارم لاف شیخی می‌زنم که من به همه احترام می‌گذارم، دیدم از سخن‌گویی ارتفاع گرفته



بودم، بی‌ادبی خودم را دیدم. من واقعاً بی‌ادبانه رفتار کردم بدون این‌که اتفاق لحظه را که هرچه می‌خواهد باشد باید بپذیرم، داشتم از من ذهنی‌ام دفاع می‌کردم.

شاید در ظاهر به آن بیمار چیزی نگفته بودم، اما حتماً ارتعاش منفی به او منتقل کرده بودم. شلوغی محیط فضای من را بسته بوده بدون این‌که من متوجه شوم خروپم دست به کار شده بود و خرابکاری کرده بود. حالا پندار کمال من می‌خواست دیگران را متقاعد کند که نه من عالی هستم. خروپ من وارد عمل شده بود که مچش را گرفتم، می‌خواست ویژگی‌های خراب‌کننده خودش را به رخ دیگران بکشد، پندار کمال و نیک‌نامی را می‌خواست در من به نمایش بگذارد.

ناله کردم و صدها بار این بیت‌ها را تکرار کردم:

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

ای نخود، می‌جوش اندر ابتلا
تا نه هستی و، نه خود ماند تو را
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۷۸)

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

و در انتها:

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

ممنونم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم مریم]

♦ ♦ ♦ پایان بخش دوم ♦ ♦ ♦



۲۰- آقای علی از کانادا با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای علی]

آقای علی: آقای شهبازی شما در برنامه ۹۹۸ فرمودید «تو یکی نه‌ای، هزاری، تو چراغ خود برافروز». و فرمودید که باید تمرکزتان و نورافکن روی خودتان باشد، باید مرغ خودتان باشید. این مهم‌ترین قضیه در این آموزه است که تو حواست روی خودت باشد.

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

در برنامه‌های قبل فرمودید من ذهنی دو فن اصلی دارد، یکی‌اش این است که تمرکز را از روی خودت برمی‌داری. چقدر این موضوع مهم است واقعاً!

می‌گویم تمرکز روی خودم است، بعد می‌گویم چرا پدر و مادرم که این قدر درد دارند، به این برنامه گوش نمی‌دهند. چرا برادرهایم که این قدر درد توی زندگی‌شان است، به این برنامه گوش نمی‌دهند و می‌خواهم به نحوی آن‌ها را به این راه بکشانم.

آخر چطور حواسم به خودم نیست که هنوز چقدر درد دارم؟ چقدر هنوز از همه یک چیزی می‌خواهم؟ چرا تمرکز نمی‌کنم روی خودم که هر دانشی دارم را عملی بریزم توی زندگی‌ام؟

چطور هنوز توی توهم من خوب هستم و بقیه فلان مشکل را دارند گیر کرده‌ام؟ چقدر هنوز نتوانستم شناسایی کنم با چه چیزی همانندگی دارم؟ چرا اتفاق که می‌افتد هنوز می‌شورم؟

بنشینم با خودم بگویم تویی که هنوز انقباض پیدا می‌کنی وقتی پولت کم می‌شود، پس تو هنوز همانندگی داری. تو که خشم می‌آید سراغت هنوز، چطور نفهمیده‌ای مرکزت هنوز جسم است، می‌دانم داری، ناموس داری، پندار کمال داری؟ می‌خواهی چکار کنی؟ تا کی آخر؟

تو که هنوز وقتی پیغام یکی را می‌شنوی، اول شروع می‌کنی به قضاوت آن فرد به جای این که ببینی چه چیزی را در تو نشان می‌دهد، بدان تو خودت توی منجلاب ذهن گیر کردی.

چطور فکر می‌کنی حسود نیستی وقتی توجه دیگران به شخصی را می‌بینی و می‌خواهی خودت را بهتر از آن فرد نشان بدهی؟ یا این که از بس خودت را کوچک می‌دانی تظاهر به بزرگی می‌کنی. «تو یکی نه‌ای، هزاری، تو چراغ خود برافروز».



علی تو تمرکز کن روی خودت، همانندگی‌هایت را شناسایی کن، مرکزت را خالی کن، کار کن روی خودت و چراغ خودت را با فضاگشایی روشن کن، هزار نفر را روشن ببین و آن وقت بنشین ببین دنیا روشن می‌شود. ممنونم که توجه کردید.

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

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای علی]

آقای شهبازی: شما تمرکز روی خودتان بکنید، چراغ خودتان را روشن نگه دارید، این دفعه با همسرتان امتحان کنید. همسرتان که داد زد سرتان یا یک چیز درستی گفت، این دفعه با فضاگشایی واقعی‌ها! پا شوید بغلش کنید بگویید که قربانت بروم مثلاً، چرا مثلاً، چرا هم نه، همین‌طور با نرمش رفتار کنید، یک عشق بدهید، یک دفعه می‌بینید که ذوب می‌شود.

آن موقع قدرت شما یک خروار است، قدرت همسرتان یک مثقال هم نیست. می‌توانم بگویم بی‌نهایت است، اگر شما اصیل باشید، اگر شما اصیل باشید. این‌طوری می‌بینید که آدم‌ها ذوب می‌شوند.

بیننده قبلی اگر، که از کانادا بودند، همکارشان که ایراد گرفته بودند، با فضاگشایی و نرمش و چراغ روی خود و چراغ خودم را روشن کنم، برخورد کرده بودند، آن شخص ذوب می‌شود و کوچکی خودش را می‌بیند.

آدم‌ها وقتی خشمگین می‌شوند، اگر شما چراغتان روشن باشد، آدم خشمگین کوچکی و ضعف خودش را می‌بیند، می‌بیند و از ضعف برمی‌گردد. توجه می‌کنید؟ از ضعف برمی‌گردد به قدرت. برای همین می‌گوید «تو یکی نه‌ای، هزاری، تو چراغ خود برافروز».

من ذهنی چکار می‌کند؟ من ذهنی، همسر ما داد می‌کشد، ما پنج برابر بیشتر داد می‌کشیم که سر جایش بنشانیم پررو نشود. هیچ اتفاق خوبی نمی‌افتد، اتفاق بد می‌افتد. یعنی هیچ‌کدام عوض نمی‌شویم، هیچ کار مثبتی انجام نمی‌شود، به هیچ‌کس کمک نمی‌کنیم، به خودمان هم کمک نمی‌کنیم، خراب می‌کنیم. این همین کار خراب است.



۲۱- خانم آیدا از جوزدان نجف‌آباد

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم آیدا]

خانم آیدا: این لحظه از طریق عینک هر فکری که ببینیم، آن چیز به مرکزمان می‌آید. در برابر هر چیزی که مقاومت کنیم، آن چیز به مرکز ما می‌آید. این لحظه هر چیزی را جدی بگیریم، آن چیز به مرکز ما می‌آید.

حالا نکته این‌جاست که هر چیزی که به مرکزمان بیاید، چهار خاصیت مهم هدایت، عقل، قدرت و حس امنیت را از آن می‌گیریم.

۱- خاصیت هدایت:

دیو، إلحاح غَوایت می‌کند
شیخ، إلحاح هدایت می‌کند
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۸۹)

البحاح: اصرار و پافشاری کردن

در مرکز همانیده، فکرها ما را هدایت می‌کنند. از خودمان بپرسیم که فکر من، من را به کدام سمت هدایت می‌کند؟ آیا فکر درد، ما را به سمت شادی هدایت می‌کند؟ آیا فکر حسادت و تنگ‌نظری و نداشتن رواداشت، ما را به سمت فراوانی زندگی می‌برد؟ آیا فکر رنجش، کینه و دشمن‌سازی، ما را به سمت عشق، صلح و آشتی می‌برد؟ آیا فکر ناامیدی، ما را به سمت امید و گشایش می‌برد؟ آیا فکر تمرکز روی دیگران و تغییر دادن انسان‌ها، ما را به سمت تغییر و شکوفایی خودمان می‌برد؟ معلوم است که نه.

این‌که هر فکر، ما را به یک سمت بکشانند، ما صدپاره می‌شویم. هیچ فکری ما را به سمت خدا و زندگی نمی‌برد و هرچه بیشتر در فکرها دنبال زندگی باشیم، از زندگی دورتر می‌شویم. ما خود زندگی هستیم و از فکرها و هدایت آن‌ها کاملاً بی‌نیاز هستیم.

وقتی ذهن ما خاموش می‌شود و مرکز ما عدم می‌شود، هدایت اصلی و حقیقی در ما ایجاد می‌شود، و این عشق است که از طریق فضای گشوده‌شده، ما را پیایی هدایت می‌کند. ما به‌عنوان زندگی، خود هدایت هستیم و شایسته‌ی ما نیست که دنبال فکرها باشیم و از طریق آن‌ها هدایت شویم.

۲- خاصیت عقل:



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

رَبِّ الْمُنُون: حوادث ناگوار روزگار

وقتی همانیده می‌شویم، عقل حس و عقل هرچه بیشتر را پیدا می‌کنیم. این عقل در تولید مسئله و تولید درد استاد است و درواقع بی‌عقلی است. این چه عقلی است که حتی یک مسئله را نمی‌تواند حل کند؟ این چه عقلی است که کارخانه تولید درد است؟ این چه عقلی است که نه تنها درون ما را، بلکه زندگی بیرون ما را هم تخریب کرده است و راه فراوانی زندگی را به روی ما بسته است؟

عقل ما در من‌ذهنی، یک عقل قرضی است. هر کسی با این عقل پیش برود، یک جایی به بن‌بست می‌خورد و نابود می‌شود. فقط عقل کل و خرد کل است که می‌تواند همه چیز ما را اداره کند و به بهترین شکل ممکن آن را درست کند. ما با عقل ذهنی نمی‌توانیم قدرت عقل کل را درک کنیم و فقط باید سؤال نپرسیم و فضا را باز کنیم تا خرد کل دست به کار شود و آن موقع نتایجش را در همه ابعاد زندگی‌مان می‌بینیم.

۳- خاصیت قدرت:

ز دست و بازوی قدرت به هر دم تیر می‌پرد که من آن دست و بازو را نمی‌دانم نمی‌دانم (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۴۳۹)

قدرت در افسانه من‌ذهنی یعنی مقاومت کردن و زور زدن با تصاویر ذهنی. زور زدن با تصاویر ذهنی چیزها و مقاومت قدرت نیست. قدرت حقیقی، قدرتی است که در ما شادی بی‌سبب ایجاد می‌کند. مقاومت فقط در ما درد ایجاد می‌کند. برای مثال اگر ما از بدنمان قدرت بگیریم، وقتی این بدن پیر می‌شود، ما این قدرت پوچ و آفل را از دست می‌دهیم و به غم می‌افتیم.

در مرکز عدم، ما قدرت عمل پیدا می‌کنیم. قدرت حقیقی یعنی کشیدن ذهن و فکرها در عدم و خاموشی ابدی. قدرت حقیقی فقط از فضای گشوده شده می‌آید و از بین نمی‌رود، بلکه همیشگی است.

۴- خاصیت حس امنیت:

هیچ کنجی بی‌دد و بی‌دام نیست جز به خلوت‌گاه حق، آرام نیست (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۹۱)



دَد: حیوانِ درنده و وحشی

در مرکز همانیده مدام می‌ترسیم و استرس داریم و هیچ امنیتی نداریم. اما در مرکز عدم، حس امنیت بی‌پایان زندگی، دل ما را آرام می‌کند. ما در پناه فضای یکتایی قرار می‌گیریم، هیچ چیزی نمی‌تواند ما را بترساند یا ما را تهدید کند و ما از سحر ترس و غم من‌ذهنی رها می‌شویم و در پناه فضای گشوده‌شده که خلوتگاه حق است قرار می‌گیریم. حس امنیت ما در چیزهای این‌جهانی نیست.

حالا شما فرض کنید که ما این چهار خاصیت مهم را از مرکز هم‌هویت‌شده می‌گیریم. با ادامه دادن این مرکز، افسرده و پژمرده شدن ما حتمی است و حتماً رَیْب‌الْمَنُون برای ما اتفاق می‌افتد و ما پشیمان خواهیم شد.

صورتی را چون به دل ره می‌دهند

از ندامت آخرش دَه می‌دهند

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۴)

دَه دادن: منزجر شدن

ممنونم استاد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آن بیت آخر را دوباره بخوانید. صورتی را

خانم آیدا:

صورتی را چون به دل ره می‌دهند

از ندامت آخرش دَه می‌دهند

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۴)

دَه دادن: منزجر شدن

آقای شهبازی: بله ممنونم. عالی عالی! آیدا خانم عالی! ویدئو کنید بفرستید.

خانم آیدا: چشم استاد.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم آیدا]



۲۲- آقای آیدین از کانادا

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای آیدین]

آقای آیدین: با اجازه شما یک برداشت می‌خواستم بگویم در مورد «ماجرا» و ابیاتی که در این مورد تو برنامه ۹۸۸ توضیح فرمودید.

آقای شهبازی: بله بله، بفرمایید.

آقای آیدین: «ماجرا» چیست؟ «ماجرا» اتفاقات افتاده و نیفتاده و روابط علت و معلولی بین آنهاست. ماجرا داستانی است که من ذهنی از کنار هم قرار دادن وقایع و مرتبط کردن آنها با هم می‌سازد.

من ذهنی در این ماجرا نقشی برای خود در نظر می‌گیرد و با آن هم‌هویت شده و براساس توهم برای خود آبرو می‌سازد، سود و ضرر ذهنی مشخص می‌کند و برای این‌ها جنگ و صلح می‌کند، مثلاً فلان اتفاق افتاد و به من ظلم شد، فلانی این‌گونه و آن‌گونه با من رفتار کرد، پولم را بردند و به هزاران دلیل مختلف الآن زندگی من خراب شده و مریض شدم و افسرده‌ام.

معمولاً محصول و نتیجه اکثر ماجرای ذهنی رنجش و شکایت و حسرت است، همان‌گونه که شیطان گفت «بِما أَغْوَيْتَنِي» و دقیقاً نقطه مقابل پذیرش و فضاگشایی و شکر است.

جام مُباح آمد، هین نوش کُن
بازره از غابر و از ماجرا
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۷)

مُباح: حلال، جام مُباح: شراب حلال
غابر: گذشته

ما باید این لحظه فضا را باز کنیم تا می‌خداوند به ما برسد، باید از رفتن به گذشته و ماجراهای ذهن برحذر باشیم، ما باید برای اتفاق این لحظه خلاق باشیم و فکر نو خلق کنیم.

اجتهاد گرم ناکرده، که تا
دل شود صاف و، ببیند ماجرا
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۶۳۵)
سر برون آرد دلش از بخش راز
اول و آخر ببیند چشم باز
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۶۳۶)



بخش: سوراخ، منفذ

باید «اجتهاد گرم» کنیم. شما مثال کشتی گرفتن را به کار بردید که بسیار قابل تأمل بود. باید چراغ خود را روشن کنیم تا دل مرکز عدم شود و صاف شود و این ماجرای ذهن را ببینیم. سر خرد را از بین روزنه دو فکر بیرون می‌آوریم و متوجه می‌شویم اول و آخر از جنس زندگی بودیم و هستیم و ماجرای در کار نیست.

قیامت است همه راز و ماجراها فاش که مرده زنده کند ناله‌های ناقوری (مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۷۳)

ناقور: سازی بادی که شبیه بوق یا شیپور است.

هر لحظه قیامت است، هر لحظه فضا را باز می‌کنیم و بلند می‌شویم و به خداوند زنده می‌شویم و راز بر ملا می‌شود. فاش می‌شود که این ذهن من چه ماجراهایی با مسئله‌سازی و سبب‌سازی، دشمن‌سازی و درد‌سازی ایجاد کرده‌است.

وقتی خداوند شیپور کل را می‌زند ما هم با آن آهنگ فکر و عمل می‌کنیم، فضاگشایی می‌کنیم و به رقص درمی‌آییم و مرده زنده می‌شود.

تمام شد آقای شهبازی خیلی ممنون.

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

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای آیدین]



۲۳- خانم رویا از پرند

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم رویا]

خانم رویا: خواستم در مورد مطلبی، درباره صدقه حضرت پیغمبر و دلقک یک مطلبی را بیان کنم.

آقای شهبازی: بفرمایید، بله خواهش می‌کنم.

خانم رویا: دفتر شش، بیت ۲۵۹۱:

گفت: اَلصَّدَقَه، مَرَدٌ لِّلْبَلَا
دَاوُ مَرَضَاكَ بِصَدَقَه يَافَتِي
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۵۹۱)

پیامبر (ص) فرموده‌است: «ای جوان، صدقه بلا را دفع می‌کند. بیماران خود را با صدقه درمان کن.»

«دَاوُوا مَرَضَاكُمْ بِالصَّدَقَةِ»

«بیماران خود را با صدقه مداوا کنید.»

(حدیث)

پیامبر (ص) فرموده‌است ای جوان، صدقه بلا را دفع می‌کند، بیماران خود را با صدقه درمان کن. صدقه از صداقت می‌آید که با صداقت در کار و عمل، مشکلات ما حل می‌شود و بیماری ما که همان نگه داشتن همانندگی است را درمان می‌کند.

در گذشته به ما یاد داده بودند که هر روز صدقه دهید که رفع بلا می‌کند. حالا این پول‌ها را به فقرا می‌دادند یا خمس و زکات و غیره نمی‌دانم ولی هرچه بود که رفع بلا نکرد و بالعکس بیشتر و بیشتر بلا بر سر خود آوردند. برداشت من از این داستان پرنغز معنوی مولانای جان که درباره دلقک بود، این بود که صدقه یعنی این که صداقت داشته باشم، راستین و صدیق باشم، درویش باشم مثل مولانا، یار و یاور عارفان و سالکان باشم و در نهایت با خدا یکی باشم.

خداوند می‌گوید صادق باش، راستین باش، بعد من دلقک‌بازی می‌کردم. خدا می‌گوید فضا باز کن که این لحظه با من حرف بزنی من تو را کمک کنم، بعد من دلقک‌بازی می‌کردم. خداوند می‌گوید مگر من به تو شرح صدر، باز کردن سینه و انبساط ندادم که با حرف زدن و زاری و همانندگی‌ها با من ارتباط نگیری؟! بعد من دلقک‌بازی می‌کردم.



خداوند می‌گوید مگر در قرآن نگفتم که من تو را گرامی نداشتم؟! به تو عزت و جلال و جبروت ندادم؟! بعد من دلک‌بازی می‌کردم. خداوند می‌گوید مگر تو گوهر گرانبها نیستی که نور مستقل هستی و کائنات از نور تو باید نور بگیرند؟! بعد من دلک‌بازی می‌کردم. خداوند می‌گوید من بین تمام موجودات که خلق کردم، فقط به تویی انسان این همه ابزارآلات دادم که به من زنده شوی، بعد من دلک‌بازی می‌کردم.

آن ابزارآلات را هدر دادم، روح و جسم و جان و مال خود را فرسوده کردم، خراب کردم و هنوز هم دست بردار نیستم!

ولی این را می‌دانم که باید صبوری کنم. من دلک عجله نکنم، با شتاب به‌سوی حق نروم بلکه راهکارهای دیگری برای رسیدن به خدا اتخاذ کنم. پس دلک‌بازی ره به جایی ندارد و در نهایت درد و کتک و بیماری لاعلاج و در آخر مرگ و دوزخ است.

و در ادامه بگویم که آیا من با خودم صادق بودم یا هستم؟ خداوند می‌گوید تا کی می‌خواهی با دلک‌بازی سر خود شیره بمالی و بگویی چون خدا مهربان است پس این کارهای من را می‌بخشد. من راحت‌ترین کارها را انتخاب کرده بودم که بگویم با نماز خواندن، روزه گرفتن، قرآن خواندن و کارهای خیر، خدا من را می‌بخشد اگر گناهی هم بکنم، او مهربان است!

می‌خواهم این موضوع را بگویم که اتفاقاً خداوند از حق خود نمی‌گذرد که من بی‌ادبی بکنم، خیانت به پیمان روز آلت بکنم، بی‌وفا باشم و تمام ابزارآلات او را از بین ببرم، بعد بگویم او مهربان است، من را می‌بخشد!

بله او بخشنده هست که تا حالا زنده‌ام و فرصت جبران به من داده، اگر بخشنده نبود که همان روز اول من را نابود می‌کرد، پس صبر خداوند برای بخشش ما است که فرصت دوباره، هر لحظه به ما می‌دهد و من غیر از شکر کار دیگری از دستم بر نمی‌آید. حالا به خودم صدقه می‌دهم. خود را لایق صدقه می‌دانم. تصمیم دارم صدیق باشم.

باد، تندست و چراغم اُبتری

زو بگیرانم چراغ دیگری

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۱۰۸)

آبَتَر: ناقص و به درد نخور

و این بیت طلایی که همیشه ورد زبانم هست:



دَم او جان دَهَدَت رَو ز نَفَخْتُ بپذیر
کار او کُن فیکون است نه موقوف علل
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۴۴)

نَفَخْتُ: دمیدم.

آقای شهبازی، ممنونم از زحمات بی‌دریغ شما و بقیه دست‌اندرکارانتان. دست مهربانتان را می‌بوسم.

آقای شهبازی: عالی، عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم رویا]



۲۴- خانم‌ها زرین و تیارا و یکتا از زرین شهر

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم زرین]

خانم زرین: با اجازه‌تان.

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 گبر؟

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۰)

عاشقِ صُنْعِ خدا بافر 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.
گبر: کافر
صُنْع: آفرینش
مصنوع: آفریده، مخلوق

استاد نازنین در هر برنامه به‌طور دائم تکرار می‌کنند که ما از جنس آلت هستیم، در امتداد و از جنس خدا هستیم، از جنس من‌ذهنی نیستیم، این‌ها را با من‌ذهنی خود به‌طور سطحی فهمیده بودم ولی به درک آن نرسیده بودم.

بعد از تکرار ابیات مخصوصاً ابیاتی که استاد عزیز در هر برنامه تکرار می‌کنند به یک‌دفعه متوجه شدم به‌جز خدا هیچ‌کس و هیچ‌چیز در این جهان وجود ندارد حتی خود من هم نیستم اوست، هرچه هست اوست و او تنها و یکتاست در عالم.

حال با به یاد آوردن که فقط اوست، ابزارهای من‌ذهنی از بین می‌رود، مقاومت و قضاوت صفر می‌شود، عینک من‌ذهنی برداشته می‌شود و به زندگی اجازه داده می‌شود تا او ببیند، بشنود و او سخن بگوید.

عقل و خرد من‌ذهنی به‌کار گرفته نمی‌شود و با عقل و خرد کل و زندگی عمل می‌شود. تمرکز از روی دیگران برداشته می‌شود و حواس روی خود می‌آید تا مبدا لغزشی به‌وجود بیاید و از جنس اصلی دور شد. انبساط



جایگزین انقباض می‌شود. «فحش اجتهاد» و «سیران درشت» می‌رود و «اجتهاد گرم» برای باقی ماندن در جنس خود می‌آید.

برای روشن نگه داشتن چراغ خود از «حبر و سنی» کردن دیگران دست برداشته می‌شود. دائم علف‌های کم عمق و هرز از روی «کشت اولیه» برگرفته می‌شود. عجله و تعجیل جای خود را به صبر و شکر می‌دهد. بلند شدن بر حسب دردها و سبب‌سازی‌های من‌ذهنی از بین می‌رود.

خشم، واکنش، تنفر، حسادت، رنجش، کینه و غیره از ضروری بودن می‌افتند. من‌ذهنی خاصیت خروب بودن را از دست می‌دهد. دیگر «بانگ گاو زرین» معنایی ندارد. از غصه‌ها و ضرر من‌ذهنی خبری نیست. پندار کمال و ناموس من‌ذهنی به پایین‌ترین سطح می‌آیند. ماجراها، علت‌ها و معلول‌های من‌ذهنی در مرکز عدم محو می‌شوند. «چشم پایان بین» پیدا می‌شود. از قربانی شدن در توهّمات من‌ذهنی جلوگیری می‌شود. از مسئله، مانع و دشمن سازی پرهیز می‌شود. دفاع از فکرها و باورها از بین می‌رود.

شکر و رضا به‌جای گله و شکایت آورده می‌شود، دیگر شهوت زندگی گرفتن از همانندگی و اجسام وجود ندارد. تمایل و میل به خواسته‌های من‌ذهنی نیست. گوش، چشم و زبان من‌ذهنی بی‌اهمیت می‌شوند. زندگی که باشد همیشه دل قرص است. با او در امنیت و حفاظت کامل هستی، آرامش و شادی داری، با اوست که لایق هدیه که شاید بهترین هدیه همان خاموشی باشد می‌شوی.

ممنونم استاد تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین. عالی‌عالی!

خانم زرین: ممنونم استاد.

آقای شهبازی: خب کسانی دیگر هستند؟

خانم زرین: بله استاد با اجازه‌تان خدا نگهدار.

آقای شهبازی: بله‌بله، خواهش می‌کنم.

[خدا حافظی آقای شهبازی و خانم زرین]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم تیارا]

خانم تیارا: با اجازه‌تان، تیارا هستم دوازده ساله.



هر که را باشد ز سینه فتح باب او ز هر شهری ببیند آفتاب (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۹۹)

فتح باب: گشودن در

هر کس سینه‌اش باز شده باشد، بی‌نهایت شده باشد در هر شهری، در هر انسانی، در هر وضعیتی که باشد آفتاب زندگی را در او می‌بیند. پس اگر ما انسان‌ها را از جنس زندگی نبینیم و یا در انسان‌ها زندگی را نبینیم از جنس وسوسه هستیم، یعنی هنوز سینه‌مان باز نشده است.

حق پدید است از میان دیگران همچو ماه، اندر میان اختران (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۴۰۰)

می‌گویند تنها در ما خدا نیست، بلکه در دیگران هم خدا پدید است، دیده می‌شود. از میان دیگر چیزها، یعنی همان‌طور که یک ماه از بین ستارگان دیده می‌شود و اگر به ماه شب چهارده نگاه کنیم ماه کاملاً مشخص است و اگر به یک آدم هم نگاه کنیم خواهیم دید ذرات مادی است ولی جنس خدا در آن روشن است مثل ماه. در خودت هم همین‌طور وقتی که به خدا زنده شوی خودت را این‌طوری خواهی دید.

استاد تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! ممنونم تیارا خانم. لطف کنید پس خواهرتان هم صحبت کنند.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم تیارا]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم یکتا]

خانم یکتا: یکتا هستم ۹ ساله.

آقای شهبازی: بله.

خانم یکتا: با اجازه شما.

دل را تمام برگن ای جان ز نیک‌نامی
تا یک به یک بدانی، آسرار را تمامی



ای عاشقِ الهی، ناموسِ خلقِ خواهی؟
 ناموس و پادشاهی، در عشق هست خامی
 عاشق چو قند باید، بی‌چون و چند باید
 جانی بلند باید، کانِ حضرتیست سامی
 هستی تو از سر و بُن، در چشمِ خویش ناخن
 زَنارِ روم گم کن، در عشقِ زُلفِ شامی
 در عشقِ عِلْمِ جهل است، ناموسِ عِلْمِ سهل است
 نادانِ عِلْمِ اهل است، دانای عِلْمِ عامی
 از کوی بی‌نشانش، زان سوی جهل و دانش
 وَزِ جانِ جانِ جانش، عشقِ آمدتِ سلامی
 بر بامِ عشقِ بی‌تن، دیدم چو ماهِ روشن
 بر درِ بمانده‌ام من، زان شیوه‌های بامی
 گر مَسْتُ و گر می‌ام من، نی از دَف و نی‌ام من
 از شیوه وِی‌ام من، مَسْتُ شرابِ جامی
 آن چهره چو آتش، در زیرِ زُلفِ دلکش
 گردنِ بَبَسْتِه جانِ خوش، در حلقه‌های دامی
 گوید غَمَتِ زِ تیزی، وقتی که خونِ تو ریزی
 کی دل تو خود چه چیزی؟ وِی جان تو خود کدامی؟
 ای جانِ شبی که زادی، آن شبِ سَرِی نهدی
 دادی تو آن‌چه دادی، وَزِ جانِ مُطیع و رامی
 ای روحِ بَرِپَریدی، بر ساحلی چَریدی
 دل دادی و خَریدی، آن را که تُش غلامی



گر رند و گر قلاشی، ما را تو خواجه‌تاشی
ای شمس هر طواشی، تبریز را نظامی
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۵۶)

سامی: بلندمرتبه

استاد تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین. عالی‌عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم یکتا]



۲۵- خانم الهام از شیراز

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم الهام]

خانم الهام: خدا را شکر می‌کنم که گرفت ممنونم. خواستم راستش از شما خیلی تشکر کنم. راستش وقتی که با برنامه آشنا شدم، اگر خاطرتان باشد پر از درد و غم و کینه و رنج و حسادت و دروغ و پندار کمال، پز دادن، کنترل، همه این خصلت‌های من‌ذهنی در من خیلی زیاد بود، اما شما با آغوش باز من را پذیرفتید.

با همه دردها، همانیدگی‌هایم و تنها کسی بودید که برای اولین بار من را به‌عنوان جنس اصلی، خداییتم شناسایی کرد و آن موقع بود که در من یک ارتعاشی را به‌وجود آوردید که واقعاً زندگی من از همان روز تا به الآن انقلاب بزرگی در آن اتفاق افتاده‌است.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم الهام: که همه این‌ها را مدیون شما هستم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم الهام: شما نمی‌دانید که چه خدمت بزرگی (گریه خانم الهام) ببخشید.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم الهام: من از شما خیلی چیزها یاد گرفتم آقای شهبازی. خیلی مدیونتان هستم. از برنامه ۷۲۲ که با برنامه‌تان آشنا شدم، تا الآن طرز زندگی من خیلی عوض شده‌است.

آقای شهبازی: آفرین! خیلی هم البته کار کردید. شما از خودتان هم خیلی ممنون باشید که واقعاً خیلی کار کردید الهام خانم. شما همان الهام هستید که ترکیه بودید دیگر، درست است؟

خانم الهام: بله آقای شهبازی.

آقای شهبازی: بله، بله، بله! خیلی کار کردید، نتیجه کارتان را، کوششتان را می‌بینید. همان «اجتهاد گرم» که می‌گوییم، یک نمونه‌اش شما هستید، هی کار کردید، کار کردید، کار کردید، زحمت کشیدید، بالاخره عوض شدید، موفق شدید، آفرین!

خانم الهام: سپاس از شما آقای شهبازی من واقعاً هیچ ادعایی ندارم. واقعاً عشق شما و عشق دوستانی که دارند روی خودشان کار می‌کنند، این انرژی به من کمک کرده و این انرژی من را در برابر چالش‌ها، در برابر اتفاق‌هایی که می‌افتد، خیلی به من کمک می‌کند.



آقای شهبازی: آفرین!

خانم الهام: شاید دوستان باورشان نشود، ولی هر کدام از دوستانی که روی خودشان کار می‌کنند، (صدا واضح نیست) اصلاً انگار که کار کردن آن‌ها باعث پیشرفت من هم می‌شود، با وجود این‌که شاید ما هیچ‌وقت همدیگر را ندیدیم، ولی ارتعاش، یک ارتعاش جمعی هست و من از همه آن‌ها واقعاً سپاس‌گزارم، که روی خودشان کار می‌کنند.

آقای شهبازی: بله.

خانم الهام: الهی شکر، من از شما خیلی چیزها یاد گرفتم آقای شهبازی. من از شما یاد گرفتم که باید یک فرهنگ جدیدی برای خودم بسازم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم الهام:

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

آقای شهبازی: آفرین!

خانم الهام: شما به ما یاد دادید که فرهنگ جدید، زندگی جدید، خرافات را همه این‌ها را کنار بگذاریم. شما با ابیات مولانا به ما یاد دادید، که این‌همه توی درد و کنترل و قضاوت و مقاومت نباشیم.

آقای شهبازی: بله.

خانم الهام: من از شما یاد گرفتم مقصر همه بدبختی‌هایم خودم بودم. زیر بار مسئولیت اشتباهاتم رفتم. من از شما یاد گرفتم پندار کمال چیست، حرص چیست، شهوت کاذب چیست، توقع نداشتن چیست، روا داشتن چیست، بخیل نبودن چیست، من از شما یاد گرفتم صبر و شکر چیست، قانون جبران چیست.

آقای شهبازی: بله.

خانم الهام: من از شما یاد گرفتم فضاگشایی بدون دخالت ذهن چیست، من از شما خیلی چیزها یاد گرفتم، هنوز هم دارم یاد می‌گیرم.

آقای شهبازی: آفرین!



خانم الهام: از شما یاد گرفتم توجه و تمرکز فقط روی خودم باشد. درست است خیلی وقت‌ها چالش‌های خیلی بزرگی می‌آید، زندگی امتحان می‌کند، ولی آقای شهبازی می‌گویم، خدا را شکر، الهی شکر، الهی شکر که این اتفاق افتاده، الهی شکر که من الآن دارم می‌بینم اشتباهاتم را، آن پندار کمال خیلی کم شده الهی شکر.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم الهام: من از شما خیلی چیزها یاد گرفتم. بارها زمین می‌خورم ولی هر برنامه دوباره به ما یادآوری می‌کنید که بلند شو!

در بُنِ چاهی همی بودم زَبون
در همه عالم نمی‌گنجم کنون
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۱۳)

آقای شهبازی: آفرین!

خانم الهام: شما به من یاد دادید شادی حقیقی چیست. به من یاد دادید وقتی کاری می‌خواهم انجام بدهم «استثنا» بگویم، «ان شاءالله» بگویم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم الهام: اخیراً ان شاءالله خیلی به من کمک کرده، باعث می‌شود ذهنم تعطیل بشود وقتی که ان شاءالله می‌گویم، من ذهنی دخالتش کمتر می‌شود.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم الهام: شما به ما یاد دادید از دیگران زندگی نخواهم، دیگران را کنترل نکنم، اجتهاد گرم را یاد دادید به من.

خانم الهام: شما به من یاد دادید وقتی زندگی در این لحظه برای من اتفاقی می‌آورد با یک پیغامی، «غُلْ و طاق و طُرُنْب» راه نیندازم، آخرش هم بگویم نمی‌توانم. شما به من یاد دادید از غیبت و دروغ و اخبارهای بد این‌ها دوری کنم، هر فیلمی نبینم، هر کتابی را نخوانم.

غُلْ و طاق و طُرُنْب و گیر و دار
که نمی‌بینم، مرا معذور دار
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۵۰۹)



طاق و طُرنَب: سروصدا

آقای شهبازی: آفرین!

خانم الهام: توی هر جمعی نروم. شما به من یاد دادید قرین بد را، که اول من ذهنی خودم هست، بعد اطرافیان. شما به من یاد دادید که خدا برای من کافی است، شما به من یاد دادید که:

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

خانم الهام: شما به من یاد دادید اتفاقات بازی است، ظاهر است، اصل و حقیقت من درون من است. شما به من یاد دادید که من یوسفیتی هستم که در اتاق ذهن گیر افتاده‌ام.

شما به من یاد دادید که دشمنی درونم دارم که تا زنده‌ام باید از آن بگریزم. من از شما یاد گرفتم که در این دهلیز، در این راهروی قاضی قضا، برای بله گفتن به این دنیا آمدم، نه ناز کردن.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم الهام: شما به من یاد دادید که وارد «قلعه هُشربا» نشوم، چون من را سحر می‌کند، به خواب فکرها و تصاویر فرومی‌برد.

غیر آن یک قلعه، نامش هُشربا
تنگ آرد بر کُله‌داران قبا
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۶۳۴)

کُله‌دار: مخفّف کُلاه‌دار، به معنی پادشاه، شاهزاده، بزرگ
قبا را بر کسی تنگ آوردن: کنایه از عرصه را بر کسی تنگ کردن

شما به من یاد دادید این راه بی‌نهایت، بی‌انتهاست و به یک رحمت بسنده نکنم.

شما به من یاد دادید که مثل شیطان نباشم که زیر بار مسئولیت اشتباهاتم نروم، مثل آدم باشم.

شما به من یاد دادید که تلاش‌های ذهنی‌ام را کنار بگذارم «فحش اجتهاد» نکنم. من از شما تعهد و تکرار را یاد گرفتم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: آفرین!



خانم الهام: شما به من یاد دادید قبض‌ها و بی‌مرادی‌ها بخشی از این راه تبدیل هست، با آن‌ها ستیزه نکنم، با من ذهنی‌ام ستیزه نکنم.

شما به من یاد دادید برای هر آنچه که الان هستم، هر آنچه که الان هستم، شکر کنم و راضی باشم. شما به من یاد دادید ورزش کنم، غذاهای سالم بخورم، به بُعد جسمی‌ام احترام بگذارم.

شما به من یاد دادید که در درون من یک خروبی هست، که باید همیشه ناظرش باشم که به کمک زندگی، ان‌شاءالله از ریشه کنده بشود. شما به من یاد دادید خودم را با دیگران مقایسه نکنم. واقعاً من خوشبخت نیستم؟ الهی شکر که هستم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم الهام: هیچ‌جا، هیچ‌کس این‌همه دانش کاربردی را به انسان یاد نمی‌دهد. آموزش‌هایی که شما می‌دهید هیچ‌کدامش اجباری نیست، هیچ‌کدامش زور نیست. شما این آموزش‌ها را درونی به ما یاد می‌دهید.

آقای شهبازی: لطف دارید.

خانم الهام: من قدردان همه تلاش‌های عاشقانه شما هستم، قدردان مهربانی شما، تعهد شما، دست شما را می‌بوسم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم الهام: شما من را نجات دادید، این‌ها فقط بخش کوچکی از آن آموخته‌هایی هست که تو این چند سال من از شما یاد گرفتم، ان‌شاءالله، ان‌شاءالله قدردان باشم و همه این آموزش‌ها را به عمل برسانم. ان‌شاءالله.

آقای شهبازی: ان‌شاءالله، آفرین!

خانم الهام: ممنونم از شما. در پناه خدا باشید. سپاس از همه زحماتتان. دوستان دارم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، ممنونم. لطف دارید، موفق باشید شما هم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم الهام]



۲۶- خانم سعیده از کانادا با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم سعیده]

خانم سعیده:

از همه اوهام و تصویرات دور

نور نور نور نور نور

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۱۴۶)

خداوند در هیچ صفتی نمی‌گنجد. ما اگر به دنبال آن هستیم که آدم خوبی شویم، این خطاست.

آقای شهبازی می‌فرماید خوب و بد کردن از ذهن می‌آید. به نظر جمله ساده‌ای است، اما اگر خوب دقت کنیم، می‌فرماید خوب و بد کردن.

شاید ما این قدر که روی بدها تمرکز داریم، روی خوب‌های ذهنمان حساس نیستیم. می‌گوییم چیزی که خوب است، خوب است دیگر دست به آن نزنیم. چه بسا باورهای خوبی که برای خودمان انباشته کرده‌ایم و براساس آن‌ها عمل می‌کنیم و فکر می‌کنیم کار درستی می‌کنیم، اما کاملاً برعکس از دید زندگی داریم کارافزایی می‌کنیم. مثلاً شاید ما هیچ وقت باور نصیحت کردن را به بهانه این که کار درستی در ذهن ما ثبت شده، واری و بازبینی نکنیم که آیا نصیحت کردن واقعاً صحیح است؟ بزرگان و عارفان ما چه می‌گویند؟

خداوند بی‌نیاز در هیچ حد و اندازه و صفتی نمی‌گنجد. ما نمی‌توانیم برای خودمان صفت در نظر بگیریم، مثلاً بگوئیم من آدم خوبی شدم، چون این خوب هم صفت است، صفات هم حالت تبدیلی دارند، یعنی ما برای آن‌ها حد و اندازه و ملاک در نظر داریم. می‌گوئیم یک نفر خوب است، یک نفر خیلی خوب است، یک نفر از همه بهتر است. در صورتی بی‌نهایت خداوند در هیچ صفتی جا نمی‌شود.

ما با صفت گذاشتن روی خودمان، خودمان را محدود می‌کنیم به صفات، در نتیجه از صنع و خلقت وا می‌مانیم، چرا؟ چون این صفات ما را محدود می‌کنند. چه بسا جایی صنع زندگی راه حلی را به ما نشان می‌دهد اما این صفات آدم خوب بودن، ما را از انجام کاری که زندگی به ما نشان داده منع می‌کند، پس ما باید بسیار مراقب باشیم که ذهن هر لحظه چه قالبی برای ما در نظر می‌گیرد و می‌خواهد ما را در آن جا بدهد.

پیغام تمام شد آقای شهبازی، اما می‌خواستم اگر اجازه بدهید یک کوچولو آواز هم بخوانم.

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



خانم سعیده: خیلی ممنونم.

[با آواز می‌خوانند]

نه کسی آید به بَرَم، نه زِ کس باشد خبرم
به خدا هر جا گذرم، تو جلوه گری

سوی تو آورده دلم، به بلا خو کرده دلم
به غمت پرورده دلم، ای رَشک پری

به خدا دلخواه منی، به شبِ من ماه منی
ز چه رو جانکاه منی، صبرم ببری

تو مرو از محفلِ من، دلِ من شد قاتلِ من
تو مجو از این دلِ من دیوانه تری

عاشق چه بسی باشد، چون من چه کسی باشد
دل داده و دل بسته، آزاده و پَر بسته

(ترانه از دلکش)

تمام شد. خیلی ممنونم که ...

آقای شهبازی: خیلی زیبا سعیده خانم! آفرین، آفرین! عالی! خب آدم

خانم سعیده: خیلی ممنونم که فضاگشایی می‌کنید مقابل صدای من، هم شما هم بینندگان.

آقای شهبازی: [می‌خندند] عالی است، عالی! خب این نشان خوبی حال یک جوان است. شما یک جوان تازه مثلاً

الآن برنا، بچه‌تان، چند سالش شده؟

خانم سعیده: دو سال و دو ماه.

آقای شهبازی: دو سال، خب مبارک باشد. خب یک زن و شوهر جوان این قدر خوشحال هستند، خانواده این قدر

خوشبخت است که خانم آواز می‌خواند [خنده آقای شهبازی] خب دیگر خوشا به حالشان!

این برکت مولانا است، این آموزش مولانا است. شما سبک زندگی جدیدی را انتخاب کردید. توجه می‌کنید؟ شما از

آن باورهای من‌ذهنی که بیشتر آن خرافات بود، جستید بیرون، برای همین حالتان خوب است. شما می‌توانستید



پُر از ایراد باشید، پُر از ایرادگیری باشید، پُر از قضاوت باشید. شما می‌توانستید خانواده‌ای درست کنید که در آن‌جا کشمش قدرت باشد، هی مرتب به همسران ایراد بگیرید، تحقیر کنید، بگویید بلد نیستید زندگی را. خب الآن ببینید چه جوری هستید؟ فضا گشوده شده، آزاد شدید، احساس خوشبختی می‌کنید.

آقای شهبازی: من که نمی‌گویم شما بخوانید، شما خودتان می‌خوانید. [خنده آقای شهبازی] این نشان ارتعاش زندگی است. عالی است، عالی است! حالا، شما که این‌طور خوشبخت هستید و خوشحال هستید، خب تمام جوان‌های به سن و سال شما هم می‌توانند باشند. شما چند سالتان است؟

خانم سعیده: من سی.

آقای شهبازی: بله؟

خانم سعیده: سی‌سالم است آقای شهبازی.

آقای شهبازی: سی سال، خب فکر نمی‌کنید که جوان‌های به سن و سال شما می‌توانند بسیار شاد باشند، خوشبخت باشند، گرفته نباشند، غم نداشته باشند؟ می‌توانند باشند، درست است؟ مثل شما.

خانم سعیده: صد درصد. آقای شهبازی، اصلاً نمی‌توانند فقط خوب باشند، عالی باشند. این همه اصلاً عشق توی زندگی هست، توی وجود همه‌مان هست، یک ذره رویش را گرد و خاک گرفته این‌ها را پاک کنیم، زندگی اصلاً ثانیه‌به‌ثانیه‌اش رمزآمیز و پر از اتفاقات قشنگ است، پر از برکت است. اصلاً همین نفس کشیدن است. خیلی آقای شهبازی همه‌اش از برکت وجود شماست و بیش از چندین سال همتی که شما گذاشتید، تا این پیغام به گوش ماها رسید الآن.

آقای شهبازی: آفرین! بله خب، باید برنامه را پخش کرد. این مطلبی که شما الآن متوجه شدید، هر کسی با اولین برخورد متوجه نمی‌شود، کما این‌که اول رد می‌کنند و می‌گویند نه، و این چیست؟ پس از مدت‌ها متوجه می‌شوند نه، این چیز خوبی است، آموزش مولاناست، پس باید ادامه بدهیم، برای همین است که ما الآن روی ایران پنج‌تا کانال تلویزیونی داریم و این پنج‌تا کانال نیست، پنج‌تا کلاس مولاناست، کلاس درس است، باید این ادامه پیدا کند تا همه متوجه بشوند که درس مولانا چیست؟ و درس فرهنگ ما چیست؟

ممنونم، دیگر ان‌شاءالله همیشه خوش باشید و دیگر با شما خداحافظی کنم.

خانم سعیده: من از شما ممنونم. خیلی ممنونم آقای شهبازی، تشکر.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم سعیده]



۲۷- آقای ذره از همدان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای ذره]

آقای ذره:

به نام خالقِ عشق

یک صدا می‌خواندم

یک صدا آن سوی من

در فراسویی نمی‌دانم کجا!

چون نسیم افتاده در گیسوی من

معلم خوب و عزیزم ذره هستم از همدان.

آقای شهبازی: بله آقای ذره، خواهش می‌کنم، بفرمایید!

آقای ذره: ممنون از همه زحماتتان، واقعاً زبان قاصر است از تشکر کردن. و ممنونم از همه دست‌اندرکاران این برنامه، باز هم از گروه آقای زارع‌پور، همه دوستان عزیز که واقعاً شبانه روز وقت می‌گذارند برای این برنامه، کمال قدردانی و تشکر را دارم و سرِ ادب در برابر شما و همه این عزیزان خم می‌کنم. و خدمت بینندگان فهیم و فرهیخته هم عرض ادب احترام دارم.

جناب آقای شهبازی عزیز!

آقای شهبازی: بله!

آقای ذره: این ابیات ناب و کلیدی، ابیات هندسی معنوی مولانا که واقعاً اعجاز می‌کند و همه بر این یقین داریم دیگر، مثل همین کلیدهایی هست که می‌گوییم «ابیات ناب و کلیدی» برای همه این قفل‌هایی که ما خودمان درست می‌کنیم کاربرد صد درصد دارد!

آن اوایلی که حدود ده سال است الآن تقریباً سعادت آشنایی با برنامه شما را دارم، و خدا را شاکرم همیشه، شما می‌فرمودید که این ابیات‌ها را بخوانید، صد بار، دویست بار، سیصد بار، حقیقت همان اوائل خودم می‌گفتم که جناب آقای شهبازی عزیز، دیگر آن قدر کودن و کند ذهن نیستیم که بیاییم سیصد بار بخوانیم، پیش خودم با همان من‌ذهنی، خب یک بار، دو بار، سه بار، پنج بار می‌خوانیم حفظ می‌شویم دیگر، ولی الآن به جرأت اقرار



می‌کنم که این کلام شما عین حقیقت است. دویست بار، سیصد بار که چه عرض کنم، باید هزار بار خواند، همین بزرگوار، خانمی که می‌فرماید که پانصد بار دارم مراقبه می‌کنم با این سه بیت شاه‌کلید که واقعاً شاهکار مولاناست.

آقای شهبازی: بله، بله! خانم پریسا.

آقای ذره: به‌یقین این مراقبه‌ها جواب داده و خواهد داد! چون اخیراً با دوره «مدیتیشن و یوگا» را گذرانده‌ام، این ابیات برای من بسیار بسیار یاری‌دهنده است، مراقبه خیلی خوب می‌توانم داشته باشم. طی روز مرتب دارم زمزمه می‌کنم و از آن‌ها استفاده می‌کنم و این کلیدها هست که می‌تواند این قفل‌ها را برای ما باز کند. اگر اجازه بفرمایید یکی از ابیات همین ناب و کلیدی، همین ابیات هندسی معنوی مولانا را خدمتان تقدیم می‌کنم.

آقای شهبازی: بله، بله!

آقای ذره: می‌فرماید:

یک دسته کلید است به زیر بغل عشق از بهر گشاییدن ابواب رسیده (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۳۳۶)

ابواب: درها

خود عشق خود زندگی است، خود خداوند است، و آن حقیقت درون ماست که این دسته‌کلید برای همه ما همیشه بوده و هست و مهیاست. مثالی که توی فایل‌هایی که اغلب حقیر پُر می‌کنم و در کانال می‌گذارم، این مثال را می‌زنم که می‌گویم اگر کسی یک گاوصندوقی دارد که کلیدش را ندارد، و می‌داند در این گاوصندوق چه گنجی هست، مراجعه می‌کند به یک راهنما، یک استاد، یک همین «رشد» که در همان بیت می‌آورد، یک معلم، یک مولانایی که این دسته کلید دست این هست، ما نمی‌توانیم باز کنیم.

آن دسته کلیدها را همین‌جور که به فرض مثال در فیلم‌ها ممکن است ببینیم یک حلقه بزرگی که انواع و اقسام کلیدها روی این حلقه هست و برای باز کردن گاوصندوق ضرورتی ندارد که از تک‌تک این‌ها بیاید استفاده کند و زمان بر باشد، نگاه قفل می‌کند، نگاه کلیدها می‌کند، یک تعداد را گلچین می‌کند، سوا می‌کند، و از این تعداد اگر حالا چهارتا، پنج تا، ده‌تا باشد بی‌شک یکی از این‌ها گاوصندوق را باز می‌کند.

این کلیدها برای ما همان حکم همان ابیات هندسی معنوی مولانا را دارد، که حالا عزیزانی که ممکن است آشنایی نداشته باشند توی ابیات هندسی معنوی مولانا یعنی چه؟ خب این یک فرمول است برای باز کردن این کلیدها، منتهای مراتب، اگر این کلید درست انتخاب بشود، اگر این کلید به موقع انتخاب بشود، اگر این کلید کج نباشد که باز مولانا در یکی از غزل‌های برنامه‌های آخر، یکی از ابیات آن را باز من انتخاب کردم خدمتان عرض می‌کنم، می‌فرماید:

ز آنکه کلید است، چو کز شد کلید وا شدن قفل، نیابی عطا (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۰)

و این کلیدها همه ما تجربه کردیم، که چه موقع‌هایی واقعاً به داد ما می‌رسد، نه برای مسائل بیرونی زندگی ما که این‌جا خود دارد، برای آن بیداری ما که این برنامه‌ها را اواخر اختصاص دادید به این کلمه «بیداری» برای این آگاهی ما، برای این تغییر ما، برای این تبدیل ما، برای این زنده شدن به بی‌نهایت این لحظه، که این پنج مجوزی است برای رسیدن به آن آزادی، که بنده از برنامه‌های شما کسب اجازه کردم، یاد گرفتم در این «پنج مجوز».

و همان چیزی که اگر به زبان، عده‌ای حالا در حالت مذهبی می‌گویند مشکل‌گشا، شاید طبق آن رسم و رسومات که حالا هست و آن مراسم‌هایی که هست در یک سفره‌هایی و یک مراسم‌های که به هر شکل با من ذهنی ساخته می‌شود و یک بسته‌های می‌گیرند مشکل‌گشا که شامل یک سری نقل و شکلات و توت خشک و نمی‌دانم از این بادام و این جور چیزها هست، به نظر بنده این مشکل‌گشا همین ابیات است، آن مشکل‌گشای واقعی همین ابیات است.

چه جاهایی آقای شهبازی این بیت‌ها به داد من رسید، و چقدر من ممنون شدم در آن لحظه‌ها، چه جاهایی باعث شد که جلوی آن خطاهای من گرفته بشود، جلوی اشتباهات من گرفته، گرچه باز هم الآن دارم آن خطاها را دارم، آن اشتباهات را دارم.

اما در هرجایی که آن حالت‌هایم ایجاد می‌شود می‌گویم آقای شهبازی اگر الآن این‌جا بود چه می‌گفت؟ آقای شهبازی چه راهنمایی می‌کرد از دید آن مولانایی؟ چه می‌گفت؟ بلافاصله آن حضور ناظر کار می‌کند و تمیز می‌دهم که چکار باید کنم، چکار نباید بکنم.

من وقت عزیزان را نمی‌گیرم، وقت شما را نمی‌گیرم، با فاصله می‌آییم روی خط.



فرصت برای این عزیزانمان هست برای مخصوصاً این دوستانی که جدیداً روی کار می‌آیند، همه دیگر به هر حال اطلاعات لازم را راجع به حقیر می‌دارند، سوابق من را می‌دانند و زندگی متلاشی شده، دو بار زندگی من را همه اطلاع دارند، اگر این برنامه نبود ببخشید آقای شهبازی به رغم این که سال‌های طولانی من روان‌شناسی بالینی خواندم، می‌گویم واقعاً بزرگ‌ترین روان‌شناسان دنیا در برابر مولانا به‌قولی باید لُنگ بیندازند.

من نمی‌دانم چه عاقبتی داشتم و چقدر ممنون خداوند هستم. چقدر ممنون مولانا هستم. و چقدر قدردان شما معلم عزیزم هستم که چقدر به موقع به داد رسید. چقدر به موقع این مرگ حتمی من را که گاهی فکر می‌کردم، برای آن خودکشی به رغم آن توانایی جسمانی و ورزشی و کارهایی که می‌دانستم، این توانایی که در آن روان‌شناسی می‌دانستم، دیدم هیچ‌کدام این‌ها به داد من نمی‌رسد.

اگر هم بود مثل یک مُسکن بود و مقطعی بود. ما نیاز به درمان داریم، نه، مسکن و درمان ما فقط و فقط با همین ابیات مولاناست.

و اگر جهان و اگر این قدرتمندان از این قوانین، از این بیست قانون هستی استفاده می‌کردند، بیست قانون مولانای استفاده می‌کردند، بی‌شک همان مدینه فاضله‌ای که الآن فقط برای خیلی‌ها در یک هاله توهم هست، یک هاله خیال‌پردازی هست، به یقین به اجرا در می‌آید. ما همه می‌رسیم به آن صلح جهانی.

آقای شهبازی: ممنونم!

آقای ذره: من بیشتر از این وقت شما را نمی‌گیرم و باز هم ممنونم بابت همه این زحمات شبانه روزی که می‌کشید.

آقای شهبازی: عالی، عالی! خواهش می‌کنم.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای ذره]

♦ ♦ ♦ پایان بخش سوم ♦ ♦ ♦



۲۸- خانم طاهره از تهران

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم طاهره]

خانم طاهره: تجربه داشتم، دوتا تجربه داشتم می‌خواستم خدمتتان عرض کنم.

آقای شهبازی: بفرمایید.

خانم طاهره: چشم استاد عزیز.

به نام خدا. بعد از این‌که گنج حضور را شروع کردم به دیدن، زندگی برای من یک جور دیگر تصمیم گرفت که، البته زندگی برای من یک جور دیگر رقم زد که زندگی را شروع کنم. الان در هفته تقریباً نصف هفته شهرستان هستم، نصف هفته تهران. اکثراً برای من سخت بود، این همان‌دگی بود برای من که چند بار در هفته هی وسایل جمع کنم از تهران بیایم شهرستان، از شهرستان بروم تهران، خیلی برایم سخت بود.

یک روز که بنا بود از تهران بیایم شهرستان، همین‌من‌ذهنی شروع کرد دوباره من را بالا آورد، درد من را بالا آورد، الان دوباره باید جمع کنی بروی شهرستان چه وضعش است، چقدر می‌خواهی تو خودت را اذیت کنی؟! هی باید جمع کنی بروی دوباره از آن‌جا جمع کنی بیایی، چه وضعش است؟! بعد این بیت مبارک حضرت مولانا یادم آمد که:

یار در آخر زمان کرد طَرَبِ سازی

باطنِ او جدِّ جدِّ ظاهرِ او بازی

جملهٔ عشاق را یار بدینِ علمِ گُشت

تا نَکُند هان و هان، چهل تو طَنّازی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۱۳)

بعد همین‌جوری شروع کردم گفتم بازی است، بازی است، بازی است. همین‌جوری که تکرار می‌کردم بازی است، بازی است، زندگی بازی است، زندگی شوخی است، بازی بازی که می‌گفتم تندتند، این بازی است احساس کردم تبدیل شد به زیبا.

بازی، بازی، بازی، بازی، همین‌طور تکرار می‌کردم و برای خودم هی تکرار می‌کردم و می‌خندیدم به زیبا که تبدیل شد همین‌جور می‌خندیدم برای خودم.

آقای شهبازی: خیلی خب.

خانم طاهره: بعد برای اولین بار توی آن جاده که جاده شهرستان ما هم تهران- ساوه است، از آن جا که می‌آمدیم، اصلاً آن جاده یک جور دیگر شد، اصلاً یعنی نصف راه بیشتر مه بود، انگار توی جاده شمال ما داشتیم رانندگی می‌کردیم. آن قدر برای من شگفت‌انگیز و حیرت‌آور بود که برای اولین بار این‌جوری دیدم جاده را، خیلی برای من تازگی داشت.

بعد یک تجربه دیگری هم که داشتم استاد عزیز، من خیلی خودم را به در و دیوار می‌کوبیدم که به حضور زودتر زنده بشوم، بعد نمی‌شد، واقعاً خودم را زخم و زیلی کردم و هنوز هم دارم زخم و زیلی می‌کنم. ولی یک روز که داشتم مراقبه می‌کردم، خودم را قشنگ دیدم که آن من‌ذهنی من مثل شبی است بعد راه حضور را هم دیدم که قشنگ یک راهی هست، یک جمعیت عظیمی همین‌جوری خیلی یواش، یواش، یواش مثل راه رفتن لاک‌پشت، به شما بگویم آن حالتی می‌رفتند. خیلی آرام، خیلی آرام بعد خودم هم دیدم کنار آن جمعیت، یک شبی بود بالای سر آن جمعیت تقریباً کنارش بود همین‌جوری خودش را می‌کوبید به در و دیوار یعنی با شدت و با سرعت داشت می‌رفت این شب که من‌ذهنی خودم باشد.

آقای شهبازی: بله.

خانم طاهره: بعد دیدم زخم و زیلی دارد می‌شود واقعاً زخم و زیلی کردم خودم را استاد عزیز.

بعد یک تجربه دیگر دوباره داشتم که همه‌اش خنده‌ام می‌آید، یعنی خنده با گریه است. خنده‌ای که از ته دل است. الان تقریباً یک ساعت، دو ساعت پیش که برنامه شما شروع شده بود، یک ساعت پیش نه، دو ساعت پیش دقیقاً دروغ نشود یک خنده از ته دل، تقریباً نمی‌دانم پنج شش دقیقه همین‌جوری از ته دل می‌خندیدم برای خودم. می‌روم هر جا یک دفعه خنده می‌آید، می‌روم مهمانی یک دفعه خنده می‌آید. خنده با اشک شوق است، اشکی که خداوندا من عاجزم، من ناتوانم، خنده‌هایم بی‌سبب است، نمی‌دانم برای چه می‌خندم. همین‌که شادی زندگی است در من جریان پیدا کرده، یا گریه‌هایم این است که می‌گویم خداوندا تو چقدر عظیمی، تو چقدر مهربانی، تو چقدر بخشنده‌ای، این همه برای ما لطف می‌کنی من بنده ناچیز خطاکار، همه‌اش جرم همه‌اش جفا، همه‌اش بی‌ادبی. آخر تا چند؟ خداوندا ما را ببخش، ما را بیامرز. استاد عزیز، حالا ان‌شاءالله یک آواز هم می‌خواهم بخوانم خدمتان اگر وقت دارم؟

آقای شهبازی: بفرمایید. بله بله بفرمایید.

خانم طاهره:



بیا تا گل برافشانیم و می در ساغر اندازیم
فلک را سقف بشکافیم و طرحی نو دراندازیم

اگر غم لشکر انگیزد که خون عاشقان ریزد
من و ساقی به هم تازیم و بنیادش براندازیم
(حافظ، دیوان غزلیات، غزل ۳۷۴)

بهشت عدن اگر خواهی بیا با ما به میخانه
که از پای خُمت روزی به حوض کوثر اندازیم
(حافظ، دیوان غزلیات، غزل ۳۷۴)

چو در دست است رودی خوش، بزن مطرب سرودی خوش
که دست‌افشان غزل خوانیم و پاکوبان سر اندازیم
(حافظ، دیوان غزلیات، غزل ۳۷۴)

استاد عزیز، تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین! ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم بیننده]



۲۹- خانم فرزانه از فولادشهر اصفهان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فرزانه]

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

آقای شهبازی: بفرمایید، بله، خواهش می‌کنم.

خانم فرزانه: با موضوع «صبر و تأنی»

آقای شهبازی: بله، بله، بله.

خانم فرزانه: در دو هفته گذشته این جمله استاد مُدام در هر وضعیتی برایم تکرار می‌شد، که در فاصله این جایی که هستیم و چیزی که ذهن نشان می‌دهد با تسلسل فکرها ما دچار استرس و اضطراب می‌شویم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فرزانه: و این جمله عجله‌ها را در حتی یک ثانیه زودتر هم نشان می‌دهد.

زمانی که می‌خواستم از خیابان رد بشوم حین عبور از این طرف خیابان تا آن طرف به من نشان داده شد که اگر یک دقیقه در همین‌جا صبر کنی می‌توانی از مسیری صاف و بدون نگرانی عبور کنی. و یا اگر زمان بیشتری برای انجام کارهایت بگذاری و کاهلی نکنی، مجبور به تحمل استرس نیستی. و اما این فاصله زمانی یک توهم است، جایی را می‌بینیم که وجود ندارد.

ذهن آینده‌ای مطابق با همانیدگی‌ها را نشان می‌دهد که ضرورتی ندارد یا آینده‌ای برای حضور بیشتر که هر دوی این خواسته‌ها فکرای پیچیده‌ای در ما ایجاد می‌کنند و می‌توانیم بگوییم این زمان مجازی خودش دام است و رفتن به آینده دمی در درون این دام است.

که تأنی هست از رحمان یقین
هست تعجیل ز شیطان لعین
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۴۹۷)

۱- صبر و تأنی سرعت فکر را کاهش می‌دهد و بهترین راه برای ما ایجاد می‌شود. به‌طور مثال انداختن عمل‌های من‌ذهنی همچون حسادت نکردن، انداختن ناموس، غیبت نکردن و تواضع داشتن هر کدام در ما فکری ایجاد می‌کنند و در نتیجه هر فکر هم عملی ایجاد می‌کند که اگر سرعت فکر کاهش یابد، در نتیجه عمل ما هم اصلاح می‌شود.



که زده دلک به سیران درشت
چند اسپي تازی اندر راه کشت
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۵۱۹)

از شتاب او و فُحشِ اجتهاد
غُلُغُل و تشویش در تَرَمَد فتاد
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۵۲۱)

و باز هم داستان دلک و داستان ما در من‌ذهنی.

۲- عجله برابر است با حرکت خشن و ناهموار ما در کائنات. حرکت خشن یعنی ما پذیرش وضعیت این لحظه را نداریم و با ترس‌ها و نگرانی‌هایمان چند اسپي تازی را که همین انرژی و فکر و خلاقیت و سلامتی‌مان هست را با نارضایتی بی‌خبر از بین می‌بریم. در نتیجه همین تشویش و نگرانی که به مرکز ما آمده آن را به جهان ارتعاش می‌کنیم. از آنجایی که ما یکی نیستیم و هزار هستیم، هرچه که به مرکز هر یک از ما بیاید بر روی هزاران نفر اثر می‌کند، چه پیشرفت معنوی دوستانمان باشد و چه تشویش من‌ذهنی.

گفت حق که بندگان جُفت عَوَن
بر زمین آهسته می‌رانند و هَوَن
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۸۳۴)

هَوَن: نرمی، آسانی

«حق تعالی فرموده است: «بندگانی که مشمول یاری و عنایت حق قرار گرفته‌اند، در روی زمین به آهستگی و فروتنی، (تسلیم و فضاگشایی)، گام برمی‌دارند.»»

۳- خدا به آن کس کمک می‌کند که با ملایمت و فضاگشایی و آهستگی حرکت می‌کند.

جلوگیری از شتاب و عجله حرکت ذهن به وسیله فکرها سرعت توجه ما به مرکز دیگران را کاهش می‌دهد و همین ملایمت از ورود ما به زمینِ مین‌گذاری شده دیگران جلوگیری می‌کند.

عجله برای صحبت من‌ذهنی با دیگران همراه می‌شود با تندخویی، واکنش، قضاوت و تندزبانی که با صبر شاید رضا بیاید و خشم برود.

خیلی ممنونم استاد از وقتی که به من دادید.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! ممنونم.

خانم فرزانه: ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم فرزانه]



۳۰- خانم معصومه از میانه

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم معصومه]

خانم معصومه: اگر اجازه بدهید متنی را به اشتراک بگذارم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: بله، بله، بفرمایید.

خانم معصومه:

بی او نتوان رفتن، بی او نتوان گفتن بی او نتوان شستن، بی او نتوان خفتن (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۸۸۳)

شستن: نشستن

سلام، سلامی به انسان‌های زنده به حضور در مکتب عشق و به نوآموزان حق و حقیقت، کسانی که در راه سعادت و معرفت گام برداشتند و دست در دست پیر خرابات و سرچشمه آب حیات، مولانای جان گذاشتند و می‌روند با کار پی در پی و متعهدانه روی رشد تکامل و استادی خویش در درجه اول رسالت آمدن به این دنیا را طی کرده، با توکل و ایمان قلبی به ذات بی‌نهایت خداوند متعال و در درجه دوم نه تنها خود را از این سراب واهی و چاه منیت و گرفتاری بشری و شب تاریک ذهن آزاد کنند، بلکه چراغی روشن، ایمانی راسخ و نگاهی مملو از عشق خدایی در کنار انسانی بزرگوار و فرزانه به نام آقای پرویز شهبازی که خدایش همیشه و در همه حال یار و نگهدارش باشد، در جهانی آباد و سازنده و عاری از جنگ و ویرانگری، بدون درد و غم و غصه بنیاد کند.

و تک تک ما انسان‌ها اگر همت کنیم، تلاش کرده و خودمان را به حساب بیاوریم، مطمئناً گل‌های زیبا و شکفته این گلستان خواهیم شد و به بی‌نهایت و ابدیت خداوند تبدیل شده و طعم خوشبختی و زنده شدن به اصل خودمان را هم در این دنیا، قبل از این‌که جسممان متلاشی شود و هم در آن دنیای ابدی خواهیم چشید، ان شاء الله.

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



و اما در آخر قانون جبران مالی استثنایی که هر سال آخر ماه با عزیزان گنج حضوری رعایت می‌کنیم و هر کس به اندازه توان خود در این سفره گسترده الهی شرکت می‌کند و از برکات این قانون بهره‌مند می‌شویم. ان شاء الله که حتماً و حتماً در اولویت خریدهای عیدمان قرار دهیم، واریز استثنایی این قانون بیکران را. ممنونم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، خیلی زیبا! معصومه خانم.

خانم معصومه: ببخشید مزاحم شدیم. بفرمایید.

آقای شهبازی: عرضی ندارم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم معصومه]



۳۱- آقای ابراهیم از تبریز

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای ابراهیم]

آقای شهبازی، من یک تجربه‌ای در مورد مثنوی داشتم، می‌خواستم این را با دوستان به اشتراک بگذارم.

آقای شهبازی: بله، بله، بفرمایید.

آقای ابراهیم: ما اخیراً یک مثنوی، توی مثنوی یک قصه‌ای می‌خواندیم، عاشق شدن شاه بر کنیزک. بعد از

این‌جا که من قرص می‌خوردم، قرص‌های اعصاب و افسردگی، بعد این داستان برای من خیلی خیلی مفید شد.

بعد من توانستم که این قصه را که ما ادامه دادیم، رفته‌رفته برای من جذاب‌تر شد خیلی، به کمک این قصه این

قرص‌هایم را ترک بکنم. من روزی دوازده‌تا قرص می‌خوردم، دوازده‌تا قرص اعصاب.

آقای شهبازی: عجب!

آقای ابراهیم: بله، بعد و خیلی خیلی برای من مفید شد. رفته‌رفته که پیش داریم می‌رویم، هر شب یک قسمتش

را ما تکرار می‌کنیم، داریم می‌خوانیم، خیلی چیزها دست من آمد که من نباید از چیزهای بیرونی کمک بخواهم.

نباید از این اختیاری که باید فضا را باز کنم، خدا بیاید به حضور من، مرکز من، بعد من اشتباهاً راه را اشتباه،

غلط رفته بودم، بعد افسارم را به‌اصطلاح داده بودم دست عقل‌های بیرونی و خیلی در عذاب بودم؟

آقای شهبازی: آفرین!

آقای ابراهیم: منتها از روزی که این طبیب غیبی آمده بود اما من چون چشم و گوشم بسته بود، متوجه نمی‌شدم،

نمی‌دیدم. اما خدا را شکر از زندگی، خدا، تشکر می‌کنم که باعث شد چشم و گوش من باز بشود و من توانستم

که این کار را انجام بدهم.

و همیشه هم به این حرف شما هم فکر می‌کنم که شما همیشه می‌گویید که درس‌های آقای مولانا همیشه کار

می‌کند. اما این را با پوست و استخوان من حس نکرده بودم، ولی الآن قشنگ خیلی خیلی متوجه شدم که بله،

واقعاً همین‌ی که هست شما گفتید و ما داریم اجرا می‌کنیم و هر چقدر هم خوب کار می‌کنیم، این همه روی خودمان

تلاش می‌کنیم، این همه بیشتر عایدمان می‌شود. این همه خیلی بهره می‌بریم از خدا و زندگی‌مان.

آقای شهبازی: الآن دیگر آقای ابراهیم اصلاً قرص نمی‌خورید؟ نه؟

آقای ابراهیم: آقای شهبازی، دوازده‌تا می‌خوردم الآن دوتا می‌خورم فعلاً.

آقای شهبازی: دوتا، آهان، آفرین؟



آقای ابراهیم: بله من نزدیک نه سال، ده سال با این قرص‌ها زندگی می‌کردم یعنی اصلاً زندگی برای من لذتی نداشت. عین یک ربات بودم. فقط می‌رفتم می‌آمدم، فقط این افسارم را دست گرفته بود که بله، تو این کارها را انجام بده، برو جلو کارت نباشد، ولی الآن دارم متوجه می‌شوم که من یک چیز دیگر باید می‌شدم، اشتباهی راه را رفتم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! حالا ورزش هم می‌کنید شما؟

آقای ابراهیم: بله آقای شهبازی، من هر روز یک ساعت ورزش می‌کنم. خیلی برای من مفید است.

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

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای ابراهیم]



۳۲- آقای علی از کرج

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای علی]

آقای علی: چند وقت پیش هم یک ایمیل خدمتتان فرستاده بودم، ممنونم از این‌که جواب دادید.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

آقای علی: به‌هرحال ما هم خواستیم بگوییم که در راه مولانا هستیم و افتان و خیزان داریم جلو می‌رویم. پیغامی آماده نکردم، فقط خواستم خودم را یک گنج حضوری معرفی کنم و بگویم من هم در گوشه‌ای از دنیا دارم روی خودم کار می‌کنم.

آقای شهبازی: آفرین! پیشرفت هم کرده‌اید علی آقا؟

آقای علی: بله پیشرفت‌های خیلی خوبی کردم. البته من ذهنی نمی‌گذارد ببینم، ولی مقایسه می‌کنم خودم را با قبلم خیلی پیشرفت‌های زیادی کردم.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای علی: من یک سال و خرده‌ای است این برنامه را گوش می‌کنم، ولی شش ماه است متعهدانه دارم [صدا ناواضح] اوایل حقیقتش یک کم سنگین بود اشعار مولانا برایم، یواش‌یواش برای من جا افتاده.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای علی: توی بستر آرامش هستم، یعنی به هرچه نگاه می‌کنم، فضای اطراف، سکونش را هم می‌بینم، دیگر برچسب نمی‌چسبانم به آن از کنارش رد بشوم. خیلی لذت‌بخش است.

آقای شهبازی: بله بله، آفرین!

آقای علی: واقعاً من کی توی زندگی‌ام این چیزها را می‌دانستم؟! از شما ممنونم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

آقای علی: بهترین شکرگزاری من این است که شما با تمام توان هر امکانی که دارید، مولانا را به خانه‌های ما آوردید و بهترین شکرگزاری من امروز این است که از این امکانات استفاده کنم.

آقای شهبازی: آفرین!



آقای علی: من چهل و سه سال از خدا عمر گرفتم، توی کل این مدت یک روز هم ورزش نکردم، من الآن سه ماه، چهار ماه است دارم ورزش می‌کنم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! اثرش را هم می‌بینید، درست است؟

آقای علی: بله خیلی. خانم هم تمایل زیادی پیدا کرده، الآن سه هفته است ایشان هم برنامه‌های شما را دارد گوش می‌کند.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای علی: اول خیلی مقاومت می‌کرد، ولی الآن نرمش نشان داده، می‌آید روزی یک ساعت، دو ساعت بغل من می‌نشیند برنامه‌ها را با هم گوش می‌کنیم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! خیلی خوب.

آقای علی:

**دست از طلب ندارم تا کام من برآید
یا تن رسد به جانان، یا جان ز تن برآید**
(حافظ، دیوان غزلیات، غزل ۲۳۳)

آقای شهبازی: آفرین!

آقای علی: آقای شهبازی یک چند وقتی است تقریباً یک یک ماهی است بیکار شدم، این امنیت مالی یک کم من را برده توی ذهن. قبل از این واقعاً وقتی توی فضای آرامش و سکون هستی، خیلی بهتر ناظر بر افکار هستی و خیلی خوب می‌توانی شناسایی کنی. الگوهای شرطی‌شده، واکنش‌ها را می‌دیدم. خیلی جاها مثلاً واکنش نشان نمی‌دادم، از آن الگوی قدیمی استفاده نمی‌کردم و خیلی راحت این‌ها را می‌دیدم و خیلی آرامش داشتم.

الآن یک مدتی است تقریباً یک یک هفته‌ای است انگار یک ابر سیاهی درونم را گرفته. روزهای اول می‌دیدم، مثلاً این الگوی ترس است، یک ترس شرطی‌شدگی از به خطر افتادن امنیت مالی آمده. می‌دیدم، حالم خوب می‌شد، با برنامه شما حالم خوب می‌شود، ولی می‌روم گم می‌شوم، یک حالت گیجی و منگی دارم، اصلاً دیگر شناسایی از دستم گرفته می‌شود.

الآن دو روز است مثلاً یکی از این احتیاط‌هایی که توی زندگی‌ام، یک پرهیزهایی، یک قانون‌هایی برای خودم نوشتم، یک پرهیزهایی که باید بکنم را الآن دو روز است زیر پا می‌گذارم.



آقای شهبازی: صحیح.

آقای علی: عرض کنم خدمت شما این ابیات مولانا:

شهوَت ناری به راندن کم نشد
او به ماندن کم شود، بی هیچ بُد
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۰۳)

بُد: گزیر، فرار

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

چون نباشد قوَّتی، پرهیز به
در فرار لا یطاق آسان بجه
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۹۶)

لا یطاق: که تاب نتوان آوردن
آسان بجه: به آسانی فرار کن

آقای شهبازی: آفرین!

آقای علی:

حَبِّذا دو چشم پایان‌بین راد
که نگه دارند تن را از فساد
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۵۷)

حَبِّذا: خوشا

راد: حکیم، فرزانه، جوانمرد

آقای شهبازی: آفرین!

آقای علی: این‌ها را دائم دارم با خودم تکرار می‌کنم.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای علی: یعنی ملامت هم نمی‌کنم خودم را، توی یک چرخه اشتباه می‌افتم، اول یک کم خودم را ملامت می‌کنم،

یک کم حالت پشیمانی می‌آید، سریع برمی‌گردم دوباره.



و کلاً می‌خواهم بگویم که از شما خیلی ممنونم دیگر. شما به زندگی ما آرامش آوردید، لطف آوردید، مهربانی آوردید، اصلاً من شاید به جرئت بخواهم بگویم بیست درصد از اشکالاتم را دیگر ندارم نسبت به قبلاً، خیلی کم شده، اصلاً آرام‌تر شدم، خیلی بهتر شدم. ابیات مولانا چقدر باارزش هستند! این‌ها را با طلا باید بنویسیم.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای علی: چقدر این‌ها عمق دارند، معنی دارند. خدایا شکر که من به این درک و شعور رسیدم و به این آگاهی رسیدم. این هم مدیون شما هستم استاد.

آقای شهبازی: آفرین! خواهش می‌کنم.

آقای علی: البته جسارت نباشد، من با خانم شما را توی خانه آقاجون صدا می‌زنیم.

آقای شهبازی: خیلی ممنون. خانمتان می‌خواهند صحبت کنند اگر بیدار هستند؟ آن‌جا می‌دانم دیروقت است.

آقای علی: الان خوابیده‌اند آقای شهبازی. ما از تقریباً ساعت نه ده داریم شماره را می‌گیریم با دوتا خط.

آقای شهبازی: آخ، آخ، آخ! ببخشید.

آقای علی: خدا را شکر این قدر خط‌ها شلوغ است که نتوانستیم زودتر از این تماس بگیریم.

آقای شهبازی: ممنونم علی آقا. دیگر پس با شما خداحافظی کنم، ان شاء الله سلامت باشید.

آقای علی: یک بیت است اگر اجازه بدهید یک بیت از حافظ هم بخوانم، دیگر با شما خداحافظی کنم.

آقای شهبازی: بله، بله.

آقای علی:

چه خوش صیدِ دلمِ کردی، بنازم چشمِ مست را
که کس مُرغانِ وحشی را، از این خوش‌تر نمی‌گیرد
(حافظ، دیوان غزلیات، غزل ۱۴۹)

خیلی خیلی ممنونم.

آقای شهبازی: آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای علی]



۳۳- خانم بیننده از جزیره کیش با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم بیننده]

خانم بیننده: اولین بارم است، بله، اولین بارم است، من هم به قول معروف هول شدم، نمی‌دانم چه بگویم، چیزی هم آماده ندارم.

آقای شهبازی: هول شدید؟ یک نفس عمیق بکشید.

خانم بیننده: می‌خواستم صدایتان را بشنوم. انرژی بگیرم.

آقای شهبازی: ممنونم.

خانم بیننده: خدا ان شاءالله به شما سلامتی بده. من دو سال، دو سال و نیم است که دارم به برنامه نگاه می‌کنم.

آقای شهبازی: خب.

خانم بیننده: زیاد در خودم پیشرفتی نمی‌بینم، ولی خیلی صبرم فقط زیاد شده.

آقای شهبازی: خب صبر زیاد شده، این پیشرفت نیست خانم؟ [خنده آقای شهبازی] صبر اصلی‌ترین چیز است.

خانم بیننده: بله، خیلی، بله، بله.

آقای شهبازی: شما به حساب نمی‌آورید؟ اصلی‌ترین پیشرفت زیاد شدن صبر است. صبرتان زیاد شده پس شما

خیلی پیشرفت کردید.

خانم بیننده: بله، بله. خدا را شکر. شما که می‌گویید حتماً زیاد شده، بله، صد درصد.

آقای شهبازی: بله، صبر زیاد شده، صبرتان زیاد شده یعنی از عجله و شتاب زمان روان‌شناختی پریدید.

خانم بیننده: بله.

آقای شهبازی: این خیلی مهم است دیگر. زمان روان‌شناختی زمان من‌ذهنی است. صبرتان زیاد شده یعنی

من‌ذهنی‌تان هم دارد کوچک می‌شود. بفرمایید.

خانم بیننده: بله، شما باعث شدید من مشکلات زندگی که داشتم زیاد به من فشار نیاورد، بتوانم تحمل کنم با

برنامه شما، با شنیدن برنامه شما. از پیام‌های تلفنی خیلی استفاده می‌کنم، خیلی به من نیرو می‌دهد، خیلی از

آنها یاد می‌گیرم، ولی بچه‌هایم آقای شهبازی زیاد تمایل به دیدن برنامه شما را ندارند. البته ناراحت نمی‌شوم.

حبر و سنی می‌کنم، بعد سریع جلوی خودم را می‌گیرم، می‌گویم که خودشان بالاخره یک روزی می‌فهمند ان شاءالله.



آقای شهبازی: این عشق مولانا دل هر کسی می‌افتد خودش باید تماشا کند، اول برنامه هم عرض کردم. به هیچ وجه دیگران را تشویق نکنید که به این برنامه نگاه کنند. اصلاً نگویند. یک روزی می‌شود آن‌ها خودشان سؤال می‌کنند. مادر تو خیلی عوض شدی، چکار کردی تو؟ خب شما می‌گویید این برنامه را نگاه می‌کنم، این بیت‌ها را می‌خوانم. خودشان می‌آیند، خودشان می‌آیند. شما عوض خواهید شد، عوض شدن شما آن‌ها را هم قلقلک خواهد داد، زندگی را در درونشان بیدار خواهد کرد، درست فکر خواهند کرد، درست خواهند دید، اشتباه خودشان را خواهند دید.

وقتی یک نفر پهلوی ما بیدار بشود اگر حرف هم نزنند، هیچ با ما هم کاری نداشته باشد، مثل یک چراغی است، سبب می‌شود که ما خودمان را ببینیم.

وقتی شما به جای واکنش، پاسخ زندگی را می‌دهید. وقتی درواقع واکنش‌های من‌ذهنی کم می‌شود یا از بین می‌رود بچه‌هایتان می‌بینند این آن مادر نیست که ما دیده بودیم، این یک مادر دیگری است، پس برویم ببینیم مادر جدیدمان چه جور مادری است، آن موقع می‌خواهند آن‌ها هم عوض بشوند، آن موقع رومی آورند.

وگرنه شما به او بگویید شما بیا به این برنامه نگاه کن، لج می‌کند، حتی ضرر هم می‌توانید بزنید. شاید می‌خواسته بیاید. من‌ذهنی می‌دانید لج‌باز است، سست‌ه‌گر است، مقاومت‌کننده است، اگر بگویی این کار را نکن، پنج برابر بیشتر می‌رود می‌کند. نباید این حرف‌ها را بزنید. بله، بفرمایید.

خانم بیننده: من البته پیش این‌ها زندگی نمی‌کنم. من تنها زندگی می‌کنم. می‌گویم شاید من دور هستم از این‌ها ارتعاشم به این‌ها نمی‌رسد. نمی‌دانم البته بعد مکان تأثیری دارد یا نه.

آقای شهبازی: ارتعاش به مکان بستگی ندارد. نه، به مکان بستگی ندارد، به زمان هم بستگی ندارد.

خانم بیننده: فعلاً که خیلی مقاومت دارند.

آقای شهبازی: زندگی به زمان و مکان بستگی ندارد.

خانم بیننده: و من می‌دانم که ان شاء الله آینده حتماً به زودی خودشان، تا مثلاً من یک چیزی به آن‌ها می‌گویم که شما این کار را نکنید. می‌گوید که تو الآن گفתי حتماً این بلا سر ما می‌آید، حتماً این جوری خواهد شد.

آقای شهبازی: شما چکار دارید خانم به آن‌ها می‌گویید؟

خانم بیننده: مثلاً یک نصیحت مادرانه. مثلاً از تجربیاتم به آن‌ها می‌گویم. می‌گویم مثلاً من این کار را کردم، شما نکنید. می‌گویند باز تو شروع کردی، می‌خواهی حتماً این بلا سر ما بیاید، تو ببینی کیف کنی. می‌گویم خدا شاهد



است نمی‌خواهم کیف کنم. مگر هیچ مادری بد فرزندش را می‌خواهد؟ می‌گویم من این تجربه را کردم، ضررش را هم دیدم، شما نکنید. می‌گویم شاید از زبان دیگری باید بشنود. من دیگر سکوت می‌کنم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: شما اگر نصیحت نکنید، خدمت بزرگی می‌کنید. هیچ‌کس نباید نصیحت کند، هیچ‌کس. بعضی مواقع‌ها باید برخی از ما ضرر بدهیم تا بفهمیم.

خانم بیننده: چون بچگی‌هایشان را دیده‌ام که چقدر مظلوم بودند، چه‌جوری بزرگ شدند دلم می‌سوزد آقای شهبازی. نمی‌دانم چکار کنم.

آقای شهبازی: دلتان به حال خودتان بسوزد.

خانم بیننده: [خنده خانم بیننده] چشم، چشم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: بله. ممنونم. فقط از این راه است. امروز صحبت صدقه هم بود. بزرگ‌ترین صدقه، صدقه به خود است، صدقه به خود است، وقتی چراغ خودتان را روشن کردید، به خودتان مهر ورزیدید آن موقع می‌بینید به همه مهر می‌ورزید. وقتی شما حواستان می‌رود به آن‌ها از حضور درمی‌آیید، تبدیل به من‌ذهنی می‌شوید. توجه می‌کنید؟

و اثر نمی‌توانید بگذارید. امروز مرتب گفتیم چراغ خودتان را روشن نگه دارید، نصیحت نکنید، خبر و سنی نکنید، بگذارید، البته این را هم در نظر بگیرید که آن‌ها جوان‌تر هستند، شاید راه‌حل‌های بهتری دارند. اگر اشتباه کردند، اشتباه می‌کنند، یاد می‌گیرند، از اشتباه خودشان یاد می‌گیرند. سعی کنید شما به خودتان خدمت کنید.

شما خداوند را در نظر بگیرید. خداوند دائماً خودش را دوست دارد. شما هم وقتی به‌عنوان امتداد خداوند خودتان را دوست دارید یک‌دفعه می‌بینید که این خدایت، این دوستی ارتعاش می‌کند به مرکز دیگران. اگر حواستان را از روی خودتان بردارید، بگذارید روی دخترتان، پسران، می‌شوید من‌ذهنی، می‌شوید چه؟

تا کنی مر غیر را حَبَر و سَنی
خویش را بدخو و خالی می‌کنی
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶)

حَبَر: دانشمند، دانا
سَنی: رفیع، بلندمرتبه



خالی می‌شوید. حواست را از خودت برداری، بگذاری روی پسر و دختری خالی می‌شوی، خشک می‌شوی، بعد بدخو می‌شوی، توجه می‌کنید؟

خانم بیننده: البته خیلی خدا را شکر می‌کنم که بله داماد خوبی گرفتم. خیلی بامعرفت و خیلی بهتر از بچه‌های من هست.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم بیننده: البته از لحاظ دانایی و هر چیز که من مثلاً راجع به شما می‌شنوم و توی این برنامه می‌شنوم، می‌بینم که ایشان در وجودشان هست. خدا را شکر می‌کنم که ایشان زندگی می‌کنند با هم، با پسر، با دختر و ان شاء الله ایشان ارتعاشش به این‌ها برسد.

آقای شهبازی: ان شاء الله. خب ممنونم. با شما خداحافظی کنم. موفق باشید.

خانم بیننده: خیلی ممنونم. خیلی خوشحال شدم آقای شهبازی. برای اولین بار، ان شاء الله که تمام نشود این برنامه، من باز هم بتوانم تماس بگیرم.

آقای شهبازی: بله، در خدمتان هستیم.

خانم بیننده: ان شاء الله. دوستان دارم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم بیننده]



۳۴- خانم زهره از کانادا

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم زهره]

خانم زهره: یک تجربه‌ای داشتم آقای شهبازی این هفته، این صحبتی که شما فرمودید در مورد تصاویر ذهنی‌ای که ما می‌سازیم، توی داستان این هفته هم بود که مثال زلیخا را زده بود، و شما فرمودید که اتاقی هست که سقفش، بیرونش، توی آن داستان پادشاه فرمودید، توی آن «قلعه هُش‌رُبا»، همه‌جایش پر از آن تصویر است و این تصاویر است که درواقع ما را به دام می‌اندازد.

آقای شهبازی: بله.

خانم زهره: من این هفته یک عزیزی بودند که من بارها مثلاً صدایشان را شنیده بودم ولی چهره‌شان را از نزدیک ندیده بودم، بعد با توجه به صدایی که شنیده بودم یک تصویری توی ذهنم از این فرد داشتم. وقتی که چهره‌شان را دیدم، دیدم چقدر آن تصویری که من از این فرد داشتم با آن چیزی که واقعی دیدم متفاوت بود.

و با خودم گفتم که دقیقاً ذهن با ما همین کار را می‌کند، یعنی ما توی همه‌چیز آن تصاویری را که می‌سازیم و توی آن‌ها گیر می‌کنیم چقدر این‌ها غیرواقعی است، چقدر این‌ها به قول شما همیشه می‌گویند مصنوعی است و درواقع ما را به دام می‌اندازد.

آقای شهبازی: بله.

خانم زهره: و متوجه شدم که من در مورد من‌ذهنی هم حتی یک تصویر ذهنی ساختم، یعنی خود من‌ذهنی را با توجه به این‌که ما خودمان را و دیگران را جسم می‌دانیم تصویری را هم که از من‌ذهنی می‌سازیم فکر می‌کنیم که مثلاً یک تصویر آدم زشتی است.

در صورتی‌که من‌ذهنی هم شما توی برنامه قبلی هم فرمودید که کلاً از جنس انرژی است، یعنی چیزی نیست که ما ببینیمش. آن انرژی‌ای که در اثر سبب‌سازی فکرها و فکرهای پشت‌سرهم تولید می‌شود و ما را وادار به یک حرکتی می‌کند، این درواقع حرکت من‌ذهنی هست. ولی ما درواقع توی ذهنمان چون تصویر می‌سازیم، از آدم‌ها تصویر می‌سازیم، پس از من‌ذهنی هم تصویر می‌سازیم.

و این خیلی به من کمک کرد که این را به عنوان یک نیرو ببینم که بدانم آن نیروی کُن‌فکان و نیروی من‌ذهنی. نیروی من‌ذهنی نیروی محرکه‌اش درواقع فکرهای سبب‌سازی و پشت‌سرهم هست که ما را وادار به یک حرکتی می‌کند که مخرب است، و نیروی کُن‌فکان توی مرکز عدم ما کار می‌کند.



و اگر حرکتی درواقع ما انجام بدهیم با آن نیروی کُنْ فکان که به آن آگاه هستیم و مرکزمان عدم هست، این نیرو سازنده است. درواقع همان حالتی هست که شما می‌گویید زندگی از طریق ما دارد کار می‌کند. و همین فقط می‌خواستم این را درواقع به اشتراک بگذارم که تصاویر ذهنی را ما چقدر در اشتباه هستیم اگر که به آن تصاویر بها بدهیم.

آقای شهبازی: خیلی زیبا. ممنونم زهره خانم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم زهره]

مجموعه



۳۵- خانم شهناز از هلند

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم شهناز]

خانم شهناز: متنم در رابطه با شوریدن من‌ذهنی هست که شما عواملی را فرمودید توی برنامه ۹۹۸، عوامل زیادی بودند که حالا من فقط چندتا از آن‌ها را شروع می‌کنم به خواندن.

آقای شهبازی: آفرین! بفرمایید.

خانم شهناز: بله، بله. یکی‌اش همان‌طور که زهره خانم فرمودند، الآن تماس گرفتند زهره جان، صورت‌سازی ذهنی. ذهن بدون ناظر هر لحظه در حال صورت‌سازی از خودش، افراد دیگر و رویدادهاست. حتی صورتی از خدا و معنویت می‌سازد و بر مبنای این تصویرسازی بلند می‌شود. آگاه باشم که اصل من بی‌فرم و بی‌صورت است.

زین قدح‌های صُور، کم‌باش مست
تا نگردي بُت‌تراش و بتِ پَرست
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۷۰۷)

از قدح‌های صُور بگذر، مه‌ایست
باده در جام است، لیک از جام نیست
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۷۰۸)

مه‌ایست: مایست، توقّف مکن

یکی دیگر از عواملی که باعث شوریدن ما می‌شود در من‌ذهنی، سؤال کردن در مسیر معنوی است. یکی از ترفندهای من‌ذهنی سؤال کردن است که ما را در ذهن بیشتر نگه می‌دارد. زنده شدن به زندگی یعنی بیرون پریدن از ذهن همانیده. من‌ذهنی برای طفره رفتن از کار بر روی خود همیشه سؤال ذهنی دارد، تا زنده شدن را موقوف به آینده بکند.

چون نپرسی زودتر کشف شود
مرغ صبر از جمله پَران‌تر بُود
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۴۷)

ور بپرسی دیرتر حاصل شود
سهل از بی صبریّت مشکل شود
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۴۸)



یکی از عوامل دیگر تهدیدات من‌ذهنی خود و دیگران هست. من‌ذهنی وقتی می‌بیند دارد ضعیف می‌شود، ما را می‌ترساند، پس بلند می‌گوییم که ما نمی‌خواهیم علیه اصل خودمان بشوریم. هیچ‌چیز ذهنی نیست که برود و ما ضرر بکنیم. پس به تهدیدهایی که من‌ذهنی در این راه جلوی پای ما می‌گذارد اهمیت نمی‌دهیم تا زندگی جان ما را آزاد بکند.

نعرهٔ لاضیر بر گردون رسید هین ببر که جان ز جان‌کندن رهید (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۳۳۹)

«ساحران با بانگی بلند که به آسمان می‌رسید گفتند: هیچ ضرری به ما نمی‌رسد. هان اینک (ای فرعون دست و پای ما را) قطع کن که جان ما از جان‌کندن نجات یافت.»

ضیر: ضرر، ضرر رساندن

یکی دیگر ناز کردن در برابر زندگی هست. عشوهای من‌ذهنی نشانهٔ بی‌نیازی‌اش نسبت به خداوند است. حس حقارت، حس عدم شایستگی، کوچک دیدن خود، هرجور من‌ذهنی خودش را می‌بیند درنهایت به عدم نیاز به خدا منجر می‌شود. همین‌که ما راه نیاز را در پیش بگیریم، من‌ذهنی می‌گوید من می‌دانم و مانع زنده شدن ما به زندگی می‌شود.

ناز کردن خوش‌تر آید از شکر لیک کم خایش، که دارد صد خطر (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۴۴)

خاییدن: از مصدر خاییدن، یعنی جویدن

ایمن‌آباد است آن راه نیاز ترک نازش گیر و، با آن ره بساز (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۴۵)

یکی دیگر از عوامل شوریدن ما، گوش نکردن به پند اصلحان است، صالحان. با سبب‌سازی ذهن، قضاوت کردن [نامفهوم] باطل است. ما باید عقل خودمان را در برابر بزرگان و زندگی هر لحظه صفر کنیم. استفاده از خرد زندگی و مولانا چشم عدم ما را کم‌کم باز می‌کند. این کار با درد هشیارانه ممکن است همراه باشد، چون ابیات دیوسوز مولانا قطعاً ایراداتمان را به ما نشان می‌دهد، پس به ما بر نمی‌خورد و با ذهنمان قضاوت نمی‌کنیم.



گر نخواهی هر دمی این خُفت و خیز
کُن ز خاک پای مردی چشمِ تیز
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۷۲)

کُحلِ دیده ساز خاکِ پاش را
تا بیندازی سَرِ او باش را
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۷۳)

کُحل: سُرْمه

یکی دیگر عادت‌های عارضی من‌ذهنی هست. لذت مصنوعی همه هیجانات من‌ذهنی کاذب است. تأخیر در برآوردن‌های نیازهای کاذب باعث می‌شود لذت ذوق انجام آن کار بر ما به مرور کمرنگ و پس از مدتی میل انجام آن خواسته من‌ذهنی در ما از بین برود.

و آنچه باشد طبع و خشمِ عارضی
می‌شتابد، تا نگردد مرتضی
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۵۸۴)

ترسد ار آید رضا، خشمش رَوَد
انتقام و ذوق آن فایت شود
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۵۸۵)

مرتضی: خشنود، راضی
فایت: از میان رفته، فوت‌شده

یکی دیگر از عواملی که باعث شوریدن من‌ذهنی می‌شود، تأخیر و معطل کردن در من‌ذهنی است. حذر کردن از رفتن به‌سوی زندگی، تأمل در ذهن و ماندن در ذهن باعث شور و شرّ درونی و پریشان‌حالی می‌شود. همین لحظه زمان زنده شدن به زندگی است. ذهن همانیده رفتن به زمان مجازی آینده را برای زنده شدن به زندگی می‌شناسد.

در حَذَر شوریدن شور و شر است
رُو توکّل کن، توکّل بهتر است
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۰۹)

حذر: دوری کردن، پرهیز کردن. در این‌جا یعنی دوری کردن از زندگی



یکی دیگر از عواملی که هست تقلید از من‌های ذهنی است. اگر پس از مدتی کار کردن روی خودمان یک مقدار انباشتگی حضور جمع کردیم و فضای درون ما باز شده، ما دیگر نباید تقلید بکنیم از قرین‌ها. نگذاریم که من‌های ذهنی دیگر ما را از راه به‌در کنند. پس در راه رسیدن به زندگی یعنی زاییده شدن از من‌ذهنی به فضای یکتایی تقلید به درد نمی‌خورد.

**دید خود مگذار از دید خسان
که به مُردارت کَشَنده این کرکسان**
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۸۹)

**و آن عصاکش که گزیدی در سفر
خود ببینی باشد از تو کورتر**
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۹۱)

آقای شهبازی هست باز، ولی وقتم تمام شده. دیگر شما هم خسته هستید.

آقای شهبازی: حالا چندتا از آن‌ها را خواندید، چندتا مانده؟

خانم شهناز: خیلی مانده، چون بیست‌تا هست، خیلی زیاد است.

آقای شهبازی: هان بیست‌تا! ماشاءالله، ماشاءالله، پس بفرستید به ما این را پست کنیم، بقیه‌اش را هم ان‌شاءالله هفته دیگر بیاید بخوانید.

خانم شهناز: چشم، خیلی ممنون از وقتی که به من دادید.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم شهناز]

♦ ♦ ♦ پایان بخش چهارم ♦ ♦ ♦