



ده زکات روی خوب، ای خوب رو شرح جان شرحه 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 این‌که تحمیل می‌کنیم به کسی و یا می‌رویم به قضاوت که بلد نیستی.

(پرویز شهبازی، برنامه گنج حضور شماره ۹۰۷)

متن کامل پیام‌های بینندگان برنامه ویژه پیام‌های تلفنی ۱-۹۱۶

اجرا: آقای پرویز شهبازی

تاریخ اجرا: ۲۳ اردیبهشت ۱۴۰۱

برنامه ۱-۹۱۶ گنج حضور

اجرا: پرویز شهبازی

تاریخ اجرا:

۱۳ می ۲۰۲۲ - ۲۳ اردیبهشت ۱۴۰۱

گنج حضور - پیغام عشق
public channel

Description

این کانال متعلق به برنامه گنج حضور است که توسط آقای پرویز شهبازی تهیه و اجرا میشود. در این کانال تلگرام که جنبه آموزشی دارد، مجموعه برنامه "پیغام عشق" به صورت ویدیو، فایل صوتی و متن به اشتراک گذاشته میشود.

t.me/GanjeHozourLoveMessage

برنامه ۱-۹۱۶
بخش اول
برنامه ویژه پیغامهای تلفنی

Studio : 001 747 4441302

Parviz Shahbazi

ردیف	پیام دهنده	صفحه
۱	خانم نسترن از اصفهان همراه با صحبت‌های آقای شهبازی	۵
۲	خانم سهیلا از اصفهان	۱۰
۳	خانم مرجان از استرالیا	۱۲
۴	خانم نرگس از نروژ	۱۵
۵	خانم بیننده	۱۹
۶	خانم پریسا از کانادا	۲۱
۷	آقای شهبازی	۲۵
۸	آقای باقر از دالاس همراه با صحبت‌های آقای شهبازی	۲۷
۹	خانم سارینا از مشهد همراه با صحبت‌های آقای شهبازی	۳۱
۱۰	آقای شهبازی	۳۷
۱۱	خانم مریم از اورنج کانتی	۴۰
۱۲	خانم شهپر از اتریش	۴۳
۱۳	خانم الهام از شیراز همراه با صحبت‌های آقای شهبازی	۴۶
۱۴	خانم زهره از کانادا	۵۰
۱۵	آقای مهران از کرج همراه با صحبت‌های آقای شهبازی	۵۲
۱۶	آقای پویا از آلمان همراه با صحبت‌های آقای شهبازی	۵۷
۱۷	خانم مریم از کانادا	۶۰
۱۸	آقای شمس از لرستان همراه با صحبت‌های آقای شهبازی	۶۴
۱۹	خانم یلدا از تهران	۶۶
۲۰	خانم سارا از آلمان	۷۰
۲۱	خانم فرزانه از فولادشهر اصفهان	۷۴
۲۲	آقای تیمور از سنندج همراه با صحبت‌های آقای شهبازی	۷۶
۲۳	خانم زرین از زرین‌شهر اصفهان	۷۹



ردیف	پیام دهنده	صفحه
۲۴	خانم تیارا ۱۱ ساله از زرین شهر اصفهان	۸۰
۲۵	خانم زهرا از زاهدان	۸۱
۲۶	خانم فاطمه از آمریکا	۸۴
۲۷	آقای شهبازی	۸۷
۲۸	خانم الناز از ایتالیا	۸۸
۲۹	خانم فاطمه از گلپایگان	۹۰
۳۰	خانم اکرم از تهران همراه با صحبت‌های آقای شهبازی	۹۳
۳۱	خانم بیننده از شیراز همراه با صحبت‌های آقای شهبازی	۹۷
۳۲	خانم فریده از هلند	۱۰۰

ویرانیِ دو کون دَرین ره عمارت است

ترک همه فواید در عشق فایده‌ست

(مولانا، دیوان شمس، غزل ۴۴۶)

خاصه کسی را که جهان را همه

ترک کند، فرد شود بی‌شفاق

(مولانا، دیوان شمس، غزل ۱۳۱۳)

هرکسی که کور این جهان باشد در بهشت است. هر فایده‌ای که ذهن نشان می‌دهد، اگر ترک کنیم و از جهان چیزی نخواهیم به خودشناسی و درک حس حضور خداوند، مستقر در این لحظه ابدی می‌شویم. ترک هر فایده ذهنی از همانیدگی‌هایی که در مرکزمان گذاشتیم، راه نجات و رفتن به بهشت درونی هر انسانی است.

خلاقیت و آفرینش زندگی در کار است و باید از هر انسانی عشق زندگی و آفرینندگی به یک جهتی در این جهان بریزد، نمی‌شود یک گوشه‌ای بنشینیم و یا بگوییم کاری نداریم و به عشق زنده‌ایم.

عشق با خیرخواهی و با پویایی همراه است. با پویایی و شادی و خیرخواهی می‌توانیم طراح عشق در زندگی خود و دیگران بشویم و هر لحظه سازنده خداگونگی در رشد معنوی هم در این جهان و هم در آن جهان بشویم.

عاشق کسی است که طراح و خلاق دنیایی کیفیت، فضاگشایی، خاموشی و بی‌نیازی هم از درون باشد و هم از بیرون. عاشق مانند «حضرت علی» هرآنچه بر خود می‌پسندد بر دیگران هم می‌پسندد و پهلوان راه دوستی، محبت و عشق می‌شود.

از علی آموزِ اخلاص عمل

شیر حق را دان مُطَهَّر از دَغَل

(مولانا، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۲۱)

این جهان در آینه جهان حقیقی فضاگشایی است. جهان ذهن آدرسی برای جهان فضاگشایی آفریده شده است. اگر طلب کنیم، یک لحظه، از پشت پرده ذهن به دنیای عشق، وحدت و خداگونگی دست پیدا می‌کنیم.

بی‌مُرادِ شد قلاووز بهشت حُفَّتِ الجَنَّةُ سَنوای خوش‌سرت

(مولانا، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

بی‌مُرادِ، بازی زیبای زندگی است. با بازی کم شدن و زیاد شدن همانیدگی‌ها می‌توانیم در صفرثانیه به بی‌نهایت دریای رحمت خداوند زنده و بیدار بشویم.

هیچ‌چیزی در جهان از حیطة مَشیتِ خداوند جدا نیست. زندگی و خداوند با نیروی عشقی که دارد ما را منقبض می‌کند و منبسط می‌کند تا به ما نشان دهد نباید مثل بادی در هر جهتی بجهیم و گیر کنیم و خود را در جزء محدود کنیم. با بی‌مُرادِ زندگی به عظمت خود در آفرینش زندگی دست پیدا می‌کنیم.

با تغییر مکان و زمان نمی‌توانیم آرامش پیدا کنیم. بی‌مُرادِ را در پیش زندگی بگذاریم، زیرا وقتی که اتفاق بدی می‌افتد بی‌مُرادِ می‌شویم و در این حالت فضا را باز می‌کنیم و با هشجاری نظر که در عدم می‌آید به علم و عقل خداوند که در خرد زندگی نهفته است تبدیل می‌شویم.

در زندگی امروزی خستگی‌های جسمی و ذهنی بشر از طریق بی‌مُرادِ‌ها شکل گرفته است. وقتی در زندگی امروزی پول را از دست بدهیم، قیمت همه‌چیز افزایش پیدا کند، خانه، ماشین، دوست، عشق، خانواده را از دست بدهیم، ناامید، دردمند، بی‌حوصله و خشمگین و رنج‌دیده می‌شویم.

جناب مولانا الآن دارد به ما یاد می‌دهد که ای انسان تو خردمندی و ارزش نوین زندگی در این لحظه و بدون وابستگی‌ها هستی. کافی است فضا را در اطراف شوخی‌های زندگی ببینی و متوجه شوی که هر لحظه مورد عنایت زندگی و خداوند زنده در همین لحظه ابدی و تمام نشدنی هستی.

می‌توانی با بینش جناب مولانا و فرهنگ مولانایی، تفکرات قبلی نسل‌های قبلی را اصلاح کنی و پا به عرصه بینش و زندگی مولانایی پی‌بری.

چون تهی گشت و وجود او نماند
باز جانش را خدا در پیش خواند
(مولانا، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۲۷۶)

چون شکست آن کشتی او بی‌مراد
در کنار رحمت دریا فتاد
(مولانا، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۲۷۷)

جان به حق پیوست چون بی‌هوش شد
موج رحمت آن زمان در جوش شد
(مولانا، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۲۷۸)

چونکه جانش وارheid از ننگ تن
رفت شادان پیش اصل خویشتن
(مولانا، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۲۷۹)

چونک هوشش رفت و پایش بر گشاد
می‌پرد آن باز سوی کیقباد
(مولانا، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۲۸۱)

ذره لاغر شگرف و زفت شد
فرش خاکی اطلس و زربفت شد
(مولانا، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۲۸۳)

مُرده صدساله بیرون شد ز گور
دیو ملعون شد به خوبی رشک حور
(مولانا، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۲۸۴)

آقای شهبازی:

خیلی زیبا، این هم شگفت‌انگیز است که یک دختر خانم ۲۱ ساله این قدر علاقه‌مند می‌شود به شعر مثنوی، این آغاز شگفتی و پیشرفت است. امیدوارم همه ایرانیان به این درجه برسند که تشخیص

می‌دهند که چه شعر نغزی است، چه با معنی است و در زندگی‌شان به‌کار ببرند. یک بیتی هم داشتیم که گفت: ناامیدی‌ها، ناامیدی‌ها را چکار کنیم؟ حالا که شما از «حَقَّتِ الْجَنَّة» صحبت کردید.

نسترن:

ناامیدی‌ها به پیش او نهدید

تا ز درد بی‌دوا بیرون جهید

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۳۸۷)

آقای شهبازی: آفرین، ذهن درد بی‌دواست، من ذهنی درد بی‌دواست. ناامید می‌کند که ناامیدی را با فضاگشایی به پیش خداوند بگذاریم تا ما را از «درد بی‌دوا» که هیچ دوا بیرونی ندارد، آزاد کند شفا بدهد. پس ناامیدی را به پیش مردم نمی‌بریم. پس فضا را باز می‌کنید به پیش او می‌برید. بیتی هم که خواندید الآن راجع به بگوئید «حضرت علی»، در «سه ماهی» یک چیز دیگر گفت راجع به این که چون علی چکار کن؟ آه را کجا بگو؟

نسترن:

نیست وقت مشورت، هین راه کن

چون علی تو آه اندر چاه کن

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۳۲)

آقای شهبازی: بله «چون علی تو آه اندر چاه گو»، یعنی «سرت» را وقتی ناامید می‌شوی، این را به کسی نگو. وقتی بی‌مراد می‌شوی این را به کسی نگو. فشارا باز کن به خودت بگو می‌گوید، فقط «سرت» را مثل ایشان در چاه بگوئید یعنی به کسی نگوئید، در خودتان نگاه دارید.

نسترن:

بله، استاد این که این برنامه، خوب من هر وقت بی‌مراد می‌شدم و یک چیزی را از دست می‌دادم و توقعاتم را مثلا از جهان مثل دوست، پدر و مادرم، کسی برای من انجام نمی‌داد سریع گریه می‌کردم و ناراحت می‌شدم و افسرده می‌شدم، ولی با این برنامه فهمیدم که الآن اصلاً سر برنامه دلم می‌خواست

که هرچه زودتر بی‌مراد بشوم تا به عشق زندگی بیدار بشوم. من نمی‌دانستم که وقتی چیزی را از دست می‌دهم، آن‌جا عشق آمده که من را بیدار کند و من نباید از این چیزی که از دست می‌دادم ناراحت می‌شدم، باید می‌گذاشتم این آفلین در مرکز بروند. خیلی استاد برنامه بیدارکننده بود و خیلی می‌تواند در آینده به من کمک بکند و دیگر درد نکشم ممنونم از شما.

آقای شهبازی: عالی آفرین، امیدوارم شما بینندگان حتی شما راجع به آن بیتی که بارها خواندیم:

بی‌مرادی شد قلاووز بهشت حَفَّتِ الْجَنَّةُ شِنُو اِیْ خُوشِ سِرِشْتِ (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

که گفتیم طیف بی‌مرادی در روز مرتب پیش می‌آید. دیروز مثلاً دستگاه ما که خیلی هم ارزشمند است خراب شد، نتوانستیم درست کنیم، ولی کوشش کردیم که دستگاه دیگر را که الان دارد کار می‌کند به‌کار بیندازیم، واقعاً بی‌مرادی بود، ولی آیا ناراحت شدیم؟ نه، فضا را باز کردیم، حداکثر کارمان را کردیم. احتمال داشت نتوانیم حتی برنامه را اجرا کنیم ولی شد، که برنامه در خدمتان هستیم.

بی‌مرادی به وسیله زندگی یا قضا صورت می‌گیرد، باید فضا را باز کنیم و زندگی با بی‌مرادی کار می‌کند، چون وقتی به مرادمان می‌رسیم من ذهنی ما خوشحال می‌شود. موقعی که بی‌مراد می‌شویم حتی در کوچک‌ترین چیزها شما باید دنبال بی‌مرادی بگردید. شما مثلاً انتظار دارید عصبانی نشوید، یک دفعه چنان عصبانی می‌شوید که دیگر اصلاً ناامید می‌شوید از خودتان که اصلاً پیشرفت نکردید. بی‌مرادی است. در اطرافش باید فضا باز کنید. همیشه باید بدانیم که یک عاملی یک نیروی بزرگ‌تری که از عقل من بزرگ‌تر است پشت این کار است، من باید فضا باز کنم.

چندتا چیز باهم کار می‌کنند که الان شما گفتید «چون علی تو آه اندر چاه کن»، مثال می‌زند. ماهی، ماهی که داشت می‌رفت به سوی دریا گفت من «سیرم» را به کسی نمی‌گویم. بی‌مرادی را نباید به کسی بگویید باید فضا باز کنید و همین‌طور دائماً تماشای بی‌مرادی بکنیم که بی‌مراد خواهیم شد و عصبانی نخواهیم شد و فضا باز خواهیم کرد و می‌دانم این راهنمای بهشت است نه به مراد رسیدن. «مراد رسیدن» راهنمای بهشت نیست.

گر چپ و راست طعنه و تشنیع بیهدهست از عشق برنگردد آن کس که دلشدهست

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۴۶)

خاصیت من‌ذهنی طعنه زدن و بدگویی و ناامید کردن است و این نشانگر این است که من‌ذهنی در حال تبدیل شدن می‌باشد. تبدیل هم یعنی از حالت قبلی به حالت بعدی که هدف کمال است رسیدن.

من‌ذهنی موجودیت فعلی خویش را هم می‌بیند هم می‌شناسد، اما این شناسایی و رویت کردن در همین حد می‌باشد، یعنی از فرآیندهای بعدی خویش در تسلیمی اطلاع ندارد. بی‌نهایت شدن و رسیدن به حضور خداوند هدف اصلی طراحی و خلق همانیدگی‌هاست و این نکته بسیار مهمی است که همانیدگی‌ها به علت ذات ناآگاهشان از آن غافل می‌باشند، در نتیجه قضاوت، مقاومت و کنترل را انتخاب می‌کنند.

توهم و دشمن‌سازی و مانع‌بینی در فضای گشوده‌شده عدم از میان می‌رود و این تنها راهکار مورد اعتمادی است که بزرگان به ما معرفی کرده‌اند... وحدت و یکپارچگی تجربه‌ای است که همانیدگی‌ها در به‌دست آوردن آن ناتوان است، پس این هدیه‌ای است که زندگی در پس تبدیل شدن به ما نشان می‌دهد.

جناب مولانا در این بیت می‌خواهد یک مسیر تازه و ناشناخته‌ای که تا به امروز هیچ انسانی آن را تجربه نکرده‌است نشان می‌دهد آن‌هم مسیر فضاگشایی می‌باشد.

در این فضای گشوده‌شده همانیدگی‌های ما شناسایی شده و ناگفته نماند این همانیدگی‌ها باعث ورزیده شدن عضلات معنوی ما شده و قوی شدن این عضلات مانع از جسم شدن مرکز ما می‌شود.

زین کمین، بی صبر و حزمی کس نجست حزم را خود، صبر آمد پا و دست

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۳)



تجربه بعدی که مانع از آلوده شدن ما به همانندگی‌های دیگر می‌شود، صبر می‌باشد. صبر معنی دیگر فضاگشایی می‌باشد.

بی‌مرادی شد قلاووز بهشت حُفَّتِ الْجَنَّةُ شِنُو آي خُوش سِرِشْت

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

در بی‌مرادی، فضاگشایی حرکتی کاملاً آگاهانه و دفع حملات من‌های ذهنی از روی اصول و قواعدی است که از حس حضور خداوند بر ما جاری می‌شود. این یک پارادکس شعوری است که آگاهانه ما را به مغلطه‌کاری می‌اندازد، ولی دقیقاً این یک قانون است که راز به‌دست آوردن در نخواستن است و با دانش بر این‌که این آموزش‌ها برای براساس قوانین هستی طراحی شده‌اند، اعتماد و ایمان ما هر روز به جناب مولانا و آموزه‌های ایشان بیشتر می‌شود.

۳- خانم مرجان از استرالیا

موضوع: «بازی صورت‌ها»

اگر ما عمیقاً به این باور برسیم که همه ما انسان‌ها یک هشیاری واحد هستیم، دیگر تفاوت بین جنسیت، رنگ پوست، زبان و مرزها از میان برداشته می‌شود.

اما اگر براساس دید کج‌بین شرطی‌شدگی‌های جمعی نگاه کنیم، به‌جز صورت و ظاهر چیزی نمی‌بینیم و در سطح پست قیاس خواهیم ماند.

یک آفریقایی سیاه‌پوست را غریبه می‌پنداریم چون در لول (Level) سطحی صورت‌ها و ظواهر هستیم. یک چینی را به‌جای دیدن انسانیت او، فقط به‌عنوان یک غریبه چینی می‌بینیم چون زبانش فارسی نیست، چون زبان چینی را با زبان فارسی قیاس کرده‌ایم.

یک عرب را با دید غریبه نگاه می‌کنیم، چون که در آن طرف مرز زندگی می‌کند. مرزهایی که از جنس خاک است، اما تاریخ (بهتر است بگوییم من‌های ذهنی جمعی) این سرزمین‌ها و انسان‌هایش را از هم جدا کرده و بین آن‌ها تفرقه انداخته‌اند.

یادم می‌آید روزی برای پیک‌نیک به منطقه خوش آب و هوا در شهر ایلام که زادگاه من می‌باشد رفته بودیم. منطقه مرزی ایران و عراق. طوری که خاک عراق به وضوح قابل دید بود. آن زمان حدود پنج سالم بود و بیشتر با دید عدم می‌دیدم تا دید ظاهر بین ذهن.

وقتی به آن خط مرزی نگاه می‌کردم آن‌قدر برایم عجیب بود که چطور ممکن است یک خط این‌گونه زمین خدا را به‌علاوه انسان‌هایش و هرچه که در آن است، این‌گونه از یکدیگر جدا کند.

آن‌قدر نسبت به دنیای آن طرف مرز غریبه بودم که از پدرم پرسیدم: بابا آن طرف مرز آدم‌هایش چه شکلی هستند؟

چطور ممکن است که یک مرز این‌گونه انسان‌ها را از زمین تا مریخ جدا کند و بین آن‌ها فاصله بیندازد؟

با این دید خطرناک جدایی، دشمنی و جنگ و خونریزی امری عادی و طبیعی است، چرا که طبق قانون طبیعت اگر از یک گل دو مجسمه بسازیم، دیگر این دو مجسمه با یکدیگر ترکیب نمی‌شوند، حتی اگر هردو در ذات از یک جنس باشند مگر این‌که هردو شکسته و خرد شوند و به جنس اولیه خود بازگردند. این دو از یکدیگر جدا هستند، حتی اگر یک اسم را روی هردو بگذاریم، مثلاً مجسمه میدان آزادی ایران و مجسمه آزادی آمریکا.

اصلاً مگر زمانی که کره زمین به وجود آمد مرزی وجود داشت؟ همین اصل مذکور در دو جنس مرد و زن نیز صادق است. اگر دید جسمی داشته باشیم، خواه‌ناخواه، جنس مرد را، طبیعتاً جدا و متفاوت از جنس زن می‌بینیم. دو مجسمه با اشکال و صورت‌های متفاوت چطور می‌توانند عاشق یکدیگر شوند. چطور می‌توانند با دید جدابین ذهن با یکدیگر ترکیب شده و وحدت و یگانگی را تجربه کنند؟ مگر این‌که هردو به اصل خود پی برده و به آن زنده شوند. در غیر این صورت تجربه عشق میان انسان‌ها غیرممکن است.

حال بیایید نظر مولانا را در این زمینه بررسی کنیم. در غزل شماره ۲۲۸۱ با زبان ساده می‌گوید: همه ما انسان‌ها از یک جنس هستیم. این از دید ظاهربین و صورت‌پرست توست که زن و مرد را جدا و متفاوت می‌بینی.

زآن سوی کاندازی نظر، آن جنس می‌آید صور پس از نظر آید صور، اشکال مرد و زن شده (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۸۱)

صور، یعنی صورت‌ها، حال، آیا امکان دارد شخصی با چنین نظریه‌ای به جنس زن یا مرد بخواهد توهین کند؟ در غزل شماره ۱۲۶۳ از ما می‌خواهد که در صورت و ظاهر انسان‌ها گیر نکنیم، چرا که هر انسانی ذاتاً نور خداست:

این صورتش بهانه‌ست او نور آسمان‌ست بگذر ز نقش و صورت جانش خوش‌ست جانش (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۶۳)

به نظرم اگر جهان و صاحبان قدرت فقط یک مصراع از غزل شماره ۲۰۲۹ را درک کنند و به آن تبدیل شوند، آن قدر نرم و لطیف خواهند شد که دیگر جز عشق در انسان‌ها و موجودات هستی نخواهند دید. و آن مصراع این است:

بگذر ز آفریده بنگر در آفریدن

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰۲۹)

و این بار روی صحبت‌م با خویشاوندان نازنین هم‌وطنم از تاجیکستان و افغانستان است. چقدر از شنیدن صدای خواهران و برادران و علی‌الخصوص، کودکانِ عاشقِ افغان و تاجیکی‌ام به وجد می‌آیم و هربار با تمام وجودم ایمان می‌آورم که ارتعاش بزرگانی چون مولانا به چه زیبایی می‌تواند خاک و مرزهای جدا افتاده را با ریسمان گسست‌ناپذیر عشق پیوند زند و تفرقه‌افکنی‌ها را با عشق جایگزین کند.

به چه زیبایی توانست به موجود جدایی‌طلبی مثل من بقبولاند که ما همه با هم یکی هستیم. طوری که حالا می‌خواهم فریاد بزنم و بگویم تمام جهان وطن من است و تمام جهانیان هم‌وطنم.

خواهران و برادران عشقی‌ام! ما هیچ نمی‌دانیم. اما این را خوب می‌دانیم که با تکیه بر بزرگی چون مولانا، هر کدامان خودمان را دیگر به حساب آورده‌ایم! تک‌تک ما به شخصه چراغ خود را می‌افروزیم و با اتحاد انرژی قدرتمند عشق، جهان را تکان می‌دهیم، جهان را نورانی می‌کنیم و صلح ایجاد می‌کنیم. تا تاریخ همانند ویدیوی پخش شده در برنامه ۹۱۱ دوباره تصویری را به جهان نشان دهد. اما این بار تصویری حیرت‌انگیز از نورعشق و صلح و دوستی:

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

تو یکی نه‌ای، هزاری، تو چراغ خود بر افروز

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۱۹۷)

و در آخر باید بگویم که، به راستی که نیروی عشق، اثر دارد! اثر دارد!

۴- خانم نرگس از نروژ

چند چراغ که در هفته‌های اخیر به من کمک کرده‌اند را می‌خواستم با دوستان معنوی خود به اشتراک بگذارم:

۱. چراغ خنثی بودن و عدم قضاوت:

حَزَمِ كُنْ اَز خُورْد، كَيْنِ زَهْرِيْنِ گِيَاَسْت
حَزَمِ كَرْدَنْ زُورِ وَ نُوْرِ اَنْبِيَاَسْت
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۴)

برای عدم نگاه‌داشتن مرکز مهم است به‌وضعیت و اتفاق این لحظه کَر باشیم، کَر بودن به‌معنی خوب و بد نکردن، چرا که اگر خوب کنیم، وضعیت به‌مرکز ما می‌آید و یا اگر بد کنیم باز مرکز ما از عدم خارج می‌شود.

۲. چراغ بی‌مراد شدن:

بِي مِرَادِي شَد قَلَاوُوزِ بَهِيْشْت
حُقَّتِ الْجَنَّةِ شَنُوْاِي خُوشِ سِرْشْت
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

«بهشت در چیزهای ناخوشایند پوشیده شده و دوزخ در شهوات»

(حدیث نبوی)

هر لحظه انتظار بی‌مراد شدن نسبت به آنچه در پارکِ ذهنی خود داریم را داشته باشیم. با این دید آمادگی برای فضاگشایی برای هر اتفاقی را داشته و امید گرفتن زندگی از چیزی را نداریم و تغییر برای ما آسان‌تر است چرا که دیگر به الگوها و شرطی‌شدگی‌های خود نمی‌چسبیم و هر بی‌مرادی فرصتی برای فضاگشایی و گرفتن خرد از زندگیست.

۳. چراغ عذرخواهی اصیل از زندگی:

این‌که در این لحظهٔ ابدی مُستقر شویم و از رفتن به گذشته و آینده پرهیز کنیم و زندگی را این لحظه تمام و کمال زندگی کنیم و هر آن دچار قبض شدیم یادآور شویم که این بی‌مرادی نسبت به پارکِ ذهنی

و شرطی‌شدگی ما است و فضا را باز کرده و عذرخواهی می‌کنیم و پیام زندگی را گرفته و به‌جهت تغییری که زندگی از ما می‌خواهد عمل می‌کنیم.

۴. چراغ وحدت و یکی بودن انسان‌ها و دیدن شاه در لباس اتفاق و انسان‌ها و وضعیت‌ها:

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

این‌که هر وضعیت و اتفاق سببی غیر از زندگی ندارد و همه در جهت خیر و رحمت برای ما در جهت تبدیل است پس با من‌ذهنی خود مشورت نمی‌کنیم و با رضایت به آنچه که اکنون هست در مقابل زندگی سر خم می‌کنیم و سپاسگزار این هستیم که فرصت فضاگشایی و تبدیل را داریم.

۵. چراغ تیغ زدن برای آفتاب:

ما رمیت اذ رمیتم در حراب من چو تیغم، و آن زننده آفتاب (مولوی، مثنوی دفتر اول، بیت ۳۷۸۷)

«و هنگامی که تیر پرتاب کردی، تو پرتاب نکردی بلکه خدا پرتاب کرد.»

(قرآن کریم، سوره انفال، آیه ۱۷)

این‌که این لحظه ناظر باشم که عمل و حرف من از فضای گشوده‌شده و از ذهنی ساده است نه از واکنشی از من‌ذهنی، این لحظه حاضر و ناظر باشم بر حرف و عملی که می‌زنم و اگر حس کردم وصل نیستم عمل نکنم و حرفی نزنم که مقاومت محسوب می‌شود.

۶. چراغ عدم تقلید:

بی ز تقلیدی نظر را پیشه کن هم برای عقل خود اندیشه کن (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۴۴)

عدم تقلید از من‌های ذهنی و من‌ذهنی خودم با پرهیز، تا القائات من‌ذهنی خودم یا جمع روی من اثر نگذراد و به زندگی وصل بمانم.

۷. چراغ آه در چاه کردن:

نیست وقت مشورت، هین راه کُن چون علی تو آه اندر چاه کُن

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۳۲)

با هر چالشی به جای تعریف کردن آن برای دیگران یا حتی فکر پشت سر هم کردن در ذهن فضا باز کنیم، در برگاه‌ای بنویسیم و تمام حرف‌های خود را با خود در فضای گشوده‌شده بگوییم و منتظر باشیم تا زندگی از درون به ما راه‌حل بدهد و از واکنش و الگوی شرطی‌شده و من‌ذهنی دیگران تقلید نکنیم.

۸. چراغ پرهیز از طعنه و تشنیع:

گر چپ و راست طعنه و تشنیع بیهده است از عشق بر نگرود آن کس که دل شده‌ست

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۰۴۶)

با فضاگشایی اطراف همانیدگی‌ها و یا ایرادهای خود، در واقع شناسایی همانیدگی‌های خود با فضای گشوده‌شده نه با ملامت و من‌ذهنی که تشنیع «نالهِ و ایرادگیری و طعنه» دارد، بلکه با باز کردن آغوش بر خود و پذیرش خود و شکرگزاری برای آنچه که هستیم.

۹. چراغ شکستن کشتی:

چون شکست آن کشتی او بی‌مراد در کنار رحمت دریا فتاد

(مولوی، مثنوی، دفتر، بیت ۲۲۷۶)

بی‌مرادی‌های ما سبب سوراخ شدن کشتی همانیدگی‌های ما و بدون مصرف شدن ما برای من‌ذهنی خود و یا من‌ذهنی دیگران می‌شود و ما با پناه آوردن به عدم و فضاگشایی شامل رحمت زندگی می‌شویم و جانی دوباره می‌گیریم.

۱۰. چراغ افزون شکر ریختن:

چونکه سرکه سرگی افزون کند پس شکر را واجب افزونی بود

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۷)

هنگامی که من ذهنی خود یا دیگران عرصه را به ما تنگ می‌کنند زمانبست که بیشتر باید روی خود کار کنیم و خود را با خدمت کردن یا تماشای برنامه و تکرار ابیات بیشتر وصل نگه داریم تا فضا را بیشتر باز کنیم و از تاثیر قرین و ایجاد مقاومت در ما مصون بمانیم.

۱۱. چراغ ده ویرانه:

در ده ویرانه تو گنج نهان است زهو
هین ده ویران تو را نیز به بغداد مده

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۸۴)

وقتی از نظر ذهن وضعیت‌ها نابه‌سامان است و پارک ذهنی به هم ریخته است بهترین فرصت برای گنج‌یابی و فضاگشایی بیشتر و واهمانش با پارک ذهنی و سپردن خود به زندگیست برای بنای تازه است آن طوری که زندگی می‌خواهد و نظم زندگی ایجاب می‌کند نه آن طوری که من ذهنی ما می‌خواهد.

۱۲. چراغ خوش‌پوزی:

چو آهوی ختنی خون تو شود همه مشک
اگر دمی بچری تو زما به خوش‌پوزی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۷۴)

پرهیز از انرژی گرفتن از همانیدگی‌ها و یا خرج کردن انرژی فضای گشوده‌شده در خودنمایی، پرهیز از قرین‌های من‌ذهنی، پرهیز از فکر پشت هم و آموزش با من‌ذهنی، پرهیز از انقباض و واکنش، در عوض به اشتراک گذاشتن میوه‌های فضاگشایی با دوستان معنوی و وصل بودن هر چه بیشتر به فضای عدم با تکرار ابیات و دیدن برنامه.

از حد چو بشد دردم در عشق سفر کردم یارب چه سعادتها که زاین سفرم آمد

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۳۳)

آنقدر در بند دردهای ناآگانه سالها دست‌وپا زدم و با من‌ذهنی با ترس، توقع و انتظار از دیگران، حسرت، کنترل، حسادت، مقایسه خود با دیگران همانیده شدم و دائماً آه و ناله و در اسارت من‌ذهنی بودم و بی‌فایده راه به جایی نمی‌بردم.

من‌ذهنی در چرخه خراب خودش مرا دور می‌زد و می‌گفت: خانه نداری، ماشین نداری، پول نداری بدبختی، و این‌گونه ترس از آینده را مرتب برایم تداعی می‌کرد.

خوش‌بخت شدن را با پول برایم اندازه‌گیری می‌کرد، و درد تولید می‌کردم. تا این‌که با ابیات جناب مولانا به خودم آمدم و فهمیدم خداوند هر لحظه در حال پدید آوردن طرحی نو و تازه و جدید است تا با فضاگشایی جانمان را شستشو و جلا دهد. با شناسایی درد آگاهانه آماده شدم خودم را از چنگال من‌ذهنی به بیرون بکشم.

وقتی با مسیر معنوی در عشق و عدم افتادم و آگاهانه شناسایی و تشخیص دادم تمام شادی‌های عالم خوش‌بختی‌ها در مرکز عدم یافت شد، ولی من‌ذهنی در حسرت دیروز و ترس از فردا مرتب درد تولید می‌کرد. و از لحظه غافل بودم تا در این لحظه و کسری از ثانیه در سفر با عشق و عدم تمام آنچه را که جستجو می‌کردم، یافتم و رهایی را تجربه کردم. آماده شدم با خداوند و زندگی هم‌کاری کنم:

کوزه چشم حریصان پُر نشد تا صدف قانع نشد پُر دُر نشد

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۱)

من‌ذهنی طمع‌کارم بدنبال خودنمایی، تأیید و توجه و تمجید و تشویق گرفتن از دیگران بود و مرتب تمام قوای لازم و انرژی را از همانیدگی‌ها می‌گرفتم. وقتی فهمیدم ذلیل هستم و مقطعی و زودگذر و سیری



ناپذیری را به دنبال داشتند، هدف مقام بی‌تمنایی و مقام رضا، رضایتمندی را آموختم که هر لحظه ما را تبدیل می‌کند و به مرور زنده می‌شویم، قرین مناسب را انتخاب می‌کنم.

**عاقبت جوینده یابنده بُود
که فَرَج از صبر زاینده بُود**
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۹۵)

همواره صبر می‌کنم، صبور هستم تا بتوانم تسلیم را یاد بگیرم. صبر زیباترین سپر است که مرکز عدم را به ما نشان می‌دهد، که من ذهنی توان رویارویی با آن را ندارد و نمی‌تواند من ذهنی از صبر عبور کند. این‌گونه پخته می‌شویم فضای گشوده شده ما را احاطه می‌کند.

۶- خانم پریسا از کانادا

با قضا و کن‌فکان زندگی و به یمن آموزش‌های آقای شهبازی و مولانا، این هفته جنبه‌هایی از بی‌مرادی و حُفت‌الجَنّه برای من آشکارتر شد.

بی‌مرادی شد قلاووز بهشت حفت‌الجَنّه شنو ای خوش سرشت (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

معنی ساده این بیت این است که بی‌مراد شدن یعنی نرسیدن به مراد خود یعنی آنچه که انتظار آن را داریم، قلاووز و راهنمای بهشت است و ما را به سمت بهشت هدایت می‌کند.

مولانا می‌گوید: ای انسانی که تو ذاتاً خوش‌سرشت هستی، این حدیث حُفت‌الجَنّه را بشنو که پیامبر فرمود بهشت در سختی‌ها پوشیده شده‌است و دوزخ در شهوات.

حالا چطور می‌شود که بی‌مرادی قلاووز بهشت می‌شود و ما را به سمت بهشت می‌برد؟

ما ممکن است در روز چندین و چندبار بی‌مراد بشویم، یعنی آن چیزی که انتظار داریم اتفاق نیفتد. حالا یا فضا را باز می‌کنیم که در این صورت وارد بهشت فضای یکتایی می‌شویم، و یا فضا را می‌بندیم و مقاومت می‌کنیم و می‌خواهیم اتفاق آن‌طور که ما انتظار داریم پیش برود که در این صورت وارد دوزخ مقاومت و قضاوت خودمان می‌شویم.

اما در هر حالت بی‌مرادی چیز مبارکی است، یعنی در ذات خودش خوب است. خدا با بی‌مراد کردن ما به ما یک فرصتی را می‌دهد که فضا باز کنیم، و فضا باز کردن‌های مکرر ما را به حضور می‌رساند.

در برنامه ۹۱۶، یک قسمت از صحبت آقای شهبازی خیلی توجهم را جلب کرد. فرمودند که اگر ما در روز ۵۰ بار بی‌مراد بشویم و در برابر هر ۵۰ بار فضا را باز کنیم، در عرض چند روز به حضور زنده می‌شویم. عجب! پس بی‌مرادی و پشت‌سر آن فضاگشایی ما چنین قدرت عجیبی دارد، و زندگی مکانیسمی را برای زنده کردن ما درست کرده است که کاملاً قابل دسترس است.

پس حالا سؤال این است که پس چرا به حضور رسیدن این قدر سخت است. به خودم گفتم حتماً در برابر بی‌مرادی‌ها فضاگشایی درست نمی‌کنم. یعنی شاید چندبار فضاگشایی می‌کنم و چندبار هم نه. این شد که در هفته‌ی اخیر ناظر شدم بر بی‌مرادی‌های خودم. دیدم بله، چندین و چندبار در روز بی‌مراد می‌شوم و عکس‌العمل‌های من هم در برابر بی‌مرادی‌ها طیف وسیعی دارد. نمونه‌هایی از بی‌مرادی‌های ریز و درشت من در هفته‌ی گذشته این‌ها بودند:

- دوستی که خیلی مشتاق دیدنش بودم، گفت که سفری برایش پیش آمده و نمی‌توانیم هم‌دیگر را ببینیم.
- یکی از دانشجوهایم از من ایرادی گرفت.
- یکی از همکارانم اعلام کرد که بر روی قسمتی از پروژه که در دست کار داریم نمی‌تواند کار کند، چون سرش شلوغ شده است.
- یکی از عزیزانم بیمار شد.
- برنامه‌ی روزانه‌ام آن‌طور که انتظار داشتم پیش نرفت.

این‌ها چندین مثال از بی‌مرادی‌های من در هفته‌ی اخیر بود. در این مدت ناظر خودم شدم ببینم در برابر بی‌مرادی‌ها چگونه برخورد می‌کنم. آیا فضاگشایی می‌کنم یا فضا را می‌بندم؟ حقیقت این است که همه حالتی برایم پیش آمد، یعنی گاهی فضا را بلافاصله باز کردم، گاهی با تأخیر و گاهی هم فضا بندی کردم. ناظر شدم بر این‌که من در موقع بی‌مرادی چکار می‌کنم، و همین کمکم کرد که بهتر خودم و همین‌طور الگوهای شرطی‌شده‌ی خودم را ببینم. مثال‌هایی از آن را در زیر می‌آورم:

وقتی دوستم گفت که سفر برایش پیش آمده و نمی‌توانیم هم‌دیگر را ببینیم، دیدم که یک حس انتظاری از او در من بالا آمد، و یک حالت شرطی‌شدگی توقع و انتظار از دوستم در من خودش را نشان داد. البته خدا را شکر مثل گذشته‌ها نبودم که بگذارم این انتظار و توقع من را از ریشه برکنند و درد شدید بدهد. ناظرش شدم و فضا را باز کردم.

وقتی همکارم که در زمینه دیگری تخصص دارد و با هم کار مشترکی را انجام می‌دهیم، گفت که سرش شلوغ شده است و نمی‌تواند قسمتی از پروژه را تکمیل کند، آن هم درحالی‌که مقاله مشترک ما در حال بررسی است و نیاز به همین یک قسمت کوچک دارد که خارج از تخصص من است، دیدم که این بی‌مرادی یک حس ترسی در من ایجاد کرد که حالا چکار کنم و بدون همکاری تخصصی همکارم چطور مقاله در حال بررسی را چاپ کنیم. بعد یاد این بیت افتادم:

بی‌مرادی شد قلاووز بهشت حفت‌الجنه شنو ای خوش سرشت

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

با خودم گفتم من مقصودم زنده شدن به زندگی است و این اتفاقات بازی و ظاهر هستند، با هر سختی و زوری هم که شده باید فضا را باز نگه دارم. تکرار بیت زیر کمک کرد که سریع فضا باز شود و خرد زندگی راه‌حلهایی را در جلو من بگذارد.

نعره لاضیر بر گردون رسید هین ببر که جان ز جان‌کندن رهید

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، از بیت ۳۳۳۹)

ما بدانستیم ما این تن نه‌ایم از ورای تن به یزدان می‌زییم

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، از بیت ۳۳۴۰)

مورد دیگر که مربوط به بی‌مرادی به‌خاطر به‌هم ریختن برنامه روزانه‌ام بود، من را متوجه این شرطی‌شدگی ذهنی خودم کرد که می‌خواهم یک پارک خیلی منظم و مرتب بچینم. در برابر این شرطی‌شدگی هم فضا را باز کردم.

بی‌مرادی دیگر مربوط می‌شد به ایرادگیری دانشجوییم از من. اول نتواستم فضا را باز کنم و به ذهن رفتم و از خودم و کارهایم دفاع کردم. ولی بعد هرچه توان داشتم گذاشتم تا فضا را باز کنم. این فضاگشایی که البته با تأخیر انجام شد، به من کمک کرد که درس‌های این اتفاق را یکی پس از دیگری بگیرم. دیدم که حقیقتاً فضاگشایی در برابر بی‌مرادی‌ها درس‌های خیلی بزرگی را به من می‌دهد.



به‌طور کلی، برنامه ۹۱۶ یک تغییر بینشی را در من ایجاد کرد. دیگر دارم به بی‌مرادی‌ها به‌صورت یک فرصت طلایی نگاه می‌کنم. فرصتی که فراهم شده تا فضاگشایی کنم.

هرچه بی‌مرادی بیشتر، فرصت برای فضاگشایی و پشت‌سر آن زنده شدن به زندگی بیشتر. دیگر باقی‌اش بستگی به خودم دارد که آیا فضاگشایی می‌کنم و از این فرصت طلایی استفاده می‌کنم و یا نه فضا را می‌بندم و فرصت را از دست می‌دهم؟

مخخوز

هرچقدر من خدمت شما بگویم این بیت مهم است، باز هم کم گفتم.

بی مرادی شد قلاووز بهشت حُفَّتِ الْجَنَّةُ سَنُوَایِ خُوشِ سِرِشْتِ (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

خوش سرشت، یعنی این که ذات انسان از جنس خداست. سرشت او خوب است، ولی فعلاً یک سرشت مصنوعی پیدا کرده به نام من‌ذهنی و همین‌طور توجه می‌کنید، حدیث‌هایی که در این برنامه می‌خوانیم همه مال حضرت رسول است، یعنی همه معتبر است، به اصطلاح، از دهان ایشان درآمده، این حدیث که مولانا به آن اشاره می‌کند که بهشت در بی‌مرادی‌ها یا ناملازمات پیچیده شده، یا به وسیله آن پوشیده شده، و دوزخ در شهوات پیچیده شده، به اصطلاح خیلی خیلی مهم است.

توجه کنید معنی شهوت را هم در اینجا، شهوت یعنی رسیدن به چیزی که با آن همانیده شده‌ایم. در حالی که ما دائماً با چیزها همانیده می‌شویم و به آن‌ها می‌خواهیم برسیم. وقتی می‌رسیم خیلی هم خوشمان می‌آید.

شهوت، در اینجا به معنی شهوت جنسی نیست. خیلی جاها در مولانا جنسی نیست. شهوت، دوباره می‌گویم برای این که مشخص بشود. یعنی رسیدن یا کوشش کردن، یا رسیدن به چیزی که با آن همانیده هستیم و در مرکز ماست، وقتی می‌رسیم، حتماً در ذهن هستیم. چون به چیزی که با آن همانیده هستیم، رسیدیم.

اما وقتی به آن چیزی که با آن همانیده هستیم نمی‌توانیم برسیم در این جاست که ما شروع می‌کنیم به واکنش‌های بد.

اگر شما این نقاط را پیدا بکنید در روز با ناظر بودن به خودتان، بارها هم گفتیم همه حواس‌مان روی خودمان است. که چجوری بی‌مراد می‌شویم. و از کوچک‌ترین چیزها بگیرد تا بزرگترین چیزها.



مثلاً شما میل دارید همسرتان می‌روید بیرون، زود حاضر بشود، زود حاضر نمی‌شود، ده دقیقه یک ربع طول می‌دهد، بچه‌تان حاضر نمی‌شود، بچه‌تان دندان‌ش را نمی‌شوید می‌رود می‌خوابد. مجبور هستید با او صحبت کنید. این‌ها همه بی‌مرادی است.

بی‌مرادی، خلاصه قرار است امروز یک چیزی درست بشود، درست نمی‌شود، فردا می‌خواهد درست بشود. و اتومبیل‌تان خراب می‌شود. پنجر می‌شود. و این جور چیزها دیگر، همه بی‌مرادی است.

و در اطراف آن فضا باز می‌کنید و شما را به بهشت راهنمایی می‌کند، اگر درست به این بیت گوش بدهید، در مدت کوتاهی شما به پیشرفت‌های شایانی در این زمینه، در زمینه آزاد شدن از من‌ذهنی دست پیدا می‌کنید.

یک متنی دارم با اجازه‌تان را می‌خوانم.

گر چپ و راست طعنه و تشنیه بیهدهست از عشق برنگردد آن کس که دلشدهست (مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۴۶)

بله، از هر طرف کنایه‌ها و طعنه‌های بیهوده را می‌شنوم. و خودم را مسئول آن می‌دانم، زیرا با سودآوری‌ها و همانندگی‌های هرچه بیشتر و با کارافزایی و بدآموزی‌هایم، کل خانواده‌ام را هم به پُز دادن و پندار کمال و همانیده‌شدن هرچه بیشتر بهتر آلوده کرده‌ام.

ولی این بیت که به کمک مولانا و برنامه گنج حضور معجزه‌ای در زندگی‌ام اتفاق افتاده و مطمئن شده‌ام که در سال‌های کهولت باید از زندگی عذرخواهی و طلب استغفار کنم. و آن هم با آوردن عشق و خرد زندگی به این جهان، با فضاگشایی و نیکی کردن به دیگران تمرکز روی خودم باشد نه سوت‌زنان.

گفت مادر: تا جهان بوده‌ست از این کارافزایان بُدند اندر زمین (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۲۹۸)

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

آقای شهبازی می‌فرمایند از تغییرات خودتان بگویید. به لطف برنامه یکی از تغییراتی که با من ذهنی ابداً حاضر به انجام آن نبودم را عرض می‌کنم.

با یکی از دوستان هم سن و سال من که بیمار و گوشه‌گیر بوده، قرار می‌گذاشتیم هر دو هفته‌ای یک‌بار به رستوران می‌رفتیم ناهار می‌خوریم، ایشان خیلی به حضرت حافظ علاقمند بود و بیشتر غزل‌ها را از حفظ می‌خواند.

یک روز در منزل پسر ایشان برای ناهار مهمان بودیم هرچه منتظر ماندیم خبری از ایشان نشد. موبایل‌شان را هم جواب نمی‌دادند. با پلیس تماس گرفتند، مسیر خانه و اطراف را گشتند و اثری نبود. ساعت یک بعد از نصف شب پلیس اوکلاهما ایالت شمال تگزاس اعلام کرده بود که اتومبیل ایشان را متوقف کرده‌ایم. یکی از پسران ایشان رفت و صبح روز بعد ایشان را به خانه برگرداند. ایشان به آلزایمر مبتلا شده بود، خانواده از آن به بعد اجازه رانندگی به ایشان ندادند و ایشان در خانه می‌ماند. منتها به من تلفن می‌زد و قرار می‌گذاشتند می‌رفتم در منزل ایشان، با اتومبیل می‌رفتیم پارک، رستوران و حافظ خوانی و برمی‌گشتیم. ایشان را تحویل خانم‌شان می‌دادم و خداحافظی می‌کردم.

سه هفته پیش خبردار شدم که ایشان هنگام ترک رخت‌خواب متأسفانه فراموش کرده‌اند که پا را اول به زمین بگذارند و دچار عارضه گردن شدند. بعد از عمل جراحی، در گردن ایشان طوق آهنی آویزان بود که در ICU رفتم به ملاقاتشان و بعد در بیمارستان، بالاخره الان ایشان در آسایشگاه سالمندان هستند.

یک جلد دیوان حافظ برای ایشان بردم. تفعلی می‌زنیم، باهم می‌خوانیم و دیروز با ایشان در حال خواندن غزلیات بودیم که پسر ایشان وارد آسایشگاه شد. در کنار درب ورودی اتاق ایستاد و به غزل‌خوانی پدرش خیره شده بود. بعد از چند دقیقه خداحافظی کردم و پدر و پسر را تنها گذاشتم. و پسر ایشان در راهرو آسایشگاه دنبال من آمد. و در حالی که خود را ملامت می‌کرد گفت که ای‌کاش قدر پدرم را بیشتر می‌دانستم.

پس چه چاره جز پناه چاره‌گر؟ نامیدی مسّ و، اکسیرش نظر

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۳۸۶)

نامیدی‌ها به پیش او نهید تا ز درد بی‌دوا بیرون جهید

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۳۸۷)

بله، سال‌های زیادی می‌خواستم درد من ذهنی را با مسکن‌های دردآور درمان کنم. شکر که بالاخره فهمیدم دردهای من ذهنی، بی‌دوا و بی‌درمان است.

با راهنمایی آقای شهبازی و تکرار مثنوی و غزلیات از ناامیدی رها شده‌ام و به چاره‌گر پناه می‌برم و بی‌توجه به تشیع و طعنه‌زنان شادی بی‌سبب نصیب شده است.

در پناه لطف حق باید گریخت کاو هزاران لطف بر ارواح ریخت (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۸۳۹)

این داستان کوچک را هم بگویم. روزی دوستی قدیمی بایزید بسطامی، آن عارف بزرگ را در نماز عید فطر دید و پس از احوال‌پرسی از بایزید پرسید، شیخ ما هم کلاسی و هم مکتب بوده‌ایم، هرآنچه تو خوانده‌ای، من هم خوانده‌ام. استادمان نیز یکی بود. حال چگونه تو به این مقام رسیده‌ای؟ و چرا من مثل تو نشده‌ام؟

بایزید پاسخ داد تو هرچه شنیدی، اندوختی، ولی من هرچه شنیدم و خواندم، عمل کردم. ما هم تعهد و عمل به قانون جبران را از آقای شهبازی بیاموزیم. والسلام.

آقای شهبازی: بله، شما لطف دارید ما می‌خواهیم از شما بیاموزیم. والله.

آقای باقر: اگر این برنامه را ندیده بودم، امکان نداشت روزی شانزده ساعت، گل‌بازی همانندگی را بگذارم کنار و بروم دنبال دوستی که به اصطلاح دوستی که غیر از من به کسی تلفن نکرد. و دیگر من را هم نمی‌شناسد.

آقای شهبازی: آفرین بر شما و چقدر صحبت‌های شما آموزنده است، آقای باقر. واقعاً تشکر می‌کنم. ممنون هستم.

آقای باقر: لطف دارید از شما یاد می‌گیرم.

آقای شهبازی:



خیلی خوب، خیلی خردمندانه. بله، می بینید که دوستان خردمندان، واقعاً زحمت می‌کشند، می‌آیند پیام می‌دهند بسیار آموزنده است، بسیار آموزنده است. کسانی که جوان هستند سی سال دارند، چهل سال دارند. خوب توجه کنند دیگر، یاد بگیرند. مثل ما نباشند، مثل خود من نباشند، که اشتباهات زیادی بکنند و در سنین بالا به این چیزها برسند. در سنین بالا معلوم نیست آدم عمل بکند یا نه، حالا آقای باقر لطف دارند. بله، ولی باید دسته جمعی عمل کنیم و به هم‌دیگر یاد بدهیم، از هم‌دیگر یاد بگیریم. خوبی این برنامه این است که از هم‌دیگر یاد می‌گیریم. هزاران نفر محقق، که شما هستید دارید کمک می‌کنید و بینش خودتان را، نتیجه عملتان را در این سفره می‌ریزید تا همه از آن بخورند.

۹- خانم سارینا از مشهد

سارینا هستم از مشهد می‌خواستم یک پیغامی را با دوستان به اشتراک بگذارم.

قبل از این‌که شروع به خواندن پیام اصلی‌ام بکنم، می‌خواهم جلوی تمام دوستان گنج حضور از جناب شهبازی عذرخواهی کنم. این پیامم را به این جهت می‌خوانم تا من‌ذهنی‌ام کوچک شود و دست از کارهای زشتش بردارد، پس با اجازه شما شروع می‌کنم.

عنوان پیام: «انگل سِس!» عنوان عجیبی‌ست، بعداً توضیح خواهم داد.

سارینا همان دخترِ قُلدر و پُررویی که اگر رگش را هم می‌زدند به‌خاطر اشتباهاتش عذرخواهی نمی‌کرد، الان از اشتباهاتش درس می‌گیرد و وقتی از کسی عذرخواهی می‌کند این بیت در گوشِ جان‌ش طنین‌انداز می‌شود:

**زهی عشق زهی عشق که ما راست خدایا
چه نغز است و چه خوبست و چه زیباست خدایا**
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۵)

همان سارینایی که به‌خاطر شدتِ استرس دست‌هایش می‌لرزید و بعد از هر یک ساعت مطالعه و درس خواندن، مجبور می‌شد از سرِ درس خواندن بلند شود، چون استرسش به‌شدت زیاد بود، الان آن‌قدر شاد و مست است و آرامش دارد که زمان از دستش در می‌رود و نمی‌داند که چقدر از تایم مطالعه‌اش گذشته‌است.

**ما را ببین تو مست چنین بر کنار بام
داند کنار بام که ما بی‌کناره‌ایم**
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۷۰۹)

همان سارینایی که به‌دلیل خشم زیاد دچار بازو درد و پادرد می‌شد و دلیلش فقط و فقط خشم بود بدون این‌که به‌جایی ضربه بزند، الان اگر کسی به او فحش هم بدهد عین خیالش نیست و مست و خراب از کنار حرف‌های مردم رد می‌شود.

همه خلق در کشاکش، تو خراب و مست و دلخوش همه را نظاره می‌کن، هله از کنار بامی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۴۸۳)

ولی با این تغییرات باید اعتراف کرد که سارینا یک انگلِ سِس است. انگلِ سِس گیاهی است که فتوسنتز نمی‌کند و مثل یک مُفت‌خور از مواد حاصل از گیاهان سبز برای تغذیه استفاده می‌کند. وقتی که همه درها به رویم بسته بود تنها جناب شهبازی بودند که می‌گفتند در مسیر پیشرفت معنوی و تحصیلات مادیات ناامید نشو و ادامه بده. وقتی جلوی بیش از دوهزار نفر خوار و پست و ذلیل شدم و عذاب خواری دامن‌گیر من شد، فقط آقای شهبازی بودند که به من گفتند از اشتباهت درس بگیر و دیگر تکرار نکن و به این‌که دیگران درمورد تو چه فکر می‌کنند توجهی نکن چون مسئولیتش به‌عهده خودشان است.

ولی سارینای مُفت‌خور این‌همه تغییراتش را به‌خاطر برکتِ همنشینی با این همسایه دوست‌داشتنی یعنی جناب شهبازی نمی‌داند و گستاخانه ادعا می‌کند که استعداد خودش بوده که باعث این تغییرات شده. حدود چند روز پیش پیامی به این مرد بزرگ دادم و این پیام پُر بود از درد و خشم و جسارت به ایشان ولی این مرد دوست‌داشتنی با آرامش جوابم را دادند و عصبانی نشدند. شروع کردم به گریه کردن و اشک ریختن و می‌گفتم ای کاش الان مُرده بودم و این صحنه را نمی‌دیدم.

لازم است جلوی دوستان از آقای شهبازی عذرخواهی کنم. ایشان بارها گفته‌اند که سؤال کردن مسیر پیشرفت ما را کُند می‌کند ولی گوش‌های من کَر است و باز هم از ایشان سؤال می‌کنم و اگر پیامم را سین (seen) کنند و جوابم را ندهند خشمگین می‌شوم. خوب سارینا! چرا این قدر ادعای کمال می‌کنی؟! آقای شهبازی که بدی تو را نمی‌خواهند، وقتی می‌گویند نباید سؤال کنیم، بگو چشم، تو باید خاک پای بزرگان شوی. حرف‌های آخرم را در چند بیت خلاصه می‌کنم. هرچند که بسیار خواندن این اشعار برایم درد دارند ولی من می‌خواهم تا همه دوستان گنج حضور بدانند که سارینا نادیب و بی‌تربیت است تا مگر از این طریق دست از قضاوت‌هایش بردارد. فقط قبلش این را بگویم که بی‌حسد در بیت اولی که می‌خوانم یعنی انسان‌های عارف و بزرگ و به‌حضور رسیده‌ای هم‌چون مولانا و جناب شهبازی.

چون گنی بر بی‌حسد مکر و حسد
زان حسد دل را سیاهی‌ها رسد
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۳۵)

خاک شو مردانِ حق را پیش پا
خاک بر سر کن حسد را همچو ما
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۳۶)

جمعی به در پیر خرابات خرابند
قومی به بر شیخ مناجات مریدند
(فروغی بسطامی، دیوان اشعار، غزل ۲۲۶)

همت طلب از باطن پیران سحرخیز
زیرا که یکی را ز دو عالم طلبیدند
(فروغی بسطامی، دیوان اشعار، غزل ۲۲۶)

از خدا جویم توفیقِ ادب
بی‌ادب محروم گشت از لطفِ 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)

شکر کن، غره مشو، بینی مکن
گوش دار و هیچ خودبینی مکن
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۵۷)

هین ز مرهم سر مکش ای پُشت‌ریش
و آن ز پرتو دان، مدان از اصل خویش
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۲۷)

مگر خضر مبارک پی درآید
ز یمنِ همتش کاری گشاید

(حافظ، مثنوی آلا ای آهوی وحشی، بیت ۶)

همت‌م بدرقه راه کن ای طایرِ قُدس که دراز است ره مقصد و من نوسفرم

(حافظ، دیوان غزلیات، غزل ۳۲۸)

جسارت بنده را خواستم جلوی دوستان اعتراف کنم، از شما هم عذرخواهی کنم این من‌ذهنی کوچک شود و این قدر سؤال نکند هی؛

آقای شهبازی: نه، شما نوزده سالتان است، ببینید چقدر خردمند شده‌اید و شما دارید نشان می‌دهید که می‌شود در سنین هجده، نوزده، بیست، واقعاً خردمند شد.

از همین صحبت شما آدم‌های شصت‌ساله می‌توانند مطلب یاد بگیرند، شما این را مطمئن باشید، یعنی وقتی آدم راه بزرگان را می‌رود، امروزه می‌بینید از کودکان هشت‌ساله، نُه‌ساله ما مطلب یاد می‌گیریم در واقع عوض شده آن طرز فکر من‌ذهنی که اشتباه است، توهم است که فقط آن‌هایی که بزرگ هستند می‌دانند، یعنی سن‌شان بالاست. پیر سن به درد نمی‌خورد، پیر خرد به درد می‌خورد.

آدم می‌تواند در ده‌سالگی پیر خرد بشود، مثل شما در نوزده‌سالگی، همین حرف‌هایی که می‌زنید و عمل می‌کنید این‌ها پهلوانی است، پهلوانی است؛ شما ببینید چقدر تغییر کردید، چقدر پیشرفت کردید، خودتان الان اقرار می‌کنید که قبلاً استرس داشتید و خشمگین بودید و این را هم می‌دانیم ما در سنین نوزده‌سالگی، هجده‌سالگی، بیست‌سالگی این‌ها سنین جوانی است؛ یعنی شما فوراً می‌توانید از این درد بی‌دوا بیرون بجهید! آدم پنجاه‌ساله جاافتاده در این درد بی‌دوا! اصطلاح مولانا است درد بی‌دوا:

ناامیدی‌ها به پیش او نهید

تا ز درد بی‌دوا بیرون جهید

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۳۸۷)

این درد بی‌دوا هم اصطلاح جالبی است که ما یاد بگیریم، دواى من‌ذهنى و دردهایش قرص نیست، شربت نیست، نسخه‌روانشناس نیست، مشاوره با روانشناس نیست، آن‌ها هم جای خودشان را دارند، ولی درد بی‌دوا را نمی‌توانند درمان کنند باید از ذهن خارج بشویم. خیلی زیبا ممنونم.

خانم سارینا: یک چیزی هم می‌خواستم به بزرگ‌ترها پیشنهاد بدهم که شما گفتید دانش ادبیاتشان کافی نیست. من می‌خولستم یک کتاب معرفی کنم.

سلام خدمت جناب شهبازی و دوستان عزیزتر از جان گنج حضور.

در بین گفته‌های جناب شهبازی چندین بار شنیدم که ایشان می‌گفتند بزرگسالان در خواندن اشعار و فهم معانی آن‌ها دچار مشکل می‌شوند. بنده پیشنهادی به این دوستان دارم.

کتاب‌هایی که عکس‌های آن‌ها در کانال پیغام‌های معنوی فرستاده می‌شود، کتبی هستند که بنده بخاطر کنکورم آنها را مطالعه کرده‌ام و به دوستان هم پیشنهاد می‌کنم این کتاب‌های آموزشی را هرچند که برای داوطلبان کنکور می‌باشد را تهیه کنند. این کتب صرفاً برای افزایش دانش ادبی به درد می‌خورند و قابل قیاس با توضیحات کامل و مفصل جناب شهبازی نمی‌باشند. دانستن آرایه‌های زیبایی هم‌چون استعاره و تشبیه تنها به دست استاد نازنینم دکتر هامون سبطی که بهترین استاد ادبیات کنکور در ایران هستند، برایم میسر بود.

طبق گفته‌های استاد ادبیات کنکورم مطالعه این کتب را به این ترتیبی که عرض می‌کنم انجام دهید:

۱. ابتدا بدانید که باید حداقل یک ساعت و نیم در روز به مطالعه این کتاب‌ها پردازید.

۲. حتماً و حتماً با کتاب تناسب مفهومی ایشان شروع کنید تا خواندن اشعار بزرگان برایتان آسان شود. اگر بخواهم مثالی بزنم، در مصراع اول «او مرا از جان شیرین جان‌تر است» حرف «را» معنای متفاوتی دارد و شاید عجیب باشد که در این مصراع به معنای حرف اضافه «برای» است و جمله مرتب شده این مصراع به این شکل است «او برای من از جان شیرین جان‌تر است»

یا در مصراع «همت بدرقه راه کن ای طایر قدس» منظور شاعر از «همت» بعید است که «همت من» باشد بلکه جهش ضمیر صورت گرفته و منظور «راه من» هست. به طوری که مرتب شده این مصراع به این شکل است «ای طایر قدس همت را بدرقه راه من کن»

۳. بعد از اتمام دور اول کتاب تناسب مفهومی، دور دوم آن را شروع کنید.

۴. سپس به سراغ کتاب آرایه‌های ادبی بروید.

۵. بعد از اتمام کتاب آرایه به سراغ کتاب دستور زبان فارسی بروید.

ممکن است جلد کتب دچار تغییراتی شده باشند که موردی وجود ندارد، ولی حتماً هنگام خرید کتب نام دکتر سبطی را هم بگویید تا اشتباهی در فرایند خرید روی ندهد. مطمئن باشید با خواندن این کتب در هر سنی که هستید، دانش ادبی شما پیشرفت خواهد کرد.

۱۰- آقای شهبازی:

کمک می‌گیرم از خانم سارینا، دوباره خواهش می‌کنم اگر مطلبی به من می‌فرستید، من را در ترازوی قانون جبران قرار ندهید. یعنی انتظار جواب نداشته باشید. اگر (seen) شد، به قول ایشان دیده شد پیغام شما، نرنجید. ولی اگر می‌خواهید من را در فرمول قانون جبران قرار بدهید، یعنی بگویید من یک چیزی می‌فرستم، شما باید جواب بدهید. این را بدانید که این تله شیطان است. شما نباید از من برنجید، آن هم سر پیغامی که می‌فرستید، انتظار دارید جواب بگیرید و من نمی‌توانم جواب بدهم، چرا؟ برای این‌که اگر بگویم من در روز هزارتا پیغام از شما می‌گیرم باور کنید. این هزار پیغام، حالا یک تعداد مال تلگرام هست و این‌ها، دوستان ما کمک می‌کنند. ولی از طریق واتساپ، این قدر پیغام می‌آید، آدم جرأت ندارد یکی از آن‌ها را ببیند، برای این‌که می‌گویند (seen) شده، جواب ندادی. و می‌رنجید، چرا؟ قانون جبران را اعمال می‌کنید، می‌گویید من زحمت کشیدم، مطلب فرستادم، سؤال کردم، این شخص یعنی شهبازی اهمیت نمی‌دهد، مخصوصاً در اوایل که آدم من‌ذهنی دارد، فکر می‌کند که حتماً باید جبران کنند و من نمی‌توانم، قادر نیستم وقتش را ندارم که بعضی موقع‌ها همین‌طوری که چای می‌خورم سه‌چهار تا پیغام را می‌بینم و اگر جوابی داشته باشم، یا به عنوان سپاس و تشکر و این‌ها و یا یک مطلبی بگویم می‌گویم. و گرنه نمی‌توانم من روزی بروم به هزار نفر جواب بدهم. اصلاً نمی‌شود، یعنی من باید ده نفر کارمند بگیرم، که فقط به پیغام‌های واتساپ شما جواب بدهم. این اصلاً امکان ندارد. تازه شما جواب آن‌ها را نمی‌خواهید که، جواب من را می‌خواهید.

امکان جواب‌گویی من وجود ندارد. من از شما خواهش می‌کنم، من حالم خوب است، نه حال من را بپرسید، نه تشکر کنید، نه تبریک عید بگویید، نه همان ایام مهم، برای من یک چیزی بفرستید. نمی‌دانم، نه روز معلم را به من تبریک بگویید. هیچ‌کدام از این‌ها لازم نیست، برای این‌که شما کار افزایشی می‌کنید و فشارهای روحی ... شما نگاه کنید مردم پیغام می‌فرستند آدم نمی‌تواند جواب بدهد و می‌داند که آن شخص انتظار جواب دارد و تله شیطان است. اگر می‌خواهید یک چیزی بفرستید، بفرستید. اگر نوشتن آن برای شما مفید است، بفرستید. اگر نه که بفرستید، بفرستید من حالم خوب است، همه چیز خوب است.

این هم توجه کنید که تمام این تلویزیون را من باید اداره کنم، فکر پول آن را بکنم، نمی‌دانم کلاس دارم، درس را باید طرح کنم، طرح این جلسات وقت می‌برد، غزل آن را باید انتخاب کنم، مطالب مثنوی را باید انتخاب بکنم. این‌ها وقت می‌گیرد، کلاس من، روزهای یکشنبه است، از طریق زوم (zoom)، خودش پنج شش ساعت طول می‌کشد، شاید هم بیشتر. خود برنامه که چهارشنبه صبح برای شما اجرا می‌کنم، هشت ساعت طول می‌کشد. خودم روز بعد آن ادیت می‌کنم. نمی‌دهم به دست کسی، برای این‌که داده‌ام، دیدم خراب می‌کنند. و خودم پست می‌کنم یعنی در اینترنت، وبسایت، خودم می‌گذارم، کانال تصویری را خودم اداره می‌کنم. یعنی شما بگویید که من تنها کاری که می‌کنم که غیر از کار است، ورزش است. همین. فقط یک خُرده هم به بیزینس‌ام توجه دارم، که از بین نرود. ولی تمام وقت من صرف خدمت به شما می‌شود.

اگر شما بخواهید که به من نامه بفرستید و نمی‌دانم پیام بفرستید و انتظار داشته باشید من جواب بدهم نمی‌توانم. وقتش را ندارم.

پس، بنابراین هیچ پیغامی به من نفرستید. عوض آن اگر دوست دارید خودتان را، به خاطر خودتان قانون جبران مالی را رعایت کنید. به خودتان کمک می‌کنید. این برنامه هم مال شماست دیگر...

دو برنامه در خدمتتان اجرا می‌کنم من فقط برای خدمت به شماست. نه مقاصد مالی داریم، نه اجتماعی داریم، نه سیاسی داریم. نه می‌خواهیم به جایی برسیم. فقط خدمت به شما است.

پس اجازه بدهید که بنده و همکارانم در خدمت شما باشیم به طور کامل. و وقت گرفته نشود.

خانم سارینا خوب مثال زدند و فقط خانم سارینا نیستند (seen) می‌کنیم پیغام را، حالا می‌گوییم برمی‌گردم یک جواب بنویسم. سه روز طول می‌کشد، بعد از یک روز یک پیغام می‌آید خیلی خشن، که: «پیغام من (seen) شده، چرا جواب داده نشده»، عزیز من، روی خودت کار کن. اصلاً تو به من احتیاج نداری.

هر چقدر من تاکید کنم که این تله شیطان است، چرا؟ چه می‌شود؟ شما می‌رنجید از من سر هیچ و پوچ، برنامه را نگاه نمی‌کنید. بعضی‌ها عضو هستند، به خاطر این‌که من جواب آن‌ها را نداده‌ام عضویت‌شان را کنسل می‌کنند. می‌گویند جواب ما را ندادید. تله شیطان است.

من به هیچ چیزی از شما احتیاج ندارم. لطف کنید فقط قانون جبران را رعایت کنید، به خاطر خودتان، تمام پولی هم که به این برنامه بدهی شما به‌عنوان قانون جبران، که رعایت می‌کنید. صرف خود شما می‌شود. من بارها گفته‌ام، به پول شما احتیاج ندارم. و هیچ موقع احتیاج نداشتم. و هر ماه اگر از جیبم پول نگذارم، این تلویزیون جلو نمی‌رود.

و شما هم سهم خودتان را بپردازید. به خودتان کمک کنید. این را هم بگویم اگر شما جبران مالی نکنید، تک‌تک شما، شما پیشرفت نخواهید کرد. نگذارید ده سال زندگی‌تان هدر برود، بعد از ده سال، بیایید بگویند من پیشرفت نکردم.

می‌پرسم که شما قانون جبران مالی را رعایت می‌کنید، می‌گویید: نه.

می‌گویم چرا؟ آقا همه می‌دهند دیگر، مردم همه کمک می‌کنند، حالا یک نفر کمک نکند. چه می‌شود؟! پیشرفت نمی‌کند.

اولین چیز در این راه این است که ما راست بگوییم، قانون جبران را رعایت کنیم. زحمت بکشیم و هم حالا...

قانون جبران در خارج از ایران ماهیانه صد دلار است، بعضی‌ها می‌پرسند، صد دلار شما باید به برنامه ماهیانه کمک کنید، اگر خارج از ایران هستید، ایران را صحبت نمی‌کنیم ما، ایران هرچقدر بتوانند. ولی، خارج از ایران صد دلار برای یک‌ماه است و چهار برنامه شما تماشا می‌کنید، هر برنامه حداقل دوهزار دلار ارزش دارد برای شما، با معیارهای آمریکا کانادا و اروپا که برای چیزهای معنوی است. یعنی شما هشت‌هزار، ده‌هزار دلار تماشا می‌کنید. می‌گوییم صد دلار بدهید. صد دلار ندهید، پیشرفت نمی‌کنید. این را مطمئن باشید.

**گر چپ و راست طعنه و تشنیه بیهدهست
از عشق برنگردد آن کس که دلشدهست**
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۴۶)

قاعده شنیدن صدای دعوت زندگی در استفاده از خاصیت اصلی ذات خود.

شناسایی و تشخیص قاعده مخرب ذهن از قاعده حضور.

قاعده تغییر دید مقاومت و قضاوت به دید حضور.

قاعده گری گوش ذهن، قاعده ترک فایده جستن از همانیدگی‌ها.

قاعده ترک فکر و عمل کردن با ذهن، قاعده مشورت صحیح.

قاعده آتش زدن به هرگونه بهانه ذهنی، قاعده فروخوردن خشم.

قاعده نیستی و محو یار شدن، قاعده رهایی از کاهلی و جهل ذهن.

و قاعده بی‌مرادی، بی‌مرادی ذهن. قاعده دین و عدل زندگی.

**مطرب مهتاب رو آنچه شنیدی بگو
ما همگان محرمیم، آنچه بدیدی بگو**
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۴۵)

قاعده شنیدن صدای دعوت مطرب زندگی از فضای درون، همان خاموشی ذهن از قضاوت و مقاومت است.

**آن چه دیدی که مرا زآن عکس دید
در دل و جان شعله‌ای آمد پدید؟**
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۳۰)

قاعده انعکاس دید حضور، قاعده انعکاس دیدی خالی از مقاومت و قضاوت تنها در مصاحبت با بزرگان و خردمندان هست که آتش و نور شناسایی و تشخیص را شعله‌ور می‌کند.

آن چه دیدی که چنین خشم نشست تا چنان برقی نمود و باز جست؟

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۲۹)

قاعده انعکاس و بازتاب دید حضور در مصاحبت با بزرگان، قاعده‌ای است که انسان را از خشم و بدگمانی، حرص و طعنه و تشنیه آگاه و دور می‌سازد.

آن چه دیدی برتر از کون و مکان که به از جان بود و بخشیدیم جان؟

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۳۱)

قاعده انعکاس و بازتاب دید حضور در مصاحبت و هم‌نشینی با بزرگان هست که انسان را زنده و جان می‌بخشد، جانی که برتر از صد جان ذهنی است.

قاعده انعکاس و بازتاب دید حضور از بزرگان، قاعده‌ی رهایی از بُعد زمان و مکان ذهنی و قاعده نجات از بند غم گذشته و استرس آینده است.

مطرب مهتاب رو آنچه شنیدی بگو ما همگان محرمیم، آنچه بدیدی بگو

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۴۵)

قاعده شنیدن صدای مطرب زندگی و تبدیل دید مقاومت و قضاوت به دید حضور، ناظر بودن پیوسته بر ذهن و پرهیز از کاهلی و جهل و حماقت‌های آن است.

عقل می‌گفتش: حماقت با تو است با حماقت عهد را آید شکست

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۸۷)

قاعده ناظر بودن بر ذهن و خواسته‌های آن، قاعده ناظر بودن بر بی‌مرادی‌های ذهن و تمرکز بر روی خود، ملامت نکردن خود و دیگران، بلکه پذیرش و فضاگشایی با راهنمایی بزرگان و تعهد است. قاعده‌ای است که ذهن را از هرگونه گفت‌وگو و استدلال خاموش و به اصل و ذات اولیه زنده می‌کند. زنده شدنی که انعکاس و بازتاب آن در فکر و عمل انسان آشکار و تنها گواه صادق بر دین یا مرکز عدم است و گواهی و تأیید بندگان مورد قبول زندگی و قوانین زنده‌ساز آن و عدل آن نیست.

**چون گواهی بندگان، مقبول نیست
عدل، او باشد که بنده غول نیست**
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۲۳)

مسلم آمد یارِ دل‌افروزی چه عشق داد مرا فضلِ حق، زهی روزی

اگر سرم برود، گو برو، مرا سر اوست رهیدم از کله و از سر و کله‌دوزی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۷۴)

آیا قطعاً باور دارم به این‌که استعداد فضاگشایی دارم؟ به این‌که همه انسان‌ها من جمله من، توانایی این را داریم که در اطراف اتفاق این لحظه فضا باز کنیم؟ مولانا در غزل ۳۰۷۴ می‌فرماید بله این قطعاً وجود دارد، منتها تنها از طریق یار یا همان زندگی. تنها زندگی است که می‌تواند دل ما را روشن کند و ما را به اصل خودمان زنده کند و به ما عشق و گرمای زندگی دهد، نه من‌ذهنی و همانندگی‌ها و سبب‌سازی‌هایش.

هر موقع این موضوع را باور کردیم که تنها یار، یعنی زندگی‌ست که با بخشش خودش می‌تواند عشق را به ما بدهد، آن موقع است که متوجه می‌شویم که این سر من‌ذهنی باید برود، چون دیگر ما با دید عدم، با دید خداوند می‌بینیم و از عقل عدم استفاده می‌کنیم، عقلی که تمام کائنات را اداره می‌کند. پس از عقل جزئی و همانندگی‌هایش، محدودیت‌هایش، کم‌یابی‌اندیشی‌هایش و سبب‌سازی‌هایش رها می‌شویم.

دیگر نمی‌خواهیم برای خودمان کلاه درست کنیم و زیبایی کلاهمان که همان همانندگی‌هایمان هستند را به رخ دیگران بکشیم، چون به بی‌ارزش بودن آن‌ها پی برده‌ایم. البته این تنها زمانی به دست می‌آید که ساکت باشیم و خاموش، همان موقع است که می‌توانیم صحبت‌های زندگی را بشنویم و اجازه بدهیم که زندگی روی ما کار کند.

وقتی که سروصدای ذهن را خاموش کنیم و از فکری به فکر دیگر نپریم، از همانندگی‌ای به همانندگی دیگر جذب نشویم. موقعی که اتفاقات را بازی بگیریم و مسبب یا زندگی را جدی. زمانی که دیگر هیچ

همانندگی در مرکزمان نباشد و نخواهیم با من‌ذهنی ذهنمان را خاموش کنیم. زمانی که قوانین زندگی را رعایت کنیم: قانون جبران، قانون صبر، قانون مزرعه، قانون شکر.

موقعی که بودن در این لحظه و ماندن در این لحظه را مدام تکرار کنیم. زمانی که جانِ زندگی‌مان را از جانِ همانندگی‌هایمان بیرون بکشیم و تنها با دیدِ عدم، دیدِ زندگی ببینیم.

آن موقع است که می‌توانیم به اصلِ خودمان که از ابتدا بوده‌ایم یعنی عدم و زندگی تبدیل شویم و دیگران را هم با ارتعاشِ زندگی به‌سوی تبدیل به زندگی و آبِ زندگانی هدایت کنیم. زمانی که و رایِ خواستن‌ها و هوس‌های من‌ذهنی برویم و با تمام وجود باور کنیم که این خواستن‌های من‌ذهنی مثل آتشی پروبالِ زندگی ما را می‌سوزاند و ما را از اصل خودمان دور نگه می‌دارد و در درد زندانی می‌کند.

مولانا یادآوری می‌کند که تنها فضلِ حق است که به‌طورِ قطعی دلِ ما را روشن می‌کند و مرکزمان را عدم می‌کند و ما را به اصلِ خودمان که همان زندگی است تبدیل می‌کند.

مسلم آمد یار مرا دل‌افروزی چه عشق داد مرا فضلِ حق، زهی روزی (مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۷۴)

- آیا می‌توانم در این لحظه ابدی مستقر باشم؟

- آیا خواستن‌ها و انتظاراتم را از دیگران می‌بینم؟

- آیا با دیدنِ همانندگی‌هایم عقب می‌کشم و از زندگی عذرخواهی می‌کنم؟

- آیا اجازه می‌دهم که فضلِ حق با قضا و نیروی کن‌فکان زندگی من را اداره کند؟ یا هنوز می‌خواهم با من‌ذهنی‌ام زندگی‌ام را اداره کنم؟

- آیا هرلحظه هشیاری‌ام را تیز می‌کنم و رویِ خودم متمرکز می‌شوم تا اجازه ندهم که شرابِ زندگی به‌وسیلهٔ موشِ من‌ذهنی‌ام دزدیده بشود؟

- آیا می‌توانم خوب و بد کردن اتفاقات و فکرها را در هرلحظه در خودم ببینم؟

- آیا ایرادگیری و انتقاد از دیگران را می‌بینم؟

- آیا قبول دارم که همه این‌ها برای بزرگ کردن من ذهنی‌ام و به تأخیر انداختن پروسه تبدیلیم به زندگی و ماندن در درد است؟

- آیا باور دارم که روزی حق یا همان شادی بی‌سبب و حس امنیت، عقل، قدرت، هدایت تنها با فضاگشایی و عدم کردن مرکز و دلافروزی توسط فضل حق به دست می‌آید؟

- اصلاً من چقدر زندگی را در دیگران می‌بینم؟ آیا با دیدن دیگران فوراً با دید ذهن یک سری خصوصیات از پیش تعیین شده از آن‌ها برایم تداعی می‌شود؟ یا نه، می‌توانم عشق و زندگی را در آن‌ها ببینم؟ آیا می‌توانم ببینم که دیگران هم از جنس زندگی هستند و همه‌مان یک خواجه‌تاش هستیم و از یک جنس هستیم؟

تیز نظر کن تو نیز در رخ خورشید جان

وز نظر من نگر تا تو ببینی جمال

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۴۹)

۱۳- خانم الهام از شیراز

خیلی ممنون آقای شهبازی، خدا را شکر گرفت، خیلی تلاش می‌کنم بگیرد، ولی نمی‌گیرد. ممنونم از شما. خواستم از شما تشکر کنم، خدا را شکر به خاطر وجود شما نازنین، به خاطر وجود مولانا، و همه دوستان عزیز گنج حضور، که واقعاً پیغام‌هایشان خیلی خیلی به من کمک کرده! آقای شهبازی.

مخصوصاً جا دارد از خانم پریسا تشکر کنم، که بی‌نهایت سپاسگزار ایشان هستم. اخیراً پیغامی را راجع به «کاهلی من‌ذهنی» گفتند، که واقعاً بیدارکننده بود برای من.

و از آن موقع تا حالا خیلی دارم روی ابیات «کاهلی» تأکید می‌کنم. و می‌بینم که چقدر واقعاً کارافزایی‌های زیادی داشتم! و من‌ذهنی در چه مواردی باعث کاهلی من‌ذهنی من شده بود. از آن موقع تا حالا، یعنی روند کاری من، خیلی تغییر کرده آقای شهبازی، خدا را شکر ممنونم از ایشان.

آقای شهبازی:

واقعاً ممنون از ایشان؛ ایشان خیلی، پریسا خانم خیلی زحمت می‌کشند، برای شماها هم خیلی زحمت می‌کشند. روی خودشان هم کار می‌کنند، خیلی زحمت می‌کشند و شاهکارشان این است که یک قسمتی از زندگی خودشان را با یک بیت روشن می‌کنند!

وقتی آن چراغ، یک قسمتی از زندگی‌شان را روشن می‌کند، با روشنایی آن، قسمت‌های دیگر را هم می‌بینند، می‌روند سراغ آن بعداً. یعنی تا حالا در همین‌جا کلی از قسمت‌های زندگی‌شان را، به شما توضیح دادند و روشنش کردند، بله، امروز هم مطلب بسیار مهمی را گفتند.

از جمله این‌جا مثلاً «اندازه‌گیری پیشرفت معنوی با خطکش ذهنی» را مطرح کردند، «کاهلی ذهن» را به قول شما مطرح کردند. این بیت «یک زمان کار است، بگذار و بتاز»، ایشان واقعاً رویش تأکید کردند، روی همه ما اثر گذاشتند، روی خودشان اثر فوق‌العاده‌ای گذاشت. و امروز هم، بله، «بی‌مرادی» را مطرح کردند. بله بله تشکر، خیلی چیزهای دیگر هم مطرح کردند، فقط این نبود.

این‌که مطرح کردند «یوسف چند سال بیشتر از حد در زندان ماند»، به‌خاطر این‌که از یک آدم معمولی کمک خواسته بود به‌جای خدا، این را جا انداختند، خیلی خیلی چیزها هست، من الآن به‌تدریج یادم بیاید می‌گویم به شما. بفرمایید..

خانم الهام:

بله آقای شهبازی، دقیقاً درست است، حتی قبلاً هم راجع به «غم» صحبت کرده بودند، که وقتی که غم می‌آید چجوری باید گلوی غم را بگیریم و به‌صورت چه واکنش‌ها و استرس‌هایی، در بدن ما انقباض به‌وجود می‌آورد!

یعنی همه صحبت‌های ایشان واقعاً به من خیلی کمک کرده، چون کاملاً من متوجه می‌شوم که ایشان با همه وجودشان تجربه کردند و آن تجربه‌شان را دارند با ما به اشتراک می‌گذارند. واقعاً جا دارد از ایشان سپاسگزاری کنم. هم‌چنین، همین بیتی که شما فرمودید، به‌صورت کلید ایشان بیان کردند:

یک زمان کارست بگزار و بتاز

کار کوتاه را مکن بر خود دراز

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۸۱)

من هیچ‌وقت به کاهلی من‌ذهنی‌ام، به این دید نگاه نمی‌کردم که، در جزئیات زندگی‌ام، بخواهم آن را ببینم. بعد وقتی که این بیت را مرتب تکرار کردم، بعد از آن روز دیدم واقعاً در خیلی جنبه‌های چه مادی و چه معنوی من، این کاهلی من‌ذهنی وجود دارد. مثلاً از حالا مثال‌های مادی را بخواهم بزنم، من نگاه کردم، در خانه به‌خاطر شرایط کاری‌ام که حالا، بیشتر تایم را به کارم باید بپردازم، خیلی وقت‌ها کاهلی من‌ذهنی‌ام نمی‌گذاشت که من به کار خانه هم برسم آن‌طوری که باید! بعد متوجه شدم که این از کاهلی من‌ذهنی من است! این تنبلی دوباره آمد سراغ من، من این بیت را خواندم، گفتم:

یک زمان کارست بگزار و بتاز

کار کوتاه را مکن بر خود دراز

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۸۱)

همان لحظه بلند شدم، کُلّ خانه را تمیز کردم و بعد دیدم چه جاهایی از خانه من بوده که یعنی خیلی زمان‌ها خواستم آن کار را انجام بدهم ولی کاهلی من ذهنی من نگذاشته است.

مثلاً سبزی‌ها داخل یخچال من خراب شده بود! کاهلی من ذهنی من هر سری که می‌خواستم این را تمیز کنم می‌گفت: حالا بگذار بعداً، الآن مثلاً نمی‌خواهد این کار را انجام بدهی. و این از حالا مثال‌های مادی زندگی من هست!

در مثال‌های معنوی، دقیقاً دوباره، من دیدم کاهلی من ذهنی چجوری رخنه کرده! مخصوصاً وقتی که می‌خواستم پیغام بنویسم، گفتم: نه الآن خسته‌ای، الآن این کار را انجام بده بعد می‌نویسی. بعد متوجه شدم چقدر وقت هست من پیغام معنوی نتوانستم بنویسم! یا نتوانستم همانیدگی‌هایی که دارم، شناسایی کنم بنویسم!

خیلی جنبه‌های کاهلی را زیاد دیدم آقای شهبازی! متوجه شدم این منافق بودن من ذهنی‌ام را خیلی قشنگ دیدم. دیدم که مثلاً، وقتی که یک حس منفی می‌آید، مثال، مثلاً یک کسی به من توهین می‌کند، من ذهنی آن لحظه هیچ کاهلی و صبر نمی‌فهمد و هیچ صبری برای من نمی‌خواهد، فقط می‌گوید سریع جواب بده! عجله‌ست آن لحظه.

آن لحظه فقط از من عجله می‌خواهد که با عجله یک کاری را انجام بدهم که همیشه با پشیمانی همراه هست. ولی دیدم که، وقتی که مثلاً می‌خواهم یک بیت بنویسم آن کاهلی آن، تبدیل به یک صبری می‌شود که حالا می‌خواهد این کار را به تأخیر بیندازد، عجله آن برای کارهای معنوی من تبدیل به صبر می‌شود و صبر آن برای کارهایی که به قولاً شناسایی همانیدگی‌ها تبدیل به عجله می‌شود. و واقعاً منافق بودن من ذهنی خودم را به عینه دیدم.

همه این شناسایی‌ها از پیغام پریسای عزیز بوده، واقعاً از ایشان سپاسگزارم، خدا را شکر. خدا را شکر به خاطر این که شما این جمع معنوی را برای ما گذاشتید که، هیچ جای دنیا امن‌تر و سالم‌تر و پاک‌تر از این جمع نیست، که آدم می‌تواند با آرامش در این جمع قرار بگیرد.

یعنی واقعاً خانواده معنوی ما، همان خانواده اصلی ما هستند آقای شهبازی. ما وقتی در خانواده خودمان هستیم، هیچ آرامشی نداریم! تمام مدت به قول شما همه‌اش طعنه و تشنیه هست. ولی وقتی که در این جمع معنوی هستیم، همه چیز کمک هست، همه چیز عشق است. واقعاً نمی‌دانم چجوری باید تشکر کنم هم از شما، هم از خدا.

ممنونم از شما. هم‌چنین اخیراً یکی از دوستان عزیز یک پیغامی را گذاشته بودند، اسمشان را متأسفانه نمی‌دانم، این پیغام راجع به «مُسَلَّم» و «مُحَال» بود که باعث شد من یک پیغام راجع به مُسَلَّم و مُحَال بنویسم، ولی خُب دیگر پیغام طولانی می‌شود، به پیغام عشق می‌فرستم این پیغام را. دست شما درد نکند، خیلی ممنونم.

بی‌مرادی شد قلاووز بهشت حُفَّتِ الْجَنَّةُ شِنُو اِی خُوش سُرِشْت

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

همین بیت و غزل ۴۴۶ که بخشی از طرح برنامه ۹۱۶ بودند به طرز فوق‌العاده‌ای چراغ‌هایی را برایم روشن کردند که هم‌چو نوری تابیدند بر سه مشکل اساسی که در من‌ذهنی درگیرشان بودم.

چراغ اول: بی‌مرادی قلاووز بهشت من برای رهایی از جهنم کمال‌طلبی.

من به‌عنوان یک فرد تأییدطلب و کمال‌طلب که انتظار کمال از شرایط و رویدادها را داشت، همیشه عادت داشتم که برای همه کارهای ریز و درشتم از قبل برنامه‌ریزی کنم. البته در بسیاری مواقع به برنامه خودنوشته‌ام عمل نمی‌کردم، اما این کار باعث می‌شد از قبل همه‌چیز را ببینم و بدانم و مطمئن شوم که اتفاقی نخواهد افتاد که از حیطة پیش‌بینی من خارج باشد.

جاهایی هم که پیش‌بینی‌اش را نکرده بودم حرف نمی‌زدم و یا از ترس خطا کردن، از حرف زدن اجتناب می‌کردم و فرار می‌کردم. اما اتفاقی که می‌افتاد این بود که خیلی وقت‌ها کارها آن‌طور که من از قبل دیده بودم پیش نمی‌رفت، و من دچار اضطراب و تنش می‌شدم و یا می‌رنجیدم.

برنامه ۹۱۶ به من یاد داد این‌که انسان برای کارهایش برنامه‌ریزی کند و از قبل جوانب کار را ببیند، اصلاً بد نیست، اما اگر فکر کند که برنامه‌ریزی‌ای کرده مو لای درزش نمی‌رود و نباید برود، غلط است. آموختم به‌جای انتظار کمال از آدم‌ها و اتفاقات، اتفاقاً انتظار بی‌مرادی داشته باشم و بدانم که طعنه و تشنیه و بی‌مرادی و چالش، از چپ و راست برایم خواهند آمد و من اگر «دلشده‌ام»، باید عاشق این بی‌مرادی‌ها باشم و مثل مولانا آن‌ها را راهنمای بهشت بدانم.

این‌گونه است که نه‌تنها از بی‌مراد شدن نمی‌ترسم بلکه با آمدنشان فرصتی برای فضاگشایی و صبر پیدا می‌کنم که بابت این عضله‌سازی معنوی هم باید خدا را شکر کنم.

گر چپ و راست طعنه و تشنیه بیهدهست از عشق برنگردد آن کس که دلشدهست

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۴۶)

چراغ دوم: بی‌مرادی قلاووز بهشت من برای رهایی از جهنم مقاومت.

طبق تعریف مقاومت یعنی عدم تسلیم در برابر اتفاق این لحظه و چیزی خواستن از اتفاق. برنامه ۹۱۶ دو قاعده را برایم معرفی کرد که به کمک آن‌ها متوجه شوم که چگونه من با تلاش برای کنترل‌گری، همواره درصدد گرفتن چیزی از این لحظه بودم.

من همیشه یا از دیگران مثل همسر، مدیر، خانواده‌ام، دوستانم تأیید و توجه و احترام و خوش‌رویی می‌خواستم، و یا این‌که می‌خواستم کارها آن‌طور که من دوست دارم پیش برود. اما از همین سه روز پیش بود که متوجه شدم اتفاقاً طرح زندگی این نیست که طبق خرده‌فرمایشات من ذهنی من عمل کند.

هنر من این باید باشد که هرآنچه زندگی پیش‌کشم می‌کند را با عشق بپذیرم و تسلیم باشم و درعین‌حال گوشم هم نسبت به همه این ملامت‌ها و ناملاطی‌ها کر باشد. از آن روز هر اتفاقی که می‌افتد و در خودم می‌بینم که مقاومت می‌خواهد بالا بیاید، سریع لبخندی می‌زنم و می‌گویم: «بی‌مراد شدم!» و به طرز معجزه‌آسایی می‌بینم که چقدر پذیرش این بی‌مرادی و لبخند زدن برای حضورش، من ذهنی‌ام را خلع سلاح می‌کند.

گر قاعده‌ست این که ملامت بود ز عشق کری گوش عشق از آن نیز قاعده‌ست

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۴۶)

چراغ سوم: بی‌مرادی قلاووز بهشت من برای رهایی از جهنم عدم پرهیز و حزم.

طرح برنامه ۹۱۶ به من آموخت اگر پرهیز کافی ندارم برای این است که همواره من ذهنی‌ام ترجیح داده است چشمش را بر روی بی‌مرادی‌ها ببندد و چون فکر می‌کند همواره شرایط گل و بلبل در انتظارش است، پابرهنه در خارزار قدم می‌نهد. اما پرهیز و حزم یعنی دوراندیشی داشته باشی.

بدانی اگر با کسی ملاقات می‌کنی، یا کاری برایش انجام می‌دهی، یا کاری برایت انجام می‌دهد، حواست باشد که این فرد همه‌جوره ممکن است بی‌مرادت کند.

می‌تواند آن روز خیلی بد اخلاق باشد، می‌شود کارش را درست انجام ندهد، یا به موقع نباشد، یا ارزش کارت را نداند و هزار جور بی‌مرادی و خارزار دیگر. حزم و دوراندیشی یعنی در دل هر فرد و هر اتفاق، بی‌مرادی‌ها و خارزارها را ببینی. وقتی حضرت رسول می‌فرمایند که سوءظن داشته باش، به این معنی نیست که بدبین باش و به آدم‌ها برچسب بزنی.

می‌فرمایند از هیچ‌کس و هیچ‌چیز هیچ مرادی نخواه، بلکه با سوءظن بدان که احتمالاً همه‌جوره بی‌مراد خواهی شد. آن دمبل‌های ۲۰ کیلویی را از قبل ببین و وقتی زندگی وزنه‌ها را دستت داد لبخندی بزنی و بگو: بی‌مراد شدم! و در آن لحظه ببین که فضای گشوده شده درونت چه قدرتی به تو می‌دهد!

حزم آن باشد که ظنّ بد ببری

تا گریزی و شوی از بد ببری

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۷)

حزم سوءالظن گفته‌ست آن رسول

هر قدم را دام می‌دان ای فضول

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۸)

والسلام

۱۵ - آقای مهراَن از کرج

آقای شهبازی یک پیغامی آماده کردم خدمتان، من مدتی قبل یک پیغامی ارائه داده بودم به‌عنوان نقشه گنج. و این به‌قول معروف ورژنش هست. این یک ورژن جدید از نقشه گنج، از یک راه‌های دیگری حالا برای رسیدن به این گنج حضور.

آقای شهبازی: این نقشه جدید است، درست است؟

آقای مهراَن: بله از یک راه دیگر است.

آقای شهبازی: خیلی خوب بفرمایید ببینیم این راه چیست.

آقای مهراَن: نقشه گنج اول، درمورد بیت دفتر ششم، بیت ۴۹۶ هست.

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

وقتی می‌خواهیم یک ورزشی کنیم یا یک تغذیه سالمی داشته باشیم، من‌ذهنی افکاری را شروع می‌کند به بافتن که براساس پرخوری و بی‌حرکی است. یعنی او قادر است که ما را در استنباط حق به‌جانب جلوه بدهد.

مثلاً بگوید تو با این همه کاری که سرت ریخته چجوری می‌خواهی ورزش کنی؟ یا مثلاً می‌گوید اگر کم غذا بخوری ضعیف می‌شوی، بیمار می‌شوی! صورتت لاغر و زشت می‌شود! زمانی که این فکرها را می‌بافد ما با این بیت می‌توانیم من‌ذهنی را هرچه رشته بود پنبه کنیم.

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

ما قوتی برای پُرخوری و بی‌تحریکی نداریم. الآن در جوانی این قوت را داریم، اما وقتی پا به سن بگذاریم، با بیماری‌های بسیار، بی‌قوت و ناتوان می‌شویم. کسی که خردمند باشد، با رعایت قانون جبران درمورد بدن و معنویت خودش، تلاش می‌کند تا آخر عمر حتی در پیری آن‌قدر سالم و پرنرژی بماند تا نیازمند فرزند نشود.

وقتی منبع انرژی از فضاگشایی درون بیاید، ما علاوه بر قدرت پرهیز، برای جلوگیری از مشکلات جسمی، قدرتی ماورای ذهن را در خود حس می‌کنیم که هیچ من‌ذهنی‌ای آن را نمی‌تواند درک کند؛ که آن قدرت، قدرت زندگی است که از فضاگشایی به انسان تزریق می‌شود.

بنابراین وقتی ذهن می‌گوید بخور و تکان نخور، تو بگو:

چون نباشد قوتی، پرهیز به در فرار لا یتاق آسان بجه

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۹۶)

و نقشه گنج دوم از بیت دفتر دوم بیت ۵۹۱ هست:

هیچ کُنْجی بی دَد و بی دام نیست جز به خلوت‌گاه حق، آرام نیست

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۹۱)

آقای شهبازی این بیت برای من یک عمق فوق‌العاده‌ای دارد. یعنی من در هر لحظه که می‌خواهم فضاگشایی کنم این بیت برای من تداعی می‌شود.

ما در این دنیا بسیار بسیار گنج‌هایی پر از دام و دَد داریم. باید بگوییم که اصلاً تمام این دنیا دام و دَد است. یعنی ما در بیرون هیچ امنیتی نداریم، مگر از درون فضا دار باشیم.

نمونه‌هایی از این دام و دَد‌ها را نام می‌برم که باید در مقابل آن‌ها این بیت طلایی را زمزمه کنیم.

۱. وقتی که در محل کار در جمیع من‌های ذهنی هستیم و با آن‌ها سروکار داریم و اجباراً باید با آن‌ها مراوده داشته باشیم.

هیچ کُنْجی بی دَد و بی دام نیست
جز به خلوت‌گاهِ حق، آرام نیست
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۹۱)

۰۲. وقتی حتی پدر و مادر با دانش معنوی مخالفت هستند و می‌خواهند کنترل کنند.

هیچ کُنْجی بی دَد و بی دام نیست
جز به خلوت‌گاهِ حق، آرام نیست
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۹۱)

۰۳. وقتی یک فکری از جبهه من‌ذهنی پدیدار می‌شود و می‌خواهد ما را از نیروی فضاگشایی درون قطع کند.

هیچ کُنْجی بی دَد و بی دام نیست
جز به خلوت‌گاهِ حق، آرام نیست
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۹۱)

۰۴. وقتی اتفاقات نگران‌کننده بیرونی می‌خواهند حال ما را تعیین کنند.

هیچ کُنْجی بی دَد و بی دام نیست
جز به خلوت‌گاهِ حق، آرام نیست
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۹۱)

۰۵. وقتی توسط عوامل بیرونی، ما دچار ترس، خشم، استرس و غم می‌شویم.

هیچ کُنْجی بی دَد و بی دام نیست
جز به خلوت‌گاهِ حق، آرام نیست
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۹۱)

آقای شهبازی آخر پیغامم رامی‌خواستم با یک تجربه معنوی اخیرم ادامه بدهم.

این اواخر به لطف زندگی واقعاً به یک آرامشی رسیدم که خودم در حیرت هستم. مثلاً وقتی در جمع من‌های ذهنی قرار می‌گیرم، به محض این‌که می‌خواهم از آن‌ها تأثیر بگیرم، یک نیرویی از درون سپر می‌شود و جلوگیری می‌کند.

حالا جالب است که بدانید مدتی بود که من از این آرامش عمیق بهره‌مند بودم، اما ذهن اجازه شناسایی این آرامش را نمی‌داد و می‌گفت تو هنوز کاری نکردی! تو اصلاً پیشرفتی نداشتی! یعنی من‌ذهنی اول جلوی پیشرفت را می‌گیرد، بعدش که پیشرفت می‌کنی، جلوی شناسایی پیشرفت را می‌گیرد.

اما الآن واقعاً متوجه‌اش شدم و در طول روز، این آرامش را احساس می‌کنم که با من است. درست است که پایدار نیست اما هست. یعنی در رفت‌وآمد است. یک لحظه حضور قطع می‌شود و یک لحظه واهمانش به وجود می‌آید و وصل می‌شود.

برای عزیزانی که مثل من با کمال‌طلبی دست و پنجه نرم می‌کنند باید بگویم که صد درصد، شما پیشرفت معنوی داشتید و دارید و باید با حضور ناظر فقط به خودتان نگاه کنید تا به آرامش درونتان واقف بشوید.

من که خصم هم منم، اندر گریز

تا ابد کار من آمد خیز خیز

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۷۰)

ممنونم آقای شهبازی.

۱۶- آقای پویا از آلمان

ما اینترنتمان کلاً سیم‌کشی خانه قطع شده، من اصلاً برنامه را نمی‌توانم ببینم، بعد الآن مثل معتادهایی شدم که خمار هستند، ولی به‌رحال گفتم سریع زنگ بزنم، یک پیام کوتاه بدهم، صدای گرم‌تان را بشنوم.

من یک بیت از غزل را می‌خوانم، یک توضیحات کوچولو درموردش می‌دهم. بعد یک کاربردی که خودم، یک راهکاری که فضاگشایی که خیلی سخت می‌آید به‌نظر همه، یک راهکاری که برای خودم جواب داده را می‌گویم و درنهایتش هم یک کم درمورد حیات‌وحش صحبت می‌کنم که هفته پیش قولش را دادم. بعد این بیتی که می‌خواهم درموردش صحبت کنم بیت غزل است، می‌گوید که:

در بارگاه دیو درآیی که داد، داد داد از خدای خواه که اینجا همه دده‌ست

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۴۶)

سه بار مولانا در این بیت داد را به‌کار می‌برد. داد به‌نظر من این‌طوری که در این بیت می‌آید، این پاسخی است که ما در مقابل فرم این لحظه از ما بیان می‌شود است و مولانا به ما می‌گوید که این داد یا پاسخ تو به فرم این لحظه باید از خدا بیاید یا از فضای گشوده‌شده بیاید و بدون این‌که استثنایی قائل بشود می‌گوید که این‌جا همه دده است، دده یعنی دیو، هیولا. اگر غیر از این‌که از فضای گشوده‌شده انسان بخواهد به فرم این لحظه پاسخ بدهد، کار دیو است.

بعد در کلاً فضاگشایی اگر برای دوستان سخت می‌آید، من یک راهکاری که به ذهنم رسیده، حالا می‌گویم به ذهنم، یک راهکاری که جواب داده برای من این بوده که من هر موقع از در خانه می‌روم بیرون یا کلاً انسان‌ها را می‌بینم، این قدر هی سعی کردم با خودم تا هر انسانی شروع می‌کند به صحبت کردن هی بگویم فضاگشایی، فضاگشایی، یک طوری سعی کنیم فضاگشایی را از فضای خودآگاه ذهن به فضای ناخودآگاه ببریم.

و به‌خصوص در محیط‌هایی که در آن آشنا هستند، با افرادی که مثلاً شاید پایین و بالا یک کم داشتند، یا در محل کار که مثلاً زیادترند افراد و هر لحظه ممکن است کسی چیز بکند، یک چیزی پیش بیاید، همه‌اش در ذهنم هست تا کسی صحبت می‌کند، تا می‌گویند سلام، مثلاً کسی می‌گوید سلام، من در ذهنم این است که فضاگشایی، فضاگشایی. باعث می‌شود که من فقط ساکت باشم و گوش بدهم و این سکوت و این‌که بگذاری طرف حرف بزند و فضاگشایی که از حالت خودآگاه رفته به حالت ناخودآگاه، باعث می‌شود که، باعث می‌شود که خیلی بدون این‌که آدم بفهمد از کنار خارزارهایی که برایش پیش می‌آید رد بشود و پاسخ درست به فرم این لحظه بدهد.

برای این‌که وقت نگذرد من یک، این نهایت آخرش هم در مورد حیات وحش می‌خواستم صحبت کنم، این قسمت سخن، این سخنان پایانی را همیشه اسمش را می‌خواهم بگذارم «بارگاه حیات وحش». ما در دو هفته پیش در مورد امر مُحال یا محال صحبت کردیم که در آن داستان پرنده به شکارچی‌اش می‌گفت که هیچ امرِ محالی را باور نکن.

یکی از امرهای مُحالی که پیش می‌آید این است که ما فکر نکنیم که بدون حیات وحشمان و بدون طبیعتی که در اطرافمان هست ما می‌توانیم بدون این‌که با آن‌ها هم‌زیستی کنیم، نسل‌های آینده جان سالم به‌در ببرند و زندگی ادامه پیدا بکند. حیات انسان در روی کره زمین بدون توجه به هم‌زیستی‌اش با حیات وحش و طبیعت اطرافش امکان نخواهد داشت، یک امر محال محسوب می‌شود.

شما آقای شهبازی همیشه می‌گویید که هر انسانی محل بیان زندگی است. چرا این را تعمیمش ندهیم که هر گیاهی، هر چمنی، هر حیوانی در طبیعت هم محلی از بیان زندگی است؟ پس چطوری است که ما سعی می‌کنیم در این برنامه به هم‌دیگر اجازه بیان شدن زندگی را بدهیم ولی سعی نمی‌کنیم که به محیط اطرافمان، به طبیعتمان و به حیات وحشمان هم اجازه بیان شدن بدهیم؟

پارک‌های ملی ایران مساحتشان زیر یک درصد است نسبت به مساحت کل کشور، طبق آماري که من در آوردم، حالا چقدر دقیق، چقدر نادقیق. وقت تمام شده، ان‌شاءالله هفته بعد یک کم در مورد شاید حیوانات پارک‌های ملی‌مان یا چندتا پارک ملی داریم در ایران صحبت می‌کنیم، بعد می‌توانیم در هفته‌های بعدی این پارک‌های ملی را در مورد جهانی‌اش هم صحبت بکنیم تا یک دیدگاه‌هایی به نظرمان

برسد که حیات وحش ما در چه نسبتی با مساحتی که ما اشغال کردیم به‌عنوان زمین در کره زمین، در چه نسبتی قرار دارد.

من سخن را همین‌جا به پایان می‌برم، بیت آخر را می‌خوانم.

بی‌کلید، این در گشادن راه نیست

بی‌طلب، نان سنتِ الله نیست

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۸۷)

آقای شهبازی: شما بقیه بیت‌ها را نمی‌خوانید؟ این سه بیت است معمولاً، بقیه‌اش یادمان می‌رود اگر نخوانید. بله، «گفت پیغمبر»، چه گفت؟

آقای پویا: گفت:

گفت پیغمبر که: بر رزق ای فتا

در فرو بسته‌ست و بر در قفل‌ها

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بین ۲۳۸۵)

جنبش و آمد شد ما و اکتساب

هست مفتاحی بر آن قفل و حجاب

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۸۶)

بی‌کلید، این در گشادن راه نیست

بی‌طلب، نان سنتِ الله نیست

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۸۷)

آقای پویا: مرسی آقای شهبازی، با اجازه.

آقای شهبازی: آفرین، خداحافظ، خداحافظ. بله، «بی‌طلب، نان سنتِ الله نیست».

۱۷ - خانم مریم از کانادا

آقای شهبازی دید جدیدی در طول مدت آشنایی من با گنج حضور در من ایجاد کردند. متوجه شدم که پیش چشم شیشه کبود داشتم و از آن جهت همه چیز برای من رنج آور و دردناک بود. مشکلات زیادی براساس دید همانیدگی‌ها از دوران نوجوانی تا به حال برای من ایجاد شده‌اند که می‌توانستند بعضی از آنها اتفاق نیفتند.

پیش چشمت داشتی شیشه کبود

زان سبب عالم کبودت می‌نمود

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۲۹)

گر نه کوری این کبودی دان ز خویش

خویش را بد گو، مگو کس را تو بیش

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۳۰)

در دید جدید، دنیایی متفاوت توسط جناب مولانا و آقای شهبازی مهربان و متعهد برای من ایجاد شده‌است، در این دید من خودم را در آغوش زندگی می‌بینم.

ای رفیقان راه‌ها را بست یار

آهوی لنگیم و او شیر شکار

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۷۶)

او ندارد خواب و خور چون آفتاب

روح‌ها را می‌کند بی‌خورد و خواب

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۷۷)

که بیا با من باش یا هم خوی من

تا ببینی در تجلی روی من

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۷۸)

در فرهنگ حضور ما در آغوش زندگی هستیم و باید همیشه در حال خضوع و اضطراب باشیم تا هم‌خوی او بشویم و بتوانیم به او تبدیل شویم. به خودم که نگاه می‌کنم، فرهنگ جدید را با جان و دل می‌پذیرم،

اما من ذهنی من شرطی‌شدگی‌هایی دارد که گاهی حتی با آوردن ابیات مولانا من را فریب می‌دهد و با سروصدا، حضور ناظر من را می‌دزد.

در فرهنگ حضور ما باید بسیار سپاس‌گزار باشیم از زندگی که برایمان ناامیدی و به‌اصطلاح بی‌مرادی‌هایی را در طول روز ایجاد می‌کند.

قوم دیگر می‌شناسم ز اولیا
که دهانشان بسته باشد از دعا

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۸۰)

از رضا که هست رام آن کرام
جستن دفع قضاشان شد حرام

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۸۱)

در قضا ذوقی همی‌بینند خاص
کفرشان آید طلب کردن خلاص

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۸۲)

حُسنِ ظَنّی بر دل ایشان گشود
که نپوشند از غمی جامهٔ کبود

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۸۳)

نپوشیدن جامهٔ کبود از غم یعنی بی‌مرادی را تبدیل به تمرین معنوی کردن. چراکه،

۱- آفل بودن این ناامیدی‌ها و بی‌مرادی‌ها را برای ما آشکار می‌نماید.

۲- من ذهنی را بهتر می‌شناسیم و همانندگی‌هایی را که در طول سالیان در مرکز خودمان براساس دردها و باورها و فرهنگ و تقلید از جامعه قرار داده‌ایم، آرام‌آرام شناخته و به حاشیه می‌رانیم.

۳- تمرین فضاگشایی، یعنی آن‌قدر حضور ناظر بودن خود را قوی می‌کنیم که بتوانیم در لحظه ذهن را خاموش کنیم.

۴- قوی‌تر کردن بنیه معنوی، به این دلیل که در ابتدای کار ما قادر به فضاگشایی کامل نیستیم اما به تدریج با تمرین روزانه ابتدا نامرادی‌های کوچک، فضاگشایی‌های کوچک، تا بتوانیم در صورت ایجاد نامرادی‌های بزرگ فضاگشایی‌های بزرگ‌تری بکنیم و ذهن را خاموش کنیم.

۵- بهترین کار ما در طول روز همان فضاگشایی در برابر نامرادی‌ها و حتی مرادها حاصل شده است چراکه در هر دو صورت امکان دارد که در مرکزمان قرار گیرند.

**کار آن کار است ای مشتاق مست
اندر آن کار ار رسد مرگت خوشست**
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۰۸)

**شد نشان صدق ایمان ای جوان
آنکه آید خوش تو را مرگ اندر آن**
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۰۹)

**گر نشد ایمان تو ای جان چنین
نیست کامل رو بجو اکمال دین**
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۱۰)

پس این نامرادی‌ها راهنمای بهشت است چون براساس دید و فرهنگ جدید، اطراف این‌ها فضا باز می‌کنیم. زندگی می‌گوید من تو را ناامید می‌کنم تا از وجود من مطلع شوی و اجازه بدهی من تصمیم بگیرم.

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

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

و اما باز کردن در اطراف این بی‌مرادی‌ها حزم می‌خواهد که برای پیدا کردن حزم و دوراندیشی، صبر با فضاگشایی به ما اهدا می‌کند.

زین کمین، بی‌صبر و بی‌حزم کس نجست حزم را خود، صبر آمد پا و دست (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۳)

یکی از بزرگ‌ترین نامرادی‌هایی که گاهی برای من پیش می‌آید طعنه و تشنیع دیگران است که البته با کمک فرهنگ حضور و توضیحات آقای شهبازی این موضوع بی‌واکنشی و بازی گرفتن من‌های ذهنی دیگران تا حد زیادی برآیم باز شده، ولی گاهی بی‌مرادی ناشی از آن به سراغم می‌آید و زندگی می‌خواهد به من نشان دهد که تو هنوز آن حیثیت بدلی که بند پنهان است را کاملاً پاره نکرده‌ای.

گر چپ و راست طعنه و تشنیع بیهده‌ست از عشق برنگردد آن کس که دلشده‌ست

مه نور می‌فشاند و سگ بانگ می‌کند مه را چه جرم؟ خاصیت سگ چنین بده‌ست (مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۴۶)

قبل از آشنایی با گنج حضور من در واکنش به طعنه یا سروصدای من‌های ذهنی دیگران سعی می‌کردم آرام باشم و جوابی ندهم و سعی می‌کردم مراقب باشم تا دیگران را عصبانی نکنم یا نرنجانم، اما همه این‌ها از من‌ذهنی من می‌آمد. و به حیثیت بدلی من ربط داشت. چون من آن رنجش را در مرکز قرار می‌دادم، از جذب و عنایت پروردگار محروم می‌ماندم و با فکر پشت فکر هشیاری‌ام را زخمی می‌کردم. اما در فرهنگ حضور یاد گرفتم که در مقابل طعنه و تشنیع دیگران با جدی نگرفتن رفتار آن‌ها و نترسیدن از عوعوی آن‌ها بتوانم فضا را باز کنم و بند پنهان پندار کمال خودم را که هنوز کاملاً پاره نشده ببینم تا بتوانم خودم را تبدیل به کارگاه نیستی «استاد استادان صمد» بکنم.

گفت حق که بندگان جفت عون در زمین آهسته می‌رانند و هون (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۸۳۴)

۱۸- آقای شمس از لرستان

خواستم عرض ادب و سلامی بدهم خدمتان. والا برنامه‌ها بسیار عالی هستند. ما تقریباً الآن یک چند سالی هست دیگر با این برنامه آشنا شدیم. برنامه گنج حضور. صحبت که زیاد است، اما خوب زبانمان قفل می‌شود واقعاً.

آقای شهبازی: بله، از آن‌ور تماس گرفتن خیلی سخت است. من هم بروم از آن طرف تماس بگیرم، من هم همین حالت را پیدا می‌کنم که هول می‌شود آدم بله. حالا، چاره‌اش همین نفس عمیق بکشید و عجله نکنید. با آرامش صحبت کنید. فرمودید این برنامه برایتان مفید بوده، از چه لحاظ مفید بوده؟ چند تا از آن پیشرفت‌هایتان را می‌توانید بگویید؟

آقای شمس: جناب شهبازی پیشرفت که زیاد داشتیم خدا را شکر. پیشرفت‌ها همین است که واقعاً دانش مولانایی چشم نظر به ما داده و یک جورهایی یک دانش کامل است، و هم از لحاظ معنوی هم از دنیوی و مادی ساپورت می‌کند.

عرضم به حضورتان انسان را آگاه می‌کند به این لحظه ابدی، به این لحظه عشق و واقعاً خیلی شگفت‌انگیز است. ما از صحبت‌هایتان فیض می‌بریم و استفاده می‌کنیم.

و من می‌خواستم تماس بگیرم، یک چند وقتی هست که می‌خواستم تماس بگیرم، دیگر خدا را شکر حالا قسمت ما شد و خواستم این را بگویم جناب شهبازی عزیز هیچ چیزی به انسان به اصل خودش که از جنس سکوت است و سکوت و سکون، به جنس خودش و اصل خودش نزدیک‌تر می‌شود. یعنی جان عزیزان بنده چیزی که تجربه کردم، لازمه آگاهی و این بیداری لازمه‌اش، زمینه‌اش همان سکوت است و سکون که به اصل خودمان زنده می‌شویم، آگاه‌تر می‌شویم و بیدارتر می‌شویم.

و خدا را شکر خوش‌بختیم و خیلی خوش‌بختیم و خیلی خوش‌شانسیم که در مسیر هستیم و خدا را شکر. جناب شهبازی عزیز ما راضی هستیم به رضای خدا و یک سه چیز است که من همیشه می‌گویم به خودم هم می‌گویم به اطرافیانم هم می‌گویم.



صبر، هزاران کیمیا حق آفرید، کیمیایی جز صبر آدمیزاد ندید. واقعاً صبر یک چیز شگفت‌انگیز است. جواب می‌دهد شاید هم تلخ باشد، شاید هم اُفتان و خیزان داشته باشد، شاید هم بالاخره در مسیر همان چالش‌هایی هم می‌آید، اما واقعاً صبر، بارش شکر است.

سربلند بیرون می‌آید و پُربار و امیدواریم به امید خدا در این مسیر به امید خدا آن چیزی که شهود دل، ندای دل‌مان به امید خدا قلباً، صمیمانه، با تمام وجود جبران کنیم و به امید خدا ان‌شاءالله دیگر صحبت بسیار است جناب شهبازی عزیز. وقتتان را هم نمی‌گیرم. عرضم به حضورتان، من خیلی خوشحال شدم با شما صحبت کردم. تقریباً چند سالی می‌شود که من تماس نگرفتم.

۱۹- خانم یلدا از تهران

حضرت مولانا می‌فرماید تبدیل از هشیاری جسمی به هشیاری حضور یک زمان است و توصیه می‌کند کار کوتاه را بی‌خود کش ندهیم. از خودم می‌پرسم چرا کار کوتاه این قدر کش پیدا کرده؟ داستان ماهی نادان جواب من را می‌دهد.

می‌گویند چون تو با عقل من ذهنی و حماقت آن کار می‌کنی. تا زمانی که من ذهنی باشم، حماقت آن نیز همراهش هست و ناگزیر نسیان و حرص هم وجود دارد. اگر من ذهنی هست یعنی محتوای آن که همانندگیست نیز وجود دارد پس من از پشت عینک آن‌ها می‌بینم و حرص زیاد کردن آن‌ها را دارم. در نتیجه اتفاق را جدی می‌گیرم. با جدی گرفتن لحظه به لحظه اتفاق، عهدهم با زندگی را نقض می‌کنم و می‌گویم من از جنس تو نیستم بلکه از جنس اتفاقم.

عقل می‌گفتش: حماقت با تو است

با حماقت عهد را آید شکست

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۸۷)

چونکه عقلت نیست، نسیان میر توست

دشمن و باطل کن تدبیر توست

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۹۰)

حضرت مولانا حجت را تمام می‌کند می‌فرماید امکان ندارد تو من ذهنی و خوی حماقتش را نگه داری، این لحظه به صورت من ذهنی بلند شوی و با آن فکر و عمل کنی و در این شرایط بتوانی عهد الست را هم به یاد بیاوری و اتفاق را شوخی بگیری. امکان ندارد بتوانی مسبب را ببینی، چون داری از پشت پرده سبب‌های ذهنی‌ات به دنیا نگاه می‌کنی.

در این حالت، هر توبه، هر اظهار پشیمانی، هر بازگشتی به سمت زندگی بی‌ارزش است، حتی به اندازه خاک هم نمی‌ارزد. چراکه ما از طریق من ذهنی عمل می‌کنیم که منافق است و اصلاً قصد صفر شدن، قصد از دست دادن همانندگی‌ها و قصد زنده شدن را ندارد.

من ذهنی بافت توهمی است که روی حضور ما را پوشانده و از جنس شیطان است. ندامت و پشیمانی‌اش هم صرفاً برای بیرون رفتن از شرایط سخت است، اما توبهٔ اصیل و برگشت حقیقی نیست.

چونکه پَرش سوخت، توبه می‌کند

آز و نسیانَش بر آتش می‌زند

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۹۲)

آن ندامت از نتیجهٔ رنج بود

نه ز عقل روشن چون گنج بود

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۹۶)

چونکه شد رنج، آن ندامت شد عدم

می‌نیرزد خاک، آن توبه و ندم

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۹۷)

خیلی شفاف است. حضرت مولانا می‌گوید اگر دردی بالا می‌آید و سمن‌زار رضا آشفته می‌شود توبه و اظهار پشیمانی نکن، نگو دیگر فهمیدم به‌سوی زندگی بازمی‌گردم. همانندگی‌ها را شناسایی نکن، نگو این همانندگی را دیگر انداختم، اصلاً هیچ کاری نکن.

چراکه در حالت درد یعنی تو در ذهن افتادی و سطح هشجاری پایین آمده، در این حالت مرکز تو بسته شده و تو داری با مرکز همانیده و من ذهنی فکر و عمل می‌کنی. هر کاری حتی نماز و روزه با من ذهنی جهد بی‌توفیق و بیگار است. من ذهنی وقتی درد می‌آید خدا خدا می‌کند، اما قطعاً با رفتن درد، نتیجه و زاده آن که همان توبه و ندامت ذهنی بوده هم می‌رود.

چون سبب‌ها رفت، بر سر می‌زنی

رَبِّنا و رَبِّناها می‌کنی

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۵)

گفت: زین پس من تو را بینم همه

ننگرم سوی سبب و آن دمدمه

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۷)

چون برفت آن ظلمتِ غم، گشت خوش هم رَوَد از دل، نتیجه و زاده‌اش

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۹۹)

بارها شده که اطرافیان را حبر و سنی کردم و برای خودم درد ایجاد شده. بعد در حالت درد گفتم من دیگر بمیرم کسی را حبر و سنی نمی‌کنم، اما باز هم این کار را انجام دادم. بارها شده دیدم قضاوت‌هایی که می‌کنم چطور روی روابطم تأثیر می‌گذارد، با ذهن قرار گذاشتم که من قضاوت‌م را صفر می‌کنم، اما نکردم و مثال‌های زیادی از این دست.

این آرزو که با من ذهنی بشود از من ذهنی خلاص شد هم از حماقت من ذهنی ماست. تنها انتخاب این است که ما شناسایی کنیم که ما هیچ‌چیز را نمی‌توانیم مرکزمان را بشویم، همان‌طور که جو خودش را نمی‌تواند پاک کند ما هم نمی‌توانیم همان‌دگی‌ها را از مرکزمان خارج کنیم. تا زمانی که همان‌دگی هست، من ذهنی هم هست و خوی آن که حرص و نسیان است هم همراهش است. پس اعتراف کنیم خدایا من نمی‌دانم، من نمی‌توانم با ذهنم کاری کنم.

دست من اینجا رسید، این را بپُشت دستم اندر شستنِ جان است سست

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۱۷)

از حَدِّ شُستم خدایا پوست را از حوادث تو بشو این دوست را

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۲۰)

اگر ایمان بیاوریم که دست ما یعنی فکرهای همانیده ما، الگوهای شرطی‌شده ما، کلاً ذهن و ابزارش، قادر به شستن همان‌دگی‌ها نیست، واقعاً مثل ماهی نیم‌عقل خودمان را مرده می‌کنیم و دست و پای ذهنی را بیکار می‌کنیم تا وارد کارگاه صنع حق که «نیستی» است بشویم.

لاجرم استاد استادان صمد کارگاهش نیستی و لا بود

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۶۹)

هر کجا این نیستی افزون‌تر است
کار حق و کارگاهش آن سر است
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۷۰)

پس اگر ابله نیستی، اگر حماقت من‌ذهنی را نداری، بی‌خود توبهٔ ذهنی نکن بلکه نسبت به من‌ذهنی نیست شو و سر من‌ذهنی را بینداز تا زندگی به تو سر جدیدی بدهد.

از آفتاب مشتعل هر دم ندا آید به دل
تو شمع این سر را بهل، تا باز شمعت سرزند
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۳۸)

اگر مثل ماهی نیم‌عقل سر من‌ذهنی را بیندازیم زندگی به ما سری می‌دهد که این سر عقل زندگی را دارد، به عهد‌الست وفا می‌کند و پردهٔ فراموشی را می‌درد.

۲۰- خانم سارا از آلمان

گونی نفاق:

پیرو داستان «سه ماهی» و این سؤال که چرا با وجود شناخت من‌ذهنی، باز هم در آنگیر ذهن مانده‌ام، تصویر مرکز همانیده‌ام جلوی چشمم آمد. انگار زندگی یک گونی نفاق را جلوی چشمم گذاشت و گفت بفرما، به این دلیل در آنگیر ماندی.

انسان یک توانایی عجیب دارد و آن داشتن نفاق است. انسان می‌تواند حقیقتی را با ذهن بفهمد و آن را به خوبی بیان کند ولی هنوز جنس مرکزش با آن حقیقت هماهنگ نباشد.

متوجه شدم که «سارا» راهنمای خوبی نبود. «سارا» در این‌جا نماد حيله‌گری و شرطی‌شدگی من‌ذهنی می‌باشد. این «سارا» است که در یک سال گذشته، دچار حسادت به یکی از هم‌سفران معنوی‌اش شده. این «سارا» است که در سال گذشته در همه آن هفته‌هایی که به برنامه «گنج حضور» هم زنگ می‌زده و پیغام می‌داده، با سماجت من‌ذهنی خودش وارد یک رابطه براساس خواسته‌های من‌ذهنی شده و نسبت به اعمال همانیده‌اش آگاه نبوده.

این «سارا» است که از موقعیت‌های زیادی استفاده کرده تا ایرادی در نزدیکانش ببیند و آن را مستقیم یا غیرمستقیم به آن‌ها بگوید، با این‌که بارها در تلفنش یادداشت کرده که «انتقاد کردن قدغن است»، ولی موفق نشده که مودیانة انتقاد نکند.

این «سارا» است که انواع ترس‌ها به دلش راه داشته‌اند، از فکرهای وسواس‌آمیز گرفته تا ترس از شنیدن یک صدای بلند در خیابان.

گویی زندگی مثل یک کشاورز اول زمین ما را شخم می‌زند، بیت‌های کارگاه شدن و پندار کمال نداشتن را خوب یادمان می‌دهد، بعد که کمی تحملمان زیاد شد «گونی نفاق» را جلوی چشممان می‌گذارد و می‌گوید این‌ها در مرکز تو هستند. اگر اطراف همین گونی پر از نفاق فضاگشایی کنی، همان‌ها تبدیل به بذر حضور می‌شوند. مرکزت را من پاک می‌کنم، تو باید ساکت شوی.

حیلت بگذار، خویشانِ مرده بساز جان و سر تو که تا نمیری ندهم (مولوی، دیوان شمس، رباعی ۱۱۸۹)

در رابطه با فضاگشایی اطراف نفاق این بیت برایم راهگشا بود:

گر رهایی بایدت زین چاه تنگ ای برادر رو بر آذر بی‌درنگ (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۹۴)

اگر می‌خواهی از این چاه تنگ، از این آبگیرِ ذهن رها بشوی، فوراً برو درون آتش، مثل حضرت ابراهیم. متوجه شدم که این به آتش رفتن مربوط به یک اتفاق بزرگ نیست، بلکه هرروز زندگی از این آتشی‌های کوچک ایجاد می‌کند که مثل همان بی‌مرادی هستند.

این هفته چالشی درمورد یک موضوع پزشکی برایم پیش آمد. به‌نظر می‌رسید که از سمت یک مطب پزشکی بی‌عدالتی بزرگی در حق سلامتی‌ام می‌شود! من ذهنی می‌خواست فریاد خشمش را به من بقبولاند! ولی به خودم گفتم این اصلاً خشمگین نشدن آتش تو است، برو داخل. «رو بر آذر بی‌درنگ» و ظرف یک روز کل موضوع به شکل معجزه‌آسایی حل شد. هرروز از این آتشی‌ها پیش می‌آمدند.

و هم‌چنین:

وعدۀ اهلِ کرمِ نقدِ روان وعدۀ نااهلِ شد رنجِ روان (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۸۱)

نااهل همان سارا یا من‌ذهنی است. او وعده می‌دهد که الآن باید بترسی، تو به این رنجش نیاز داری و این وعده‌ها رنجِ روان هستند. در آبگیرِ ذهن ماندم چون به وعده‌های ذهن گوش دادم.

ولی مولانا وعده می‌دهد نیک‌بختی تو در فضاگشایی نهفته. و این وعده گنجِ روان است، همه جنبه‌های زندگی را سامان می‌دهد. رفتن به فضای یکتایی مثل ماهی نیمه‌عائلِ اخلاص عمل می‌خواهد.

در این رابطه در برنامه ۹۱۶ نماد حضرت علی را داشتیم. او وقتی هنگام جنگ، شخصی به صورتش تَف می‌اندازد فوراً شمشیر را می‌اندازد و دست از جنگ می‌کشد، زیرا آگاه می‌شود که بعد از تَف انداختن آن شخص، احتمال دارد دیگر عملش به‌طور خالص از مرکز عدم نیاید و با خشم قاطی شده باشد. مولانا می‌گوید: «در زمان، انداخت شمشیر آن علی»، در زمان یعنی فوراً، فوراً شمشیر را انداخت. پس من هم باید فوراً ابزارِ ذهنِ شرطی‌شده را فقط زود بیندازم و خاموش شوم، نه این‌که اول خشمگین شوم و بعد از مدتی کلنجار رفتن با هیجان خشم به فکر فضاگشایی بیفتم.

علی نه‌تنها فوراً شمشیر را انداخت بلکه فوراً آن‌چنان به زندگی و فضای عشق وصل شد که از این وصل شدن، یک شعله عشق به جان آن شخص که تف کرده بود افتاد و او تعجب کرد که این نور که از زمان و مکان برتر است و جانِ مرا زنده می‌کند چیست؟ آیا من هم می‌توانم این‌گونه فضا را باز کنم؟

در زمان، انداخت شمشیر آن علی

کرد او اندر غزائش کاهلی

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۲۵)

گشت حیران آن مبارز زین عمل

وز نمودن عفو و رحمت بی‌محل

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۲۶)

گفت: بر من تیغ تیز افراستی

از چه افکندی؟ مرا بگذاشتی؟

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۲۷)

آن چه دیدی بهتر از پیکار من

تا شدی تو سست در اشکار من؟

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۲۸)

آن چه دیدی که چنین خشمت نشست

تا چنان برقی نمود و باز جَست؟

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۲۹)

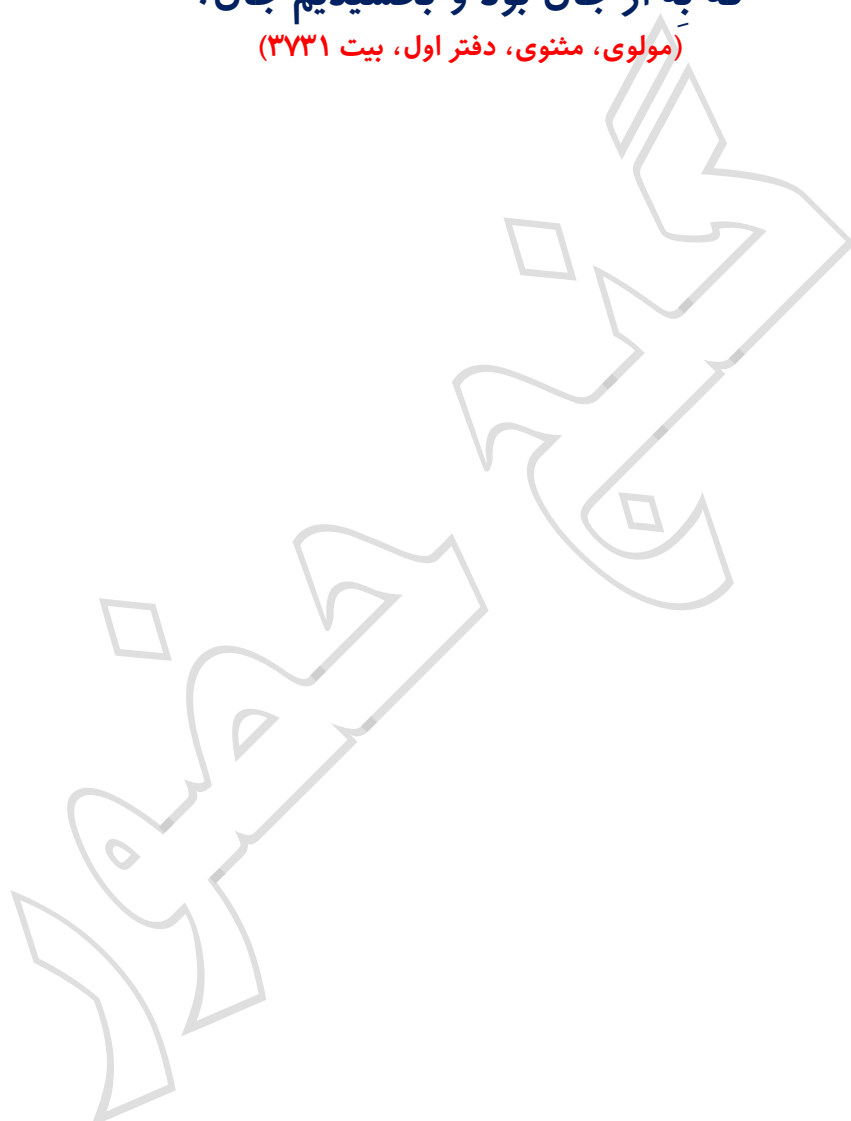


آن چه دیدی که مرا ز آن عکس دید
در دل و جان شعله‌ای آمد پدید؟

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۳۰)

آن چه دیدی برتر از کون و مکان
که به از جان بود و بخشیدیم جان؟

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۳۱)



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

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

بیت پر قدرت جناب مولانا هم‌چون همه ابیات دیگر که می‌گوید اگر به آن شرطی‌شدگی که در دلت هست نرسیدی بهشت در فضاگشایی برای همین وضعیت پنهان شده است. از آن جایی که ذهن خواسته، توقع و فکرهای از پیش تعیین‌شده‌ای در طول زمان روان‌شناختی برای خود دارد، حال اگر وضعیتی که در آن قرار می‌گیریم برطبق این نظم پارک ذهن نباشد، ما انسان‌ها یا می‌ترسیم و یا خشم و ناامیدی و رنجش به سراغمان می‌آید.

درحالی‌که تنها باید فضا را باز کنیم تا همه‌چیز را زندگی درست کند. این به‌هم‌ریختگی‌های من‌ذهنی از عشق زندگی‌ست تا بیاموزیم همانندگی‌هایمان را شناسایی کنیم و از فضاگشایی برای انداختن آن‌ها نترسیم. در حالت به‌هم‌ریختگی پارک ذهنی در دوراهی بهشت و جهنم قرار می‌گیریم.

۱- با فضاگشایی، آبادانی ایجاد کنیم.

۲- با فضابندی، تخریب زندگی خود و دیگران را پیش بگیریم.

در تماس‌های تلفنی جمعه برنامه ۹۱۵ و برنامه ۹۱۶ استاد شهبازی چندین بار بیت:

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

را تکرار کردند و باز هم جنبه‌های مختلف آن را بیان کردند و بعد از این‌همه تکرار، بیت برایم باز شد. در طول هفته زمانی که در وضعیت‌های مختلف قرار می‌گرفتم، بیت خودش تکرار می‌شد و راهنمایی می‌کرد.

به‌طور مثال در طی چند هفته‌ای قرار بود که مقداری پول آماده کنم تا ماشینی را تهیه کنم، ولی خوب بعد از گذشت چند هفته، اطلاع دادند که این کار موکول شد به چند ماه دیگر. زمانی که شنیدم به او گفتم: «خوب باشد خیلی ممنون، موردی ندارد و خداحافظ.»

چند قدمی زدم و ناگهان طغیان ذهن شروع شد که کارت عقب افتاد و و... بعد از چند دقیقه در هیروتی خود را دیدم که از این فکر به فکر بعدی می‌پریدم و یک‌دفعه گفتم: «چه داری می‌گویی؟! فضا را باز کن، جدی بگیر، بی‌مرادی شد قلاوز بهشت.»

و همان لحظه فکرهای مختلف خاموش شدند. حال این فرصت فضاگشایی در اطراف بی‌مرادی بود و در غیر این‌صورت دچار درد و قضاوت‌های مختلف درمورد خودم و دیگران می‌شدم.

ما رَمَيْتَ إِذْ رَمَيْتَ كُفْتَ حَق

کارِ حَق بر کارها دارد سَبَق

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۳۰۶)

خشمِ خود بشکن، تو مشکن تیر را

چشمِ خشمِ خون شمارد شیر را

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۳۰۷)

کار فضاگشایی بر هر کاری اولویت دارد، اگر توجه به وضعیتی که این لحظه در آن هستیم اولویت باشد قطعاً فضا برای من تنگ می‌شود. در این‌صورت خشم که هیجان حاکی از نرسیدن به شرطی‌شدگی ذهن است بالا می‌آید و کار را خراب می‌کند.

۲۲- آقای تیمور از سندج

سلام بر بینندگان گنج حضور.

آقای شهبازی، در مورد برنامه یک پیشنهاد دارم. در برنامه‌های زنده چهارشنبه و جمعه، که این کلمه زنده یا (live) را گوشه صفحه تلویزیون در طول برنامه داشته باشیم، حتماً کارایی خودش را دارد.

آقای شهبازی: بله، ولی کسی که به برنامه گنج حضور گوش می‌کند و متعهد است، دیگر می‌داند برنامه زنده ما کی است؟ ما داریم این دستگاه را، ولی استفاده نمی‌کنیم. برای این که دیگر، یا یک نفر واقعاً علاقه‌مند است به این برنامه، پس می‌داند برنامه زنده کی است، دو بار هم در هفته بیشتر نیست، یا علاقه‌مند نیست که دانستن آن هم فایده ندارد.

آقای تیمور: درست می‌فرمایید. حالا بعضی وقت‌ها یک بیننده‌ای وقتی که به برنامه چند بار نگاه کرده، دقیق نمی‌داند حالا این برنامه زنده کی پخش می‌شود، شاید تاثیر داشته باشد در جذب و توجه بیشترش به برنامه، حالا به صلاح دید خودتان.

آقای شهبازی: بله، ممنونم بفرمایید.

آقای تیمور: در ادامه صحبت‌هایم، در ادامه قسمت آخر پیام آقای باقر من هم می‌گویم که من هم از این برنامه درس اولی که یاد گرفتم، درس تکرار و تداوم و تعهد که از استمرار شما در تهیه و اجرا و ادامه برنامه‌ها بوده و هم‌چنین از پیام‌دهنده‌های تلفنی عزیز که با شرکت در برنامه، اجرای همان قانون تغییر را که عرض کردم با جدیت اعمال نمودند، موجب ایجاد تعهد به برنامه در من هم تقویت شد.

و در خیلی مواقع، در آخرین لحظه‌ای که من ذهنی من را می‌خواهد فریب بدهد، گول بزند، با یاد افتادن آن همه تعهد شما و بینندگان، یک لحظه به خودم گفتم: هان، مواظب باش که این عمل موجب خیانت به مولانا، به آقای شهبازی، به بینندگان گنج حضور است و همین هم موجب لغزش شده، باز هم از همه‌تان ممنون هستم و تشکر دارم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. یادآوری بکنم که، شما نه به من متعهد می‌شوید، نه به مولانا. شما به خودِ زندگی، به خداوند متعهد می‌شوید. شما یاد می‌آورید که از جنس خداوند هستید و هر لحظه باید اقرار کنید و بله بگویید به اتفاق این لحظه و تسلیم زندگی بشوید، تسلیم خداوند بشوید.

امروز هم که چندین بار این بیت را تکرار کردند دوستانمان: «بی‌مرادی شد قلاووزِ بهشت»،

را گفتند. و بنابراین اصلاً من مهم نیستم، که شما به من متعهد بشوید یا نشوید، نباید هم بشوید. چون متعهد شدن به یک نفر معنی پیدا نمی‌کند واقعاً، حالا من نباشم یکی دیگر. این شخص ممکن است یک مدتی خوب باشد، یک مدتی نباشد. یعنی پایین‌تر از خودِ زندگی، خداوند، حالا شما مولانا را در نظر بگیرید، بزرگان هستند. بنابراین نه به برنامه متعهد می‌شوید نه به مولانا، نه به من، بلکه به خودِ زندگی، شما به خداوند متعهد ... جلوی این نمی‌توانید دربیایید، شما نمی‌توانید بگویید من می‌خواهم جنسیت خودم را، ذاتِ خودم را انکار کنم، این را نمی‌توانید بگویید.

بنابراین، مواظب این کار باشید، برای همین عرض می‌کردم شما دنبال بهانه نگردید. یکی از بهانه‌ها خودِ من هستم. شما اصلاً با من کاری ندارید، من آدمِ خوبی هستم، بدی هستم. اثری که من دارم این است که آن بیت را روی صفحه نوشتم برای شما. ولو این‌که روی دیوار نوشته این ابیات، شما این‌ها را یاد می‌گیرید، در زندگی‌تان استفاده می‌کنید. تازه گوش هم نمی‌دهید به کسانی که راجع به مولانا صحبت می‌کنند که آدم خوبی بوده، بدی بوده، این طوری بوده.

بگویید: نه آقا، من با این ابیات کار دارم. بعد این ابیات من را به ذات خودم هدایت می‌کنند. به این دلیل هم با این ابیات کار دارم، من را از من ذهنی‌ام دور می‌کنند، کمک می‌کنند از آن بیایم بیرون.

بنابراین آن چیزی را که چشمتان می‌بیند و در ذهنتان شما می‌توانید تجسم کنید، شما اصلاً به آن متعهد نیستید. آن چیزی نیست، آن دارد از بین می‌رود. من هم چند وقت دیگر می‌میرم، از بین می‌روم.

بنابراین، تعهد شما به من اصلاً معنی پیدا نمی‌کند و تله است اگر متعهد به من بشوید. من اصلاً آن تعهد را نمی‌خواهم، چون آن تعهد بلافاصله من مطابق ذهن شما عمل نکنم به هم می‌ریزد، تعهد باید به یک چیز بزرگتری بکنید شما.

آقای تیمور: باشد چشم آقای شهبازی عزیز، حالا ما عرض کردیم که اسم شما را بردیم یا بقیه دوستان گنج حضور یا خود برنامه، حالت یک پلی که یک اتصالی که از طریق این‌ها برقرار می‌شود، این را به آن منظور عرض کردم. چشم، حتماً فرموده‌های شما را اجرا می‌کنیم چشم. در مورد یک بیت شعر هم که در بخش چهارم برنامه ۹۱۶ بیان فرمودید یک توضیح کوچکی بدهم.

ز ملامت نگریم که ملامت ز تو آید که ز تلخی تو جان را همه طعم شکر آید (مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۶۲)

زندگی به وسیله قضا، ملامت را به وجود می‌آورد و در آن حال ملامت را منشا ایجاد مقاومت تولید شده از من ذهنی ننماییم، بلکه ملامت قضا باید موجب فضاگشایی شود. و با فضا باز کردن، شکر و شیرینی حضور به مرکز ما سرازیر می‌شود، چون پس از هر تلخی شیرینی است. تلخی درد هشیارانه کشیدن، کندن و جدا شدن و صیقلی کردن مرکز، شهد و شیرینی و شادی و لذت بی‌حد و نصابی به زندگی ما می‌ریزد. این کار زندگی است، تلخی انداختن همانیدگی‌ها باید به جان بخریم و مقاومت نکنیم، تا زندگی، شیرینی حضور را به ما ارزانی بخشد، خیلی ممنونم از شما آقای شهبازی.

بی‌مرادی شد قلاووز بهشت حَفَّتِ الْجَنَّةُ سَنُوَایِ خُوشِ سِرِشْت

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

من‌ذهنی همیشه دنبال خواسته و مراد است و مرادهای زیادی دارد و ما را دائم با این مرادها به این طرف و آن طرف می‌کشاند. مرادهایی مانند خانه خریدن، ازدواج کردن، ماشین خریدن، فرزند داشتن، مدرک خوب داشتن، مغرور شدن به بچه خوب داشتن و پز دادن آن‌ها و دیگر این‌که یکی دیگر از مرادهای من‌ذهنی این است که با پا گذاشتن روی آن و این و تخریب و تحقیر آن‌ها می‌خواهیم خود را خوب نشان دهیم و بگوییم بله من بهتر هستم، من بهتر می‌دانم من داناتر هستم، من می‌توانم. ولی چون مراد و خواسته با من‌ذهنی بود، ما را به بن‌بست می‌برد و بی‌مراد می‌شدیم و ناامیدی به سراغمان می‌آمد، ولی ما هنوز دست بر نمی‌داشتیم و تلاش بیشتری می‌کردیم برای این‌که آن مراد و خواسته را به دست بیاوریم و این قدر از این شاخه به آن شاخه می‌پریدیم و درد ایجاد می‌کنیم تا شاید نتیجه بگیریم، که اگر هم نتیجه می‌گرفتیم، هیچ وقت راضی نبودیم.

و این تلاش و کوشش‌ها ما را به سمت خشم، نفرت، غرور، جلب توجه و... می‌برد، در صورتی‌که غافل از آن بودیم که قانون قضا و کن‌فکان می‌خواهد روی ما کار می‌کند و این زندگی است که می‌خواهد ما را از مراد ذهن به بی‌مرادی بکشاند، تا خودش وارد شود. حال با این برنامه متوجه می‌شویم تا بی‌مراد نشویم، زندگی روی ما کار نمی‌کند. هرچقدر در برابر نامرادی‌ها فضا باز کنیم، زندگی ما را بیشتر به خودش زنده می‌کند و با فضاگشایی است که علت و دلیل بی‌مرادی را می‌فهمیم و می‌بینیم که کجا همانیده شده‌ایم و آن را شناسایی کنیم و بیندازیم. اگر در روز ده بار بی‌مراد شدیم ده بار فضا را باز کنیم، نه این‌که ناامید شویم و به سمت و جهت دیگری برویم و گنج و گم شویم.

ناامیدی‌ها به پیش او نهدید

تا ز درد بی‌دوا بیرون جهید

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۳۸۷)

سلام استاد خدا قوت. تیارا هستم ۱۱ ساله

«بر هر چه همی لرزی، می دان که همان ارزی»

(مولوی، دیوان شمس، غزل 609)

ما به عنوان من ذهنی هستیم که می توانیم هم هویت شدگی را روی خودمان بیندازیم. ما نمی توانیم من ذهنی را نگهداری کنیم و بعد بگوییم من خدمت خدا را می خواهم بکنم و در میدان یعنی میدان زندگی یا می خواهم مردم را هدایت کنم یا بهر حال در این مورد حرف بزنم.

یکی از اُفت‌های این راه این است که دیگران مرتب بخواهند من ذهنی ما را بزرگ کنند و ما را محدود کنند. وقتی کسی فضایش باز است، اگر دیگری به آن چیزی ناراحت کننده بگوید، ناراحت نمی شود چون یک فضای گشوده شده دارد. آن قدر روی خودش کار کرده است که یک حرف بد هم برایش مهم نیست.

اگر دیگری برایش من ذهنی مهم باشد و برایش همین طور اشعار مولانا ارزش نداشته باشد، داخل یک چاله بزرگی می افتد که پر از آن درد است. ولی اگر اشعار مولانا برایش ارزش داشته باشد، از آن‌ها استفاده کند و روی خودش کار می کند و به حضور خدا زنده می شود، آن وقت است که می فهمد حضور خدا را می خواهد یا من ذهنی را. استاد تمام شد.

برداشتی از یک بیت از غزل ۳۰۷۴ برنامه ۹۱۵ گنج حضور، موضوع: خوش‌پوزی، یعنی پاک‌دهنی.

به نام خداوند عشق

چو آهوی ختنی خون تو شود همه مُشک

اگر دمی بچری تو ز ما به خوش‌پوزی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۷۴)

چرا دیگر خوش‌پوز نیستیم؟ درحالی‌که ما «آهوی ختنی» هستیم که می‌تواند بوی خوش «مُشک» و شادی بی‌سبب از ما ساطع شود. ولی ما آن را در رگ‌های من‌ذهنی به جوش آورده‌ایم و صرف دردهای حاصل از آن کرده و «خوش‌پوزی» خود را از دست داده‌ایم. و چرا «خوش‌پوزی» خود را فراموش کرده‌ایم؟ و برای یک لحظه هم که شده خالص‌خالص با مرکز عدم و فضاگشایی و خاموشی ذهن نمی‌توانیم در فضای یکتایی بچریم؟

و برای تأیید و توجه از دیگران، هم از جهان مادی می‌چریم و هم می‌خواهیم که در فضایی یکتایی باشیم. درحالی‌که قاطی کردن من‌ذهنی و نیرنگ و ریا به کار فضاگشایی، «خوش‌پوزی» نیست و برای این کار باید ذهن خاموش خاموش باشد.

چرا دیگر خوش‌پوز نیستیم؟ و بوی خوش پیمان عهد الست و «نَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُوحِي» که خداوند از روح خود در ما دمیده است را فراموش کرده‌ایم؟ و با قضاوت و مقاومت کردن و عدم پذیرش اتفاقات «نااصل‌کار» شده‌ایم و بی‌وفایی و جفاکاری را پیشه کار خود قرار داده‌ایم؟

و چرا «خوش‌پوزی» خود را فراموش کرده‌ایم؟ که با دردهای انباشته‌شده بوی خوش زندگی دیگر به مشام نمی‌رسد؟ چرا دیگر «خوش‌پوز» نیستیم؟ که برای تغییر دادن دیگران و تمرکز داشتن بر روی دیگران خود را از جایگاه رفیع اشرف مخلوقات و «تاجِ کَرَمَنایِ الهی و طوقِ اعطیناک» را از دست داده‌ایم که نمی‌توانیم از جنس فراوان‌اندیشی او باشیم؟

و چرا «خوش‌پوزی» خود را فراموش کرده‌ایم؟ که «سمن‌زار رضا آشفته شده است» و شادی بی‌سبب و آرامش درون را حس نمی‌کنیم و این قدر شاکی و ناراضی هستیم و ناسپاس.

چرا دیگر «خوش‌پوز» نیستیم؟ که خاصیت قبله‌شناسی خود را از دست داده و قدرت فضاگشایی خود را در دردها سرمایه‌گذاری کرده و دردهای گذشته و آینده را آبیاری می‌کنیم.

و چرا «خوش‌پوزی» خود را فراموش کرده‌ایم؟ که درهای فضل و بخشش الهی را به رویمان بسته‌ایم و این ننگ و خفت و خواری من‌ذهنی را قبول کرده‌ایم که با عقل من‌ذهنی‌مان می‌خواهیم زندگی‌مان را سامان ببخشیم.

چرا دیگر «خوش‌پوز» نیستیم؟ که با دید غلط همانیدگی‌ها جلوی دید نظر و هشیاری حضور خود را گرفته‌ایم و شیشه کبود همانیدگی‌ها را بر چشمانمان قرار داده‌ایم؟ و این ننگ را برای خودمان خریداری نموده‌ایم.

و چرا «خوش‌پوزی» خود را فراموش کرده‌ایم؟ که بزرگ‌ترین دشمن خودمان، خودمان شده‌ایم و بزرگ‌ترین و بدترین ضربات را به خودمان وارد نمودیم. درحالی‌که هر لحظه خداوند و زندگی می‌خواهد با عنایت و جذبۀ خود روی ما کار کند و خرد و دانایی خود را به ما هدیه دهد.

چرا دیگر «خوش‌پوز» نیستیم؟ که پذیرش تغییر و متعهد بودن به مرکز عدم را از دست داده‌ایم و نمی‌توانیم خود را تغییر دهیم؟ چرا «خوش‌پوزی» خود را فراموش کرده‌ایم؟ که نمی‌توانیم مالک و صاحب اختیار اراده‌آزادمان باشیم و اراده‌ خود را تحت سیطرۀ همانیدگی‌ها قرار داده که اختیار ما را در دست گرفته است و «انّقوا و پرهیز» خود را از یاد برده‌ایم.

و چرا دیگر «خوش‌پوز» نیستیم؟ که نمی‌توانیم متوجه «آینه و ترازوی» خدادادی در درونمان بشویم و زندگی خود را به تعادل برسانیم؟ و «مفتی ضرورت» بودنمان را از دست داده‌ایم؟

و چرا «خوش‌پوزی» خود را فراموش کرده‌ایم؟ و فرهنگ تقلید و پیروی از جمع و جماعت را که می‌گویند: «خواهی نشوی رسوا، هم‌رنگ جماعت شو» و فرهنگ هرچه بیشتر را سرلوحۀ کارهایمان قرار داده‌ایم و

موتور خواستن‌های من‌ذهنی‌مان را روشن می‌کنیم. و شروع به قضاوت کردن و با اتفاقات لحظه ستیزه و مقاومت، که در حالت جمعی، این مقاومت‌ها و ستیزه‌گری‌هایمان تبدیل به جنگ و جدال می‌شود. و جلوی فضل و بخشش و خرد ایزدی را می‌گیرد و ما را «مصنوع کافر» می‌کند، که حاضر نیستیم فرهنگ مخرب من‌ذهنی را با فرهنگ سازنده و جدید هشیاری و فضل ایزدی جایگزین سازیم.

چرا دیگر «خوش‌پوز» نیستیم؟ که «رحمت الهی» همواره «پُر» است و «بر رحمت می‌تند» و هرگونه خطا و لغزشمان را می‌بخشد و پذیرای ماست اگر قوانین زندگی را رعایت کنیم و فضاگشا باشیم.

و چرا «خوش‌پوزی» خود را فراموش کرده‌ایم؟

درحالی‌که ما «مرغ آسمانی» هستیم که می‌توانیم خود را از روی همانیدگی‌ها پرواز دهیم ولی با نفاق‌کاری‌ها و منافق و دورو بودن با زندگی، خود را به سطح کاهش داده‌ایم. و مانند «مرغ خانگی» روی همانیدگی‌ها ساکن شده‌ایم. درحالی‌که ما «آهوی معانی» خداوند هستیم که تمامی علوم خود را به ما یاد داده و در اختیار ما قرار داده است.

ای مرغ آسمانی، آمد گه پریدن
وی آهوی معانی، آمد گه چریدن
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰۲۹)

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

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

چند مورد از بی‌مرادی‌های روزانه خود:

بی‌مرادی شد قلاووز بهشت حُفَّتِ الْجَنَّةُ سَنُوْاىِ خُوشِ سِرِشْتِ (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

یکی از بی‌مرادی‌هایی که خیلی مرتب با آن مواجه می‌شوم این است که زمانی را که برای کاری اختصاص داده‌ام، آن را باید صرف کار دیگری که دلخواه نیست بکنم. مدتی است که برای امتحانی از کار مرخصی گرفته‌ام و مشغول به درس هستم. در ابتدا بسیار مشکل بود و آن هم خود یک بی‌مرادی بود که به لطف زندگی، برنامه گنج حضور و قانون صبر بهتر شده‌است، ولی مدتی که می‌خواهم درس بخوانم، مرتب با این بی‌مرادی مواجه می‌شوم که می‌خواهم بخوانم، ولی در روز کار دیگری پیش می‌آید و یا جایی باید بروم. در ابتدا اصلاً نمی‌دانستم که این بی‌مرادی‌ست و یا این‌که اتفاقی است که باید بپذیرم و فضا را باز کنم و فکر می‌کردم که قبض طبیعی است در چنین شرایطی. حالا می‌دانم که این بی‌مرادی یک آزمایش است برای قوی شدن بعد معنوی.

اگر اطرافش فضا باز کنم و واکنش نشان ندهم، در آزمایش پیروز شده‌ام و کمی پیشرفت معنوی کرده‌ام. دو هفته پیش در طول هفته هم یک دوره‌می دعوت شدم و هم مهمان آمد برای دو روز. اولین آزمایش رفوزه شدم و مثل ماهی بی‌عقل در ماهی‌تابه سوختم. دومین بار کمتر سوختم، ولی هم‌چنان پیروز نبودم، ولی به لطف زندگی و این آموزشات، دفعه سوم بی‌مرادی مرا قلاووز بهشت کرد.

اولین آزمایش یک دوره‌می بود که اصلاً دوست نداشتم شرکت کنم، ولی باید می‌رفتم. رفتم، ولی در دلم قبض بود، چون هفت، هشت ساعت وقت مفید روز من را گرفت که گذاشته بودم برای کارم و انرژی پایین فضا باز نکردن باعث شد تا چند روز بعد انرژی‌ام پایین آمده بود. و دومین آزمایش که یک دفعه کسی آمد منزل و من بهتر توانستم در مقابلش فضا باز کنم...

به بیرون رفتن تا درس را بیرون بخوانم و همین‌طور وقتی برگشتم آن شخص هنوز خانه ما بود و من دو ساعتی را در کنارش با خوشی گذراندم. و آزمایش سوم وقتی بچه‌های برادرم آمدند، این بار برای دو ساعت اول با آن‌ها بازی کردم و بعد با عذرخواهی بیرون رفتم که ادامه کار دهم و همگی شاد بودند از این موضوع و طعم در بهشت بودن را چشیدیم.

چقدر خوب است که آدم همه‌چیز را راحت بگیرد، هرچه می‌شود در روز، مخصوصاً وقتی مخالف برنامه روز است را سخت نگیرد. واقعاً این راحت گرفتن کلید راه است. این راحت گرفتن یا به دل دیگران راه آمدن چقدر کمک خود شخص می‌کند.

مثال دوم: این‌که وقتی مرادم خوشحالی اطرافیانم است. وقتی روزی با کسی مواجه می‌شوم که ناراحت است یا گرفتاری دارد بی‌مراد شده‌ام و الآن می‌دانم به لطف این بیت طلایی که اگر اطراف آن ناراحتی فضا باز کنم، خردی می‌آید که هم می‌توانم کمکی کنم و هم آن شخص را آرام کنم و حتی اگر هم نتوانم کاری کنم ناراحتی آن شخص باعث ناراحتی خودم نمی‌شود و می‌سپارم به زندگی و این‌طور می‌شود که باز همگی به بهشت راهنمایی می‌شویم.

مثال سوم: ایراد گرفتن و یا انتقاد یا نصیحت کسی: حتی اگر برای یک چیز خیلی کوچک و یا بی‌ارزشی باشد، اگر فضا را باز کنم و واکنش نشان ندهم، می‌بینم در بیشتر شرایط یا حرف درست بوده و یا این‌که از آن فضا با آرامی حرفی می‌زنم که آن شخص هم قبول می‌کند و آن بی‌مرادی که مراد ایراد نگرفتن هیچ‌کسی بوده، هردو طرف را به بهشت راهنمایی می‌کند و هم من یک چیزی یاد می‌گیرم و هم آن طرف.

مثال چهارم: ناراحتی و حرف دو نفر جلوی من: مراد من دوستی و آرامش همگی و اطرافیان است و تا کسی یک حرف از روی ذهن می‌زند و یا دو نفر از هم اوقاتشان تلخ است، ذهن من این را نمی‌پسندد و فوری می‌خواهد خبر و سنی کند، ولی الآن با آن بیت شگفت‌انگیز آگاه شده‌ام که اگر بپذیرم که مردم حق دارند جلوی من از هم ناراحت باشند و تنها وظیفه من این است که هیچ‌نگویم و واکنش نشان ندهم و فضا باز کنم تا شاید آرامش آن فضا به آن‌ها هم کمک کند و یا آن‌که از آن فضا بتوانم کمکی

به شخصی که عصبانی است انجام بدهم تا این‌که به لطف جناب مولانا و آقای شهبازی عزیز همگی به بهشت راهنمایی شویم.

مثال پنجم: وقتی پسر برادرم به خاطر تلفن ناراحت می‌شود. مراد من شادی همیشگی‌اش است و آن‌که با گیم، تلفن، تلویزیون، برنامه یوتیوب همانیده شده‌است و وقتی آن‌ها را ندارد و یا از او می‌گیرند سخت ناراحت می‌شود، من را هم ناراحت می‌کند. خیلی تا به حال فکر کردم که چگونه پسر بچه‌ای که نه‌ساله است را می‌شود از این همانیدگی جدا کرد، تا این‌که الآن متوجه شده‌ام اگر نارحتی او من را ناراحت نکند و فضا را باز کنم، از آن فضا خردی می‌آید که می‌گوید شروع کن برایش شعر مولانا بخوان و یا داستان مثنوی بگو و یا این‌که از زندگی کمک بخواه که این همانیدگی را برای او بیندازد.

مثال ششم: مراد: اشتباه نکردن خود: متوجه شده‌ام که اگر اشتباهی کنم، این یک فرصت است برای پیشرفت و قوی شدن بعد معنوی که اگر بپذیرم و خود را ملامت نکنم، بوی بهشت را خواهم استشمام کرد.

مثال هفتم: صدا در هنگام کار، صدا هنگام استراحت. یکی دیگر از مرادهای من سکوت در محیط است و وقتی صدا زیاد است بی‌مراد می‌شوم و وقتی این صدا من را اذیت نکند و به کارم با آرامی ادامه بدهم و یا این‌که به‌جای صدا سکوت اطرافش را بشنوم، آن وقت است که در بهشت زندگی می‌کنم.

مثال هشتم: هنگامی که قبض یا غمی می‌آید: مراد همیشه شاد بودن یا بی‌غم بودن است. اگر کسی به زندگی هم به مقدار زیادی زنده شده باشد باز هم امکانش است که قبض بیاید... مهم فضا باز کردن اطرافش است تا در بهشت بروی و زودتر غم ناپدید شود و یا کمتر روی ما اثر بگذارد.

مثال نهم: یکی دیگر از مرادهایم این است که هیچ فکری سراغم نیاید. وقتی می‌آید، بی‌مراد می‌شوم و اگر فضا اطراف فکرها باز کنم و فاصله بگیرم از فکرها به بهشت رسیده‌ام.

۲۷- آقای شهبازی:

بله خانم فاطمه پزشک هستند، پزشکی خواندند و صحبت‌های دوستانمان که واقعاً از قدرت تحلیلی بسیار بالایی هم برخوردار هستند به‌خاطر دانششان. همین‌هایی که زنگ می‌زنند دیگر، واقعاً شما استفاده کنید. این دوستانمان که به برکت زندگی دور هم جمع شده‌اند، یک فرصتی است برای شما که می‌خواهید یاد بگیرید، وقتی صحبت می‌کنند خوب گوش بدهید و این نعمت بگوییم در واقع که این همه بیننده داریم ما که تحقیق می‌کنند و با قدرت بیان و تحلیل بالای خودشان مطلب را بیان می‌کنند، ساده می‌کنند، گوش کنید استفاده بکنید.

بی‌مرادی شد قلاووز بهشت حُفَّتِ الْجَنَّةُ شِنُو آي خوش سرشت

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

زندگی با قضا، با بی‌مرادی کار می‌کند. موقع به مراد رسیدن، من ذهنی سفت می‌شود، چون خوشحال می‌شود و به خودش و به راه‌هایش مطمئن می‌گردد. بی‌مرادی فرصت فضاگشایی و تبدیل است. پس موقع بی‌مرادی تنها باید تماشاگر ذهن شد و فضا را باز کرد و آن موقع آگاه باشیم که بی‌مرادی راهنمای بهشت است. بایستی ناظر خودمان باشیم که موقع بی‌مرادی چه واکنشی داریم، چه فکری چه هیجانی می‌آید؟! این‌ها راهنمای شناسایی همانندگی‌ها هستند.

هویت ذهنی دائماً در پی رسیدن به مرادها پیش است و هیجانات مثبت و منفی را ابزار تشویق و تنبیه قرار داده تا تمام قوای ما در راستای ایجاد هیجانات خوش‌آیند و فرار از دردها به‌کار گرفته شود، یعنی هیجانات برای ما خیلی جدی و مهم شده‌اند و به واسطه‌ی جدی گرفتن هیجانات، تحت کنترل فکر درآمده‌ایم.

به محض این‌که هیجانات را شوخی بگیریم مخصوصاً هیجانات منفی را، و از دیدن درد وحشت‌زده نشده یا از دیدن غم پریشان نگردیم، کلید تبدیل هشیاری زده می‌شود، و می‌توانیم ناظر افکارمان باشیم نه کارگر افکار.

بنابراین قضا بی‌مرادی را پیش می‌آورد تا بالاخره ما برای اولین بار علی‌رغم رفتار همیشگی، هیجانات را جدی بگیریم و این‌گونه از زیر یوغ فکر خارج گردیم و هشیاری بیرون فکر را تجربه کنیم، یعنی جنس اصلی خودمان را بشناسیم، و آن قدر مستمر این کار را ادامه دهیم تا دیگر هیجانات نتوانند اثری روی ما بگذارند. آنگاه دیگر زور فکر هم تماماً می‌خوابد و در بهشت فضای حضور می‌مانیم.

بالاخره یک روزی باید قانع شویم که ظاهر اتفاقات بازی است و زندگی از طریق این ظاهر، معنای باطنی را پیش می‌برد. عرفا می‌گویند معنای باطنی زندگی ما آگاه شدن هشیاری یگانه از خودش در فرم است،

که بدین منظور بایستی هشباری کاذب جسمی و هویت موهوم ذهنی بشکند و از هم متلاشی گردد، بنابراین قضا بی‌مرادی‌ها را پیش می‌آورد تا با پذیرش چیزی که علی‌رغم خواسته هویت کاذب ذهن است، پوسته آن ترک بردارد و بشکند.

بنده به اشتباه تصور می‌کردم که فضاگشایی‌ها برای به مراد رسیدن هرچه بهتر است و این ناشی از دید جسم‌بینی بود. یعنی تا همین الآن هم ناخودآگاه در بهترین حالت، فضاگشایی را تنها ابزاری برای رسیدن به مرادهایم می‌دیدم، یعنی اگر حاضر شده بودم قسمتی از پارک من‌ذهنی را خراب کنم، ولی آن را وسیله‌ای کرده بودم برای به ثمر رساندن قسمت‌های دیگر، ولی زهی خیال باطل، که در اصل، زندگی از زیر خرابه تمام این پارک، سر برخواهد آورد و تمام آن بایستی ویران بشود.

و معنی حقیقی پرهیز این‌جا باز می‌شود که وقتی همانیدگی‌ها را شناسایی و نفی کردیم، دیگر نباید هیچ‌چیز دیگری را جایگزین کرد حتی اگر با دید معنوی خیلی خوب به‌نظر برسد.

متوجه شده‌ام که برابر فضاگشایی‌هایم انتظار حل شدن معجزه‌آسای اموراتم را دارم و درواقع به امید سامان گرفتن بهتر اموراتم دارم فضاگشایی می‌کنم. هنوز چشم امیدم به جهان، به وضعیت‌ها، به اجسام است. حال این‌که تمام این‌ها فریب‌های روباهیت من‌ذهنی برای حفظ خودش است، و حقیقت هستی در مرگ من‌ذهنی با تمام خواسته‌ها و دیده‌ها و انتظاراتش رُخ می‌نماید.

عاشقِ حالی، نه عاشقِ بر منی

بر امیدِ حالِ بر من می‌تنی

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۲۸)

شرط تسلیم است، نه کارِ دراز

سود نبود در ظلالِ تُرکتاز

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۱۲۳)

غیر مُردن هیچ فرهنگی دگر

در نگیرد با خدای، ای حیل‌گر

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۸۳۸)

۲۹- خانم فاطمه از گلپایگان

خیلی خوشحال هستم که توانستم بگیرم بالاخره بعد از مدت‌ها. آقای شهبازی من می‌خواستم امروز مطلب که زیاد دارم بخوانم ولی نمی‌دانم کدامش را بخوانم.

ولی دوستان عزیز، سارینا جان که زنگ زدند، من یاد این دو بیت افتادم که یعنی یاد خودم افتادم گفتم که شاید تجربه ما هم به درد دوستان بخورد، چندین سال است به‌رحال در این مسیر هستیم، و به‌رحال اعتماد کردیم به زندگی با تمام دردهایی که کشیدیم، و کسی هم واقعاً نبود حالا قبل از من که به این برنامه گوش کرده باشد، من به ایشان زنگ بزنم یا کمکی بگیرم. و این دو بیت خیلی به من کمک کرد که:

آن بهاران مضمَرست اندر خزان در بهارست آن خزان، مگریز از آن

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۲۶۴)

همره غم باش، با وحشت بساز می‌طلب در مرگ خود عمر دراز

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۲۶۵)

و این واقعاً خیلی به من کمک کرده و یک دوستی هم من می‌شناسم، که تجربه این دوستم را هم بگویم، که این دوست من هیچ‌وقت به برنامه زنگ نزده، واقعاً دوست خیلی عجیبی است برای من، من شاید اصلاً هفت سال بود که از ایشان خبر نداشتم، خبر که دورادور می‌شنیدم که مثلاً حالا از شهرشان مهاجرت کردند دوباره برگشتند، و آقای شهبازی ایشان حتی تلفنشان، گوشی موبایلشان هم خاموش بود همیشه. مثلاً به ایشان زنگ می‌زدید، گوشی‌شان هم خاموش بود، حالا فقط گاهی اوقات حلا شاید.

نه تلگرامی، نه واتساپی، تنها منبع ایشان برنامه گنج حضور بود، هیچ دوستی. و ایشان هم درد خیلی زیادی در زندگی‌شان داشتند، همسرشان مصرف‌کننده بودند، یعنی اعتیاد داشتند و خیلی ایشان درد می‌کشیدند. دردهای خیلی خیلی زیادی هم خودشان داشتند. فکر می‌کنم این چند وقت که خودشان به من زنگ زدند، من اسمشان را نمی‌گویم، به‌خاطر این‌که خوب شاید کسانی از فامیل‌های ایشان

می‌شنوند، شاید خودشان راضی نباشند. من احساس کردم که ایشان زنده شده‌اند به حضور، یعنی واقعاً من احساس کردم یک واقعیتی است.

برای من این‌طوری تعریف کردند، خودشان که نمی‌گفتند، شاید متوجه نبودند خودشان. یعنی تنها منبعشان برنامه گنج حضور بود، نه با کسی صحبت می‌کردند، با هیچ‌کس، یعنی همه راه‌ها را بر خودش بسته بود، فقط خودش بود و خودش و برنامه گنج حضور.

حتی من می‌گویم تنها کاری هم که می‌کردند، از لحاظ مادی برنامه را ساپورت می‌کردند، یعنی خودشان کمک می‌کردند و قانون جبران‌شان را رعایت می‌کردند. الآن بعد از هفت سال ایشان زنده شده‌اند به حضور.

و با توجه به چیزهایی که من از ایشان شنیده‌ام و این‌ها، حس کردم که زنده شدند. تجربه‌ای که داشتند که دیگر وصل شده بودند. بی‌شفاق و بی‌ستیزه، با تمام ستیزه‌هایی که من از ایشان می‌دانستم که داشتند. و اصلاً آرامش نداشتند ولی آدم متفاوتی شدند. البته هنوز راه دارند که به‌رحال همین‌که آدم زنده می‌شود، این‌جوری نیست که، شرایط برای همه یکسان که نیست. ولی ایشان راه دارند برای این‌که باز تغییر کنند.

ولی من متوجه شدم که واقعاً نیاز نیست که اصلاً آدم به کسی زنگ بزند یا کمک بخواهد یا کسی باشد. من، دختر خودم نگار، بعضی وقت‌ها که به من زنگ می‌زند می‌گویم: نگار جان، من اصلاً نمی‌توانم تو را راهنمایی کنم. فقط همین برنامه را ببین. من هشت سال چکار کردم؟ هرچه درد کشیدم، فقط رفتم سراغ بیت‌های مولانا.

هیچ‌کس نبوده به او بگویم، بودند دوستانی که حالا...، پیش‌تر من به آن‌ها برنامه را معرفی کرده بودم، من زودتر دیده بودم. کلاً متوجه شده بودم که نباید به کسی سؤال کنم، زنگ بزنم. و واقعاً با وحشت‌های خودم در این مدت‌ها ساختم، هرچه درد کشیدم، مثل مار به خودم پیچیدم ولی حرفی نزدم به کسی. دیدم که نیاز نبوده همین‌که او دم‌جلو دیدم همان فضاگشایی است.

اخيراً هم که این قدر دوستان عزیز هستند که هرکدامشان واقعاً چراغ هستند. دوستان جوانی که شما فرمودید واقعاً این قدر کمک‌کننده هستند، دیگر نیاز اصلاً نیست که آدم نگران باشد که الان چکار کنم، الان که این موضوع پیش آمده هول بشود نگران بشود. درست است، خیلی سخت است، خیلی واقعاً، ما هم می‌گوییم در این مسیر بودیم دیگر چند سال است، خیلی بعضی وقت‌ها آدم این قدر گیج می‌شود، من خودم دردهای خیلی خیلی زیادی داشتم، این قدر گیج می‌شدم که الان باید چکار کنم؟

ولی بعد از شاید مثلاً یک روز، بعد از دو روز، ولی همین‌که آدم می‌آید جلوتر، سریع‌تر می‌فهمد، این برایش باز می‌شود که باید فضاگشایی کنی، باید آرام باشی، باید تسلیم باشی. این برایش مرتب باز می‌شود.

و واقعاً اصلاً هیچ نیازی غیر از این بیت‌ها، ما به هیچ چیز دیگری نیاز نداریم. فقط روی همین‌ها کار کنیم، قانون جبران را رعایت کنیم، چه مادی، چه معنوی. که حالا معنوی آن این است که روی خودمان کار کنیم دیگر. و من خودم برای این همه چیزهایی که دوستان می‌گویند تمام آن برای همه ما پیش می‌آید، همه‌اش، بی‌مرادی‌ها هرروز هست، هر لحظه هست.

چراغ‌هایی که شما هرروز به ما می‌دهید، از آن هفته تا حالا، مثلاً روز چهارشنبه که خیلی بیشتر، ما همه‌مان روی همین بیت تمرکز کردیم که بی‌مرادی چقدر خوب بوده و ما چقدر می‌ترسیدیم از بی‌مرادی‌هایمان، چقدر ستیزه می‌کنیم با آن‌ها و مطلبی هم نوشته بودم که من دیگر آن را نمی‌خوانم چون من وقت را زیاد نگیرم. این بیت را می‌خوانم که می‌گوید:

بر خارپشت هر بلا خود را مزن تو هم، هلا!
ساکن نشین، وین ورد خوان: جاء القضا ضاق الفضا
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰)

۳۰- خانم اکرم از تهران

از برنامه و طرح قاطع و بُرندهٔ من‌ذهنی و عالی‌تان تشکر می‌کنم. متنی نوشتم از این برنامه اگر اجازه بدهید بخوانم.

**گر چپ و راست طعنه و تشنیع بیهده‌ست
از عشق برنگردد آن کس که دلشده‌ست**
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۴۶)

اگر مرکز ما عدم باشد، خدا از چشمان ما به جهان نگاه می‌کند، یعنی خدا به‌صورتِ حضور ناظر به جهان نگاه می‌کند. عاشق باید کر بشود نسبت به طعنه و تشنیع مردم. یکی می‌خواهد ما را عصبانی کند ما فضا را در برابر آن باز می‌کنیم و این یک ورزش هست، ورزش معنوی.

من‌ذهنی نمی‌تواند تحسین کند. اگر به خداوند بزرگ بشویم مردم هرچه بدگویی و تشنیع بزنند روی ما اثر ندارد. خاصیت من‌ذهنی بدگویی و تشنیع هست. اگر با طعنه و انتقاد مردم از جا کنده می‌شویم، پشه هستیم. اگر فضاگشایی می‌کنیم، کوه هستیم. گوش عاشق از ملامت بیرون کر هست. ترک فواید از این جهان، برکت گرفتن از آن جهان است.

**گر نظم و نثر گویی چون زرّ جعفری
آن سو که جعفرست خرافات فاسده‌ست**
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۴۶)

**بی‌مرادی شد قلاووز بهشت
حُفَّتِ الْجَنَّةُ شِنُو اِیْ خُوشِ سُرِشْتِ**
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

اگر مردم تشنیع و بدگویی می‌کنند روی ما اثر نگذارد، فضاگشا باشیم، آن عیب در ما نیست.

**چون شکست آن کشتی او بی‌مُراد
در کنارِ رحمتِ دریا فتاد**
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۲۷۷)

در تمام بی‌مرادی‌ها باید فضا را باز کنیم. از این زندان من‌ذهنی هیچ‌کس بی‌صبر و حزم نجات پیدا نکرده. خدا می‌گوید همهٔ انسان‌ها را من اداره می‌کنم. هر من‌ذهنی که سوت می‌زند و می‌گوید شما بلد نیستید، به‌زودی خودش رسوا می‌شود. هزاران لطف زندگی به انسان‌ها ریخته اگر فضا را باز کنند.

مر مرا تقلیدشان بر باد داد که دو صد لعنت بر آن تقلید باد

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۶۳)

از پشه‌ها، بی‌حاصلان، تقلید نکنیم، از بزرگان تقلید کنیم. اگر بی‌مراد شدی فضا را باز کن. این بی‌مرادی را پیش خداوند ببر، چون خداوند می‌خواهد این همانی‌گی‌ها را بیندازیم و منیت و حس وجود را صفر کنیم تا او از طریق ما عمل کند، حرف بزند. اگر دنبال عشق برویم، مورد ملامت من‌های ذهنی قرار می‌گیریم که نباید برگردیم.

من‌ذهنی اگر عقل داشت، خودش صحبت نمی‌کرد، می‌گذاشت خداوند صحبت کند. نوح نهصد سال قومه‌ش، یعنی مردمش را به فضاگشایی دعوت می‌کرد، البته روشش را از فضای گشوده‌شده می‌آورد. هرچه کم‌تر معنوی می‌شویم بیش‌تر بی‌مراد می‌شویم.

قوم، بر وی سرکه‌ها می‌ریختند نوح را دریا فزون می‌ریخت قند

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۰)

من‌ذهنی نور زندگی را نمی‌تواند بخورد. خدا هرچه ما را بی‌مراد می‌کند که ما فضاگشایی کنیم و مرکز را عدم کنیم ما گوش نمی‌کنیم. وقتی فضا را باز کردیم و مرکز را عدم کردیم دیگر به این طرف و آن طرف متمایل نشویم. نفس ما کارش تخریب هست که با شیطان یکی است. حضور ما با خدا یکی است که با خرد زندگی آبادانی را به‌وجود می‌آورد.

ای که خود را شیر یزدان خوانده‌ای سال‌ها شد، با سگی درمانده‌ای

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۹۶۱)

از علی آموزِ اِخْلَاصِ عَمَلِ شیرِ حَقِّ رَا دَانَ مُطَهَّرَ از دَغَلِ (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۲۱)

کَه نِیمِ، کوهَم ز حِلْمِ و صَبْرِ و دَادِ کوه را کی در رُباید تُنْدَبَادِ؟ (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۹۴)

من ذهن دارم ولی برای خدا باید خیلی پاک باشم. خیلی ممنونم آقای شهبازی. بعد ببخشید دفعه قبل پرسیدید این ابیات چه اثر سازنده‌ای روی من داشته؟ این دفعه یادداشت کردم. اگر اجازه بدهید بخوانم. این‌که برای کار روی خود غفلت نکنم. روش حضرت علی نیز یک درس هست برای من و انسان با تکرار و تمرین می‌تواند به منظور خداوند که به زندگی زنده شدن هست برسد، البته با خواست پروردگار و این‌که باز از من ذهنی ناامید شدم.

بعد آقای شهبازی در ضمن یک اعترافی هم می‌خواستم بکنم.

آقای شهبازی: اعتراف هم بکنید، خواهش می‌کنم.

خانم اکرم: مرسی، بله این‌که من در ابیات ضعیفم، بیش‌تر وقتم را برنامه گوش کردم و تلفن‌ها را، ابیات زیادی را حفظ نکردم. وقت کمی را برایشان گذاشتم، خواستم این را بگویم، مرسی.

آقای شهبازی: خوب حالا دیگر ابیات را تکرار می‌کنید، درست است؟ ابیات را این روزها دیگر از حالا به بعد شما تکرار می‌کنید؟

خانم اکرم: بله، بله به‌خصوص که شما راهنمایی که کردید فرمودید که عکس بگیرد از ابیات، آن خیلی به من کمک کرد، الان دیگر سعی می‌کنم عکس بگیرم و حفظ کنم، تکرار کنم.

آقای شهبازی: آفرین. با همین تلفن، با همین تلفن، بیت‌ها را من می‌نویسم و شما می‌توانید عکس بگیرید، عکس‌ها باشد. بعد می‌روید راه بروید، پارک، یک جایی، می‌توانید بخوانید، تکرار کنید، عکس‌ها آن‌جا هست، خیلی ممنون.

خانم اکرم: بله، خیلی ممنون، حتماً چشم.

آقای شهبازی: خداحافظ شما.

آقای شهبازی:

بله، برای این که آسان بشود عکس بگیرید. همین ابیاتی که در برنامه ۹۱۶ خواندم من، خدمتان ارائه کردیم با دوستانمان. اگر همین‌ها را شما خوب یاد بگیرید، به نظر من این ابیات می‌توانند نیروی محرکه بلند شدن از این همانندگی‌ها را به شما بدهند. جنبه‌های مختلف زندگی شما را روشن می‌کنند، به شرطی که تکرار کنید.

خواهید دید پس از تکرار که مثلاً بعد از دویست، سیصد بار تکرار کردن، متوجه می‌شوید که از بیت چیز جدیدی می‌فهمید، چیزی می‌فهمید که قبلاً نمی‌دیدید. این ابیات بسته است، حالا این حرف من یادتان باشد. وقتی زیاد تکرار کردید یک بیت را، دیدید که این بیت باز شد و در شما روشن کرد یک چراغی را و قسمت مهمی از زندگی‌تان را که همانیده است و خراب شده، دیدید، قبول کنید و دیگر از آن به بعد این بیت‌ها را تکرار کنید، تکرار کنید، تکرار کنید، خودتان خواهید دید این حرف درست است.

۳۱- خانم بیننده از شیراز

من یک شش سالی هست برنامه شما دنبال می‌کنم، برنامه شما خیلی برنامه خوبی است، خیلی هم تأثیر روی من گذاشته، دیسک گردن داشتم، دیسک کمر داشتم، این‌ها همه‌اش خوب شده، دیگر دارو مصرف نمی‌کنم. بعد قند و فشار هم داشتم، الآن خوب شدند.

بعد برنامه‌تان خیلی برنامه خوبی است، من دنبال می‌کنم. بعد پیام‌ها هم خیلی روی من تأثیر می‌گذارد مخصوصاً پیام‌های حورا که گوش می‌کنم خیلی تأثیر می‌گذارد. همه پیام‌ها خیلی خوب هستند، پیام‌های بزرگان، همه‌شان تأثیر می‌گذارند روی من، خیلی خوب شدم خیلی بهتر شدم.

روزی هم که برنامه را نگاه کردم، نه روز بعدش پول ریختم به حساب «گنج حضور»، الآن یک شش سالی است که برنامه دنبال می‌کنم تا حالا یک ماه نشده که مثلاً نریزم پول بابت «گنج حضور».

از آن روز که گوش کردم، دوازده کیلو لاغر کردم تا حالا. خیلی روی زندگی‌ام تأثیر گذاشته، در زندگی‌ام برنامه‌ریزی شده، خیلی اصلاً با حقوق خیلی کم یعنی زندگی‌ام خیلی خوب می‌چرخانم که حتی این‌هایی که مثلاً حقوق‌هایشان چند برابر من است، نمی‌توانند زندگی‌شان را مثل من بچرخانند.

خیلی در زندگی‌ام چیزهای خوبی دیدم. بچه‌هایم خیلی خوب هستند با من، اول خیلی نمی‌توانستم با آن‌ها صحبت کنم. الآن می‌توانم دیگر راحت، یعنی زنگ بزنند نزنند دیگر هیچ اعتراضی ندارم اصلاً کلاً. یعنی خیلی کار دارم هنوز خوب، مثلاً این چیزها را فراموش می‌کنم، سوادی هم ندارم آقای شهبازی که مثلاً چیزی یادداشت کنم یا چه کنم، هر چیزی که بماند در ذهنم یعنی.

سعی می‌کنم مثلاً از نظر چیزهایی که «گنج حضور» می‌گوید «غیبت» و مثلاً چیزهای حاشیه و اصلاً اخبار هیچ چیزی گوش نمی‌کنم. فقط تنها چیزی که در برنامه شماست، فقط تلویزیون شما روشن است در خانه ما اصلاً هیچ چیزی.

آقای شهبازی: بعد آن موقع آن دردهایتان خوب شد، نه؟ دردهای، دردهایی که، تشنجات و نمی‌دانم

گردن درد و می‌گویید پشت‌درد و این‌ها بودند، این‌ها خوب شدند؟

خانم بیننده: همه‌اش خوب شدند. یعنی گردنم یک طوری بود که آقای شهبازی یعنی شب‌ها تا صبح نمی‌خوابیدم. ما این پسر، پسر بزرگم دوازده سال است برنامه شما را گوش می‌کند. او به من معرفی کرد، گفت: مامان این برنامه نگاه کن، یک بار هم به من گفت، اما خدا را شکر خدا خواست که، قبول کرد خدا که من این برنامه را دنبال کنم. الآن یک شش سالی هست که اصلاً هیچ برنامه‌ای گوش نمی‌کنم، خیلی روی من تأثیر گذاشته. حالم خیلی خوب شده، ان شاء الله که شما هم ...

آقای شهبازی: آفرین، آفرین، پس این نشان می‌دهد که فکرهای دردناک کردن در من ذهنی سبب تشنج می‌شود، سبب تمام استرس‌ها، سبب این‌که عضلات فشرده بشوند. وقتی ما منقبض می‌شویم، همراهش تن ما هم منقبض می‌شود و این عضلات مثلاً پشت یا عضلات پا که این‌ها عضلات بسیار مهمی هستند، منقبض می‌شوند.

وقتی منقبض می‌شوند خُب عصب‌ها را مورد فشار قرار می‌دهند. وقتی شما منبسط می‌شوید این عضلات کشیده می‌شوند و رها می‌کنند این فشارات را. ممکن است یک عده‌ای فکر کنند که چه ربطی دارد اصلاً بیت مولانا یا برنامه مولانا به «گردن‌درد»؟

خیلی ربط دارد، برای این‌که تقریباً تمام امراض را ما با زندگی غلظمان به طرف خودمان می‌کشیم. یک موقعی هست وقتی استرس من ذهنی می‌آید و این وسواسش می‌آید تندتند حرف می‌زنیم، ما اصلاً نمی‌دانیم چه کار داریم می‌کنیم. یک موقعی زیاد می‌خوریم. زیاد خوردن بدن را سنگین می‌کند، خوب سنگینی بدن و زیاد خوردن، انسان را دچار خیلی از امراض می‌کند.

زیادی فکر می‌کنیم، درد می‌کشیم، مزاحم مردم می‌شویم. زیاد حرف بزنیم، یک مقدار از این حرف‌ها مربوط به مردم است، «تشنج» است، «طعنه» است، آن‌ها برمی‌گردند به ما لطمه می‌زنند، ما مجبوریم منقبض بشویم، عضلاتمان جمع بشوند. دچار گردن‌درد، پشت‌درد، نمی‌دانم کم‌درد بشویم. فقط خواستم توضیح بدهم. حرفتان درست است، حرفتان درست است کاملاً.

خانم بیننده: بعدش من آقای شهبازی روزی یک ساعت، دو ساعت مثلاً پیاده‌روی می‌کنم، اصلاً انرژی‌ام یک طوری است که از پیاده‌روی که دو ساعت پیاده‌روی می‌کنم می‌آیم داخل خانه، کارهای خانه را هم انجام می‌دهم، حالا من شصت سالم هم هست.

آقای شهبازی: چند سالتان هست؟

خانم بیننده: فکر نکنید سن من کم است، شصت سالم هست، شصت و خرده‌ای، شصت و یک سال، الآن امسال شصت و یک سال. بعدش اصلاً یعنی انرژی‌ام یک‌طوری هست که وقتی از بیرون، پیاده‌روی می‌آیم، تمام خانه را اگر بریزم بیرون اصلاً خسته‌ام هم نمی‌شوم. با وجود این‌که من یک آدمی بودم در ده، دوازده سالگی پایم درد می‌کرد، مثلاً خسته بودم مثلاً کاری می‌کردم و این‌ها. کار هم داشتیم همیشه، مثلاً من پنج‌تا بچه هم بزرگ کردم و این‌ها نه که مثلاً، آدم راحتی هم نبودم. اما الآن اصلاً دلم نمی‌خواهد که مثلاً هفت، هشت سال پیشم هم را یاد کنم، خیلی مثلاً الآن خوب شدم که هیچ یک لحظه نمی‌توانم بروم عقب به خاطر این‌که می‌ترسم گذشته‌هایم را یاد کنم و این‌ها، خیلی الآن خوب شدم.

همیشه دعایت می‌کنم. اصلاً همیشه می‌گویم که آقای شهبازی آمده آدم‌ها را زنده کرده، یعنی مرده‌ها را زنده کرده، یعنی هیچ کسی مرده را زنده نکرده، شما مرده را زنده کردید. من اگر این «گنج حضور» نگاه نمی‌کردم الآن چهار، پنج سال پیش می‌مردم به خاطر گردنم و اوضاعم خیلی خراب بود و این‌ها. خیر ببینی ان شاء الله که ...

آقای شهبازی: بله، درست کردن زندگی با مولانا بسیار آسان است.

خانم بیننده: بله خیلی یعنی اصلاً خدا رحمتش کند مولانا. خدا یک قوتی، یک نیرویی هم برای شما بدهد که شما باشید که ما بتوانیم در این مدت که آدم، کاش، همیشه می‌گویم کاش، یعنی نباید ملامت خودت بکنی، ولی می‌گویم کاش بیست سال پیش من فهمیده بودم برنامه شما که نگاه می‌کردم که

آقای شهبازی: الو، قطع شد.

صبح بود، مشغول خواندن داستان سه ماهی از دفتر چهارم بودم که این بیت نظرم را خیلی جلب کرد:

**لیک زآن نندیشم و بر خود زَنم
خویشتن را این زمان مُرده کنم**
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۶۸)

این بیت یک پیام مهم دارد که راه‌حل فقط مردن به من‌ذهنی‌ست. آقای شهبازی می‌گوید هر جا فرصت پیدا کردید من‌ذهنی‌تان را به عمد کوچک کنید.

نکته مهمی که حضرت مولانا به آن می‌پردازد، این است که به گذشته حسرت نخورید. ماندن در گذشته یعنی رفتن به سمت آینده و لحظه حال را از دست دادن. مردن به من‌ذهنی و تبدیل شدن، فقط در لحظه حال امکان‌پذیر است. کار جالبی که ماهی نیم‌عقل در آن داستان انجام می‌دهد، این است که به گذشته حسرت نخوردن را به‌خوبی در عمل استفاده می‌کند، به همین خاطر می‌گوید درست است که همراه ماهی عاقل نرفتم و وقت را از دست دادم، ولی به‌جای غصه خوردن به گذشته، خودم را به مردن می‌زنم و من‌ذهنی‌ام را آن چنان صفر می‌کنم که صیاد جهان دیگر نتواند شکارم کند و دست از سرم بردارد.

**لیک زآن نندیشم و بر خود زَنم
خویشتن را این زمان مُرده کنم**
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۶۸)

ماهی نیم‌عقل راز نجات خودش را در مردن به من‌ذهنی‌اش پیدا کرده بوده، برای همین هم مولانا ماهی نیم‌عقل را ماهی بهتر خطاب می‌کند. زمانی که صیادان، ماهی نیم‌عقل را صید می‌کنند و غصه می‌خورند که حیف، ماهی بهتر بمرد، ماهی نیم‌عقل جهان فرم را تجربه کرده و آن‌ها را همراه با راهکارهای داده‌شده توسط مولانا به‌خوبی در عمل به‌کار می‌گیرد. درضمن، تسلیم و سپردن خود به قضا و کن‌فکان را هم کاملاً درک کرده و با زندگی به بهترین شکل همکاری می‌کند. خودش را آن‌چنان

به آب دریا می‌سپارد که اجازه می‌دهد آب زندگی او را هرطور که می‌خواهد با چالش‌ها بالا و پایین ببرد و هدایتش کند.

غیر مُردن هیچ فرهنگی دگر در نگیرد با خدای، ای حیل‌گر

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۸۳۸)

پس ما هم در هر چالشی که قضا و کن‌فکانِ زندگی سرِ راهمان می‌گذارد، فقط بر خود بزنیم، من‌ذهنی‌مان را صفر کنیم. تسلیم باشیم و باور داشته باشیم که خدایی که تمام کائنات را قادر است اداره کند، ما را هم می‌تواند اداره کند. پروردگارا ما را در این راه خودت یاری کن.

لیک زآن نندیشم و بر خود زَنم خویشتن را این زمان مُرده کنم

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۶۸)