

# کنج حضور

متن کامل پیام‌های تلفنی

۹۹۱-۲

اجرا: آقای پرویز شهبازی

تاریخ اجرا: ۱۵ دی ۱۴۰۲

[www.parvizshahbazi.com](http://www.parvizshahbazi.com)

## ده زکات روی خوب، ای خوب رو شرح جان شرح شرح بازگو

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۹۵)

چقدر مهم است که شما زکات روی خوب را می‌دهید، قانون جبران را رعایت می‌کنید. ما نمی‌توانیم چیزهایی که یاد می‌گیریم برای خودمان نگه داریم. درعین حال مواظب هم هستیم چیزی را به کسی تحمیل نکنیم. مثل سفره سیزده بدر غذایمان را می‌گذاریم وسط، هرکسی هرچه دوست دارد برمی‌دارد. نه این‌که تحمیل می‌کنیم به کسی و یا می‌رویم به قضاوت که بلد نیستی.

(پرویز شهبازی، برنامه گنج حضور شماره ۹۰۷)

متن کامل پیام‌های بینندگان برنامه ویژه پیام‌های تلفنی ۲-۹۹۱

اوست بهترین کسی که از او درخواست شود، و بدو امید رود. [پس] از خدا توفیق آن خواهیم که سپاس [بودن در این راه را] به ما ارزانی کند. زیرا سپاس همچون زنجیری است که نعمت موجود را نگه دارد و نعمت فزون‌تر را صید کند و هیچ نشود جز آنچه خدا خواهد.

(برگرفته از مقدمه دفتر چهارم مثنوی، مولوی)

شایسته است از تلاشهای متعهدانه، مستمر و ماندگار جناب آقای پرویز شهبازی در اجرای این برنامه و روشنگری، اشاعه و بسط درس‌های زندگی‌ساز مولانای جان، در کنار برقراری رابطه صمیمانه ایشان با راهیان این مسیر نورانی، کمال سپاس و قدردانی را به جا آوریم.

همراهان عشق در تایپ، ویرایش و بازبینی برنامه گهر بار ۲-۹۹۱		
الناز خدایاری از آلمان	شبم اسدپور از شهریار	مهردخت از چالوس
الهام فرزامنیا از اصفهان	نصرت ظهوریان از سنندج	مریم زندی از قزوین
پارمیس عابسی از یزد	فاطمه زندی از قزوین	یلدا مهدوی از تهران
ناهید سالاری از اهواز	فرشاد کوهی از خوزستان	بهرام زارعیپور از کرج
راضیه عمادی از مرودشت	فهیمه فدائی از تهران	امیرحسین حمزه‌ئیان از رشت
اعظم جمشیدیان	کمال محمودی از سنندج	عارف صیفوری از اصفهان
ریحانه شریفی از تهران	لاله رضانی از اصفهان	شاپرک همتی از شیراز
زهرا عالی از تهران	لیلی حسینیقلی‌زاده از تبریز	فرزانه پورعلی‌رضا از تهران
مرجان فرخ سرشت از استرالیا	مریم مهرپذیر خیابانی از تبریز	مهران لطفی از کرج

**با تشکر از دوستان بیننده که با ارسال متن پیام‌هایشان ما را یاری دادند.**

جهت ارسال متن پیام یا تصویر پیام و یا همکاری با گروه متن برنامه‌های گنج حضور با آیدی زیر در تلگرام تماس حاصل کنید.

**@zarepour\_b**

لطفاً پیام‌های خوانده شده روز جمعه را تا ساعت ۱۲ ظهر شنبه ارسال نمایید.

کانال گروه متن کامل برنامه‌های گنج حضور در تلگرام:

<https://t.me/ganjehozourProgramsText>

ردیف	پیام دهنده	صفحه
۱	خانم بیننده از خوانسار	۵
۲	خانم زهره از نکا	۷
۳	خانم فریبا از سنندج با سخنان آقای شهبازی	۹
۴	خانم صدیقه از پردیس تهران با سخنان آقای شهبازی	۱۱
۵	آقای بیننده با سخنان آقای شهبازی	۱۷
۶	خانم سارا و همسرشان از فولادشهر با سخنان آقای شهبازی	۱۹
۷	آقای اسماعیل از اندیشه	۲۷
۸	خانم رویا از پرند تهران	۳۰
۹	خانم بیننده از خوزستان	۳۳
۱۰	آقای احمد از مشهد با سخنان آقای شهبازی	۳۴
۱۱	آقای رشیدی و فرزندانشان خانم سوگند و آقای محمدسهیل از خوزستان	۳۵
۱۲	خانم بیننده از بندرعباس با سخنان آقای شهبازی	۳۸
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش اول ◇ ◇ ◇	۴۴
۱۳	خانم الناز از آلمان با سخنان آقای شهبازی	۴۵
۱۴	آقای مهران و خانم مینا از اصفهان با سخنان آقای شهبازی	۴۸
۱۵	خانم پریسا از کانادا با سخنان آقای شهبازی	۵۴
۱۶	آقای رضا از شهرضا	۵۹
۱۷	خانم بیننده از آلمان	۶۱
۱۸	آقای امیرحسین از رشت با سخنان آقای شهبازی	۶۴
۱۹	خانم فاطمه از گلپایگان با سخنان آقای شهبازی	۶۷

صفحه	پیام دهنده	ردیف
۷۲	◇ ◇ ◇ پایان بخش دوم ◇ ◇ ◇	-
۷۳	خانم زهره از کانادا با سخنان آقای شهبازی	۲۰
۷۵	خانم سارا از آلمان	۲۱
۷۸	خانم بیننده از فولادشهر	۲۲
۸۱	خانم مریم از اصفهان	۲۳
۸۲	خانم الهه از تهران	۲۴
۸۵	خانم شهناز از هلند	۲۵
۸۷	خانم مهری از خوزستان	۲۶
۹۴	خانم گل‌آرا از اهواز	۲۷
۹۷	آقای محمدرضا از گرگان با سخنان آقای شهبازی	۲۸
۱۰۳	خانم اکرم از نجف‌آباد اصفهان	۲۹
۱۰۵	آقای حسن از هرمزگان	۳۰
۱۰۸	سخنان پایانی آقای شهبازی	۳۱
۱۰۹	◇ ◇ ◇ پایان بخش سوم ◇ ◇ ◇	-



## ۱- خانم بیننده از خوانسار

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم بیننده]

آقای شهبازی: چند وقت است برنامه را می‌بینید؟

خانم بیننده: سه سال است که خیلی به صورت مداوم می‌بینم، ولی جسته و گریخته حدود بیست سال است می‌بینم. ده سال، پانزده سال است که به طور تقریباً همین‌طور جسته و گریخته می‌بینم، ولی خب خیلی خوشحالم از این‌که توانستم تماس بگیرم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم بیننده: من جبران مالی را هم انجام می‌دهم. خیلی خیلی بهره بردم این مدت از برنامه‌های خوبتان.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم بیننده: خیلی موفق شدم، خیلی توانستم پیشرفت کنم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم بیننده: و از این‌که توانستم الان با شما تماس بگیرم می‌خواستم فقط جبران معنوی را هم انجام داده باشم. خیلی موفق شدم آقا. یعنی من هم مثل خیلی از بیننده‌هایمان خیلی مشکلات داشتم، ولی با دیدن این برنامه‌های شما و شعرهای مولانا توانستم خیلی پیشرفت کنم.

آقای شهبازی: آفرین! چندتا از آن پیشرفت‌هایتان را می‌گویید؟ مثلاً روابطتان بهتر شده با همسرتان، بچه‌هایتان؟

خانم بیننده: عالی، عالی! بله من قبل از این‌ها هم سعی کرده بودم یک مقدار روابطم را با اطرافیانم خوب کنم و درست و رفتارهای درستی انجام بدهم. صبوری‌ام خیلی زیاد است، تسلیم می‌شوم در مقابل خیلی از مسائلی که هست، مثلاً فضاگشایی می‌کنم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم بیننده: مقاومت‌م خیلی خوب است، می‌گویم خیلی خیلی پیشرفت کردم. الان چون هول کردم، نمی‌توانم دقیق همه را بگویم. چیزی هم یادداشت نکردم، ولی سعی می‌کنم که جبران مالی و معنوی را انجام بدهم و ان شاء الله بتوانم برنامه‌های آینده هم بیشتر با شما تماس بگیرم.

آقای شهبازی: ان شاء الله. پس دیگر کاری ندارید؟



خانم بیننده: یادداشت کنم، بعد بتوانم. ممنون.

آقای شهبازی: خیلی خوب.

خانم بیننده: خیلی لطف کردید. خیلی خوشحال شدم با شما صحبت کردم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم بیننده]

مجلس شورای اسلامی

## ۲- خانم زهره از نکا

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم زهره]

**خانم زهره:** همهٔ بیننده‌ها می‌گویند ما فکر نمی‌کردیم بگیریم، من هم الآن همین فکر را می‌کردم.

**آقای شهبازی:** شما بله فکر کردید!

**خانم زهره:** فقط می‌خواستم خیلی‌خیلی از شما تشکر کنم. واقعاً برنامهٔ شما انسان‌ساز است، خانوادهٔ ما را که نجات داد واقعاً.

**آقای شهبازی:** لطف دارید. برنامهٔ من نیست، برنامهٔ شماست خانم.

**خانم زهره:** ممنون از لطفتان، ممنون.

**آقای شهبازی:** من برنامه‌ای ندارم، مولانا و شما.

**خانم زهره:** من الآن نه سال است تقریباً با برنامهٔ شما آشنا شدم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم زهره:** البته اول همسرم این برنامه را پیدا کرد و آشنا شد و اول او برنامه را نگاه می‌کرد من زیاد تمایلی نشان نمی‌دادم. ببخشید مثل این‌که شارژم دارد تمام می‌شود، فکر نمی‌کردم شارژ نداشته باشم.

**آقای شهبازی:** خیلی خوب.

**خانم زهره:** معذرت می‌خواهم. فقط می‌خواستم از شما خیلی تشکر کنم. خانهٔ ما واقعاً تغییر کرد، اصلاً زندگی‌مان تغییر کرد، همسرم که اصلاً معجزه شد کلاً در زندگی‌مان. همسرم اصلاً از این رو، با آن برنامهٔ اول که نگاه کرد از این رو به آن رو شد و روابطمان هم خیلی عالی شد.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین!

**خانم زهره:** فقط می‌خواستم صدای شما را بشنوم، شاید ان‌شاءالله تغییرات بیشتری در من ایجاد بشود. خیلی خیلی خوشحالم.

**آقای شهبازی:** ان‌شاءالله. ممنونم. عالی، عالی! گفتید از کجا زنگ می‌زنید؟

**خانم زهره:** از نکا تماس می‌گیرم. زهره هستم از نکا تماس می‌گیرم.

**آقای شهبازی:** نکا، ممنونم.





خانم زهره: بله نزدیک ساری هستیم.

آقای شهبازی: آفرین! خداحافظ شما.

خانم زهره: ممنون آقای شهبازی. خدا را شکر، خدا را شکر، خدا را شکر.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم زهره]

مجلس شورای اسلامی

### ۳- خانم فریبا از سندیج با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فریبا]

**خانم فریبا:** من چهار سال است که تماس نگرفتم، خیلی دلم برای شما تنگ شده بود. چهار سال پیش من با همسرم زنگ زدم خدمت شما، من خودم متارکه کرده بودم، بعد پسرم اعتیاد داشت.

**آقای شهبازی:** بله.

**خانم فریبا:** بعد مثل یک معجزه من ازدواج کردم با آقای که سه تا بچه داشت، ایشان هم خانمشان فوت شده بود.

**آقای شهبازی:** بله.

**خانم فریبا:** دیگر دو تا ایمان خلاصه با کلی مشکلات، ولی واقعاً قبلش من دو سال بود که برنامه را نگاه می‌کردم و روی خودم کار می‌کردم و باعث شد از تغییرات من شکر خدا الان پسرم که دو سال است پاک شده، اعتیادش را کنار گذاشت.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم فریبا:** شکر خدا! حتی سیگارش را هم کنار گذاشت آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم فریبا:** مثل یک معجزه این پسر من با یک برنامه خیلی ساده توی اینستاگرام یک پیام گرفته بود که باعث شد من بعد از چهار روز دیدمش، چون ایشان از من جدا زندگی می‌کنند، خانه خودشان هستند. وقتی رفتم آنجا، گفت که چهار روز است سیگار هم نکشیدم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم فریبا:** درحالی‌که من پسرم الان تنها زندگی می‌کند، و توی این قانون این ای (NA) کسانی که اعتیاد دارند می‌گویند جای بازی، یار بازی، مکان بازی، این‌ها نباید توی آن جایی که قبلاً مصرف داشتند زندگی کنند یا کسانی که با آن‌ها مثلاً مصرف داشتند نباید با آن‌ها رفت و آمد داشته باشند. ولی باور کنید آقای شهبازی یک معجزه‌ای اتفاق افتاد برای بچه من که می‌گوید اصلاً من هیچ تمایلی به مصرف ندارم.

**آقای شهبازی:** آفرین!



**خانم فریبا:** انگار اصلاً من مصرف نداشتم.

**آقای شهبازی:** بله، بله وقتی آدم حالش خوب بشود از درون، احتیاج ندارد.

**خانم فریبا:** خدایی اصلاً یک معجزه‌ای اتفاق افتاده. توی سندنچ شاید بگویم الگو شده برای خیلی‌ها همه تعجب می‌کنند می‌گویند چطور شد این حتی سیگارش هم برداشته. مثلاً دوستانش به او می‌گویند، می‌گویند ما دوازده قدم کار کردیم، چکار کردیم، چقدر رهجو داریم، هنوز نتوانستیم سیگارمان را کنار بگذاریم، تو چطور توانستی سیگارت را برداری، تازه دوازده قدم هم کار نکردی، ولی این بچه من آن موقع هنوز جدا نشده بودم از او، با هم زندگی می‌کردیم، این برنامه را با هم نگاه می‌کردیم، برنامه گنج حضور. و من از همان موقع شروع کردم این قانون جبران را رعایت می‌کردم و حتی به نیت پسر هم پول واریز می‌کردم.

**آقای شهبازی:** بله.

**خانم فریبا:** و پسر من تا حدودی برایش توضیح می‌دادم که حضور در لحظه داشته باشد و همین‌ها باعث شده که الان مثلاً همیشه می‌گوید من اراده دارم، شاهد به کارهایم، می‌دانم دارم چه کاری می‌کنم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم فریبا:** و آرامش عجیبی دارد شکر خدا و واقعاً برنامه معجزه‌ساز است. من الحمدالله شوهرم هم برنامه را نگاه می‌کند و روی زندگی من هم که الان چهار سال است با هم زندگی می‌کنیم، توانستم با بچه‌های ایشان هم کنار بیایم. البته مشکلات هم هست، ولی باز هم توانستم از پس این زندگی هم بربیایم، فقط به لطف برنامه شما.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین! به لطف عشق، به لطف زنده شدن به خدا، به لطف تشعشع زندگی، ارتعاشات زندگی بخش، شناسایی زندگی خودتان در دیگران، شناسایی نیکی و زیبایی در دیگران. شما خودتان را و اثر خودتان را که به عشق زنده شدید اصلاً دست‌کم نگیرید، هم روی پسران، هم روی بچه‌های دیگر که در زندگی شما آمده‌اند جدیداً. آفرین! بله می‌گویند شما آن تغییری بشوید که می‌خواهید جهان آن تغییر را بکند. شما تغییر می‌کنید اطرافتان تغییر می‌کند، خیلی ساده است. شما تغییر نمی‌کنید از درون، فقط موعظه می‌کنید هیچ اتفاقی نمی‌افتد. موعظه من ذهنی هیچ کاری نمی‌کند. [تماس قطع شد] عالی بود.



#### ۴- خانم صدیقه از پردیس تهران با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم صدیقه]

**خانم صدیقه:** خیلی خوشحالم این لحظه صدای گرم شما را می‌شنوم.

**آقای شهبازی:** شما لطف دارید.

**خانم صدیقه:** خیلی عذر می‌خواهم که به‌هرحال چه‌جوری بگویم من یک عذرخواهی برای شما بدهکارم، چون این اژدهای من ذهنی به‌طور عجیبی مرا گول زد. ببخشید مرا حلال کنید، زحمت شما را من یک خرده آن‌طور که باید جبران می‌کردم نکردم. فقط خواستم یک حلالیتی بگیرم.

**آقای شهبازی:** چرا؟!

**خانم صدیقه:** یک مسافرتی کردم، خیلی دوستانم را دوست داشتم، ولی اژدهای ذهن گولم زد و خیلی علائمش را دیدم و خیلی با توجه به این‌که خیلی خوشی بود و همگی، خانواده و این‌ها، دوستان بودند، ولی درونم خیلی آشوب بود و با عذرخواهی از خداوند خلاصه تحمل کردم. مرا ببخشید که این خطا را کردم.

**آقای شهبازی:** اختیار دارید.

**خانم صدیقه:** حالا با اجازه‌تان چون من شماره آدرس غزل‌ها را نمی‌دانم اگر اجازه بدهید یک چندتا غزل بخوانم، ولی شماره آدرس‌ها را ندارم.

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

**خانم صدیقه:** با اجازه‌تان.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.

**خانم صدیقه:** ضمناً از زحمات شما تشکر می‌کنم، از زحمات شبانه‌روزی شما. آرزوی توفیق دارم.

**آقای شهبازی:** لطف دارید.

**خانم صدیقه:** یوسف زمان، از همکاران عزیز هم تشکر می‌کنم.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.

**خانم صدیقه:** با اجازه‌تان.

**آقای شهبازی:** بفرمایید.



خانم صدیقه:

ای عقلِ کُلِّ ذوفنون، تعلیم فرما یک فُسون  
کز وی بخیزد در درون، رحمی نگارین یار را  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۴)

انشاءالله که بهرحال با درس‌هایی که از شما آموختم، از طریق قانون زندگی که فضاگشایی داشته باشم، صبر داشته باشم، تسلیم باشم، بهرحال منیت‌هایی که البته نداشتم، ولی خب اگر جزئی بود کنار گذاشتم، دیگر خدمتتان، صبر را پیشه کردم، کارافزایی را گذاشتم کنار با اجازتان، البته انشاءالله مورد قبول زندگی قرار بگیرد، دیگر خیلی چیزها آموختم.

بهرحال الان آرزومندم که واقعاً من از طریق عقل کل، آن هنر خداوندی انشاءالله که شامل حال همه بندگان بشود، که این بوی عطر عشق را بشنوند و انشاءالله که بهرحال به این عظمت زندگی، عظمت عشق پی ببرند. حالا ببخشید اگر خوب نمی‌توانم صحبت کنم.

آقای شهبازی: اختیار دارید، خیلی هم خوب صحبت می‌کنید. عالی، عالی!

خانم صدیقه: خواهش می‌کنم. بعد دیگر می‌توانم دوباره بخوانم، وقت دارم؟

آقای شهبازی: بله بله بخوانید، بله.

خانم صدیقه:

جانا، سرِ تو، یارا! مگذار چنین ما را  
ای سروِ روانِ بنما آن قامت و بالا را  
خُرْمِ کُن و روشن کُن این مفرشِ خاکی را  
خورشیدِ دگر بنما این گنبدِ خضرا را  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۸۷)

آقای شهبازی: آفرین!

خانم صدیقه: درود بر مولانای جان! درود بر مهندس والاگوهرم.

آقای شهبازی: شما لطف دارید.

خانم صدیقه: درود بر تمام عاشقان راه.



آقای شهبازی: ممنونم. درود بر شما.

خانم صدیقه: با اجازه‌تان.

سَر بُرون کن از دریچهٔ جان، ببین عشاق را  
 از صَبوحی‌های شاه، آگاه کن فُساق را  
 از عنایت‌های آن شاهِ حیات‌انگیز ما  
 جان نو ده مر جهاد و طاعت و انفاق را  
 چون عنایت‌های ابراهیم باشد دستگیر  
 سر بُردن کی زیان دارد دلا اسحاق را؟  
 (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۱)

آقای شهبازی: آفرین!

خانم صدیقه:

بیت‌های تقویتی را با اجازه‌تان.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! ماشاءالله.

خانم صدیقه: ماشاءالله به شما! تشکر از شما.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم صدیقه: خواهش می‌کنم، لطف دارید.

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

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





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

مهندس عزیزم ارادت دارم.

آقای شهبازی: به به!

خانم صدیقه: ان شاء الله بتوانم زحمات شما را جبران کنم.

آقای شهبازی: به به! به به!

آقای صدیقه: دیگر حلال کنید من کوتاهی کردم بشخصه. اصلاً ازدهای ذهن بد جوری آمد سراغ من آقای مهندس پرویز شهبازی.

آقای شهبازی: عیب ندارد. ما اشتباه می‌کنیم.

خانم صدیقه: [صدا ناواضح] نمی‌دانم چکار کنم، چه جوری باید مرا ببخشید.

آقای شهبازی: با همین، همین.

خانم صدیقه: نمی‌دانم، اصلاً توی دریای عشق بودم، انگار ماهی بودم که مرا انداخته بودند توی مرداب داشتم جان می‌دادم، باورتان نمی‌شود. دوستان، آنهایی که تازه بالاخره صدایم را می‌شنوند، باز هشیارتر بشوند، هر لحظه ناظر باشند، ناظر باشند که این خیلی این من‌ذهنی اصلاً بدجوری است.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم صدیقه: اصلاً خیلی چکار می‌کند. خلاصه که ان شاء الله بتوانم که لایق باشم، لایق این راه باشم. والا گوهرم مرا دعا کنید. ۷۸ ساله هستم، من نیاز دارم به دعایتان.

آقای شهبازی: به به! ۷۸ سال، آفرین! چقدر حالتان خوب شده، خوب است، عشق دارید. ماشاءالله. همین، موفق شدید. آفرین، آفرین!

خانم صدیقه: سپاس‌گزارم، خواهش می‌کنم.

آقای شهبازی: موفق شدید، موفق شدید.

خانم صدیقه: امید می‌دهید. از زحماتی که هشت سال است گوش می‌کنم.



آقای شهبازی: آفرین!

خانم صدیقه: ولی خب مرا ببخشید حالا دیگر.

آقای شهبازی: آن، ما هر کاری که هم

خانم صدیقه: قانون جبران را هم رعایت می‌کنم، ولی فقط مهم‌ترین زندگی‌ای بود که آمد توی ذهنم. مثلاً توی خانه من بهشت است مهندس، من نمی‌دانم صبح که می‌شود، بعد از این‌که یک مختصر ورزش می‌کنم، باور کنید اصلاً وقتی برنامه شروع می‌شود یک آهنگی را می‌گذارید اصلاً می‌گویم اول صبحانه بخورم یا اول برقصم، یعنی این قدر مست این، خدا من الآن خیلی حالم خوب بود.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم صدیقه: ولی خلاصه خیلی ممنون، تشکر.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم صدیقه: برقرار باشید. ان شاء الله روی ماهتان را سعادت باشد از نزدیک ببینم.

آقای شهبازی: ممنونم. عالی، عالی! خداحافظی می‌کنم با شما.

خانم صدیقه: لطف کردید. تشکر از محبت‌های شما. شاگرد کوچک شما، شاگرد حقیرتان. ارادت دارم. دست‌های توانمندتان را می‌بوسم. برقرار باشید.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم صدیقه]

آقای شهبازی:

عالی، عالی! آفرین! خیلی خوب بود.

خانم هفتاد و هشت‌ساله عوض این‌که بگوید مریض هستم، پیر هستم، نمی‌توانم تکان بخورم، بیایید به من برسید، عشق بدهید، کسی به من نمی‌رسد، کسی به داد من نمی‌رسد، تنها مانده‌ام، ناله و زاری بکنند، این قدر شاد است و می‌زند زیر آواز! پس موفق شدید شما، آفرین! آفرین!

و هر کاری بکنیم بالاخره این پای ما یک جایی مختصراً می‌لغزد. همین‌که متوجه می‌شویم باید خدا را شکر کنیم و خودمان را ببخشیم و بدانیم که این‌ها همان «قضا و کُنْ فِکَان» است، به ما نشان می‌دهد که این‌جا یک ایرادی داری، و گرنه اگر ما اشتباه نکنیم، حالمان بد نشود از کجا بفهمیم که اشکال داریم؟!



من ذهنی می‌گویم شما کامل شدید، هیچ اشکالی ندارید، ولی باید خودمان را ببخشیم. یادمان باشد، بخشیدن خود یکی از مهم‌ترین بخشیدن‌ها است و حتی بخشیدن دیگران بستگی به بخشیدن خودمان دارد که شما اشتباه می‌کنید، هیچ اشکالی ندارد. بکشید کنار، خودتان را نگاه کنید، از آن یاد بگیرید، تمام شد رفت دیگر، یاد بگیرید، یاد می‌گیریم، می‌گذریم.

پیغام‌های تلفنی

## ۵- آقای بیننده با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی با آقای بیننده]

**آقای بیننده:** آقای شهبازی من باز هم استرس گرفتم. دومین بارم است زنگ می‌زنم، اما خُب! [خنده آقای شهبازی] از نظر عالی، آقای شهبازی از زمانی که من به قول حضرت عالی فضاگشایی و این‌ها تا اندازه‌ای، روزنی، اصلاً گیج شدم! نمی‌توانم نماز را هم بخوانم! هر وقت می‌خواهم رو به قبله بنشینم، احساس می‌کنم که دارم با من ذهنی نماز می‌خوانم. با عرض معذرت پنجاه و هفت سالم است.

**آقای شهبازی:** بله.

**آقای بیننده:** اصلاً مانده‌ام. بچه‌ها در خانه می‌گویند که تو چکار می‌کنی؟ به نماز و این‌ها بی‌تفاوت شدی و فلان. اصلاً سردرگم هستم! نوع عبادتم را گم کرده‌ام. نمی‌دانم چکار کنم واقعاً؟!]

**آقای شهبازی:** بله، شاید هم نوع عبادتتان را پیدا کردید قربان. [خنده آقای شهبازی]

**آقای بیننده:** خدا کند، خدا کند که این‌طوری باشد.

**آقای شهبازی:** بله، اگر واقعاً همین گیجی و منگی و آدم نمی‌داند کجاست و در چه وضعی است، چه بسا این عبادت خوبی است. وقتی من ذهنی به ترتیب است که خودش می‌داند نماز می‌خواند، شاید آن نماز حضور ندارد، به درد نمی‌خورد. همین شکی که شما الآن کردید که من الآن خودم نماز می‌خوانم، خود اصلی‌ام، خداییتم یا من ذهنی‌ام؟! این شک خیلی مهم است که شما مواظب هستید الآن، که الآن چه کسی دارد نماز می‌خواند؟ این خودش حضور است.

**آقای بیننده:** من آدم مذهبی بودم. عضو هیئت امنای مسجد بودم، همه را اصلاً به، لطف خدا بود البته. خودشان گفتند که آقا نیا. آن روزهایی که من تصمیم گرفته بودم از هیئت امنای بیرون، خودشان گفتند آقا دیگر نمی‌خواهیم شما هیئت امنای باشید.

**آقای شهبازی:** خیلی خُب.

**آقای بیننده:** من مانده‌ام چکار کنم؟!]

**آقای شهبازی:** صبر، صبر، فضاگشایی، این شعرهای مولانا را بخوانید، اگر آدم دینی هستید این حدیث‌هایی که مولانا می‌آورد و یا این‌که آیه‌های قرآن که می‌آورد، این‌ها را زیاد بخوانید و سعی کنید معنی‌اش را بفهمید و عمل کنید، به زودی خودتان راه خودتان را پیدا می‌کنید.



آقای بیننده: به امید خدا ان شاء الله. مزاحمتان نشوم، خدا حافظ می‌کنم.

آقای شهبازی: لطف فرمودید.

[خدا حافظی آقای شهبازی و آقای بیننده]

خدا حافظی



## ۶- خانم سارا و همسرشان از فولادشهر با سخنان آقای شهبازی

خانم سارا: سلام، خسته نباشید آقای شهبازی. من سارا صالحی هستم از فولادشهر اصفهان زنگ می‌زنم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، بفرمایید.

خانم سارا: ببخشید مزاحمتان شدم باورم نمی‌شد که بگیرد! بعد پیام‌هایم را در معنوی، برنامه تلگرام می‌فرستم، برنامه‌مان. برای اولین بار است زنگ می‌زنم.

آقای شهبازی: بله، بله.

خانم سارا: اول می‌خواستم بگذارید با آقایمان صحبت کنید، گوشی.

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی با همسر خانم سارا]

آقای بیننده:

این‌همه زحمت ما به شما می‌دهیم برایمان زحمت می‌کشید، دارید کار می‌کنید و راست هزارتا تلویزیون برای ما دارید آقای شهبازی شما کار می‌کنید.

آقای شهبازی: [خنده آقای شهبازی] لطف دارید.

آقای بیننده: و ما خیلی درس از این تلویزیون شما یاد گرفتیم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

آقای بیننده: دوازده سال است که دارم به این تلویزیون توجه می‌کنم و پیرو تلویزیون شما هستم و خیلی تشکر می‌کنم از زحمات شما.

آقای شهبازی: ممنونم، لطف دارید.

آقای بیننده: آقای شهبازی، من یک اتفاقی افتاده برایم، نابینا شدم. در ذوب‌آهن کار می‌کردم.

آقای شهبازی: بله.

آقای بیننده: حالا قانون قضا و قدر را می‌خواهم بگویم که یک جا مولانا در شعرش گفته که «اگر قضا و قدر بخواید خداوند صادر شود دکتر آبله شود بی‌اثر.» همان اتفاق برای من افتاد. من چشمانم در ذوب‌آهن یک کم دیدش کم شد.

آقای شهبازی: خُب!



**آقای بیننده:** رفتم پیش دکترهای ذوب‌آهن، فرستادند من را پیش دکترهای متخصص. رفتم پیش دکترهای متخصص، دکتر متخصص گفت برو یک سی‌تی‌اسکن بگیر. گفتم که نه، ام‌آر‌آی (MRI) بنویس، دقیق باشد. رفتم ام‌آر‌آی گرفتم، سه هفته توی نوبت بودم، آن زمان بیست و دو سال پیش بود، فقط یک دستگاه ام‌آر‌آی بیشتر نبود. سه هفته هم توی نوبت بودم تا نوبتم شد ام‌آر‌آی گرفتند.

در عکس یک غده بود راست یک نخود، ولی در جواب نوشته بود هیچ غده‌ای نیست! صدتا دکتر هم رفتم از این بهترین دکترهای متخصص چشم و مغز و اعصاب و همه این‌ها را رفتم. همه به عکس نگاه می‌کردند، همه روی جواب نگاه می‌کردند می‌گفتند آقا، این یک ویروس است هیچ مشکلی چشمت ندارد، فقط یک ویروس عصب چشمت را از کار انداخته و نابینا شدی و هیچ‌جا دنیا هم علاج ندارد!

بعد از دو سه سال که دید چشمانم کامل رفت، شکایت کردم به ذوب‌آهن که آقا من طب صنعتی شما را، آن دکترهای کمیسیون شما را قبول ندارم، من را بفرستید تهران، کمیسیون پزشکی شرکت ملی فولاد. رفتم کمیسیون پزشکی شرکت فولاد آن‌جا دوتا نامه نوشتند: یکی برای متخصص چشم، یکی هم برای متخصص مغز و اعصاب. رفتم متخصص چشم گفتم آقا، من در یک چنین شرایطی کار می‌کنم و چشمم را از دست دادم. من را غیر ناشی از کار زدند ولی حالا می‌خواهید شما یک چیزی بنویسید من در فولادسازی ۱۷۰۰ دارد به‌کار می‌کنم. می‌خواهم بنویسید که این در حین کار این‌جور شده. آن‌ها یک معاینه‌ای کردند و نوشت، گفت: آری، این از کار است.

رفتم پیش متخصص مغز و اعصاب، نامه را به او نشان دادم گفتم من یک چنین نامه‌ای می‌خواهم. گفت: من به هیچ عنوان این کار را نمی‌کنم، اگر وزیر هم بیاید این‌جا سفارستان را بکنند من یک چنین کاری نمی‌کنم، به‌غیر از این‌که بروی یک ام‌آر‌آی بگیری بیایی تا من ببینم چت هست، بعد از آن بنویسم.

رفتم خلاصه چیز شد، رفتیم یک ام‌آر‌آی گرفتیم، دیگر دید چشمم رفته بود، با یک همراه رفته بودم یعنی دیگر دقیقه نود بود که داشت می‌رفتتش! رفتم یک ام‌آر‌آی گرفتم و آمدم گفت: به‌به! یک غده هست توی سرت راست یک پرتغال! اگر الآن نروی عمل کنی فردا چشمت را از دست دادی حالا جاننت دیگر در خطر است. خلاصه من هم به‌خاطر این فوری رفتیم توی بیمارستان، بله دیگر همان سال ۸۰ عمل کردم و جانم را از دست ندادم، ولی چشمم را از دست دادم. این خدا می‌خواسته که من چشمم را از دست بدهم! حالا من هزارتا دکتر هم، از این دکترها، حتی گفتند هر جای دنیا هم بروی این علاج ندارد!

**آقای شهبازی:** ندارد!



**آقای بیننده:** قضا و قدر این بوده است که من چشمم را از دست بدهم. من این را نتیجه گرفتم و من به خاطر این با این که از چند مشکل دیگر داشتم یک بچه فلج داشتم، خانمم فکر کنم برای شما چیز کرده، خانمم ناراحتی قلبی داشت، با این مشکلات من بیست و سه سال بچه فلجم را بزرگ کردم خودم هم، همسر من ناراحتی قلبی داشت و سه تایمان در خانه به نحو خوبی داشتیم زندگی می‌کردیم با شادی و خوبی! همه غصه ما را می‌خوردند، من تعجب بودم، ما که مشکلی نداریم! چرا مردم غصه ما را می‌خورند؟! ما مشکلات مردم را حل می‌کنیم! من هیچ مشکل ندارم به توسط این مولانا ها!! همه اش به توسط این مولانا و شما بود.

**آقای شهبازی:** بله، آفرین!

**آقای بیننده:** و این توضیحاتی که شما ساده برای ما بیان می‌کنید و این‌ها را ما خلاصه در زندگی مان به کار می‌بریم هم خودم هم خانمم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**آقای بیننده:** و خیلی پیشرفت کردیم حتی نوهام را هم برای شما فرستاده رایان، او هم شعر فرستاده.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**آقای بیننده:** و خیلی موفق بودم و الآن شاد و خرم داریم با خانمم زندگی می‌کنیم، بیست و دو سال هم هست چشمم را از دست دادم، هیچ ناراحت هم نیستیم!

**آقای شهبازی:** آفرین!

**آقای بیننده:** حالا گاهی مردم ناراحت هستند وای چشم؟! ولی من ناراحت نیستم!

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین!

**آقای بیننده:** می‌گویم چرا مردم ناراحت هستند؟! آقا من چهل و دو سال بوده چشم داشتم، حالا بعد از این خداحافظ چشم نداشته باشم!

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین!

**آقای بیننده:** طوری نیست که! باید همیشه شاد باشی. الآن هم من همیشه سر کار بودم دو شیفته، سه شیفته این‌ور آن‌ور کار می‌کردم از توی خانه، بند نیستم، الآن هم بعد بیست و دو سال است که بیشتر در خانه هستم و از درون شاد هستم!

**آقای شهبازی:** آفرین!



**آقای بیننده:** حتماً آدم نباید یکجا بنشیند به قولی غیبت این و آن را بکند! پشت سر این حرف بزند، پشت سر آن حرف بزند یا تنبک و ضاربه بزند شاد بشود که! انسان باید از «درون» شاد باشد یعنی همین که در خانه نشسته باید شاد باشد.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین!

**آقای بیننده:** این نیست که در جمع نشسته باشد شاد باشد و من بیست و دو سال است چشمم را از دست دادم خوب و نازنین هم دارم زندگی می‌کنم بهتر از آن چشم دارم و به توسط همین شعرهای مولانا. اگر این‌ها نبود، شاید من یک اتفاقات دیگر برایم می‌افتاد.

**آقای شهبازی:** بله.

**آقای بیننده:** و خیلی جاهایی که گذاشته شده که من فرق کردم، همان فضاگشایی که مولانا می‌گوید آقا سکوت کن، هیچ چیز نگو، ساکت باش خداوند همه‌چیز را حل می‌کند، من هم سکوت کردم، آرامش! خداوند هم همه‌چیز را حل کرد!

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین، آفرین!

**آقای بیننده:** و خیلی از شما تشکر می‌کنم که این همه دارید زحمت می‌کشید و خدماتی که شما می‌دهید به مردم هزاران روان‌شناس و دکتر روان‌شناس این‌ها نمی‌توانند به این مردم بدهند! هزاران در دنیا!

**آقای شهبازی:** آفرین!

**آقای بیننده:** و خیلی کمک بزرگی شما آقای شهبازی به ما کردید و تا دنیا دنیا است من دعاگوی شما هستم.

**آقای شهبازی:** لطف دارید، ممنونم.

**آقای بیننده:** همین قضا و قدر. ما که از حضرت یوسف بالاتر نبودیم! قضا و قدر بود که حضرت یوسف باید توی چاه می‌رفت از چاه می‌رفت در کاخ فرعون مصر و آن مصیبت‌ها برایش چیز می‌شد که بتواند یک روزی پیامبر بشود!

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین!

**آقای بیننده:** هرچه، ببینید یک سنگ رودخانه این قدر آب تو سرش می‌خورد صیقلی می‌شود! تا این آب به سر این سنگ نخورد این قدر صیقلی نمی‌شود. ولی کوه نه، سخره‌اش می‌بینید زبر و تیز است و انسان مگر در زندگی‌اش این قدر سختی‌ها می‌کشد خداوند یعنی، امتحانات را خداوند جلوی آدم می‌گذارد.



**آقای شهبازی: آفرین!**

**آقای بیننده:** من یک نابینا بودم. یک بچه معلول، فلج خوابیده روی زمین، بیست و سه سال به نحو احسن بزرگش کردیم با شادی و خرمی، نه این‌که با ناراحتی‌ها! با شادی!

**آقای شهبازی: آفرین، عالی، عالی!**

**آقای بیننده:** بعد بیست و سه سال هم از دنیا رفت. حالا آقای شهبازی لطف می‌کنید خانم هم صحبت کنند؟

**آقای شهبازی:** بله، بله. حتماً حتماً. خیلی ممنون. همین که

**[خداحافظی آقای شهبازی و آقای بیننده]**

**خانم سارا:** سلام خسته نباشید.

**آقای شهبازی:** سلام، سلام! آفرین، آفرین بر شما، آفرین به همسرتان. واقعاً این پیغام هم مثل پیغام شوهرتان فرمودند مثل حضرت یوسف بسیار بسیار بیدارکننده است، بسیار مثال عالی است، مثال حدی است برای فضاگشایی، پذیرش، تسلیم، این چیزی که مولانا درس می‌دهد، حتی این چیزی که دین درس می‌دهد نمونه‌اش همین همسر شما هستید، البته شما هم ماشاءالله می‌گویید ناراحتی قلبی داشتید الان خیلی وضعتان خوب است، خوشحال هستید. حالا بفرمایید، ببخشید.

**خانم سارا:** بله، من آقای شهبازی حدود دوازده سال است که برنامه شما را گوش می‌کنم. بعد نمی‌دانم این پیغامی که شما جدیداً اعلام کردید که خانم‌ها حتماً استقلال مالی داشته باشند، خیلی خوب است استقلال، واقعاً هم راست است. من این پیغام را حدود دوازده سال پیش این پیغام را از شما نمی‌دانم چطور شد! همان اولین بار که برنامه شما را گوش دادم گفتم که باید من استقلال مالی داشته باشم.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**خانم سارا:** اولین کاری که کردم آدم یک سری طلا داشتم که خانم‌ها را دیده‌اید که خیلی علاقه به طلا دارند. طلا را فوری فروختم و ریختم بانک و سودش را برای جبران مالی انجام دادم. و هر ماه کمک مالی می‌کنم به برنامه گنج حضور.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**خانم سارا:** بعد با همراه همان بچه فلجم که بیست و سه سالش بود خیلی برنامه شما را دوست داشت با این‌که نه می‌توانست صحبت کند، نه می‌توانست ولی باهوش بود و قشنگ برنامه شما را با من نگاه می‌کرد. بعد من



شب‌ها همیشه قبل از خواب با همدیگر برایش یعنی شعرهای مولانا را برایش تکرار می‌کردم و گوش می‌داد و می‌خوابید.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**خانم سارا:** تا حدود دو سال و نیم بود که حدود سال ۱۳۹۹/۱۲/۱۲ بود که فوت کرد در بغلم.

و داستانش هم برای شما فرستادم که چه‌جوری فوت کرد! یعنی وقتی که در بغلم بود دکتر اعلام کرد که، زنگ زدم به دکتر گفتند که این ریه‌اش آب آورده باید بیاورید بیمارستان ریه‌اش را سوراخ کنیم و دیگر به طریق قفسه سینه به او غذا بدهیم که بعد همان لحظه وقتی که این‌جوری شد انگار یک الهامی به من رسید که این کار را برایش انجام نده! که من گرفتم همان موقع هم داشتم برنامه گنج حضور شما را گوش می‌کردیم با دخترم صبح بود، ساعت حدود ده صبح بود که من بچه را بغل کردم یک صدایی شنیدم در درونم، گفت بغلش کن، بوسش کن، با او صحبت بکن. بغلش کردم، بوسش کردم، گفتم مامان من راضیم به رضای خدا، من تسلیم هستم، تو هم مامان راضی هستی؟ رضای به خدایی؟ تسلیم هستی؟ می‌خواهی بروی پیش خدا؟ آقای شهبازی نگاه به آسمان کرد بعد نگاه به صورت من کرد و یک لب‌خندی به من زد و سرش را روی سینه‌ام گذاشت و چشمانش را بست! من فکر کردم بچه‌ام خوابید ولی قشنگ تسلیم شد و فوت کرد! یعنی یک مرگ زیبایی داشت این بچه!

**آقای شهبازی: بله.**

**خانم سارا:** که اصلاً حتی دخترم که از بیمارستان زنگ زد گفتم شکیرا تمام کرد! گفت مامان ده زنگ زدم ده و رُب تمام کرد بچه در بغل من! این قدر زیبا! کسی که به حضور برسد خیلی زیبا از دنیا می‌رود. یعنی با تسلیم خودش. من این چیزها را در این دنیا دیدم با چشمان خودم آقای شهبازی!

**آقای شهبازی: آفرین، آفرین!**

**خانم سارا:** من خودم دریچه قلبم فلزی است یعنی با دارو و باتری زندگی می‌کنم.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**خانم سارا:** یعنی اگر قرص نخورم یعنی عمرم را با همین قرص‌ها باید بگذرانم تا آخر عمر. ولی با این‌که این اتفاق برای ما می‌گویم سه‌تایی‌مان را در چند سال این اتفاق پشت‌سرهم افتاد، ولی رضاییم به رضای خدا.

**آقای شهبازی: آفرین!**



**خانم سارا:** می‌پذیریم، با این همه اتفاقات آقای شهبازی من صبح‌های زود هوا تاریک بود می‌رفتم پیاده‌روی، می‌آمدم این بچه را جمع و جور می‌کردم، تر تمیز می‌کردم، کارهای خانه را انجام می‌دادم می‌رفتم باشگاه، یک روز باشگاه می‌رفتم، یک روز پیاده‌روی و زندگی را می‌چرخاندم در خانه زندگی.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم سارا:** که همه تعجب می‌کردند من این، خودم هم در تعجب بودم که این نوع نیرو را خداوند چه‌جوری به من می‌دهد؟! که همه تعجب می‌کردند با این ناراحتی قلبی حتی شما خانم دکتر گفته شما یک کیلو بار را نباید بلند کنید، ولی من بیست و پنج کیلو بچه را بلند می‌کردم و اصلاً هیچ جای بدنم هم درد نمی‌گرفت!

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم سارا:** من بیست و سه سال این زندگی را چرخاندم و می‌گویم همه‌اش فقط این قدرت را از شعرهای مولانا و اولاً خداوند و بعد هم شعرهای مولانا! واقعا! این‌ها را دائم در زندگی من تکرار می‌کردم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم سارا:**

**صبر و خاموشی جذوب رحمت است  
وین نشان جُستن، نشان عِلَّت است**

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۲۵)

**قبض دیدی چاره آن قبض کن  
زآنکه سرها جمله می‌روید ز بُن**

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۲)

این‌ها را همه را در دفتر می‌نوشتم، روی موبایلم، در گوش‌ام داشتم همیشه گوش می‌کردم، تکرار می‌کردم.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین!

**خانم سارا:** با همسرم برنامه شما را دائم گوش می‌کردم. ببخشید که زیاد صحبت کردیم برای اولین بارمان بود.

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





**خانم سارا:** خیلی ممنون. بعد از این همه دوازده سال که برنامه شما را دائم نگاه می‌کردیم و گوش می‌کردیم، من اولین بار به خاطر همین جبرانی که باید حتماً زنگ می‌زدم زودتر از این‌ها باید زنگ می‌زدم ولی خودم را لایق نمی‌دانستم!

**آقای شهبازی:** لطف فرمودید. بسیار لایق هستید خانم! بسیار، بسیار! اصلاً این قدر لایق هستید! من با شما خداحافظی می‌کنم یک قدری هم توضیح می‌دهم.

**خانم سارا:** مرسی، متشکر، دستتان هم درد نکند از زحمتهایی که کشیدید برایمان، خیلی ممنون ان‌شاءالله که بتوانیم که جبران کنیم حداقل زحمتهای شما را.

**آقای شهبازی:** جبران کرده‌اید.

**خانم سارا:** از تمام دوستانی که برای ما پیغام‌ها را می‌فرستند در تلگرام تشکر می‌کنم، از برنامه‌هایی که خلاصه‌نویسی می‌کنند، آن‌هایی که خلاصه می‌سازند دائم گوش می‌دهم آن‌ها را، همه برنامه‌ها را گوش می‌دهم، برنامه‌های معنوی را می‌خوانم دست همه‌تان درد نکند متشکر.

[خداحافظی آقای شهبازی با خانم سارا]

**آقای شهبازی:**

عالی، عالی!

موفقیت بسیار عظیمی است این خانواده! که آقا چشمانشان را از دست دادند، از آن چالش‌ها عبور کردند، خانمشان ناراحتی قلبی دارند، بچه فلج را بزرگ کردند، فوت شده، این‌ها را پذیرفتند و این قدر هم شاد هستند الان! مثال عالی است برای همه ما. دیگر خودتان گوش کردید و خودتان خردمند هستید. آن چیزی را که باید یاد بگیرید مطمئن هستم که یاد می‌گیرید.

## ۷- آقای اسماعیل از اندیشه

[سلام و احوال‌پرسی آقای اسماعیل و آقای شهبازی]

**آقای اسماعیل:** جناب شهبازی من هر برنامه شما را که می‌گویم این برنامه تیر خلاص بود، تمام شد. باز دوباره برنامه بعدی را که می‌بینم زنده، می‌گویم نه، این تیر خلاص بود. مدت‌ها است هر برنامه‌ای را می‌بینم، می‌گویم این تیر خلاص بود.

اصلاً جناب شهبازی آدم نمی‌داند از کجای این برنامه صحبت کند، آیا از اشعار مولانا بگوید، از گفته‌های شما بگوید، تجربیاتی که بینندگان عزیز می‌گویند صحبت کند، از کودکان عشق بگوید، از جوانان بگوید، یا از تجربیات شخصی خودش بگوید، اصلاً جناب شهبازی یک دریایی است.

یک بیت شعر است از مولانا، چند وقت است می‌خواهم بگویم، ولی جرأت نمی‌کنم، ولی امشب جرأت کردم این بیت شعر را بگویم. داستان پادشاه با کنیزک، می‌گوید:

**من چه گویم؟ یک رگم هشیار نیست**

**شرح آن یاری که او را یار نیست**

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۰)

**آقای شهبازی:** آفرین!

**آقای اسماعیل:** واقعاً دنیای عجیبی است در این برنامه وقتی آدم وارد می‌شود. من مدت هفده سال است روی خودم کار می‌کنم، حدود هفت هشت سالی هم هست با برنامه شما آشنا شدم، ولی باز امشب به یک درک جدید رسیدم. بعد از این‌که برنامه ۹۰۰ شما پخش شد و پشت سرش کودکان صحبت کردند، تازه امشب بعد از شصت و دو سال زندگی کردن در این دنیا، این‌همه گفته‌های شما و بینندگان چهار پنج تا کاغذ کوچک یادداشت کردم چسباندم روی کدم که از امشب انجام بدهم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**آقای اسماعیل:** باور کنید حتی نمی‌خواستم به برنامه شما زنگ بزنم، به‌خاطر این‌که این نوشته‌ها که همه‌اش در رابطه با خاموشی است، عمل کرده باشم. ولی باز دیدم خب هفت هشت نه ماهی هست، ده ماهی هست زنگ نزده‌ام، چند بار هم خواستم تماس بگیرم موفق نشدم، گفتم حیف است، هم زنگ بزنم تشکر کنم از شما، هم از دست‌اندرکاران و هم از کسانی که به این برنامه کمک می‌کنند چه از نظر مادی، چه از نظر معنوی.



با اجازه شما این چند تا کلمه را من فقط بخوانم روی کاغذ نوشته‌ام.

سودمندتر از حرف زدن شنیدن است، خاموشی. فضاگشایی در برابر اتفاق این لحظه. ما باید نمی‌دانم را یاد بگیریم، خاموشی، سکوت، هم زبان و هم ذهن که اول از زبان شروع می‌شود.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**آقای اسماعیل:** فضاگشایی، تسلیم، صبر، ادب، این‌ها را باید حتماً رعایت کنیم. بعد یک جمله هست می‌گوید «مردها دیگر رفته‌اند و زنده‌ها گرسنه هستند.» ما باید دست از مرده‌پرستی برداریم و به فکر زنده‌ها باشیم، دست از من‌ذهنی برداریم و به دنبال هشیاری حضور باشیم.

بعد یک شعری هم هست که می‌گوید، از جناب سعدی فکر می‌کنم باشد. «هر کس به تماشایی رفتند به صحرائی»، از «دوست نخواهم کرد» جز «دوست تمنایی»

**هر کس به تماشایی رفتند به صحرائی**

**ما را که تو منظوری خاطر نرود جایی**

(سعدی، دیوان اشعار، غزلیات، غزل ۵۱۱)

**گویند تمنایی از دوست بکن سعدی**

**جز دوست نخواهم کرد از دوست تمنایی**

(سعدی، دیوان اشعار، غزلیات، غزل ۵۱۱)

**آقای شهبازی: آفرین!**

**آقای اسماعیل:** بعد دوباره یک بیت دیگر هم هست می‌فرماید:

**خلاف طریقت بود کاولیا**

**تمنا کنند از خدا جز خدا**

(سعدی، بوستان، باب سوم، بخش ۱۶)

**آقای شهبازی آفرین!**

**آقای اسماعیل:** جناب مولانا هم یک بیت دارد می‌فرماید:

**از خدا غیر خدا را خواستن**

**ظن افزونی ست و، گلی کاستن**

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۷۷۳)

من فکر کنم وقتم هم دارد تمام می‌شود. فقط با یک بیت دیگر از جناب سعدی خلاصه می‌کنم.



## ندانم عاشقم مستم چه هستم همی دانم دلی پُردرد هستم (فریدون مشیری)

آقای شهبازی آفرین!

آقای اسماعیل: از خداوند می‌خواهم کمکم کند تا بتوانم خودم را بشناسم، اگر بتوانم خودم را بشناسم، مطمئناً خدایم را هم خواهم شناخت.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای اسماعیل: و بتوانم قدردان این برنامه باشم و بتوانم جبران کنم، چه از نظر مادی، چه از نظر معنوی.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای اسماعیل: من کسی بودم که هفت هشت سال پیش خدا شاهد است فرش زیر پایم نداشتم، ولی یادم است آری دیگر.

[تماس قطع شد.]

آقای شهبازی: آخ قطع شد، بله حیف شد. خیلی عالی بود، ممنونم.

## ۸- خانم رویا از پرند تهران

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم رویا]

**خانم رویا:** خواستم اول یک تشکر ویژه از تمام زحمتهای شما و دست‌اندرکارانی که تمام این زحمتهای را می‌کشند، بیست و چهارساعته برای ما برنامه‌ها را پخش می‌کنند، واقعاً از آنها تشکر کنم. واقعاً جای تشکر دارد، دست مریزاد دارد. وقتی چشمان شما را می‌بینم، چشمان زیبای شما، نورانی بودنتان را، دلم می‌خواهد بوسه بر آن چشمان و دستانتان بزنم که این‌همه برای ما زحمت می‌کشید، وقت گران‌بهایتان را برای ما صرف می‌کنید، به‌قول خودتان این برنامه را برای ما تهیه می‌کنید.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.

**خانم رویا:** خواستم در مورد من‌ذهنی فقط یک چیزی بگویم که پنج شش سال پیش هم که تماس گرفته بودم، گفته بودم که

**گر مراقب باشی و بیدار تو**

**بینی هر دم پاسخ کردار تو**

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۴۶۰)

این بیت به‌نظر خودم یک مقدار شبیه آن بیت، چیز بود که

**گفت: مُفتی ضرورت هم تویی**

**بی ضرورت گر خوری، مُجرم شوی**

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۳۰)

وقتی که ما ضرورتی ندارد که در مورد یک موضوعی، حرفی، کاری، کاری انجام بدهیم، پس هر لحظه مراقب بر خودمان هستیم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم رویا:** و این من‌ذهنی خواستم بگویم که واقعاً موذی است، یعنی آن‌چنان موذی است، من بارها و بارها، هر موقع که توی حال معنوی هستم یا ابیات را که دارم برای خودم تکرار می‌کنم، یک حال خوبی دارم، همان موقع می‌آید به سراغ آدم، یعنی یک افکاری را تو ذهن آدم می‌آورد که مثلاً اصلاً آدم خودش هم متوجه نمی‌شود، یک‌دفعه می‌بیند که! مثلاً یک ربع است دارد در مورد آن موضوع، من‌ذهنی یک افسار انداخته‌گردنش همین‌جور دارد با خودش می‌کشد، یک‌دفعه به خودم می‌آیم می‌بینم ای بابا، من داشتم یک شعرهایی را بیان می‌کردم، تو



حال خودم بودم، یک دفعه این افکار چهجوری من را کشاند؟! حالا افکار چیست؟ که مثلاً بچہات اگر مریض شد می‌خواهی چکار کنی؟ یا اگر مثلاً تو دانشگاه قبول نشد چکار می‌کنی؟ یا اگر مثلاً پول سرویس را نداشتی چکار کنی؟ از این فکرهایی که معذرت می‌خواهم حالا خیلی بیخود است، اصلاً یک چیز پوچ است، همین جور من‌ذهنی یعنی به هر طریقی به قول خودتان که یا این ابیاتی که می‌گویید که

**دیو چون عاجز شود در اِفتان**

**استعانت جوید او زین انسیان**

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۲۱)

**که شما یارید با ما یاری**

**جانب مایید جانب داری**

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۲۲)

**آقای شهبازی: آفرین!**

**خانم رویا:** من‌ذهنی هی از انسیان کمک می‌طلبد، که بابا بیایید این دارد به حضور می‌رسد، بیایید این دارد حال معنوی‌اش را خیلی دارد مثلاً الان دارد به او کیف می‌دهد، بیایید افکارش را عوض کنید بکشیدش یک‌ور دیگر.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**خانم رویا:** همین، منظورم این است که هر لحظه، هر لحظه ما باید مراقب اعمالمان، مراقب کردارمان، مراقب همه‌چیز باشیم، هر لحظه می‌آید سراغمان.

**گر مراقب باشی و بیدار تو**

**بینی هر دم پاسخ کردار تو**

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۴۶۰)

**آقای شهبازی: آفرین!**

**خانم رویا:** من هر لحظه این‌ها را برای خودم می‌خوانم و هر لحظه هم به خودم می‌گویم:

**کعبه جان‌ها تویی، گرد تو آرم طواف**

**جغد نیم بر خراب، هیچ ندارم طواف**



## پیشه ندارم جز این، کار ندارم جز این چون فلکم روز و شب، پیشه و کارم طواف

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۰۵)

من از شما خیلی تشکر می‌کنم، مدیون تمام زحمات شما هستم. قانون جبران مادی، معنوی تا آنجا که می‌توانم انجام می‌دهم، دستتان را می‌بوسم، پایتان را می‌بوسم، چشمان نازنینتان را می‌بوسم، از شما خیلی خیلی تشکر می‌کنم، بیشتر از این وقتتان را نمی‌گیرم، شبستان، روزتان به‌خیر، [خنده خانم رویا] ممنونم تشکر. اگر امری ندارید؟

**آقای شهبازی:** ممنونم، عالی، عرضی ندارم، خیلی لطف فرمودید.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم رویا]

**آقای شهبازی:** بله، آخرهای صحبت‌های ایشان یک زلزله‌ای هم این‌جا شد، قوی بود البته، [خنده آقای شهبازی] نمی‌دانم شما متوجه شدید یا نه.

۹- خانم بیننده از خوزستان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم بیننده]

خانم بیننده: می‌خواستم انجام وظیفه کنم، تشکر کنم از برنامه خوبتان.

آقای شهبازی: لطف دارید، از کجا زنگ می‌زنید؟

خانم بیننده: من از خوزستان زنگ می‌زنم.

آقای شهبازی: بله، بفرمایید صحبت کنید.

خانم بیننده: ببخشید من اولین بارم است، بعد می‌خواستم یک چندتا بیت بخوانم اگر اجازه بدهید.

آقای شهبازی: بفرمایید، بله، حتماً، بفرمایید.

خانم بیننده: ببخشید

در گوی و در چهی ای قَلتبان

دست وا دار از سیال دیگران

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۳۵)

چون به بستانی رسی زیبا و خوش

بعد از آن دامان خلاقان گیر و کش

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۳۶)

ای مقیم حبس چار و پنج و شش

نغز جایی دیگران را هم بکش

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۳۷)

آقای شهبازی: قطع شد. بله، قطع شد. [خنده آقای شهبازی]





۱۰- آقای احمد از مشهد با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای احمد]

**آقای احمد:** آقای شهبازی، من از مشهد زنگ می‌زنم، می‌خواستم بگویم صدایتان خیلی ضعیف هست آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** صدای من؟!

**آقای احمد:** بله، صدای شما ضعیف می‌آید، صدای بینندگان هم که صحبت می‌کنند آن‌ها هم یک مقدار ضعیف هست، ولی صدای شما ضعیف است ها.

**آقای شهبازی:** والله این‌جا که خوب نشان می‌دهد، حالا، درجه‌های ما خوب نشان می‌دهد، حالا شما صحبت بفرمایید، شاید شما باید ولومتان (میزان صدا: volume) را یک ذره بالا بکنید.

**آقای احمد:** بله، نه من صحبتی ندارم آقا، من احمد هستم، می‌خواستم فقط همین را بگویم. این صدایتان را اگر یک خرده بیشتر بشود، خیلی ممنون می‌شویم.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم، اگر بیشتر بشود، این‌جا یک میتر (meter) داریم نشان می‌دهد. الان صدا خوب است. صدای من خوب است، صدای شما هم خوب است. شما صحبت کنید.

**آقای احمد:** بله، من پیامی ندارم آقا، فقط همین را می‌خواستم بگویم.

**آقای شهبازی:** صدای شما خیلی خوب است. بله الان از بیننده‌های دیگر هم می‌پرسیم. ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای احمد]



۱۱- آقای رشیدی و فرزندان‌شان خانم سوگند و آقای محمدسهیل از خوزستان با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای بیننده]

**آقای رشیدی:** آقای شهبازی، خواستم یک چندتا شعر بخوانم. آقای شهبازی، خوشحالم که با این برنامه آشنا شدم، چون یعنی چهار سال است دارم، نه، چهار سال نه، کمتر از چهار سال، ولی دو سال است دارم برنامه را قشنگ گوش می‌کنم، شعرها را می‌نویسم، دارم الان شعرها را دریاورم بخوانم.

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

در گوی و در چهی ای قَلتبان  
دست وا دار از سیال دیگران  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۳۵)

چون به بستانی رسی زیبا و خوش  
بعد از آن دامان خلقان گیر و کش  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۳۶)

ای مقیم حبس چار و پنج و شش  
نغز جایی دیگران را هم بکش  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۳۷)

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

می‌رود از سینه‌ها در سینه‌ها  
از ره پنهان صلاح و کینه‌ها  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۴۲۱)

والله از خدا می‌خواهم کمکم کند قانون جبران معنوی و مادی را انجام بدهم.

**آقای شهبازی:** خیلی خب، عالی!

**آقای رشیدی:** بعد دوست دارم دخترم یکی از شعرها را بخواند.



آقای شهبازی: حتماً. از کجا زنگ می‌زنید شما؟

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم سوگند]

خانم سوگند: آقای شهبازی، سوگند هستم از خوزستان.

آقای شهبازی: خانم سوگند، چه اسم قشنگی! بفرمایید.

خانم سوگند: می‌خواهم چندتا شعر بخوانم.

آقای شهبازی: بله، بله.

خانم سوگند:

چه چگونه بُدِ عدم را، چه نشان نهدی قدم را  
نگر اولین قدم را، که تو بس نگو نهادی  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۴۲)

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

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم سوگند]

آقای محمد سهیل: آقای شهبازی من محمد سهیل رشیدی هستم از خوزستان، می‌خواهم چندتا شعر بخوانم.

علتی بدتر ز پندارِ کمال  
نیست اندر جان تو ای ذو دلال  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴)

کرده حق ناموس را صد من حدید  
ای بسا بسته به بند ناپدید  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۴۰)

دَم او جان دَهَدت رو ز نَفَختُ بپذیر  
کار او کُنْ فیکونست نه موقوفِ عِلل  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۴۴)

آقای شهبازی: خیلی خب، آفرین، آفرین! دیگر؟

آقای محمدسهیل: آقای شهبازی، دوستان دارم، خداحافظ.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای محمدسهیل]

آقای رشیدی: آقای شهبازی، ما خدا را شکر می‌کنم که با این برنامه آشنا شدم، چون یعنی خانواده‌ام کامل دارند برنامه را نگاه می‌کنند. با بچه‌هایم هم سعی می‌کنم کار روی خود، کم‌کاری می‌کنم، ولی خودم هم تلاش می‌کنم که هم خودم تغییر کنم و هم بچه‌هایم تغییر بکنند با این شعرهای مولانا، چون واقعاً در زندگی‌ام خیلی اثر داشت، یعنی:

مرده بدم زنده شدم، گریه بدم خنده شدم  
دولت عشق آمد و من دولت پاینده شدم  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۹۳)

آقای شهبازی: آفرین!

آقای رشیدی: از خدا می‌خواهم کمکم کند فقط قانون جبران معنوی و مادی را انجام بدهم، تمرکز روی خودم باشد، چون یک ناموس، مقاومتی کنم، خیلی قضاوتی کردم، ولی دوست دارم تغییر کنم با این برنامه، تغییرات خودم را ببینم، ولی شعرها را همیشه می‌نویسم، از صبح هروقت روزی که سر کار نباشم تمام شعرها را می‌نویسم توی دفتر، شاید یک اشتباهی الآن شعرها را می‌نویسم بعد می‌دهم آن‌ها را به قولی به یکی دیگر.

آقای شهبازی: آهان، خیلی خوب.

آقای رشیدی: آن هم همین آشناهای خودمان، ولی نمی‌دانم این حالا اشتباه است، اشتباه نیست؟  
آقای شهبازی: خوب یک کمی دقت اگر بکنید، شعرها را دقیق بنویسید.

آقای رشیدی: آهان شعرهای دقیق.

آقای شهبازی: آری، سعی کنید اشتباه ننویسید.

آقای رشیدی: روی همان صفحه که نشان می‌دهید ما عکس از آن‌ها می‌گیرم، بعد می‌نویسمشان.

آقای شهبازی: آفرین! خوب به عکس باید یک کمی بیشتر دقت کنید که درست بنویسید، به دیگران هم که می‌دهید، درست باشد که آن‌ها هم درست یاد بگیرند.

آقای رشیدی: باشد. نوکرتان هستم آقای شهبازی، خوشحالم که صدایتان را شنیدم.

آقای شهبازی: لطف دارید. خواهش می‌کنم.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای رشیدی]

## ۱۲- خانم بیننده از بندرعباس با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم بیننده]

**خانم بیننده:** استاد ببخشید جسارت کردم تماس گرفتم، از بندر عباس.

**آقای شهبازی:** اختیار دارید، لطف دارید، لطف فرمودید. بفرمایید.

**خانم بیننده:** سلامت باشید خواستم از شما تشکر کنم خیلی خیلی. ببخشید من تماس گرفتم جسارت کردم.

**آقای شهبازی:** اختیار دارید.

**خانم بیننده:** برنامه ۹۸۲ تماس گرفته بودم، الان هم نمی‌دانم یک‌هویی گفتم شماره را بگیرم، خدا را شکر گرفت.

**آقای شهبازی:** گرفت.

**خانم بیننده:** مرسی استاد خواستم از شما تشکر کنم و بگویم که خیلی خیلی برنامه شما دارد کار می‌کند. این قدر

این برنامه‌ها و غزلیات و شعرهای مولانا این قدر تأثیر شدید، عمیق، اصلاً من که خیلی عوض شدم آقای شهبازی!

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم بیننده:** [صدا نامفهوم] این قدر زندگی به کام من شیرین شد، همه چیز تغییر کرد.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم بیننده:** من خودم آرام شدم، دنیای اطرافم هم آرام شد.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم بیننده:** اصلاً خیلی، این قدر ارتباطم با همسرم خدا را شکر این قدر عالی شده، اصلاً بی‌نظیر.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین، آفرین!

**خانم بیننده:** قبلاً خیلی اختلاف و اصلاً کلاً خیلی تلخ و عبوس بودم، الان خیلی می‌خوانم در خانه، می‌رقصیم،

اصلاً این خانه ما شد بهشت.

**آقای شهبازی:** به‌به! ماشاءالله، آفرین!

**خانم بیننده:** همه چیز تغییر کرد آقای شهبازی. اصلاً دیگر هیچ ترسی ندارم، یعنی از بالا این همانیدگی‌ام را دارم

نگاه می‌کنم، واقعاً از این‌که نعره «لاصیر» سربلند بیرون بیایم.



تمام ترس‌های من را، این فشارهایی که گفتم یک بار تماس گرفتم، گفتم نشسته می‌خوابیدم، اصلاً خیلی حالم بد بود، تو سرم تمام صدای سوت قطار، سوت زودپز، اصلاً خیلی مهمه! آشوب در سرم بود، انگار که مثلاً توی قوطی من را کردند، دارند می‌کوبند! اصلاً خیلی، تمام صدای سر من با برنامه شما خوابید، اصلاً خیلی حالم خوب شده.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین!

**خانم بیننده:** آقای شهبازی عزیز و نازنین من دستان شما را می‌بوسم.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم، اختیار دارید.

**خانم بیننده:** بی‌نهایت شما را دوست دارم. اصلاً مُرده بودم، یعنی من ساعت‌ها می‌نشستم زانوها در بغل و خیره به یک نقطه‌ای و اصلاً گم بودم در فکرها. الان الحمدالله یک اتاقی چیز کردم و خیاطی دارم می‌کنم، تلویزیون شما، با صدای شما، هر لباسی که می‌دوزم این قدر قشنگ می‌شود و بی‌نظیر می‌شود.

**آقای شهبازی:** به‌به!

**خانم بیننده:** با صدای شما، با تکرار غزلیات، با ابیات هندسی یک و دو. اصلاً دیگر چکار کردید با ما شما! مرسی از شما.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین!

**خانم بیننده:** هرچه زحمت کشیدید، من یکی که زندگی‌ام عوض شد. بچه‌هایم، همسرم، هر کسی به من می‌رسد زندگی‌اش اصلاً یک جور دیگر می‌شود. خیلی حال ما را خوب کردید، یعنی این فضای گشوده‌شده واقعاً بی‌نظیر است، بی‌نظیر است.

**آقای شهبازی:** بله، بله.

**خانم بیننده:** مرسی که ما را از تاریکی درآوردید. ما را با خودمان آشنا کردید.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم بیننده:** واقعاً دردهای ما تبدیل شد به عرفان، یعنی از آنجایی که درد ما کشیدیم، نور آمد.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین!

**خانم بیننده:** غصه‌های ما، رنجش‌های ما همه به شادی تبدیل شد.



آقای شهبازی: آفرین!

خانم بیننده: مرسی از زحمت شما. واقعاً چه بگویم دیگر. یعنی واقعاً بی‌نظیر است برنامه شما. اصلاً عجیب! عجیب! این قدر یعنی من کوبیده شدم، کوبیده، کوبیده، کوبیده، اصلاً یک چیز دیگر درآمدم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم بیننده: مرسی از شما. یک چندتا غزل همین‌جوری بخوانم برایتان، وقتتان را نگیرم استاد عزیز و نازنینم.

آقای شهبازی: بفرمایید، بله بله.

خانم بیننده: غزلی که خیلی مرتب می‌خوانم و خیلی کمک می‌کند.

چون ز زنده مُرده بیرون می‌کند

نفس زنده سوی مرگی می‌تند

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۰)

آقای شهبازی: آفرین!

چون ز مُرده زنده بیرون می‌کشد

هر که مُرده گشت، او دارد رَشَد

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۴۹)

آقای شهبازی: آفرین!

مُرده شو تا مُخْرِجُ الْحَيِّ الصَّمَدِ

زنده‌یی زین مُرده بیرون آورد

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۱)

رَشَد: به راه راست رفتن

می‌تند: از مصدر تنیدن. در این‌جا یعنی می‌گراید

مُخْرِجُ الْحَيِّ: بیرون‌آورنده زنده

آقای شهبازی: آفرین!

خانم بیننده: در برنامه ۹۹۱ فرمودید هر کس که یک ماه روی این ابیات کار کند، نتیجه‌اش را می‌گیرد. من هم

از همان برنامه ۹۹۱ خدا را شکر برنامه را گوش دادم و این سه‌تا ابیات، این سه‌تا بیت را خیلی دارم تکرار

می‌کنم. اصلاً یک چیز دیگر این بار دیدم شد.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!



خانم بیننده: خدا را شکر، عالی! دیگر.

هر زمان دل را دگر میلی دهم

هر نفس بر دل دگر داغی نهم

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۶۳۹)

كُلُّ أَصْبَاحٍ لَنَا شَأْنٌ جَدِيدٌ

كُلُّ شَيْءٍ عَنِّ مَرَادِي لَا يَحِيدُ

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۶۴۰)

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

آقای شهبازی: آفرین!

خانم بیننده: خدمتان عرض کنم.

همه خلق در گشاکش، تو خراب و مست و دلخوش

همه را نظاره می‌کن، هله از کنار بامی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۴۳)

آقای شهبازی: آفرین. به‌به!

خانم بیننده: مرسی آقای شهبازی.

خانم بیننده:

گفت پیغمبر که جنت از اله

گر همی خواهی، ز کس چیزی نخواه

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۳)

چون نخواهی، من کفیلیم مر تو را

جنت المأوی و دیدار خدا

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۴)

جنت المأوی: یکی از بهشت‌های هشت‌گانه

آقای شهبازی: چقدر زیبا! چقدر عالی و درست می‌خوانید. آفرین!





**خانم بیننده:** مرسی آقای شهبازی عزیز، استاد عزیز. دستان شما را می‌بوسم، همه‌اش زحمت‌های شما است، ما که هیچ چیز نبودیم، واقعاً خانه من خیلی تاریک، غمگین، الآن الحمدالله خانه روشن، گفتم که برنامه ۹۸۲ تماس گرفتم از تغییراتم گفتم.

الحمدالله توی خانه من پُر از گل، نور آمد، خودم تغییر کردم. چقدر ارتباطم با همسرم عالی. اصلاً انگار تازه حالا ما همدیگر را دیده‌ایم. مثلاً انگار تازه ازدواج کرده‌ایم، این قدر زندگی برای ما شیرین شد.

**آقای شهبازی:** به‌به، آفرین!

**خانم بیننده:** با هم می‌رویم مسافرت، من مرتب غزل‌های شما را تکرار می‌کنم، می‌خوانم، می‌خوانم اصلاً هم روی خودم خیلی تأثیر دارد و هم این‌که با آواز، با صدای بلند هر وقت درد می‌آید، اندوهی می‌آید، من با شدت بیشتری این غزل‌ها را با صدای بلندتر با آواز این قدر می‌خوانم که تلقین می‌کنم، یعنی همه وجود من، گوش من، چشم من، همه این‌ها را خوب بشنود، خوب متوجه بشود.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم بیننده:** و این مرکز عدم، این فضای گشوده شده واقعاً خیلی کمک می‌کند. متوجه شدم که تمام، فقط همه‌اش همین لحظه است، هیچ لحظه‌ای وجود ندارد. خداوند توی همین لحظه است، یعنی با پذیرش، با این مرکز عدم من واقعاً ریب‌المنون می‌رود، اتفاقات بد از بین می‌رود.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین!

**خانم بیننده:** آقای شهبازی ببخشید من همین‌جوری دلم گفت یک تماسی بگیر.

**آقای شهبازی:** عالی بود!

**خانم بیننده:** عزیزی که زنگ زدند، گفت نمی‌دانم چه نماز می‌خوانم، من هم همین‌جور بودم آن اوایل. الآن نماز که می‌خوانم نمی‌دانم چه می‌خوانم، ولی می‌خوانم.

**چو نماز شام هر کس، بنهد چراغ و خانی**

**منم و فغان یاری، غم و نوحه و فغانی**

[همراه با گریه خانم بیننده]

**چو وضو ز اشک سازم، بود آتشین نمازم**

**در مسجدم بسوزد چو بدو رسد اذانی**

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۳۱)



آقای شهبازی: آفرین. آفرین!

خانم بیننده: مرسی آقای شهبازی.

آقای شهبازی: عالی، عالی بود. آفرین، آفرین. چقدر لطیف هستید!

خانم بیننده: همین جوری گفتم خدایا دل ما بگذار صحبت کند. فقط یک خواهشی آقای شهبازی، ما را ببخشید اگر یک وقتی می‌افتیم، کوتاهی می‌کنیم، یک وقتی فضا تنگ می‌شود، ببخشید ما را حلال کنید، شما خیلی دارید زحمت می‌کشید.

آقای شهبازی: شما هم زحمت می‌کشید. همین امروز هم عرض کردم خدمتان، بعضی موقع‌ها ما به‌خاطر تلقینات من‌ذهنی، من‌های ذهنی می‌لغزیم خُب. ممکن است ناراحت بشویم، خشمگین بشویم، این جزو کار است، جزو یادآوری زندگی است به ما است که خب هنوز کامل نشده‌ای، هنوز باید روی خودت کار کنی، باید فضا را باز کنیم، همان‌طور که شما یاد گرفتید و عمل می‌کنید، دوباره پیشرفت کنیم، دوباره یاد بگیریم، دوباره بهتر بشویم. زندگی مرتب ایرادهای ما را به ما نشان خواهد داد، یعنی دائماً همین‌طور که شما می‌گویید مراقبه بکنیم، مراقب خودمان باشیم، خداوند هم مراقب ما است، به موقعش یک چیزی را به ما نشان می‌دهد. همین‌که نشان داد باید آن را ما بیندازیم، شناسایی کنیم، ولی معمولاً این‌ها به‌صورت بی‌مُرادی می‌آید، اشتباه می‌آید.

هیچ‌اشکالی ندارد ما اشتباه بکنیم. اشتباهات ما یک درواقع پدیده‌های یادگیری است. اشتباه می‌کنیم، یاد می‌گیریم، دیگر اشتباه نمی‌کنیم. بله ممنونم پس با شما خداحافظی کنم. عالی بود.

خانم بیننده: زنده باشید آقای شهبازی. اجازه می‌دهید یک چیزی بگویم؟ ببخشید.

آقای شهبازی: بله، بله بله.

خانم بیننده: شما توی برنامه‌تان فرمودید که هر کسی، حالا همسر، خانم، بیشتر گفتید همسر، هر کسی که مثلاً با همسرش قهر کند، بعد از پنج دقیقه آشتی کرد یا این‌که اصلاً قهر نکند یک بیستی از مولانا می‌گیرد. از آن روز من اصلاً هیچ‌چیز، اصلاً هیچ توقع صفر شد، اصلاً هرچه همسرم هم بخواد مثلاً تلخی کند یا، اصلاً هیچ، انگار که [صدا نامفهوم] اصلاً یک امید شدیدی بود. من هیچ‌وقت توی خانه ما دیگر قهر نیست. دیگر من اصلاً ناراحت نمی‌شوم. خدا را شکر.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!



**خانم بیننده:** روزهای جمعه خیلی حرف‌های شما تکمیل می‌کند آن سؤال‌ها را. آقای شهبازی من دوتا دیگر شعر بخوانم.

**آقای شهبازی:** من تا یادم نرفته مولانا به شما بیست را می‌دهد ها. از او تقاضا می‌کنیم بیست را بدهد.

[تماس قطع شد]

قطع شد به‌رحال مولانا به ایشان به‌نظم بیست را می‌دهد. تلفنشان قطع شد. به همه شما بیست می‌دهد  
ماشاءالله. آن‌هایی که زنگ زدند امروز. عالی، عالی! آفرین!

❖ ❖ ❖ **پایان بخش اول** ❖ ❖ ❖

### ۱۳- خانم الناز از آلمان با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم الناز]

**آقای شهبازی:** صدا خوب می‌آید؟

**خانم الناز:** صدایتان عالی می‌آید استاد.

**آقای شهبازی:** عالی! خیلی خوب، بفرمایید.

**خانم الناز:** البته در مورد صدا من یک کوچولو خاطره بگویم.

من تازه که برنامه را نگاه می‌کردم نمی‌دانم چه‌جوری بود این قسمت تلفن‌ها که می‌شد من صدای برنامه را اصلاً خوب نمی‌شنیدم. واقعاً احساس می‌کردم که چقدر کیفیت این قسمت تلفن‌ها بد است، صدا را هی بلند می‌کردم باز هم نمی‌شنیدم، چند بار هم برایتان مسیج می‌دادم، اس‌ام‌اس این‌ها می‌فرستادم که صدای این قسمت تلفن‌هایتان خیلی بد است. بعد کم‌کم این صدا برایم بهتر شد، باز شد.

البته این ربطی ندارد به تماس آن آقا که گفتن صدا خوب نیست، فقط یاد گذشته خودم افتادم. بعد کم‌کم نمی‌دانم چه‌جوری شد این گوشم احساس می‌کنم بازتر شد، پیام‌ها را دیگر خیلی واضح‌تر شنیدم خدا را شکر. بعد متوجه شدم که اصلاً کیفیت تماس‌ها تغییر نکرده، گوش من انگاری تغییر کرد و این برای خودم جالب بود همیشه.

**آقای شهبازی:** بله، ما آخر بینشمان عوض می‌شود یواش‌یواش. برای این‌که ابتدا نگاه من‌ذهنی را داریم ما، فکر می‌کنیم مثلاً همه چیزها را یک نفر می‌داند، فقط هم از او می‌توانیم یاد بگیریم.

یواش‌یواش ما متوجه می‌شویم که ما از همه می‌توانیم یاد بگیریم و زندگی از طریق آدم‌های مختلف به ما پیغام می‌دهد، رویدادهای مختلف پیغام می‌دهد، در نتیجه هر لحظه حواسمان جمع است که الآن چه کسی یا چه پدیده‌ای، چه اتفاقی به من چه پیغامی می‌دهد، حواسمان هم روی خودمان است.

شما هم خوب مثل بقیه، ما به مردم می‌گوییم آی مردم، آقا، خانم، شما از مردم می‌توانید یاد بگیرید، ما می‌گوییم خودمان هم می‌شنویم. البته الآن عوض شده وضع، یواش‌یواش مردم قبول کردند، بله ما از همدیگر می‌توانیم یاد بگیریم، این‌طوری نیست که فقط یک نفر می‌داند. اولاً همه می‌دانند، ثانیاً زندگی از طریق همه صحبت می‌کند. و چه بسا مثلاً امروز بیننده‌هایی آمدند یک مطالبی گفتند و مردم بعضی از آن‌ها مطالبی شنیدند که تا حالا اصلاً نشنیده بودند، از من نشنیده بودند، از آن‌ها شنیدند. حتی شعر مولانا را خوانده بودند، متوجه نشده بودند، الآن



متوجه شدند. نباید فرصت را از دست داد. در نتیجه این بینش ان‌شاءالله عوض شده، ما داریم یاد می‌گیریم که ما از همدیگر یاد می‌گیریم. بفرمایید، ببخشید.

**خانم ناز:** خواهش می‌کنم، مرسی استاد، ممنون. بله دیگر آخرین پیغام هم که صحبت کردند ناخودآگاه من با خودم گفتم که من کجا؟ مردم ماشاءالله کجا؟ آفرین! ان‌شاءالله ما هم بتوانیم پیشرفت کنیم. مرسی.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.

دوتا بیت از غزل ۲۵۲ دیوان شمس، می‌خوانم خدمتتان، با اجازه‌تان.

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

این بیت به من گفت ای انسان تو یک موجود خیلی ارزشمندی هستی که انتخاب این لحظه تو برای زندگی، برای کل کائنات خیلی اهمیت دارد. این لحظه آفریننده یکتا و کل آفریده‌ها تمام آرزویشان این است که تو یک انتخاب درست انجام بدهی. این لحظه زندگی با تمام باشندگان چشم به راه نشسته‌اند که تو خودت را با حقیقت وجودیات که عدم است شناسایی کنی و به خواب یک چیزی بودن فرونروی.

پس ای انسان، ای جانشین آفریننده در جهان آفریده‌ها، ای پیشرو قافله هشیاری‌ها لطفاً از چیزی که ذهنت نشان می‌دهد، طمع زندگی و هویت و خوشبختی و شادی و آرامش نداشته باش.

این طمع کردن در چیزها تو را به خواب فکرهای آن چیز فرومی‌برد و تو دیگر بعد از آن از جریان زنده زندگی قطع می‌شوی و با فکر و عمل در حالت خواب به خودت و تمام عالم آسیب می‌زنی.

لطفاً در این لحظه اجازه بده هیچ‌چیزی برایت ارزش حیاتی پیدا نکند. اجازه بده چیزی به مرکز وجودیات نیاید. اجازه بده هسته وجودیات همان ذات زندگی یعنی عدم باقی بماند.

لطفاً این لحظه به خواب چیزها و فکرهایشان فرونرو. لطفاً این لحظه به خواب نقش‌ها فرونرو. لطفاً این لحظه به خواب دیده شدن فرونرو. لطفاً این لحظه به خواب بهتر و برتر بودن از دیگران فرونرو. لطفاً این لحظه به خواب مسلط و غالب شدن بر دیگران فرونرو. لطفاً این لحظه به خواب مرور گذشته فرونرو. لطفاً این لحظه به خواب پیش‌بینی رویدادهای آینده فرونرو. لطفاً این لحظه به خواب شیر کشیدن از یک چیزی که ذهنت نشان می‌دهد فرونرو.



این لحظه معدن آفرینش نذر می‌کند که تو مرکزت را خالی نگه داری و بیدار بمانی و عقلت را مشغول دیدن خواب چیزها نکنی، تا او از معدن برایت یک طرح و برنامه نو بیافریند و تو با عقل بیدار به هزار شیوه خاص‌تر و شیرین‌تر از قبل بیانش کنی.

## حفظ دماغ آن مدمغ بود چونکه سهر باید یار مرا (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۲)

مدمغ: گول و احمق  
سهر: بیداری

این بیت به من گفت آفریدگار و پروردگار تو این لحظه تو را نوبه‌نو می‌سازد و با خودش قرار می‌گذارد که تو ان‌شاءالله این دفعه به او، به خودت، به جنس اصلیات، به عدم بیدار و آگاه بمانی و مثل یک هشیاری کم‌هوش نباشی که تصاویر ذهنی و حواس ظاهری‌ات را اصل بگیری.

پس لطفاً احمق نباش، به خودت بیدار باش، به جنس عدمت بیدار باش، به فضای دربرگیرنده چهار بعدت بیدار باش، به فضای بی‌نهایت درونت بیدار باش، به حس وجود ابدیات بیدار باش، به ذات یکتا و بی‌نیازی‌ات بیدار باش، به عقل کلی و یکی‌بینت بیدار باش، به چشم باطن‌بینت بیدار باش، به دید عدم‌بینت بیدار باش، به گوش سکوت‌شنوات بیدار باش، به بُعد وجودی مشترکت با تمام هستی بیدار باش.

لطفاً احمق نشو و از طمع این‌که یک چیزی می‌تواند به تو زندگی یا هویت بدهد بلند شو و بالاتر بیا.

تمام شد استاد. خیلی ممنون.

**آقای شهبازی:** خیلی زیبا! آفرین! شما ببین از دو بیت مولانا چه درآوردید؟ گنج. آفرین، آفرین، آفرین! ماشاءالله.

عالی، عالی!

**خانم ناز:** مرسی از شما استاد، خیلی ممنون. واقعاً استاد ممنون از شما، واقعاً که بیدارمان کردید.

**آقای شهبازی:** لطف دارید.

**خانم ناز:** من که در یک خواب هزار لایه تو در تو بودم خودم. مرسی.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم ناز]

۱۴- آقای مهران و خانم مینا از اصفهان با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای مهران]

**آقای مهران:** آقای شهبازی یک پیغامی داشتم، می‌خواستم بگویم در این سه سالی که جزو اعضای گنج حضور هستم و با این تلاش ناچیز خودم پیش‌رفتم به مهم‌ترین نکته در مورد تبدیل شدن و زنده شدن به حضور رسیدم.

**آقای شهبازی:** بله.

**آقای مهران:** به کلیدی‌ترین نکته رسیدم که مانع پیشرفت من شد و مانند قوم موسی من را در بیابان ذهن نگه داشت و اسیر یک دُور باطل کرد، و آن نکته قرین است.

**آقای شهبازی:** قرین، بله.

**آقای مهران:** من در این سال‌ها متوجه قرین‌های بد خودم شدم که اسم می‌برم. فضای مجازی، دیدن فیلم‌های سینمایی، گوش دادن به موسیقی، دنبال کردن اخبار و سیاست و مسائل روز دنیا.

همه‌اش با خودم می‌گفتم که چرا من پیشرفت خیلی ناچیزی دارم و چرا ذهن من خاموش نمی‌شود و چرا زندگی من هنوز کامل درست نشده.

در این سال‌ها خدا را شکر پیشرفت داشتم، در روابطم، در تغییراتی که در زندگی خودم اعمال کردم. مثل تغذیه سالم، ورزش کردن، تنبلی نکردن. اما فهمیدم که رشد کند و ضعیف من به علت قرین بد بوده.

همچو قوم موسی اندر حرّ تیه  
مانده‌ای بر جای، چل سال ای سفیه

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۷۸۸)

می‌روی هرروز تا شب هروله  
خویش می‌بینی در اول مرحله

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۷۸۹)

نگذری زین بُعد سیصدساله تو  
تا که داری عشق آن گوساله تو

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۷۹۰)

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

حرّ: گرما، حرارت

سفیه: نادان، بی‌خرد



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

چرا من در بیابان ذهن ماندم؟ به علت قرین بد. قرین شدن با ابیات و تکرار آنها و تماشای برنامه سرعت پیشرفت معنوی را خیلی بیشتر می‌کند. به میزانی که ما قرین مولانا بشویم، رشد بیشتری خواهیم داشت.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای مهران:

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

اگر من کم پیشرفت کردم خودم مسئول هستم. باید «قضا و کُنْ فکان» را در نظر بگیرم. به قول شما ذهن زندگی با فعل ما برای ما تصمیم می‌گیرد که الآن زمان درد است یا عشق؟ اگر ما با جزا و عدل خداوند آشتی کنیم و با او آشنا باشیم می‌فهمیم که عامل پیشرفت کم ما قرین بد است.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای مهران: در روزگار کنونی انسان یک قرین هوشمند مخربی دارد به نام سوشال مدیا (Social media) یا فضای مجازی اجتماعی. این قرین هر لحظه در کنار ماست. این طور نیست که در ساعاتی هم صحبت بشود و برود خانه‌اش. او هر لحظه کنار ما نشسته تا ما وسوسه بشویم و قرین او بشویم.

## صُحبت چو ن هست زَرِّ دَهْدَهی پیش خاین چو ن امانت می‌نهی؟ (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۱۸)

بی‌خیر: بی‌بهره  
زَرِّ دَهْدَهی: طلای ناب

«زَرِّ دَهْدَهی» وجود ماست که باید ببینیم چه قرین و هم‌صحبتی دارد. ما این وجود را پیش خانی مانند قرین بد امانت می‌نهم، یعنی ما نمی‌دانیم که «قضا و کُنْ فکان» با این تصمیم اشتباه برای ما درد رقم می‌زند. می‌دانیم اما دانستن کافی نیست.

ما باید آن‌قدر ابیات را تکرار کنیم و قرین مولانا بشویم و از قرین‌های بد پرهیز کنیم تا دانستن ما تبدیل به درک معنوی ما بشود.





و یک جمله خیلی جالب از انیشتین هست که در دسته آموزه‌های مولانا می‌شود گذاشتش.

می‌گوید: ما نمی‌توانیم مشکلاتمان را با همان طرز فکری حل کنیم که با آن، آن مشکلات را به وجود آوردیم.

یعنی عقل هشیاری جسمی باید ابتدا جنس زندگی بگیرد، سپس عقل زندگی آن مشکلات را حل کند، یعنی قرین

بد نمی‌تواند برای حل مشکلاتمان به ما کمک کند.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای مهران:

گفتم دوش عشق را: ای تو قرین و یار من  
هیچ مباش یک نفس غایب از این کنار من

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۸۲۹)

از قرین بی قول و گفت و گوی او  
خو بدزد دل نهان از خوی او

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۶۳۶)

می‌رود از سینه‌ها در سینه‌ها  
از ره پنهان، صلاح و کینه‌ها

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۴۲۱)

گرگ درنده‌ست نفس بد، یقین  
چه بهانه می‌نهی بر هر قرین؟

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۸۵۶)

ممنونم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین! آقا مهران از وقتی که اصفهان رفتید پیغام‌هایتان هم بهتر شده، ماشاءالله. قدر

اصفهان را بدانید. [خنده آقای شهبازی]

آقای مهران: سلامت باشید، زنده باشید ممنونم. می‌گویم همسر هم می‌خواهند پیغام بخوانند اگر امکانش

است.

آقای شهبازی: خیلی خوب. بله بله بله، عالی، عالی! خیلی خوب بود. خیلی، خیلی مفید.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای مهران]



[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم مینا]

**خانم مینا:** آقای شهبازی یک پیغامی نوشتم بیشتر حالت تجربی دارد.

**آقای شهبازی:** بله.

**خانم مینا:** یعنی یک احساسی بوده تجربه کردم در این چند روز اخیر. من یک چند روزی یک اتفاق خیلی عجیبی برایم افتاد. تقریباً دو هفته پیش بود که دو روز متوالی من توی حس و حال خیلی قشنگ حضور بودم، یعنی فضاگشایی، صبوری، آرام بودن درونی و خیلی احساس خوبی را تجربه کردم. واقعاً احساس می‌کردم داخل فضای عدم هستم. ولی روز سوم به طرز عجیبی وارد یک فضای خیلی تاریک شدم که دلیلی هم برای آن نداشتم، یعنی همان‌طور که می‌گویند شادی بی‌سبب، یک غصه بی‌سبب بود، یک حالت عجیب بی‌سبب بود که خیلی برایم جدید بود و احساس می‌کردم سفر کردم به أسفل السافِلین، تاریک‌ترین نقطه درون، احساس غربت و خلاصه می‌توانم بگویم که توی یک جهنم درونی بودم که همه‌جا برایم تاریک و غریب بود و به هر کسی هم که حالم را می‌گفتم، می‌گفت خیلی عجیب است و من متوجه نمی‌شوم که تو چه می‌گویی. و فقط من بودم و آن تنهایی.

خیلی مراقبه کردم و توی آن جهنم سوختم. گاهی می‌گفتم من دیگر از این حال بیرون نمی‌آیم و زندگی برایم تمام شده، ولی باز اتصال و مراقبه را ادامه دادم و صبر کردم، ابیات را خواندم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم مینا:** و دوباره تقلا می‌کردم و دوباره صبوری می‌کردم. یعنی وارد یک ارتعاش خیلی خیلی پایین شده بودم، وقتی که عاجزانه از خدا خواستم که من هیچ هستم، یعنی به خدا گفتم که من هیچ هستم و تو همه چیز هستی، وقتی فهمیدم قطعاً خدا می‌خواسته با این جهنم یک پیغامی را به من بدهد، به مرور از تاریکی درآمدم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم مینا:** این چند روز عجیب، خیلی پیغام برای من داشت. یکی این بود که دیگر به جای هیچ آدمی نمی‌خواهم زندگی کنم. یعنی فهمیدم مقایسه و حسادت خیلی حقیر است.

چون شاید آن افرادی که خودم را با آن‌ها مقایسه می‌کنم در سطح ارتعاشی خیلی پایین و منفی باشند. مثل حس و حال من که آن چند روز تجربه کردم.

پس فقط و فقط می‌خواهم که خودم باشم. درون خودم، فقط مینا. پس حسادت من را نشان داد که کاملاً اشتباه است.



پیغام بعدی این بود که فهمیدم در جهنم و تاریکی، هیچ همانندگی به من کمک نمی‌کند.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**خانم مینا:** هیچ‌کدام نمی‌آیند به کمک من.

شاید خانواده، همسر بیایند کمک کنند، دلداری بدهند، ولی فقط شرایط بیرون را می‌توانند بهتر کنند. هیچ‌کس به درون من نفوذی ندارد. و فقط اتصال می‌آید به کمکم.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**خانم مینا:** و این را من در این چند روز واقعاً احساس کردم. شاید قبلاً خیلی به این شدت آن را حس نکرده بودم. فقط اتصال به اصل وجودی است که به من کمک می‌کند، اتصال به عشق.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**خانم مینا:** پس هیچ ثروتی و هیچ همانندگی نمی‌تواند به من کمک کند و من را از این جهنم درونی بیاورد بیرون. یکی‌اش پارک ذهنی‌ام بود که می‌گفتم وقتی که زندگی‌ام را شروع کنم، مهران بیاید پیش من، همه‌چیز عالی شروع می‌شود، پر از نور و عشق، ولی دقیقاً برعکس شد، دقیقاً مصادف شد با فضای درونی خیلی تاریک من و فهمیدم که پارک ذهنی آن‌جوری که آدم فکر می‌کند همیشه پیش نمی‌رود.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**خانم مینا:** و خب همه‌چیز تلخ شروع شد.

یک روزی هم پیش خودم گفته بودم که خدایا من را از عاشقان خودت قرار بده و هر چالشی که باشد من می‌پذیرم. خدا خواست شاید که این اشتیاق من را به آن پاسخ بدهد، به من جهنم را واقعاً هدیه داد. که من به این پیغام‌ها برسم و در آخر یک بیت از حافظ هست که می‌گوید:

أَلَا يَا أَيُّهَا السَّاقِي أَدِرْ كَأْسًا وَ نَاوِلْهَا  
 كه عشق آسان نمود اوّل ولی افتاد مشكلها  
 (حافظ، غزلیات، غزل ۱)

تمام شد.

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



خانم مینا: ممنون.

**آقای شهبازی:** خب آخر شما دیگر هر دو هشیار شدید، آفرین! روی خودتان کار می‌کنید. و چه پیغامی این حالت سیاه به شما داده. عالی بود ممنونم. و این‌ها یادتان باشد، آن قسمت که می‌گوید «نفس و شیطان هر دو یک تن بوده‌اند» در آن قسمت مولانا توضیح می‌دهد که این مودهای سیاه در واقع دردهای ذخیره‌شده قبلی ما می‌آیند بالا، مثل جوجه‌تیغی، این دم مار را گاز می‌گیرند، این دردها می‌آیند و دم مار را به‌عنوان زندگی گاز می‌گیرند، آن موقع نباید واکنش نشان بدهیم تا این جوجه‌تیغی که در واقع فضای درد است واقعاً حل بشود از بین برود. همان کاری که شما کردید، شاهد ماجرا بودن، واکنش نشان ندادن، این بیت‌ها را به‌اصطلاح خواندن، فضاگشایی کردن، هیچ کار غیرعادی نکردن، یعنی یک موقعی ملامت نکردن. شاید مثلاً این حالت سیاه به‌خاطر آمدن یک نفر بوده در این مورد مثلاً آقا مهران و هیچ‌کدام از این‌ها نبوده. در نتیجه آن دردهای از قبل ذخیره‌شده ما می‌آیند بالا و ما را به‌عنوان مار، مار در این‌جا نماد زندگی است، آن قسمت زندگی ما را گاز می‌گیرند، جوجه‌تیغی است، اگر شما خودتان را بزنید به تیغ‌های جوجه‌تیغی، سوراخ‌سوراخ می‌شوید از بین می‌روید. اگر صبر کنید، حرکت نکنید، واکنش نشان ندهید، خشمگین نشوید و فرصت را از درد بگیرید، این درد یواش‌یواش گرسنه می‌ماند، باید گرسنه نگه دارید، نباید به دردها غذا بدهیم ما، تا یواش‌یواش مثل یک چرخ است که می‌چرخد، یواش‌یواش اگر نچرخانید، انرژی به آن ندهید یواش‌یواش می‌ایستد این چرخ دیگر. چرخ درد ما در درون هی می‌خواهد شما بچرخانید، چه‌جوری می‌چرخانید؟ با ملامت، با خشم و با چه می‌دانم واکنش‌های بد، مخصوصاً ملامت که مثلاً من حالم خوب بود، الان یکی دیگر آمد بد شد و از این چیزها. عالی بود، به‌هرحال خداحافظی کنم با شما.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم مینا]



۱۵- خانم پریسا از کانادا با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم پریسا]

**خانم پریسا:** آقای شهبازی امروز حقیقتش پنج ژانویه (January) است، دو روز دیگر می‌شود شش سال دقیقاً که من با برنامه گنج حضور هستم و واقعاً هم عجب شش سالی بوده! خیلی از شما یاد گرفتم آقای شهبازی و کلاً دیدم، نگاهم به زندگی خیلی عوض شده، نحوه زندگی کردنم عوض شده، اولویت‌هایی که توی زندگی دارم، این‌ها همه عوض شده، یا حتی نحوه ارتباط گرفتنم با آدم‌های دیگر خیلی عوض شده. حالا می‌خواستم به مناسبت این سالگرد، یکی از این درس‌هایی که سعیم را می‌کنم به این صورت پیاده می‌کنم به اشتراک بگذارم.

**آقای شهبازی:** بله، بله، بفرمایید.

**خانم پریسا:** خیلی ممنونم. یکی از درس‌هایی که از شما و مولانا یاد گرفتم و خیلی سعیم را می‌کنم که در زندگی‌ام پیاده کنم، این است که سعی می‌کنم خودم را صفر کنم، یعنی این‌که پایین بیایم و ارتفاع نگیرم، چه وقتی با انسان‌های دیگر ارتباط می‌گیرم و چه در فکرهای خودم. حالا آقای شهبازی نمی‌دانم چقدر موفق بودم، ولی خیلی سعیم را در این ارتباط می‌کنم.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین!

**خانم پریسا:** چند بیت مرتبط با آن را این‌جا می‌خوانم.

**بیا ای مونسِ روزم، نگفتم دوش در گوشت؟  
که عشرت در کمی خندد، تو کم زن تا بیفزایی**  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۶۲)

کم زدن: خود را کم انگاشتن، فروتنی

**آب رحمت بایدت، رَو پست شو  
وآنگهان خور خمر رحمت، مست شو**  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۴۰)

**چیست تعظیم خدا افراشتن؟  
خویشتن را خوار و خاکی داشتن**  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۰۰۸)

تعظیم: بزرگ‌داشت، به عظمت خداوند پی بردن



چيست توحيد خدا آموختن؟  
خويشتن را پيش واحد سوختن  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۰۰۹)

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

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

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

بر کنار بامی ای مست مُدام  
پست بنشین یا فرود آ، وَالسَّلَام  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۱۴۶)

مُدام: شراب

هر زمانی که شدی تو کامران  
آن دم خوش را کنار بام دان  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۱۴۷)

اندرین ره ترک کن طاق و طُرنَب  
تا قلاووزت نجنبند، تو مَجُنَب  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۲۹)

از اثرات معجزه‌آمیز این ابیات به صورت عملی در زندگی‌ام می‌توانم به چند مورد اشاره کنم.

اولین و مهم‌ترینش این است که خودم آرامش بیشتری دارم. هر موقع که انسان بلند می‌شود و می‌خواهد از یک انسان دیگری بهتر و بالاتر دربیاید، اولین کسی که اذیت می‌شود خودش است. من وقتی نمی‌خواهم از بقیه بهتر باشم، خودم آرامش بیشتر و حس خیلی خوبی پیدا می‌کنم.

دوم این‌که برای بهتر و بالاتر از دیگران بودن، آدم با طمع و حرص دنبال چیزها می‌رود، ولی اگر من نخواهم از کس دیگری برتر باشم و خودم را در مقابل انسان‌های دیگر در حد صفر نگه دارم، آن وقت به‌جای مقایسه و



مسابقه و تقلید اجازه می‌دهم که نیروی خلاقانه زندگی با صنُعش در من کار بیفتد و عمل کند، در نتیجه کارهایم هم در زندگی بهتر پیش می‌رود.

سوم این‌که من وقتی خودم را در برابر انسان‌های دیگر در حد صفر نگه می‌دارم، بقیه هم به من اعتماد می‌کنند. این را خیلی در ارتباط با همکارانم تجربه می‌کنم. به نظرم کسی دوست ندارد با یک انسانی همکاری کند که مرتب خودش را بالا می‌برد، ولی وقتی انسان در حد صفر خودش را نگه می‌دارد، بقیه انسان‌ها خیلی متمایل می‌شوند که با ما همکاری کنند و حتی به ما یاری برسانند و ما را کمک کنند.

یکی از چیزهایی که من ذهنی خیلی دوست دارد «طاق و طُرنَب» و جلال و شکوه ظاهری است، این‌که جلوه‌گری کند و به بقیه نشان بدهد که من خیلی خوبم. من هم خیلی جاها در این مورد پایم لغزیده و حتی همین الآن هم خیلی باید مراقب باشم، ولی حقیقت این است که این طاق و طُرنَب‌ها کار نمی‌کند، ما با دل و جان انسان‌ها ارتباط می‌گیریم. ما در آن زیر همگی به هم وصل هستیم، باید در سطح دل و به صورت عمیق با هم ارتباط بگیریم، نه این‌که به سطح بیاییم و بخواهیم با جلال و شکوه‌های ظاهری خودمان را به دیگران ثابت کنیم و به قولی کاری کنیم که مردم ما را بخرند.

چندتا بیت هست که خیلی در این مورد به من کمک می‌کند، این‌که دنبال مشتری نباشم برای خودم، نخواهم به قول این‌جایی‌ها کسی را ایمپرس (تحت تاثیر قرار دادن: Impress) کنم.

## مشتری کو سود دارد، خود یکی است لیک ایشان را در او ریب و شکی است

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۴۶۱)

از هوای مشتری بی شکوه  
مشتری را باد دادند این گروه

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۴۶۲)

مُشتری ماست اللّهُ اشتری  
از غم هر مشتری هین برتر آ

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۴۶۳)

اشتری: خرید



مشتربی جو که جویان تو است

عالم آغاز و پایان تو است

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۴۶۴)

هین مکش هر مشتری را تو به دست

عشق‌بازی با دو معشوقه بد است

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۴۶۵)

آقای شهبازی: پریسا خانم این سه بیت را دوباره بخوانید، وسط کار قطع شد، شاید بینندگان، بله، بله، ممنون.

خانم پریسا: چشم، از اول «مشتربی» بخوانم؟ چشم.

مشتربی کو سود دارد، خود یکی ست

لیک ایشان را در او ریب و شکی ست

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۴۶۱)

از هوای مشتری بی شکوه

مشتربی را باد دادند این گروه

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۴۶۲)

مُشتربی ماست اللہ اُشتربی

از غم هر مشتری هین برتر آ

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۴۶۳)

اِشتربی: خرید

مشتربی جو که جویان تو است

عالم آغاز و پایان تو است

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۴۶۴)

هین مکش هر مشتری را تو به دست

عشق‌بازی با دو معشوقه بد است

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۴۶۵)

مُشتربی را صابران دریافتند

چون سوی هر مشتری نشتا فتند

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۴۷۰)





هر موقع انسان دنبال این می‌رود که از یک انسان دیگری تأیید و توجه بگیرد و دیگران بگویند ما تو را خیلی قبول داریم، فقط دارد زحمت زیادی می‌کشد، آخرش هم چیزی نصیبش نمی‌شود. مثل کسی که دنبال شکار خوک است، زحمت زیاد می‌کشد، آخرش هم نمی‌تواند از آن بخورد.

## چون شکار خوک آمد صید عام رنج بی‌حد، لقمه خوردن زو حرام (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۸)

آقای شهبازی من خب خیلی درس‌های عالی از شما گرفتم، حالا امروز یکی دو موردش را گفتم، ان‌شاءالله به‌عنوان جبران بیایم بقیه را هم بگویم، خیلی ممنونم از شما.

**آقای شهبازی:** شما لطف دارید خانم، از من نگرفتید، اگر گرفتید از مولانا گرفتید و استعداد خارق‌العاده خودتان ماشاءالله! ماشاءالله واقعاً، هم باهوش هستید، هم خردمند هستید و ممنون از تواضعتان، درحالی‌که شما استاد ممتاز دانشگاه هستید این قدر تواضع می‌کنید و این مایه یادگیری خیلی‌هاست که دارند به شما گوش می‌دهند، شما یک آدم معمولی نیستید، این قدر متواضع، خب این باید مردم یاد بگیرند دیگر، مخصوصاً جوان‌ها، جوان‌های سن و سال شما و پایین‌تر از شما باید یاد بگیرند که این طاق و طُرب و جلال و شکوه ظاهری به درد نمی‌خورد، دیگر بهتر از این نمی‌شود بیان کرد، شما بیان کردید، هم خودتان خوب بیان کردید، هم تجربه را گفتید، هم شعرهای مربوطه آن را خواندید. عالی بود پریسا خانم.

**خانم پریسا:** خیلی ممنون. لطف شماست آقای شهبازی. واقعاً من توی این سال‌ها خیلی یاد گرفتم از شما، مولانا، از دوستانی که تماس می‌گیرند، واقعاً خیلی سپاس‌گزار زحمت همگی هستم.

**آقای شهبازی:** و خیلی هم پیشرفت کردید، ماشاءالله! اصلاً پیشرفت شما بی‌نظیر است، بی‌نظیر است واقعاً. ممنونم، خیلی زحمت کشیدید البته، باهوش هم هستید، با استعداد هستید، زحمت هم می‌کشید، خب دیگر می‌شود آن موقع پریسا خانم. **[خنده آقای شهبازی]** نظیر ندارید.

**خانم پریسا:** لطف شماست آقای شهبازی، خیلی ممنونم از لطفتان.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.

**[خداحافظی آقای شهبازی و خانم پریسا]**

۱۶- آقای رضا از شهرضا

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای رضا]

**آقای رضا:** اولین بار است تماس می‌گیرم، خدا را شکر می‌کنم، شما نوری بودید در زندگی تاریک من، آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.

**آقای رضا:** ده سال است که با برنامه شما آشنا شدم و به معنای واقعی کلمه، الآن یک کمی ارتعاش پیدا کرد صدایم، شما معنی واقعی این بیت بودید.

### آمده‌ام که تا تو را جلوه دهم در این سرا همچو دعای عاشقان فوق فلک رسانمت

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۲۲)

جناب شهبازی مختصر بگویم دیگر عزیزان را وقتشان را نگیرم، بیست سال از عمر من از سن سی و دوسالگی تا پنجاه و دوسالگی در یک کوچه بن‌بستی گرفتار شدم به نام بیماری اعتیاد، اما لطف خدا شامل حال شد و برنامه شما جرقه‌ای بود و نوری بود در دل تاریکی و توانستم از قید و بند و از این اسارت رها بشوم، ده سال و شش ماه و چند روز است که خدا را شکر می‌کنم بابت آن و با برنامه شما زندگی کردم. یک‌شنبه ثمره چهل سال کار و تلاش و زن و فرزند و مال را، هرچه داشتم رفت، اما خدا را شکر ده سال اخیر با به‌کارگیری این برنامه، ابیات مولانای جان و صدای گرم و دلنشین شما، پیام‌هایی که حالا گنج‌های ضروری‌های بزرگوار مطرح می‌کنند، کودکان عشق به من امید داد، امید به زندگی داد و از آن مسئله بلند شدم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**آقای رضا:**

### ره آسمان درونست پر عشق را بجنابان پر عشق چون قوی شد غم نردبان نماند

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۷۱)

و خدا را شکر می‌کنم، واقعاً دارم از لحظه‌لحظه‌های زندگی‌ام با تجربیاتی که حالا از گذشته کسب کردم، بهره می‌برم از آن تجربیات که تکرار نشود تلخی‌ها و خدا را شکر می‌کنم. اصلاً سال‌ها است دیگر نه با عصبانیت کاری



دارم، نه با قضاوت، نه با کنترل و زندگی آرامی را خداوند به من داد. آقای شهبازی شما نوری بودید، واقعاً [کلمه ناواضح] بودید در زندگی من و خیلی‌ها مثل من، الهی شکر بابتش.

قصد مزاحمت ندارم، مدتی بود می‌خواستم تماس بگیرم، هی می‌گفتم من حرفی برای گفتن ندارم، اما امشب به‌رحال بر آن شدم که ضمن این‌که قانون جبران مالی را رعایت می‌کنم، گفتم یک پیامی من هم داده باشم به‌عنوان یک عضو، به‌رحال ده سال اخیر واقعاً زندگی من متحول شده.

یک جمله هم آقای شهبازی بگویم دیگر وقت شما را نگیرم. به‌دلیل عارضه‌ای که در زمان جنگ از ناحیه موج انفجار شاملم شده بود در یکی از عملیات‌ها، سال‌ها واقعاً در شرایط بسیار سختی به سر بردم، چه از لحاظ روحی، روانی، جسمی. و دچار ناهنجاری‌های شدیدی می‌شدم، بعدش هم واقعاً پشیمان می‌شدم، اما دیگر کاری بود شد. الان باور کنید سال‌ها است به‌قدری آرام هستم، به‌قدری صبور هستم، اصلاً شدم کوهی از صبر، خدا را شکر.

آقای شهبازی: به به!

آقای رضا:

صد هزاران کیمیا، حق آفرید

کیمیایی همچو صبر، آدم ندید

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۵۴)

واقعاً این ابیات کلیدی بود در قفل‌های زنگ‌زده زندگی من و به‌کارش بستم، خدا را شکر بابت آن، از شما سپاس‌گزارم، از پیام‌هایی که عزیزان دیگر می‌دهند و همان‌ها هم برای من درس زندگی است، از آن‌ها فیض می‌برم، وقت شما را و دیگر عزیزان را بیشتر نمی‌گیرم، درود خدا بر شما باد.

آقای شهبازی: ممنونم، عالی، عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای رضا]

۱۷- خانم بیننده از آلمان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم بیننده]

**خانم بیننده:** آقای شهبازی عزیز شما بارها به ما یادآور شدید که ابیات را معنی ذهنی نکنید، بلکه ببینید برای شما چه پیغامی دارد و چه شناسایی‌ای به شما می‌دهد. من اشاره‌ای دارم در این‌جا با اجازه شما به یک بیت از غزل ۲۳۷، تفسیر شده در برنامه ۹۹۰:

یارِ ما، دلدارِ ما، عالمِ اسرارِ ما  
یوسفِ دیدارِ ما، رونقِ بازارِ ما  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۳۷)

یوسف دیدار: یوسف آشکار و پیدا

در این بیت من باید ببینم یار من کیست؟ جواب درست، زندگی یا خدا است، اما در عمل سالیان سال، ناخودآگاه من ذهنی من، یار من بوده و من هیچ‌وقت نخواستم که از آن جدا بشوم. عجیب هم نیست، چون یار دیگری را نمی‌شناختم.

و عجیب این‌که، این موجود ناشناخته در من، به من درد می‌داده و گاه‌آتش جهنم را در من، به پا کرده و من با آن سوختم و ساختم. حتی از آن حمایت هم کردم، با این‌که این دردها نشان از این عدوی درون بوده ولی از آن حمایت می‌کردم. چگونه؟ خیلی ساده، دردها را گردن این و آن انداخته و مقصر را در بیرون جست‌وجو می‌کردم، درحالی‌که مولانا می‌فرماید:

در خبر بشنو تو این پند نکو  
ببین جنبیگم لکم اعدی عدو  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۶۶)

و همچنین:

گر نه نفس از اندرون راهت زدی  
ره‌زنان را بر تو دستی کی بُدی؟  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۶۳)



دلدار ما، عالم اسرار ما، و اما دلدار تقلبی در دل من جای داشته، خانه دل من را اشغال کرده بوده، با این دل آلوده، با او خلوت می‌کردم. عالم اسرار ما، اسرار مرا هم همین دل اشفته و آلوده به من ذهنی می‌دانسته، اسراری بیهوده شامل همانیدگی‌ها.

عالم اسرار ما، عقل جزوی خودم با قدرت ناچیزش بوده، عالم به چه؟ عالم به همانیدگی‌های ریز و درشت، غافل از این‌که عالم اسرار من، خود زندگی هست که گفته من از رگ گردن هم به شما نزدیک‌ترم. و در سوره آل عمران آیه ۲۹ می‌فرماید:

«آنچه را در قلب خود پنهان یا آشکار می‌کنید، خداوند آن را می‌داند.»

وقتی مولانا از دلی صحبت می‌کند، منظورش این دل است:

**آینه دل چون شود صافی و پاک  
نقش‌ها بینی برون از آب و خاک**  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۷۲)

و همچنین:

**ببازار گردند از شهی، شاهان اگر بویی برند  
زان باده‌ها که عاشقان در مجلس دل می‌خورند**  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۳۲)

خب، دل من چیست؟ دل من که دلدار من ذهنی بوده، پر از همانیدگی‌های گوناگون بوده، که هر کدام از این همانیدگی‌ها می‌توانستند مرا بالا و پایین کنند.

یوسف دیدار ما، رونق بازار ما. یوسف دیدار یعنی وقتی که من:

**کورم از غیر خدا، بینا بدو  
مقتضای عشق این باشد بگو**  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۳۶۳)

مقتضا: لازمه، اقتضاشده

و:

**طهرا بی‌تی بیان پاکی است  
گنج نور است، ار طلسمش خاکی است**  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۳۴)

طهرا بی‌تی: خانه‌ام را پاک کنید.



مسلم است که با من ذهنی، من «طَهْرًا بَيْتِي» ندارم، من توهمات در دلم دارم، آن‌جا که مرکز عدم را به مرکز همانیدگی‌ها بدل کردم و غافل بودم که من به‌عنوان یک انسان، اصلاً همچنین اجازه‌ای ندارم که بُتکده‌ای بسازم و چیزهای آفل را در آن قرار بدهم و با زبان ذهن «اشهدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ» را تکرار کنم و در عمل، در مقابل اتفاق این لحظه که همانا «قضا و کُنْ فَعَان» است، شاکی و ناراضی باشم و چون و چرا کنم.

خب حالا چه؟ آیا من باز هم یارم را عقل جزوی خودم و سبب‌های بیرونی می‌گیرم؟ آیا من باز هم می‌دانم؟ پندار کمال دارم؟ بی‌ادبم؟ رابطه‌ام با قضا و کُنْ فَعَان در این لحظه چگونه است؟ توکل دارم؟ آیا فضا بندی می‌کنم که نهایت بی‌ادبی و سرآغاز زندانی شدن در جهنم ذهن است؟ آیا خدا را امتحان می‌کنم؟ ان‌شاءالله که نه. یک نه محکم در حضور همه شما، آقای شهبازی عزیز و همه دوستان و یاران عشقی. ان‌شاءالله که دیگر قدر وقت و عمری را که خداوند یک بار به من عطا کرده را بدانم و قانون جبران را در مقابل آن به‌جا بیاورم.

ای رونق بازار ما، بگذارم زندگی‌ام در این لحظه برپایه توکل و کُنْ فَعَان او رونق بگیرد و نه با عقل جزوی خودم.

## بیزار گردند از شهی، شاهان اگر بویی بَرند زان باده‌ها که عاشقان در مجلس دل می‌خورند

(مولوی، دیوان شمس، غزل)

و چند بیت کلیدی:

دَمِ او جان دَهَدَت رُو ز نَفَخْتُ بَیْذِیر  
کارِ او کُنْ فِیکون است نه موقوفِ علل

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۴۴)

نَفَخْتُ: دمیدم.

از خدا غیر خدا را خواستن  
ظنِ افزونی‌ست و، کُلِّی کاستن

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۷۷۳)

و در پایان:

قضا نتانم کردن، دمی که بی‌تو گذشت  
ولی چه چاره؟ که مقدور جز قضای تو نیست

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۸۰)

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم بیننده]

۱۸ - آقای امیرحسین از رشت با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای امیرحسین]

**آقای امیرحسین:** اولین بارم است که تماس می‌گیرم و تقریباً از یک یک امسال برنامه را شروع کردم. یک مقداری می‌خواستم از حالا قبل از شروع این برنامه بگویم، یک مقداری هم از این‌ورش بگویم.

**آقای شهبازی:** بله بله، آفرین! بفرمایید.

**آقای امیرحسین:** عرضم به خدمتتان که من تقریباً توی دو سال گذشته شرایطم خیلی دیگر وخیم شده بود و تقریباً قرص‌های افسردگی مصرف می‌کردم، بعد مسکن‌های قوی استفاده می‌کردم، فقط حالا برای این‌که یک خرده شرایطم تغییر بکند از لحاظ فیزیکی یا حالا روحی روانی و قرص خواب مصرف می‌کردم و دیگر اواخر خیلی شدیداً، تقریباً توی یک ماه شاید بیست روز به خودکشی فکر می‌کردم و شرایط اصلاً خوبی نداشتم واقعاً.

و تقریباً استارت (start: شروع) همین امسال بود یا آخرهای سال پیش بود که دیگر به این نتیجه رسیدم که دیگر دوتا راه بیشتر نیست واقعاً و خوشبختانه حالا، واقعاً جای شکر دارد برای من که حالا نمی‌گویم اتفاقی بود، نمی‌دانم چه شد ولی دوباره برنامه شما را استارت زدم.

چون من یک شش، هفت سال پیشش هم یک بازه‌ای را گوش می‌دادم و شعرها را حفظ کرده بودم ولی خُب متأسفانه ول کردم و تقریباً بیست و چهارسال بود آن موقع که شروع کرده بودم.

**آقای شهبازی:** بله.

**آقای امیرحسین:** و خیلی شرایطم خوب بود ولی ول کردم و شرایطم خیلی وخیم شد.

و این طرف بعد از این‌که حالا یک دوره خیلی سختی را رد کردم و همه‌چیز را کلاً قطع کردم و این‌ها، یک‌هو شرایط برایم خیلی بهتر شد.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**آقای امیرحسین:** یعنی آن اضطراب‌های شدیدی که داشتم مثلاً بی‌علت، یعنی اگر یک موضوعی بود شاید آن موضوع در آن حد بزرگ نبود که من را دگرگون بکند ولی مثلاً می‌پاشیدم و الان خدا را شکر، خدا را واقعاً صد هزار مرتبه شکر، برنامه‌ها را گوش می‌دهم و برنامه‌ها را می‌نویسم، سعی می‌کنم تمام برنامه‌های زنده را گوش بدهم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**آقای امیرحسین:** حالا با این‌که درگیر کارم هم هستم، و مثلاً دوتا برنامه را که خیلی دوست دارم که یکی اش ۹۷۲ است و یکی هم ۹۸۸، این دوتا را حفظ کردم. سعی می‌کنم یعنی این تعهد را حداقل برای خودم گذاشتم که به‌جز کارهای دیگر حتماً هر روز یک دور کامل این‌ها را یک مروری بکنم.

و تأثیرات مثبتش را هم می‌خواهم بگویم روی خودم، من خیلی چیزی که خیلی برایم مثلاً **بلد** (bold: پُرننگ) بوده، بزرگ بوده، این بوده که یک خشم‌های خیلی شدیدی توی ذهن خودم با یک کسی درگیر می‌شدم، این قدر به خودم فشار می‌آمد فکم سفت می‌شد و خیلی فشار یعنی شاید فیزیکاً اتفاقی نمی‌افتاد ولی از لحاظ آن هیجانی کاملاً تحت تأثیر آن شرایط بودم و الان اصلاً این را ندارم.

خیلی تأثیر مثبتش را توی خانواده خودم هم می‌بینم، با این‌که حالا من خیلی چیز ندارم، که بیایم با همه این را مثلاً بخواهم اجباری داشته باشم که یا مثلاً هیچ صحبتی بابت این برنامه بخواهم بکنم مستقیماً ولی روابطم خیلی خوب شده هم با برادر کوچکترم، هم با خانواده‌ام در صورتی‌که قبلاً اصلاً این‌جوری نبود.

و توی کارم خیلی شرایط بهتر شده، از وقتی که قانون جبران را استارت زدم، می‌بینم این تأثیر را در کارم و این‌که جبران حالا نه صرفاً مالی مثلاً قبلاً آن کارها را دوست داشتم زودتر فقط تمام شود، با توجه به این‌که گفته بودید، یک برنامه بود گفته بودید که توی کارتان جبران را تا انتها انجام بدهید یعنی یک حالت خدمت‌رسانی باشد نه صرفاً فقط کار، این را از وقتی که پیاده دارم می‌کنم واقعاً توی محیط کارم هم شرایطم بهتر شده.

**آقای شهبازی:** آفرین! آفرین!

**آقای امیرحسین:** و خیلی ممنونم ازتان، خواستم فقط یک نقطه استارتی را توی این برنامه گفته باشم، **إن شاء الله** توی برنامه‌های بعدی سعی می‌کنم پیام آماده بکنم ولی خُب فقط خواستم که یک عرض ارادتی باشد خدمت شما.

**آقای شهبازی:** آفرین! ممنونم. الان دیگر قرص نمی‌خورید؟

**آقای امیرحسین:** نه نه، هیچ چیزی، نه مشروب نه.

**آقای شهبازی:** آفرین! ورزش می‌کنید؟

**آقای امیرحسین:** ورزش هم بله، هر روز تقریباً بین نیم ساعت تا یک ساعت می‌دوم با یکی از دوستانم. وزنم هم خیلی آمده پایین و سعی می‌کنم توی ابعاد مختلف یک تغییراتی ایجاد بکنم.

**آقای شهبازی:** آفرین! آفرین! غذاتان هم مواظب باشید.



**آقای امیرحسین:** آره آره غذایی را هم مدیریت می‌کنم، البته غذایی را خیلی نتوانستم تغییر بدهم ولی حجمش را تقریباً دو سوم کردم و سعی کردم آن را همیشه شاهد باشم که چقدر دارم می‌خورم و همیشه سعی می‌کنم اضافه‌تر دیگر نباشد و سیر نشده بلند شوم، این خیلی به من کمک کرده است.

**آقای شهبازی:** آفرین! آفرین! **[خنده آقای شهبازی]** خیلی عالی، آقای امیرحسین وضعیتان خیلی خوب است  
ماشاءالله! **[خنده آقای شهبازی]**

**آقای امیرحسین:** به لطف شماست، به لطف شماست، ممنونم از شما، ممنونم از شما.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین، آفرین! چقدر خوب است که قانون جبران را در محیط کار اجرا می‌کنید. این در واقع خواهید دید که شما را چقدر موفق خواهد کرد که فقط کار نمی‌کنید یک پولی بگیرید، تا آنجا که مقدور است توانتان را می‌گذارید به بهترین صورت، حتی بیشتر از آن، حتی بیست، سی درصد بیشتر از انتظار تحویل می‌دهید. حتی شما می‌توانید در محیط کار به‌عنوان قانون جبران نواقص بقیه را تکمیل کنید. مدیرتان مثلاً می‌بینید یک نقصی دارد به‌جای این‌که ما شکایت کنیم و غر بزنییم و نمی‌دانم مدیر من این‌طوری است، شما سعی کنید آن را، نقص آن را، کوتاهی آن را، شما جبران کنید. خیلی موقع‌ها ممکن است یک یادآوری باید بشود مثلاً، شما به مدیرتان می‌گویید که این کار باید انجام بشود یا می‌خواهید من انجام بدهم یا خودتان انجام بدهید توجه می‌کنید. این‌ها در نظر گرفته می‌شود.

وقتی شما نقص، خیلی‌ها مثلاً می‌بینید توی یک زندگی مشترک مثلاً یکی از همسرها دیر می‌کند، آن یکی هم یادآوری می‌کند، سعی می‌کند جبران کند یا مثلاً فرض کن کمک می‌کند آماده‌تر بشود یا بچه‌ها را آماده می‌کند، این نشان می‌دهد که شما می‌خواهید به‌جای این‌که کوتاهی یک نفر را به سرش بگویید و بگویید که نمی‌دانم تو این نقص را داری همیشه دیر می‌کنی، حاضر نمی‌شوی، فلان، شما یک‌جوری جبران می‌کنید می‌بینید که قضیه شیرین می‌شود و آن شخص متوجه می‌شود، مخصوصاً در کار و زندگی زناشویی این‌ها نتایج بسیار بسیار مفیدی می‌تواند به بار بیاورد. کما این‌که برای شما در محیط کار بوجود آورده **[خنده آقای شهبازی]** آفرین بر شما!

**آقای امیرحسین:** بله بله، واقعاً این حرفتان به دل من نشست، چون من دقیقاً یک چنین مسئله‌ای را توی کار دارم و شاید خیلی خوب هم رعایتش نکرده‌ام تا این لحظه، سعی می‌کنم حتماً این را بهبود ببخشم. ممنونم ازتان، ممنونم انگار که دقیقاً همان حرفی بود که نیاز بود بشنوم، ممنونم.

**آقای شهبازی:** موفق شدید تبریک! تبریک!

**[خداحافظی آقای شهبازی و آقای امیرحسین]**



## ۱۹- خانم فاطمه از گلپایگان با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فاطمه]

**خانم فاطمه:** آقای شهبازی والله من مطلب که آماده نکردم البته خیلی چیز، متن می‌نویسم، ولی نمی‌دانم چرا نمی‌توانم این‌ها را سر هم کنم درست بفرستم؟ بعد برای همین هی باعث می‌شود که زنگ نزنم، ولی امروز گفتم بگذارید خب زنگ بزنم این، چیز را از جلوی پای خودم بردارم، این نمی‌دانم یک مقاومت هست؟ نمی‌دانم چیست؟ ولی خب خیلی متن می‌نویسم، متن‌ها را انگار نمی‌توانم سر هم کنم درست، حالا از چیزهایی که نوشتم، چیزی که یادم می‌آید، می‌گویم.

**آقای شهبازی:** خانم فاطمه شما هرچه می‌نویسید، هرچه، بیایید این‌جا بخوانید، آن حتماً خوب است. نیندازید دور، به‌جای این‌که دور بیندازید [خنده آقای شهبازی] یا بفرستید به ما توی تلگرام (telegram) یا این‌که بیایید بخوانید. هیچ نوشته شما نمی‌تواند بد باشد.

**خانم فاطمه:** بله.

**آقای شهبازی:** آن من‌ذهنی را نگذارید به شما بیاید، شما را کوچک کند. یکی از جنبه‌های واقعاً شناسایی من‌ذهنی این هست که به ما می‌خواهد بگوید که تو نمی‌توانی یک اثر مفیدی خلق کنی. این چیزی که نوشتی تو مهم نیست، مفید نیست. به حرفش گوش ندهید.

**خانم فاطمه:** بله.

**آقای شهبازی:** شما همین مطلبتان را بیایید بخوانید، ببینید، خواهند دید چقدر مفید است، چقدر سودمند است، نگذارید. مراقب این رفتار من‌ذهنی باشید که می‌خواهد شما را کوچک کند و این کوچک کردن متأسفانه در فرهنگ ما جا افتاده. می‌بینید که الان نمی‌کنند، شاید کسانی که به این برنامه گوش می‌کنند دیگر فرزندان‌شان را کوچک نمی‌کنند، ولی در زمان ما به بچه‌ها احترامی نمی‌گذاشتند. حرف نزن، تو بلد نیستی، آدم باید پیش بزرگ‌ترها ساکت باشد، بچه که حرف نمی‌زند، از این‌ها می‌گفتند و در نتیجه ممکن است که بعضی از ما، نمی‌گویم شما دارید‌ها، این اشکال را داشته باشیم که هر کاری که می‌کنیم، این من‌ذهنی ما می‌گوید، این به درد نمی‌خورد.

[خنده آقای شهبازی] خودت هم به درد نمی‌خوری.

**خانم فاطمه:** بله، من دقیقاً همین‌طور هستم.



**آقای شهبازی:** هم شما به درد می‌خورید، هم نوشته‌تان. من دارم به شما می‌گویم شما عالی هستید، اصلاً عالی‌تر از عالی هستید. بفرمایید.

**خانم فاطمه:** ممنونم. حالا من چیزی که یادم می‌افتد از یک، الآن بخواهم متنم را بخوانم چون توی گوشیم و دارم با گوشیم زنگ می‌زنم یک ذره، یک مقدار سخت است پیدایش کنم، این است که یک داستان جالبی برای خودم اتفاق افتاد.

یک روز از روزها، از خواب که پا شدم، صبح دیدم توی سَرَم یک کلمه «سلیم‌القلب» می‌آید، بعد با خودم گفتم که فکر کنم دیگر خیلی آدم خوبی شدم، الآن پیام برای من دارد می‌آید، الآن «سلیم‌القلب» چیست؟ من یعنی قلبم سالم شده و این‌ها. پا شدم این را سرچ کردم ببینم «سلیم‌القلب» توی شعر مولانا من ندیدم، حالا شاید یک جایی بوده من یادم نمی‌آید. سرچ کردم، بعد دیدم که جامی یک بیتی داشت، توی آن «سلیم‌القلب» را آورده بود. من بیتش هم یادم نیست، ولی منظورش ساده‌دل بود.

داستان یک آقایی را می‌گفت که، این آقا یک الاغی داشت که بیمار بود، ولی خب می‌خواست حالا حيله کند و این را ببرد توی بازار بفروشد، رفت پیش یک کسی که دلال بود، گفت که این را شما ببر توی بازار، هی از آن تعریف کن، مردم بیایند بخرندش، مریض هست و این‌ها، کسی نمی‌خرد.

واقعاً این آقا که از آن تعریف کرد از الاغش و داد و فریاد کرد که بیایید این الاغ این را بخرید، خیلی عالی است، جوان است و رهوار است و خیلی خوب است، یک مدت که گذشت، این «سلیم‌القلب» خودش باور کرد که این خَرَش واقعاً خوب است، رفت خریدش.

رفت گفتش که این خرت فکر کنم، حرف‌های این کسی که دلال بود خودش باور کرد. حالا من بعضی وقت‌ها این حرف‌های من‌ذهنی خودم را باور می‌کنم، مثل همان «سلیم‌القلب» آن روز خیلی برای من داستان جالب بود که فکر می‌کردم حالا یک پیام خیلی خوبی دارد از زندگی می‌آید، ولی پیام که خیلی برای من خوب بود. ولی وقت‌هایی که من‌ذهنی‌ام، یک مکرری توی من‌ذهنی من هست که همیشه این را خودم می‌خرمش. این پیام آن روز برای من یکی از داستان‌هایی که نوشته بودم این بود که الآن یادم افتاد که نفرستادم. البته خب گاهی وقت‌ها هم هی زنگ می‌زنم، ولی خب نه، خیلی متعهدانه زنگ نمی‌زنم، هی از زیر این‌که زنگ بزنم درمی‌روم.

بعد این، من مکر من‌ذهنی‌ام را خیلی می‌بینم، خیلی این داستان برای من جالب بود که از همان زمان شما داستان جوحی را می‌گفتید که داستان جوحی که رفته بود این بفروشد، صندوق را.

**آقای شهبازی:** بله.



**خانم فاطمه:** و این شباهتش با این همین کسی که حيله می‌کرد مثل همدیگر بود برای من. من هم همین حيله را واقعاً توی من ذهنی خودم می‌بینم که می‌خواهم بروم من ذهنی‌ام را که می‌بینم، مثلاً فرض می‌کنیم من می‌خواهم «حبر و سنی» نکنم، ولی می‌گویم نمی‌روم «حبر و سنی» کنم یا این، این‌که می‌روم آن‌جا انگار خودم به خودم حيله می‌کنم. خودم دوباره خودم می‌خواهم بخرم من ذهنی خودم را.

**آقای شهبازی:** خیلی خب.

**خانم فاطمه:** این چیزی بود که آن روز من یاد گرفتم که این ساده‌دلی که درحقیقت من ذهنی فکر می‌کند مکار است، ولی یک ساده‌دلی دارد که در برابر زندگی که مولانا هم می‌گوید که «ای ز مکرش مکاران خجل».

### مکر حق را بین و مکر خود پهل ای ز مکرش مکاران خجل (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۹۵)

این یکی از داستان‌هایی بود که حالا، یکی از موردهایی بود که حالا یادم افتاد که این را نوشتم و نفرستادم. بعد دیگر خیلی موردهای دیگر حالا امشب یادم نمی‌آید.

**آقای شهبازی:** خیلی خب، همین قدر خیلی عالی بود! همین قدر خیلی عالی بود!

**خانم فاطمه:** و طمع من ذهنی‌ام هم یک مقدار این دو هفته که برنامه نبود، من خیلی این بیت‌ها به من کمک کرد. طمع دیده شدن من خیلی زیاد است و امروز هم کل این بیت‌ها را من دوباره تکرار کردم و امروز خانه مادر همسرم بودم. دیدم که خیلی خیلی روی من تأثیر گذاشته این غزل که من آن‌جا دیگر خیلی کمتر طمع دیده شدن و چیز خواستن از دیگران که بخواهم تأیید کنند خیلی در من کم بود.

باز هم یک مقداری «حبر و سنی» کردم آقای شهبازی من یک وقت‌هایی مثلاً می‌بینم یکی با بچه‌اش یک ذره مثلاً بچه‌اش، یک بچه کوچک در خانواده بود که یک ذره این را با استرس و این‌ها تکان می‌داد و هی می‌گفت بچه‌ام نمی‌خواهد، این وقت‌ها من یک ذره دلم برای آن بچه‌ها می‌سوزد یا نمی‌دانم «حبر و سنی» می‌کنم. خیلی این‌جاها برایم سخت می‌شود که حرف نزنم، ولی خب خیلی باز هم عالی بودم، امروز پیشرفت دیدم توی خودم.

**آقای شهبازی:** آفرین! این بیت‌های طمع چه بودند خانم که شما خواندید؟

**خانم فاطمه:**



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

بعد آن بیت آخرش را هم خیلی تکرار کردم که «نذر تو کن»، یعنی کل بیت‌هایش را من تکرار، بیت‌های این غزل را تکرار کردم که خدا را شکر حفظ شدم، ولی می‌گویم خدایا، دیگر واقعاً تو نذر کن دیگر ای زندگی، ای.

آقای شهبازی: بیت آخرش هم بی‌زحمت بخوانید.

خانم فاطمه: شما نذر کنید.

نذر تو کن، حکم تو کن، حاکمی  
بر شب و بر روز و سحر، ای خدا  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۲)

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه: یعنی از خدا خواستم دیگر واقعاً که برایم نذر کند [خنده خانم فاطمه].

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

خانم فاطمه: آفرین به شما آقای شهبازی! شما عالی هستید که این‌همه واقعاً شاگردهای عالی می‌آیند صحبت می‌کنند. واقعاً ما از هر کدام از دوستانی که زنگ می‌زنند به اندازه یک کتاب چیز یاد می‌گیریم.

آقای شهبازی: آفرین! این‌ها شاگردهای من نیستند، شاگردهای مولانا هستند و شاگرد خودشان و شاگرد خدا. ما هم این بیت‌ها را روی صفحه می‌نویسیم، می‌بینید که واقعاً خواندن این بیت‌ها، گاهی اوقات می‌گوییم ذکر و این‌ها ابیات دیوسوز هستند، این‌که مولانا ابیات خودش را دیوسوز می‌نامد واقعاً درست است.

دیو را ضعیف می‌کند در درون ما، من ذهنی را می‌سوزاند و پیغام‌های امروز واقعاً شاهد این موضوع است، یعنی اگر برنامه امروز را یکی گوش بدهد، ایمان می‌آورد که این دیو درون را ابیات مولانا می‌سوزاند و واقعاً شما باید تکرار کنید، تکرار کنید، تکرار کنید.

خانم فاطمه: چشم.

آقای شهبازی: آره. «ذکر آرد»، آن را حفظ هستید، آن بیت را دیگر.



ذکر آرد فکر را در اهتزاز  
ذکر را خورشید این افسرده ساز  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۷۶)

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

آقای شهبازی: آفرین و بیت بعدی، حالا یک بیت دیگر هم هست که «اصل، خود جذب است»، شما این را بخوانید.

خانم فاطمه:

اصل، خود جذب است، لیک ای خواجه‌تاش  
کار کن، موقوف آن جذبه مباش  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۷۷)

خواجه‌تاش: دو غلام را گویند که یک صاحب دارند.

آقای شهبازی: «کار کن، موقوف آن جذبه مباش». آره، آره، که دنباله‌اش هم بیت است که کپی رایتش (Copyright) را خانم پریسا دارد که می‌گوید «مرغ جذبه»، بلد هستید آن را هم؟ بله، بخوانید.

خانم فاطمه: بله.

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

چشم‌ها چون شد گزاره، نور اوست  
مغزها می‌بیند او در عین پوست  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۸۱)

بیند اندر ذره، خورشید بقا  
بیند اندر قطره، کل بحر را  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۸۲)

عَش: آشیانه پرندگان

گزاره: آنچه از حد در گذرد، گذرنده.

بحر: دریا

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! ببینید چقدر خوب بلد هستید ماشاءالله. خیلی خب با شما دیگر پس خداحافظی

کنم، کار دیگری ندارید.

خانم فاطمه: خیلی ممنون آقای شهبازی از زحماتان.



آقای شهبازی: باز هم بیایید روی خط، دیدید چقدر زیبا بود؟ من ذهنی‌تان گفت نرو، شما فوراً بگیرید. درضمن هر موقع من ذهنی‌تان گفت نه، شما فوراً پا شوید آن کار را انجام بدهید. آن بیت را هم بخوانید پس شما حفظ هستید که می‌گوید وصیت از پیغمبران چیست؟

خانم فاطمه:

تو خلافت کن که از پیغمبران  
این چنین آمد وصیت در جهان  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۲۶۷)

آقای شهبازی: بله.

خانم فاطمه: ای وای، من همه این بیت‌ها را آقای شهبازی خیلی می‌خوانم.

آقای شهبازی: بله بله، به هر حال می‌گوید هرچه که من ذهنی می‌گوید عکسش را انجام بده، وصیت پیغمبران برای ما این بوده. درست است؟

خانم فاطمه: بله، بله، بله.

آقای شهبازی: خیلی خوب.

خانم فاطمه:

آنچه گوید نفس تو کاینجا بد است  
مَشْنَوْش چون کار او ضد آمده‌ست  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۲۶۶)

تو خلافت کن که از پیغمبران  
این چنین آمد وصیت در جهان  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۲۶۷)

همین دیگر.

آقای شهبازی: بله همین است، آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم فاطمه]

❖ ❖ ❖ پایان بخش دوم ❖ ❖ ❖



۲۰- خانم زهره از کانادا با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم زهره]

**خانم زهره:** آقای شهبازی من مطلب خاصی واقعیتش آماده نکردم، فقط دوست داشتم که زنگ بزنگ هم سال نو را خدمتان تبریک بگویم، هم این‌که درواقع با شما صحبت کنم، صدای شما را بشنوم و تشکر بکنم از همه زحماتی که تو سال گذشته و توی این چندین سال برای ما کشیدید و همه دوستان عزیز.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم، لطف دارید، سال نو برای شما هم مبارک باشد.

**خانم زهره:** ممنونم، مرسی، ان‌شاءالله برای همه‌مان سالی پر از نور باشد، عشق باشد، من ذهنی کمتر باشد.

**آقای شهبازی:** دیگر با مولانا هستید، اگر از قرین بد دوری کنید، دلیلی ندارد که زندگی شما، زندگی همه ما، پر از نور نباشد.

دیگر به اندازه کافی، به نظرم دانش از مولانا گرفتیم که به کار بستیم، اگر بستیم، و از قرین بد هم دوری کنیم و حالمان همیشه خوب باشد ان‌شاءالله. خلاق باشیم، خدمت کنیم واقعاً، نیکی کنیم. بفرمایید در خدمتان هستیم.

**خانم زهره:** خواهش می‌کنم، من فقط یک نکته‌ای بود که این چند روز اخیر، یک موضوعی بود که هی حالا به اصطلاح دوستان، هی فشار می‌آورد که بیاید توی ذهن من و من هی این را می‌دیدم و یک لحظه اصلاً بدون این‌که مثلاً حالا کار کرده باشم یا چی، این بیت خیلی می‌آمد توی ذهن من که می‌فرمایند که:

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

من فهمیدم که این بیت اصلاً شد کلید فضاگشایی انگار برای من.

**آقای شهبازی:** بله، بله!

**خانم زهره:** از آن روز اصلاً هر چیزی که می‌خواهد بیاید توی ذهن من، من سریع این بیت را با خودم تکرار می‌کنم که روی معشوقه را ببین، یعنی این قدر این، کمک من می‌کند که حواسم از ذهنم پرت بشود، یا آن فکری که دارد می‌آید را به آن اهمیت ندهم و جدی‌اش نگیرم و من را می‌برد به آن فضای گشوده‌شده، که دوست داشتم این را با شما به اشتراک بگذارم و این‌که مصرع دومش که می‌فرماید «این به دست توست»، یعنی واقعاً این چیزی است





که ما خودمان باید هر لحظه، آگاهانه انجام بدهیم و خیلی برای من کمک‌کننده بود در این چند روز اخیر و دوست داشتم که حالا به اشتراک بگذارم.

**آقای شهبازی:** بله، بله. به‌علاوه همین کلمات دیگرش هم. «این به‌دستِ توست» خیلی مهم است. می‌گوید «بشنو»، پس معلوم می‌شود که انسان این پند را نمی‌شنود، این هشدار را نمی‌شنود.

«بشنو ای پدر» و «ای پدر» هم، شاید به‌اندازه‌ی کافی می‌گوید خردمند هستی که تشخیص بدهی تو. هر انسانی واقعاً خردمند است به‌اندازه‌ی کافی که تشخیص بدهد لحظه‌به‌لحظه روی معشوق را باید نگاه کند و آن چند بیت هم آن‌جا یادتان باشد دیگر. می‌گوید «نگرم کس را» آن را حفظ هستید شما دیگر، نه؟ «نگرم کس را و گر هم بنگرم»

خانم زهره:

نگرم کس را و گر هم بنگرم

او بهانه باشد و، تو منظرَم

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۵۹)

عاشقِ صنَعِ توأم در شُکر و صبر

عاشقِ مصنوعِ کی باشم چو گبر؟

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۰)

عاشقِ صنَعِ خدا با فرُّ بُود

عاشقِ مصنوعِ او کافر بُود

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۱)

**آقای شهبازی:** بله، ببینید بینندگان ما، البته شما که جای خود دارید، چقدر این ابیات را حفظ هستند. همین چهار بیت می‌تواند زندگی آدم را نجات بدهد، از دست من‌ذهنی برهاند، همین چهار بیتی که الان شما خواندید.

**خانم زهره:** بله واقعاً برای خود من هم خیلی خیلی کمک کرد و دوست داشتم که به اشتراک بگذارم.

در هر صورت ممنونم آقای شهبازی از وقتی که به من دادید و خیلی ممنون از محبت شما. من وقت را نمی‌گیرم دیگر.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم زهره]



## ۲۱- خانم سارا از آلمان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم سارا]

**خانم سارا:** خواستم سلام کنم و تشکر کنم از همهٔ بینندگان که واقعاً همان یک داروی شفابخش، توی کلام همه‌شان هست و خدا را شکر که این توفیق را داده که شنوندهٔ این بینندگان باشم، شنوندهٔ شما باشم. ان‌شاءالله هرچه بیشتر و بیشتر توفیق نصیبمان بشود.

**آقای شهبازی:** آفرین، عالی، بفرمایید!

**خانم سارا:** خیلی ممنون، با اجازه‌تان! نام پیغام هست «یار ما دلدار ما». مولانا در غزل ۲۳۷ تفسیر شده در برنامهٔ ۹۹۰ گنج حضور می‌گوید، یار ما و دلدار ما زندگی است.

**یار ما، دلدار ما، عالمِ اسرارِ ما  
یوسفِ دیدارِ ما، رونقِ بازارِ ما  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۳۷)**

**یوسفِ دیدار: یوسفِ آشکار و پیدا**

ولی در من‌ذهنی چگونه است؟ من‌ذهنی همیشه دنبال یار ذهنی می‌گردد. از زمانی که خودم را شناختم آرزوی پیدا کردن دوست داشتم. از تنهایی می‌ترسیدم. ترس از تنهایی و نیازمندی به توجه انسان‌های دیگر، در ذات من‌ذهنی است.

شناسایی کردم که در مسیر معنوی، یکی از دام‌های من‌ذهنی این است که دنبال یار عشقی یا یار گنج حضوری بگردد. من‌ذهنی همیشه می‌خواهد یک راه میان‌بر پیدا کند. قصدش از گنج حضور نگاه کردن، این است که به آرزوهایش برسد. یکی از آرزوهایش همین حس وجود گرفتن از رابطه، با تصویر ذهنی یک انسان دیگر است.

ولی ما اگر بخواهیم راستین شویم و به حقیقت خود پی ببریم، چاره‌ای غیر از پذیرش چالش و پذیرش آن چیزی که من‌ذهنی خوشش نمی‌آید، نداریم.

آیا نقشه کشیدن من‌ذهنی من، برای پیدا کردن یک یار گنج حضوری، یک دام نبوده‌است؟ چرا بوده‌است!

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



من ذهنی عشق گوساله دارد. گوساله میل شدید من ذهنی است برای پیدا کردن یک تصویر ذهنی دیگر که به او زندگی، و احساس ارزش، آرامش و امنیت بدهد.

این خرافات من ذهنی است که به راحتی می‌تواند آن را به اسم یار گنج حضوری پیدا کردن، به ما بفروشد. آیا چیزی که می‌بینیم، حقیقتاً یار گنج حضوری است؟ یا تصویرسازی من ذهنی خودمان؟ ما چطور می‌توانیم با سبب‌سازی ذهنمان، تعیین کنیم که چه کسی، به چه دلیلی، چقدر به حضور زنده است؟ آقای شهبازی، شما در برنامه‌های اخیر بسیار می‌گویید:

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

همه چیزِ خودت، خودت هستی. همه چیز را خودت، به گوش خودت می‌گویی. خب من ذهنی این را دوست ندارد. تنهایی را بد می‌داند حتماً باید یک یار شخصی داشته باشد که او را حمایت کند، حتی در مسیر معنوی. این که من به اسم یار گنج حضوری، با تصویر ذهنی یک انسان همانند شوم، دام من ذهنی است. اول و آخرش درد است و من را بی‌مراد می‌کند تا بیدار شوم. باید اجازه دهم که زندگی به من عشق را یاد بدهد. زندگی یاد بدهد که حس تنهایی یک توهم است. زندگی یاد بدهد که دوست حقیقی که از ذات صمد و بی‌نیاز می‌آید چگونه است.

البته که این حلقه عشق، این دوستی و هم‌صحبتی با یاران گنج حضور، نعمت بسیار گرانبهائی است که باید قدرش را بسیار بدانم و شکرگزارش باشم.

### کیمیایی بود صحبت‌های تو کم مباد از خانه دل، پای تو (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۰۸)

قرین شدن با هم‌صحبت خوب به انسان بسیار کمک می‌کند ولی شناسایی کردم که هر چقدر روابط شخصی‌تر می‌شوند، احتمال همانندگی، چسبندگی، و تصویرسازی هم بیشتر می‌شود. پس باید بیشتر مراقب بود. از کجا معلوم که تنهایی برای ما خوب نباشد؟ از کجا معلوم که گنج حضور پیغامی را از طریق یک انسان غریبه، در یک محیط پیش‌بینی نشده به ما ندهد؟ مگر بی‌نهایت خدا در یک زمان و مکان و زبان خاصی محدود می‌شود؟



ما در گنج حضور می‌توانیم در پیغام‌های معنوی، میوه‌های انبساط و بهترین حالت خودمان را با همدیگر به اشتراک بگذاریم. این یک هم‌صحبتی را ایجاد می‌کند که به مکان و اسم و حرف‌های شخصی، احتیاجی ندارد و دست من‌ذهنی را از ضرر زدن به ما کوتاه می‌کند.

من تا مرغ خودم نشوم تا از روی وحشت من‌ذهنی، از تنهایی پرواز نکنم، نمی‌توانم حقیقتاً با انسان دیگری دوست شوم.

من‌ذهنی هزاران سال است که نیازمندی و گدایی از تصویر ذهنی یک انسان دیگر را به من به‌عنوان عشق فروخته‌است.

ما اگر خانم هستیم، آرزو داریم یک مردی پیدا شود به ما سر و سامان بدهد، به ما توجه بدهد، حتماً بگوید تو زیبا، خوب و عالی هستی، من تو را دوست دارم و این شخص بشود حامی ما. حالا ممکن است من‌ذهنی همین آرزوها را به بهانه یار گنج حضوری پیدا کردن، دنبال کند. پس چرا مولانا می‌گوید؟

**کافیَم، بدْهَم تو را من جمله خیر**

**بی‌سبب، بی‌واسطه یاری غیر**

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۱۷)

پس من تا حالا عشق را اصلاً ندانستم. اگر من‌ذهنی من کوچک شود، از طریق خود زندگی، عشق و رابطه زیبا را هم تجربه می‌کنم. فقط لازم است که صبر کنم و به خودم اجازه پخته‌شدن و رها شدن از خرافات من‌ذهنی را بدهم.

**خُنک آن دم که نشینیم در ایوان من و تو**  
**به دو نقش و به دو صورت، به یکی جان من و تو**

**من و تو، بی من و تو، جمع شویم از سر ذوق**  
**خوش و فارغ ز خرافات پریشان من و تو**

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۱۴)

خیلی ممنون آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** چقدر عالی سارا خانم، عالی، عالی، عالی، آفرین!

**خانم سارا:** خیلی خیلی ممنون از لطف شما!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم سارا]

۲۲- خانم بیننده از فولادشهر

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم بیننده]

**خانم بیننده:** قربانتان بروم الهی، آقای شهبازی من چند سال است، برنامه‌تان را گوش می‌کنم. آن وقت سواد درست و حسابی هم ندارم. فقط خیلی، خیلی، خیلی که دیگر آن وقت‌ها غیبت می‌کردم، دروغ می‌گفتم، خیلی اعصابم خرد بود، حالا دیگر آن‌طوری نیستم. که قابل ندارد که مثلاً هر ماه هم، مثلاً یک ماه، یک ماه نه، یک ماه، هی پول هم می‌دهم. بعد که آقای شهبازی قربانت بروم، چقدر آرامش دارم توی زندگی‌ام.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم بیننده:** خیلی آرامش دارم، خیلی آرامش دارم. فقط می‌نویسم، بلد نیستم که بخوانم.

**آقای شهبازی:** تلویزیونتان را اولاً خاموش کنید، دوماً بفرمایید از کجا زنگ می‌زنید.

**خانم بیننده:** چشم، چشم، الان!

**آقای شهبازی:** آفرین، از کجا زنگ می‌زنید؟

**خانم بیننده:** آقای شهبازی از فولادشهر زنگ می‌زنم.

**آقای شهبازی:** از فولادشهر، خیلی خب، خیلی خب!

**خانم بیننده:** آقای شهبازی الان که ده دوازده سال است برنامه‌تان را گوش می‌کنم. هی می‌نویسم ولی بلد نیستم بخوانم. چون مثلاً کلام کلام می‌خوانم ولی آن‌طوری که مثلاً بخواهم بخوانم بلد نیستم.

ولی خیلی، خیلی، خیلی آرام شده‌ام. دیگر توی خانه غُر نمی‌زنم. خیلی ساکت هستم. دیگر به بچه‌هایم هیچ وقت هیچ چیز نمی‌گویم. از تو یاد گرفتم، گفتید اگر بچه‌هایتان بیایند، نیایند، هیچ احتیاجی به بچه‌هایتان ندارید، فقط پناه ببرید به خدا. دیگر من هم این حرف‌هایتان را گوش کردم. دیگر هیچ انتظاری از بچه‌هایم ندارم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم بیننده:** که فقط بیایند، می‌گویم خوش آمدید، نیامدند پناه می‌برم به خدا.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین، آفرین!

**خانم بیننده:** آقای شهبازی، الهی درد و بلایتان توی سرم، الهی خیر ببینی. الهی هر چیزی از خدا می‌خواهی، خدا به تو بدهد، چقدر آرامش به من دادید. الهی خیر ببینید.



آقای شهبازی: ماشاءالله، آفرین، خواهش می‌کنم!

خانم بیننده: قربانت بروم. آقای شهبازی، فقط آن طوری بلد نیستم که مثلاً خوب مثلاً بنویسم و این‌ها. می‌نویسم  
هی هر روز، ولی آن طوری نیستم که مثلاً بخوانم، بلد نیستم.

آقای شهبازی: خب.

خانم بیننده: ولی هی می‌نویسم، هی می‌نویسم، مثلاً می‌گویم:

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

دیگر این‌ها را یاد گرفته‌ام، دیگر که، از شما یاد گرفتم که:

پس شما خاموش باشید اَنْصِتُوا  
تا زبان‌تان من شوم در گفت و گو  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۶۹۲)

آقای شهبازی: آفرین!

خانم بیننده: این‌ها را فقط یاد گرفتم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم بیننده: آقای شهبازی الهی خیر ببینی، الهی خدا پدر و مادرت را رحمت کند. الهی هر چیز از خدا می‌خواهید،  
خدا به شما بدهد. ما اصلاً انگار یک مرده بودیم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم بیننده:

مرده بدم زنده شدم، گریه بدم خنده شدم  
دولت عشق آمد و من دولت پاینده شدم  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۹۳)

این‌ها را یاد گرفته‌ام.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! چقدر خوب.



**خانم بیننده:** خیلی ممنونم آقای شهبازی، دست شما درد نکند، مزاحمتان نمی‌شوم، الهی خیر ببینید.

**آقای شهبازی:** ممنونم، خیلی زحمت کشیدید، آفرین!

**خانم بیننده:** آقای شهبازی من شوهرم رحمت خدا رفته، می‌توانم مثلاً از این حقوق شوهرم، مثلاً خیرات کنم، از

حساب شوهرم بریزم به حساب شما؟

**آقای شهبازی:** دیگر آن‌ها را من نمی‌دانم. خودتان باید تصمیم بگیرید.

**خانم بیننده:** من خودم تصمیم گرفتم. خودم تصمیم گرفتم که بریزم و قانون جبران خودم هم رعایت می‌کنم.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم، لطف دارید!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم بیننده]

۲۳- خانم مریم از اصفهان

[سلام و احوال‌پرسی خانم مریم و آقای شهبازی]

آقای شهبازی: شما همان مریم قدیم و سابق و معروف.

خانم مریم: بله، بله، بله.

آقای شهبازی: [خنده آقای شهبازی] بله، بله، مریم خانم.

خانم مریم: آقای شهبازی من با همسرم هرچه گرفتیم، شماره را نگرفت، همسرم خوابید، خوابش رفت.

آقای شهبازی: خیلی خب. شما دیگر ماشاءالله با همسرتان، الان هم برنامه را گوش می‌کنند. همسرتان تلفن می‌گیرند برای شما! یک موقعی مخالف بودند. مخالف این بودند که شما برنامه را ببینید.

خانم مریم: بله. حالا هرچه تماس گرفتند، صبح زود هم می‌روند، هرچه گفتم، گفت اگر گرفت حرف می‌زنم. دیگر هرچه ما گرفتیم ایشان خوابش رفت. یک خرئفی هم می‌کنند، دلم نمی‌آید بیدارش کنم.

آقای شهبازی: [خنده آقای شهبازی] خیلی خب. نه دیگر بیدار نکنید. شما صحبت کنید به جایش.

خانم مریم: آقای شهبازی بیتی بود که می‌گفت:

اگر نه عشق شمس‌الدین بُدی در روز و شب ما را

فراغت‌ها کجا بودی ز دام و از سبب ما را؟

بُت شهوت برآوردی، دَمار از ما ز تاب خود

اگر از تابش عشقش، نبودی تاب و تب، ما را

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۱)

آقای شهبازی: آفرین.

خانم مریم: واقعاً اگر عشق شمس‌الدین نبود، این نوری که شما تو خانه ما انداختید، که ما تو ظلمات زندگی می‌کردیم.

[تماس قطع شد.]



۲۴- خانم الهه از تهران

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم الهه]

**خانم الهه:** آقای شهبازی من یک طرحی در مورد مجموع شدن و جمعیت درون نوشتم. می‌خواستم اگر اجازه بدهید بخوانم.

**آقای شهبازی:** بفرمایید، بله.

**خانم الهه:** خیلی ممنونم. در واقع کلِ دردهایی که در زندگی‌مان می‌کشیم، از نداشتن جمعیت درون و مجموع نبودن است. هشیاری خالص ما هزاران جا سرمایه‌گذاری شده، در آرزوهای کوچک و بزرگ من‌ذهنی‌مان، در قضاوت‌ها و مقاومت‌هایمان در برابر رویدادهای زندگی، در ترس‌ها و نگرانی‌ها و همانندگی‌های بسیاری که داریم. تنها کاری که می‌توانیم انجام بدهیم، برای وحدت مجدد و یکپارچه و مجموع شدن، فضاگشایی است. هرچه فضا را بازتر می‌کنیم، بی‌واکنش می‌شویم، زندگی‌مان از همانندگی‌ها و دردهایمان جمع می‌شود و اقرارمان به الست عمیق می‌شود.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم الهه:** ممنونم. احساس امنیت و آرامش درونی پیدا می‌کنیم و مجموع می‌شویم. من مسئول کیفیت هشیاری‌ام هستم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم الهه:** یک چند بیت از غزل ۲۰۲ می‌خواستم بخوانم، از برنامه ۹۸۶ که مرتبط هست با این طرحم.

مجموع چون نباشم در راه، پس ز من  
مجموع چون شوند رفیقانِ باوفا؟

دیوارهای خانه چو مجموع شد به نظم  
آنگاه اهلِ خانه در او جمع شد دلا

چون کیسه جمع نبُود، باشد دریده درز  
پس سیم، جمع چون شود از وی؟ یکی بیا  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰۲)



یعنی هر انسانی وظیفه دارد مجموع باشد و اگر خودش را جمع نکرده باشد از همانیدگی‌ها و به یکتایی نرسیده باشد در راه تکامل، پس دارد می‌گوید من کمک نمی‌کنم به خودم و دیگران. از خودمان سؤال کنیم، آیا من به خودم و دیگران کمک می‌کنم که مجموع باشیم؟ یا دیگران را به تفرقه و من‌ذهنی می‌اندازم؟

**آقای شهبازی: آفرین!**

**خانم الهه:** اهل خانه در صورتی کنار هم می‌توانند جمع بشوند که دیوار دور خانه باشد. حالا خانه همین خانه ما انسان‌ها است. اگر خانه عشق را با نظم بسازیم، همه در این فضای یکتایی می‌توانیم جمع بشویم، وگرنه در تفرقه می‌افتیم و تا نبودی هم پیش می‌رویم. یا اگر کیسه سوراخ باشد، سکه‌های طلا تویش بریزیم، خب این سکه‌ها می‌ریزد. ما هم شخصاً به اندازه دردها و همانیدگی‌هایمان حفره داریم که زندگی‌مان از آن‌جا می‌رود بیرون. هر موقع ما خشمگین می‌شویم، می‌ترسیم یا یک همانیدگی می‌آید مرکزمان، موش دارد زندگی‌مان را می‌دزد. پس ای خدا، بیا به دل‌های ما، بیا به مرکز ما.

استاد، یک چند بیت هم از مثنوی که مرتبط هست با این مجموع بودن، می‌خوانم.

**آقای شهبازی:** بله، بله.

**خانم الهه:** در دفتر چهارم می‌فرمایند که:

**عقل تو قسمت شده بر صد مهم**

**بر هزاران آرزو و طم و رم**

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۸۸)

طم: دریا و آب فراوان

رم: زمین و خاک

(منظور از طم و رم در این‌جا، آرزوهای دنیوی است.)

یعنی آرزوهای کوچک و بزرگ.

**جمع باید کرد اجزا را به عشق**

**تا شوی خوش چون سمرقند و دمشق**

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۸۹)

**جو جوی، چون جمع گردی زاشتبه**

**پس توان زد بر تو سکه پادشاه**

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۲۹۰)



جَوَّو: یک‌جو یک‌جو و ذره‌ذره

یعنی اگر یک‌جو، یک‌جو، ذره‌ذره هشیاریات را از همانیدگی‌ها بگیری و جمعیت درون پیدا کنی، پس عمل تبدیل، در تو صورت گرفته.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم الهه: استاد، یک بیت هم هست از دفتر ششم که می‌فرمایند:

هست جمعیت به صورت‌ها فشار  
جمع معنی خواه، هین از کردگار  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۰۴۴)

فُشار: بیهوده، سخن یاوه

ترس و حس عدم امنیتِ ما از بیرون و جمعیت انسان‌ها، از بین نمی‌رود. باید جمع زندگی را در درون، از خداوند یکتا بخواهیم. چیزی از ذهن به مرکزمان نیاید. و در انتها در دفتر سوم که، استاد این دو بیت را خودم خیلی دوست دارم که می‌گوید:

همچو مستسقی کز آتش سیر نیست  
بر هر آنچه یافتی بالله مه‌ایست  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۶۰)  
بی نهایت حضرتت این بارگاه  
صدر را بگذار صدر تست راه  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۶۱)

مثل انسانی که بیماری استسقا گرفته، یعنی هرچه آب می‌خورد سیر نمی‌شود، تو هرچه فضا را باز می‌کنی و رحمت ایزدی دریافت می‌کنی، نیست، راحت را ادامه بده.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! عالی، عالی! زحمت کشیدید.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم الهه]

۲۵- خانم شهناز از هلند

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم شهناز]

یک متن کوتاه نوشتم آقای شهبازی، در رابطه با «حیرانی».

آقای شهبازی: بله، بله.

خانم شهناز: حیرانی در برابر زندگی برای من یعنی رعایت «انصتوا» و خاموش کردن ذهن، تا نجوای زندگی‌ام شنیده شود. حیرانی یعنی من لحظه‌به‌لحظه اقرار به نمی‌دانم بکنم، اقرار به عجز و جهل خود که من در شب ذهن، رویم زرد و لبم خشک شده و خوب تشخیص نمی‌دهم و نمی‌بینم. اقرار به کشف خود، که در از دست دادن الگوهای شرطی شده، که اگر این‌ها را بیندازم، چگونه با چالش این لحظه روبه‌رو شوم.

حیرانی در من باید منجر به بیکار شدن سر من ذهنی شود. حیرانی یعنی زندگی با قواعد ذهنی من درآورده من پیش نمی‌رود. زندگی نوبه‌نو می‌شود حتی راه‌حل لحظه قبل، به درد چالش این لحظه نمی‌خورد.

آقای شهبازی: آفرین.

خانم شهناز: حیرانی مستلزم اعتماد و توکل کامل به زندگی است که با عدم مقاومت و قضاوت در برابر فرم این لحظه در من تجربه می‌شود. زندگی می‌گوید تو فقط این لحظه مرده باش تا من از طریق تو بیان و شنیده شوم.

## کنون پندار مُردَم آشتی کن که در تسلیم ما چون مردگانیم

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۳۵)

حیرانی مستلزم این است که من این لحظه و هر لحظه، به عجز و جهل خودم اقرار کنم. این که من واقعاً هیچ نمی‌دانم، نمی‌دانم اصیل که باعث دریافت خرد نوبه‌نوی زندگی شود. این که عمیقاً درک کنم که با فکر پشت فکر، فقط از زندگی و اصل خودم فاصله می‌گیرم که حاصلش جز مایوس شدن پی‌درپی نخواهد بود.

حیرانی یعنی این که نترسم که این نظم قلبی پارک ذهنی‌ام، که براساس عقل جزوی من ذهنی چیده شده، هر آن توسط زندگی به هم ریخته شود. حیرانی اصیل که همراه با بیکار شدن عقل من ذهنی است، باعث می‌شود که دیگر تصویر ذهنی که از آدم‌ها و وضعیت‌ها و فرم‌ها ساختم‌ام، همه فروبریزد.

حیرانی یعنی من در این لحظه برای زندگی کردن پُر، به هیچ‌چیز احتیاج ندارم. این که من باید هر لحظه خود اصلی‌ام را صید کنم، همان‌گونه که زندگی هر لحظه خودش می‌شود، یعنی من در هیچ قالب و فرمول هیجانی و ذهنی نباید زاییده شوم. امتداد زندگی در هیچ قالب و باوری نمی‌گنجد. اگر من این لحظه از غیب انرژی زنده



زندگی را می‌گیرم و به این تصویر توهمی تعین می‌بخشم و هر لحظه آن را تعمیر و زنده نگه می‌دارم و در جهت دفاع از این تصویر موهومی و کامل جلوه دادن آن تلاش می‌کنم، یعنی من هنوز طمع زندگی از جهان بیرون دارم.

## او همه عیب تو گیرد تا بپوشد عیب خود تو برو از غیب جان ریزی و می‌دانی چرا؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۷)

زندگی به من می‌گوید کار من ذهنی این است که هر لحظه به تو درد بدهد تا به تو بگوید که باید رهاش کنی، اما تو چرا هر لحظه از غیب در جهت بقای آن می‌کوشی؟

اگر در یک فرم ذهنی و هیجانی، هشیاریات را زندانی می‌کنی، رنگ و بوی آن را پیدا می‌کنی، امتداد زندگی بی رنگ و بو است. اگر چیزهای ذهنی و فرم این لحظه را به مرکزت نیاوری، آن وقت همیشه خودِ اصلیات می‌مانی، محبوس در یک فرم و قالب نمی‌شوی. این که زندگی آرزوی داشتن چیزی را در دل من می‌پروراند اما از طریق دیگری من را به خواسته می‌رساند، یا اصلاً کلاً بی‌مراد می‌کند، یک پیغام دارد که به من بفهماند که زندگی براساس سبب‌سازی ذهنی من جلو نمی‌رود که بدانم عاجزم و یقینم به غیب بیشتر شود.

## تا بدانی عجز خویش و جهل خویش تا شود ایقان تو در غیب، بیش

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۱۹۵)

من اگر هر لحظه تسلیم کن‌فکان باشم، آن وقت تجربه هشیاری در فرم من، تجربه‌ای بی‌درد و جان‌فزا خواهد بود، تجربه‌ای از جنس قلم بودن در دستان خداوند، تجربه‌ای از جنس نوبه‌نو شدن هر لحظه. در این صورت تجربه‌ای از جنس شناسایی زندگی در خود و دیگران می‌شود، تجربه‌ای از جنس خلق صورت‌ها از مرکز عدم می‌شود که این فرم‌ها بی‌درد و خلاقانه است. خیلی ممنون آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** خیلی زیبا، خیلی زیبا خانم شهناز. این را نمی‌دانم، می‌توانید یک ویدئو بکنید یا حالا بفرستید و ما پست کنیم در تلگرام و واتساپ و این‌جور چیزها.

**خانم شهناز:** چشم.

**آقای شهبازی:** خیلی زیبا، آفرین.

**خانم شهناز:** ممنونم از وقتی که به من دادید.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم شهناز]

## ۲۶- خانم مهری از خوزستان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم مهری]

**خانم مهری:** آقای شهبازی من یک، اولاً همین الان بگویم تا عمرم به دنیا باقی است یک معذرت‌خواهی از همه گنج‌حضورها، شما و خدای خودم و آقای مولانا، چون که من چند وقت پیش با شما تماس گرفتم، بعد خیلی از مسائل خودم گفتم، از مشکلات، یک اتفاقی پیش آمده بود و این‌ها، اصلاً حیطة گنج حضور و آن آقای مولانا و حتی [قطع صدا] گفتاری، یعنی «أَنْصِتُوا» را رعایت نکردم، ذهن را خاموش نکردم. این شد تا من تا دو سه روز با خودم کلنجار داشتم، اذیت بودم. گفتم پس اگر من دارم توی چهار ماه گوش می‌کنم، پس چه‌جوری متوجه نشدم [کلمه نامفهوم] با گفته‌های آقای مولانا فرق می‌کند، پس آقای شهبازی چه می‌گوید «أَنْصِتُوا»، «أَنْصِتُوا»، مال همین است که ذهن خاموش بشود.

حالا آقای شهبازی واقعاً واقعاً از این گفته‌های شما توی این چهار ماه زندگی که من دارم الان می‌روم جلو، روزبه‌روز هیجانانگیز که می‌گویید کنترلشان کنید، ولی هیجانانگیز مثبت، شادی، خوشحالی، قبراقتی، سلامتی و این‌که، و من این خانواده‌ای که الان تلفنشان را گوش کردم، یک عزیز اتفاقاتی که برای همسرشان و پسر آن خانواده و خانمی که مشکل قلبی داشت.

**آقای شهبازی:** بله‌بله.

**خانم مهری:** من در حضور آن‌ها واقعاً احساس شرمندگی کردم و یعنی واقعاً گفتم خدایا من چه‌جوری فکر کردم در مورد خودم؟ فکر کردم یعنی الان هزارتا، یک اتفاقاتی برای من افتاده، چطوری من توانستم خودم را فکر کنم که «آه چه شود و چه شده». همین پس ببینید چقدر صبوری! و چقدر من از این همه تلفن‌هایی که می‌شود درس می‌گیرم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم مهری:** آقای شهبازی من همین الان به شما بگویم، من آن سِری یادم رفت بگویم که من واقعاً انگار فقط خواستم درد دل کنم، ولی شرمنده بودم چون عذاب وجدان داشتم، بگذارید راستش را بگویم دیگر، الان ما توی صورت خدای خودمان خب ناظر است دیگر، عذاب وجدان داشتم که چقدر شرک گفتم و چقدر در مورد خودت می‌نشینی، من نشستم همه را روی کاغذ آوردم شعر می‌گویم از رویشان، می‌خوانم چون با آن‌ها [کلمه نامفهوم] چون آرامش را برای خودت می‌خواهی، منفی‌هایش را برای دیگران می‌خواهی.



متوجه شدم من ذهنی وقتی می‌خواهد آدم را گول بزند قشنگ فکر می‌کند که الآن با این کارت عقل کُل شدی، همان پندار کمال می‌آید توی ذهن، همان ناموس می‌آید، همان که فکر می‌کنی الآن دیگر مثلاً او! چه چیزی بلدی چه چیزی بلد نیستی. بعد یک دفعه متوجه می‌شوی ای بابا این‌جا هم داری، این‌جا هم که رفتی با ابیات حضرت مولانا کنار بیایی یعنی خودت را بشناسی، خودشناسی کنی، باز دوباره خودت را گم کردی.

حالا من از شما و از همه گنج حضوری‌ها در حضور خدا و حضرت مولانا عذرخواهی می‌کنم.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.

**خانم مهری:** و متوجه شدم که هیچ چیزی جز آن انرژی مثبتی که به ما می‌دهد و ما می‌توانیم پخش کنیم، هر کلامی که غیر آن باشد سم است.

**آقای شهبازی:** بله‌بله.

**خانم مهری:** و بعد الآن من یک دانه بیت، چند بیت آماده کردم، اجازه می‌دهید من بخوانم؟

**آقای شهبازی:** بله‌بله، بفرمایید، بله.

**خانم مهری:** خواهش می‌کنم.

شَه نوازیدش که هستی یادگار  
کرد او را هم بدین پرسش شکار  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۶۳۷)

از نوازِ شاه، آن زارِ حنید  
در تنِ خود، غیر جان، جانی بدید  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۶۳۸)

در دل خود، دید عالی غلغله  
که نیابد صوفی آن در صد چله  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۶۳۹)

حنید: دل سوخته، داغ دیده

چله: چله

من وقتی این بیت را می‌خواندم متوجه شدم که این‌جا می‌گوید، فکر کنم حالا منظورش با خود ما است، می‌گوید حالا تو هم بنشین شعر را، همان که می‌گفتید مثلاً بنشینیم یک جایی عبادت کنیم، با خدا هم راز و نیاز کنیم،



ولی یک نمازی که خداوند صدها هزار آرامشی را که به شما می‌دهد، چیزی دیگر نمی‌تواند آن آرامش را به شما بدهد.

من با ابیات حضرت مولانا دارم توی این سه چهار ماه، مخصوصاً از آن تایم (وقت: time) که صحبت کردم و گفتم که یک فرزندم را از دست دادم، از آن تایم تا الآن که مرتب دارم می‌خوانم، روزبه‌روز احساسم نسبت به همه، مثبت، قشنگ، و هرچه هم می‌خواهم منفی فکر کنم دوباره می‌نشینم می‌گویم خب دیدی دوباره فضا را بستی، دیدی داری روی خودت فضا را می‌بندی، داری آن انرژی‌های منفی، چون هرچه فضا بسته بشود انرژی منفی به خودمان وارد می‌شود. کسی اذیت نمی‌شود، این من هستم که اذیت می‌شوم. و این‌جا متوجه شدم که واقعاً ابیاتش معجزه می‌کند.

آقای شهبازی: بله.

خانم مهری: و برنامه شما که دیگر آقای شهبازی اصلاً نمی‌شود راجع به آن صحبت کرد چقدر گیرا است. حالا من این بیت‌هایی را هم که می‌گفتم، می‌گفتم هرچه از آدم‌ها می‌گویند در خلوت خودشان با همدیگر نیازی به کسی ندارند، وقتی این را خواندم می‌گفت که

کز همه نومید گشتم ای خدا  
اول و آخرِ تویی و منتها

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۷۳)

اول و آخرِ تویی، ما در میان  
هیچ هیچی که نیاید در بیان

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۰۱)

گفته او را من زبان و چشم تو  
من حواس و من رضا و خشم تو

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۹۳۷)

ما بدانستیم ما این تن نه‌ایم  
از وِرایِ تن، به یزدان می‌زی‌ایم

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۳۴۰)

بعد من وقتی این‌ها را می‌خوانم کلاً نمی‌دانم اصلاً چه‌جوری می‌شوم، الآن واقعاً یعنی یک شوقی دارم که الآن دارم این‌جوری این‌ها را برای شما می‌خوانم شاید هم زیاد از حد باشد، ولی واقعاً چون توی آن انرژی را متوجه می‌شوم.





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

آقای شهبازی: آفرین!

خانم مهري:

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

گر بپرّانیم تیر، آن نی ز ماست  
ما کمان و تیراندازش خداست  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۶۱۶)

این نه جبر، این معنی جباری است  
ذکر جباری، برای زاری است  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۶۱۷)

تیغ در زرادخانه اولیاست  
دیدن ایشان شما را کیمیاست  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۷۱۶)

زرادخانه: کارگاه اسلحه‌سازی

جمله دانایان همین گفته، همین  
هست دانا رَحْمَةً لِلْعَالَمِينَ  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۷۱۷)

«این دانایان برای همه جهانیان رحمت و برکت هستند.»

آنچه گوید نفس تو کاین جا بد است  
مشنوش، چون کار او ضد آمده‌ست  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۲۶۶)



تو خلافت کن که از پیغمبران  
این چنین آمد وصیت در جهان  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۲۶۷)

مشورت در کارها واجب شود  
تا پشیمانی در آخر کم شود  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۲۶۸)

نیست وقت مشورت، هین راه کن  
چون علی تو آه اندر چاه کن  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۳۲)

چون بخواهم کز سرت آهی کنم  
چون علی سر را فرو چاهی کنم  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۰۱۴)

ظلمت چه، به ز ظلمت‌های خلق  
سر نبرد، آن کس که گیرد پای خلق  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۰۰)

قعر چه بگزید هرکه عاقل است  
زان‌که در خلوت، صفاهای دل است  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۲۹۹)

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

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

بی‌خیر: بی‌بهره

این همه را که من این‌جا می‌خوانم آقای شهبازی کلاً متوجه می‌شوم ای بابا این همه‌اش با من بوده! من کجا بودم؟ چرا من فکر می‌کردم دیگری مقصر است؟ مشکل اوست؟ مشکل خودم بودم، خودم سر تا پا مشکلم.



آقای شهبازی: بله.

خانم مه‌ری: چون خودم مشکل بودم فکر می‌کردم، چون با این ابیات خو نداشتم، چون خودشناسی نداشتم.

آقای شهبازی: درست است.

خانم مه‌ری: حالا آقای شهبازی واقعاً همین‌جا وقت شما و گنج حضوری‌ها را نمی‌گیرم فقط الان به شما بگویم ابیاتی که من را زنده کرد و روزبه‌روز دارد من را زنده می‌کند و شاید باورتان نمی‌شود دویست و پنجاه‌تا از این ابیات را من در این چند وقت حفظ کردم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم مه‌ری: آن خدا بالا، از بیتی هست که می‌گوید:

مُرده بُدم، زنده شدم، گریه بُدم خنده شده  
دولتِ عشق آمد و من دولتِ پاینده شدم

دیده سیر است مرا، جان دلیر است مرا  
زهره شیر است مرا، زهره تابنده شدم

گفت که دیوانه نه‌ای، لایق این خانه نه‌ای  
رفتم دیوانه شدم، سلسله بندنده شدم

گفت که سرمست نه‌ای، رُو که ازین دست نه‌ای  
رفتم و سرمست شدم وز طرب آکنده شدم

گفت که تو زیرک‌کی، مست خیالی و شکی  
گول شدم، هول شدم، وز همه برکنده شدم

گفت که تو شمع شدی، قبله این جمع شدی  
جمع نیم، شمع نیم، دود پراکنده شدم

گفت که شیخی و سری، پیشرو و راهبری  
شیخ نیم، پیش نیم، امر تو را بنده شدم



گفت که با بال و پری، من پر و بالت ندهم  
در هوسِ بال و پرش، بی پر و پرکنده شدم

گفت مرا دولت نو، راه مرو، رنجه مشو  
زان که من از لطف و گرم، سوی تو آینده شدم

گفت مرا عشق کهن از بر ما نقل مکن  
گفتم: آری نکنم، ساکن و باشنده شدم  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۹۳)

آقای شهبازی من این‌ها را از حفظ می‌خوانم، که دارم می‌خوانم.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین!

خانم مهری: خواهش می‌کنم، باورتان نمی‌شود من با این‌ها اشک ریختم و حفظ کردم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم مهری: ولی آن تایم (وقت: time) نمی‌دانم چه چیزی توی جان من رفت این من‌ذهنی باعث شد من آن‌جوری  
آن حرف‌ها را بزنم. من با این‌ها دارم، من با این‌ها زنده شدم آقای شهبازی.

وقتی من پنج سال است فرزندم را از دست داده بودم، کلاً با زمین و زمان نه که بگویم، خدا برای من همان  
یکتایی است، ائمه همان است، ولی یک جورهایی مفهوم زندگی را از دست داده بودم. اما الآن با کانال شما با  
ابیات مولانا روزبه‌روز، باورتان می‌شود نمی‌خواهم بگویم این‌ها را بلدم یا می‌خوانم از ترسی که یک وقت دوباره  
نروم در آن حالت سکوت و ساکتی و بد، پرخاشگری و این‌ها، چون واقعاً این‌ها روح به من می‌دهند.

کارهایم را، همیشه فکر می‌کنم کار دارم، همیشه فکر می‌کنم برنامه دارم، همیشه دیگر وقتم پر است، اصلاً نیازی  
به کسی دیگر ندارم، اگر هم می‌خواهم با کسی حال و احوال بکنم، کوتاه و مختصر.

آقای شهبازی: خیلی ممنون. من دیگر با شما خداحافظی کنم، عالی بود صحبتتان.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم مهری]

## ۲۷- خانم گل‌آرا از اهواز

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم گل‌آرا]

**خانم گل‌آرا:** گل‌آرا هستم از اهواز. اجازه دارم این تایم (وقت: time) تماس گرفتم، درست است؟ یک بار زنگ زده بودم، این دفعه دوم است.

**آقای شهبازی:** بله، بله، بفرمایید.

**خانم گل‌آرا:** خیلی هم عالی. دفعه پیش این قدر هول شده بودم و این‌ها، اصلاً یادم رفت تشکر کنم، خیلی خیلی ممنون از تمام زحماتتان و خواستم یک طرحی را حالا، حالا اسمش را گذاشتم یک طرحی که در مورد این است که وقتی قبضی می‌آید، یک سری ابیات نوشتم، یک لحظه ببخشید، یک سری ابیات نوشتم زدم جلوی چشمم که یادم باشد که قبض آمد باید چاره قبض را بکنم، خواستم فقط این‌ها را به اشتراک بگذارم و قطع کنم.

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

**خانم گل‌آرا:**

**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)

کرام: جمع کریم، به معنی بزرگوار، بخشنده، جوانمرد

**در قضا ذوقی همی بینند خاص  
کفرشان آید طلب کردن خلاص**

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۸۲)

**حسن ظنی بر دل ایشان گشود  
که نپوشند از غمی جامه کبود**

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۸۳)



هست مهمان‌خانه این تن ای جوان

هر صباحی ضیف نو آید دوان

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۴)

ضیف: مهمان

هین مگو کین ماند اندر گردنم

که هم اکنون باز پرد در عدم

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۵)

هرچه آید از جهان غیب‌وش  
در دلت ضیفست، او را دار خوش

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۶)

چونکه قبضی آیدت ای راهرو

آن صلاح توست، آتش دل مشو

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۷۳۴)

قبض: گرفتگی، دل‌تنگی و رنج  
آتش‌دل: دل‌سوخته، ناراحت و پریشان‌حال

بی تف آتش نگرده نفس، خوب

تا نشد آهن چو اخگر، هین مکوب

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۶۲۲)

اخگر: آتش

هر بنای کهنه کآبادان کنند

نه که اول کهنه را ویران کنند؟

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۳۵۰)

عاشقان از بی‌مرادی‌های خویش

باخبر گشتند از مولای خویش

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۶)

بی‌مرادی شد قلاووز بهشت  
حُفَّتِ الْجَنَّةُ سَنُو ای خوش سرشت

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)



تیر را مَشْکَن که آن تیر شَهِی است  
نیست پَرِتاوی، ز شَصْتِ آگَهِی است

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۳۰۵)

ما رَمِیتَ اِذ رَمِیتَ گَفتِ حَق  
کار حَق بر کارها دارد سَبَق

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۳۰۶)

خِشَمِ خُود بَشْکَن، تُو مَشْکَن تیر را  
چِشَمِ خِشْمَتِ خُونِ شِمَارْدِ شیر را

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۳۰۷)

بوسه ده بر تیر و، پیش شاه بر  
تیرِ خُونِ آلود از خون تو تر

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۳۰۸)

قضا که تیر حوادث به تو همی انداخت  
تو را کند به عنایت از آن سپس سپری

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۵۶)

همین بود خواستم با شما فقط به اشتراک بگذارم.

آقای شهبازی: عالی، چه بیت‌هایی خانم، آفرین، آفرین!

خانم گل‌آرا: خیلی هم ممنون، باز هم خیلی ممنون از تمام زحماتتان، خوشحال شدم باز توانستم تماس بگیرم.

آقای شهبازی: ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم گل‌آرا]



## ۲۸- آقای محمدرضا از گرگان با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای محمدرضا]

آقای محمدرضا: دیگر داشتم به قولی ما هم دیگر خسته می‌شدیم، هی می‌گرفتم.

آقای شهبازی: ببخشید.

آقای محمدرضا: خط اشغال بود. بله. بعضی‌ها هم دیگر از همان اول یک خرده جلو [صدا ناواضح]. اصلاً وقت را هم خواهشاً رعایت کنید دیگر این بچه‌هایی که پشت خط هستند خیلی آزرده و اذیت می‌شوند، این‌ها وقت را رعایت نمی‌کنند.

استاد من محمدرضا هستم از استان گلستان، گرگان شهر سخن‌گلان. چند روزی هست هی صحبت ورزش و این‌ها می‌کنید می‌خواستم بگویم که من هم ورزشکار هستم.

آقای شهبازی: به‌به!

آقای محمدرضا: ۵۲ سال سنم است. ورزش را از مبتدی شروع کردم، تمام رده‌هایش را در ایران به پایان رساندم، لیگ قهرمانی‌اش و این‌ها را.

آقای شهبازی: به‌به!

آقای محمدرضا: بعدش هم که شدم مسئول ورزش رزمی خودمان که اسمش را نمی‌برم در استان گلستان.

آقای شهبازی: بله بله، آفرین!

آقای محمدرضا: الان هم من ورزش می‌کنم دوباره، کلاس دارم، آموزش می‌دهم. بعد بچه‌هایم هم ورزش می‌کنند. این است که این از داستان ورزش که شما می‌گفتید تبلیغش را می‌کنید می‌خواستم بگویم که آن‌هایی که، شاگردهایی سر کلاس شما می‌نشینند این‌ها ورزشکار هم هستند که این رده‌ها را به‌قول گفتنی طی کرده‌اند.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای محمدرضا: بله استاد. این است که می‌خواستم بگویم که حالا برویم سر اشعار مولانا. مولانا می‌فرماید:

عشقست یکی جانی، دررفته به صد صورت

دیوانه شدم باری من در فن و آیینش

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۲۷)





ما هم استاد چیز شدیم به قولی باید نفس باید بگیریم، آره یک دو سه تا نفس عمیق بکشیم.

**آقای شهبازی:** بفرمایید، بله.

**آقای محمدرضا:** این است که تقریباً من از برنامه ۶۰۲ شروع کردم به نوشتن.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**آقای محمدرضا:** دور و بر من الآن بگویم ده تا سررسید هست، نمی‌دانم من هم سوادم دیپلم هست. بعدش آن چنان ابیاتی در ذهنم نداشتم، اصلاً از بر نبودم. الآن شاید بگویم هزاران، اگر بخواهم بنویسم این‌ها همه را من سر کلاس شما درس گرفتم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**آقای محمدرضا:** استاد از قرین صحبت می‌کردیم، مولانا در اشعارش. می‌خواهم بگویم که اگر قرین بد روی افراد تأثیر می‌گذارد، تأثیر بدی می‌گذارد، قرین خوب هم این است که خیلی تأثیرات بزرگی روی انسان می‌گذارد. یکی مثلاً مثل همین اشعار مولانا که هر بیتش واقعاً زنده‌کننده انسان هست.

این است که من هم از درس‌های مولانا خب بالاخره همانیدگی‌های زیاد. استاد من اول وقت گلایه کردم، وقت من را لطفاً به من پنج دقیقه را بگویید که مشکلی پیش نیاید برای دیگران پشت خط هستند.

**آقای شهبازی:** چشم چشم [خنده آقای شهبازی].

**آقای محمدرضا:** من هم خب در این ورزش گذراندم، این‌ها همانیدگی‌های زیادی داشتیم، تأیید و قهرمانی‌ها و این‌ور و آن‌ور. این‌ها را نمی‌دانستیم واقعاً از درس‌های مولانا که این همانیدگی حساب می‌شود. این است که این همانیدگی‌ها را الآن امروز با آموزش‌های مولانا که شما دارید زحمتش را می‌کشید این‌ها را انداختیم و به قول گفتنی که در مسیر خوبی افتادیم، واقعاً این‌ها را که ما انداختیم احساس آرامش و سبکی می‌کنیم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**آقای محمدرضا:** یک جور بچه‌های من هم استاد همین‌جوری از این اشعار همه‌شان این قرین را می‌دانند، این رنجش را می‌دانند، قضاوت را می‌دانند. این‌ها را من برای همه آن‌ها توضیح می‌دهم این‌ها هم با دل و جان قبول کردند و واقعاً مثل تمام افرادی که الآن دارند می‌گویند اصلاً نمی‌توانم نباید هم بگوییم این زندگی چه‌جوری ۳۶۰ درجه عوض شده.

**آقای شهبازی:** آفرین!



**آقای محمدرضا:** این است که به قول گفتنی در مسیر مولانا هستیم و این روزها یک صحبت در مملکت ما بیشتر هست این است که همه به فکر این هستند که در پی این اخبار نادرست، همه به فکر این هستند که از کشور بروند بیرون.

**آقای شهبازی:** بله.

**آقای محمدرضا:** غافل از این هستند که باید به جای این که شهرشان را عوض کنند، کشورشان را می‌خواهند عوض کنند، باید خودشان را عوض کنند.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**آقای محمدرضا:** مولانا می‌فرماید که

**گر گریزی بر امید راحتی  
ز آن طرف هم پیشت آید آفتی**

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۹۰)

**کنج زندان جهان ناگزیر  
نیست بی پا مُزد و بی دقُّ الحَصیر**

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۹۲)

**آقای شهبازی:** آفرین!

**آقای محمدرضا:** یک بیتش هم بالاترش فراموش کردم که باید قرین ما خداوند باشد، همیشه این خداوند است. می‌گوید:

**والله ار سوراخ موشی در روی**

**مُبتلای گربه چنگالی شوی**

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۹۳)

این است که این‌ها را مردم باید بدانند که همنشینان باید که به قول گفتنی به جای این که جایشان را عوض کنند باید فکرشان عوض بشود، عملشان عوض بشود و عملشان عوض بشود قرینشان خداوند است. استاد من اگر وقتم تمام شده من خدا حافظی می‌کنم.

**آقای شهبازی:** آفرین! شما حالا وقتتان تمام شده، ولی حالا شما یک توصیه‌ای هم به عنوان استاد ورزش به کسانی که ورزش نمی‌کنند بفرمایید که ورزش چه محسناتی دارد، چه مزایایی دارد، چقدر سلامتی می‌آورد، از



خمودگی درمی‌آورد، جلوی اعتیاد را می‌گیرد. این‌ها را هم شما می‌دانید، خواهش می‌کنم بفرمایید از زبان شما بشنوند.

**آقای محمدرضا:** بله استاد ورزش که خب دیگر گفتنش دیگر خب همه. مثلاً شاید این بیت‌های مولانا را کسی تجربه نکرده نمی‌داند چیست، وگرنه ورزش انسان را زنده می‌کند، مرده را زنده می‌کند. ورزش باعث سلامتی می‌شود، ورزش باعث این می‌شود که تو روحت بالاتر برود، نمی‌دانم بدنت دچار بیماری‌ها نشود، در مقابل بیماری‌ها قوی باشد بدن.

این است که هر روز قلبت دیگر، حتی اگر هر مشکلی هم افراد دارند هم من، حالا می‌گویید شما توصیه کن من می‌گویم با این‌ها در کنارش ورزش را هم انجام بدهند.

**آقای شهبازی:** البته.

**آقای محمدرضا:** چون بدنشان قوی بشود در مقابل این امروز که همه بیماری‌ها و نمی‌دانم این‌ها زیاد شده این تنها راهی که انسان بتواند خودش را نجات بدهد غذای خوب و ورزش و اشعار زنده‌کننده مولانا هست.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**آقای محمدرضا:** استاد مولانا می‌فرمایند که

## در جهان هر چیز چیزی جذب کرد

### گرم، گرمی را کشید و سرد، سرد

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۸۱)

**آقای شهبازی:** آفرین!

**آقای محمدرضا:** واقعاً حالا بخواهم صحبت کنم من هم هزاران ساعت می‌توانم استاد صحبت کنم. می‌خواهم بگویم که این مردم چقدر خوش‌شانس هستند که البته این‌هایی که جزو خانواده گنج حضور هستند این است که این گرمی را داشتند که جذب شدند.

**آقای شهبازی:** بله.

**آقای محمدرضا:** عیب و ایرادهایشان کمتر بوده که هی به نوبت آمدند سر این کلاس نشسته‌اند. آن‌های دیگر هم که گوش نمی‌کنند به مرور آن‌ها متوجه می‌شوند، چون تغییر از ما ایجاد می‌شود و در دیگران به وجود می‌آید. این است که وقتی که الان ما یک خانواده شش نفره استاد اصلاً حالا خودمان را یک خرده بیشتر معرفی کردم، گفتن

ندارد که اصلاً ما چه وضعی داریم زندگی می‌کنیم، یعنی مشکلات مالی، این مسائلی که هست اصلاً به این خانواده اثر نمی‌کند.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**آقای محمدرضا:** این بحران‌ها و این گرانی‌ها و این مریضی‌ها و اصلاً این رنجش‌ها و این‌ها دیگر اصلاً افتاده دیگر. دیگر ما که وقتمان هم که تمام شده استاد، این جوال را ما نگاه می‌کنیم داخلش را این رنجش‌ها را ریخته‌ایم پایین دیگر.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**آقای محمدرضا:** من حتی خودم یکی از بزرگ‌ترین ایرادهایی که استاد داشتیم این رنجش را با خودم حمل می‌کردم. این است که دیگر این الآن این رنجش‌ها را

## ورنه خالی کن جوال را ز سنگ بازخر خود را از این بیگار و ننگ

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۵۷۶)

## در جوال آن کُن که می‌باید کشید سوی سلطانان و شاهان رشید

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۵۷۷)

رشید: راهنما، هدایت کننده

این است که ما این مسائل را دیگر باید رعایت کنیم. استاد از ورزش دوباره آمدیم پایین صحبت کردیم وقت دیگران گرفته نشود. این است که ورزش واقعاً زنده‌کننده است. ورزش روحیه، شادابی، سلامتی دیگر هرچه بگویید ورزش به قول گفتنی برای انسان دیگر خوب است. حتی حتی اگر بیماری‌هایی نمی‌دانم سیگار می‌کشند، هر مشکلی دارند اگر کنارش ورزش کنند این بدنشان قوی است به این بیماری‌ها و به این آلودگی‌ها به قول گفتنی دیگر زود تسلیم نمی‌شود این بدن.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**آقای محمدرضا:** استاد من هم دفعه اولم است زنگ زدم، دیگر متنی هم آماده نکردم، از بر گفتم.

**آقای شهبازی: عالی!**



**آقای محمدرضا:** این است که تمام این شعرها را استاد من در شبانه‌روز هم‌ه‌اش در حال مرور کردن هستیم با خودمان.

**آقای شهبازی:** ماشاءالله.

**آقای محمدرضا:** استاد این را هم بگویم که بزرگ‌ترین سرمایه زندگی من الآن این تأیید و تمجید و ورزش و نمی‌دانم خانه و زن و بچه نیست استاد. بزرگ‌ترین ثروت من الآن شده همین آگاهی که از درس‌های مولانا گرفتم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**آقای محمدرضا:** و این آگاهی را در خانواده‌ام هم رواج دادم و دارند استفاده می‌کنند. استاد من وقت دیگران را نمی‌گیرم. ان‌شاءالله دفعه‌های بعد باز صحبت می‌کنم.

**آقای شهبازی:** آفرین، عالی عالی عالی! چقدر خوشحالم زنگ زدید.

**آقای محمدرضا:** خیلی ممنون از شما. بزرگید شما استاد.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای محمدرضا]

**آقای شهبازی:**

خیلی خوب بود. استاد ورزش زنگ زدند، توصیه‌هایشان را هم کردند برای شما. توجه کنید اگر شما جوان هستید، یک موقعی خدا نکرده معتاد شدید یا خموده شدید یا این من‌ذهنی شما را زمین زده، شما با ورزش و با اشعار مولانا فوراً بلند می‌شوید، فوراً ها، یعنی در عرض دو سه ماه می‌آیید این بدن فوراً می‌رسد به سلامتی، چون میل طبیعی‌اش به سلامتی است. به زور با تحمیل ما می‌خواهیم این را خموده کنیم، سست کنیم، گرفتار کنیم آخر با اعتیاد.

خیلی این توهم است که شما می‌خواهید با اعتیاد حالتان را خوب کنید. و شما توی زندان نیستید، بند نیستید. توجه می‌کنید؟ شما جوان هستید. حالا سن بالا باشد باز هم اشکالی ندارد، آدم می‌تواند اعتیادش را در هفتادسالگی با ورزش و با اشعار مولانا زود ترک کند، فوراً از خواب توهم آدم بیدار می‌شود. پنج شش تا بیداری به وجود بیاید بقیه‌اش را خودتان می‌فهمید، می‌فهمید که چه اشتباهی کردید. از اشتباه خودتان خودتان را درمی‌آورید.

۲۹- خانم اکرم از نجف‌آباد اصفهان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم اکرم]

خانم اکرم: سال نو میلادی را می‌خواستم به شما تبریک بگویم.

آقای شهبازی: خیلی ممنون.

خانم اکرم: و خدا قوت، از شما تشکر کنم، از دوستان خوبان که تماس می‌گیرند و این همه پیام‌هایشان برای من راه‌گشاست و من از آن‌ها استفاده می‌کنم تشکر کنم. راستش مطلب خاصی ننوشتم و فقط همین ابیات مولانا که

ننگرم کس را و گر هم بنگرم  
او بهانه باشد و، تو منظرم

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۵۹)

عاشق صنّع توأم در شکر و صبر  
عاشق مصنوع کی باشم چو گبر؟

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۰)

عاشق صنّع خدا بافر بُود  
عاشق مصنوع او کافر بُود

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۱)

منظر: جای نگرستن و نظر انداختن  
شکر و صبر: در این‌جا کنایه از نعمت و بلاست.

گبر: کافر

صنّع: آفرینش

قر: شکوه ایزدی

مصنوع: آفریده، مخلوق

و همین بیتش که می‌فرمایند:

هر لحظه و هر ساعت یک شیوه نو آرد  
شیرین‌تر و نادرتر زان شیوهی پیشینش

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۲۷)

که آقای شهبازی این ابیات بسیار به من کمک کرده و من بسیار برایم راه‌گشا بوده و واقعاً کار کردن خدا را در خودم هر لحظه و هر ساعت می‌بینم و وقتی که واقعاً خدا را می‌بینم چقدر لذت می‌برم از اتفاقاتی که برایم می‌افتد.



از طریق فرزندان، از طریق خواهر، دوست، آشنا، پدر، مادر، هر کسی، خدا دارد روی من کار می‌کند و واقعاً لذت‌بخش است برایم و وقتی که یک لحظه، فقط یک لحظه غافل بشوم چقدر سریع می‌افتم توی ذهن و چقدر قشنگ آن درد و قبض را مشاهده می‌کنم و می‌بینمش و واقعاً از شما تشکر می‌کنم.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.

**خانم اکرم:** خیلی ممنون آقای شهبازی. فقط زنگ زدم که بعد از دو هفته واقعاً از شما تشکر کنم. دور بودیم از شما، ولی همیشه برنامه شما در خانه ما بود و اشعار مولانا زنده است و از آنها استفاده می‌کنیم. قربان شما.

**آقای شهبازی:** عالی، خواهش می‌کنم. لطف فرمودید، پس سلام برسانید و خداحافظی کنم اگر کس دیگری نیست صحبت کند.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم اکرم]

## ۳۰- آقای حسن از هرمزگان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای حسن]

آقای حسن: یک متنی را آماده کرده بودم اگر اجازه بدهید بخوانم.

آقای شهبازی: بفرمایید بله. بفرمایید.

آقای حسن: متوجه شدم که یکی از دلایل عدم پیشرفت من در راه معنوی، عدم درک زنده شدن به حضور است. بله این درست است که عدم رعایت قانون جبران در حجم وسیع من را به وضعیت ذهنی و مادی بدی کشانده‌است، ولی قرار نیست من با گنج حضور زندگی مادی خود را سر و سامان دهم، بلکه باید تلاش بکنم و با شغلم اگرچه سطح پایین و درآمدم اگرچه کم و با وضعیت ذهنی‌ام اگرچه خراب، در حد توانم یک ثبات مادی بسازم و از آن ثبات مادی استفاده کنم تا در زمان باقیمانده عمرم به منظور اصلی‌ام که زنده شدن به حضور است برسم. این موضوع است که خیلی مهم است، حالا این وسط اگر گشایش مادی ایجاد شد یا نشد، در هر صورت یک فرایند فرعی است.

تا گشاید عَقْدَه اشکال را  
در حَدِّث کرده‌ست زرین‌بیل را  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۹)

عَقْدَه را بگشاده گیر ای مُنتَهی  
عقدِهای سخت است بر کیسه تَهِ  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۶۰)

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

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

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





عُقده: گره

حَدَث: مدفوع

مُنْتَهی: به پایان رسیده، کمال یافته

خَس: خار، خاشاک، پست و فرومایه

دلیل دیگری که مانع پیشرفت معنوی من است ماندن در احساس گناه و پشیمانی به خاطر عمر از دست رفته است، این احساس گناه تا جایی مفید بود که من را به برنامه گنج حضور برساند بعد از آن مثل هر همانیده دیگری باید می‌افتاد.

چون قضا آورد حکم خود پدید  
چشم وا شد، تا پشیمانی رسید  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۳۸)

این پشیمانی قضای دیگرست  
این پشیمانی بهل، حق را پرست  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۳۹)

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

نیم عُمَرَت در پریشانی رَوَد  
نیم دیگر در پشیمانی رَوَد  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۴۱)

بِهَل: رها کن، ترک کن

من دردهای زیادی ایجاد کردم و خودم را بیش از حد تخریب کردم و چاره‌ام این است که با تمام توانم در راه زنده شدن به حضور بکوشم. ان شاء الله هرچه خدا بخواهد همان می‌شود.

تو کم از خرسی نمی‌نالی ز درد؟  
خرس رست از درد چون فریاد کرد  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۹۱)

تمام شد آقای شهبازی.

آقای شهبازی: تمام شد؟ آفرین! بله، «خرس رست از درد چون فریاد کرد»، درست است؟



آقای حسن: بله.

آقای شهبازی: «فریاد کرد» بله.

آقای حسن: «خرس رست از درد چون فریاد کرد».

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

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای حسن]

مهربان

### ۳۱- سخنان پایانی آقای شهبازی

خب برنامه تمام شد، پیغام‌های بسیار عالی امروز داشتیم. امیدوارم شما همه را اگر گوش نکردید، گوش بدهید، خوب بشنوید، از دوستانتان یاد بگیرید. می‌بینید که بینندگان خیلی عمیق شده‌اند، نه تنها عمق دارد صحبت‌هایشان بلکه جامع هم هست، یک فضای وسیعی از زندگی شما را می‌پوشاند.

هر پیغامی به شما دانش می‌دهد که خودتان را ببینید، اشکالتان را ببینید، در آن فضای خلوت خودتان دیگر وجدان خودتان را، کلاه خودتان را قاضی کنید، ایراد خودتان را ببینید، اگر دارید، هرچه سریع‌تر رفع کنید که بتوانید از سلطه من‌ذهنی خارج بشوید، که شده‌اید.

و خواهش می‌کنم شکر هم بکنید، یعنی برنامه امروز که پخش شد، هر کسی گوش می‌دهد بگوید خدا را شکر که همچو برنامه‌ای را مردم اجرا کردند، این همه دانش به دست آورده‌اند در این‌جا به شراکت گذاشته‌اند، حسود نبودند، بخشنده بودند، دریافت‌های خودشان را با مردم شریک شدند، کمک کردند. و همان خصلت را که خصلت خداگونه است، شما هم یاد بگیرید، شما هم ببخشید، شما هم پراکنده کنید، بگذارید مردم این‌ها را بشنوند و در زندگی‌شان استفاده کنند.

شما می‌بینید که عرض کردم بیدار شدن مخصوصاً برای جوان‌ها خیلی سریع اتفاق می‌افتد، در حوالی بین سن بیست، حتی چهل، بین این دوتا حالا فرض کنیم سی، انسان قوی است، هشیار است، تیز است، چه مرد باشد چه زن، فوراً می‌گیرد.

خدای نکرده تلقین نکنید که همه چیز را می‌دانم، نگذارید بعد از افتادن و درد کشیدن انسان متوجه بشود، چون هر آفتی یک صدمه‌ای به آدم می‌زند، ممکن است جسمی باشد، ممکن است ذهنی باشد، روحی باشد. قبل از افتادن یا اشتباهات بزرگ کردن ما بیاییم از این برنامه مخصوصاً از طریق تلفن‌ها یاد بگیریم. توجه کنید تلفن‌ها مفید هستند، برای این‌که هر کدام پنج دقیقه یک چیزی را خلاصه می‌گویند و وقت شما را هم نمی‌گیرند. الآن دیگر خوب می‌گویند مردم، مردم، آن می‌گویند لب و لباب مطلبشان را خلاصه می‌کنند و به شما تحویل می‌دهند و شما واقعاً می‌توانید از آن استفاده کنید.

اگر بعضی پیغام‌ها می‌بینید خیلی مفید است، این‌ها را دانلود کنید و آن تکه را خیلی گوش بدهید، بنویسید. بعضی از بینندگان ما توجه کنید ده سال است روی خودشان کار می‌کنند، ده سال است، خب این‌ها آدم‌های باهوشی هستند. ده سال یک نفر یک چیزی را یاد گرفته، خلاصه کرده به شما می‌دهد، شما با کمال میل و سپاس بگیرید و در زندگی‌تان مجاناً استفاده کنید.

[خداحافظی آقای شهبازی]

◆ ◆ ◆ پایان بخش سوم ◆ ◆ ◆