



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

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۹۵)

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

(پرویز شهبازی، برنامه گنج حضور شماره ۹۰۷)

☎☎☎ متن کامل پیام‌های بینندگان برنامه ویژه پیام‌های تلفنی ۱-۹۱۹ ☎☎☎

اجرا: آقای پرویز شهبازی

تاریخ اجرا: ۱۳ خرداد ۱۴۰۱

برنامه ۱-۹۱۹ گنج حضور

اجرا: پرویز شهبازی

تاریخ اجرا:

۳ ژوئن ۲۰۲۲ - ۱۳ خرداد ۱۴۰۱

Personal Telegram

تلگرام شخصی آقای شهبازی

001 818 970 3345

برنامه ۱-۹۱۹
بخش اول
برنامه ویژه پیغام‌های تلفنی



Studio : 001 747 7779617

Parviz Shahbazi

کلام
حضور



ردیف	پیام دهنده	صفحه
۱	خانم فرزانه همراه با سخنان آقای شهبازی	۵
۲	خانم طاووس از تهران	۹
۳	خانم زهره از اصفهان	۱۲
۴	آقای فرشاد از خوزستان	۱۳
۵	خانم مرجان از استرالیا همراه با سخنان آقای شهبازی	۱۵
۶	آقای باقر از دالاس همراه با سخنان آقای شهبازی	۲۳
۷	خانم زهره از کانادا همراه با سخنان آقای شهبازی	۲۷
۸	خانم سارا از آلمان	۳۲
۹	خواهر خانم سارا از آلمان	۳۵
۱۰	آقای علی از دانمارک	۳۸
۱۱	خانم زرین از زرین شهر اصفهان	۴۲
۱۲	خانم تیارا از زرین شهر اصفهان	۴۴
۱۳	خانم دینا از ونکوور	۴۵
۱۴	خانم نسترن از اصفهان همراه با سخنان آقای شهبازی	۴۸
۱۵	خانم سهیلا از اصفهان	۵۲
۱۶	خانم لادن از کانادا	۵۴
۱۷	خانم ریحانه از استرالیا همراه با سخنان آقای شهبازی	۵۸
۱۸	خانم پرینسا از کانادا همراه با سخنان آقای شهبازی	۶۰
۱۹	آقای پویا از آلمان همراه با سخنان آقای شهبازی	۶۷
۲۰	سخنان آقای شهبازی پیرامون طلب و ضد طلب	۷۲
۲۱	خانم یلدا از تهران	۷۳
۲۲	خانم الناز از ایتالیا	۷۶
۲۳	خانم پروین از استان مرکزی	۸۰



ردیف	پیام دهنده	صفحه
۲۴	آقای منصور از استان مرکزی	۸۶
۲۵	خانم سعیده از ونکوور همراه با سخنان آقای شهبازی	۸۷
۲۶	خانم مریم از فولادشهر اصفهان	۹۱
۲۷	آقای صادق از ایلام همراه با سخنان آقای شهبازی	۹۳
۲۸	خانم پروین از اصفهان	۱۰۰
۲۹	خانم زینب از بروجن همراه با سخنان آقای شهبازی	۱۰۲
۳۰	خانم بیننده از آلمان همراه با سخنان آقای شهبازی	۱۰۴
۳۱	خانم هنگامه از رشت همراه با سخنان آقای شهبازی	۱۰۸
۳۲	خانم نازنین از هرمزگان	۱۱۱
۳۳	خانم فائزه همراه با سخنان آقای شهبازی	۱۱۲
۳۴	خانم نرگس از نروژ	۱۲۲
۳۵	خانم فاطمه از آمریکا	۱۲۵

۱- خانم فرزانه همراه با سخنان آقای شهبازی

جناب مولانا به ما می‌گویند هر انسان را خدا از ذات خود تسلی داده‌است و این تسلی بدان معنا نیست که حالا بیا هر آنچه که می‌خواهی را از خدا بخواه و بگیر و به‌واسطه آن تسلی و آرامش پیدا کن. چراکه اصل زندگی می‌گوید بیا خودت زندگی و بی‌نهایت را در خود شناسایی کن که تو همین هستی در این صورت می‌بینیم که از حالت ترس‌های مختلف و اعمال دستورات من‌ذهنی گذشته‌ایم و جناب مولانا می‌گوید تو الآن کجای کار هستی که هنوز درگیر من‌ذهنی هستی؟ در بیت ۱۷۴۱ و ۱۷۴۲ از دفتر سوم، جناب مولانا دارند که:

پا و زانواش نلرزد هر دمی
رو تُرش کی دارد او از هر غمی؟

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۷۴۱)

خیز فرعوناً که ما آن نیستیم
که به هر بانگی و، غولی بیستیم

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۷۴۲)

هر آن‌که زندگی را در خود شناسایی کرد از هر از دست‌دادن من‌ذهنی و به‌هم ریختگی پارک ذهنی نمی‌لرزد و غمگین نمی‌شود چراکه تسلیم کارِ قضا و کُن‌فکان است ولی حالا عدم تسلیم و عدم رضایت ما و در نتیجه فضاگشایی نکردنمان کار من‌ذهنی است که مساوی می‌شود با عمل‌کرد ما به‌عنوان من‌ذهنی که همان عمل فرعون کوچک است.

نفس و شیطان هر دو یک تن بوده‌اند

در دو صورت خویش را بنموده‌اند

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۳)

در بیت داریم که می‌گوید:

«خیز فرعوناً»، به ما می‌گوید از زیر نفوذ و سلطه شیطان بودن استعفا بده. تا قبل از آشنایی با ابیات جناب مولانا هیچ‌گاه نمی‌دیدم که شیطان است که در مرکز در حال کارکردن است و حالا نشان داده شده که من‌ذهنی و دستورات ذهن و شیطان یکی هستند.

در جایی دیگر جناب مولانا دارند که:



موسی و فرعون در هستی توست باید این دو خصم را در خویش جست (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۲۵۳)

پس ساخت فرعون و دشمنی با خدا از درون خودمان ریشه گرفته است. و حالا من چگونه حکم‌های فرعون را عملی می‌کنم؟

۱- کار شیطان چیست؟ «أنا خیرُ منه»، من برتر هستم و در نتیجه ندیدن خدا و زندگی در دیگران و بعد هم مقایسه و حسادت. با ندیدن زندگی این لحظه و تسلیم گن‌فکان نشدن یا همان دست به من می‌دانم زدن و طرح زندگی را رد کردن و در نتیجه می‌شود فضاگشایی نکردن و سجده نکردن به زندگی در این لحظه و خداگونگی دیگران که بله من از جنس تو هستم.

۲- کنترل انسان‌ها و مدیریت آن‌ها به‌جای کنترل و مدیریت ذهن خود

۳- زمانی که من درگیر محدودیت‌اندیشی و عدداندیشی و قضاوت‌ها هستم پس قطعاً شیطان درون من با این اوضاع از روشن شدن شمع دیگران هم خوشش نمی‌آید.

ز آنکه هر بدبخت خرم سوخته می نخواهد شمع کس افروخته (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۶۷۹)

هین کمالی دست آور تا تو هم از کمال دیگران نفتی به غم (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۶۸۰)

مر تو را مشغولی بخشد درون که نپردازی از آن سوی برون (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۶۸۲)

چراکه می‌ترسد. این بدان معناست که من نمی‌خواهم خدا آشکار شود و ارتعاش دیگران هم بر مرکز من اثر بگذارد. اگر این لحظه از جنس فضای گشوده‌شده نیستم پس قطعاً مأموریت دیگری پیدا کرده‌ام که آن زیر نفوذ بودن شیطان است و این همان رد کردن فرصت یکی شدنمان با زندگیست.



آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین آفرین. خانم فرزانه شما که این چیزها را بلدید و عمل می‌کنید، به نظر شما یادگیری این چیزهایی که شما یاد گرفتید سخت است، برای سن و سال شما؟

خانم فرزانه: نه استاد سخت نیست، فقط یک لحظه توجه می‌خواهد.

آقای شهبازی: خوب آن شرایطی که لازم است جوانانی مثل شما به این دانش توجه کنند و واقعاً زندگی‌شان را هرچه زودتر از دست من‌ذهنی رها کنند، چه هست؟ پیشنهادات شما چیست؟

خانم فرزانه: استاد خوب توجه کنیم به این‌که جنس‌مان چه است، این‌که فقط محدود به همین فکری که الآن می‌بینیم نیستیم، در زندگی محدود به همین چیزهایی که احساس می‌کنیم دورمان هست، توجه خواستن، تأیید خواستن، عینک‌هایی که زدیم به چشمان، این‌ها نیست، خیلی فراتر از این است، شناسایی خودمان است، یعنی در واقع این‌که خودمان را بشناسیم که چه کسی هستیم و اصلاً این محدود به هر چیزی که فکر می‌کنیم، هر ذهنیتی که فکر می‌کنیم نیستیم و آمدیم که یک کار دیگری انجام بدهیم.

آقای شهبازی: آفرین، خوب چکار باید بکنیم ما که جوانان بیشتری در سن و سال شما توجه کنند به این دانش حیاتی؟

خانم فرزانه: استاد خوب باید به ابیات جناب مولانا توجه کنیم، گوش کنیم، این‌که شناسایی کنیم بزرگان را که چه دارند به ما می‌گویند، یعنی باید یک اصلی را برای خودمان الآن پیدا کنیم، الآن یعنی دیگر، آخر دوره‌ای نیست که بی‌کار باشی، بی‌کار نسبت به چیزی که الآن هستی، یعنی اگر که من واقعاً به دنیا آمدم، پس ببینم این علتش چه بوده که من آمدم، آخر همین‌جوری که این‌جا نیستیم، پس یک دلیلی داشته، یک ریشه‌ای داشته، آن باید پیدا بشود و توجه بشود به ابیات جناب مولانا. صددرصد هر چیزی که جناب مولانا می‌گوید، هر چیزی که در برنامه گنج حضور هست خیلی جدی است و بیهوده نیست. هیچ‌کدام از ابیات جناب مولانا بی‌دلیل و بدون این نیست که بخواهی به آن‌ها توجهی نکنی.

استاد من دوسه روز پیش در اتوبوس بودم، داشتم برمی‌گشتم از سرِ کار خانه، بعد یک خانمی آمدند سوار شدند، یک بچه خیلی کوچک و دوساله داشتند، بعد اصلاً نمی‌توانست که صحبت هم بکند. در اتوبوس محکم خورد به‌هم، بچه گفت که من ترسیدم. یک لحظه نگاه کردم خوب اصلاً خیلی کوچک بود، دو سالش بود، بعد به او گفتم مگر تو می‌دانی ترس چیست؟ که می‌گویی ترسیدم. خوب باز هم نمی‌دانست که من الآن چه دارم به او



می‌گویم، فقط یک‌کمی نگاه کرد. بعد مادرش گفت که او را برده‌ام شهربازی، سوار ماشین شده گریه کرده، دیگر انگار این‌جا مادرش به او گفته ترسیدی، او یاد گرفته بود.

و این‌که از بچگی یک‌سری ذهنیت‌ها را یادمان داده‌اند، یک‌سری از ذهنیت‌ها یعنی هیچ، اصلاً نمی‌دانستیم که ترس چیست، ولی خوب ذهنیت برایمان ساخته شد و همین‌طور الآن هرکسی که اطرافمان باشد و ارتعاش عشقی به ما بدهد، صددرصد این ریشه در ما جوانه می‌زند و همین‌طور همه بچه‌ها و همه جوان‌ها اگر که یک پیشه عشقی، همین‌طور شما، جناب مولانا، برنامه گنج حضور این ارتعاش را می‌دهد به انسان‌ها. فقط توجه می‌خواهد، وقت گذاشتن و کار می‌خواهد.



خلاصه ابیات غزل ۱۳۳۲ از برنامه ۹۱۸ گنج حضور

**توبه سفر گیرد با پای لنگ
صبر فرو افتد در چاه تنگ**
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۳۲)

ما انسان‌ها با حکم قضای الهی و طرح زندگی در سفر تکامل هشیاری قرار داریم. در این مسیر با ساختن تصاویر ذهنی از چیزها، باورها و دردها هم‌هویت شدن با آن‌ها و جدی گرفتن اتفاقات و همانندگی‌های مرکزمان در رحیم ذهن زندانی شده‌ایم و چاره‌ای جز بازگشت به جایگاه اصلی خودمان که همان عدم هست را نداریم.

ولی این کار با توبه سست و ردّوآل‌عادوی من‌ذهنی ممکن نیست. پس توبه من‌ذهنی با پای لنگ و نارساست، ولی توبه واقعی که با برگشت و کندن از همانندگی‌هایمان همراه است نجات دهنده است.

**توبه کن، بیزار شو از هر عدو
کو ندارد آب کوثر در کدو**
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۳۴)

صبر فرو افتد در چاه تنگ
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۳۲)

صبر من‌ذهنی هم نوعی تحمل بدون رضایت است که چون چاه تنگی است که اقامت در آن سختی و فشار دارد، درحالی‌که صبوری که از فضاگشایی مرکز ما به‌وجود می‌آید در باطنش شکر و رضایت دارد که این صبر کارساز است و ما را برخوردار از خرد کل می‌کند.

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

**حزم کن از خورد، کین زهرین گیاست
حزم کردن زور و نور انبیاست**
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۴)



جز من و ساقی بنماند کسی چون کند آن چنگ ترنگاترنگ

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۳۲)

وقتی اقامت ما در ذهن طولانی می‌شود در نتیجه دردها به ما هجوم می‌آورند. و با این‌که تمام چاره‌جویی‌های عقل جزوی خودمان را به‌کار می‌بندیم روز به روز اوضاع بدتر می‌شود. و دچار بی‌چارگی و درماندگی و ناامیدی می‌شویم. و تازه این‌جاست که می‌فهمیم که وقت آن رسیده که روزنی از این زندان تاریک وحشتناک به‌سوی نور هشیاری و یکتایی این لحظه ابدی و ازلی باز کنیم. و زمانی‌که صدای ساز خوش‌نوا ی حضور نواخته می‌شود و همانندگی‌های مرکز ما فرو ریخته و این فضای گشوده شده جایی می‌شود برای خلوت من و ساقی که عطا کننده شراب زندگی است و با او یکی می‌شویم.

همه را بیازمودم، ز تو خوشترم نیامد
چو فروشدم به دریا، چو تو گوهرم نیامد

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۷۰)

سر خنبا گشادم، ز هزار خم چشیدم
چو شراب سرکش تو به لب و سرم نیامد

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۷۰)

عقل چو این دید، برون جست و رفت
با دل دیوانه که کرده‌ست چنگ؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۳۲)

عقل من ذهنی وقتی می‌بیند که صاحب اصلی مرکز ما بر وجود ما حکم‌فرمانی می‌کند و ما به جنس اولیة خودمان که همان عشق است تبدیل شده‌ایم دیگر می‌رود و آن‌وقت این دل عاشق شده شیدا که در آغوش امن و پرمهر عشق الهی قرار گرفته، بدون هیچ مزاحم و ستیزه‌ای در آسایش می‌تپد.

حیلت رها کن عاشقا، دیوانه شو دیوانه شو
و اندر دل آتش درآ پروانه شو پروانه شو

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱۳۱)



صدر خرابات کسی را بُود کو رهد از صدر و ز نام و ز ننگ (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۳۲)

انسانی که طالب تبدیل از هشیاری جسمی به هشیاری حضور است و جهد و همت بلند دارد تا به صدر مرتبه الهی خود برسد باید از ناموس بدلی و آبروی ساختگی من‌ذهنی خود را خلاص کرده باشد. و اگر در قالب‌های مرسوم و معمول من‌های ذهنی قرار نگرفت و مورد پذیرش آن‌ها نبود و حتی او را طرد کردند نباید اهمیتی بدهد چرا که او وجود خودش را کارگاه خداوند کرده تا زندگی از طریق قانون قضا و کُن‌فکانش روی او کار کند و از همانیدگی‌ها آزادش گرداند و این جمله را در برنامه فرمودید که فضای‌گشوده شده توسط ما کارگاه خداوند می‌شود.

کارگاهِ صنَعِ حق چون نیستی است پس برون کارگه بی‌قیمتی است (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۶۹۰)

۳- خانم زهره از اصفهان

این روزهایی که دارد می‌گذرد و اتفاق‌هایی که برایم می‌افتد را مشاهده می‌کنم، با روزهای قبل از دیدن برنامه گنج حضور و خدا را شکر می‌کنم و خوشحالم و سپاسگزار شما و جناب مولانا. چقدر آدم می‌تواند دیدش نسبت به زندگی عوض بشود. چقدر می‌تواند آرامش داشته باشد. از وقتی که به دنیا آمدم و بزرگ شدیم که با یک پدر و مادر معنوی بزرگ نشدیم، ما با آموزه‌های پدر، مادری که خودشان هم با من‌های ذهنی بزرگ شده بودند، تربیت شدیم. تربیت ما براساس داشته‌های من‌ذهنی بود.

به ما یاد داده بودند که باید برای همه‌چیز جنگید، همه‌چیز مال ما است. از بچگی عروسک من، اسباب‌بازی‌های من. بزرگ شدیم شوهر من، بچه من، خانه من، پول من، کلاً همه‌چیز مال من، ولی جناب مولانا به ما یاد داد هرچیزی که من دارد یک بت حساب می‌شود و خدا یا زندگی این بت را می‌شکند و نمی‌گذارد که بت پرست بشوی. آمدی به این جهان که یکتا پرست باشی نه بت پرست. وقتی می‌گویم، می‌گویم بچه من، یعنی از بچه‌ام یک بت درست کردم می‌گویم که این مال من است.

جناب مولانا به ما یاد داد که آن کسی که می‌گویم بچه من است، آن یک بی‌نهایت است و وصل است به زمین زندگی، یک زندگی جدایی دارد. جناب مولانا و شما عزیز بزرگوار به ما یاد دادید که هرگز برای چیزی نجنگ، فقط باید فضا را باز کنی، خاموش باشی. باید فقط روی خودت کار کنی. هیچ کسی مقصر کارهای تو نیست، هر اشتباهی که داری باید قبول کنی، مسئولیت کارهای خود را قبول کنی. هرچیزی هست درون خودت است، زشت، زیبا، خوب، بد، راست، دروغ، خودم را باید درست کنم تا جهانم درست بشود. اشتباهات برای خوشبخت کردن یا بدبخت کردن ما نیفتاده، اتفاقات می‌افتند تا ما را از خواب غفلت بیدار کنند. وقتی اتفاقی را با ذهن تعبیر و تفسیر می‌کنی، یعنی این که داری می‌جنگی با زندگی. جناب مولانا به ما یاد داد که زندگی را باید بدون ذهن ببینی، نه با ذهن و در آخر بیت طلایی جناب مولانا

گفت پیغمبر که جَنَّت از اله
گر همی خواهی، ز کس چیزی نخواه
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۳)
چون نخواهی، من کفیلیم مر تو را
جَنَّتُ الْمَأْوَى و دیدارِ خدا
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۴)

۴- آقا فرشاد از خوزستان

«درد ممنوع»

قبلاً ساعت دو ظهر از خواب بیدار می‌شدیم، یک نفر صبح زود بیدار می‌شد و برای ما غذا آماده می‌کرد. ما بعد از استراحت کافی که بلند می‌شدیم، شروع می‌کردیم به سروصدا کردن و عصبانیت و اوقات تلخی کردن، که این غذا خوب نیست یا فلان اشکال را دارد و درد درست می‌کردیم.

برای چه چیزی ایجاد درد می‌کردیم؟ برای غذا. یعنی غذا پیش ما خیلی مهم بود و ارزش این را داشت که برایش درد ایجاد کنیم. اصلاً عادی بود برای ما درد درست کردن.

ما نمی‌دانستیم که این درد مثل زهرمار است. ما نمی‌دانستیم که اگر از گرسنگی می‌مردیم بهتر از این بود که درد ایجاد کنیم. ما نمی‌دانستیم درد فلج‌کننده است. ما نمی‌دانستیم که هیچ‌چیز ارزش این را ندارد که بیاید مرکز ما.

مثال دیگر:

خیلی برنامه‌ریزی می‌کنیم که برویم مسافرت یا تفریح. خیلی زحمت می‌کشیم و همه وسایل را آماده می‌کنیم. خلاصه می‌رویم مسافرت و در آنجا یک نفر اوقات تلخی و درد ایجاد می‌کند و مسافرت زهرمار می‌شود برای همه و همه دوست دارند برگردند خانه. ما نمی‌دانستیم که مشکل ما مسافرت نیست، بلکه همین درد و درد درست کردن است.

مثال دیگر:

با فامیل‌ها می‌رویم بیرون و همه جمع شده‌اند. یک‌دفعه یک نفر روی بچه‌اش داد می‌زند و اوقات تلخی درمی‌آورد. فوراً تا پنج شش دقیقه هیچ‌کس هیچ حرفی نمی‌زند. چرا؟ چون سم پخش شده، درد پخش شده.

سال اولی که رفتم دانشگاه، در خوابگاه به‌صورت تصادفی در اتاق‌های چهار نفره تقسیم شدیم. بعد از یکی دو ماه، با یکی از هم‌اتاقی‌هایم بحث شد و از او کینه گرفتم. دیگر نمی‌توانستم در آن اتاق بمانم و شب‌ها برای خواب به اتاق تی‌وی می‌رفتم و سرما را تحمل می‌کردم ولی آن اتاق نمی‌رفتم. چرا؟ چون آن اتاق باعث می‌شد درد من بالا بیاید و درد فلج می‌کند آدم را.



حالا تصور کنید یک خانواده را که فضای آن پر از درد است. زن و مرد از هم کینه دارند و فرزندان هم پر از درد بار آمده‌اند. این خانواده پر از توقع است. زندگی در این خانواده زهرمار می‌شود و آدم هزار جور بلا و بدبختی و مریضی می‌گیرد و آرزوی مرگ می‌کند. درد، ریشه‌کن است.

بنابراین «درد ممنوع». در خانواده درد ممنوع. هرکسی هر اشتباهی می‌کند و یا هر ضرری می‌زند، ما به هیچ وجه حق ایجاد درد نداریم. هیچ دلیل و توجیهی برای ایجاد درد نیست و اما و اگر هم ندارد. اگر یک نفر درد درست می‌کند و سرکه پخش می‌کند، بقیه باید سریع فضاگشایی کنند و عسل پخش کنند.

چونکه سرکه سرگی افزون کند

پس شکر را واجب افزونی بود

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۷)

ما موقع ازدواج، با خود می‌گوییم که آیا طرف مقابل پول‌دار و زرنگ هست؟ نمی‌پرسیم که آیا طرف مقابل پر از درد هست یا نه؟ اگر میلیاردها پول باشد، درد آن را زهرمار می‌کند. هرچیزی را که با ایجاد دردهای زیاد به دست می‌آوریم و با خود فکر می‌کنیم چیزی شکار کرده‌ایم، آن چیز زهرمار است. مولانا می‌گوید:

یا تو پنداری که تو نان می‌خوری

زهر مار و کاهش جان می‌خوری

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۴۵۷)

بنابراین زندگی با درد، جهنم است. باید توجه کنیم که دردها، علائم و اثرات بیماری همانندگی هستند. یعنی ما نمی‌توانیم بگوییم من ذهنی را نگه می‌دارم ولی قول می‌دهم درد درست نکنم، این امکان ندارد. باید برگردیم و ریشه مشکل یعنی همانندگی‌ها را شناسایی کنیم و بیندازیم. هر کاری، هر رابطه‌ای، هر حرفی با من‌ذهنی به درد منجر می‌شود.

آقای شهبازی: خیلی خوب، عالی عالی آقا فرهاد، چشم چشم ما درد ایجاد نمی‌کنیم، پس در مسافرت هم درد

ممنوع! درست است؟

آقای فرهاد: کلاً درد ممنوع!

۵- پیام خانم مرجان از استرالیا همراه با سخنان آقای شهبازی

خانم مرجان: جناب شهبازی مطلبی به اسم زندگی زنده با یاران معنوی نوشته‌ام.

آقای شهبازی: اول آن سه بیت را یادتان است بخوانید؟ «همچو مستی کو جنایت‌ها کند». این‌ها، بیت‌های خوبی هستند که شما برای ما می‌خوانید. یادتان است؟

خانم مرجان:

همچو مستی، کو جنایت‌ها کند
گوید او: معذور بودم من ز خود
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۵)

گویدش لیکن سبب ای زشتکار
از تو بُد در رفتن آن اختیار
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۶)

بیخودی نآمد به خود، توش خواندی
اختیارت خود نشد، توش راندی
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۷)

آقای شهبازی:

آفرین! پس می‌گوید: من ذهنی که هم‌هویت شده است با چیزهای این جهانی، مانند مستی است که قدم‌به‌قدم به قول آقای فرشاد درد ایجاد می‌کند، جنایت می‌کند، می‌گوید که عذر من خواسته است، برای این‌که مست هستم.

ولی آن خردمند به او چه می‌گوید؟

گویدش لیکن سبب ای زشتکار
از تو بُد در رفتن آن اختیار
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۶)

سبب آن خودت بوده‌ای. این‌که اختیارت از دست رفت. می‌توانستی شراب نخوری و این جنایت را نکنی. ما هم می‌توانیم شراب دنیا را نخوریم، شراب غرور و خودخواهی و آن خوشی‌هایی که از همانندگی‌ها می‌آید، تأیید و



توجه و قدردانی و ... که از مردم می‌آید، این‌ها را نخواهیم که مست آن‌ها بشویم. درست است؟ این‌طوری می‌گویید شما؟

خانم مرجان: بله کاملاً درست است.

آقای شهبازی: آن شراب‌ها را بخوریم جنابت می‌کنیم، بعد می‌گوییم معذرت می‌خواهم من خودم نبودم که! این مشروب، این حواس پرتی من این کار را کرده است.

به قول آقای فرشاد که می‌گفت: در خانواده ما درد ایجاد می‌کنیم، بعد می‌گوییم از بیرون من آدمم فلانی من را عصبانی کرده بود. این قابل قبول نیست. مولانا می‌گوید: این از تو بود، ای زشتکار، رفتن آن اختیار.

بیت آخر چه می‌گفت؟

خانم مرجان:

بیخودی نآمد به خود، توش خواندی اختیارت خود نشد، توش راندی (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۷)

آقای شهبازی: معنی کنید.

خانم مرجان: این‌که آن حالت بیخودی، یعنی از خود بیخود شدن، خودبه‌خود نیامد. تو بودی که آن را به خودت خواندی.

آقای شهبازی: مست شدن، مستی بیخودی نیامد، خودبه‌خود نیامده است. تو به خودت خوانده‌ای. این مصیبت‌ها و بلاها و دردها و مسئله‌ها را ما به خودمان جذب می‌کنیم. آن‌ها که پا ندارند به سوی ما بیایند. اختیار تو نیز خودش نرفته است. تو با لگد از خودت راندی. می‌خواستی نرانی.

خیلی ممنون که این را می‌خوانید. هر دفعه که شما می‌آید، این را باید برای ما بخوانید و ما یادمان می‌آید که ما مست دنیا هستیم و داریم جنایت می‌کنیم و تندتند نیز می‌گوییم به ما مربوط نیست، اثر این مستی دنیاست.

خوب بفرمایید.



خانم مرجان:

زندگی زنده با یاران معنوی

ارتعاش شما از طریق قرین روی من اثر دارد.

ماه پیش، در این فکر فرو رفتم که اگر آن فرد دو هزار دلار پولی که از من قرض گرفت را تا یک ماه دیگر پس نداد، از او شکایت کنم. یا نه، با او تماس بگیرم و صحبت کنم. ولی می‌ترسم خشمم بالا بیاید. شاید هم از طریق یک وکیل اقدام کنم. این افکار به هیجان تبدیل شد. عصبانی شدم. دلم می‌خواست سر به تنش نباشد.

ناگهان صدای آقای فرشاد با این بیت در گوشم پیچید:

**اگر خواب آیدم امشب، سزای ریش خود بیند
به جای مفرش و بالین همه مُشت و لگد بیند**
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۸۲)

به خود آمدم و دیدم که یک ساعت گذشته و من به‌جای خواب راحت، به خواب ناخوش ذهن فرورفته بودم. همان شب اتفاق را پذیرفتم. آن افکار را که در خواب ذهن به من القا می‌شد عملی نکردم؛ چراکه رفتارهای پیش‌ساخته ذهن سزایی جز مُشت و لگد ندارد.

در عوض، بار را به زندگی سپردم و راحت خوابیدم. فردای آن روز، نیرویی مرا در فضای آرامش و حس امنیت هدایت می‌کرد. به او پیامی دادم و فقط یادآوری کردم. کاملاً واقف بودم که تحت هدایت زندگی عمل می‌کنم، نه رفتاری از پیش تعیین شده. دو روز بعد، آن فرد پول را به حسابم واریز کرد. البته نصف آن را، به گمانم نصفه‌نیمه فضاگشایی کرده بودم!

دو روز پیش برای انجام کارهایم باید در ساعت ترافیک و شلوغی رانندگی می‌کردم. به نظر می‌رسید که رانندگان سیدنی، آن روز با من سر جنگ داشتند. یکی بوق می‌زد، یکی جلوی ماشینم ویراژ می‌رفت، یکی در حرکتی خطرناک از من سبقت گرفت. ناگهان خنده‌ام گرفت. صدای مهربان پریسا به من یادآور شد که، این‌ها همه شوخی زندگی است. ولی یادت نرود که چه چیز جدی‌ست. در همین لحظه، کار حیاتی تو فضاگشایی است.



یار در آخر زمان کرد طرب سازی باطن او جدّ جد، ظاهر او بازی (مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۱۳)

در حال نگاه کردن به منوی رستوران بودم. خیلی گرسنه بودم. حرص داشتم که بیش از اندازه نیازم سفارش بدهم. یعنی هرچه بیشتر بهتر. ناگهان صدای آقای صادق عزیز با لهجه آشنای شیرین در گوشم پیچید:

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

سپس در حال خوردن غذا باز یاد نصف پولم افتادم که ایشان گفتند:

رها کن ماجرا را ای یگانه! (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۳۴۶)

هرگاه در گرد و غبار طوفان زندگی خدا را گم می‌کنم، با صدای یلدا از او طلب می‌کنم که خدایا خودت را در این اتفاق به من نشان بده.

باد را یا رب نمودی، مروجه پنهان مدار مروجه دیدن چراغ سینه پاکان شده (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۳۷۰)

صدای پر از عشق لیلا را با این بیت در گوشم می‌شنوم و نمی‌گذارد که در ناامیدی بمانم.

صبح نزدیک است، خامش، کم خروش من همی‌کوشم پی تو، تو، مکوش (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۱)

چند وقت پیش کمتر به برنامه گوش می‌کردم و بیشتر تمایل پیدا کرده بودم که با تمام رفقای که مدت زیادی بود آن‌ها را ندیده بودم قرار بگذارم و دیداری تازه کنم. آن روز با چهار نفر قرار گذاشتم و در آخر به قول معروف با مخ تلیت شده برگشتم خانه. شب، قبل از خواب صدای سعیده را شنیدم که گفت: نگفتم؟



کم‌گریز از شیر و اژدرهای نر ز آشنایان و ز خویشان کن حذر؟

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۲۲۶)

و سارا از آلمان گفت:

اختیار آن را نکو باشد که او مالک خود باشد اندر اتقوا

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۴۹)

پرهیز کن و صاحب اختیار خودت و نفست باش.

و سادات از آمریکا گفت:

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

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۹۶)

آقای علی عباسیان به ذهن من اجازه نمی‌دهند که از کسی انتظار داشته باشد. با بالا آمدن الگوی انتظار، صدای این عزیز در ضمیرم بلندتر می‌شود:

گفت پیغمبر که جنت از اله گر همی‌خواهی، ز کس چیزی نخواه

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۳)

مدتی پیش بعد از هفت سال انتظار برای ویزا گفتم: خدایا، این ویزاهایمان کی دیگر درست می‌شود که من بتوانم
درس را ادامه بدهم و سفر کنم؟

زهره گفت:

تا تراشیده نگردی تو به تیشه صبر و شکر لایلقاها فرو می‌خوان و الا الصابرون

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۹۴۸)



اگر شکيبا باشی، بهترين پاداش را از خود زندگي مي‌گيري.

سه روز پيش از مديرمان شنيدم كه بايد دنبال كار ديگري باشيم و قرارداد اين كار دو هفته ديگر به اتمام مي‌رسد.
ناگهان ترسي در درونم موج زد. ترس از بيكاري و بي‌پولي.

خانم زهرا سلامتي در قلم گفت:

ای ز غم مُرده که دست از نان تهی است چون غفور است و رحیم، این ترس چیست؟

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۸۷)

واقعاً ديگر نترسيدم و در عوض شروع كردم به اقدام براي كار. هرگاه حس مي‌كنم زندگي باري بر روي دوشم گذاشته با صدای نيمای به زندگي مي‌گويم:

می‌کشم ای دوست، آری می‌کشم

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۶۶۳)

نرگس به من یادآور می‌شود که خدا حقیقت توست و از شدت نزدیکی‌ست که او را گاهی نمی‌بینی:

أَنْتَ وَجْهِي، لَاعَجَبَ أَنْ لَا آرَاهُ غَايَةُ الْقُرْبِ حِجَابُ الْإِشْتِبَاهِ

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۶۶۶)

در حالتی که ذهن می‌خواهد پیشرفتم را اندازه بگیرد شهپر مانعش می‌شود:

مدانید که چونید، مدانید که چندید

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۳۸)

داشتم تند غذا می‌خوردم که خانم مریم از کانادا گفت: آرام... معده‌درد می‌گیری. در لحظه حاضر باش و با آرامش از غذایت لذت ببر. بیش از اندازه غذا کشیده بودم. با این‌که سیر شده بودم خودم را مجبور می‌کردم که همه را بخورم که نریزم دور. ناگهان یاد حرف با نمک مریم از استرالیا افتادم که گفت ما آدم‌های جالبی هستیم. می‌گوییم به‌جای این‌که بریزم سطل آشغال می‌ریزم در شکمم. راست می‌گفت. از آن روز به بعد به‌اندازه غذا می‌کشم و دیگر اسراف نمی‌کنم. شادی و قند و عسل و شیرینی زندگي را با صدای نسترن می‌شنوم:



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

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

و در آخر، کلید در دستان پویاست:

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

آقای شهبازی: آفرین. عالی عالی. چقدر ثابت کردید که ما دانایی زندگی را از هم‌دیگر یاد می‌گیریم. شما امروز واقعاً این را بیان کردید، و روشن است. چقدر چیز ما از هم‌دیگر یاد می‌گیریم.

چقدر چیز الان از شما یاد گرفتیم، و شما ذکر کردید که وقتی یک چالشی پیش می‌آید، به یاد حرف چه کسی می‌افتید. از تمام دنیا هم گفتید. از کانادا و آمریکا و ایران و جاهای مختلف ایران و استرالیا و اروپا و ...

پس ما در تمام دنیا باید از هم‌دیگر یاد بگیریم. درست است؟

خانم مرجان: بله دقیقاً. واقعاً هر روز من در هر شرایطی با این عزیزان زندگی می‌کنم. واقعاً من را نجات می‌دهند. با صدایشان این ابیات را می‌شنوم، و حرف‌هایشان همیشه به یادم می‌آید. خدا رو شکر واقعاً از وجودشان هم‌چنین زیر سایه شما و آموزش‌های شما جناب شهبازی.

آقای شهبازی:

آفرین، عالی عالی، چقدر ثابت کردید که ما دانایی زندگی رو از هم‌دیگر یاد می‌گیریم. شما امروز واقعاً این را بیان کردید و روشن است. چقدر چیز ما از هم‌دیگر یاد می‌گیریم خانم. چقدر چیز الان از شما یاد گرفتیم و شما ذکر کردید که وقتی یک چالشی پیش می‌آید، به یاد حرف کی می‌افتید. تمام دنیا را هم گفتید: از کانادا، آمریکا و ایران و جاهای مختلف ایران و استرالیا و اروپا و ... پس ما در تمام دنیا باید از هم‌دیگر یاد بگیریم، درست است؟



خانم مرجان: بله دقیقاً! واقعاً هر روز با این عزیزان من زندگی می‌کنم، در هر شرایطی واقعاً نجاتم می‌دهند، با صدایشان این ابیات را می‌شنوم و حرف‌هایشان همیشه یادم می‌آید. خدا را شکر واقعاً از وجودشان. همچنین زیر سایه شما و آموزش‌های شما جناب شهبازی. خیلی ممنونم.

مهرزور

کالبد ما ز خواب کاهل و مشغول خاست آنکه به رقص آورَد کاهل ما را کجاست (مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۷۲)

در من ذهنی مشغول پریدن از فکری به فکر دیگر بودم، و با پندار کمال مشغول به کنترل دیگران، و به دنبال آن قضاوت و مقاومت، و خلاصه با عینک همانیدگی‌ها می‌دیدم متوجه نبودم که من ذهنی عمر و زندگی‌ام را بعد یک عمر تباه کرد.

همچنین هر شهوتی اندر جهان خواه مال و، خواه جاه و، خواه نان (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۵۶)

هریکی زینها تو را مستی کند
چون نیابی آن، خمارت می‌زند
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۵۷)

این خمارِ غم، دلیل آن شده‌ست
که بدان مفقود، مستی‌ات بده‌ست
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۵۸)

فرمودید برای رفع مشغولی، بخشیدن خود و دیگران خیلی مهم و حیاتی‌ست. و اگر نتوانیم خود و دیگران را ببخشیم، تلاشمان ذهنی و بی‌هوده است و با عینک غولی و گمراهی می‌بینیم، مصداقش تعداد بخشیدن‌های من بود که مؤثر نبود.

هر طرف غولی همی خواند تو را
کای برادر راه خواهی؟ هین بیا
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۶)

ره نمایم، هم‌رهت باشم رفیق
من قلاووزم در این راهِ دقیق
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۷)



نی قلاوزست و، نی ره داند او یوسفا کم رو سوی آن گرگ‌خو

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۸)

در جوانی پدر و مادرم در منزل ما قرآن می‌خواندند من هم طوطی‌وار همراهی‌شان می‌کردم، پدرم خوشحال می‌شد، یک ریال به من می‌داد کم‌کم سورهٔ یاسین و الرحمن و جمعه را یاد گرفتیم، سرِ خاک می‌رفتیم می‌خواندم، پدرم دو ریال به من می‌داد، فکر می‌کردم قرآن اسباب و وسیلهٔ پول درآوردن است، هرچه بیشتر، بهتر است، و بیشتر با پول همانیده می‌شدم.

جمله قرآن هست در قطع سبب

عزّ درویش و، هلاک بولهب

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۵۲۰)

از مولانا باید بیاموزیم که قرآن به دنبال قطع سبب و هلاک من‌ذهنی‌ست.

یک داستانی از عبید زاکانی می‌گوید: شخصی مُرده بود هنگام تلقین دادانش، دانایی نزد شیخ تلقین دهنده آمد و به او گفت: یا شیخ این مرد در زمان حیاتش یک بار مرا با چوبی کُتک زد، و چون زورم به او نرسید، نتوانستم انتقام خود را از او بگیرم، حالا که مُرده می‌خواهم او را چند ضربه چوب بزنم، تا دَرَدی را که من کشیده‌ام، او هم بکشد و گناه کُتکی را که به من زده با خود نبرد.

شیخ رو به آن مرد کرد و گفت: تو مگر مجنون، این که مُرده است و دردِ چوبی را که به او می‌زنی، نمی‌فهمد، تا زنده بود باید انتقامت را می‌گرفتی.

مرد رو به شیخ کرد و گفت: چگونه است صدای تشهد تو را می‌شنود و می‌فهمد و اما دَرَدِ چوب مرا نمی‌فهمد؟!

مردۀ خود را رها کرده‌ست او

مردۀ بیگانه را جوید رفو

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۱)

باورهای پوسیده و بهشت‌فروشی شیخ همانیده با من‌ذهنی را از زندگی در این لحظه محروم و دچار خرافاتی کرده که می‌خواهد با من‌ذهنی برای جسمِ مُرده تشهد بخواند.



ما شیخ و واعظ کمتر شناسیم یا جام باده یا قصه کوتاه (حافظ، غزلیات، غزل ۴۱۸)

اگر قورباغه‌ای را در آب سردی بگذارید که بر روی اجاق گاز قرار دارد و در حال گرم شدن است، قورباغه احساس می‌کند در شرایط مناسبی قرار دارد و تلاشی برای خروج از این شرایط نمی‌کند، به‌مرور که آب گرم و گرم‌تر می‌شود قورباغه متوجه تغییرات و دما نمی‌شود و به‌تدریج عضلات قورباغه در اثر گرما سست می‌شود و زمانی که متوجه می‌شود شرایط مناسب نیست و باید از آب بیرون بیاید، دیگر توانی برای بیرون پریدن، ندارد، و در نهایت قورباغه در همان آب می‌پزد و جاننش را از دست می‌دهد.

من هم در شرایط نامناسب و کسل‌کننده‌ای بودم و به وضع عادت کرده بودم، و من ذهنی مانعی شده بود که متوجه نشوم که برای من هفتادوپنج ساله چقدر مُردن نزدیک است.

مگر ناگهان آن عنایت رسد که ای من غلام چنان ناگهان (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰۸۹)

حضرت مولانا و حافظ و برنامه گنج حضور زحمات شبانه و روزی آقای شهبازی عزیز و قرین شدن با دوستان گنج حضور، تلنگری به من زد.

آنان که خاک را به نظر کیمیا کنند آیا بود که گوشه چشمی به ما کنند (حافظ، غزلیات، غزل ۱۹۶)

دردم نهفته به ز طبیبان مدعی باشد که از خزانه غیبم دوا کنند (حافظ، غزلیات، غزل ۱۹۶)

و در آخر

خامشی بحر است و گفتن همچو جوی بحر می جوید تو را ، جو را مجوی (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۰۶۱)



از اشارت های ساقی سر متاب
ختم کن والله اعلم بالصواب
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۰۶۲)

قانون جبران هم یادمان نرود.

والسلام

آقای شهبازی: خیلی عالی ماشاءالله به شما، خیلی عالی عالی عالی!

آقای باقر: ببخشید من باعجله آمدم، درست هم نتوانستم مطلب را ...

آقای شهبازی: هر جور که می‌خوانید زیباست. وقتی مطلب اسانس دارد، جوهر دارد، مهم نیست که چجوری آدا می‌شود. همین به اصطلاح زبان آدم هم می‌گیرد، آن هم زیباست، زیباییِ بیش‌تری به آن می‌دهد.

ممنونم عالی.

۷- خانم زهره از کانادا همراه با سخنان آقای شهبازی

آقای شهبازی من فقط می‌خواستم تشکر کنم بابت برنامه بی‌نظیر ۹۱۹ که خیلی جامع و کامل بود، یعنی واقعاً آن عینک‌های من‌ذهنی که شما اشاره کردید، من سی‌وسه‌تا عینک را از برنامه ۹۱۹ درآوردم و واقعیتش نرسیدم که روی همه‌شان تأمل داشته باشم، ولی به‌صورت لیستی حالا می‌گویم. در مورد یکی، دوتایش هم یک توضیحاتی نوشته‌ام اگر اجازه بفرمایید می‌خوانم.

آقای شهبازی: بله، سی‌وسه‌تا، خانم؟! ما یک ده‌تا هم بتوانیم دریاوریم، کلاهمان را باید بیندازیم هوا، ماشاءالله.

خانم زهره: نه، واقعاً ابیات بی‌نظیری که از دفتر سوم آوردید و درواقع همه را با دید عینک گفتید، بسیار، بسیار برای من خوب بود. یعنی خود من فکر می‌کنم حالا تا الآن دو، سه باری برنامه را گوش کردم، ولی فکر می‌کنم هنوز جا دارد من یک بیست بار هم باید این برنامه را گوش کنم واقعیتش. خیلی ممنون.

آقای شهبازی: آفرین، ببینید شما، ماشاءالله به این هشیاری شما، خردمندی شما، قدر بیت خوب مولانا را می‌دانید، برای همین تغییر می‌کنید زهره خانم. شما می‌دانید چقدر تغییر کرده‌اید؟ همین اخیراً، در این چند هفته اخیر، در دو ماه گذشته، واقعاً از این‌رو به آن‌رو شده‌اید. این نشان می‌دهد که ما اگر متعهد باشیم و قانون جبران را انجام بدهیم، روی خودمان کار کنیم، تغییر می‌کنیم. زندگی‌مان از این‌رو به آن‌رو می‌شود. خیلی ساده است. شما اول به ما بگویید که این کار ساده است یا نیست؟ فقط کار لازم دارد، توجه لازم دارد، درست است؟

خانم زهره: بله، دقیقاً همین‌طور است آقای شهبازی، یعنی برنامه گنج حضور، صحبت‌های شما خیلی جامع و کامل است، یعنی ما هیچ‌چیز دیگری نیاز نداریم. من فقط می‌خواهم بگویم که خود من به‌عنوان کسی که خیلی اشتباه کرده در این مسیر، من هشت سال پیش با برنامه آشنا شدم، منتها اشتباه کردم و رفتم یک مسیرهای دیگر و دور زدم، دوباره برگشتم و الآن دقیقاً به این نتیجه رسیده‌ام که کامل‌تر و جامع‌تر از برنامه گنج حضور و آموزش‌های مولانا نیست برای ما که زندگی ما را بسازد و روی ما بتواند درواقع تأثیر بگذارد و واقعاً ممنون هستیم از شما، خیلی. می‌گویم برنامه ۹۱۹ هم که اصلاً عالی بود، عالی.

آقای شهبازی: و مردم باید توجه کنند به حرف‌های، صحبت‌های آدمی مثل شما که هم از نظر به‌اصطلاح intelligence و هشیاری و شعور و فهم و این‌ها در سطح بالا هستید، هم دانش بالا دارید. شما مدرک دکتری دارید و یک آدم معمولی نیستید. وقتی حرف می‌زنید، این‌ها را براساس تجربه و دانش می‌زنید. این هم شکر دارد



که آدمی مثل شما آمده در تلویزیون حرف می‌زند، تحقیق می‌کند، نتیجه تحقیقاتش را رایگان در اختیار مردم می‌گذارد، واقعاً شکر دارد.

فارسی‌زبانان باید شکر کنند که ما دانایی را داریم در جهان پخش می‌کنیم. حالا الآن به زبان فارسی است، من مطمئنم به‌زودی، مثلاً شما الآن کانادا هستید، خوب شما انگلیسی بلدید، انگلیسی را خوب بلدید، می‌توانید این‌ها را به انگلیسی هم بیان کنید. بعضی از دوستان ما در کشورهای اسکاندیناوی هستند، زبان آن‌جا را بلدند. بعضی‌ها مثلاً در، چه است، آلمان هستند، آلمانی بلدند. به زبان‌های دیگر می‌توانید بیان کنید.

الآن با همین بیت‌ها، شما می‌گویید ۹۱۹، ۹۱۹ فقط بیت‌های دفتر سوم را چندتا ما خواندیم، ببینید چقدر روی شما اثر گذاشته، این نشان می‌دهد آدم بزرگ یعنی چه. یک موقعی هست یک دانش، یک چیزی که ما می‌خوانیم، درست است با ذهن می‌خوانیم، جوهر دارد. این مثل غذایی است که وقتی می‌خورید، این غذا واقعاً به اصطلاح قابلیت تغذیه دارد. بعضی غذاها هم که می‌خوری، هیچ چیزی داخلش ندارد، به قول معروف آش تُّتْمَاج، به قول مولانا. این است که این حرف‌هایی که شما می‌زنید و حرف‌های بزرگان ما، علی‌الخصوص مولانا، جوهر دارد در آن، هر بیتی که می‌خوانید همان‌جا می‌توانید از آن استفاده کنید، زندگی‌تان را بهتر کنید و شما دارید می‌کنید. بفرمایید، ببخشید. من فقط خواستم حسن‌جویی کنم.

خانم زهره: بله، خیلی ممنون آقای شهبازی ما که داریم درس پس می‌دهیم، یعنی ان‌شاءالله که بتوانیم استفاده خوبی بکنیم و درس‌ها را خوب یاد بگیریم. خیلی ممنون هم‌هاش لطف شما است. من با اجازه‌تان متمن را می‌خوانم که خیلی وقت دوستان را هم نگیرم.

آقای شهبازی: بفرمایید.

خانم زهره:

فرمودید که درون درواقع هشیاری جسمی که ما هستیم دید درستی نداریم چرا که عینک همانندگی‌ها را به چشمان زدیم و اگر بخواهیم دیدمان درست بشود و به بی‌نهایت و ابدیت خدایی زنده بشویم، باید این عینک‌ها را برداریم و با دید عدم ببینیم. حالا من آن چند مورد عینک ذهنی که شما اشاره کردید را اشاره می‌کنم:

مورد اول عینک کُشتی گرفتن با خدا را گفتید. فرمودید که من ذهنی هر لحظه حکم و عقیده خودش را به ما تحمیل می‌کند و حضرت مولانا می‌گوید که، این‌که ما هر لحظه به‌جای فضاگشایی و استفاده از خرد زندگی، به



حکم و عقیده من ذهنی‌مان گوش کنیم، این یک نوع جرأت است که این جرأت و شجاعت کاذب است و در واقع کُشتی گرفتن با خدا است که این قطعاً منجر به شکست و گسترش درد خواهد شد.

عینک بعدی عینک سبب‌سازی و علت و معلولی ذهنی را فرمودید که خیلی توضیحات مفصل و جامعی دادید، بسیار عالی بود. من خودم حالا سبب‌هایی که برای خودم پیدا کرده‌ام واقعیتش، مثلاً یکی‌اش تعبیر خواب است. من این الگو را در خودم و خانواده‌ام ما از قدیم داشتیم. مثلاً هرکسی در خانواده ما مثلاً مادرم، مادر بزرگم اگر به تعبیر خودشان خواب بدی می‌دیدند، سریع صدقه می‌دادند یا وقتی مثلاً اتفاق ناگواری می‌افتاد یک شاهی از خواب‌هایشان برای آن اتفاق پیدا می‌کردند. من در خودم هنوز این الگو را می‌بینم و اگر مثلاً به اصطلاح خواب بد ببینم دچار تشویش می‌شوم، خواب خوب ببینم سرخوش می‌شوم که این خوب سبب‌سازی من ذهنی‌ام است.

یک سری خرافات و باورها را هنوز در خودم می‌بینم، مثلاً این‌که اگر قبل از بیرون رفتن مثلاً یا شروع کاری عطسه کنم، مثلاً صبر می‌کنم. یا مثلاً پوشیدن لباس رنگ مشکی را در مناسبت‌ها بدشگون می‌دانم. یا مثلاً سال‌ها باور مثلاً داشتم که حالا قربانی کردن و صدقه دادن برای رفع بلا یا به مکان‌های زیارتی اعتقاد داشتم. نذر می‌کردم که پولی را به مکانی خاص بدهم یا زمانی خاص خرجش بکنم، چون فکر می‌کردم با این کار به خواسته‌ام می‌رسم.

یک سری سبب‌هایی برای هیجان‌اتم پیدا کردم که هیجان‌اتی که مثلاً در من بالا می‌آید اکثراً براساس یک سری شرطی‌شدگی‌ها است و تقریباً یک سری الگوهای ثابت دارد؛ مثلاً من وقتی در هیجان خشم خودم تأمل می‌کنم می‌بینم که اکثر وقت‌ها خشم در من موقعی به وجود می‌آید که کسی بخواهد عقیده‌ای را به من تحمیل بکند یا قرار باشد که برخلاف میلم کاری انجام بدهم. یا مثلاً هیجان ترس را در خودم می‌بینم، مثلاً من از ارتفاع یا وسایل شهربازی می‌ترسم، از حیوانات ریز و درشت می‌ترسم، از جاهای خلوت می‌ترسم، اگر حس کنم کسی تعقیب می‌کند یا دنبالم می‌آید می‌ترسم، از این‌که عزیزانم را خدای نکرده از دست بدهم می‌ترسم، از این‌که جسمم مریض بشود می‌ترسم، این‌ها هم یک سری در واقع سبب‌های هیجان‌ات است.

حالا یک سری سبب‌های دیگر در مورد رفتارهای دیگران مثلاً که آن‌ها باعث می‌شود که یک سری هیجان‌ات در من trigger بشود به عنوان سببی که هیجان را در من به وجود می‌آورد؛ مثلاً کسی حالا جواب ایمیل و پیغام من را ندهد، دچار رنجش می‌شوم، یا کسی رفتار عجیبی بکند، لباسش نامتعارف باشد، شاید من سریع یک قضاوتی بکنم، مثلاً بگویم طرف حالا یا خل است یا دارد جلب توجه می‌کند. یا مثلاً تأییدطلبی را در خودم هنوز می‌بینم، اگر نگیرم شاید دچار سرخوردگی و مثلاً ناراحتی بشوم که این هم از سبب‌هایی است که ذهنم دارد می‌سازد.



یا دیدم که مثلاً ما یک سری از کلمات و عبارات‌ها را در ذهنمان دسته‌بندی کرده‌ایم که به‌عنوان بی‌ادبانه و مؤدبانه مثلاً، و اگر کسی یک سری عبارات‌هایی که به‌اصطلاح ما می‌گوییم بی‌ادب است در مورد ما به‌کار ببرد، ما ناراحت می‌شویم و حس می‌کنیم به ما توهین شده، در صورتی‌که این‌ها همه‌اش عینک ذهن است و کسی که فضاگشا است و با خرد ایزدی رفتار می‌کند اصلاً چیزی به‌نام توهین را جدی نمی‌گیرد و به‌قول حضرت مولانا از آن اتفاق یا آن حرف توهین‌آمیز هم سریع و آسان می‌جهد. یا بحث آبرو یا حالا سبب‌سازی در رفتارهای خودمان.

عینک‌های بعدی فرمودید، عینک ناموس را فرمودید، عینک دیدن برحسب جسم‌ها را فرمودید، عینک زندگی خواستن از چیزها و انسان‌های دیگر را فرمودید، عینک وهم و ترس و شک و گمان را فرمودید.

عینک تهدید من‌ذهنی را فرمودید که من باز روی این هم مثلاً تأمل داشتم می‌کردم، دیدم که من‌ذهنی من به عناوین مختلف من را تهدید می‌کند؛ مثلاً می‌گوید اگر دیگران تأییدت نکنند چه می‌شود؟ اگر من‌ذهنی را رسوا کنی آبروی خودت می‌رود، اگر راحت از پولت بگذری و راحت خرجش کنی بعداً ممکن است بی‌پول بشوی، بدبخت بشوی، اگر غذاهای زیاد نخوری ضعیف می‌شوی، نمی‌دانم اگر از خودت دفاع نکنی بقیه فکر می‌کنند احمقی، اگر از جمع تقلید نکنی آبرویت می‌رود، اگر دیگران برایت مهم نباشند طرد می‌شوی و تنها می‌مانی، یا مثلاً دیگران ممکن است از دست تو برنجند و فکر کنند مثلاً آدم سنگ‌دلی هستی. یا مثلاً می‌گوید اگر واکنش نشان ندهی بقیه سوارت می‌شوند، یا مثلاً اگر از اتفاقات و اخبار روز بی‌خبر باشی مثلاً نمی‌دانم از زندگی عقب ماندی، یک سری چیزها.

عینک بعدی که مثلاً شما اشاره کردید این بود که گفتید این‌که ما فکر کنیم همه باید بفهمند و رفتار درستی نشان بدهند، این عینک ذهنی است و توقع از آدم‌هاست. یا عینک ناراحتی در هنگام بی‌مرادی‌ها را گفتید، عینک من می‌دانم را اشاره کردید. عینک خشم و زورگویی را گفتید که، این‌که ما در من‌ذهنی فکر می‌کنیم که با زورگویی می‌توانیم به خواسته‌هایمان برسیم. عینک غولی را اشاره کردید و گوش کردن به هدایت‌های من‌ذهنی را فرمودید.

فرمودید که یک عینک دیگری ما در من‌ذهنی داریم که خودمان را جدی می‌گیریم و این از پندار کمالمان است. فکر می‌کنیم ما خیلی خوب و مهم هستیم و همه توجهات روی ماست، در صورتی‌که این عینک من‌ذهنی است. عینک تمایل به تغییر دادن دیگران و حبر و سنی کردنشان را فرمودید که گفتید حالا دلایل مختلفی دارد، گاهی یا احساس مسئولیت می‌کنیم یا فکر می‌کنیم خیلی می‌دانیم. عینک کاهلی را فرمودید، عینک اعتراض و ناراضی



را فرمودید، عینک بهشت و جهنم بعد از مرگ را فرمودید، عینک من نمی‌توانم یا لیاقتش را ندارم را گفتید، عینک این‌که رسیده‌ام، برعکس همان است.

عینک حرص، عینک فضولی در کار خدا، عینک حرف مردم، عینک جدی گرفتن اتفاق، عینک ناله و شکایت، عینک کوشش من‌ذهنی، عینک مقایسه و حسادت، عینک توقع و طلب‌کاری به‌جای قدرشناسی و عینک مسئله‌بینی و مسئله‌سازی و عینک تعمیم.

حالا من این‌ها را در حد لیست نوشته‌ام، ولی امیدوارم که زندگی یاری بکند روی آن‌ها تأمل بکنم و در خودم شناسایی بکنم الگوهایش را و ان‌شاءالله که مفید باشد.

آقای شهبازی: عالی، بله، دارم گوش می‌دهم. من اصلاً حیران از کار شما. چقدر خوب تحلیل کردید و شناسایی کرده‌اید، آفرین، آفرین.

خانم زهره: خیلی متشکرم از شما آقای شهبازی، مرسی از وقتی که به من دادید.

آقای شهبازی: عالی، عالی، عالی. بله، این‌طوری ما می‌توانیم حرف‌های بزرگان را در زندگی‌مان جاری کنیم.

۸- خانم سارا از آلمان

کاهل مشغول ما

مولانا در غزل ۴۷۲ تفسیر شده در برنامه‌ی ۹۱۹ گنج حضور انسانِ توقف کرده در ذهن را با اصطلاح کاهل و مشغول توصیف می‌کند.

کالبد ما ز خواب کاهل و مشغول خاست آنکه به رقص آورد کاهل ما را کجاست؟ (مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۷۲)

کاهل و مشغول از آن ترکیبات شگفت‌انگیز مولانا هستند. ترکیب دو صفت به ظاهر متضاد. کاهل یعنی تنبل و کُند. مولانا از تنبلی سخن می‌گوید که بسیار مشغول هم هست. این تنبلِ مشغول، چقدر به ما انسان‌های امروز شبیه است. انسانی که در پیدا کردن جان حقیقی خودش بسیار کُند است و در عین حال بسیار مشغول است در رفتن از این فکر به آن فکر، فکری که همه به اجسام فیزیکی و آفل مربوط می‌شوند.

تجربه‌ای داشتیم که بسیار با ترکیب کاهل و مشغول خویشی دارد.

هفته پیش در یک روز تعطیل بدون هدف خاصی از خانه بیرون آمدم. بدون برنامه‌ریزی از مکانی در شهر به نام جزیره موزه سر درآوردم. می‌دانستم که آنجا یکی از بزرگترین مراکز موزه‌های تاریخی است.

ساختمان‌های بسیار باشکوه موزه‌ها برایم جلب توجه می‌کرد. و بالاخره وارد یکی از این موزه‌ها شدم. موضوع تاریخ بشر بود از زوایای مختلف، از زمان یونان باستان تا امروز، مثلاً موضوع ماسک‌های طلا که آن‌ها را از قبر انسانهای ثروتمندی بیرون آورده بودند که بیش از دوهزار سال پیش از این دنیا رفته و موقع دفن آن شخص ماسک طلا را روی صورتش گذاشته بودند. تاریخ انواع جنگ‌ها و رقابت‌ها بین قوم‌های مختلف برای به دست آوردن منابع مادی، داستان قصرهایی که دیگر نیستند. و همان انسان با همه این علم و دانش تاریخی و همه‌جانبه هنوز در حال رقابت برای ساختن بمب‌های اتمی است. امکان تخریبی که شاه‌های قدیم حتی خوابش را هم نمی‌توانستند ببینند.

آیا این دقیقاً همان کاهلی شدید و مشغولی شدید نیست؟ انسانی که مشغول است، این قدر مشغول است که وقت ورزش کردن ندارد اما نمی‌داند برای چه مشغول است.



کاهل و مشغول را در آن موزه هم می‌دیدم. به‌نظرم می‌رسید ما انسان‌ها با سرعت در حال گردش در این موزه‌ها هستیم، عکس یادگاری می‌گیریم، به معلوماتمان اضافه می‌کنیم ولی خیلی تکان نمی‌خوریم، در دریافت یک پیغام عمیق کاهل هستیم و اصلاً پیغام عمیقی را که این موزه می‌دهد جست‌وجو نمی‌کنیم. در تمام مدتی که در این موزه بودم این دو بیت به‌طور خودکار و سحرآمیز در ذهنم تکرار می‌شدند:

صد هزاران سال ابلیس لعین

بود ابدال امیرالمؤمنین

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۹۶)

یعنی صد هزاران سال ابلیس یک خدا و پیشوای بدلی بود.

صد دریغ و درد کین عاریتی

اُمّتان را دور کرد از اُمّتی

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۵۸)

صد دریغ و درد که این باشندۀ تقلبی اُمّت‌ها، انسان‌ها را از خدای حقیقی دور کرد.

این ابیات برایم در آن محیط تکان‌دهنده بودند. هیچ تا به حال در زندگی‌م این قدر شدید و با هیجان با یک موزه ارتباط برقرار نکرده بودم. آن‌جا برایم مثل یک مکان مقدس و سحرآمیز شده بود. یک حسی مثل اینکه سه‌هزار سال تاریخ را در یک لحظه جلوی چشمم می‌دیدیم. انگار توی چشم‌های هشیاری جسمی که همان ابلیس لعین است زُل زده بودم.

درسی که من در آن مکان گرفتم و مرا تکان داد این است:

وقتی آقای شهبازی می‌گویند در هزاران سال گذشته پدیده‌ای مثل گنج حضور رخ نداده است این درست است. قبلاً هم فکر می‌کردم این حرف درست است ولی این‌بار درستی آن را به‌حالت تکان‌دهنده‌ای در عمق وجودم حس کردم. این‌که ابیات عارف بزرگ جهان در بین عموم مردم، آن هم با عمق زیاد پخش می‌شوند و پیر و جوان و کودک از این ابیات برای بیداری از خواب هشیاری جسمی استفاده می‌کنند.

این‌که مهم‌ترین دانش که در گرانقیمت‌ترین آموزشگاه‌های جهان پیدا نمی‌شود در اختیار عموم مردمی که در شهر و روستا زندگی می‌کنند قرار گرفته، این چنین چیزی در تاریخ بشر برای اولین بار پیش آمده.



پس این گنج حضور یک پدیده بسیار باشکوه و بی‌همتا است و اگر من در این تابلوی عظیم یک اثر انگشت یا رد پای کوچک داشته باشم، این یک موهبت عظیم است.

گویی ما که کم و بیش از نزدیک با گنج حضور در ارتباطیم مثل مورچه‌هایی هستیم که روی اورست راه می‌روند، آن‌ها از شدت نزدیکی عظمت آن کوه را نمی‌بینند. ولی ما بر خلاف مورچه‌ها می‌توانیم با هشیاری ناظرمان فضاگشایی کنیم و به بزرگی دانش مولانا که در سطح وسیعی بین ما مردم پخش می‌شود پی ببریم.

این تجربه برایم کاربردهای عملی داشت که آن‌ها را با شما دوستان به اشتراک می‌گذارم:

اینک قدر کوچک‌ترین کاری را که کسی در راه گنج حضور انجام می‌دهد خیلی بیشتر از قبل می‌دانم. کسانی که پولشان را در این راه خرج می‌کنند، روی خودشان کار می‌کنند، در راه پخش پیغام‌های مردم خدمت می‌کنند و پیغام می‌دهند. الآن خیلی بهتر درک می‌کنم که کار این انسان‌ها چقدر با ارزش است.

موقع خواندن پیغام‌های معنوی قضاوت و مقاومت من‌ذهنی من و ایرادگیری‌اش خیلی بیشتر جای خودش را به اشتیاق برای خواندن داده است. درک می‌کنم همین‌که یک بیت مولانا از زبان یک انسان در تلویزیون و تلگرام پخش می‌شود خیلی زیاد شکر و سپاسگزاری از زندگی دارد.

و همچنین خیلی بیشتر از قبل درک می‌کنم که هر قدمی که خودم با یاری زندگی در این مسیر گنج حضور برمی‌دارم یک موهبت بسیار مهم است که باید خوب قدرش را بدانم.

حقیقتاً که:

هزاران قرن می‌باید که این دولت به پیش آید

کجا یابم دگر بارش اگر اینبار بگریزم

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۴۲۹)



۹- خواهر خانم سارا از آلمان

متنی هست که در حال کار کردن رویش هستم. چندتا نکته که فکر می‌کنم فعلاً حالا ذهنم فهمیده، دارم رویشان کار می‌کنم. این‌ها را می‌خوانم در هفته‌های آینده حالا دارم سعی می‌کنم که مثال‌هایش را هم بیاورم در روزمرگی و با بیت‌ها.

این‌ها لیستی هست که به ترتیبش به آن چیزی که تا الان فکر می‌کنم شاید از طریق آن‌که مهم‌تر است اول لیست است، خوب همه‌شان مهم‌اند، حالا این چیزی است که به ذهن من این‌جوری درست آمده.

سکوت:

سکوت فیزیکی با زبان و با بدن و هرگونه ایما و اشاره حتی با خود سکوت (قهر). سکوت ذهنی درحین سکوت فیزیکی در ذهن شروع به بحث و جنجال و شکایت و توجیه و ملامت و عصبانیت و غیره نباشد.

«ذهن را خاموش کن و فقط ناظر باش.»

سکوت دیگران:

به هیچ‌عنوان سکوت دیگران را مَسْکَن، باعث عکس‌العمل، حرف، فکر یا برخوردی از دیگران مشو تا آن‌جایی که می‌توانی برای سکوت دیگران احترام قائل باش، از این سکوت نترس. سکوت را با آغوشی باز بپذیر. باز هم تکرار می‌کنم: «به هیچ‌عنوان کسی را به سمت شکستن سکوتش به حرکت درنیاور!»

صبر:

صبر تحمل نیست. من خیلی اوقات به خیالم صبر می‌کنم ولی در واقعیت در حال تحمل کردن هستم. نشانه‌های تحمل، مقاوت، تشنج، انقباض و ناآرامی هست. ما حتی اگر به بدن خودمان توجه کنیم، می‌توانیم بفهمیم که آیا انرژی ما، انرژی تحمل است یا صبر.

اگر ماهیچه‌های چشم‌هایمان، صورتمان و حالت شانه‌هایمان، به آن‌ها توجه کنیم و نشانه‌ای از انقباض در آن‌ها حس کنیم باید بدانیم که به احتمال زیاد داریم تحمل می‌کنیم.



تحمل بسیار خطرناک است، به خصوص تحملی که ما گنج‌حضورها با صبر اشتباهی بگیریم. تحمل حتی می‌تواند باعث ضررهای بدنی در ما بشود، چون یک انرژی تخریب‌کننده‌ای را در فضای بسته‌مان انباشته می‌کنیم و پس از نگه داشتن این انرژی تخریب‌کننده، دیر یا زود انفجاری رخ خواهد داد که باز هم بیشتر در درون ما و در بیرون تخریب خواهد کرد.

صبر با نکته بعدی کاملاً پیوند خورده‌است، آن هم پذیرش و فضاگشایی است.

پذیرش، فضاگشایی برخلاف مقاومت، قضاوت، چیزی خواستن از اتفاقات:

اتفاقی می‌افتد ما به سرعت بدون این‌که خودمان بدانیم قضاوت می‌کنیم، بد و خوب می‌کنیم. به سرعت این قضاوت حتی شاید تأثیر فیزیولوژیکی در بدن ما بگذارد مانند بالا رفتن ضربان قلب ما، عرق کردن، نفس نفس زدن، انقباض عضلاتمان و غیره. اگر توانستیم قبل از این تغییرات، فضا را با نفسی عمیق باز کنیم چه بهتر. اگر این اتفاقات فیزیولوژیکی در بدنمان اتفاق افتادند، باز هم برای فضاگشایی دیر نشده‌است و ما باید از بدنمان شاکر باشیم که نشانه‌های مقاومت و قضاوت را به ما نشان می‌دهد.

با یک نفس عمیق، آرام کردن عضلات و تکان دادن شانه‌ها و پایین آوردن آنها، صاف کردن قفسه سینه درحین نفس عمیق و آرام کشیدن، می‌توانیم راه را برای و به سوی فضاگشایی باز کنیم.

هر فکری به ذهنمان می‌آید آن را بپذیریم یا فقط ناظرش باشیم.

سه نوع سکوت را فراموش نکنیم، حتی اگر براساس قضاوتمان، بدترین و اشتباه‌ترین حرف‌ها زده شده، ما تمرکزمان روی سکوت و فضاگشاییمان باشد.

حتی در شرایطی که ما شاهد صحنه‌ای که با قضاوت آن لحظه‌مان، جور حساب می‌شود، ما با فضاگشایی قاعدتاً تصمیم بهتری می‌توانیم بگیریم و تأثیر بیشتری می‌توانیم بگذاریم.

توکل:

توکل این نیست که ما بگوییم: «خدایا می‌سپارم دست خودت، خودت درستش کن، فقط به خودت توکل دارم» و درعین حال در ذهنمان دقیقاً برای خدا و زندگی فرمول چه چیز درست است و چه چیز غلط است را، چه خوب است و چه بد است را کشیده باشیم.



توکل و پذیرش و فضاگشایی پیوند خوردند. «من نمی‌دانم» اساس توکل‌مان باید باشد. من نمی‌دانم واقعی. من نمی‌دانم. من قضاوت نمی‌کنم. من فضا را در اطراف، براساس قضاوت‌هایم باز و بسته نمی‌کنم، بلکه همیشه باز نگه می‌دارم بدون خوب و بد کردن. بلکه به خرد زندگی و انرژی عدم اعتماد دارم و توکل می‌کنم.

چهارتا نکته دیگر هست که این‌ها را ان‌شاءالله دفعه بعد می‌خوانم.

کمال و تأییدطلبی و بی‌مرادی، طلب و رضا.

◆◆◆ پایان بخش اول ◆◆◆



با درود و تقدیم احترام و با سپاس فراوان از آقای شهبازی عزیز و رعایت‌کنندگان محترم قانون جبران.

«سرنوشت هشیاری از سرنوشت من‌ذهنی جدا است»

چون ز مرده زنده بیرون می‌کشد

هرکه مرده گشت، او دارد رَشَد

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۴۹)

چون ز زنده مرده بیرون می‌کند

نفس زنده سوی مرگی می‌تند

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۰)

مرده شو تا مخرج الحی الصمد

زنده‌ای زین مرده بیرون آورد

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۱)

در ابیات فوق، مولانا می‌خواهد ما متوجه موضوع بسیار مهمی شویم و آن این است که خدا می‌خواهد از خودش که زندگی زنده و جاری در این لحظه است، من‌ذهنی را که بر اساس چیزهای مرده به‌وجود آمده‌است، بیرون بکشد.

چرا خدا می‌خواهد این کار حتماً صورت بگیرد؟ چون سرنوشت من‌ذهنی درنهایت نابودی است و باید کلاً پس از چندسال اولِ عمر هرکسی از بین برود.

بنابراین اگر ما با خدا در این کار مهم همکاری نکنیم، تمام زحماتی که خداوند در خلقت ما به منظور تکامل هشیاری کشیده‌است، بی‌نتیجه خواهد ماند.

من‌ذهنی یا بهتر است بگوییم این دنیا یک منزل‌گاهی است که هشیاری باید از آن به سلامت گذر کند. حال اگر ما بخواهیم با این من‌ذهنی همراه شویم، سرنوشت ما هم چیزی جز نابودی نخواهد بود. در صورتی که خدا برای ما حیات ابدی را در نظر گرفته‌است.



ابیات فوق در جریان داستان طاووسی که پرهایش را می‌کند، بیان شده‌است. با تعمق در این داستان می‌توان به نکات ظریفی پی برد که در راه شناخت همانندگی‌ها به ما کمک می‌کند.

طاووس نماد هر یک از ما انسان‌ها است که از جنس خداوند هستیم و این جنس هم بسیار ارزشمند و منحصر به فرد است، ولی ما با نگاه از پشت عینک‌های همانندگی قدر و ارزش آن را نمی‌دانیم، به همین دلیل این سرمایه‌گران‌بها را بیهوده تلف می‌کنیم:

**گفت: طاوسا، چنین پرّ سنی
بی‌دریغ از بیخ چون بر می‌کنی؟**
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۳۷)

**این چه ناشکری و چه بی‌باکی است؟
تو نمی‌دانی که نقّاشش کی است**
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۳۸)

من خودم تا قبل از آشنایی با این آموزه‌ها واقعاً قدر خودم را به‌عنوان امتداد خدا نمی‌دانستم و در غفلت، آسیب‌های جسمی و روحی زیادی به خودم وارد کردم. به‌عنوان یک مثال کوچک در جنبه جسمی که قابل مشاهده و اندازه‌گیری است می‌توانم به سهل‌انگاری در مراقبت از دندان‌هایم اشاره کنم که موجب از دست رفتن چندتا از آنها شد و وقتی پی به ارزش واقعی آنها بردم که هزینه بسیار زیادی برای درمان و کاشت دندان پرداخت نمودم که با این وجود باز هم نمی‌توانند جای دندانهای اصلی را پر کنند.

در جنبه معنوی هم که اصلی‌ترین بُعد ما است تا حدودی پی به ارزش واقعی خودم به‌عنوان امتداد هشیاری کلّ برده‌ام، ولی هنوز کاهلی و استغنائی من‌ذهنی‌ام مانع از قدرشناسی و کار همه جانبه یعنی انداختن همه همانندگی‌هایم می‌شود.

**یا همی دانی و نازی می‌کنی؟
قاصداً قلع طِرازی می‌کنی؟**
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۴۲)

**ناز کردن خوشتر آید از شکر
لیک، کم خایش، که دارد صد خطر**
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۴۳)



«قلع طراز» در لغت به معنی «کندن نقش و نگار و زینت» است.

از یک طرف، من‌ذهنی را اگر به حالِ خودش واگذاریم دائماً مشغول خراب‌کاری و آسیب‌رسانی به چهار بُعد ما می‌باشد و در واقع قدر گوهرِ وجودی ما را نمی‌داند.

از طرف دیگر، اگر بخواهیم با دیدِ من‌ذهنی جلو خراب‌کاری‌هایش را بگیریم احتمال دارد که به گوشه‌نشینی و رهبانیت روی بیاورد و این‌گونه وانمود کند که اصلاً همین زیبایی‌ها و هنر من است که مایهٔ دردسر من است، بنابراین به‌کلی باید خودم را از این‌ها محروم کنم.

ولی طبق ابیات زیر، ما به‌عنوان هشیاری خدایی بس بی‌نظیر و بی‌همتا هستیم و نباید با دید من‌ذهنی این چنین سرمایهٔ باارزشی را تلف کنیم.

بَر مکن آن پَر که نپذیرد رفو
روی، مخراش از عزا ای خوبِ رو
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۳)

آن چنان رُویی که چون شمس ضُحاست
آن چنان رُخ را خراشیدن خطاست
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۴)

بنابراین ما علی‌رغم داشتن همهٔ زیبایی‌های خدادادی و یا هنرها و مهارت‌های اکتسابی نباید با آن‌ها هم‌هویت شویم و از آن‌ها حس هویت و زندگی بخواهیم، بلکه طبق ابیات زیر باید دل از آن‌ها بکنیم و از آن‌ها در جهت تکامل معنوی خود بهره ببریم.

همچنین تاکید می‌کند که صبر کردن بر کشش و وسوسه زیبایی‌ها و جاذبه‌های دنیا است که موجب قوی شدن پر و بال معنوی ما می‌شود، چرا که اگر میل و کشش این‌ها نبود دیگر صبر و پرهیز معنایی نداشت:

بر مکن پَر را و دل برگن از او
زانکه شرط این جهاد، آمد عدو
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۷۴)



صبر، نبود چون نباشد میل تو
خِصَمِ چُونِ نَبُود، چِه حَاجَتِ خَیْلِ تُو؟
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۷۵)

هین مکن خود را خصی، رهبان مشو
ز آنکه عفت هست شهوت را گرو
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۷۶)

پس کُلُوا از بهر دام شهوت است
بعد از آن لا تُسْرِفُوا آن عَفَّت است
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۷۷)

چونکه رنج صبر نبود مر تو را
شرط نبود، پس فرو ناید جزا
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۷۸)

حَبِّذَا آن شرط و شادا آن جزا
آن جزای دلنواز جانفزا
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۷۹)

آن‌که بیند او مُسَبِّب را عیان کی نهد دل در سبب‌های جهان

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۸۷)

سبب‌های من‌ذهنی، زیاد هستند از جمله حرص، آز، شهوت، خشم، رنجش، کینه، فکر سیر نشدن، رفتن به گذشته، حس تأسف و ملامت، مسئله‌سازی، مانع‌سازی، مقاومت، نگرانی از آینده، ترس، حسادت، ریا، رقابت و خیلی چیزهای دیگر که ما با همه آن‌ها همان‌بده شدیم و جلوی دیدمان را گرفته‌است و اجازه نمی‌دهد که به اصل خودمان بازگردیم. ما به چیزهای این جهان چسبیده‌ایم و اصل خود را فراموش کرده‌ایم.

استاد نازنین چند روز پیش داستانی را خواندم که سبب‌های من‌ذهنی را نشان می‌داد که ما را در این جهان گم کرده بود.

روزی پادشاهی بود که هیچ فرزندی نداشت از آن‌جا که پادشاه در حال پیر شدن بود تصمیم گرفت تا فردی را به‌عنوان جانشین خود برگزیند تا بعد از مرگش وارث تاج و تخت شود. پادشاه در باره تصمیمش با درباریان صحبت کرد و سرانجام تصمیم بر این شد که در یک روز مشخص دروازه‌های قصر از هشت صبح تا هشت شب به روی مردم باز شود. قرار بر این شد تا شاه در قصر بماند و آن‌جا با مردم ملاقات کند تا شایسته‌ترین فرد را جانشین خود اعلام کند.

روز موعود فرا رسید، دروازه‌ها باز شد و مردم وارد قصر شدند. همه اجازه داشتند تا وارد شوند و شخصاً پادشاه را ببینند.

پیش با دیدار با شاه باید ظاهری آراسته می‌داشتند. بنابراین ترتیبی داده شد تا حمام خوبی برای تمام کسانی که وارد قصر می‌شدند مهیا شود و بعد از حمام می‌توانستند از انواع عطرهايي که برایشان تدارک داده شده بود استفاده کنند.

بعد از آن وارد مکانی می‌شدند که لباس‌های بسیار گران‌قیمتی در آن‌جا وجود داشت. برای دیدار با شاه باید لباس مناسبی می‌پوشیدند. بنابراین لباس‌هایشان را از بین انبوه لباس‌هایی که زربافت و نقره‌فام بود، انتخاب کردند.



پس از آن وقتِ ناهار رسید تا پیش از دیدار با شاه، خوب سیر باشند. و بعد از آن مراسم موسیقی و رقص برگزار شد. بعد از همه این‌ها، آن‌ها آمدند تا با پادشاه ملاقات کنند. چرا که حالا در ... حالا بشنوید از مردم درون قصر.

بعضی‌ها انسان‌ها به شدت شیفتهٔ حمامی بودند که تمام وقتشان را صرف حمام و گرم‌خانه و سایر امکاناتش کردند.

برخی از آن‌ها هم به شدت مشتاق عطرهای مختلف شده بودند، بنابراین تمام وقتشان به امتحان کردنِ عطرها بود. بنابراین تمام وقتشان این‌ور و آن‌ور سپری شد.

عدهٔ دیگری از آن‌ها که پُرخور و شکم‌پرست بودند، عاشق خوردن و نوشیدن شدند و تمام غذاهایی که آن‌جا بود را امتحان کردند. وقتی همه غذا را خوردند و دیگر وقتِ آن شده بود که باید به دیدن شاه می‌رفتند. انگار همه فراموش کرده بودند که برای چه‌کاری آمده بودند.

زمان سپری شد، سپری شد تا ساعت هشت شد و ناگهان صدای آژیری بلند به همه هشدار داد که آمادهٔ رفتن شوند.

مردمی که شیفتهٔ عطرهای کیسه‌های خود را با آن عطرها پر می‌کردند.

آن‌هایی که عاشق غذا بودند برای همسر و اطرافیانشان غذا برمی‌داشتند.

آن‌هایی که مشتاق لباس‌های ... لباس‌ها را برداشته و روی شانیه‌هایشان می‌گذاشتند تا با خودشان ببرند.

ولی همه به‌کلی فراموش کرده بودند که اگر خود را به پادشاه می‌رسانند، همه‌چیز متعلق به آن‌ها بود. و این

قصه مربوط به ما می‌شود، و ما به این جهان آمده‌ایم و خود را مشغول هوس‌ها و چیزهای این جهان کرده‌ایم.

نگفتمت مرو آن‌جا که آشنات منم

در این سرابِ فنا، چشمهٔ حیات منم

نگفتمت که به نقش جهان مشو راضی

که نقش‌بندِ سراپردهٔ رضات منم

نگفتمت که چو مرغان به‌سوی دام مرو

بیا که قدرت پرواز و پر و پات منم

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۲۵)



سلام استاد خدقوت تیارا هشتم ۱۱ ساله

در مدارس طالب علمی، که نیست
در صوامع طالب حلمی، که نیست
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۳۶۵)

مولانا می‌گوید: «که انسان از اول از جنس بی‌نهایت بوده‌است، از جنس خدا بوده، ولی یک مدتی هم‌هویت می‌شود و گرفتار می‌شود اما باید پایان‌بین باشد که بگوید من تا آخر عمرم باید پایان‌بین باشم.»

ما نمی‌توانیم از هم‌هویت‌شدگی‌ها یک درس خوب بگیریم، ما آفریننده هستیم. ما نمی‌توانیم آفریننده بشویم و به مخزن خدا دست پیدا کنیم مگر این‌که مرکز ما از جنس عدم بشود، یعنی اگر هم‌هویت شویم، این آفرینش خدا، دستیابی به مخزن خدا و بیان آن از ما صورت نخواهد گرفت. پس ما باید یک پایان‌بین خوب باشیم.

پیامم را با موضوع قضاوت و عیب جویی به اشتراک می‌گذارم.

در یکی از همین روزهای گذشته در محل کارم قبضی را در خودم مشاهده کردم. شاید در آن لحظه متوجه نبودم که دلیلش چیست، و چرا احساسم به یکباره عوض شد.

بعد از اتمام کار و در مسیر برگشت در خودم جستجو می‌کردم که چرا این‌طوری شدم. وقتی همان لحظات روز را مرور می‌کردم دیدم که دقیقاً وقتی که یکی از همکارانم به محل کار وارد شده بود من این احساس را تجربه کردم.

قضاوتم را نسبت به آن شخص می‌دیدم، رفتارهای او را تجزیه و تحلیل می‌کردم و در دلم عیب‌هایش را می‌گفتم. جالب است همان شب هم یکی از دوستانم به من زنگ زد و از من پرسید اوضاع کارت چطور است؟ یادم افتاد که آن روز گند زدم. به دوستم گفتم کارم خیلی خوب است ولی من خوب نیستم، من نمی‌توانم فضاگشایی کنم. من ذهنی‌ام را می‌بینم که بی‌دلیل به قضاوت، مانع‌سازی و مسئله‌سازی و حتی دشمن‌سازی می‌پردازد، می‌بینم که چطور می‌توانم محیط کارم را برای خودم تبدیل به جهنم کنم. دوستم چند بیتی از مولانا برایم خواند.

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

دوستم می‌گفت: حضرت مولانا و آقای شهبازی در برنامه گنج حضور دارند مرتب به ما یادآوری می‌کنند که این قبض‌ها می‌آیند که ما بتوانیم خودمان را محک بزنییم و ببینیم در چه کاری هستیم.

نقص‌هایمان را ببینیم و رویشان کار کنیم، نه این‌که با بی‌مرادی‌ها و عدم فضاگشایی‌ها به صدای غول من‌ذهنی‌مان گوش بدهیم و ناامید بشویم و دست از کار روی خودمان برداریم.

کاملاً درست می‌گفت. در روزهای دیگر توجه‌ام را گذاشته بودم روی این موضوع یعنی قضاوت و عیب دیدن. زیر نورافکن هشیاری‌ام می‌دیدم که چطور رفتار دیگران را در ذهنم قضاوت می‌کنم و عیب آن‌ها را می‌بینم. عیب‌هایی که بعداً متوجه می‌شدم آن‌ها را خودم دارم.



راستش قبلاً این اندازه متوجه این موضوع نبودم که چطور به قضاوت و خوب و بد کردن دیگران مشغول هستم چرا که بیشتر اوقات این ایراد گرفتن‌های من حتی از روی دلسوزی و کمک برای آن افراد بوده، ولی آثارش در من به شکل غم، دل گرفتگی و درد آشکار می‌شد.

دیدم که مولانای عزیز هم در حکایت‌های مختلف این نقص ناپسند انسان، یعنی قضاوت کردن و عیب دیدن را بارها یاد آور شده. در ابیات ۹۰۱ و ۹۰۲ دفتر دوم می‌فرمایند:

عیب دیگر این که خود بین نیست او هست او در هستی خود عیب جو

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۹۰۱)

عیب گوی و عیب جوی خود بده ست با همه نیکو و با خود بد بده ست

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۹۰۲)

وقتی ما عیب‌های دیگران را بیان می‌کنیم در واقع آن عیب‌های خودمان است که در آن اشخاص می‌بینم و با دیدن و گفتن این عیب‌ها در واقع به هشجاری خودمان بد می‌کنیم.

این است که می‌فرمایند:

فکرت که کژ مبین نیکو نگر هست آن فکرت شعاع آن گهر

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۸۵۶)

این است که مولانا از زبان زندگی می‌فرماید ای انسان به اندیشه‌ات بگو که کز بین نباشد و خوب ببیند چرا که اندیشه‌ی نیکو، نشان دهنده‌ی پرتوی از نور زندگی است، که در تو جریان یافته است.

ابیات مولانا و تمرکز روی خودم به من نشان داد که این طرز دید، یعنی قضاوت و عیب جویی از پندار کمال من می‌آید. وقتی من، با من ذهنی‌ام به قضاوت و تجزیه و تحلیل رفتار انسان‌های دیگر می‌پردازم آن‌ها را در حد جسم تقلیل می‌دهم خدایت را از آن‌ها جدا کرده و آن‌ها را بی‌ارزش می‌کنم و به حریم آن‌ها تعدی می‌کنم.

و مهم‌تر از این به من نشان داد که من بدون این‌که متوجه باشم اصلی‌ترین قانون زندگی که تمرکز روی خود است را به سادگی زیر پا گذاشته‌ام و به عیب دیگران مشغول شده‌ام.



غافلند این خلق از خود ای پدر لاجرم گویند عیب همدگر

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۸۸۲)

خدا را شکر که مولانای عزیز نه تنها عیب‌هایم را به من نشان می‌دهد بلکه راه حل را هم به من می‌گوید، و به من کمک می‌کند که این نقص و نیستی را هر چقدر هم از نظر من ذهنی‌ام بد و بزرگ باشد بپذیرم، دست از شکایت و ایجاد درد بردارم و اجازه دهم که کارگاه صنع زندگی باشم در دفتر ششم ابیات ۱۴۷۰ و ۱۴۷۴ داریم:

هر کجا این نیستی افزون‌ترست کار حق و کارگاهش آن سرست

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۷۰)

پس ز درد اکنون شکایت بر مدار کوست سوی نیست اسپه راهوار

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۷۴)

۱۴ - خانم نسترن از اصفهان همراه با سخنان آقای شهبازی

سلام، خدایوت نسترن هشتم ۲۱ ساله.

چیزهایی مثل شغل، پول، خانواده، بچه و آدم‌ها، این‌ها همگی وضعیت زندگی هستند، اما خود زندگی نیستند. زیرا که خود زندگی خودمان هستیم، یعنی ورای همه وضعیت‌ها هستیم و این وضعیت‌ها ایشانتیون‌های زندگی برای هر شخصی به‌عنوان شناسایی خودش از زندگی هستند. برای پیدا کردن شادی، عشق، وحدت، زیبایی در هرکسی.

بنابراین نسبت به این وضعیت‌ها که خودمان زندگی هستیم چیزی را از دست نمی‌دهیم و به‌دست نمی‌آوریم. چون بالا و پایینی هم، وضعیت زندگی است، نه خود زندگی، زندگی خودمان هستیم.

تو مبین جهان ز بیرون که جهان درون دید است چون دو دیده را ببستی ز جهان، جهان نماند

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۷۱)

و در غزل ۲۸۴۰ دارند که،

منگر به هر گدایی که تو خاص از آن مایی مفروش خویش ارزان که تو بس گران بهایی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۴۰)

به‌عنوان خود زندگی پس نمی‌توانیم خود را به راحتی به وضعیت‌های زندگی بفروشیم و در حد اتفاقات و فرم‌های بیرون فکر کنیم و هم‌هویت بشویم، بچسبیم و گم بشویم.

وضعیت‌هایی چون مسافرت، مهمانی، عروسی، سکس، شغل، خوش‌گذرانی‌ها، این‌ها از وضعیت این لحظه زندگی بالا می‌آیند و ما به عنوان خود زندگی نباید در این‌ها گم بشویم و خود را با آن‌ها یکی کنیم و بعد حول مرکز این‌ها خواسته و توقع پیش بیاید و دچار درد، ناآگاهی و رنجش بشویم.

خود را می‌توانیم همین الآن به‌عنوان زندگی، جاری در این لحظه درک کنیم و ببینیم که هیچ عامل بیرونی (انسان‌ها) و عامل درونی (ذهن) نمی‌تواند جنس ما را تعیین کند، جنس خدا تعیین نشده، ابدی و بی‌نهایت است. زندگی از جنس خداوند است.



پس حالا که خود زندگی هستیم، کامل و کامل هستیم و هیچ نیازمندی از بیرون و درون نداریم چون همه چیز از خود ما به بیرون شکل گرفته و اول و آخر خودمان هستیم.

با وجود خودمان است که وضعیتی از بیرون شکل می‌گیرد، اگر ما نباشیم پس چیزی معنایی ندارد. وضعیت‌ها شوخی و بازی‌هایی هستند که از نقش زیبای زندگی می‌آید. قرار نبوده و نیست در این نقش‌ها گیر کنیم. ظاهر وضعیت‌ها بعضی موقع‌ها خوب و بعضی موقع‌ها بد است. و این می‌خواهد نشان دهد باطن این اتفاقات، فضای گشوده شده و از جنس زندگی است.

در غزل ۳۰۱۳ جناب مولانا خیلی زیبا دارند که:

یار در آخر زمان کرد طرب سازی باطن او جد جد ظاهر او بازی

جمله عشاق را یار بدین علم کشت
تا نکند هان و هان جهل تو طنازی
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۱۳)

از کم شدن و زیاد شدن وضعیت‌ها نباید ترسی داشته باشیم، چون در بیرون چیزی جنس ما را تعیین نمی‌کند. پس ترسی هم ندارد.

ترس، دلهره، استرس، دلشوره، این‌ها طلسم‌های وضعیت هستند که با دید ناظر به این وضعیت‌ها از درون محو ما با یک نظر عبور می‌کنند.

طَهْرًا بَيْتِي بِيَانِ پَاكِي اسْت
گَنْجِ نُوْرِ اسْت، اَرِ طَلِيسْمِشِ خَاكِي اسْت
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۳۴)

با فضاگشایی مرکز ما پاک می‌شود، و ما درک می‌کنیم طلسم، سحر و جادو نیستیم، طلسم، وضعیت از پیش تعیین شده و یا در حال تعیین شدن است که انسان را پخته کند.



به عنوان زندگی متوجه می‌شویم این بستگی‌ها طلسم‌ها ما نیستیم، این‌ها اشانتیون‌هایی برای بیداری به این لحظه ابدی هستند و تنها با یک خاموشی، فضاگشایی، همه سحرها و جادوها در فضای باز هر شخصی از بین می‌رود، یا اصلا اصابت نمی‌کند.

با این بینش از جناب مولانا و گوش‌کردن برنامه گنج حضور و فضاگشایی لحظه به لحظه، تکرار ابیات مولانا اگر میلیاردها افرادی که در دام من‌ذهنی افتادند، بخواهند ما را دچار بستگی کنند، نمی‌توانند زیرا به یک فضای ابدی و عدم برمی‌خورند و خودشان از خود بی‌خود می‌شوند.

بدانیم تمامی این وضعیت‌های بیرون، وضعیت‌های درون آفل، از بین رفتنی و ناپدیدشدنی هستند و به‌عنوان خود زندگی با دید ناظر روی این‌ها همگی صفر می‌شوند و هیچ جای نگرانی نیست چون

بیت طلایی جناب مولانا می‌فرماید:

تو مگو ما را بدان شه بار نیست با کریمان کارها دشوار نیست.

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۲۱)

آقای شهبازی: خیلی زیبا، شما که بیست و یک سالتان است، شما چه پیشنهادی دارید به خانم‌ها و آقایان هم‌سن و سال خودتان.

خانم نسترن: خوب، استاد با اجازه شما، این که به برنامه گنج حضور خیلی توجه داشته باشیم. اشعار جناب مولانا را حتماً گوش بدهیم. هفت جلد جناب مولانا را تهیه کنیم. اشعار را از روی آن بخوانیم. داستان‌های جناب مولانا را تکرار کنیم. معانی را بخوانیم. قرآن کریم که تفسیر استاد زمانی است را حتماً با معانی فارسی بخوانیم. و این‌که روی خودمان با ابیات جناب مولانا خیلی کار کنیم و بیشتر این‌که بدانیم این وضعیت‌ها نیستیم.

چون که از وقتی که هشیاری ناپخته بودیم و به این جهان آمدیم فکر کردیم وضعیت‌ها هستیم. و نسبت به وضعیت‌ها واکنش نشان دادیم اگر که یک لحظه متوجه بشویم که نه، من این وضعیت‌ها نیستم و این‌ها آفل هستند، چون هرچیزی که الآن به دست آوردم را تا به این سنم از دست دادم و هیچ‌چیزی برای من ماندگاری نداشت. نخواهیم با ذهنمان هدف را دنبال کنیم. چون هدف با ذهنمان فاسد می‌شود. بیشتر با اشعار جناب مولانا و گفته‌های شما بخواهیم هدف کمال را دنبال کنیم.



چون ذهن خیلی اذیت می‌کند. این‌که خیلی‌خیلی اشعار جناب مولانا را تکرار بکنیم و روی به بزرگان بیاوریم. تسلیم و خاموش بزرگان بشویم. حرف بزرگان را گوش بدهیم، هم‌چون حضرت رسول، جناب مولانا، حضرت علی و خیلی‌ها...، جناب حافظ، سعدی، فردوسی، عطار، این‌ها را دنبال بکنیم و اشعار را با جان و دل بخیریم.

پیغام‌های تلفنی

با سلام و درود خدمت استاد شهبازی و خانواده گنج حضور

خوشر از تجرید از تن وز مزاج نیست ای فرعون بی الهام گنج (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۷۴۵)

در من‌های ذهنی خاصیت دوگانگی بیشترین حالت را در ایجاد فرم همانیدگی‌ها دارند و این دوگانگی از سمت جهان و اشتیاق به آن می‌باشد. این در حالی است که یکی شدن و آمدن حضور، فقط و فقط در انتخاب یکتایی است.

آیا می‌توان در بارگاه الهی دویی را ایجاد نمود؟ نه، صراحتاً نمی‌توان پذیرفت. زیرا مرکز سخت و سست و غیر انعطاف تصمیمی جز همانیدگی را نمی‌تواند اتخاذ نماید. و شور و الهام در این بستر شوریده هرگز پدیدار نمی‌شود و زندگی بر دور باطل، افسردگی، خشم، حسرت و زمان روان‌شناختی مجازی از فرد شروع می‌شود.

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

فضای آرامبخش و معطر و انبساط، بستر نرم و لطیفی برای درک الهام و ایجاد خلاقیت در همانیدگی‌ها می‌گردد و عدم خلاقیت یا جهان ستم‌گری ذهن، فرعون مرکز ماست. که فقط و فقط بواسطه حضور است که می‌تواند مرکز ما و دیگران را صیقلی و پاک نماید.

جزو از کل قطع شد بیکار شد عضو از تن قطع شد مردار شد (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۳۶)

تا نپیوندد به کل بار دگر مرده باشد نبودش از جان خبر (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۳۷)



ور بجنبد نیست آنرا خود سَند عضو نو ببریده هم جنبش کند (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۳۸)

در ابیات بالا جناب مولانا صریحاً زندگی کنش‌ها و واکنش‌های ما را در طیف‌های گسترده آن را که در فکرهای من‌های ذهنی شکل گرفته و اجرا می‌شود را مردود و رد می‌نماید و تنها وصل و اتصال به کلیت ماجرا است. که باعث زندگی ما در ابعاد گسترده می‌گردد. این کلیت ماجرا هم چیزی نیست مگر در فضاگشایی. زیرا در این فضای گشوده‌شده موفق به درک فضای بالاتر از خود و مرکزمان می‌گردیم و می‌توانیم زندگی جاری شده از این فضا را درک و ثبت نماییم.

در یکی شدن جزء با کل راه‌های فراوانی، برکت، امنیت، عشق و حضور زندگی که از قبل ما را احاطه کرده است جریان می‌یابد.

اما من‌ذهنی بواسطه قضاوت و مقاومت ناآگاهانه خود مانع از درک حضور آن می‌شود و تنها چیزی که می‌تواند ما را در این جریان‌ات کمک کند. صبر کردن و حزم است که از جریان‌های دروغین من‌ذهنی دوری کرده و صبوری می‌کنیم تا دانش و جریان زندگی را دریابیم.

۱۶ - خانم لادن از کانادا

برداشتی از قصه سه ماهی (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، از بیت ۲۲۰۲)

مولانا در این قصه جنبه‌های مختلف بیداری انسان را در قالب قصه سه ماهی عاقل، نیمه عاقل، و نادان که در آنگیری زندگی می‌کنند، بیان می‌کند.

ماهی نماد انسان است، صیادان نماد جهان مادی، آنگیر نماد ذهن، و دریا نماد فضای یکتایی است. سه ماهی می‌تواند نماد انسان‌ها در سطوح مختلف هشیاری حضور و یا نماد میزان هشیاری حضور در یک انسان باشد. هر سه ماهی واقف به آمدن صیادان شده‌اند، یعنی انسان‌ها در ذات آگاه هستند که زندگی در آنگیر ذهن موقتی است و مقصود از آمدن به جهان مادی، گذر کردن از هشیاری جسمی و زنده شدن به هشیاری حضور است.

آنکه عاقل بود عزم راه کرد
عزم راه مشکل ناخواه کرد

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۰۶)

ماهی عاقل عزم به رفتن می‌کند. مولانا می‌گوید معنای حقیقی «حُبُّ الْوَطَنِ» را درست بشناس. وطن حقیقی انسان فضای یکتایی است و انسان در جهان مادی مسافر است. سفر از ذهن آغاز می‌شود و مقصد، آن سوی شطّ هشیاری حضور است.

گر وطن خواهی، گذر ز آن سوی شطّ
این حدیث راست را کم خوان غلط

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۱۲)

ماهی عاقل درنگ نمی‌کند، لزوم به سفر را دریافته و از مشورت با دو ماهی دیگر که می‌تواند نماد من‌ذهنی جمعی باشد دل برمی‌کند. مولانا می‌گوید به جز کسی که مسافر بودن خود را درک کرده‌است، کسی نمی‌تواند این تبدیل و لزوم به آن را درک کند.

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

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۳۲)



مَحْرَمِ آن آه، کمیاب است بس شب رَو و، پنهان رَوی کُن چون عَسَس

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۳۳)

این‌که مولانا می‌گوید مانند حضرت علی آه در چاه کن و همچنین پنهان رَوی را توصیه می‌کند، نشان می‌دهد که بازگو کردن نشیب و فرازِ مسیرِ تبدیل برای انسانی که در این مسیر نیست و مشورت خواستن از او، کمک‌کننده نیست. پنهان رَوی یعنی پوشیده نگه داشتنِ راز سفر و تبدیل، از ذهنِ خود و دیگران.

به شرط مداومت بر پرهیز و فضاگشایی، ماهی عاقلِ وجودِ ما یعنی مرکزِ عدم شده‌ما، راه بحرِ نور را طی می‌کند و به آن می‌پیوندد.

سینه را پا ساخت، می‌رفت آن حَذور از مقام با خطر تا بحرِ نور

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۳۵)

رفت آن ماهی، ره دریا گرفت راهِ دُور و پهنهٔ پهنا گرفت

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۳۸)

ماهی نیمه عاقل، رفتنِ ماهیِ عاقل را دیده اما فرصتِ همراهی با او را از دست داده و با آمدن صیّادان تلخ‌کام می‌شود. این صحنه می‌تواند نماد اتفاقاتِ تلخِ زندگی برای انسانی باشد که در مسیر همانیدن و ماندن در ذهن پیش رفته است. اتفاقاتِ تلخ توسط قضا، به منظور بیداری انسان از خوابِ ذهن پیش می‌آیند.

پس چو صیّادان بیآوردند دام نیم عاقل را از آن شد تلخ کام

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۴۱)

در نهایت چاره‌ای که ماهیِ نیمه عاقل برای رهایی از صیّادان جهان مادی می‌اندیشد، مُردن به من‌ذهنی است. یعنی بیکار و خاموش کردن من‌ذهنی و ابزارهایش و سپردن خود به جریانِ آبِ خردِ کل، یا در یک کلمه: تسلیم. می‌گوید می‌روم مانند خسی که بر جریان آب می‌رود، نه مثل یک سبّاح یا شناگر. پس در مسیر معنوی نباید دست و پا زد، بهترین کار تسلیم و سپردنِ خود به جریانِ آبِ زندگی است.



می‌روم بر وی چنانکه خَس رَوَد

نی به سَبَّاحی چنانکه کس رود

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۷۰)

مُرده گردم، خویش بسپارم به آب

مرگ پیش از مرگ، اَمَنست از عذاب

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۷۱)

ماهی نادان در آبگیر ذهن ماند و برای نجات، خود را به چپ و راست می‌زد، و در نهایت دچار آتش دردهای من‌ذهنی شد. در این حال، عقل او می‌گفت آیا هشدار دهنده‌ای نزد تو نیامد؟ و او در پاسخ می‌گوید بله. پس حتی ماهی نادان نیز حقیقت وجودی‌اش را به یاد می‌آورد، اما مولانا می‌گوید که این اقرار او، برای فرار از رنج است و به محض رها شدن، دوباره دچار نسیان می‌شود. بازگشتن به بحر نور، نیازمند مُدَکِّر یا به یادآورنده است که همان فضای گشوده درون و اتصال به عقل زندگی‌ست.

در پایان مولانا به انسانی که متصل به عقل زندگی نیست و هشیاری‌اش در ذهن است توصیه می‌کند که به من‌ذهنی مُرده شو و در پناه انسان عاقل و زنده به حضور قرار بگیری تا به دریای امن و عافیت حضور بییوندی.

عقل کامل نیست، خود را مُرده کن

در پناه عاقلی زنده سُخُن

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۱۹۹)

مولانا در غزل شماره ۲۴۴۳ می‌فرماید:

ای قطره گر آگه شوی، با سیلها هَم‌ره شوی

سِیَلت سوی دریا بَرَد، در ره نبینی آفتی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۴۴۳)

۱۷ - خانم ریحانه از استرالیا همراه با سخنان آقای شهبازی

تقریباً حدود یک سال و نیم پیش به دلیل داشتن قرین‌های بد و ناموس من ذهنی (حرف مردم) وارد رابطه اشتباهی شدم درحالی‌که از اول می‌دانستم اشتباه است. آن رابطه به یک ماه نرسیده تمام شد، ولی به دلیل اتفاقاتی که در آن یک ماه رابطه و بعد از تمام شدنش افتاد به شدت از آن شخص متنفر بودم در حدی که هر لحظه آرزو می‌کردم کاش می‌توانستم با ماشین آن‌قدر از روی این آدم رد بشوم که چیزی از او نماند.

هر بار که اتفاقی اسمی از این بنده خدا برده می‌شد و یا اتفاقی در کوچه و خیابان بهم برخورد می‌کردیم به شدت عصبانی می‌شدم و حس انتقام به سراغم می‌آمد.

باور اشتباه من این بود که من نمی‌توانستم قبول کنم که یک طرف رابطه من بودم و اشتباه اصلی را من خودم کرده بودم که اجازه دادم رابطه دوستی تشکیل بشود و مدام به دنبال فرار از واقعیت و انداختن تمام اشتباهات به گردن آن بنده خدا بودم.

چند ماهی که دارم روی خودم کار می‌کنم در تلاش بودم که این شخص را به چشم کسی که به من درد داده نبینم و امتداد آن شخص را ببینم ولی بی‌فایده بود و بیشتر درد و تنفر بود که بالا می‌آمد. سعی کردم در مقابل این اتفاق فضاگشایی کنم، بسیار سخت بود، ولی ادامه دادم تا این‌که متوجه شدم مشکل اصلی خودم هستم. من با کارافزایی بی‌جا مدام به خودم درد می‌دادم و این باعث شده بود که من امتداد آن شخص را نبینم و بیشتر درد و نفرت بالا بیاورم.

برای رهایی از درد من ذهنی، در مقابل آن بنده خدا این بود که باید معذرت‌خواهی می‌کردم و هر بار که می‌خواستم مسیح بدهم من ذهنی‌ام بالا می‌آمد و می‌گفت: اگر تو این کار را کردی و آن شخص برداشت دیگری کرد پیش خودش و دوباره شروع به پیغام دادن و زنگ زدن کرد و تو آن لحظه نتوانستی فضاگشایی کنی مسأله را که حل نکردی هیچ تازه کلی هم کارافزایی کردی، پس حالا ولش کن. در آخر تصمیم گرفتیم با دوستان گنج حضوری‌ام مشورت کنم ولی من ذهنی باز هم دلایلی می‌آورد و من را از انجام دادن این کار منصرف می‌کرد تا یک روز بدون فکر کردن گوشی را برداشتم و گفتم:

دست من اینجا رسید، این را بشُست

دستم اندر شستن جانست سُست

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۱۷)



ای ز تو کس گشته جان ناکسان دست فضل تست، در جان‌ها رسان

(مولوی، مثنوی، دفترچهارم، بیت ۲۲۱۸)

حدّ من این بود، کردم من لئیم زان سوی حد را نقی کن ای کریم

(مولوی، مثنوی، دفترچهارم، بیت ۲۲۱۹)

خیلی محترمانه مسیح دادم و عذرخواهی کردم و بقیه‌اش را به زندگی سپردم. زندگی هم جوابم را داد و برخلاف فکرهای من‌ذهنی از آن آدم جوابی دریافت نکردم.

این بیت:

یک زمان کار است بگزار و بتاز کار کوتاه را مکن بر خود دراز

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۸۱)

بیتی که این اواخر بارها تکرار شده بود و بارها خودم تکرار کرده‌بودم ولی اولین باری بود که آن قدر قشنگ متوجه می‌شدم من کار یک‌روزه را ماه‌ها با خودم حمل کرده‌بودم و تبدیل به درد کرده‌بودم.

آقای شهبازی:

خیلی زیبا، آفرین. خانم ریحانه از استرالیا. خیلی خوب بود آفرین. خوب این روزها به‌نظر خودتان شادتر و خوش‌بخت‌تر نیستید با این اشعار مولانا؟

خانم ریحانه: خیلی استاد، خیلی استاد هر روز خدا را شکر می‌کنم. هر ثانیه، هر دقیقه، هر لحظه خدا را شکر می‌کنم برای داشتن شما، برای داشتن این برنامه. خیلی ممنونم از شما استاد. واقعاً تغییر را من در این چند ماه توی خودم دارم می‌بینم هر لحظه.

آقای شهبازی: آفرین، خوب شما توصیه‌ای، پیشنهادی برای هم‌سن‌وسال‌های خودتان دارید؟

خانم ریحانه: استاد تنها توصیه‌ای که می‌توانم بکنم البته من خیلی کوچک‌تر از آن هستم که بخواهم کاری، چیزی بگویم ولی من چیزی که خودم انجام می‌دهم در این زمینه در این چند وقت که توانستم پیشرفت کنم اول این‌که



قانون جبران مالی را رعایت کردم و همیشه سعی کرده‌ام تا آن جایی که می‌توانم انجام بدهم و استاد جدیداً شروع کرده‌ام به نوشتن شکرگزاری و هرروز این کار را انجام می‌دهم و این خیلی به من کمک کرده و این‌که با برنامه هستم و قرین‌های بدم را تا آن جایی که توانستم کنار گذاشتم و با دوستان گنج حضوری سعی کردم بیش‌تر در تماس باشم و با برنامه و شما، این تنها چیزی بود که توانسته به من کمک کند استاد.

آقای شهبازی: آفرین، عالی، عالی.

گنج حضرت

۱۸ - خانم پریسا از کانادا همراه با سخنان آقای شهبازی

داستان سه ماهی که در دفتر چهارم مثنوی آمده‌است، از این قرار است که سه ماهی در آبگیری بودند. روزی صیادان به آن آبگیر می‌آیند. ماهی اول که ماهی عاقل است با اولین نشانه از وجود ماهی‌گیران، سریع آبگیر را ترک می‌کند و برای این کار حتی با ماهیان دیگر هم مشورت نمی‌کند. ماهی دوم در آنجا می‌ماند تا صیادان برمی‌گردند، در آن موقع متوجه می‌شود که چه اشتباهی کرده است که با ماهی عاقل نرفته است، اما می‌فهمد که پشیمانی دیگر فایده‌ای ندارد. این ماهی نیمه‌عاقل خود را به مردن می‌زند تا صیادان از او ناامید شوند و او را رها کنند، و اما ماهی سوم که نادان است در آبگیر می‌ماند، صیادان او را می‌گیرند و کباب می‌شود.

از همان بار اول که داستان سه ماهی را شنیدم، احساس کردم که من با هر سه ماهی ارتباط می‌گیرم و هر سه آن‌ها در برهه‌های مختلف زندگی‌ام در من بوده‌اند و هنوز هم هر سه آن‌ها در من موجود هستند، یعنی در هر لحظه من در یکی از این سه قالب می‌روم، و این‌که در قالب کدام ماهی می‌روم بستگی به سطح هشیاری من در این لحظه دارد.

قالب اول، ماهی عاقل:

آشنایی من با گنج حضور در ژانویه ۲۰۱۸، در پس یک طلب و جست‌وجوی بسیار شدید که از چند ماه قبل از آن آغاز شده بود، رخ داد. یک تشنگی معنوی خیلی خیلی زیادی را در شش ماه آخر سال ۲۰۱۷ تجربه کردم، و به‌خصوص یک ماه قبل از آشنایی با گنج حضور، من در آتش طلب برای شناخت می‌سوختم و هیچ‌چیز نمی‌توانست این عطش من را فرو بنشانند.

وقتی با گنج حضور آشنا شدم، شب و روز داشتم برنامه را گوش می‌دادم. یادم است که یکی از آشنایان نزدیکم به من می‌گفت: «حالا اگر می‌خواهی کمی پیشرفت بکنی و معنوی بشوی که زندگیاات بهتر شود، خوب است، ولی دیگر دنبال حضور نباش! نمی‌خواهد به حضور برسی.»

من هم آن موقع شدم آن ماهی عاقل که مشورتی با آن آشنا نکرد و راه دریا را پیش گرفت، گوش به حرف ندادم و کار خودم را کردم.

**گفت با اینها ندارم مشورت
که یقین سستم کنند از مقدرت
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۰۷)**



مهر زاد و بوم بر جانسان تند

کاهلی و جهلشان بر من زند

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۰۸)

یعنی گفتم من با کسی از دور و برَم مشورت نمی‌کنم، چون اگر مشورت کنم، کاهلی و جهل منِ ذهنی بر من می‌زند و نمی‌گذارد ادامه دهم.

دیگر دودستی چسبیدم به برنامه گنج حضور، و شب و روز با مولانا و سخنان آقای شهبازی مشورت کردم، آن هم در همه کارهایم از ریز تا درشت. مرتب خودم را با ترازوی گنج حضور و مولانا می‌سنجیدم و نقص‌ها و کزی‌های خودم را با این ترازو تصحیح می‌کردم.

مشورت را زنده‌ای باید نکو

که ترا زنده کند، و آن زنده کو؟

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۰۹)

ای مسافر با مسافر رای زن

زآنک پایت لنگ دارد رای زن

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۱۰)

یعنی فقط انسان زنده‌به‌حضور که خودش مسافر رفتن به دریای یکتایی است، مناسب مشورت است. فهمیده بودم که دیگر این دنیا جای ماندن نیست، و باید بروم آن طرف.

از دم حبّ‌الوطن بگذر، مایست

که وطن آن سوست، جان این سوی نیست

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۱۱)

گر وطن خواهی، گذر آن سوی شط

این حدیثِ راست را کم خوان غلط

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۱۲)

البته این را هم بگویم، این نکته که من باید از این‌جا بروم را من نفهمیده بودم، بلکه یک هشجاری بسیار هوشمند فهمیده بود. چون الآن که نگاه می‌کنم دانش معنوی جمع‌شده با ذهن، در آن موقع خیلی اندک بود. الآن بعد از گذشتن چهار سال، اطلاعات معنوی من خیلی بیشتر شده‌است، اما مقداری از آن هم با ذهن است. احساس



می‌کنم در آن اوایل آشنایی با گنج حضور، اقرار به ندانستن و طلب زیاد برای فهمیدن و یاد گرفتن، یک روزی را باز کرده بود که نیروی خلاق زندگی هدایت من را در دست گرفته بود و خودش من را پیش می‌برد و ذهنم کمتر دخالت می‌کرد.

و اما حالا همین جمله‌ای که الان گفتم، من را یاد ماهی دوم یا نیمه‌عاقل انداخت. چون این ماهی نیمه عاقل دید که بهتر است خودش را مُرده کند و بگذارد آب او را ببرد.

پس برآرم ایشکم خود بر زبر
پشت زیر و می‌روم بر آب بر
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۶۹)

می‌روم بر آب چنانک خس رود
نی به سبّاحی چنانک کس رود
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۷۰)

من هم چون در آن موقع آشنایی با گنج حضور «نمی‌دانستم» و در عین حال «می‌دانستم که نمی‌دانم»، خودم را به جریان آب زندگی که توسط برنامه گنج حضور در من جاری شده بود، سپرده بودم و فقط گوش به مشورت با زنده نکو بودم.

و اما ماهی نادان:

خوب همان پریسایی که گاهی فضاگشایی شدید می‌کند و با فضاگشایی جلو می‌رود، و در این مواقع ماهی عاقل می‌شود، و در زمان‌هایی خودش را مرده می‌کند و به جای به کارگیری معلومات ذهنی خود، گوش به مشورت با زنده نکو می‌دهد، یعنی می‌شود ماهی نیمه عاقل، همین پریسا پیش می‌آید که با ذهنش هم مشورت می‌کند و کاهلی و تنبلی هم می‌کند و می‌شود ماهی نادان و جاهل؛ همین است که می‌گویم در من هر سه ماهی فعال بوده و هنوز هم هست.

البته با آموزش‌های مولانا و آقای شهبازی فهمیده‌ام که ما لحظه به لحظه نو می‌شویم، و هم درون و هم بیرون ما در هر لحظه در یک وضعیت جدید قرار می‌گیرد. حالا سؤال این جاست که من چطور می‌توانم سطح هشیاریم را این قدر بالا ببرم که بیشتر ماهی عاقل باشم و کمتر ماهی نیمه‌عاقل و یا نادان؟!



متوجه شدم که این مسئله طلب خیلی مهم است، وقتی به خودم نگاه می‌کنم، می‌بینم در مواقعی ماهی عاقل می‌شوم که طلب و تشنگی خیلی زیادی دارم. ماهی عاقل در ابتدا در آبگیر بود و در دریا نبود. حالا من هم اگر هنوز به دریای بی‌پهنای یکتایی نرسیدم و از تمام محدودیت‌ها کاملاً آزاد نشده‌ام، با وجود این باز هم داشتن طلب و تشنگی شدید، من را تبدیل به ماهی عاقل می‌کند.

وقتی اسم ماهی عاقل می‌آید، ما زود یاد مولانا می‌افتیم، یاد مصطفی و هشیاری برگزیده می‌افتیم، یاد عیسی می‌افتیم. این‌ها هشیاری‌هایی هستند که به دریای یکتایی رسیدند، اما برای این‌که ماهی عاقل باشیم، لازم نیست زنده شدن به بی‌نهایت خدا در این لحظه در ما بالفعل برقرار شده باشد و ما کاملاً تبدیل شده باشیم.

همین‌که در این لحظه یک سری مشخصات زیر را در خود می‌بینیم، در این لحظه ماهی عاقل می‌شویم. البته ممکن است لحظه بعد دوباره به ذهن برویم و ماهی نادان بشویم.

و اما مشخصات ماهی عاقل چیست، و چطور می‌توانیم در این لحظه تبدیل به ماهی عاقل بشویم؟

اول این‌که ماهی عاقل با دل اصلی خود و با فضاگشایی عمیق جلو می‌رود:

سینه را پا ساخت می‌رفت آن حذور

از مقام با خطر تا بحر نور

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۳۵)

مواردی در زندگی‌ام بوده‌است که فضاگشایی‌های خیلی عمیقی کردم و خیلی هم در راه معنوی سرعت گرفتم (مانند ماهی عاقل)، اما وقت‌هایی هم فضاگشایی نکردم و تبدیل به ماهی نادان شدم.

دوم این‌که ماهی عاقل از طولانی بودن راه، پُرخطر بودن آن و دشواری‌ها و رنج‌های آن ابایی ندارد.

رفت آن ماهی ره دریا گرفت

راه دور و پهنه پهنه گرفت

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۳۸)

رنجها بسیار دید و عاقبت

رفت آخر سوی امن و عافیت

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۳۹)



مواقعی که فضاگشایی می‌کنم و با خرد زندگی هدایت می‌شوم، اصلاً ترسی از راه ندارم و مثل ماهی عاقل با فضاگشایی تند و سریع جلو می‌روم و پیشرفت می‌کنم، اما همین‌که خودم را با ذهنم می‌سنجم، تبدیل می‌شوم به ماهی نادان و در ماهی‌تابه می‌سوزم.

سوم این‌که ماهی عاقل تنها می‌رود. تلاشی نمی‌کند کس دیگری را با خودش ببرد.

گفت آن ماهی زیرک: ره کنم دل ز رای و مشورتشان بر کنم (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۳۱)

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

من مواقعی که تمام حواسم روی خودم متمرکز است، می‌شوم ماهی عاقل، ولی همین‌که دلم برای اطرافیانم می‌سوزد و می‌خواهم ایشان را هم با خودم ببرم، تبدیل می‌شوم به ماهی نادان و در ماهی‌تابه سرخ می‌شوم. چهارم این‌که ماهی عاقل پنهان‌روی می‌کند، بی سر و صدا می‌رود.

محرم آن آه کمیابست بس شب رو و پنهان‌روی کن چون عسس (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۳۳)

البته این را متوجه شده‌ام که من گاهی سر و صدایم زیاد است. تا یک مسئله معنوی را متوجه می‌شوم، می‌خواهم داد بزنم و به همه بگویم، بعد چون با گفتن و حرف زدن، با من ذهنی خودم قرین می‌شوم، زود تبدیل می‌شوم به ماهی نادان و در ماهی‌تابه می‌سوزم. این پنهان‌روی از آن مواردی است که باید بیشتر تمرین کنم. پنجم این‌که ماهی عاقل فهمیده بود که ذهن جای بسیار خطرناکی است و نمی‌شود در آن اقامت کرد.

همچو آهو کز پی او سگ بُود می‌دود تا در تنش یک رگ بُود (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۳۶)



خواب خرگوش و سگ اندر پی خطاست

خواب، در چشم ترسنده کجاست

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۳۷)

وقتی من ذهنی حمله می‌کند و یا دردها می‌آیند، زود متوجه خطر می‌شوم، اما عملکرد من در هنگام مواجهه با درد لزوماً مثل ماهی عاقل و فضاگشا نیست، گاهی فضاگشایی می‌کنم، ولی گاهی هم برای رفتن درد، از ذهنم و الگوهایش کمک می‌گیرم.

نمونه به‌ظاهر معنوی کمک گرفتن از ذهن، خواندن بیت‌ها در موقع درد است که ذهن من آن را وسیله‌ی رهایی من از درد می‌بیند، خواندن ابیات به فضاگشایی خیلی کمک می‌کند، مشروط بر این‌که با تأمل باشد، اما اگر از آن‌ها به‌عنوان وسیله‌ی ذهنی استفاده کنیم، بدتر از بحر یکتایی دور می‌افتیم.

کار خدا بی‌سبب است و شاید آن چیزی که من در آن لحظه حمله‌ی دردها واقعاً نیاز دارم تا آهوی هشیاری من سریع از دست سگ رها شود، فقط یک فضاگشایی خیلی عمیق است.

پس به‌طور کلی، وقتی که جریان‌ات زندگی خودم از زمان آشنایی با گنج حضور را در زیر چراغ داستان سه ماهی بررسی می‌کنم، متوجه می‌شوم مواقعی عملکرد من مثل ماهی عاقل بوده‌است که:

۱ - اولاً فضاگشایی عمیق کرده‌ام.

۲ - دوماً تمرکز روی خودم بوده و نخواستم کس دیگری را با خودم در این راه ببرم.

۳ - سوماً با کسی جز زندگی و مولانا و گنج حضور مشورت نکردم.

۴ - و چهارم این‌که طلب و عطش خیلی زیادی داشتم و می‌دانستم که نمی‌دانم و باید از مولانا و گنج حضور یاد بگیرم.

آقای شهبازی: شما چه پیشنهادی دارید؟ چه توصیه‌ای دارید به همراهانمان؟

خانم پریسا: آقای شهبازی من کوچک‌تر از این هستم بخواهم توصیه‌ای کنم، ولی خوب از درسی که از مولانا از این داستان سه ماهی گرفتم، فکر می‌کنم همین چهار مورد خیلی مهم هست که آخر لیست کردم که فضاگشایی عمیق را تمرین بکنیم و خوب این فقط هم با تمرین هست.



اوایل که با گنج حضور آشنا می‌شویم، خوب این فضاگشایی ما خیلی بد است. اصلاً شاید خیلی ذهنی باشد ولی با تمرین کردن بهتر می‌شویم در فضاگشایی.

دوم این که تمرکزمان فقط روی خودمان باشد و هیچ اصلاً حتی یک‌ذره هم حتی نخواهیم. حتی در دلمان هم نخواهیم که حتماً کسی، کس دیگری با ما در این راه بیاد. چون این از من ذهنی هست.

آن ماهی عاقل اصلاً نرفت مشورت کند با دیگران برای این که شما هم با من بیایید. چون می‌دانست که اگر خودش برود به آن دریای یکتایی برسد آن وقت به بقیه می‌تواند کمک کند همان، شاید همان ارتعاش بود که ماهی نیمه‌عاقل هم از او یاد گرفت و فهمید که باید نجات پیدا کند.

و دیگر این که در این راه فقط با زندگی و مولانا و گنج حضور مشورت کنیم و طلب هم فکر می‌کنم از همه‌اش مهم‌تر است، اگر بتوانیم این طلب و عطش خیلی زیاد را در خودمان همیشه داشته باشیم و بدانیم هیچ چیزی در این زندگی برای ما مهم‌تر از رسیدن به زندگی نیست، آن وقت هست که این سرعت پیشرفتمان را خیلی بالا می‌برد.

◆◆◆ پایان بخش دوم ◆◆◆



۱۹- آقای پویا از آلمان همراه با سخنان آقای شهبازی

عرض می‌کنم به حضورتان که این بیتی که هفته قبل خواندم هنوز کار می‌کند. من یک بار می‌خوانم آن را

نَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُوحِي رَسِيدَةً
غم بیش و غم کم را رها کن
 (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۹۰۵)

من نمی‌دانم افراد دیگر چطوری هستند؟ یا انسان‌های دیگر؟ ولی من خیلی «غم کم و بیش» دارم. چرا قرارداد کاری‌ام این طوری است؟ چرا آن یکی تشویق‌ام نمی‌کند؟ چرا حقوق کم است؟ چرا آن یکی زیاد است؟ چرا برای شما زیاد است؟ کلاً این «غم بیش و کم» وقتی که این بیت را می‌خوانم، خیلی به من کمک می‌کند که در این لحظه خداوند می‌گوید، من در روح تو دمیده‌ام و تو به هیچ چیزی نیاز نداری، «غم بیش و کم» را رها کن.

یک توضیح کوچک فقط در همین بیت، می‌خواهم یک بیتی را که شما خیلی وقت است می‌خوانید، ولی یک کم اواخر بیشتر برای من راه خودش را به من نشان داده، صحبت بکنم. این بیت، یک بیت معروفی که شما می‌خوانید:

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

این «کمین» جایی است که ما به دام می‌افتیم. جایی است که، یک «کمین‌گاهی» که آدم پایش می‌لغزد، تمام شکایت‌ها، تمام قضاوت‌ها، تمام مقاومت‌ها، «کمین‌گاهی» هستند که ما در آن‌ها می‌غلطیم، یعنی می‌افتیم، به دام می‌افتیم.

برای هرکسی نمی‌دانم برای دیگران چطوری است؟ ولی برای من یک سری همانندگی‌های تکراری هستند که بی تکرار می‌شوند، با ابزار ذهن. و «کمین‌گاه‌هایی» هستند که من خیلی با ذهن مثلاً می‌خواستم از آن‌ها رها بشوم، که نمی‌شود و اصلاً راه ندارد.

ولی وقتی که این بیت را می‌خواندم خیلی آرام می‌شدم و می‌دانستم که از «کمین‌گاه، بی صبر و حزم کسی» نمی‌تواند بجهد و فرار بکند. پس وقتی که ذهن حمله می‌کرد من می‌گفتم که «بی صبر و حزم» کسی نمی‌تواند از «کمین»



شکایت رها بشود، از «کمین» قضاوت رها بشود. پس این «صبر» کردن و «حزم» داشتن خودش یک دفعه به خاموشی منجر می‌شود.

«حزم را خود، صبر آمد پا و دست» و در ادامه مولانا می‌گوید که «حزم» یا آن دوراندیشی یا آن چند قدم را جلوتر دیدن و، چون در ادامه آن هم می‌گوید که «دام چرب و نوش» هست آن، تو این «دام چرب و نوش» را می‌بینی. «حزم» آن است که بدانی که آن چیزی که ذهن برای تو نشان دارد می‌دهد، «دام چرب و نوش» است ولی پای تو را گیر می‌اندازد و برای تو «کمین» کرده‌است.

«حزم را خود، صبر آمد پا و دست» و تشبیه جالبی است به‌نظر من، اگر «حزم» را یک انسانی تصور بکنید، یا یک موجودی، می‌گوید این «حزم» را هم باید بدانی که «دست و پایش صبر» است. یعنی اگر یک آدم باشد، دو تا پا و دو تا دست داشته باشد، کلاً چهار چرخش باید صبر باشد.

من این بیتی را که می‌خوانم اصلاً نمی‌توانستم حفظ بشوم. همه‌اش هم آخر آن را جابه‌جا می‌خواندم. یعنی آخر آن را می‌گفتم «صبر را خود، حزم آمد پا و دست» بعد با خودم می‌گفتم «صبر را حزم آمد پا و دست» یا «حزم را صبر آمد پا و دست»؟

خلاصه یک بیتی بود که یک کمی کمک می‌کند. من بیشتر از این وقتتان را نمی‌گیرم.

آقای شهبازی: «صبر» ما را مستقیم، فوراً به زندگی وصل می‌کند، به خداوند وصل می‌کند. «صبر» خیلی بالاتر از «حزم» است، «حزم» خیلی موقع‌ها درواقع تفکر براساس یک الگو است. مثلاً شما همین بیت را که می‌خوانید این حزم است. توجه می‌کنید؟

و «کمین» هم بیت جالبی است برای همین من مرتب می‌خوانم. «کمین» می‌دانید یعنی چه که؟ خیلی خوب معنی کردید. فرض کن که شما الآن کار می‌کنید، آخر هفته، حالا هفته‌ای حقوق می‌گیرید شما یا ماه؟ ماهیانه می‌گیرید؟ **آقای پویا:** در آلمان ماهیانه حقوق می‌گیرند.

آقای شهبازی: ماهیانه، آمریکا بعضی‌ها هفته‌ای می‌دهند، بعضی‌ها دو هفته‌ای، خیلی کم ماهیانه هست. به‌هر حال فرض کنید شما آخر ماه حقوقتان را گرفته‌اید گذاشته‌اید در جیبتان، جیب بغلتان، دارید راه می‌روید، بشکن می‌زنید و آواز می‌خوانید، الآن می‌برم پولم را خرج می‌کنم.



یک دفعه دو نفر جلوی شما سبز می‌شوند می‌گویند که می‌شود آن پولی که الان گرفتید را بدهید به ما؟ خوب در این جا از «کمین» آمده‌اند بیرون. یک جایی پنهان شده بودند، یک دفعه سبز شدند جلوی شما، حواسشان بود که آقا پویا الان حقوقش را گرفته و گذاشته در جیبش. هنوز هم خرج نکرده، همه‌اش آن جاست از دستش بگیریم.

برای همین می‌گوید «کمین» کردند. برای ما هم که هشیاری از آن‌ور می‌آییم از پیش خداوند، بشکن می‌زنیم، آواز می‌خوانیم، یک دفعه من‌ذهنی «کمین» کرده است. و همین همانیدگی‌ها که وارد این جهان می‌شویم، یک دفعه متوجه می‌شویم که پدر و مادرمان می‌گویند که این پول مهم است.

حالا به حرف هم نمی‌گویند همین که رفتار می‌کنند ما می‌بینیم سر پول اوقات تلخی می‌کنند، نگران می‌شوند، نمی‌دانم از آن‌ور پدرمان می‌گوید که اگر کارم را از دست بدهم چه می‌شود؟ همه نگران می‌شوند و خوب این کار چه ارزشی دارد؟ برای این که از آن پول درمی‌آید.

بالاخره ما می‌فهمیم پول خیلی چیز مهمی است. و «کمین» کرده بیاید مرکز ما، ما از طریق آن عینک ببینیم. پس خیلی چیزها در راه هشیاری «کمین» کرده‌اند، پنهان شده‌اند که یک دفعه سر بیرون می‌آورند.

الآن هم می‌بینید که به‌عنوان هشیاری خیلی چیزها سر راه شخص شما «کمین» کرده‌اند و شما مرتب به اصطلاح دارید راه می‌روید، بالاخره سر می‌زنند از یک جایی. مثلاً اگر شما بخواهید ازدواج کنید بالاخره باید با یک خانمی آشنا بشوید، یا دنبال کار می‌گردید شاید کار بهتری پیدا کنید یا یک موضوع دیگری، این‌ها «کمین» کرده‌اند.

هی جلو که می‌روید، یکی می‌آید بالا، می‌گویید حالا چکار کنم؟ «صبر و حزم». می‌گوید از این «کمین‌گاه» از این خطرها فقط با «صبر و حزم» می‌شود جست. ولی مردم نه «صبر» دارند، نه «حزم» اصلاً. من‌ذهنی‌شان را گرفتند به‌عنوان قلاووز و پیشوا، دنبالش می‌روند.

فکر می‌کنند این اختیاری که دارند، درواقع من‌ذهنی‌شان دیکته می‌کند، این واقعاً اختیار است. در بیت‌های برنامه ۹۱۹ بود، می‌گفت که «اختیارت را بی‌اختیار کن. اختیارت را بی‌اختیار کن» والسلام. یعنی اختیار من‌ذهنی را بکن اختیار زندگی. «صبر» کن، «صبر» بدون فضاگشایی امکان ندارد.

امروز تفاوت بین «صبر» و تحمل را گفتند. تحمل مال من‌ذهنی است. شما مرتب عصبانی می‌شوید، چیزهای به اصطلاح خشن به من می‌گویید من فضا را باز نمی‌کنم «صبر» کنم، من تحمل می‌کنم، یا می‌ترسم، یا می‌ترسم روابطم به هم بریزد، پس بنابراین تحمل می‌کنم.



تحمل آخرش منفجر می‌شود. «صَبْر، صَبْر» اوضاع را درست می‌کند. «صَبْر» خردمندی زندگی را می‌آورد به زندگی ما. و تحمل درواقع بی‌خردی من‌ذهنی را می‌آورد. می‌بینید چقدر فرق دارد، و بیشتر مردم تحمل می‌کنند.

یک آقا یا خانمی که با هم زندگی می‌کنند می‌گویند که حالا الآن چیزی نگویم دعوا می‌شود، ولی یادش می‌ماند که چه گفته، تحمل با کینه همراه است، رنجش همراه است، با خشم همراه است. صبر هیچ‌کدام از این‌ها را ندارد، خالی است، مرکز عدم است. خواستم فقط، گفتم توضیحی بدهم که این، همین «کمین، صبر، حَزْم» بسیار بسیار مهم‌اند. بفرمایید.

شما باید، همه ما باید مواظب «کمین» باشیم که از پشت دیوار وقتی داریم راه می‌رویم از، سر پیچ خیابان می‌رسیم، از آن‌ور چه درمی‌آید جلوی ما؟ حادثی می‌آید که ما شاید پیش‌بینی‌اش نکرده‌ایم، ولی وقتی پیش می‌آید گاهی اوقات این حوادث و وضعیت‌ها به‌خاطر این‌که کارهایی در گذشته کرده‌ایم، ما حواسمان نبود، پیش می‌آید. و وقتی پیش می‌آید، دوباره «صبر و حَزْم»

مسائلی ما در زندگی داریم الآن، که این مسائل درواقع نتیجه کارهایی است که ده سال پیش کرده‌ایم. توجه می‌کنید؟ خیلی‌ها مثلاً در جوانی ورزش نمی‌کنند. ورزش که نمی‌کنند که هیچ، مشروب هم می‌خورند، نمی‌دانم بعضی چیزها را هم، دودها را هم مصرف می‌کنند و وقتی این کارها را می‌کنند درواقع اورژانس نیست، کار مهم را انجام نمی‌دهند.

کار مهم، ورزش است. کار مهم، اجتناب از چیزهایی است که ضرر دارد ولی کارهای مهم اورژانس نیستند. مثلاً شما نشستید خانه اورژانس نیست شما بلند شوید بروید ورزش می‌گویید حالا نشستیم فیلم تماشا می‌کنیم. ولی مهم است، چیزهای مهم به‌تدریج در زندگی ما اثر می‌گذارند.

ولی وقتی کسی ده سال، بیست سال، ورزش نکرده و آن کارها را هم کرده، یک‌دفعه وقتی سکت می‌کند، می‌شود اورژانس.

کارهای مهم را وقتی انجام نمی‌دهیم همیشه اورژانس می‌شوند و الآن می‌بینیم که حادثی پیش می‌آورد که ما را فلج می‌کند و حالت فوریت پیدا می‌کند. امروز مثلاً فرض کن من پنج تا قرار گذاشتم، صبح بیدار شدم دیدم باید بروم دکتر برای این‌که قلبم ناراحت است. مثلاً می‌گویم، خوب این می‌شوید اورژانس آن پنج تا قرار می‌رود کنار، می‌بینید که اول ما باید ما چیزهای مهم را پیدا کنیم در زندگی‌مان به‌تدریج هرروز این‌ها را انجام بدهیم.



یکی از آن‌ها همین ورزش است، توجه به غذاست. توجه به غذا نمی‌کنیم ما، مهم است ولی اورژانس نیست، در طول زمان، یک سال، دو سال، سه سال می‌بینید که ذره ذره ما داریم چاق می‌شویم.

بله توجه به کیفیت غذا مهم بوده ولی اورژانس نبوده، مردم همیشه، من‌های ذهنی همیشه به اورژانس می‌پردازند، فوری شد، اجتناب از جنگ مثلاً برای جمع برای کشور، اجتناب تا آن‌جا که مقدور است، یا حتی نزاع در بین افراد در خانواده بسیار مهم است تا آن‌جا که «صبر» کنی، «حزم کنی» هزارتا کار کنی به نزاع و دعوا نرسی و همین‌طور جنگ‌های بزرگ راه نینداری.

وقتی راه افتاد چیزها اورژانس می‌شود، یکی زخمی می‌شود، یکی نمی‌دانم می‌میرد، وقتی می‌میرد باید عزا بگیریم، دفنش کنیم، بچه‌هایش می‌مانند، هزار تا مسئله اورژانس پیش می‌آید که جلوی کارهای مهم را می‌گیرد. پس مهم است که نگذاریم کارها در زندگی فردی‌مان و جمعی‌مان اورژانس بشود به موقع این‌ها را انجام بدهیم.

آقای پویا: من یک‌بار دیگر بیت را می‌خوانم:

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

من فقط سه بیت آخر را می‌خوانم خداحافظی می‌کنم:

گفت پیغمبر که: بر رزق ای فتا
در فرو بسته‌ست و بر در قفل‌ها
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۸۵)

جنبش و آمد شد ما و اکتساب
هست مفتاحی بر آن قفل و حجاب
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۸۶)

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

۲۰- صحبت‌های آقای شهبازی پیرامون طلب و ضدطلب

واقعاً این طلب خیلی مهم است. من ذهنی طلب که ندارد هیچ، ضد طلب هم دارد. کاهل است، چون مرکزش درد دارد. در مرکز درد نمی‌خواهد حالش خوب بشود درست مریضی که می‌داند مریض است ولی نمی‌خواهد حالش خوب بشود.

یک مریضی اول باید طلب داشته باشد، بلند شود برود دکتر بگوید هرچور شده می‌خواهم خوب بشوم ولی وقتی خودش دلش می‌خواهد بد بشود دکتر نمی‌تواند کاری انجام دهد، توجه می‌کنید؟ طلب به این علت در ما کاهل است که نمی‌خواهیم، چرا قانون جبران را انجام نمی‌دهیم؟ چرا کارهایی می‌کنیم به خودمان ضرر می‌زنیم؟ برای این‌که طلب و،

طلب یعنی خواستن، اصلاً خواستن، من می‌خواهم این کار انجام بشود؟ شما خواهید دید که نمی‌خواهید، اگر می‌خواستید ابزارها دستتان است.

همین برنامه گنج حضور که سارا خانم هم گفته از اول تاریخ اولین بار است که دانش یک انسان بزرگی مثل مولانا که نظیرش نیست در اختیار مردم عادی قرار می‌گیرد حتی در روستاها، به این سادگی.

برای این‌که تکنولوژی هست الآن و طلب نشان دادن آن‌ها هم هست، طلب بخش آن هم هست. گروه گنج حضور دارند. ما زحمت زیادی می‌کشیم تا این ابیات را به معرض دید شما بیاوریم که در هر جا که هستید از هر طبقه که هستید؛ ثروتمند هستید، فقیرید، امروزه دیگه کسی که بی‌خانمان است یک دانه از این چیزها دارد، از این تلفن‌ها، حتی در خیابان هم می‌خواهند مردم این‌جا از این‌ها دارند، در خیابان می‌خواهند ولی این را دارد.

با این می‌تواند دسترسی پیدا کند به این ابیات بنابراین شما باید در خودتان ببینید طلب دارید یا اصلاً طلب ندارید ولی ضد طلب دارید که می‌خواهید حالتان همیشه بد بماند، نگوئید این غیرممکن است درست همین‌طور است. طلب نداریم ما اگر طلب داشته باشید یک دفعه می‌بینید که همه‌جا ابزار می‌شود برای شما.

یک مریضی که طلب داشته باشد دکتر پیدا می‌شود فوراً می‌پرسد خودش دنبالش می‌گردد دکترش را پیدا می‌کند.

۲۱- خانم یلدا از تهران

هفته قبل پیش یکی از آشنایان رفتیم. بعد از گذشت مدتی یک‌دفعه شروع به حرف زدن با من کرد. آن فرد داشت می‌گفت که رابطه و معاشرت خیلی مهم است. به محض این‌که شروع کرد دیدم حرف‌هایش بوی قضاوت و حبر و سنی می‌دهد اما با خودم گفتم زندگی دارد از طریق این فرد به من پیام می‌دهد، شکر می‌کنم و گوش می‌کنم. اما نتوانستم. به قدری صحبت‌هایش طولانی شد و به قدری قضاوتی که می‌کرد و دردی که می‌ریخت زیاد بود که من فقط دیدم سمن‌زار رضا آشفته شده و من به قبض افتادم. همین‌که ساکت شد و از من فاصله گرفت سه بیت زیر به ذهنم آمد.

بو نگه‌دار و بپرهیز از زُکام
تن بی‌پوش از باد و بُودِ سردِ عام
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۸۷)

تا نینداید مَشامت را ز اثر
ای هواشان از زمستان سردتر
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۸۸)

چون جَمادند و فسرده و تن‌شِگرف
می‌جهد آنفاسشان از قَلِّ برف
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۸۹)

این سه بیت به من گفت فضا را باز کن و بوی عشق را از فضای گشوده‌شده بگیر و حواست باشد مرض همانیدگی‌ها مشامت را از اثر نیندازد، این انسان‌های همانیده که جامدند، مرکزشان جسم است، درد است، افسرده‌اند و من‌ذهنی بزرگی دارند انرژی‌شان از سرمای درونشان می‌آید و مشام تو را از کار می‌اندازند. کمی بیت‌ها را تکرار کردم و موج درد نشست که بیت حضرت عطار به من گفت، حواست هست تمرکزت رفته روی دیگران و از خودت غافل شدی؟ این طوری که چیزی از طرف زندگی به تو نمی‌رسد.

چون تو مشغولی به جویاییِ عیب
کی کنی شادی به زیباییِ غیب؟



عیب جويا! تو به چشم عیب‌بین کی توانی بود هرگز غیب‌بین؟ (عطار، منطق‌الطیر، عذر آوردن مرغان)

دیدم من از خودم غافل شدم، من هم به واسطهٔ دردی که وارد شده دارم آن فرد را قضاوت می‌کنم. یادم افتاد حضرت مولانا می‌فرماید ما نصفمان از عیبستان و نصفمان از غیبستان است، ما حضور و من‌ذهنی در کنار هم هستیم، پس خوش به حال کسی که هر عیبی دیگران می‌گویند به خودش می‌گیرد.

ای خنک جانی که عیب خویش دید هرکه عیبی گفت، آن بر خود خرید (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۳۴)

زانکه نیم او ز عیبستان بدهست و آن دگر نیمش ز غیبستان بدهست (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۳۵)

به خودم گفتم من کامل نیستم، من‌ذهنی دارم، الآن هم به من‌ذهنی من برخورده است، کاملاً هم ایمان دارم که انتقاد آن فرد وارد است، پس شکر می‌کنم که زندگی دارد از طریق این فرد به من تذکر می‌دهد که الآن وقت تغییر است. اگر عیب من معلوم نشود چجوری بکشم کنار، بگذارم زندگی کار کند و مس من‌ذهنی من را به طلا تبدیل کند؟

خواری و دونی مس‌ها برملا گر نباشد، کی نماید کیمیا؟ (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۰۹)

اگر من نپذیرم عیب دارم، نیاز به کمک دارم، چجوری کیمیا بیاید؟ چجوری ممکن است اصلاح شوم؟ اگر ناموس من‌ذهنی مانع شود عیبم را ببینم و بپذیرم چجوری ممکن است تبدیل شوم؟ حضرت عطار به من می‌گوید: «تا تو می‌رنجی منی داری هنوز»، همین منی و آبروی صد منی در این اتفاق من را به درد انداخت، دیدم چقدر بی‌خود خودم را جدی می‌گیرم. منی اصلاً وجود ندارد، یک زندگی است که دنبال آزاد کردن خودش از این گِل است. تنها اختیار من در این لحظه این است که نباشم، فضا را باز کنم، نیست شوم و وارد کارگاه صنع زندگی شوم.



کارگاه صُنْعِ حَق، چون نیستی است پس برون کارگه بی‌قیمتی است

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۶۹۰)

غیر از نیستی و صفر شدن نسبت به من ذهنی هر چیزی من را از کارگاه زندگی خارج می‌کند و خارج این کارگاه من ذهنی بی‌ارزشی بیش‌تر نیستم. پس چیزی به‌عنوان من وجود ندارد که بخواهد به او بربخورد. حضرت عطار هر لحظه به من می‌گوید:

تو مباش اصلاً، کمال این است و بس تو ز تو لا شو، وصال این است و بس

(عطار، منطق‌الطیر، فی التوحید باری تعالی جل و علا، حکایت عیاری که اسیر نان و نمک خورده را نکشت)

این اتفاق یادآوری کرد کمال این تصویر ذهنی را رها کن، نیست شو، اگر نیست شوی زندگی می‌شوی که کامل است. تو فقط نیست شو، اتفاقات هم فقط برای این است که نیست شوی ولاغیر.

چراغ‌هایی از داستان ماهیان که از دفتر چهارم از بیت ۲۱۹۹ شروع می‌شود:

**چند صیادی سوی آن آبگیر
برگذشتند و، بدیدند آن ضمیر**
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۰۴)

**پس شتابیدند تا دام آورند
ماهیان واقف شدند و هوشمند**
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۰۵)

۱. همه‌شمولی بانگ ارجعی

می‌گویند تمام انواع ماهیان از خطر صیاد باخبر شدند. تقریباً همه ما این تجربه را داریم که پس از دچار شدن به بلا و درد ناشی از رفتن در جهت یک همانندگی با خود می‌گوییم از اول هم می‌دانستم نباید دنبال این کار باشم از اول هم حس کردم این کار عاقبت خوشی نخواهد داشت، ای کاش آن حس سوظنم را جدی گرفته بودم. یعنی تمام انسان‌ها به نحوی از این‌که در ظاهر وضعیت‌های دنیا دام‌هایی پهن شده است و این‌که هنگام رفتن به سوی علاقه‌مندی‌ها بایستی با احتیاط رفتار کرد باخبر شده‌اند، ولی تفاوت آدم‌ها با هم در میزان جدی گرفتن این هشدار یعنی بانگ ارجعی و نوع برخورد با آن است.

آنکه عاقل بود عزم راه کرد
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۰۶)

۲. دفع خطر احتمالی شرط عقل است:

تفاوت ماهی عاقل این بود که هشدار مربوط به خطر دام‌های جهان را بسیار جدی گرفت و عزمش را جزم کرد که به هیچ عنوان در تله صیاد یعنی وضعیت‌های دنیا نیوفتد. ماهی عاقل متوجه شد تا وقتی در آبگیر یعنی حوزه دید و فکر عقل جزئی باشد خطر صیاد او را تهدید خواهد کرد او درک کرد که هیچ‌کدام از این دره‌هایی که آبگیر ذهن را به باغ سبز نشان می‌دهد ارزش به خطر انداختن جاننش را ندارد پس گفت من حتی یک درصد هم ریسک نمی‌کنم و اصلاً در این آبگیر نمی‌مانم.

پس متوجه می‌شویم انسان عاقل کسی نیست که کلی علم و دانش و فن برای بهره‌مندی هرچه بیشتر بهتر از جهان داشته باشد و انسان عاقل کسی نیست که بگوید من می‌دانم و من می‌توانم تدبیراتی بچینم که علی‌رغم استفاده از الگوهای ذهنی‌ام و رفتارهای دل‌به‌خواهی هیچ آسیبی از جهان نخورم، بلکه انسان عاقل کسی است که به عقل جزئی‌اش یعنی به تمام باورها و الگوهای رفتاری و تمایلاتش سوطن دارد. انسان عاقل کسی است که خطر شکارچی بودن وضعیت‌ها را خیلی جدی گرفته و در بو کشیدن دام‌های هوشیاری شامه بسیار تیزی دارد او به محض حس کردن علائم هشدار دهنده بدون درنگ اختیار استفاده از ابزارهای ذهنی اش را می‌اندازد.

عزم راه مشکل ناخواه کرد

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۰۶)

۳. راه ترک کردن هوشیاری جسمی آسان نیست:

خاموش کردن ماشین دید و هوشیاری جسمی آسان نیست زیرا چرخ‌های این ماشین نه تنها به طول مدت عمر ما بلکه به قدمت تاریخ بشر دور گرفته و سرعت بالایی دارد و متوقف کردن آن مستلزم کاربرد نیروی ترمز عظیمی می‌باشد که ممکن است درد جسمی و هیجانی و یا حتی هزینه‌های دیگری را ایجاد کند و این برای هیچ انسانی آسان نیست ولی باز تفاوت عاقل این هست که او آگاهانه سختی این راه و کشیدن درد هوشیارانه و پرداخت هر گونه هزینه‌ای را با اراده شخصی به جان می‌خرد چرا که عاقبت خوشی‌های کاذب و آفل آبگیر ذهن را که ماهیتابه صیادان است از پیش دیده.

گفت: با اینها ندارم مشورت که یقین سستم کنند از مقدرت

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۰۷)

۴. قرین نشدن با سست نهادان:

نکته ی بسیار چشمگیر در مورد ماهی عاقل این است که او در همه موارد فوراً می‌تواند خودش را صفر بگیرد، او همچنان که برابر خطر صیاد هیچ اظهار پهلوانی نکرد و هیچ می‌دانمی نگفت برابر قرین هم همین موضع را داشت و اصل را بر پیشگیری گذاشت و درباره این موضوع با دیگران چیزی نگفت چرا که احتمال داد که خوی سستی جمع تنبلان و جهل و گمراهی دید جمعی بر او هم نفوذ کند و او را در تصمیمی که گرفته مردد کند. در



واقع ماهی عاقل برای این عاقل نبود که برابر اثر جمع نفوذ ناپذیر بود بلکه نشان خردمندی‌اش این بود که او تاثیر قرین را اصلاً نادیده نمی‌گرفت و با دقت زیادی خودش را از محدوده اثر قرین بد حفظ می‌کرد.

از دَمِ حُبِّ الْوَطَنِ بگذر مایست
که وطن آن سوست، جان این سوی نیست
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۱۱)

گر وطن خواهی، گذر ز آن سوی شط
این حدیث راست را کم خوان غلط
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۱۲)

۵. تبدیل کاهلیِ وطن‌دوستی به نیروی پیشرانه:

هر باشنده‌ای به روشی که زندگی می‌گذرانده عادت دارد و به رفتارهایی برای تعامل با محیط خوی گرفته و بدون صرف هیچ زمان و تولید اندیشه نو همان قبلی‌ها را به کار می‌گیرد که این برای فرد راحتی و امنیت ذهنی خاصی ایجاد می‌کند که به حُبُّالوطن تشبیه شده.

یعنی ما اقامت در وطن خودمان را در قیاس با اقامت در یک محیط ناشناخته بیشتر دوست داریم زیرا در وطن خودمان اولاً زبان ما و بقیه یکی است و همدیگر را می‌فهمیم. دوماً جای همه چیز را می‌شناسیم و کوتاهترین و بهترین راه‌های رسیدن به هر جایی را هم بلدیم، برای همین هر کاری خیلی آسان و نرم انجام می‌شود، ولی در محیط جدید ممکن است خریدن نان هم به چالش تبدیل بشود که آن موقع متوجه می‌شویم ما وطنمان را خیلی دوست داریم و دلمان می‌خواهد به وطنمان باز گردیم.

ماهی عاقل هم هنگام ترک ذهن و دنیای شناخته هوشیاری جسمی این موضوع حبالوطن را احساس کرد و در خودش این تمایل به استمرار روش دید و فکر و واکنش و خوی قبلی را احساس کرد ولی از آنجایی که خردمند بود به این موضوع هم از زاویه متفاوتی نگاه کرد و این‌گونه استنباط کرد که درست است که من احساس حبالوطن دارم ولی این برکه محدود حادثه خیز ذهن که وطن واقعی من نیست.

این عادت من به خوی هوشیاری جسمی مثل این است که یک شاه اسیر شده و به تبعیدگاهش خوی گرفته باشد و نخواهد به سرزمین خودش که آنجا پادشاه است برگردد!

و ما هم می‌توانیم این‌گونه استنباط کنیم که اگر من به این جزیره کوچک تبعیدی و بی امکانات دید جسمی این گونه علاقمند شده‌ام و خوی گرفته‌ام پس در سرزمین اصلی خودم در فضای بی‌نهایت و ابدی که منبع آفرینش است چگونه استقرار و ثبات و قرار عمیقی می‌توانم داشته باشم! و ماهی عاقل با این استنباط بر کاهلی هوشیاری جسمی فائق آمد و بیشتر راغب شد تا برکه را ترک کرده و خودش را به اقیانوس یکتایی برساند.

و این فرمایش حضرت رسول هم که فرموده‌اند "دوست داشتن وطن از نشانه‌های ایمان است" منظور همین وطن اصلی یعنی فضای یکتایی هوش کلی است.

سینه را پا ساخت، می‌رفت آن حذور

از مقام با خطر تا بحر نور

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۳۵)

۶. رفتن با شرح صدر:

ماهی عاقل آنگیز کوچک خطرناک هوشیاری جسمی را به سوی منبع هوشیاری ترک کرد ولی نه به وسیله متداول و معمول یعنی استفاده از تدبیرات و دانش ذهنی و نه با جایگزین کردن فکر و باور جدید به جای قبلی‌ها بلکه با شرح صدر و فضاگشایی و پرهیز از تمام سبب‌ها و صفر کردن قضاوت خوب و بد این لحظه و صفر کردن مقاومت ذهنی یعنی خواستن چیزی از این لحظه و یا نخواستن این لحظه، یعنی ماهی عاقل با محو و عدم شدن از عقل جزئی رفت.

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۸۰)

۲۳- خانم پروین از استان مرکزی

در برنامه ۹۱۱ گنج حضور استاد شهبازی فرمودند فکر کنید چه چیزی را در زندگی‌تان دارید که از شدت نزدیکی آن را نمی‌بینید و قدرش را نمی‌دانید؟

سارای عزیز در یکی از پیام‌هایشان فرمودند که اولی‌اش برای من همین برنامه گنج حضور و مولاناست. مسلماً برای همه ما فارسی‌زبان‌ها که به برنامه گنج حضور گوش می‌دهیم، بزرگ‌ترین لطف الهی که از طرف پروردگار شامل حال ما شده همین برنامه و ابیات بیدار کننده جناب مولانای عزیز است که هر روز و هر ساعت در اختیارمان قرار دارد و آنقدر به ما نزدیک و با ما آمیخته شده که از شدت پیدایی و نزدیکی آن را نمی‌بینیم و قدرش را آن‌طور که شایسته آن است نمی‌دانیم و شکرگزار آن نیستیم.

در چند ماه اخیر و مخصوصاً در چند هفته اخیر با چالش بسیار سختی همراه بودم. اتفاقاتی که در زندگی‌ام رخ داد، دیو سفید را در درونم به‌شدت بیدار کرده بود و موج سهمگین احساسات منفی سمن‌زارم را آشفته کرده بود. و دشمن درونم فرصت یافته بود که به جان من بتازد و دردهای همیشگی، حس مظلومیت، حس دلسوزی برای خود، حس بی‌عدالتی فعال شده بودند و می‌خواستند با در دست گرفتن افکار من خود را تغذیه کنند.

اما چیزی که هر لحظه به من قوت داد و مرا سرپا نگه داشت و اجازه نداد که در زیر فشار این رنج خرد شوم ابیات بیدار کننده مولانای جان بود. که مانند چراغی چاه تاریک ذهنم را روشن می‌کرد.

خدا را شکر در تمام این سال‌ها آن‌قدر ابیات کلیدی را تکرار کرده بودم که دیو درد از هرسو که حمله می‌کرد چراغ‌های مولانا را روشن می‌دید و دهانش بسته می‌شد.

البته ناگفته نماند وقت‌هایی هم می‌شد که دیو مسلط می‌شد و می‌خواست مرا با فشار غم و اندوه خرد کند. اما دوباره سربازان زندگی از طریق ابیات به کمکم می‌آمدند و دشمن را خلع سلاح می‌کردند.

ویژگی منحصر به فرد مولانا و برنامه گنج حضور نسبت به آموزش‌های معنوی دیگر این است که در هر چالشی ده‌ها و صدها بیت راه‌گشا و چراغ روشن در اختیار داری. که آن‌ها مانند مهماتی در دست تو هستند که به وسیله آن‌ها می‌توانی به دیو نفس حمله کنی و او را خلع سلاح کنی.

در این‌جا تنها چند بیت از ابیاتی را که هر لحظه و در هر چالشی به‌صورت سربازان زندگی به کمکم می‌آیند و آتش سوزان درد را گلستان می‌کنند، بیان می‌کنم.



آن ز دور آتش نماید، چون روی نوری بُود
همچنان که آتشِ موسی برای ابتلا

الصَّلا پروانه جانان قصد آن آتش کنید
چون بلی گفتید اوّل، در روید اندر بلا

چون سَمندر در میان آتشش باشد مقام
هرکه دارد در دل و جان، اینچنین شوق و ولا
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۴۲)

بانگ می‌زد آتش: ای گیجان گول
من نیم آتش، منم چشمه قبول
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۳۵)

چشم بندی کرده‌اند ای بی‌نظر
در من آی و هیچ مگریز از شرر
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۳۶)

ای خلیل اینجا شرار و دود نیست
جز که سحر و خدعه نمرود نیست
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۳۷)

وقتی دیو سفید درد، وضعیت را به صورت آتش سوزان به ما نشان می‌دهد، این ابیات به ما می‌گویند که آسوده باش این آتش تو را نمی‌سوزاند. با تسلیم و فضاگشایی خداوند این آتش را برای تو به آب تبدیل می‌کند.

لطف مخفی در میان قهرها
در حدّ پنهان، عقیق بی بها
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۶۶۵)

لطف‌های مضمّر اندر قهر او
جان سپردن جان فزاید بهر او
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۶۶۸)



در هر وضعیت دشواری که به نظر قهر خدا می‌آید، لطف بزرگی در آن پنهان شده و خداوند دارد ما را از یک همانندگی و درد بزرگ آزاد می‌کند.

مرا گوید چه می‌ترسی که کوبد مر تو را محنت؟
که سُرْمه نور دیده شد، چو شد ساییده در هاون

چه خنجر می‌کشی این جا؟! تو گردن پیش خنجر نه
که تا زَفْتی نگنجی تو درون چشمه سوزن
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۸۴۷)

از این رنجی که داری می‌کشی، از این درد هشیارانه نترس، چراکه رنج تو را مانند سُرْمه می‌کوبد و به نور دیده تبدیل می‌کند. پس مقاومت نکن و تسلیم باش. تا وقتی که واکنش نشان می‌دهی و من‌ذهنی را فربه می‌کنی از در فضای یکتایی که مانند چشم سوزن تنگ است نمی‌توانی عبور کنی.

که بلای دوست تطهیر شماست
علم او بالای تدبیر شماست
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۰۷)

اتفاقاتی که با معیارها و قضاوت ذهن بلا محسوب می‌شود، در واقع لطف زندگی به ماست و سبب تطهیر و پاکی ما می‌شود، و علم خداوند بالاتر از تدبیرهای من‌ذهنی ماست.

رنج گنج آمد، که رحمت‌ها در اوست
مغز تازه شد، چو بخراشید پوست
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۲۶۱)

ای برادر موضع تاریک و سرد
صبر کردن بر غم و سستی و درد
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۲۶۲)

چشمه حیوان و جام مستی است
کآن بلندی‌ها همه در پستی است
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۲۶۳)



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

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۲۶۴)

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

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۲۶۵)

آنچه گوید نَفَسِ تو کینجا بَدست
مَشَنوَشِ چون کار او ضد آمدست

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۲۶۶)

در هر رنجی رحمت‌های فراوانی نهفته شده، وقتی در اثر درد هشیارانه پوسته من‌ذهنی شکافته شود، قلب و روح تو تازه می‌شود و نیرو می‌گیرد.

ای برادر صبر کن بر درد نیش
تا رهی از نیش نَفَسِ گبرِ خویش

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۰۲)

من عجب دارم ز جویایِ صفا
کو رَمَد در وقتِ صیقل از جفا

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۰۸)

عشق چون دَعوی، جفا دیدن گواه
چون گواهِت نیست، شد دَعوی تباه

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۰۹)

مولانا می‌گوید من تعجب می‌کنم از کسی که ادعای زنده شدن به خدا و صاف شدن مرکزش را دارد، ولی موقع درد هشیارانه و انداختن همانیدگی‌ها که می‌رسد از درد فرار می‌کند. پس اگر طاقت درد هشیارانه را نداری نباید ادعای عاشقی کنی.

عشق از اول چرا خونی بُود؟
تا گریزد آنکه بیرونی بُود

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۷۵۱)



هفت سال ایوب با صبر و رضا

در بلا خوش بود با ضیف خدا

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۸۹)

تا چو وا گردد بلای سخت رو
پیش حق گوید به صد گون شکر او

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۹۰)

کز محبت با من محبوب گش
رو نکرد ایوب یک لحظه ترش

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۹۱)

از وفا و خجالت علم خدا
بود چون شیر و عسل او با بلا

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۹۲)

گر قضا پوشد سیه همچون شبت
هم قضا دستت بگیرد عاقبت

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۲۵۸)

من اگر نالم اگر عذر آرم

پنبه در گوش کند دلدارم

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۶۷۸)

این ابیات و این غزل‌ها به همراه صدها بیت دیگر مثنوی و دیوان شمس هر روز و هر لحظه به یاری من می‌آیند و آتش درد را خاموش می‌کنند.

از استاد عزیزم سپاسگزارم که همیشه بر حفظ و تکرار این ابیات تأکید می‌کنند. و چقدر این قضیه مهم است.

چراکه وقتی چالش‌ها می‌رسند و دردها فوران می‌کنند ما را گیج می‌کنند و اگر در زمان عافیت به اندازه کافی تمرین نکرده باشیم خیلی راحت اختیار افکار ما را به دست می‌گیرند و خود را تغذیه کرده و ما را ناامید می‌کنند.

در پایان از استاد عزیزم بسیار سپاسگزارم که صبورانه به تک تک ما گوش می‌دهند و ما را راهنمایی می‌کنند و از خداوند و مولانای عزیز و استاد بزرگوام به خاطر همه ناسپاسی‌ها و قدرشناسی‌هایم طلب بخشش می‌کنم.



گویدش: رُدُّوا لَعَادُوا، کارِ توست

ای تو اندر توبه و میثاق، سُسْت

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۸)

لیک من آن ننگرم، رحمت کنم

رحمتم پُرست، بر رحمت تَنم

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۹)

ننگرم عهد بدت، بدهم عطا

از گرم، این دم چو می‌خوانی مرا

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۶۰)

**هرکجا بوی خدا می‌آید
خلق بین بی‌سر و پا می‌آید
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۸۳۷)**

بوی خدا از مرکز انسانی به مشام می‌رسد که سر و پای من‌ذهنی را از دست داده و سر و پای زندگی را به دست آورده و با عقل و خرد زندگی عمل می‌کند.

**از پای تا سرت همه نور خدا شود
در راه ذوالجلال چو بی‌پا و سر شوی
(حافظ، دیوان حافظ، غزل ۴۸۷)**

بوی خدا، دم ایزدی است، ارتعاش زنده زندگی است، بوی عشق است، بوی شادی بی‌سبب که تنها از مرکز عدم و فضای گشوده‌شده درون به مشام می‌رسد. خداوند در این لحظه می‌خواهد بوی خوشش را از فرم انسان‌ها متصاعد کند. بوی خدا از درون انسان‌هایی می‌آید که دیوار منیت و خودخواهی خود را خراب کرده‌اند و به زندگی زنده شده‌اند. آن‌جا که عشق فرمانروایی می‌کند و انسان‌ها با مهر و محبت با هم رفتار می‌کنند و شکوفایی و آبادانی است.

**خُنک کسی که چو بو برد بوی او را برد
خُنک کسی که گشادی بیافت چشم گشود**

**خُنک کسی که از این بوی گُرتِه یوسف
دلش چو دیده یعقوب خسته و اشد زود
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۹۱۴)**

خوشا به حال کسی که وقتی بوی زندگی به مشامش می‌رسد، بوی او را با خودش برد، یعنی نقش زندگی شد و همانندگی‌ها را از مرکزش پاک کرد. خوشا به حال کسی که فضای درونش را باز کرد و چشم عدم‌بین پیدا کرد. خوشا به حال کسی که وقتی بوی خدا را از پیراهن یوسف حس کرد، یعنی بوی او را از مولانا و استاد شهبازی حس کرد، چشم دلش مانند چشم یعقوب بینا شد و به زندگی زنده شد. والسلام.

۲۵- خانم سعیده از ونکوور همراه با سخنان آقای شهبازی

امروز با اجازتان می‌خواهم در رابطه با یک موضوع بسیار مهمی که شما هم بارها و بارها در برنامه‌های مختلف به آن اشاره و تأکید فرمودید صحبت کنم. البته هم از شما و هم از بزرگوارانی که به این برنامه را گوش می‌دهند عذرخواهی می‌کنم. بابت اظهار فضلی که الان انجام می‌دهم. فقط برای یادآوری و تأکید بیشتر به این امر مهم است. چون خودم جدیداً متوجه اهمیت این مسئله شده‌ام.

در رابطه با ورزش کردن.

خاطرم هست که در برنامه‌ای فرمودید چه قدر سلامت این جسم یا کالبد ما مهم است. و این که اگر این جسم بیش از حد رنجور و بیمار باشد، انسان ممکن است حتی اصلاً نتواند روی معنویات یا در واقع روی اصل وجود خودش تمرکز کند. چون مدام ذهن درگیر درد و رنج خواهد بود.

برای داشتن جسم سالم باید تأکید می‌کنم، باید ورزش کرد. می‌خواهم بگویم حتی سالم‌ترین رژیم غذایی هم جایگزین ورزش کردن نمی‌شود. و ما باید حتماً حتی چند دقیقه در روز هم شده ورزش کنیم.

در قدیم زندگی‌ها به‌نوعی با ورزش عجین بوده است. چون این قدر وسایل و امکانات برای انجام کارهای روزانه وجود نداشته. اما خوب هر چه علم پیشرفت می‌کند، از حرکت‌های روزانه ما هم کاسته می‌شود.

و ما برای هر کاری یک ماشین یا وسیله‌ای داریم که حدامکان استفاده از دست و بدن را کاهش می‌دهد. پس ضرورت ورزش روزانه بیش از پیش باید مورد تأکید باشد. اصلاً هم نیاز نیست سخت بگیرید، حتی می‌خواهم بگویم که کفش ورزشی یا محیط خاصی هم لازم نیست. حتی در حیاط خانه و با دمپایی هم می‌شود شروع کرد.

از روزی یک‌ربع می‌شود شروع کرد، از آسان‌ترین و کم هزینه‌ترین ولی در عین حال یکی پر اثرترین ورزش‌ها می‌شود شروع کرد، که پیاده‌روی است. فقط کافی است روزی یک‌ربع به‌صورت مداوم، حالا در حیاط خانه، در حیاط، در محله‌ای اطراف خانه، فقط قدم بزنیم و روی تنفس خودمان تمرکز کنیم.

بعد آرام‌آرام این میزان را به نیم ساعت و بیشتر افزایش بدهیم تا ان‌شاءالله بتوانیم قشنگ روزانه حدود یک ساعت خیلی راحت و با لذت پیاده‌روی کنیم و ورزش کنیم. و بدنمان را سالم و پرانرژی نگه داریم. ولی خوب حالا در نهایت هم این بیت در نظرم هست که:



ما بدانستیم ما این تن نه‌ایم از ورای تن، به یزدان می‌زی‌ایم (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۳۴۰)

حالا این ورزش کردن هم خودش یک همانندگی نشود که خدایی نکرده من نوعی سعیده بیایم هی مدام خودم را چک کنم حالا چه قدر لاغر شدم چه قدر چاق شدم، وزنم چی شده تمرکز روی سلامت‌م باشد و تنفسم خیلی ممنونم.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، خیلی ممنونم، چشم خانم سعیده، می‌رویم ورزش هم می‌کنیم، منتها یک‌ربع خیلی کم است. باید مدت‌ش طولانی‌تر باشد و فقط جسم نیست، این ذهن ما هم باید سالم باشد. مثلاً ما باید بتوانیم خوب فکر کنیم. و خرافات، همانندگی‌ها، که معمولاً همانندگی‌ها با فکرهای به اصطلاح بی‌اساس است، الگوهای فکری است، ذهن را از کار می‌اندازد.

از توانایی‌های انسان یکی جسمش است. چهار بُعد دارد دیگر. یکی توانایی فکر کردن است. توانایی ایجاد احساس خوب است که امروز درباره‌اش صحبت کردیم. یعنی توانایی فضاگشایی و صبر، انسان این لحظه موظف است احساس خوب ایجاد کند.

احساس خوب از جنس عشق است از جنس گرمای شادی است، گرمای فضای گشوده شده هست، رضا است، شکر است، که من دارم چیزی یاد می‌گیریم.

چالش‌ها مرتب خودشان نشان می‌دهند، از کمین‌گاه بیرون می‌آیند. و با صبر و حزم باید ما حال خوب ایجاد کنیم.

حالهایی که من ذهنی پیشنهاد می‌کند، مثل خشم و ترس و حسادت و تنگ‌نظری و قضاوت و مقاومت و واکنش و اضطراب‌های آینده و ترس و این چیزها، و حس تأسف از گذشته و احساس گناه و احساس کمبود و حقارت و این‌ها حال‌های بدی هستند که ما با حزم و صبر باید این‌ها را ایجاد نکنیم. باید پرهیز کنیم از این‌ها.

اختیار داریم با اختیار باید دنبال هیجانات خوب برویم. این هم بعد هیجانی ماست، و واقعاً جان داریمان را جان داریمان را با حرکت کردن ثابت کنیم که ما جان داریم، تکان می‌خوریم، می‌بینید زنده هستیم، حرکت می‌کند، مرده حرکت نمی‌کند. هر کسی بیشتر حرکت می‌کند بیشتر جان دارد.



هر کسی خلاق‌تر فکر می‌کند بیش‌تر جان دارد، هر کسی جسماً سلامتی دارد او هم جان بیش‌تری دارد. و درست می‌گویید شما، ورزش قسمت مهمی از آن است، ولی یک‌ربع کم است. سعیده خانم یک‌ربع کم است.

سعیده خانم: بله، بله کاملاً صحیح می‌فرمایید، یعنی گفتم مثلاً برای شروع، چون من خودم را می‌گویم، یک کم تنبل بودم ورزش ذهنم را اینجوری گول زدم. گفتم حالا یک‌ربع، فقط میرم. حالا یک‌ربع یک ذره قدم بزنم بعد آرام‌آرام یک‌ربع آن قدر لذت‌بخش بود دیگر شد دو، سه ساعت.

آقای شهبازی: آفرین، باید یک دوساعتی ما ورزش کنیم. بهترین کار یک به اصطلاح خوی حرکت است. در اینگلسی می‌گویند، اتیتود (Etitude) و می‌گوییم خوی، مزاج، هر چیزی که اسمش را می‌گذارید، عادت حرکت کردن، که داوطلب بشویم به حرکت.

مثلاً چایی می‌آورند من بلند شوم چایی بیاورم، برای این که وقتی پا می‌شوی، اولاً پا می‌شوی روی پای خودت راه می‌روی، خیلی‌ها خوی نشستن دارند، بی‌حرکتی دارند. این خوی آدم را می‌کشد. من بروم فلان کار را بکنم. و باید داوطلب بشوید، هر جا فرصت ورزش است. مثلاً اگر یک ساختمان پله داشته باشد من از پله می‌روم بالا، از آسانسور استفاده نمی‌کنم. یا از پله می‌آیم پایین.

خلاصه، حرکت کردن باید جزو عادت‌های روزمره ما باشد که حرکت بکنیم، نشینیم دیگران کارهای ما را انجام بدهند. مخصوصاً سن آدم می‌رود بالا شما جوان هستید ماشاالله.

هر کسی سنش می‌رود بالا باید این خوی حرکت را بگذارد در سیستمش بگوید من دائماً می‌خواهم حرکت کنم. کارها را بدهید من انجام بدهم.

ما برعکسش را می‌کنیم هر کسی سنش می‌رود بالا تکان نخورها، من چایی برایت می‌آورم. آقا بگذار پا شود خودش چایی بریزد، کارهای دیگر هم بکند که بتواند حرکت کند.

این پیرمرد یا پیرزن، حالا پیر هم نیستند، یک عده‌ای از پنجاه می‌خواهند بروند بنشینند تکیه بدهند، بگویند چایی بیاورید، غذا بیاورید، و تکان نخورند. نه! بلند بشو کارهای خودت را خودت انجام بده. حرکت کن، حرکت زندگی است. خیلی ممنون از یادآوری‌تان.



سعیده خانم: اختیار دارید، ممنون از شما، فقط ببخشید باز اظهارنظر می‌کنم، فقط در ارتباط با صحبت شما چیزی که در خودم حس کردم بگویم، در تأیید صحبت شما. انگار انرژی در درون آدم هست، در درون من هست، وقتی راه می‌روم همچین به خوبی سرف می‌شود، جمع نمی‌شود. تبدیل به خشم و هیجانات منفی ذهن بشود. این را خواستم در ادامه و تأیید صحبت شما بگویم

آقای شهبازی: خیلی زیبا، من سربه سرتان دارم می‌گذارم، سعیده خانم.

◆ ◆ ◆ پایان بخش سوم ◆ ◆ ◆

کالبد ما ز خواب کاهل و مشغول خاست آنکه به رقص آورَد کاهل ما را کجاست؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۷۲)

قبل از آشنایی با برنامه گنج حضور، در خواب شدید من ذهنی و غافل و ناآگاه، با همانیدگی‌ها به سر می‌کردم. با اشعار جناب مولانا و کار کردن روی خودم، با مرکز عدم آگاه شدم. به خودم آمدم. برنامه گفت از خواب ذهن بیدار شو. همانیدگی‌ها را به حاشیه بران. همه چیز را تجلی خدا ببین. فضای گشوده شده ما را به فضای یکتایی هدایت می‌کند. خواب ذهن که توسط من ذهنی فعال می‌شود با صبر و فضاگشایی، ما را به مرور زمان آرام می‌کند و از درون به آگاهی رسیدم.

فهمیدم من ذهنی مرتب می‌خواست من را مشغول به چیزهای بیرونی کند و می‌گفت بترس، ناامید شو، کم بیاور، ول کن، ادامه نده، فایده ندارد، آخر تا کی باید روی خودت کار کنی؟ جالب اینجاست که خواب من ذهنی سبک است و با یک تلنگر از هشیاری و زندگی به خودمان می‌آییم

و تکان می‌خوریم. مرکز عدم با فضای گشوده شده، مرتب همراهی‌ام کرد و هر جا ناامید می‌شدم، هولم می‌داد که برو و با عشق ادامه بده، تا توانستم دیدم را عوض کنم و با نگاه جدید که توسط مرکز عدم هدایت می‌شد به سمت عشق و زندگی حرکت می‌کنم. عشق می‌گوید تو می‌توانی چون که امتداد خدایی، تو نور خدایی. صبور و پر قدرت راه خدا را ادامه بده. این راه خداست. راه خدا دارد مرتب کوتاه‌تر می‌شود ولی من ذهنی است که سختش می‌کند.

عمر که بی‌عشق رفت، هیچ حسابش مگیر آب حیاتست عشق، در دل و جانش پذیر

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۱۲۹)

عشق شادی است. عشق آزادی است. عشق آغاز آدمیزادی است. نیازی به رفتن به عبادتگاه نیست. شما معبدی هستید که خداوند در آن نشسته است. پنهان در درونتان. معشوق در عاشق نهان شده است. تغییر واقعی همیشه از درون آغاز می‌شود.



پس هنگامی که در خلوت خود هستی تغییر کن نه در مقابل دیگران. هر کس که دیگران را بشناسد، عاقل است و هر کس خود و مرکز عدم و درون خود را بشناسد، عارف است. وقتی آگاه شویم، عاشق می‌شویم و در عمق جانمان، خودمان و هر کسی را می‌پذیریم و دیگران را جدا از خود نمی‌دانیم. در واقع دیگران آینه ما هستند و خودمان را به ما نشان می‌دهند.

رو در صف بندگان ما باش و مترس
خاک در آسمان ما باش و مترس

گر جمله خلق قصد جان تو کنند
دل تنگ مکن از آن ما باش و مترس
(مولانا، دیوان شمس، رباعی ۹۸۳)

۲۷- آقای صادق از ایلام همراه با سخنان آقای شهبازی

در ابتدا یک بار بگویم که این آثار مولانا مانند گنجی است که سالیان سال است که پوشیده مانده و کسی نمی‌دانست که در آن چه گوهرهای نایابی هست. و اگر هم افرادی پی برده بودند این امکان را نداشتند که در معرض دید عموم قرار دهند.

اما شما واقعاً پهلوانی کردید و با زحمت زیاد و هزینه زیاد این صندوق جواهر را باز کردید. و تک‌تک از این گوهرهای نایاب به دست ما می‌دهید و طریقه استفاده از آن‌ها را هم توضیح می‌دهید که این مرواریدها در دست ما بلااستفاده نمانند.

و یک نمونه آن‌ها که زندگی ما را تغییر داد گوهر ارزشمند ۵۳۵ از دفتر ششم بود، که قبلاً در مورد آن و استفاده‌های آن توضیح داده‌ام.

حالا می‌خواهم اگر اجازه بدهید در مورد خودم کمی حرف بزنم و مواردی که برایم پیش آمده و در آن مورد از چه چراغی استفاده کردم.

آقای شهبازی: آفرین، خودتان را یک معرفی لطفاً اگر می‌خواهید بکنید، شاید برخی از بینندگان تازه هستند شما را نمی‌شناسند.

آقای صادق: من از یکی از روستاهای ایلام زنگ می‌زنم. از استان ایلام. دیگر حالا نمی‌دانم تا چقدر معرفی کنم.

آقای شهبازی: همین ایلام و روستا کافی بود دیگر. خیلی هم ماشاءالله پیشرفت کردید. خیلی زود درک کردید این معانی مولانا را و در زندگی‌تان به‌کار گرفتید. هم شما و همسرتان. واقعاً تبریک می‌گویم به هر دوی شما.

آقای صادق: همه زحمت‌های شما و اعضای گنج حضور است. وگرنه ما از این چیزها واقعاً خبر نداشتیم در این روستا.

آقای شهبازی: الآن شما متوجه می‌شوید که این دانایی ایزدی دارد از به‌اصطلاح از طریق شما و از زبان شما جاری می‌شود. می‌بینید که چه پیغام‌هایی دوستان ما می‌گویند. و این یاد دادن، این‌که مولانا می‌گوید از زبان خداوند:

پس شما خاموش باشید اَنْصِتُوا تا زبانتان من شوم در گفت و گو

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۶۹۲)

این دارد الآن صورت می‌گیرد در همین برنامه روز جمعه. و شما پیغام‌هایی دارید می‌گویید که، مثال‌هایی می‌زنید که فوراً هرکسی که علاقمند باشد می‌تواند بگیرد و در زندگی‌اش استفاده کند و وضعیت‌های زندگی‌اش را درست کند. از آن وضعیت باتلاقی بیاید بیرون و اتفاقات نتوانند او را بلعند و بیچاره‌اش کنند.

آقای صادق: دقیقاً همین‌طور است که شما می‌فرمایید. چندی پیش یک شب من خانهٔ پسرعمویم بودم او گفت تبریک عرض می‌کنم که خواهرزاده‌ات زن گرفته، در صورتی‌که من اصلاً در جریان آن کار نبودم و برای اولین بار از دهان پسرعمویم شنیدم که گفت دیشب مراسم خواستگاری‌اش بوده‌است.

شنیدن این خبر آن هم در سطح و فرهنگ روستا یعنی شروع یک کارافزایی بلندمدت و شروع دشمنی و کینه و گله بازی. و این‌که من به خواهرم بگویم تو دیگر حق نداری خانهٔ ما بیایی، من دیگر داداش تو نیستم، اگر داداش تو بودم که در مراسم خواستگاری به ما اطلاع می‌دادی و... من هم تصمیم می‌گرفتم در مراسم بچه‌های خودم خانوادهٔ آن‌ها را دعوت نکنم. و این کینه و کارافزایی سال‌ها طول می‌کشید و زندگی ما را می‌خورد. و در این بین فقط من ذهنی استفاده می‌کردم. اما من که شاگرد مولانا و جزء این خانوادهٔ بسیار ارزشمند گنج حضور بودم فوراً با شنیدن آن خبر بدون هیچ واکنشی فضا را باز کردم. در مقابل این نامردای فضا را باز کردم.

بی‌مرادی شد قلاووز بهشت حُفَّتِ الْجَنَّةُ سَنُوْاىِ خُوشِ سِرْشْتِ

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

و چند روز بعد هم من و همسر از ته دل به خواهرم تبریک گفتیم و او هم بسیار خوشحال شد. چون او وقتی ما را دید خودش را برای یک جنگ و گله کردن آماده کرده بود، اما ما با روحیه باز به او تبریک گفتیم. او هم دلایلی آورد که چرا به ما نگفته، اما ما دنبال دلایل نبودیم. و او گفت باید در مراسم عروسی شرکت کنید، ما هم پذیرفتیم و ارتباط ما خیلی گرم‌تر از قبل شد.

با استفاده از این برنامه و اشعار طلایی مولانا از آن‌همه کینه و دشمن‌سازی و کارافزایی جلوگیری شد.



مورد بعدی این‌که من چندی پیش در مورد باز شدن چشم ما به درون خود و این‌که وقتی چشم ما باز شد باید بسیار شکرگزار باشیم هرچند به احتمال بسیار زیاد چیزهای خوبی را نمی‌بینیم.

قبلاً مواردی را گفتم و پریسا خانم هم در یکی از تماس‌های تلفنی آن را تکمیل کرده بود. واقعیت این است که ما هیچ‌کدام به درون هم راه نداریم. و هرکس فقط خودش می‌تواند درون خودش را از آلودگی‌ها و ترس‌ها و غیره پاک کند. او هم خودش پاک نمی‌کند، بلکه اگر عنایت خدا شاملش شد و چشمش باز شد و درون خود را دید، آنگاه کافیست که با دیدِ نظر فقط به آن‌ها نگاه کند و آن را در هشیاری‌اش نگه دارد تا پاک شود.

مثل این است که من در یک منزل تک و تنها زندگی می‌کنم و نابینا هستم، به همین خاطر نمی‌دانم این بوی بد مال چه است، این اشیای نرمی که دستم به آن‌ها می‌خورد آیا چیز خطرناکی هستند یا نیستند، آیا حشره‌ای که روی دست من نشسته حشره خطرناکیست یا مثلاً پروانه است.

و خیلی از این موارد، که من تا وقتی نابینا هستم واقعاً نه می‌توانم منزلم را تمیز کنم و نه خطرات را تشخیص می‌دهم. اما اگر عنایتی شامل من بشود که در اثر یک معجزه یا هرچیزی چشمم باز شود، وقتی چشمم باز شد اوضاع را آشفته ببینم آیا باید ناراحت شوم که چرا اوضاع این جور است؟ یا این‌که باید از شادی این باز شدن چشم در پوست خودم ننگنجم؟

و این‌که این عنایت ایزدی بوده که چشم من را باز کرده است. و دارم می‌بینم که این بوی بد مثلاً مال آن غذای مانده است و یا این حشره‌ای که روی دست هست من یک پروانه است. پس ترس خودبه‌خود از بین می‌رود.

جز عنایت که گشاید چشم را؟

جز محبت که نشاند خشم را؟

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۸۳۸)

چشم که باز شد خشم هم فرو می‌نشیند. زیرا من دیگر دارم می‌بینم که این بوی بد مال کینه کهنه‌ای است که سال‌ها مانده و مانند آن غذای کهنه بو کرده و بویش ما را اذیت می‌کند. و چون درست می‌بینم پس کاری می‌توانم برایش بکنم و این دید دیگر دیدِ نظر است و خودش اوضاع را درست می‌کند.

صبح نزدیک است، خامش، کم خروش

من همی‌کوشم پی تو، تو مکوش

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۱)



و این همان دیدی است که پی ما می‌کوشد و تا این دید نباشد ما در عالم نابینایی هیچ کاری را نمی‌توانیم از پیش ببریم. این دید مار و کژدم‌ها را نشان می‌دهد که ما از کنار آن‌ها عبور کنیم و پا روی آن‌ها نگذاریم.

این دید نشان می‌دهد که حسادت چه مار خطرناکی است که این همه درد که من کشیده‌ام از زهر این مار بوده که شب و روز روی جسم و روح من در جست‌وخیز بوده و مرتب نیش زده و من او را ندیده‌ام.

و در پایان این را بگویم وقتی عنایت الهی شامل من شد و چشمم به درونم، به درون آلوده‌ام باز شد، باید بسیار بسیار شکرگزار و سپاس‌گزار باشم و فرار نکنم. در عین شادی و شکر برای این چشم‌های روشنم سپاس‌گزار باشم. با زندگی همکاری کنم تا درونم را پاک کند و دیگر آن را آلوده نکنم.

نامردای درست است که باعث فضاگشایی می‌شود، و فضاگشایی هم باعث رشد معنوی ما، اما ما باید به این نکته هم توجه کنیم که ما حق نداریم که عمداً خودمان را از کوه پرت کنیم تا پایمان بشکند و نامراد شویم و آنگاه پیرامون این نامردای فضا را باز کنیم. مولانا این را نمی‌گوید.

این همان با دست خود خویشتن را به هلاکت انداختن است. بلکه ما وقتی کوه می‌رویم تمام جوانب احتیاطی و امنیتی را در نظر بگیریم. اما اگر علی‌رغم آن کارها یک مشکلی برای ما پیش آمد آن دیگر نامردایست. و باید فضا را باز کنیم و نهایت استفاده را از آن ببریم.

پس ما دنبال نامردای نمی‌رویم اما اگر نامردای دنبال ما بیاید آن دیگر براساس قانون قضا آمده، و از آن نهایت پذیرایی را می‌کنیم، چون پیک خداست.

اگر با این پیک جنگ کنیم او هم با ما وارد جنگ می‌شود و شکست حتمی هم ما می‌خوریم.

با قضا پنجه مزنی تند و تیز

تا نگیرد هم قضا با تو ستیز

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۱۰)

اما اگر فضا را باز کنیم و قضاوت نکنیم، چون پیک الهی به داد ما می‌رسد و خودش سپر حوادث ما می‌شود،

قضا که تیر حوادث به تو همی انداخت

تو را کند به عنایت از آن سپس سپری

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۵۶)



و در انتها این را بگویم که نور مهتابی که از پنجره اتاق من وارد شده از همسایه نورانی است. اگر من از این نور مهتاب که انعکاس نور زندگی است نهایت استفاده را بکنم آنگاه روزی فرا می‌رسد که خورشید مستقیم به خانام می‌تابد. و من از جنس آن نور هستم. و آن نور هم ناملایمات و تاریکی‌ها را از بین می‌برد. و نمونه‌اش هم همین نور مهتاب این برنامه ارزشمند و اشعار مولاناست.

که با این‌که مهتاب است و غیرمستقیم از زندگی می‌آید چقدر خانه دل ما را روشن کرده، چقدر چشم ما را به درونمان باز کرده‌است. و این نشان می‌دهد که نور مستقیم زندگی مانند خورشید وقتی به خانه ما بتابد، ما را به خورشید و در واقع به خودش تبدیل می‌کند.

و باید خیلی مواظب باشم که مانند کاتب وحی نباشم و همیشه به خود یادآوری می‌کنم که تو در پرتو نور اشعار مولانا و احادیث مصطفی می‌بینی، تا یک موقع فکر نکنم که با نور خودم می‌بینم.

من فعلاً با نور مهتاب می‌بینم و اگر مهتاب نباشد من هم چنان نابینا می‌شوم و وقتی نور زندگی بیاید باز هم نور زندگی است که می‌بیند، اصلاً من وجود ندارم.

و در آخر این دو شعر را هم که خیلی به آن‌ها علاقه دارم و ایمان دارم می‌خوانم:

هر که را بینی یکی جامه درست دان که او آن را به صبر و کسب جست

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۱۱)

هر که را دیدی برهنه و بی‌نوا

هست بر بی‌صبری او آن گواه

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۱۲)

واقعاً من به‌عینه در زندگی خودم ردپای این دو شعر را می‌بینم. که در هر شرایطی که کسب کردم و صبر کردم جامه درستی به‌دست آوردم. و این ترکیب صبر و کسب هم خیلی مهم است، که باید باهم باشند.

و در هر موردی که از جلو بی‌صبری کردم به خودم لطمه و ضرر زده‌ام. و من همیشه این دو تا شعر را تکرار می‌کنم تا ملکه ذهنم شوند و در عمل هم از آن‌ها استفاده کنم.

آقای شهبازی: خیلی خوب بود، آقای صادق، درست می‌گویم اسمتان را؟



آقای صادق: بله

آقای شهبازی: خیلی خوب بود، بی‌نهایت خوب بود، ماشاءالله. و پس شما هم تأیید می‌کنید، البته شما می‌گویید من روستایی هستم، من نمی‌دانم شما چجوری روستایی هستید! ولی این مطالب را خیلی خوب فهمیدید. چقدر خوب به کار می‌برید.

پس نشان می‌دهد که در هر سطحی اگر طلب باشد، به قول شما صبر باشد، کسب باشد، کوشش باشد، کار می‌کند این. چقدر خوب شما کاربرد این شعرها را پیدا می‌کنید و این می‌توانست با، فرمودید خواهرزاده شما بود دیگر نه؟

آقای صادق: بله.

آقای شهبازی: در جامعه روستایی که همه باید از حال هم خیر داشته باشند و مشورت کنند و به حساب بیایند و مخصوصاً هم که خوب شما سنتان در وضع چیزی است که باید احترام بگذارند به شما؛ شما فضا را باز کردید و پذیرفتید و خواهرتان را خلع سلاح کردید.

و شما می‌بینید که من‌های ذهنی چقدر آماده ستیزه هستند. دنبال بهانه هستند که اوقات تلخی به وجود بیاورند، و شما تقلید نکردید. برای این که فکر نکردید که حالا که او این کار را کرده اندازه من می‌داند، من اجازه بدهم این اوقات تلخی راه بیفتد.

ما باید خودمان را حفظ کنیم، نباید فکر کنیم این طرف مقابل هم اندازه من می‌داند پس حالا که آن کار را کرده من هم چیزی مشابه آن می‌کنم و اوقات تلخی راه می‌اندازم. نه.

ما باید زندگی خودمان را حفظ کنیم. دیگران می‌خواهند با ما جنگ و دعوا و اوقات تلخی راه بیندازند ما می‌توانیم راه نیندازیم.

که شما نگذاشتید. خوب این می‌دانید چقدر اعصاب شما را راحت می‌کند؟ سلامتی شما را حفظ می‌کند؟

این جور کدورت‌ها و کینه‌ها ایجاد مرض و ناسلامتی در فامیل می‌کند. حالا، شما و خواهرتان یک رابطه دارید، خواهرزاده‌تان که جوان است می‌خواهد ازدواج کند، او چه تقصیری دارد؟ باید هزینه برخورد من‌های ذهنی را بدهد، که ظاهراً باید خوب بفهمند.



ولی با این‌که عمداً برنامه‌ریزی می‌کنند که این کار را می‌کنیم، مثلاً به برادرمان نمی‌گوییم، بعد هم گفتند ما می‌گوییم یادتان است فلان موقع فلان کار را کردید؟ شما جلوی این کار را گرفتید. کاربرد حزم همین است دیگر، حزم و صبر.

این چیزهای کوچک کوچک است که زندگی ما را خراب می‌کند. و هرروز پیش می‌آید. کمین کرده. مثلاً شما فکر نمی‌کردید که خواهرزاده‌تان می‌خواهد عروسی کند، یک هم‌چون اوقات تلخی آن‌جا کمین کرده بالا بیاید. یک نفر منتظر است که یک کاری بکند که شما عصبانی بشوید.

آقای صادق: به خدا همین‌طور است، ما در سطح روستا، تا زمانی که این برنامه را مثلاً پیدا نکرده بودیم، اگر این اتفاق می‌افتاد حداقل ما چندین سال این دشمنی ادامه می‌یافت، تکرار می‌شد ولی این برنامه در آن شبی که من شنیدم که این‌ها خواستگاری کردند و من اطلاع نداشتم، این قدر با استفاده از این برنامه فضا را باز کردم، هیچ نه قضاوتی کردم، نه واکنشی نشان دادم. واقعاً کاربرد برنامه را داشتیم در خودم می‌دیدم.

و الآن برایم خیلی جالب است که مثلاً تا زمانی که ما به او تبریک گفتیم او خیلی خیلی خوشحال شد، اصلاً برق زد. یک جوری بود که الآن دیگر ارتباطش با ما خیلی خیلی از بچه دادشم گرم‌تر شده. یعنی جوری است که واقعاً، یک حرکتی که با استفاده از این برنامه، با استفاده از...

وگرنه ما برای خودم این موردها قبل از این برنامه در همین روستا اتفاق افتاده، باعث شده که ما یکی دو سال با هم دشمنی بکنیم. با کینه، با هزار مشکلاتی که برای جسم پیش می‌آورد، برای روح پیش می‌آورد. واقعاً این اشعار کار می‌کند، واقعاً هم کار می‌کند، اگر ما قانون جبران را رعایت بکنیم، واقعاً کار می‌کند.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین، همین حزم و صبر را، همین را در خانواده هم ما می‌توانیم تکرار کنیم. شما که البته می‌کنید، من دارم به جوانانی می‌گویم که در معرض این خطرات هستند که از کمین‌گاه یک‌دفعه یک چیزی درمی‌آید.

یک‌دفعه می‌بینید ما نشستیم همسرمان یک چیزی می‌گوید که ما انتظارش را نداریم، از کمین جسته دیگر، پنهان شده بود یک‌دفعه بیرون جست، یک چیزی. حالا، حزم و صبر می‌خواهد این‌جا. حزم و صبر می‌خواهد که ما بتوانیم زندگی‌مان را نجات بدهیم. خیلی ممنون، عالی.

کالبد ما ز خواب کاهل و مشغول خاست آنکه به رقص آورَد کاهل ما را کجاست؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۷۲)

فلسفه خلقت انسان، شناخت گنج درون و زنده شدن به زندگی‌ست. ما ساکن این جهان شدیم، عینک همانندگی برای شناسایی جهان به چشم زدیم و با ذهن تجسم کردیم، به این طرز دید عادت کردیم و اصل خود را از یاد بردیم.

دیده ما چون بسی علت دروست رو فنا کن دید خود در دید دوست

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۲۱)

دید ما را دید او نِعَمِ الْعَوْضِ یابی اندر دید او کل غَرَضِ

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، ابیات ۹۲۲)

باید با چشم خداوند ببینیم تا دردها و هیجانات من‌ذهنی محو شوند و هیجان عشق جایگزین آن‌ها شود. این لحظه با انداختن نورافکن روی خود و حزم، مقاومت و ستیزه را ببینیم، عینک کمال‌طلبی برای خود و دیگران را شناسایی کنیم.

آیا ذهن مرا هدایت می‌کند؟ اگر کسی کاری از من خواست فکر می‌کنم دوست‌دار من است؟ ضرورت خواسته‌هایم را با حزم تشخیص می‌دهم؟ آیا در مقابل حوادث تسلیم با سرکوب همراه است یا با فضاگشایی؟ هرلحظه طمع و حرص زندگی خواستن از چیزها را در خود می‌بینم؟

حواسم به پرهیز هست یا مغلوب خواسته من‌ذهنی خود هستم؟ با حزم و فضاگشایی و مرکز عدم، انسان به رقص آمده، از خواب همانندگی بیرون می‌آید.

باز آن باشد که باز آید به شاه باز کور است آنکه شد گم کرده را

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۱۳۱)



راه را گم کرده و در ویران فتاد

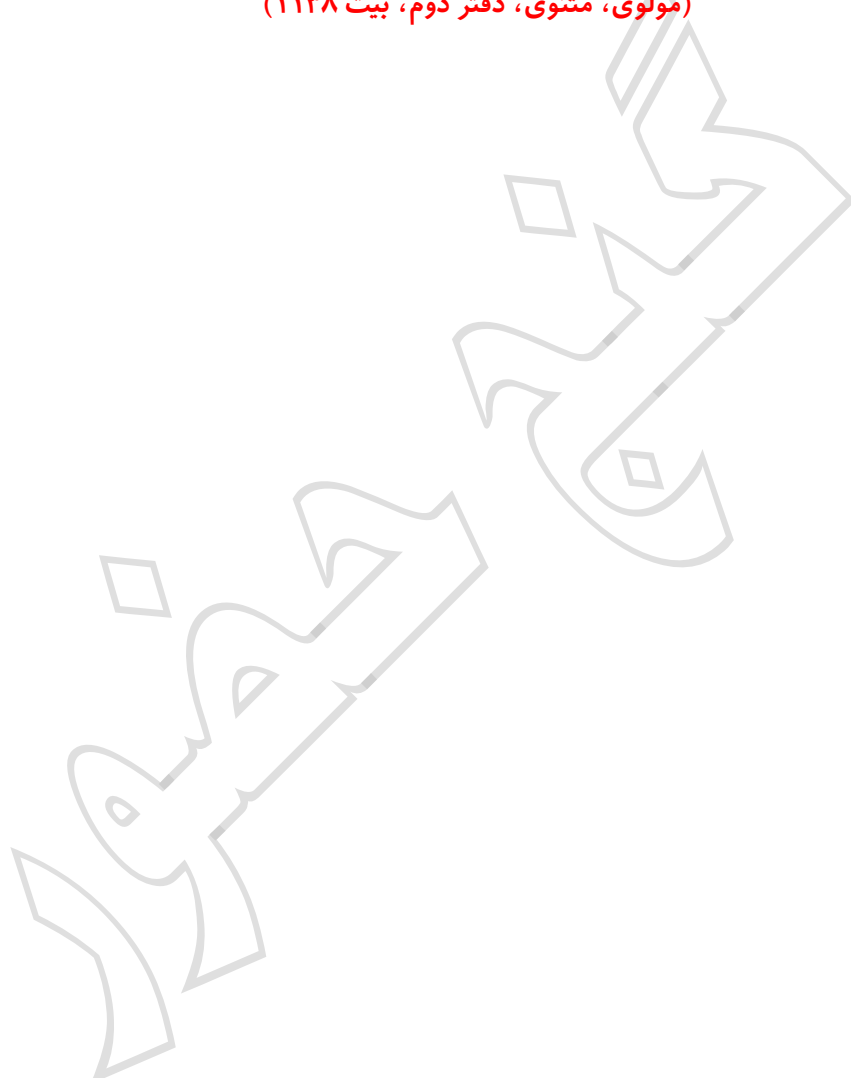
باز، در ویران بر جعدان فتاد

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۱۳۲)

باز، گوید: من چه در خوردم به جعد

صد چنین ویران فدا کردم به جعد

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۱۳۸)



گفت تو، ز آن سان که عکس دیگری ست

جمله احوالت، بجز هم عکس نیست

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۶۶۱)

خشم و ذوق هر دو عکس دیگران

شادی قواده و خشم عوان

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۶۶۲)

آن عوان را، آن ضعیف آخر چه کرد؟

که دهد او را به کینه زجر و درد

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۶۶۳)

من در خودم می‌بینم که همیشه تحت تأثیر بیرون هستم. اختیارم تحت سلطه رفتار دیگران است. اجازه می‌دهم که دیگران مرا کنترل کنند، این‌که هیجانات مرا به دست بگیرند.

در مورد داستان عایشه و آن مرد کور که وارد خانه پیامبر شد و عایشه برا پوشش به درون خانه رفت، پیامبر از او پرسید چرا خود را می‌پوشی؟ او که تو را نمی‌بیند. بفهمم که آن‌ها یعنی من‌های ذهنی کور هستند. من که می‌دانم آن‌ها نابینا هستند، چرا مثل آن‌ها رفتار می‌کنم؟ چرا لحظه‌ای فکر نمی‌کنم نباید جواب آن‌ها را بدهم، دوباره از ذهن پاسخی برای آن‌ها دارم. من که می‌دانم باید در برابر آن‌ها چه رفتاری نشان بدهم، باید فضاگشایی کنم.

این‌که چرا مثل آن‌ها کور نیستم یا می‌خواهم خود را به کوری بزنم؟ چرا یک‌دفعه یک نیرویی بر من غالب می‌شود، می‌تواند اختیار مرا از من بگیرد؟ که حتی یکی از این بیت‌ها هم در ذهنم نمی‌آید. چرا من هنوز نمی‌توانم تشخیص دهم که رفتار من‌های ذهنی درست نیست؟

از مرکز پر از همانندگی نباید چیزی جز این را توقع داشت. چرا فکر می‌کنم باید آن‌ها هم همیشه رفتارشان درست باشد؟ چرا نمی‌فهمم با فضاگشایی‌ست که آن‌ها به مرکز من دسترسی پیدا نمی‌کنند؟ چرا می‌خواهم مثل آن‌ها رفتار کنم؟

با دانستن این موضوع:



گر نه نفس از اندرون راهت زدی رهزنان را بر تو دستی کی بُدی؟

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۶۳)

در این راه فقط کافیست حواسم روی خودم باشد، حتی برای نیم‌لحظه هم نباید به رفتار کسی در بیرون، توجهم جلب شود، چراکه کوری بقیه به من هم سرایت می‌کند و دوباره به ذهن می‌روم. سعی می‌کنم مثل بقیه رفتار کنم و یادم می‌رود که وظیفه هرکسی این است که فضاگشا باشد.

لیک حاضر باش در خود، ای فتی تا به خانه او بیاید مر تو را

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۶۴۳)

ورنه خلعت را برد او بازپس که نیابیدم به خانه‌ش هیچ‌کس

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۶۴۴)

به کسانی که سوت‌زن هستند و دوباره می‌خواهند مرا به چیزهای آفل مشغول بدارند، مثلاً می‌گویند خانه نداری؟ یا مرا به گذشته می‌برند و پشیمان می‌کنند، نباید گوش بدهم. آیا چاره‌ای جز پناه بردن به خداوند در برابر آن‌ها دارم؟! آیا پس از این‌که به شادی بی‌سبب دست پیدا کردیم، [حق؟؟؟ یا منع؟؟؟] نداریم حتی به همانیدگی‌ها هم فکر کنیم؟ این به این معنی نیست که ما قدردان این مرکز عدم نیستیم؟!

من در خودم «اصرار» را می‌بینم، «اصرار» در این‌که می‌خواهم توجهم را به کارهای کسی مثلاً شوهرم بدهم. به‌جز؟؟؟ یا این‌که؟؟؟ وقتی توجه او به چیزی در بیرون جلب می‌شود. من «اصرار دارم» اگرچه می‌دانم درست نیست، ولی اصرار دارم مثل او رفتار کنم، «اصرار دارم» دوباره همان رفتارهای شرطی شده قبلی را تکرار کنم، «اصرار دارم» ...

فکر نمی‌کنم که اگر او را کنترل نکنم اشتباه می‌کنم. من «اصرار می‌کنم» که به طرف همانیدگی‌ها کشیده شوم.



۳۰- خانم بیننده از آلمان همراه با سخنان آقای شهبازی

آقای شهبازی عزیز شما در برنامه‌های اخیر راجع به بی‌مرادی تأکید فرمودید و ابیاتی را راجع به آن تأکید کردید که من در این رابطه یک متنی را نوشتم تحت عنوان بی‌مرادی را چراغ ببینیم.

با رمزگشایی‌ها و اجرای چند برنامه اخیر و تأکید شما روی این بیت‌ها چند چراغ دیگر برایم روشن شد. خدا را شکر.

عاشقان از بی‌مرادی‌های خویش

باخبر گشتند از مولای خویش

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۶)

بی‌مرادی شد قلاووز بهشت

حُفَّتِ الْجَنَّةُ شِنُو آي خُوشِ سِرْشْت

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

وقتی به گرفتاری‌هایی که من را در طی زندگانی قبل از آشنایی با گنج حضور آزار دادند، تمرکز می‌کنم این امر روشن می‌شود که تمام این گرفتاری‌ها ریشه در بی‌مرادی‌ها داشته، که خود بی‌مرادی ریشه در خواستن چیزی داشته‌است.

وقتی انسان یک شخص یا اتفاق و یا چیزی را برای خود، مهم و به قول درس‌های گنج حضور در مرکز قرار می‌دهد، دوست دارد که آن اتفاق بیفتد، اگر این اتفاق نیفتد، گفته می‌شود که شخص بی‌مراد شده‌است و این برای من ذهنی بسیار ناخوشایند است، چون فوراً آن را با ذهن قضاوت می‌کند، اما مولانا با این موضوع چگونه برخورد می‌کند؟ مولانا چنین می‌آموزد که هرگونه بی‌مرادی یا شکست برای تو پیش آمد، آن را قضاوت نکن، بلکه بپذیر و برای آن فضا باز کن زیرا که می‌فرماید:

تیر را مَشْکَن که آن تیر شَهِی است

نیست پَرِتاوی، ز شَصْتِ آگَهِی است

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۳۰۵)

اگر حقیقتاً بپذیریم و فضا را اطراف اتفاق باز کنیم و به اتفاق اعتراض یا اصلاً ارزیابی و قضاوت نکنیم و هیچ‌کس و هیچ‌چیز را مورد ملامت قرار ندهیم، بلکه فقط روی خود تمرکز کرده و صبر کنیم و اگر دردی هم آمد، درد



هشیارانه پیشه کنیم و نه رنج و فضا بندی را. اتفاقاً همین شکست و بی‌مرادی پله‌ای می‌شود برای رشد ما. مسلماً این یک دید نظر می‌خواهد که توکل را به دنبال دارد. که می‌فرمایند:

قضا که تیر حوادث به تو همی انداخت
تو را کند به عنایت از آن سپس سپری
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۵۶)

و یا

گر قضا صد بار، قصد جان کند
هم قضا جانت دهد، درمان کند
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۲۵۹)

و همچنین

از گرم دان این که می‌ترسندت
تا به ملک ایمنی بنشاندت
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۲۶۱)

پس اتفاقات را هدیه‌ای از جانب خدا بدانم که هیچ منظوری جزء باز کردن چشم حضور من ندارد. اگر من به این آگاهی واقف شوم و اطمینان و توکل کنم، به آنچه مولانا و گنج حضور به من می‌آموزد پس چگونه می‌تواند اتفاقی مرا بیازارد یا بترساند یا غمگین کند. پس راه‌کار عدم اعتماد به من‌ذهنی است و توکل به نیرویی که کل کائنات را اداره می‌کند. با چنین تنظیم رابطه‌ای با اتفاقات من همیشه راضی و خوشحالم چون اصلاً وقتی اعتماد است که من دیگر چیزی نمی‌خواهم که از اتفاق راضی یا ناراضی بشوم، چون عدم رضایت، ریشه‌اش در خواستن‌ها است. پس

که نیم، کوهم ز حلم و صبر و داد
کوه را کی در رُباید تُندباد؟
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۹۴)

و با این ابیات ان‌شاءالله زندگی را چراغانی می‌کنم.

چون دید که می‌سوزم، گفتا که قلاووزم
راهیت بیاموزم، کان راه نرفتستی
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۸۲)



و باز هم تکرار می‌کنم.

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

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

و در پایان چند بیت کلیدی را بیان می‌کنم.

دَمِ او جان دَهَدَت، رُو ز نَفَخْتُ بَیذیر
کَارِ او کُنْ فَیکون است، نِه موقوفِ علل
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۴۴)

از خدا غیر خدا را خواستن
ظَنِّ افزونی‌ست و کَلِّ کاستن
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۷۷۳)

و همچنین

چون رضای دل تو در غم ماست
یک چه باشد؟ هزار بایستی
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۱۵۶)

خیلی ممنون آقای شهبازی برنامه ۹۱۹ هم واقعاً فوق‌العاده بود و هر چه من سعی می‌کردم که نکته یادداشت کنم، آن قدر یادداشت کردم که تمام نمی‌شد، واقعاً همین‌طور مثل باران رحمت ایزدی می‌بارید، واقعاً دستتان درد نکند. و امیدوارم که من این شایستگی را داشته باشم که واقعاً این باران رحمت ایزدی را که از طریق شما و این برنامه به ما می‌رسانید، واقعاً ادا کنم این قانون جبرانش را به همه صورت هم از نظر معنوی و هم از نظر مادی. خیلی ممنون



آقای شهبازی: شما ادا کردید و پیشرفت شما هم به لحاظ شخصی و خانوادگی واقعاً الگوست. شما الآن می‌بینید دخترهایتان چقدر پیشرفت کرده‌اند، درست است؟

خانم بیننده: بله خدا را شکر، واقعاً خدا را شکر. همه داریم بهره می‌بریم واقعاً و بدون این برنامه، اصلاً من که هیچ تصویری از زندگی ندارم. از طریق این برنامه یاد گرفتم و بسیار بسیار شکرگزارم.

آقای شهبازی: خانواده باید خانواده، مثل شما باشد. واقعاً الگو هستید شما. مادر کار کرد روی خودش و دخترها هم کار کردند، الآن پیشرفت در حد بی‌نهایت. همین الآن یک بیتی هست روی صفحه می‌گوید: «صدر را بگذار صدر تست راه». صدر را در این جهان انتخاب نکردید شما، صدر مجلس شما در واقع راه است، همه ما راه است، ولی خب خوشبختانه برخی از شما دیگر در نهایت دقت عمل کردید، به کار بردید و ان شاء الله که همه خانواده‌ها مثل خانواده شما باشند خانم.

خانم بیننده: خیلی ممنونم آقای شهبازی عزیز واقعاً چه بگویم، این‌ها همه‌اش برکات این برنامه است واقعاً. من هیچ چیز ندارم به جز این برنامه و شما خیلی به من برکت رساندید. شما اصلاً کاری کردید که واقعاً من هیچ چیز نمی‌خواهم از این جهان، واقعاً هیچ چیز نمی‌خواهم به جز همان چیزی که مولانا می‌گوید و شما مرتب تکرار می‌کنید، هیچ چیز وجود ندارد اصلاً. همه چیز خیلی سطحی است، خیلی کم است واقعاً، هیچ است، هیچ.

آقای شهبازی: خب شما به عنوان مادر که واقعاً یاد گرفته‌اید این فن را، توصیه‌ای پیشنهادی دارید، به نصیحتی ما را بکنید خانم.

خانم بیننده: آقای شهبازی نفرمائید تو را به خدا، همه چیز را شما می‌گذارید توی دهن ما، ما می‌گوییم، ما که از خودمان چیزی نمی‌دانیم. من فقط حرف شما را گوش کردم، واقعاً فقط به حرف شما اعتماد کردم، ایمان آوردم و عمل کردم، خدا را شکر هیچ وقت دچار شک نشدم، ادامه دادم و روی خودم کار کردم و به هیچ عنوان سعی نکردم به کسی بخوام حالا چیزی بگویم و یاد بدهم در این رابطه، به خصوص اصلاً مخفی می‌کردم حتی. نه تنها نمی‌گفتم بلکه اصلاً می‌پوشاندم، مثل یک گوهر می‌ترسیدم از دستم برود، تا خودشان دیگر پیدا کردند، خدا را شکر.

۳۱- خانم هنگامه از رشت همراه با سخنان آقای شهبازی

خانم هنگامه: یک نکته‌ای برای من آمده، می‌خواهم این را بگویم در مورد فضاگشایی. من خودم با کلمه فضاگشایی همیشه یک یعنی مقاومتی در درونم احساس می‌کردم و هم‌چنان می‌کنم. با قسمت گشایی‌اش. با فضایش نه با گشایی‌اش. و حس می‌کنم که شاید بقیه هم در این مورد یک چنین مقاومتی را داشته باشند و چیزی که برای من آمده این است که به‌جای فضاگشایی بگوییم فضابینی.

چون ما نمی‌توانیم فضا را بگشاییم در واقع، ما نمی‌گشاییم فضا گشوده‌شده هست. مثل آسمانی که در آن ستاره‌ها هستند. ما می‌توانیم فضای گشوده‌شده را شروع کنیم به دیدن. یعنی به‌جای این‌که بیاییم ستاره‌ها را ببینیم، من ذهنی را ببینیم، بیاییم نگاهمان را، دیدمان را برگردانیم به سمت کجا؟

به سمت فضای گشوده‌شده‌ای که وجود دارد. و گرنه من ذهنی می‌آید این‌جا می‌گوید که تو می‌خواهی فضا بگشایی. تو مگر می‌توانی فضا بگشایی؟ تو اصلاً این کار را بلد نیستی که انجام بدهی. خوب درست هم می‌گوید. نمی‌دانم من، من چنین حسی دارم و حالا برای خودم این‌جوری آمده حس می‌کنم این‌جوری درسته.

آقای شهبازی: نه اجازه بدهید من توضیح بدهم. اولاً شما در به‌اصطلاح تله وازه‌ها نیفتید. که به‌جای این باید آن را بگوییم به‌جای آن باید این را بگوییم، این تله‌ای است که من ذهنی در نه‌تنها در جلوی پای شما، جلوی پای بشریت گذاشته.

مثلاً ما یک خدا بیشتر نداریم، این ادیان با هم جنگ می‌کنند که شما خدا را بد تعریف می‌کنید ما خوب تعریف می‌کنیم، خدا اصلاً قابل‌تعریف نیست. فضاگشایی هم قابل‌تعریف نیست. این هست که فضاگشایی در واقع یک کار ایزدی‌ست.

منتها «گشایی» مربوط می‌شود به آن اراده و تصمیم آگاهانه شما که می‌دانید اگر شما بخواهید فضا را باز کنید، من ذهنی مقاومت خواهد کرد، در نتیجه این‌جا باید یک نیروی شما به‌کار ببرید و برای همین مفهوم درد هشیارانه پیش می‌آید که شما هشیارانه درد می‌کشید.

ولی «گشایی» درست است. برای این‌که شما باید به‌عنوان نیروی زندگی یک کاری باید انجام بدهید و اگر کاهل باشید و به‌اصطلاح یک لغتی هست در انگلیسی می‌گویند پسیو (passive)، یعنی به‌جای پسیو (passive) باید اکتیو (actives) باشید، باید فعال باشید، باید عمل‌کننده باشید، باید قدرت داشته باشید.



این است که یک توجه و یک کاری از طرف شما باید انجام بشود. این طوری نیست که می‌گویید که باید ببینیم. دیدن احتیاج به کار ندارد ولی شما تا کار انجام ندهید این ذهن می‌کشد. آن کاری که ذهن انجام می‌دهد و ما نیروی‌مان را عادتاً صرف می‌کنیم، کار جذب ذهن هست یعنی کار ذهن است.

ذهن فکر می‌کند ما آن هستیم و ابزارها و راه‌هایش را به ما تحمیل کرده. مثلاً ما به‌طور عادی عصبانی می‌شویم و اکنش نشان می‌دهیم. به‌طور عادی حسادت می‌کنیم. ولی اگر بخواهید حسادت نکنید باید نیرو صرف کنید. باید اولاً یک نیرویی می‌خواهد که هشیاریتان را حفظ کنید، هشیار باشید، تیز باشید، ببینید خودتان را، من دارم حسادت می‌کنم.

پس من دارم خودم را مقایسه می‌کنم. یک نفر یک چیزی گفته الان باید حزم داشته باشم، و صبر داشته باشم، پس در گشودن فضا شما نیرو مصرف می‌کنید. درست مثل این‌که می‌گویید، می‌دانید اگر یک کسی کار بخواهد انجام بدهد اولین مفهومی که مطرح می‌شود نیروست.

شما زور می‌زنید ماشین را هل می‌دهید، چه کار می‌کنید؟ نیرو مصرف می‌کنید که ماشین از چاله بیاید بیرون. آن نیرو را مصرف نکنید، ماشین دوست دارد در چاله بماند. ولی موقعی که به چاله می‌افتاد، روی یخ لغزیده افتاده در جوی، یادتان هست که در ایران الان هم شاید می‌افتد در یخ داخل جوی. می‌گویند آقا بیاید کمک کنید هل بدهید از جوی دربیاید.

خوب برای از جوی درآوردن نیرو می‌خواهد، برای به جوی افتادن ماشین خودش می‌لغزد می‌افتد، در نتیجه در عادت‌هایی که ما داریم من‌ذهنی ما را به‌کار بگیرد لزومی ندارد ما هشیار باشیم. نیروی زندگی به‌وسیله ما آن طوری می‌رود تلف می‌شود.

مثلاً یک دفعه‌ای می‌بینی ما عصبانی شدیم اصلاً خودمان هم متوجه نشدیم. ولی اگر بخواهی عصبانی نشوی آن موقع حزم و صبر و شکر و فضاگشایی می‌خواهد. فضاگشایی درست است خانم. در واقع باز کردن فضا کاملاً درست است.

یعنی اگر شما فضاگشایی می‌کنید حتی برای نگه‌داری توجه و تمرکزتان روی این موضوع، فضاگشایی می‌خواهد یعنی صرف نیرو می‌خواهد. امروز همین حرف آقای صادق هم که بسیار عالی بود می‌گفت که، می‌گفت مثلاً روزن دلمان را باز می‌کنیم برای اولین بار فضاگشایی درست روزن دلمان را باز می‌کند، نور می‌افتد روی کارهایی که ما در ذهن می‌کنیم.



می‌بینیم که آه ما حسود هستیم، می‌بینیم که ما اوقات تلخی می‌کنیم. ما مقاومت می‌کنیم، تا حالا فکر می‌کردیم نه، این کارها را ما نمی‌کنیم، ولی وقتی روزن باز می‌شود می‌بینیم که خیلی کارهای عجیب غریبی که هم‌اشار بد هست، ما در ذهنمان می‌کنیم و خبر نداشتیم، دو تا راه دارد یا نیرو صرف کنیم فضا را گشوده نگه داری و نگاه کنی بگویی من این هستم، حزم دارم، صبر می‌کنم و کار می‌کنم. خوب این نیرو می‌خواهد، فضاگشایی، چرا؟

ذهن طبق عادت می‌خواهد ببندد برود به آن کمال‌پرستی، بگوید آقا من چیزیم نیست، این هم که دیدیم چیز مهمی نبود. بی‌خود دیدم اصلاً. توجه می‌کنید؟

خانم هنگامه: بله دقیقاً در همین کلمه، ذهن خودش را یعنی احساس آن خستگی را می‌آورد بالا، احساس ناتوانی، احساس این‌که، دقیقاً می‌آید با همین کلمه بازی می‌کند و مجادله می‌کند.

آقای شهبازی: بله ذهن مقاومت می‌کند. شما به‌عنوان هشیاری مقاومت آن را می‌شکنید. یعنی می‌کشید فضا را باز می‌کنید. دیدید بعضی موقع‌ها یه نفر آدم را می‌خواهد عصبانی کند و ما داریم فضا را جمع می‌کنیم متقبض بشویم، هی شما در صبر و هشیاری هیچی نمی‌گویید، فضا را گشوده نگه می‌داریند، بعد از پنج دقیقه اوضاع درست می‌شود. این نیرو می‌خواهد.



بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

ای نسیم سحر آرامگه یار کجاست
منزل آن مه عاشق کش عیار کجاست

شب تار است و ره وادی ایمن در پیش
آتش طور کجا موعد دیدار کجاست

هر که آمد به جهان نقش خرابی دارد
در خرابات بگویند که هشیار کجاست

آن کس است اهل بشارت که اشارت داند
نکته‌ها هست بسی محرم اسرار کجاست

هر سر موی مرا با تو هزاران کار است
ما کجاییم و ملامت گر بی‌کار کجاست

باز پرسید ز گیسوی شکن در شکنش
کاین دل غم‌زده سرگشته گرفتار کجاست

عقل دیوانه شد آن سلسله مشکین کو
دل ز ما گوشه گرفت ابروی دلدار کجاست

ساقی و مطرب و می جمله مهیاست ولی
عیش بی‌یار مهیا نشود یار کجاست

حافظ از باد خزان در چمن دهر مرنج
فکر معقول بفرما گل بی‌خار کجاست

(حافظ، دیوان غزلیات، غزل ۱۹)

۳۳- خانم فائزه همراه با سخنان آقای شهبازی

تشکر از شما به خاطر برنامه ۹۱۹ که همین‌جور که هم بعضی از دوستان اشاره کردند در پیام‌هایشان واقعاً، خیلی خیلی اثرگذار بود روی شخص من هم، و بعضی وقت‌ها اثر این برنامه و ابیات یک‌جوری است مثل حالت این است که چراغ همین‌جور در قلب آدم روشن می‌شود، ولی بعضی موقع مثل موشک می‌ماند که اصلاً می‌کند می‌برد، اصلاً معلوم نیست که دیگر چطور می‌شود.

و این برنامه ۹۱۹ را، ابیات دفتر سوم هم همین‌جور بودند، و حالا یک چیز خیلی جالبی که، یک بیته را شما خواندید:

**جمله قرآن هست در قطع سبب
عزّ درویش و، هلاک بولهب
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۵۲۰)**

و اصلاً این بیت را وقتی شما خواندید من کاملاً حیرت‌زده شده بودم و گفتم عجب بیته است و شما هم دقیقاً همین جمله را بلافاصله در برنامه گفتید که اصلاً شما می‌دانستید هم‌چنین بیته هست و خلاصه حالا این یک الهامی شد که من ابیاتی را بیشتر بخوانم و یک چند بیته راجع به همین قسمت از مثنوی که شما خواندید و اگر اجازه بدهید چند بیت بعدی آن را بخوانم که...

آقای شهبازی: بفرمایید. خانم فائزه این را هم بگویم شما خیلی پیشرفت کردید. ماشاءالله به شما. اصلاً حیرت‌انگیز است پیشرفت شما. ماشاءالله. هی می‌گوییم ماشاءالله، چکار کنیم دیگر... کار کردید موفق شدید واقعاً.

خانم فائزه: اختیار دارید آقای شهبازی، شکر خدا، شکر زندگی. سلامت باشید خیلی ممنونم سپاسگزارم.

در این بخش مولانا مثال‌هایی می‌زنند از آیات قرآنی و داستان‌های قرآنی نشان می‌دهد که چقدر در واقع این اتفاقاتی که می‌افتد و ما حالا به‌عنوان معجزات می‌گوییم. این‌ها در واقع با سیستم سبب‌ذهنی ما اصلاً کار نمی‌کنند و اصلاً از یک بعدی حتی به صورت داستانی هم که نگاه کنیم اگر چه که ما دقیقاً این‌ها را می‌توانیم در آن فضای همین حضور و من‌ذهنی هم ابیات را درک نکنیم. ولی به صورت داستانی هم که نگاه می‌کنیم، برای ذهن هم خیلی قابل درک و لمس است که این اتفاقات بر اساس علت و اسباب‌ذهنی نمی‌افتند و حالا این چند بیت آن را



فقط من می‌خوانم. چون واقعاً من می‌گویم که همان چه می‌گویند...! اثر موشک را داشت برای من. دوست داشتم این را به اشتراک بگذارم.

جمله قرآن هست در قطع سبب

عِزِّ درویش و، هلاک بولهب

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۵۲۰)

مرغ بابیلی دو سه سنگ افکند

لشکر زفت حبش را بشکند

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۵۲۱)

پیل را سوراخ سوراخ افکند

سنگ مرغی کو به بالا پر زند

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۵۲۲)

**هم‌چنین ز آغاز قرآن تا تمام
رفع اسباب است و علت والسلام**

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۵۲۵)

یعنی چقدر این صریح و قطعی مولانا می‌فرمایند که اصلاً از اول تا آخر قرآن، و حالا این، حتی همین قرآنی که ما مسلمانان به عنوان حالا کتاب دینی و هر کسی ممکن است قرآن را بخواند به عنوان یک کتاب و حتی خود ما این وقتی که به عنوان هشیاری کل زندگی‌مان را زیر نورافکن قرار می‌دهیم.

می‌فرمایند که «رفع اسباب است و علت والسلام»، یعنی ما فقط داریم همین کار را می‌کنیم که این در واقع علت و معلول‌ها را بیندازیم بیرون و چشم‌مان به صنع باز بشود، به این کن‌فکان، و این‌که در واقع این حقیقت هستی دارد از روی عدم که معدن تمام امکانات است. بدون هیچ سببی دارد این فرایند تکامل را پیش می‌برد و می‌فرمایند که:

کشف این نه از عقل کارافزا شود

بندگی کن تا تو را پیدا شود

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۵۲۶)

و این‌که بفهمی که این قرآن همه‌اش آمده که فقط علت و اسباب را رفع کند، تو این‌ها را هم با عقل کارافزا نمی‌توانی کشف بکنی، باید بندگی کنی، همین تسلیم و فضاگشایی، و باید در این راه بیاییم که در واقع این برای ما پیدا بشود. حالا یادم به آن داستان حضرت ابراهیم هم می‌افتد که ابراهیم می‌فرماید که من ایمان دارم که بعد از مرگ زنده می‌شویم، ولی می‌خواهم قلبم مطمئن بشود. آن وقت خداوند می‌فرماید که پس برو این پرنده‌ها را بکش، یعنی باید این کار را انجام بدهی تا این برای تو پیدا بشود و این‌جا هم می‌فرماید «بندگی کن تا تورا پیدا شود»

بس بُدی بنده را کفی بالله لیکش این دانش و کفایت نیست

گوید این مشکل و کنایات است
این صریح است این کنایت نیست
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۹۹)

چقدر تأکید می‌کنند که این واقعاً خیلی صریح است. وقتی آدم یک مقداری توجه می‌کند به این قطعیت و صراحت خودش یک تلنگری می‌شود که این یک‌هویی این حالت ذهن را خاموش می‌کند و هشیاری می‌تواند در واقع از آن فضا آگاه بشود.

همچنین زآغاز قرآن تا تمام
رفع اسباب است و علت والسلام
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۵۲۵)

آقای شهبازی:

من می‌خواستم خانم فائزه حالا که سبب‌سازی را گفتید می‌دانم آن چند بیت را هم که شما خیلی خوب بلد هستید. «رُدُّوا لِعَادُوا» و پیمان سُست و این‌ها... و این خارج شدن از این سیستم سبب‌سازیِ شرطی‌شدهٔ ذهن کار بسیار سختی است. می‌بینید که یک سبب، یک علت، تبدیل به معلول می‌شود. آن می‌شود علت برای معلول دیگر. همین‌طور ذهن ادامه دارد. می‌گوید که قرآن و یا حدیث یا مولانا یا هر چیز که ما می‌خوانیم از این سبب‌سازی خیلی هم خوب گفتید با بندگی، فضاگشایی و تسلیم باید خارج بشویم و باید اعتماد کنیم به زندگی، اتفاقاً آن سبب‌سازی اعتماد ندارد دیگر؛ که متکی به سبب‌سازی خودش است.



هرکسی باید سیستم سبب‌سازی خودش را ببیند بگوید که من اگر واقعاً به خداوند، به زندگی، اعتقاد دارم. متکی هستم. به قضا و کن‌فکان معتقد هستم. بیشتر از اعتقاد، حتی عملاً متکی هستم که کار من را اداره می‌کند، اگر نه که بگویم این کائنات را پس چه چیزی اداره می‌کند، من یک عقل محدود دارم که با آن سبب‌سازی می‌کنم، این سبب‌سازی و علت و معلول که در ذهن من جریان دارد، من را در ذهن نگه‌داشته، من باید از این بیایم بیرون و متکی به قضا باشم که قضا اتفاق این لحظه را درست می‌کند. من فضاگشایی می‌کنم و پیغام می‌گیرم و زندگی‌ام را درست می‌کنم.

و آن چند بیتی را که شما حفظ هم هستید. که از طفلی سبب‌ها را دیده‌ایم و... می‌شود برای ما بخوانید و یک توضیحی بدهید.

خانم فائزه: یک سری بیت دیگر را هم هست در مورد سبب از همان بیت:

**تو ز طفلی چون سبب‌ها دیده‌ای
در سبب، از جهل بر چفسیده‌یی
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۳)**

**با سبب‌ها از مسبب غافل
سوی این روپوش‌ها زان مایلی
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۴)**

یعنی از بچگی خودمان را آمدیم سیستم ذهن ما با سبب‌ها و علت‌ها در واقع تربیت شده است ذهن ما، و به‌خاطر همین وارد سبب شده‌ایم و دیگر از مسبب غافل شده‌ایم.

ولی خوب این لطف و رحمت خداست که جاهایی درواقع اجازه نمی‌دهد که این سیستم سبب ما، همان بی‌مرادی‌های ما یک مثال آن است که با همان اسباب و علت ذهنی ما می‌رویم جلو و جواب نمی‌دهد و این عنایت و لطف خداست که گفت:

**چون سبب‌ها رفت، بر سر می‌زنی
ربنا و ربناها می‌کنی
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۵)**

یعنی آن‌جا متوجه می‌شوی که سبب کار نمی‌کند.



ربّ می‌گوید: برو سوی سبب چون ز صنعم یاد کردی؟ ای عجب!

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۶)

و زندگی می‌گوید که برو برگرد سوی سبب‌هایت، تو چطور الان متوجه صنع شدی. حالا این در واقع یک‌جور تلنگر برای هشیاری ماست و:

گفت: زین پس من تو را بینم همه ننگرم سوی سبب و آن دمدمه

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۷)

و می‌فرمایند حالا ما به‌عنوان شخصی که زندگی برای ما این اتفاق را آورده که از سبب پریده‌ایم بیرون. و متوجه صنع شدیم و می‌گوییم که من متوجه شدم. و دیگر نگاه نمی‌کنم به این دمدمه‌های ذهن، نگاه نمی‌کنم جوری که ذهن برای من اتفاقات را، عوامل را، پشت‌سر هم می‌چیند نگاه نمی‌کنم که بخواهم بر اساس آن‌ها پیش بروم. و دیگر می‌خواهم در واقع فقط تو را ببینم.

گویدش: رُدُّوا لَعَادُوا، کار توست ای تو اندر توبه و میثاق، سُسْت

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۸)

زندگی می‌فرماید ولی کار تو «رُدُّوا لَعَادُوا» است. می‌دانم که تو دوباره برمی‌گردی به ذهن. همین‌که یک مقداری به قول گفتنی حالا، حال‌مان خوب می‌شود و این‌ها... برمی‌گردیم ذهن. همین است من‌ذهنی، بعد می‌پرد وسط، فکر می‌کند این کار هم خودش کرده، و دوباره توجیه می‌کند. اتفاقاً من یک چیزی که خیلی در خودم می‌بینم، دائماً ذهن من فعالیت می‌کند که همه‌چیز را فرموله بکند. و این می‌خواهد بعداً از همین فرمول‌هایش استفاده بکند. ولی خوب هشیاری می‌تواند متوجه بشود که این بازی ذهن است. و فقط ناظرش باشد و بداند که این در واقع با آن فرمول‌هایی که ذهن دارد می‌سازد کار نمی‌کند و نخواهد کرد.

لیک من آن ننگرم، رحمت کنم رحمتم پُرسْت، بر رحمت تنم

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۹)



ننگرم عهد بدت، بدهم عطا
از گرم، این دم چو می‌خوانی مرا
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۶۰)

ولی خوب این همین زندگی هست که از لطف و رحمت بی‌نهایتش می‌گوید که می‌دانم تو اشتباه می‌کنی و بازهم به این راه برمی‌گردی و «رُدُّوا لِعَادُوا» می‌کنی و دوباره می‌روی به ذهن و سبب‌سازی می‌کنی و...

ولی خوب من این عهد بد تو را نگاه نمی‌کنم و من فقط بر رحمت می‌تتم. و این لحظه، این دمی که تو متوجه می‌شوی و من را می‌خوانی و توجه تو به صنع می‌آید من عطا می‌کنم.

و اگر اجازه بدهید یک بخش دیگری که اتفاقاً همین‌جوری به ذهنم آمده بگویم به شما.

چاره آن دل عطای مُبدلی است
داد او را قابلیت شرط نیست
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۳۷)

بلکه شرطِ قابلیتِ داد اوست
داد، لبّ و قابلیت هست پوست
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۳۸)

اینکه موسی را عصا ثعبان شود
همچو خورشیدی کفش رخشان شود
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۳۹)

صدهزاران معجزات انبیاء
کان ننگجد در ضمیر و عقل ما
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۴۰)

نیست از اسباب تصریف خداست
نیست‌ها را قابلیت از کجاست؟
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۴۱)



و همین عطایی که در واقع زندگی می‌گوید من عطا می‌کنم. و به عهد بدت نگاه نمی‌کنم. همین عطا چاره دل ماست. که تبدیل بشود و این هم باز هیچ قابلیتی، هیچ سبب‌سازی ذهنی در آن دخیل نیست، این فقط عنایت و لطف خداوند است.

و این‌که می‌فرمایند موسی در واقع عصایش مار می‌شد و اژدها می‌شد و همه آن مکر ساحران که همان افکار و سبب‌سازی‌های ذهن ماست دیگر در واقع، آن‌ها را می‌خورد. این‌که دستش درخشان می‌شد و همین نوری که در واقع خرد زندگی است که به کارها می‌ریزد و برکت می‌دهد. همان تغییراتی که ما داریم می‌کنیم و متوجه می‌شویم اصلاً انگار خودمان شگفت‌زده می‌شویم که یک کس دیگری هستیم و آن آدم نیستیم و. داریم از همه دوستان می‌بینیم خدارا شکر. که خودش مثل معجزه می‌ماند. یا اصلاً در عقل‌مان نمی‌گنجد.

می‌فرمایند که این از اسباب نیست این از تصریف خداست، دخل و تصرف خداست که مستقیماً، «کار من بی‌علت است و مستقیم»، دارد روی ما کار می‌کند و این با قابلیت‌های ذهنی ما نیست. اصلاً ما نیست هستیم. نیست به‌عنوان ذهن، که اصلاً ما به‌عنوان این بعد جسمی‌مان که ذهن می‌تواند تصور کند ما نیست هستیم. نیست قابلیت نمی‌تواند داشته باشد و می‌فرمایند.

قابلی گر شرط فعل حق بدی

هیچ معدومی به هستی نآمدی

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۴۲)

و حالا در این ابیات ادامه می‌دهند البته زندگی، خداوند این سیستم علت و سبب را بنا می‌کند که ما در واقع بتوانیم در آن کار بکنیم در جهان فرم، ما بتوانیم کار بکنیم. می‌فرمایند که:

سنتی بنهاد و اسباب و طرق

طالبان را زیر این آرزق تتق

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۴۳)

بیشتر، احوال بر سنت رود

گاه قدرت، خارق سنت شود

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۴۴)



سنت و عادت نهاده با مزه باز، کرده خارق عادت معجزه (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۴۵)

یعنی این که به‌هرحال سیستم جهان مادی بر اساس سنت بنا شده، یک سیستم‌هایی دارد، علت و معلول دارد که ما بتوانیم کار بکنیم بر اساس آن. و بیشتر هم آن فرآیندهای جهان بر همان حالت می‌رود ولی قدرت می‌آید و خارق این سنت می‌شود و می‌آید پاره می‌کند سنت را، بخاطر این که عنایت است که ما وارد آن سیستم نشویم و گیر بیفتیم و متوجه صنع باشیم. و می‌فرمایند که:

بی سبب گر عز به ما موصول نیست قدرت از عزل سبب معزول نیست (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۴۶)

وقتی که ذهن می‌خواهد برای ما، حالا در همان کار معنوی مان شروع می‌کند می‌گوید خوب باید که تو این کار را بکنی، این کار را بکنی، این کار را بکنی که در واقع به حضور برسی، می‌گوید حالا تو با آن مبارزه نکن، و بگو که «بی سبب گر عز به ما موصول نیست»

قدرت از عزل سبب معزول نیست»،

یعنی این که این قدرتی که همه اسباب را بنا نهاده می‌تواند که عزل بکند سبب‌ها را.

ای گرفتار سبب بیرون مپر لیک عزل آن مسبب ظن مبر (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۴۷)

حالا، درست است تو الان گرفتار این سیستم سبب هستی، نمی‌خواهد هم که با ذهنت بیایی با آن مبارزه بکنی و نمی‌خواهد هم که...، در واقع بعضی وقت‌ها هم ذهن می‌خواهد حالا گستاخی‌هایی بکند.

پس حالا که این جور است و صنع است و این‌ها... حالا بیا ببینم خودت را بینداز زیر ماشین ببینم، می‌میری یا نمی‌میری! یعنی می‌خواهد یک چیزهایی برای ما...! حالا این یک مثال اغراق آمیزش بود ولی در مثال کوچک‌تر زندگی مان می‌توانیم ببینیم که حالا ذهن، می‌خواهد بگوید که خوب الان بین تو در سبب نیستی، این کار را بکن ببینم. خوب یعنی ما را به مقاومت بکشاند در این موضوع بسیار مهم.



آن وقت مولانا می‌فرمایند تو حالا نمی‌خواهد بیرون ببری، یعنی مقاومت نکن و واقعاً تو یک سری کارهای جهان مادی را بر اساس سبب پیش می‌بری، ولی گمان نکن که این مسببی که سببها را در واقع آفریده در این علت و معلول ذهنی تو، این عزل شده.

هرچه خواهد آن مُسَبِّب آورد قدرت مطلق سببها بر دَرَد (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۴۸)

و واقعاً این‌طور هست که فقط مسبب است که این اتفاقات را در واقع برای ما می‌آفریند، حالا آن چیزی که ما به‌عنوان اتفاق درک می‌کنیم، آن هم خودش موضوع دیگری است. ولی به هر حال حالا در یک سطحی قدرت مطلق سببها را پاره می‌کند.

لیک اغلب بر سبب راند نَفَاذ تا بداند طالبی جُستن مراد (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۴۹)

چون سبب نبود، چه ره جوید مُرید؟ پس سبب در راه می باید بدید (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۵۱)

می‌فرمایند که به هر حال بیشتر اوقات برای ما این سببها دارد کار می‌کند. و ما بر اساس این سببها داریم کار می‌کنیم. اتفاقاً همین که داریم ما در گنج حضور بر اساس سببها کار می‌کنیم. می‌گوییم که ما باید این کار را انجام بدهیم. می‌گوییم که ما باید برنامه را ببینیم، باید تکرار بکنیم. باید پیغام بدهیم. همه این‌ها را به‌عنوان سبب‌هایی می‌گذاریم که در مسیر معنوی به ما کمک می‌کند که درست هم هست، ما باید این کار را بکنیم.

ولی همیشه توجه‌مان باید به این باشد که ما فقط در حیطة فرم داریم این کارها را انجام می‌دهیم. تا بتوانیم یک کاری انجام بدهیم، بتوانیم در این راه برویم جلو ولی باید متوجه باشیم که صنع خداوند است نه این چیزهایی که ما با ذهن‌مان تعریف می‌کنیم.

این سببها بر نظرها پرده‌هاست که نه هر دیدار، صنُعش را سِزاست (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۵۲)



دیده‌یی باید، سببِ سوراخِ کُن
تا حُجُب را بر کند از بیخ و بُن
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۵۵۲)

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

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

و همین را باید متوجه باشیم که این سبب‌ها، در واقع یک پرده‌ای می‌شوند که ما نتوانیم صنع را ببینیم و این را باید دقت بکنیم. و ما دائماً در جهان فرم با سبب‌ها داریم کار می‌کنیم واقعاً، حتی در راه معنویت‌مان هم، سبب‌های ذهنی را تعریف می‌کنیم و بر اساس آن کار می‌کنیم. ولی همیشه متوجه هستیم اصل با صنع است و همان فضاگشایی که ما را در واقع دسترسی می‌دهد به آن صنع. تا بتوانیم ان‌شاءالله وصل به مسبب باشیم که دیگر از مکان و زمان خارج است و بدانیم این‌ها در واقع بازی است. تمام این جهد ما هم بازی است. آن عنایت نهایتاً تبدیل را انجام می‌دهد، آن عطای مُبدل را برای دل ما نازل می‌کند.

من البته برای این هفته متنی حاضر نکردم، می‌خواستم چند بیتی که روزهای گذشته تکرار کردم را خدمتان بخوانم. در چالشی که داشتم، وقتی که احساس می‌کردم که قرین می‌خواهد روی من اثر بگذارد این بیت را تکرار کردم که

نی قلاووز است و، نی ره داند او
یوسفا کم رو سوی آن گرگ خو
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۸)

حزم، آن باشد که نفریبَد تو را
چرب و نوش و دام‌های این سرا
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۹)

بعد وقتی دیدم که دارم به سبب‌سازیِ ذهن کشیده می‌شوم که خوب فلانی مسبب آن هست و این اتفاق دارد می‌افتد، این بیت کمکم کرد که

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)

بعد از مدتی که گذشت احساس کردم وضعیت دارد باز برایم جدی می‌شود و فضا برایم بسته می‌شود.

یار در آخر زمان، کرد طرب‌سازی
باطن او جدِ جد، ظاهر او بازی

جملهٔ عشاق را یار بدین علم کُشت
تا نکند هان و هان، جهل تو طنازی
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۱۳)



و بعد احساس کردم که باز ذهنم دارد نارضایتی را بابت یک چالش برایم پیش می‌آورد، این بیت را سعی کردم تکرار کنم:

بیاموز از پیمبرِ کیمیایی
که هر چتِ حق دهد، می‌ده رضایی

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

در پایان روز که باز، خوب از نظر فیزیکی هم خسته‌تر بودم و بیش‌تر ذهنم فشار می‌آورد، سعی کردم که این بیت را تکرار کنم:

جز عنایت که گشاید چشم را؟
جز محبت که نشاند خشم را؟
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۸۳۸)

بله، استاد متن دیگری هم داشتم که هفته پیش آماده کرده بودم، آگه وقت هست یک کمی از آن را بخوانم اگر نه، که بگذارم برای بعد.

آقای شهبازی: حالا هر جور دلتان می‌خواهد، به اندازه دو دقیقه، سه دقیقه می‌توانید بخوانید.

خانم نرگس: هفته پیش حقیقتش چالشی که داشتم، در من الگوی خشم آمد بالا، خوب که از پندار کمال بود که سعی کردم صد من حدید من ذهنی‌ام را بشناسم و غزلی که به من کمک کرد غزل برنامه ۶۲۴ بود با مطلع:

خشمین بر آن کسی شو، کز وی گریز باشد
یا غیرِ خاکِ پایش، کس دستگیر باشد

گیرم کز او بگردی، شاه و امیر و فردی
ناچار مرگ روزی بر تو امیر باشد
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۸۳۹)



همین‌طور تکرار این بیت که خانم مرجان همیشه می‌خوانند:

همچو مستی، کو جنایت‌ها کند

گوید او: معذور بودم من ز خود

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۵)

گویدش لیکن سبب ای زشتکار

از تو بُد در رفتن آن اختیار

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۶)

بیخودی نآمد به خود، توش خواندی

اختیارت خود نشد، توش راندی

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰۷)

که شناسایی‌هایی که برایم داشت:

الگوی خشم بود،

قدرت طلبی،

احترام طلبی،

رنجش،

و همین‌طور کنترل‌گری،

منیت،

حسادت،

حس کمیابی،

همین‌طور ذهن که تمایل به دردسازی و نگرانی و مسئله‌سازی دارد.

دیدن پیشرفت‌های خود و بازگو نکردن اشتباهات و قضاوت نکردن

این هفته چلچراغی به لطف زندگی و آقای شهبازی عزیز روشن شد که من را از یک نوع دیگر خواب و نادانی بیدار کرد و آن، این بود که هرازگاهی اشتباه، هیچ عیبی ندارد. جزو راه است. تا خطایی سر زد بازگو نکن تا راه حلی بیابی. راه حل را می‌دانی و گفته شده است. فقط با گفتن اشتباه خود، آن را پررنگ‌تر و انگار داری شکایت می‌کنی. شکایت از عدم پیشرفت، حتی اگر قصد چنین نبوده.

در نتیجه بر آن شدم که به پیشرفت‌ها نگاهی بیندازم. اگر بخواهم از پیشرفت‌ها بگویم، باید یک پیغام جداگانه بنویسم. مگر می‌شود با این برنامه بود و پیشرفت نکرد. منتها پندار کمال و یا از روی عادت و یا دائماً خود را درست کردن و زیر بزرگ‌ترین ذره‌بین موجود برای دیدن عیب و نقص، نمی‌گذارد ما به پیشرفت‌هایمان نگاهی بیندازیم.

بر آن شدم که به پیشرفت‌هایم توجه کنم و دیدم که چقدر وجود دارند. برای مثال: انداختن بسیاری از همانیدگی‌ها و همانیدگی جدیدی در مرکز نگذاشتن، حرص هیچ‌چیزی را در جهان نزدن، شادی بی‌سبب را تجربه کردن، خیلی خیلی کم‌تر به گذشته سر زدن و با یک حس آرامش دائمی بودن و و... وقتی این‌ها را می‌دیدم متوجه شدم که چقدر از شأن، دور است که تا یک خطائی سر زد بیایم و مطرح کنم. متوجه شدم اشتباه جزو راه است. واقعاً هیچ عیبی ندارد هرازگاهی اشتباهی هم باشد. مهم این که زودی می‌بینیمشان و پیغام را می‌گیریم. این متن را نوشتم که شاید مُشوقی باشد که ما یک نگاه عمیق‌تری به خودمان بیندازیم و پیشرفت‌هایمان را ببینیم. حتماً وجود دارند. اُنصِتوا را برای بیان نکردن اشتباهاتمان رعایت کنیم. درس را بگیریم و مطمئن باشیم که کم‌تر و کم‌تر تکرار خواهند شد تا به صفر برسند. چون علی آه در چاه باید کرد.

کوری خود را مکن زین گفت، فاش

خامش و در انتظارِ فضل باش

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۲۳)

کوری یعنی نداشتن دید عدم را با بیان کردن آشکار نکنیم. خاموش باشیم و بدانیم که بینش حقیقی در راه است و در این لحظه.



اگر از هر پنج بار، چهار بار فضاگشایی می‌کنم و یک بار هم قادر به فضاگشایی نبودم این عالی است. آن یک بار را نبین و زود از آن عبور کن و مطرحش هم نکن. آن چهار بار را ببین. هرچه بیشتر خوبی‌ها و توانایی‌هایمان را ببینیم آن‌ها هم جان‌بیش‌تری می‌گیرند و قوی‌تر و بیش‌تر می‌شوند. این خود یک هنر است که کسی که قادر به دیدن خوبی‌ها و پیشرفت و تغییر خود است.

قضاوت نکنیم خودمان را. بارها شنیده‌ام دوستان از حسادت حرف می‌زنند و من مانده‌ام که این دوستان عزیز که در این راه قدم گذاشته‌اند و آن‌قدر روی خود کار می‌کنند مگر امکان دارد حسادت وجود داشته باشد.

آیا معنای حقیقی حسادت را متوجه شده‌ایم و یا از کلمه حسادت یک چیز سطحی منظورمان است. در رشته کاری‌ام به علت رقابت زیاد بارها و بارها مقایسه می‌شویم، اول برای ورود، نمرات، بعد هر سال تحصیلی، باز نمرات و تحقیقات، بعد برای کار در مصاحبه باز مقایسه می‌شویم ولی این مقایسه، مقایسه مفیدی است که باعث می‌شود اشتیاق تلاش و خود بهتر کردن و پیشرفت از لحاظ دانش و تجربه و کار عملی ایجاد شود. هیچ موقع حسادت که فلان کس نرسد و من برسم ایجاد نشده‌است.

همین‌طور در راه معنویت ما از هم یاد می‌گیریم و تشویق می‌شویم. حسادت به این معنا که دیگری نباشد ولی من باشم آیا در شأن انسان است؟ آیا ما که می‌گوییم در من حسادت وجود دارد، آیا حقیقتاً به این معنا که ما هم دوست داریم آن‌طور باشیم و یا نه فقط ما آن‌طور باشیم نه هیچ‌کس دیگر؟ اگر واقعاً هم وجود دارد پس خود را قضاوت نکنیم و کلمه زشت حسادت را به خود موصوف نکنیم.

چقدر این قضاوت نکردن خود و دیگران و تغییر دید، گسترده‌است و کاربردهای مختلفی دارد. مثال دیگری که می‌توانم بزنم این است که چرا گاهی خوبی‌های اطرافیان کم‌رنگ‌تر از اشتباهاتشان می‌شود. خانواده‌ای که هزاران خوبی در حق کرده‌اند قضاوتشان نکنیم برای چند اشتباهی که آن هم به‌خاطر این‌که نمی‌دانستند، بوده‌است. دوستی که ده‌ها خوبی کرده‌است را قضاوت نکنم، تا یک بار یک اشتباهی کرد. و باز به خودت اگر یک بار نه، بگو ده بار هیجانی از تو سر زد، برچسب آن هیجان را نچسبان. نه به خود نه به دیگری.

دیدن خود به یک‌گونه دیگر باعث شد که نگاهی از نوع دیگر به پیغام‌هایم هم بیندازم و دیدم، هرازگاهی از موضوعات منفی صحبت کرده‌ام. درست است که اتفاقات سخت می‌افتند ولی آیا لازم است آن‌ها را بازگو کنیم و یا تکرار و آیا واقعاً این‌طوری که می‌گوییم آن اتفاقات وجود دارند. آیا واقعاً در خانواده‌ها جنگ است؟ چون دو بار دیده‌ایم که زن و شوهر جوانی از هم ناراحت هستند این دلیل بر جنگ است؟ آیا ندیده‌ایم هزاران بار



رابطهٔ خوبشان با هم را؟ آیا این از کمال‌گرایی و توقع است که انتظار است که هیچ عیبی وجود نداشته باشد؟ خلاصه تصمیمی گرفتیم که در پیغام‌های بیشتر از اتفاقات مثبت و بهتر این‌که خوب و بد نکردن موضوعات و یا این‌که از پیشرفت و فضاگشایی و راه معنویت بگوییم.

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

