



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

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۹۵)

چقدر مهم است که شما زکات روی خوب را می‌دهید، قانون جبران را رعایت می‌کنید. ما نمی‌توانیم چیزهایی که یاد می‌گیریم برای خودمان نگه داریم. درعین حال مواظب هم هستیم چیزی را به کسی تحمیل نکنیم. مثل سفره سیزده بدر غذايمان 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 ۱-۹۱۷

اجرا: آقای پرویز شهبازی

تاریخ اجرا: ۳۰ اردیبهشت ۱۴۰۱



برنامه ۱-۹۱۷ گنج حضور

اجرا: پرویز شهبازی

تاریخ اجرا:

۲۰ می ۲۰۲۲ - ۳۰ اردیبهشت ۱۴۰۱

ایمیل پرویز شهبازی

Shahbazi@rapidtest.com

برنامه ۱-۹۱۷
بخش اول
برنامه ویژه پیغامهای تلفنی

Studio : 001 747 4441575

Parviz Shahbazi





ردیف	پیام دهنده	صفحه
۱	آقای فرشاد از خوزستان	۵
۲	آقای علی از دانمارک	۸
۳	خانم سرور از گلستان	۱۲
۴	آقای حسام از مازندران	۱۵
۵	خانم سارینا از مشهد همراه با سخنان آقای شهبازی	۱۸
۶	خانم سارا از آلمان	۲۳
۷	خانم مرجان از استرالیا	۲۶
۸	خانم پریسا از کانادا	۲۸
۹	خانم زهره از فولادشهر اصفهان	۳۰
۱۰	خانم آیدا و سخنان آقای شهبازی	۳۵
۱۱	خانم بیننده از آلمان	۳۹
۱۲	خانم ریحانه از استرالیا	۴۲
۱۳	خانم فرزانه از فولادشهر اصفهان	۴۷
۱۴	خانم زهره از کانادا و سخنان آقای شهبازی	۵۰
۱۵	آقای پویا و سخنان آقای شهبازی	۵۶
۱۶	خانم نرگس و سخنان آقای شهبازی	۶۵
۱۷	خانم الناز از ایتالیا	۷۱
۱۸	خانم فائزه	۷۵
۱۹	آقای شهبازی	۸۰
۲۰	آقای شهرام از تهران و سخنان آقای شهبازی	۸۱
۲۱	خانم سرور از شیراز	۸۵
۲۲	آقای شهبازی	۸۹
۲۳	آقای کمال از سنندج	۹۱



ردیف	پیام دهنده	صفحه
۲۴	خانم نسترن از اصفهان	۹۶
۲۵	خانم سهیلا از اصفهان	۹۸
۲۶	آقای شهبازی	۱۰۰
۲۷	آقای نیما و سخنان آقای شهبازی	۱۰۲
۲۸	خانم مریم از استرالیا	۱۰۵
۲۹	خانم بیننده	۹۰
۳۰	خانم زهرا از زاهدان	۱۱۰



۱- آقای فرشاد از خوزستان

«آیا من خودم را دوست دارم؟»

از بچگی در ذهنمان تجسم و تصور کردیم که یک آدم قدرتمندی بالا نشسته و دارد تمام اعمال خوب و بد ما را می‌نویسد که وقتی مُردیم، سزای آن‌ها را بدهد. بعد از آن باز در ذهنمان تصویرسازی کردیم که این خدای ذهنی، با تعدادی آدم خاص در ارتباط است و به آن‌ها خیلی نزدیک است و ارادت و احترام خاص به آن‌ها دارد.

با خود در ذهنمان می‌گوییم که این‌ها ولی خدا بر روی زمین هستند و باید بروم به این‌ها بگویم برایم دعا کنید یا دستی به رویم بکشید، تا من خوش‌بخت بشوم.

هزاران سال است که ما همین‌طور زندگی کردیم. یک نفر را که از عهده کوچک‌ترین کار شخصی‌اش بر نمی‌آید را در ذهنمان گنده کردیم و هل دادیم بالا و خود را آویزان او کردیم و خود را حقیر و غلام او می‌دانیم. با خود می‌گوییم علت این‌که من زندگی‌ام خوب نیست به این علت است که خداوند به اشخاص خاصی لطف و محبت دارد و به ما ندارد.

آخر از خود نمی‌پرسیم که مگر می‌شود خدا پارتی‌بازی کند؟ آخر مگر ما در زندگی دیگران هستیم که بدانیم زندگی‌شان چگونه است؟

اجداد ما و پدر و مادر ما و خود ما یک عمر با این خرافات زندگی کردیم. حالا نگاه کنیم که نتیجه‌اش چیست؟ جز درد چه بوده نتیجه؟ آیا واقعاً ما زندگی کردیم؟ نه نکردیم.

علتش چیست؟ علتش این است که ما نمی‌دانستیم. ما نمی‌دانستیم که این‌ها همه فکری‌های ذهن ما بود، این‌ها همه تصویرسازی ذهن بود، این‌ها همه خرافات بود. ما با خرافات زندگی کردیم.

نه خدای قدرتمندی آن بالا نشسته، نه بنده خاصی وجود دارد که پارتی داشته باشد، و نه کسی وجود دارد که بخواهد برای ما طلب شفاعت کند از آن خدای ذهنی توهمی.

حالا، به این موضوع فکر کنیم که آیا ما واقعاً لیاقت شادی زندگی را نداریم؟ آیا ما لیاقت نداریم زندگی خوبی کنیم؟ ما چه فرقی با هم داریم؟ یک نفر که در بهترین امکانات و ثروتمندترین خانواده به دنیا آمده، چه فرقی با یک نفر که در خانواده فقیر به دنیا آمده، دارد؟



خانواده محروم از خانواده ثروتمند در ذهنش تصویر می‌سازد و فکر می‌کند آن‌ها زندگی عالی دارند، چرا؟ چون فکر می‌کند ارزش و زندگی خوب به پول و مقام و شهرت است. نمی‌دانند که کسی که به این‌ها چسبیده، بدترین زندگی را دارد.

از یک عده‌ای در ذهنمان تصویر عالی می‌سازیم و خودمان را با آن‌ها مقایسه نمی‌کنیم، چون فکر می‌کنیم که ما هیچ‌وقت به آن‌ها نمی‌رسیم. اصلاً آن‌ها کجا و ما کجا؟!

خلاصه این‌که خودمان را دوست نداریم و کسی که خودش را دوست ندارد، هیچ‌چیز و هیچ‌کس دیگر را نمی‌تواند دوست داشته باشد. قدر سلامتی و بدنش را نمی‌داند، قدر آرامش و شادی‌اش که حقش است را نمی‌داند، فقط و فقط به‌خاطر توهمات ذهن.

مولانا می‌گوید: «ما شاخ یک درختیم، ما جمله خواجه‌تاشیم». ما یکی هستیم، هیچ فرقی نداریم.

منتها یک مریضی در ما است که به ما وانمود می‌کند که ما از هم جدا هستیم. علت این‌که خودمان را دوست نداریم این است که این مریضی، در درون ما مسلط است. مولانا در بیت ۱۴۳۸ از دفتر سوم می‌گوید:

منگر آن که تو حقیری یا ضعیف بنگر اندر همت خود ای شریف

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۳۸)

یعنی تو به ضعیف بودنت که من‌ذهنی القا می‌کند نگاه نکن. به حرف‌های اطرافیان که می‌گویند تو ضعیف هستی توجه نکن، آن‌ها من‌ذهنی دارند و با عقل من‌ذهنی دارند حرف می‌زنند. بلکه به همت توجه کن که تو یک انسان شریف هستی.

الآن که فهمیدیم همه این فکرها از توهم و خرافات ذهن است، دیگر وقت را تلف نکنیم، قدر خودمان را بدانیم. شروع کنیم با همت روی خودمان کار کردن.

این را هم بدانیم که من‌ذهنی با به خطر افتادن همانیدگی‌ها، باز هم به ما حمله می‌کند و به ما القا می‌کند که تو ارزش نداری. ولی این‌دفعه دیگر فریب نخوریم و مصمم باشیم. با کوچک‌ترین درد و یا با کوچک‌ترین سرزنش و ملامت از من‌ذهنی خودمان یا دیگران، قهر نکنیم و ناز نکنیم. چون با این کار دوباره داریم با همان مریضی خرافات درونمان زندگی می‌کنیم.



همه ما اگر من‌ذهنی داریم، درد هم داریم. اتفاقاً داریم با کمک هم کار می‌کنیم که بتوانیم دردهایمان را ببندازیم. بنابراین با تمام وجود تلاش کنیم.

و در پایان مولانا می‌گوید اگر عمرمان با من‌ذهنی تلف شد و ما خودمان را دوست نداشتیم، در این صورت خواندن فاتحه و آعوذ با من‌ذهنی بی‌نمک است. ولی بی‌نمک‌تر این است که باز هم بقیه عمرت را در غفلت به سر ببری و بگویی من دیگر لیاقت ندارم.

مولانا می‌گوید این حرف خیلی بی‌نمک است. تو الآن در هر وضعیتی هستی لیاقت شادی زندگی را داری و حقت است. بی‌نمک است که باز هم ناز کنی.

مولانا می‌گوید از این به بعد، با طلب صادقانه روی خودت کار کن و لحظه به لحظه فضا را باز کن و از این فضای گشوده شده طلب کمک کن. هر زمانی که ما فضا را باز کنیم، خداوند به ما کمک می‌کند. چون خداوند قادر است و سرتاسر رحمت است.

چونکه عمرت بُرد دیو فاضحه بی‌نمک باشد آعوذ و فاتحه

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۵۲)

گرچه باشد بی‌نمک اکنون حنین هست غفلت بی‌نمک‌تر زآن، یقین

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۵۳)

همچنین هم بی‌نمک می‌نال نیز که ذیلان را نظر کن ای عزیز

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۵۴)

قادری، بی‌گاه باشد یا به‌گاه از تو چیزی فوت کی شد ای اله؟

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۵۵)



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

از خاصیت‌های مُخربِ من‌ذهنی کاهلی و عدم تمایل به تغییر است. ذهن تمایل دارد به همان عادت‌ها و رفتارهای کهنه که از جامعه اطرافش با تقلید یاد گرفته‌است بچسبد و آن‌ها را تغییر ندهد. در بیت ۱۰۶۸ دفتر اول داریم:

هر که ماند از کاهلی بی‌شکر و صبر
او همین داند که گیرد پای جبر
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۰۶۸)

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

در دو بیت فوق به‌طور خلاصه به یکی از مسائل انسان در من‌ذهنی، پیامدها و عاقبت‌نهایی آن اشاره شده‌است. مسئله عبارت است از: کاهلی و عدم تمایل به تغییر. پیامدهای ناشی از کاهلی عبارت است از: بی‌شکری و بی‌صبری و پذیرفتن این‌که من چاره‌ای جز ماندن در وضعیت فعلی‌ام ندارم. عاقبت‌نهایی این طرز فکر هم عبارت است از: بیمار شدن و مرض‌های جسمی و روانی گرفتن که درنهایت انسان را در افسانه من‌ذهنی دفن می‌کند.

برای روشن شدن مسئله مثال‌هایی از گذشته خودم می‌آورم. هدفم از بیان خلاصه‌ای از گذشته‌ام گفتن سرگذشتم نیست، بلکه می‌خواهم تجزیه و تحلیلی بر این جنبه از من‌ذهنی با توجه به تجربه شخصی خودم و براساس ابیات مولانا داشته باشم. حال که به سنین نوجوانی‌ام برمی‌گردم نمونه‌های زیادی می‌توانم نام ببرم که ناشی از کاهلی و عدم تمایل به تغییر بوده‌اند.

به‌عنوان مثال از دوران تحصیل در دبیرستان شروع می‌کنم. به دبیرستان می‌رفتم که درس بخوانم و در زمینه فکری و تحصیلی پیشرفت کنم، ولی متأسفانه درعین‌حالی که استعداد و توانایی خوبی داشتم در مدرسه همه کار می‌کردم به‌جز درس خواندن، چرا؟ چون انسان در کاهلی من‌ذهنی شکر و قدردانی بلد نیست، اگر بلد بودم باید قدر لحظات عمرم را می‌دانستم و هدر نمی‌دادم و باید قدر خیلی نعمات دیگری را می‌دانستم که زندگی برایم فراهم کرده بود تا بدون دغدغه تحصیل کنم.



در دوران خدمت سربازی وقت آزاد زیادی داشتم که می‌توانستم برای ورود به دانشگاه خودم را آماده کنم که باز هم اسیر کاهلی و جبر من‌ذهنی بودم و وقتم را هدر می‌دادم.

بعد از اتمام خدمت باز هم زندگی فرصت دیگری برای پیشرفت تحصیلی در دانشگاه برایم فراهم کرد، ولی هم‌چنان به‌خاطر تنبلی و قدرشناسی من‌ذهنی دوره چهارساله را در هفت سال با معدل پایین گذراندم.

در حین تحصیل استخدام یک شرکت شدم، ولی به‌جای این‌که با تمام توان کار کنم از زیر کارها و وظایف شانه خالی می‌کردم. ناگفته نماند که مدرک لیسانسی هم که بدون رعایت کردن قانون جبران گرفتم، نتوانستم از مزایای حقوقی آن در شرکت استفاده کنم و دائماً مشغول شکایت و ملامت مسئولین شرکت بودم که چرا مدرکم را قبول نمی‌کنند.

خلاصه اگر بخواهم موارد کاهلی من‌ذهنی‌ام را ذکر کنم شاید به ساعت‌ها وقت نیاز باشد که از حوصله این برنامه خارج است، ولی از آن‌جا که زندگی دائماً به‌دنبال این است این مردگی و کاهلی را از وجود زنده خودش خارج کند، مرا به حال خود وانگذاشت.

چون ز زنده مُرده بیرون می‌کند

نفس زنده سویِ مرگی می‌تند

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۰)

قضا و قدر خداوند این‌گونه رقم خورد که من سر از کشور دانمارک دربیآورم. من که در کاهلی و تنبلی من‌ذهنی تمام فرصت‌های یادگیری را از دست داده بودم، باید در کشوری به زندگی ادامه می‌دادم که نه زبان مردمش را می‌فهمیدم و نه حتی زبان انگلیسی بلد بودم که بتوانم گلیم را از آب بیرون بکشم. هم‌چنین درحالی‌که حدود پانزده سال در قسمت حسابداری شرکت در ایران کار کرده بودم، ولی به‌اندازه کافی در این زمینه مهارت کسب نکرده بودم که بتوانم در زمینه حسابداری در این‌جا مشغول به کار شوم.

در ماه‌های اول مقاومت‌م خیلی زیاد بود به‌طوری‌که بعد از حدود سه ماه حدود پانزده کیلو وزن کم کردم، ولی خوشبختانه در آن زمان که دو، سه سال از آشنایی من با برنامه گنج حضور گذشته بود با آموزه‌های این برنامه تا حدودی آشنایی داشتم و می‌دانستم که دچار «جف‌القلم» و «ریب‌المنون» شده‌ام و این‌جا دیگر آخر خط کاهلی و تنبلی من‌ذهنی‌ست و باید با صبر و کشیدن درد هشیارانه و رعایت قانون جبران به زندگی اجازه بدهم که خودش را از این مردگی در من‌ذهنی بیرون بکشد.



در اوایل ورود به دانمارک مجبور بودم روزی ده، دوازده ساعت پیاده‌روی کنم و روزنامه پخش کنم، ولی در حین کار هندزفری در گوشم بود و برنامه‌های گنج حضور آویزه گوشم. ابیات بیدارکننده مولانا و تفاسیر امیدبخش جناب آقای شهبازی و پیام‌های تلفنی پر از عشق همراهان باعث می‌شد از پا نیفتم و مانند نخود در دیگ زندگی بجوشم و می‌دانستم که باید سر تسلیم در برابر قضا و قدر خدا فرود بیاورم:

گر قضا پوشد سیه، همچون شبَت

هم قضا دستت بگیرد عاقبت

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۲۵۸)

گر قضا صدبار، قصد جان کند

هم قضا جانت دهد، درمان کند

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۲۵۹)

این قضا صد بار اگر راحت زند

بر فراز چرخ، خرگاهت زند

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۲۶۰)

از کرم دان اینکه می ترساندت

تا به ملک ایمنی بنشاندت

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۲۶۱)

من که از مدرسه و مکتب‌گریزان بودم باید بعد از کار به کلاس زبان می‌رفتم، به قول معروف: «**جمعه به مکتب آورد طفل گریز پای را**»، ولی به لطف آموزه‌های مدرسه مولانا شوق یادگیری روزبه‌روز در من بیشتر می‌شد و علی‌رغم سختی‌هایش از یادگیری زبان جدید لذت می‌بردم.

چیزهای زیادی از مردم دانمارک و طرز زندگی روزمره‌شان یاد گرفته‌ام از جمله: سخت‌کوشی و رعایت قانون جبران در کار بیرون و در کار خانه. این‌جا برای ورود به هر شغلی باید تحصیلات و آموزش‌های لازم را یاد گرفت، حتی مثلاً شغل نانواپی که باید یک دوره حدوداً سه‌ساله را پشت سر گذاشت.

در کار خانه و حتی بچه‌داری این‌جا زن و مرد تقریباً با هم برابرند. مردها در خانه به همان اندازه کار می‌کنند که زن‌ها در بیرون. بچه‌ها از سنین دوازده، سیزده‌سالگی در حین تحصیل در سوپرمارکت‌ها کار می‌کنند و در سن



هجده سالگی باید بتوانند از لحاظ مالی مستقل زندگی کنند. این‌جا تعداد دوچرخه بیشتر از اتومبیل است و همه در هر سنی و با هر جنسیتی اغلب از دوچرخه استفاده می‌کنند. افراد مسن اکثراً خودشان به تنهایی زندگی می‌کنند و کارهای خودشان را انجام می‌دهند.

این‌ها نمونه‌هایی بود از جنبه رعایت قانون جبران که مردم این‌جا به‌خوبی رعایت می‌کنند و به همین دلیل جامعه‌ای نسبتاً سالم و کارآمد برای خود ساخته‌اند.

هر جا حیاتی بیشتر مردم در او بی‌خویشتر

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۸۷)

هرچند که منظور اصلی از کاهلی در این ابیات، خاصیت تنبلی و ایستایی من‌ذهنی در تبدیل از هشیاری جسمی به هشیاری حضور است، ولی تا همه جنبه‌های آن را در زندگی روزمره شناسایی و اصلاح نکنیم نمی‌توانیم در کار تبدیل موفق باشیم.

در پایان لازم می‌دانم بر تأثیر هم‌نشین و قرین در سرنوشت هرکسی تأکید کنم چراکه یک دوست خوب می‌تواند الگوی رفتاری خوبی برای ما باشد، بنابراین دقت کنیم با چه افرادی هم‌نشین هستیم.

از قرین بی‌قول و گفت‌وگوی او

خو بدزد دل نهان از خوی او

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۶۳۶)



«بی‌مرادی»:

بی‌مرادی شد قلاووز بهشت حُفَّتِ الْجَنَّةُ شَنو ای خوش سرشت (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

بی‌مرادی یا بی‌مراد شدن، یعنی من‌ذهنی چیزی را می‌خواهد ولی به آن نمی‌رسد، که از دید من‌ذهنی بسیار ناخوشایند است، در حالی‌که بی‌مراد شدن به ما هشدار می‌دهد و ما را هدایت می‌کند، راه درست را به ما نشان داده و به ما می‌گوید: نیروی دیگری هست که تو را اداره می‌کند باید با فضاگشایی اجازه بدهی، آن نیرو وارد زندگات شود، آن نیرو خداوند است،

اگر حس می‌کنیم که بی‌مراد شدیم باید خدا را شکر کنیم، در اطراف اتفاق فضا باز کنیم و صبور باشیم، چون بی‌مرادی ما را به بهشت، فضای یکتایی این لحظه راهنمایی می‌کند، در هر نامرادی، بسته‌هایی از نور و انرژی هشیاری نهفته است که با فضاگشایی این بسته‌های انرژی را دریافت می‌کنیم، بسته‌های عشق و خرد الهی که خداوند برای ما تدارک دیده و برای هرکسی مخصوص آن شخص می‌باشد. فقط با فضاگشایی می‌توانیم از این انرژی، عشق و خرد الهی برخوردار شویم.

بی‌مرادی شد قلاووز بهشت حُفَّتِ الْجَنَّةُ شَنو ای خوش سرشت (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

این بیت در قصه کوتاهی در دفتر سوم آمده، که چند بیت می‌خوانم:

زندگی گاهی تصمیمات و اهداف ما را به هم می‌ریزد تا به ما بگوید: باید اجازه بدهی من زندگیات را اداره کنم، به من توجه کن، زندگی هر لحظه به دنبال ماست، چون اولین کاری که می‌خواهد روی ما انجام دهد زنده کردن ما به خودش است.

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



تا به طَمَعِ آن دلت نیت کند
بارِ دیگر نیت را بشکند

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۳)

ور به کَلّی بی‌مرادت داشتی
دل شدی نومید، اَمَل کی کاشتی؟

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۴)

طَمَع: زیاده‌خواهی، حرص، آز
اَمَل: آرزو

گاه‌گاهی تصمیمات و تدبیرهای تو در کارها درست از آب درمی‌آید. جناب مولانا از ما سؤال می‌کند: می‌دانی علت این امر چیست؟

تا من ذهنی همین‌که دید تصمیم و تدبیرش در مورد کاری درست درمی‌آید به طمع آن دوباره نیت می‌کند، تصمیم دیگری می‌گیرد و خداوند عزم او را درهم می‌شکند و من ذهنی شکست می‌خورد تا درنهایت به خدا توجه کند، نه به تدبیر و عقل محدودش. ما باید متوجه شویم که عقل بزرگتری هست که ما را اداره می‌کند، باید اجازه بدهیم او ما را اداره کند نه من ذهنی ما.

اگر خداوند همیشه عزم و اراده ما را در هم می‌شکست و ما را بی‌مراد و ناکام می‌کرد، دیگر هیچ آرزویی برای ما باقی نمی‌ماند، قطعاً ناامید می‌شدیم و دیگر آرزو و تمنایی نداشتیم. در این صورت کی می‌توانستیم بذر امید در دلمان بکاریم؟ پس داریم یاد می‌گیریم همان‌دگی‌ها را از مرکزمان پاک کنیم و بدانیم وقتی بی‌مراد می‌شویم دست زندگی، خداوند، در کار است که ما را ناامید و بی‌مراد می‌کند.

عاشقان از بی‌مرادی‌های خویش
باخبر گشتند از مولای خویش

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۶)

بی‌مرادی شد قلاووز بهشت
حَفَّتِ الْجَنَّةُ شَنوای خوش‌سرشت

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)



عاشقان کسانی هستند که وقتی به مراد نرسیدند تأمل کردند، متوجه شدند به غیر از من‌دهنی نیروی دیگری در جهان حکومت می‌کند و آن خداوند است که باید به او زنده شوند، از بی‌مرادی شدن بود که از سرور و مولای خود یعنی خداوند باخبر شدند.

بی‌مرادی شد قلاووز بهشت حُفَّتِ الْجَنَّةُ شَنُوَایِ خُوشِ سُرُشْت

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

نرسیدن به هدف و ناامید شدن از آن، پیغامی برای ما دارد و راهنمای بهشت است. پیغام آن این‌ست که با من‌ذهنی به نتیجه نخواهی رسید، ما خدا را از یاد برده‌ایم، باید فضا را باز کنیم، بی‌مرادی باید راهنمای ما به فضای گشوده شده باشد، بی‌مرادی هر من‌ذهنی را عصبانی می‌کند.

ای نیک‌سرشت، این حدیث را بشنو که می‌گوید: بهشت در سختی‌ها و ناملایمات پیچیده شده است.

«قَالَ رَسُولُ اللَّهِ: حُفَّتِ الْجَنَّةُ بِالْمَكَارِهِ وَحُفَّتِ النَّارُ بِالشَّهَوَاتِ»

«حضرت رسول فرمود: بهشت در سختی‌ها و ناملایمات پیچیده شده است و دوزخ در شهوات.»

(حدیث نبوی)



به تن اینجا، به باطن در چه کاری؟ شکاری می‌کنی، یا تو شکاری؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۶۶)

تن، اینجا همان ظاهر است و باطن، همان مرکز عدم است که درون ماست و جای فضاگشایی است. همان موضوع بیت معروف غزل ۳۰۱۳، دیوان شمس مولانا به گونه‌ای دیگر بیان شده است که،

یار در آخر زمان کرد طرب‌سازی باطن او جدّ جدّ، ظاهر او بازی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۱۳)

مولانا می‌پرسد تو داری به ظاهر اینجا شکاری می‌کنی؟ یا داری در باطن فضاگشایی می‌کنی و شکار زندگی می‌شوی؟

اگر بخواهم این بیت را روی خودم اعمال کنم، من بیشتر اوقات دارم چیزهای گذرا را شکار می‌کنم اما ناشکر نیستم، چون گاهی اوقات با فضاگشایی شکار زندگی هم می‌شوم. تازه چیزهای این جهانی را هم که شکار می‌کنم درواقع باز، به امر زندگی، شکار او هستم، چون نتیجه کار و درد حاصل از همانیدگی‌ها، باز مرا متوجه اصل کار و باطن زندگی می‌کنند. همه می‌دانیم که وقتی ما به جسم همدیگر نگاه می‌کنیم به نظر ساکن هستیم، اما درون ما غوغایی به پاست.

مولانا مستقیماً با مرکز ما صحبت می‌کند و در همان ابتدای غزل، سؤال مهمی را از ما می‌پرسد:

که آیا مانند شکاری در دام همانیدگی‌ها گیر افتاده‌ایم یا با مرکزی پاک و آرام، این چیزهای بیرونی هستند که در حضور ما آزادانه می‌رقصند و این ما هستیم که ثبات و آرامش و قرار را شکار کرده‌ایم؟

مولانا قوانین بازی وارونه زندگی را به ما یاد می‌دهد. درواقع شکارچی بودن، اینجا شکار زندگی بودن است و این، همان چیزی است که من ذهنی به شکل در آتش به ما نشان می‌دهد و فضاگشایی را برای ما ناممکن و ناگوار نشان می‌دهد.



شکار چیزها و کنترل کردن آن‌ها و گره زدنِ حالِ خودمان به آن‌ها، همان شکار شدنِ ماست و ذهن به صورتِ درِ آب به ما نشان می‌دهد. ذهن، کنترل کردنِ چیزها و واکنش نشان دادن براساسِ آن‌ها را طبیعی‌ترین و در دسترس‌ترین راه حل نشان می‌دهد و این شیوه را تا می‌تواند آراسته نشان خواهد داد.

کز او در آینه ساعت به ساعت همی تابد عَجَب نقش و نگاری

مثال بازِ سلطان است هر نقش شکار است او و می‌جوید شکاری

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۶۶)

هر وضعیت و هر نقش و هر شخصی، بازِ سلطان است که با چینشِ دقیقِ زندگی برای فضاگشایی ما می‌آید. وضعیت‌ها مانند گرانی، بیکاری، جنگ، طلاق و جدایی که منفی هستند و حتی رفاه، صلح، ازدواج، کار و موقعیتِ اجتماعی مناسب که ذهنِ ما، خوب تعبیر می‌کند، همه، بازِ خدا و شیرِ خدا هستند که به شکارِ ما آمده‌اند و ما به‌عنوان آهوی معانی باید به‌هنگامِ صید، خوش‌اندام‌تر شویم! یعنی درمقابلِ همه، فضا را باز کنیم تا بیش‌تر به چشمِ شاه بیاییم.

وضعیت می‌آید که ما تسلیم شویم، درواقع موقتاً او شکارچی و ما شکار هستیم اما این شکارچی که به اختیارِ خود و برای خود نیامده‌است بلکه برای خداست که شکار می‌کند.

آمده‌است تا شکارچی حقیقی را که هدفی جز شکارِ شاه ندارد نزدِ شاه ببرد یا درحقیقت شاه را نزدِ ما بکشانند و برکتِ او را این لحظه در زندگی ما جاری کند.

ذکرِ داستانی کوتاه در این‌جا، خالی از لطف نیست:

ماهی‌گیری بود که هر روز به همراهِ دیگر صیادان به ماهی‌گیری می‌رفت. همه در انتهای روز ماهی زیادی می‌گرفتند اما او هر روز با دستی خالی، به خانه برمی‌گشت. تا این‌که کنج‌کاوِ صیادان باعث شد تا از او سؤال کنند که قلابِ او چگونه است که نمی‌تواند ماهی‌ای صید کند؟ او قلابش را نشان می‌دهد و همه با تعجب می‌بینند که نوکِ قلابِ او صاف است!



به او می‌گویند که دیوانه! نوکِ قلاب باید کج باشد تا ماهی بگیرد، اما او اصرار می‌کند ماهی‌ای که من می‌خواهم بگیرم ماهی خاصی است که فقط با این قلاب می‌شود صیدش کرد.

او هر روز به این کار ادامه می‌داد تا این‌که خبر کار او در شهر، میان مردم پخش می‌شود و کم‌کم به گوش وزیر و پادشاه می‌رسد، که شخص دیوانه‌ای پیدا شده است که می‌خواهد با قلاب صاف، ماهی خاصی را شکار کند.

شاه کنجکاو می‌شود و قاصدی می‌فرستد تا او را به قصر بیاورد و داستانش را برای او تعریف کند اما او به قاصد می‌گوید من وقت ندارم، چون سخت مشغول صید ماهی خاصی هستم، اگر شاه سؤالی دارد، خودش نزد من بیاید!

قاصد، خبر را به گوش شاه می‌رساند و شاه کنجکاوتر می‌شود که این دیگر چه ماهی‌ای است که صیاد حتی حاضر نشده است دعوت مرا قبول کند، بنابراین به نزد او می‌رود و جریان را از او می‌پرسد که این دیگر چه ماهی‌ای است که تو می‌خواهی با قلاب صاف شکارش کنی؟

صیاد پاسخ می‌دهد من به دنبال صید تو بودم که خودت با پای خودت نزد من بیایی! آری، قلاب صاف، پادشاه شکار می‌کند.

قلاب صاف، این‌جا همان فضاگشایی و تسلیم است. وقتی اتفاقات و همانندگی‌ها می‌آیند، در قلاب صاف ما گیر نمی‌کنند. ما باید آن‌قدر به این کار ادامه دهیم تا شاه را شکار کنیم.

زندگی وقتی از نیفتادن همانندگی‌ها به دام ما و گیر نکردن آن‌ها به قلاب کج قضاوت و مقاومت ما با خبر شود، خودش به نزد ما خواهد آمد. پس ما اشخاص و وضعیت‌ها را نباید ملامت کنیم چون آن‌ها به امر خدا و برای خدا به شکار ما می‌آیند.

اگر فضا را باز کنیم، شاه و برکات او را نزد ما خواهد کشاند، ولی اگر به جای گرفتن باطن پیغام آن‌ها، ظاهر داستان آن‌ها را قضاوت کنیم و با خود آن‌ها درگیر شویم در نهایت شکار دردها و افسانه‌های من‌ذهنی خواهیم شد.



۵- خانم سارینا از مشهد همراه با سخنان آقای شهبازی

«من خیلی عاشق شدم و آدم‌ها را چون انسان هستند دوست دارم.» آدم‌ها را چون انسان هستند دوست دارم نه این‌که پول دارند یا تحصیلاتشان چقدر است!

خیلی فرق می‌گذاشتم بین آدم‌ها و خیلی غرور داشتم به‌خاطر تحصیلاتم که مثلاً یکی از مدارس برتر مشهد درس می‌خوانم یا چه افتخاراتی کسب کردم.

و اصلاً آدم‌ها خودشان نبودند. وقتی که یکی از مدارس عالی مشهد قبول شدم، دوستان از دستم فراری بودند می‌گفتند خوب ما که قبول نشدیم حتماً سارینا دیگر دوستان ندارد و وقتی که نتایج قبولی‌ام آمد، قشنگ می‌دیدم که دوستان راهشان را کج می‌کردند و می‌گفتند ما معذب هستیم جلوی سارینا، نبیند ما را، ما که قبول نشدیم.

و همیشه یک نقاب داشتند آقای شهبازی. یعنی می‌گفتند آره سارینا ما در یک قصر زندگی می‌کنیم و خیلی موفق هستیم و خیلی تحصیلات داریم و تحصیلاتمان از تو هم بالاتر است.

ولی می‌خواستند کم نیاورند و تنها چیزی که باعث شد غرورم را بگذارم کنار، یک‌کم خَم شوم و بگویم هرچه استعداد و هرچه تحصیلات دارم، خدا به من داده نه این‌که کار خودم بوده، ریب‌المنون‌هایی که به تحصیلاتم آمد که باعث شد خَم شوم.

این یک‌و‌سال‌ونیمی که با برنامه‌تان آشنا شدم، مردم می‌گویند، ما همین هستیم، آره سارینا، ما رفوزه هستیم، خیلی راحت می‌آیند به من می‌گویند ما کنکور قبول نشدیم، می‌توانی راهنمایی‌مان کنی؟ و من اصلاً قضاوتشان نمی‌کنم. یا مثلاً می‌آیند می‌گویند اصلاً سارینا ما خانه هم نداریم.

یکی از دوستانم اسمش مهیار است. هم‌کلاسی کنکورم بود. داشتیم صحبت می‌کردیم یهویی وسط حرف، گفتش سارینا ما اصلاً خانه نداریم، در هتل هستیم. گفتم دمت‌گرم! تو با هم‌چنین رتبه‌ای در مثلاً کنکور، هتل! خانه نداشتی، این همه فشار رویت بوده، اصلاً قضاوتش نکردم و این‌قدر این با من راحت بود که نقاب نداشت یا مثلاً یکی از هم‌کلاسی‌هایم گفت من قبول نشدم می‌توانی راهنمایی‌ام کنی و بگویی کدام کلاس را بروم و کدام کتاب تست را بگیرم؟



و منی که این قدر غرور داشتم مردم با نقاب می‌آمدند می‌گفتند آره ما خیلی آدم عالمی هستیم، از تو هم سوادمان بیشتر است.

مثلاً دوستم حسین بیاید همکلاسی کلاس ادبیاتم بگوید من اصلاً قبول نشدم، این قدر راحت یکی بیاید به من بگوید که من یک رفوزه هستم و من اصلاً قضاوتش نکنم و تا جایی که بتوانم کمکش کنم.

و دوستان گنج حضور خیلی به من لطف داشتند. من اصلاً خانم دیبا، خانم سرور، خانم آیدا از اصفهان، آقای فرشاد، آقای پویا از آلمان را اصلاً قیافه‌شان را ندیدم و تحصیلاتشان را نمی‌دانم چجوری است ولی بی‌نهایت عاشقشان هستم. یعنی اگر به من بگویند دوستان گنج حضور را چقدر دوست داری؟ «من می‌گویم بی‌نهایت».

من غرورم را واقعاً شناسایی کردم و از این که مردم با نقاب جلوی من نیستند، خیلی خدا را شاکرم و این حسادت مسخره‌ای که داشتم نسبت به آدم‌ها را گذاشتم کنار و اگر کسی از من راهنمایی بگیرد تا جایی که بتوانم کمک می‌کنم.

مثلاً سر کلاس زیست‌شناسی یکی از دوستانم شروع کرد به جیغ‌وداد که آی من ادبیاتم ضعیف است، درصدم بالا نمی‌آید، ذهنم می‌خواست مقاومت کند که راهنمایی‌اش نکنم.

می‌گفت حسادت کن، راهنمایی‌اش نکن ولی تا جایی که توانستم کمکش کردم گفتم منبع‌های تستی‌ات مشکل دارد، کلاس‌هایی که می‌روی ایراد دارد باید همه را باید عوض کنی.

هیچ حسادتی به آن پسر نکردم که نکند او مثلاً موفق شود، ادبیاتش بهتر شود و تا جایی که توانستم کمکش کردم او هم تشکر کرد. منی که این همه غرور و حسادت داشتم و دلم نمی‌خواست کسی تحصیلاتش از من بهتر باشد.

این حدود یک‌سال‌ونیم که با برنامه شما آشنا شدم خدا خیلی اصلاً امتحانم کرد. با این که با خودم گفتم مثلاً خدا لطف دارد این یک سال کنکور فشارات را کمتر کند ولی پشت‌سرهم یک اتفاقاتی می‌آورد جلوی‌ام. که واقعاً کمر یک آدم را می‌توانست بشکنند. و وقتی مثلاً می‌گفتم خدا لطف دارد این یک سال را یک کم مراعات من را بکند، می‌خندید و بازهم اتفاقاتی می‌آورد جلوی‌ام که خیلی سخت بود پذیرشش. مثلاً، مثال برای دوستان بزنم، داشتم با خانواده می‌رفتم مشاوره درسی، یک‌هویی توی خیابان یک دعوای بسیار وحشتناک ایجاد کردند، همه مردم توی خیابان داشتند نگاهمان می‌کردند. که پدر و مادرم می‌گفتند باید دست از برنامه گنج حضور برداری.



مردم نمی‌دانستند قضیه چه است ولی مادر و پدرم می‌گفتند باید دست از برنامه گنج حضور برداری و این تنش توی خیابان بود و خیلی روی من فشار بود و باورم نمی‌شود چجوری توانستم فضاگشایی کنم اصلاً نمی‌دانم که روز بعدش داشتم با آرامش داشتم درس را می‌خواندم.

با این‌که همه مردم به ما چپ‌چپ نگاه می‌کردند توی خیابان و بعد به مشاورم گفتم اگر می‌شود یک مدتی آنلاین کند، چون نمی‌توانم حضوری بیایم. چون خانواده خیلی فشار می‌آوردند.

خیلی فشار بود روی من این یک سال، دوستان خیلی همراهی کردند، خیلی کمک کردند، داشتم ناامید می‌شدم و شما همیشه یادم است وقتی پیام می‌دادم پیام من را (seen) می‌کردید، می‌گفتید «ناامید نشو و ادامه بده» و این «ادامه بده» شما نمی‌دانم چجوری با روح و روان من بازی می‌کرد و این حد از آرامشی که دارم همه آن را مدیون شما هستم. واقعاً نمی‌دانم چجوری بگویم. منی که آنقدر استرسی بودم و این‌قدر غرور داشتم. خدا من را مجبور کرد که کمرم را خم کنم.

پیغام‌های دوستان در این یک سال کنکور خیلی به من کمک کرد. من داشتم واقعاً ناامید می‌شدم چون خیلی واقعاً خدا خیلی امتحان کرد، یعنی هر روز یک اتفاق حتی همان خانواده‌ای که می‌گفتند هوايت را داریم و حواسمان به تو هست این یک سال اصلاً خیلی به من فشار آوردند.

یعنی باورم نمی‌شود من چجوری توانستم واقعاً سکوت کنم و می‌گذاشتم که آخرین فحش رو هم پدر و مادرم بدهند، می‌گفتم شما فحش بدهید من باید سکوت کنم، و اگر کوتاه نمی‌آمدم باید تا دوازده شب باید دعوا می‌کردیم و می‌گفتم شما بگویید و شما آخرین حرف را بگویید و این بیت خیلی کمکم کرد که می‌گفت:

از پختگی است گر نشد آواز ما بلند
کی از سپند سوخته گردد صدا بلند

(صائب تبریزی، غزل ۴۲۱۲)

و گذاشتم آخرین فحش‌ها را هم پدر و مادرم بدهند. یک جایی داشتم خیلی ناامید می‌شدم، خسته بودم، یک پیغامی آقای فرشاد داده بودند خیلی کمکم کرد و حالا یک ماه مانده تا کنکورم، باورم نمی‌شود این‌قدر آرامش دارم و توانستم ادامه بدهم. با هر فشاری که بود، با هر فحشی که می‌شنیدم. شما گفتید که ما باید بگذاریم انسان‌ها جلوی ما پایشان را دراز کنند، جلوی ما راحت باشند. و من هم‌کلاسی‌هایم خیلی جلوی من راحت



هستند، یعنی می‌گویند سارینا ما همین هستیم، ما رفوزه هستیم که خانه نداریم و در هتل می‌خوابیم و باورم نمی‌شود دوستان این قدر با من راحت هستند. آن زمختی که داشتم رفته. و همه را مدیون شما هستم.

همین می‌خواستم از دوستان تشکر کنم. این یک سال کنکورم که خیلی فرازونشیب داشت. تا جایی که مشاورم واقعاً پانزده سال سابقه کاری دارد ولی می‌گوید من یک کتاب می‌خواهم از کنکور تو بنویسم با این حجم از اتفاقات. من گاهی به خودم می‌گفتم این حجم از اتفاقات آخر نامردی نیست؟ ... که این بیت خیلی هم مفهوم است با این مسیری که داشتم که می‌گوید:

خسته و بسته‌ست دل و دست من
دست غم یوسف کنعان من

دست نمودم که بگو زخم کیست؟
گفت: ز دست من و دستان من

دل بنمودم که ببین خون شده‌ست
دید و بخندید دلستان من

گفت به خنده که: برو شکر کن
عید مرا، ای شده قربان من

گفتم: قربان کیم؟ یار گفت
آن منی، آن منی، آن من

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱۱۴)

همین، می‌خواستم تشکر کنم، حالا یک ماه دیگر هم کنکور دارم. هر نتیجه‌ای بیاید ببینیم خدا چه می‌خواهد در مسیر من بگذارد و من را آورده که چه چیزی را از طریق من بیان کند.

آقای شهبازی: آفرین. عالی، عالی، ممنونم، موفق خواهید شد و بسیار هم موفق شدید تا حالا. خیلی پیشرفت کردید. خیلی موفق شدید.



روزهای اول یادتان بیاید، چارق ایاز! که چقدر استرس داشتید و تندتند حرف می‌زدید و نمی‌توانستید گوش کنید و الآن چقدر آرام شدید و الآن می‌توانید حرف‌های مردم را بپذیرید، ببزید و پاسخ پخته بدهید.

یادتان باشد نوزده سالتان است شما! نوزده سالگی چه پسر چه دختر، شما پر از هیجان هستید، پر از عشق هستید و پر از نیرو هستید، ولی خوب خدا رو شکر شما مواظب خودتان هستید.

سارینا: فقط خانم آیدا، من آن اول که با این برنامه آشنا شدم هفده سالم بود و یادم است اولین باری که پای برنامه نشستم داشتم فقط گریه می‌کردم چون خیلی فشار روی من بود در سن هفده سالگی و اصلاً خانم آیدا من نمی‌دانم با حجم از غرور که داشتم و من اصلاً نمی‌گذاشتم کسی که از من کوچک‌تر است یا تحصیلات و سوادش از من پایین‌تر است بیاید من را نصیحت کند و خیلی بی‌نیام را می‌دادم بالا و با این‌که خانم آیدا چهارده سالشان بود.

اصلاً ایشان وقتی پیغام می‌دادند، انگاری یک آب سردی روی من می‌ریختند. و حتی یک‌بار هم به ایشان حسادت نکردم. هر بار پیغام می‌گذاشتند آقای شهبازی، با جان و دل گوش می‌دادم و تنها چیزی که باعث شد ناامید نشوم و از این مسیر دست برندارم با این‌که خیلی روی من فشار بود، حتی آن یک سال کنکور دیگر واقعاً نمی‌دانم پدر و مادرم اصلاً مراعات نمی‌کردند. یعنی فقط خودم بودم که فضاگشایی می‌کردم و می‌گفتم که آخرین فحش را هم شما بدهید و من سکوت می‌کنم،

و تک‌تک لب‌خندهای خانم آیدا، خنده‌های ایشان و پیغام‌های ایشان اصلاً نمی‌دانم چجوری بگویم که با روح و روان من بازی می‌کرد و هیچ‌وقت به ایشان حسادت نکردم. با این حجم از غروری که داشتم به‌خاطر سن بیشتر و این‌ها، اصلاً نمی‌دانم از خانم آیدا چجوری تشکر کنم. آقای عباس از شیراز، از آقای فرشاد و بقیه دوستان چجوری تشکر کنم.

شما خیلی صبوری کردید آقای شهبازی. من با کوله‌باری از درد به شما پیغام می‌دادم و این کلمه شما که می‌گفتید ادامه بده، ناامید نشو نمی‌دانم چجوری بگویم که روی من تأثیر می‌گذاشت و حالا انشاءالله یک ماه دیگر هم کنکور من است باورم نمی‌شود این قدر آرامش دارم. چجوری توانستم بخوانم و ادامه بدهم من اصلاً نمی‌توانستم، استرس داشتم ولی الآن خیلی آرام هستم، خیلی سپاسگزار هستم از دوستان و شما. ممنونم.



دو چراغ را که این هفته برایم راه‌گشا بودند به اشتراک می‌گذارم:

۱. تأثیرگذاری پیغام‌های معنوی و کار روی خود

چند هفته پیش لیستی تهیه کردم از کارهایی که آن‌ها را ماه‌ها است که عقب انداخته‌ام. یاد این کارها مثل کوله‌باری دائمی در ذهنم به من فشار می‌آورد. کارهایی مثل نظم دادن به کمدهای خانه، انواع کارهای اداری، پزشکی، رسیدگی به کمکی که به یکی از بستگانم قول داده بودم ولی انجامش نمی‌دادم. برای اکثر این کارها زمان‌های یک‌ربعی تعیین کردم، یعنی هر روز روی چند تا از موارد این لیست کار می‌کردم و برای هر مورد یک‌ربع وقت می‌گذاشتم.

این جد و جهد از زمانی آغاز شد که پریسای عزیز در یکی از پیغام‌هایشان روی این بیت تأکید کردند که می‌گوید:

یک زمان کار است بگزار و بتاز

کارِ کوتاه را مکن بر خود دراز

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۸۱)

دیروز فکر کردم چه موارد جدیدی را باید وارد لیست کارهایی که قربانی کاهلی من شده‌اند، بکنم و متوجه شدم که موارد نسبتاً کمی به ذهنم می‌آیند و وقتی به خودم نگاه می‌کنم، می‌بینم بسیاری از کارهایی که یک سال عقب انداخته بودم در این چند هفته انجام و تمام شده‌اند و من چقدر احساس سبکی می‌کنم. به یاد آوردم که در این مدت که بارها بر کاهلی و میل من‌ذهنی به عقب انداختن غلبه می‌کردم، صدای پریسا با پیغام «یک زمان کار است» در گوشم می‌آمد. و من احساس می‌کنم که این تنها به حرف‌هایی که در آن پیغام گفته شد بستگی ندارد، بلکه وقتی انسانی حقیقتاً و از ته دل روی خودش کار می‌کند و پیغام هم می‌دهد یک اثر زنده‌کننده‌ای را از طرف زندگی به دل‌ها می‌رساند.

همان‌طور که مولانا می‌گوید:

روم چو در مهر تو آهی کنند

دود رسد جانبِ شام و عراق

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۱۳)



یعنی اگر یک انسان زنده به عشق در شهر روم یک ارتعاشِ عشقی کند اثرش به شهرهای شام و عراق که خیلی دور از روم هستند، می‌رسد.

۲. انسانِ عاق‌شده:

چون پدر و مادر عقل است و روح هر دو تویی، چون شوم ای دوست عاق؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۱۳)

«تفسیر شده در برنامه ۹۱۴ گنج حضور»

این بیت درکِ بیدارکننده‌ای از معنی مقاومت کردن را برایم باز کرد. معنی بیت این است که وقتی پدر و مادر عقل و روح هستند و هر دوی آنها «تو» یعنی خدا است، پس چطور می‌توانم عاقِ زندگی شوم. اصطلاح عاق والدین شدن را معمولاً برای فرزندی به‌کار می‌برند که در نتیجهٔ ظلم به پدر و مادرش به رنج و گرفتاری دچار شده.

ما انسان‌ها همه‌چیزمان، عقل و روحمان باید از زندگی، از فضای یکتایی بیاید. ولی ما به عنوان انسان این اختیار را داریم که زندگی را کنار بگذاریم و از یک عقل و روح مصنوعی و مخرب استفاده کنیم که از فکرهای همانیده می‌آید. این بیت می‌گوید که سزای استفاده از هر فکر همانیده، عاق شدن است. یعنی من گرفتار می‌شوم و درد می‌کشم.

برای مثال: فکر حرص به دست آوردن، فکرهای آغشته به رنجش، ترس و نگرانی، حسادت، مقایسه، ملامت خود یا دیگری، حس تنهایی، حس بی‌لیاقتی. ماندن هر کدام از این فکرها در مرکز و استفاده از آنها عاق شدن را به همراه دارد. ما تنها موجودی هستیم که می‌توانیم عاق شویم؛ زیرا گیاهان و حیوانات عقل و روح خودشان را فقط از زندگی می‌گیرند و نمی‌توانند جور دیگری باشند.

ولی اکثر انسان‌ها دائماً در جدایی از زندگی و در حالت عاق‌شده به سر می‌برند. از انسانی که از زندگی جدا شده، و از عقل و روح زندگی استفاده نمی‌کند هر کار ناشایستی برمی‌آید.

ما در تنهایی، خودمان حال خودمان را می‌گیریم، در خانواده با هم دعا می‌کنیم و از هم می‌رنجیم، در سطح جمع هم جنگ ایجاد می‌کنیم و هم‌دیگر را می‌کشیم. هیچ حیوانی این کارها را انجام نمی‌دهد.



چون پدر و مادر عقل است و روح هر دو تویی، چون شوم ای دوست عاق؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۱۳)

این بیت یادآور دوستی و ترازوی زندگی است. ترازویی دقیق که به‌طور قطعی و همیشه در حال کار کردن است.

از این بیت یاد گرفتیم که اگر این لحظه یک فکر همانیده به مرکز آمد و من «یک زمان کار» را عقب بیندازم، بر کاهلی و تنبلی ذهنم برای جدا شدن از فکر شرطی‌شده غلبه نکنم و دردِ هشیارانه برای بلند شدن از روی آن فکر و تماس با فضای یکتایی نکشم، در این صورت من حتماً عاق می‌شوم، بادم پوک می‌کارم و دردهایم تمام نمی‌شوند.

پس مهم‌ترین سؤال من از خودم در این لحظه این است که آیا در حال عاق شدن هستم یا این‌که به عقل و روح زندگی وصل هستم و آن‌جا برکت می‌گیرم؟

اختیار با من است که در «یک زمان» یعنی فوراً از روی فکر همانیده بلند شوم و راه را برای دوستی و آفریدگاری زندگی باز کنم.

و در پایان:

شاد باش و فارغ و آمن که من
آن کنم با تو که باران، با چمن

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۲)

من غم تو می‌خورم تو غم مخور
بر تو من مشفق‌ترم از صد پدر

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۳)



مولانا به ما می‌گوید: ما در حالت «بی‌مرادی» از «مولای» خود «خبردار» می‌شویم. این بزرگوار، در اوج قبض و گرفتگی، «حُفَّتِ الْجَنَّة» را به ما یادآور می‌شود. یعنی «بهشت در سختی‌ها پوشیده شده است». می‌گویند «بی‌مرادی» راهنمایت می‌شود به سوی «بهشت». بهشت در فضای بی‌نهایت درون خودت جای دارد و تو دو قدم بیشتر با آن فاصله نداری. جایی که در آن عشق و آرامش و تمام برکات زندگی را می‌توانی تجربه کنی.

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

بی‌مرادی شد قلاووز بهشت حُفَّتِ الْجَنَّة شنوای خوش‌سرشت (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

پس «بی‌مرادی‌های» ریز و درشت خود را دست کم نگیریم. اگر «بهشت» در دل «بی‌مرادی‌هایمان» نهفته است، پس بدون تأخیر آن‌ها را بپذیریم و فضا را در بحر بی‌نهایت درونمان باز کنیم تا «مولای» خویش را ببینیم.

من به شخصه فکر می‌کردم «بی‌مرادی» یا اتفاق لحظه باید بسیار بزرگ باشد تا فضاگشایی من در اطراف آن به حساب بیاید. مثلاً مرگ عزیزی یا اتفاقات مهمی از این قبیل. اما عنایت زندگی با اتفاقی به من نشان داد که این حیلۀ من‌ذهنی بود تا راه را برای من طولانی‌تر و غیرقابل دسترس کند.

من مدتی برای کار به سفر رفته بودم و به مدت چهار هفته از برنامه زنده و پیغام‌های روز جمعه به قول ذهنم عقب مانده بودم. ناگفته نماند که مدام ذهنم در حال شکایت بود که چرا کاری را قبول کردم که برای معنویتم وقت نداشته باشم. جالب است که ذهنم معنویت را از اتفاقات زندگی، مثلاً از کار تفکیک می‌کند. به طوری که بارها در اتفاقات روزمره زندگی مرا از معنویت غافل می‌کند. تا این‌که برگشتم به سیدنی. ذهن حالتی را برایم ایجاد کرده بود که انگار در مسابقه دو ماراتون شرکت کرده بودم. طوری که باید تمام آن چهار برنامه را با پیغام‌ها هرچه زودتر می‌دیدم که یک وقت از راه عقب نمانم. حالتی مانند حرص. اما انگار حرص به ظاهر معنوی. در حال دیدن برنامه بودم که مادرم صدایم زد که بیا با هم شام بخوریم. ساعت بعد پدرم از من خواست که مشکل حجم پر شده گوشی‌اش را حل کنم. و بعد خواهرم، می‌آیی با هم برویم قدم بزنیم؟



در تمام این موارد فضای من بسته می‌شد و در دل می‌گفتم که یکی از موانع کار روی خودم خانواده‌ام هستند. اگر مثلاً من مستقل در خانه خودم زندگی می‌کردم می‌توانستم بهتر روی خودم کار کنم.

روابطم را با دوستانم قطع کرده بودم که به این چهار برنامه برسم. سر کار در وقت استراحت در حال دیدن برنامه بودم که مریضی به سراغم آمد و شروع به صحبت کرد. این مرد مسن از گذشته خود و خاطراتش می‌گفت. بازهم فضای من بسته شد و در دلم گفتم که چقدر حرف می‌زنه ماشالله. به بهانه‌ای ایشان را به قول ما جوان‌ها پیچاندم و برگشتم سر برنامه.

ناگهان صدای آقای شهبازی مانند گریز بر سرم کوبیده شد، «فضاگشایی» کلمه‌ای که میلیون‌ها بار از این عزیز شنیدم. انگار کلمه «فضاگشایی» را این بار جور دیگری می‌شنیدم. ناگهان فلش‌بک خورد به لحظه‌ای که مادرم برای خوردن شام مرا صدا زد. لحظه زیبایی که شاید هرگز تکرار نشود. شام خوردن در فضای گرم خانواده. لحظه‌ای که پدر شصت و هفت ساله‌ام از من طلب کمک کرده بود. پدری که عمری مرا بر دوش خود کشید. پدری که معلوم نیست چند سال دیگر زنده باشد.

لحظه‌ای که خواهرم دلش می‌خواست با من وقت بگذرانند و با من قدم بزنند. لحظه‌ای که آن مرد نازنین با من دردودل می‌کرد. خلاصه، تمام لحظاتی که زندگی به من فرصت «فضاگشایی» را داده بود و من نادان منتظر اتفاق مثلاً خاصی بودم که تکانی به خودم بدهم و به‌زعم خودم فضاگشایی کنم.

ناگهان عرق سردی روی پیشانی‌ام نشست. ندایی در درونم زمزمه می‌کرد که: آقای شهبازی در طول بیست‌و‌اندی سال ۹۱۷ برنامه اجرا کردند که به ابلهی مثل تو بفهمانند که زندگی در همین لحظه‌هاست که سپری می‌شوند. این که «فضاگشایی» را در همین اتفاقات کوچک باید تمرین کنی. برای فضاگشایی حتماً نباید صبر کنی تا عزیزت برود یا اتفاق خاصی بیفتد. همان برنامه‌ای که حرص می‌زنی تا از یک ثانیه‌اش هم غافل نشوی به تو می‌گوید که زمانی تو انسانی معنوی خواهی بود که معنویت را با لحظه لحظه زندگی‌ات عجین کنی.

زندگی یعنی جاری بودن. هر ثانیه، در هر اتفاقی که زندگی با کن‌فکان برایت پیش می‌آورد، فضا را باز کن.

«بپذیر، جاری شو و دربر گیر»

◆◆◆ پایان بخش اول ◆◆◆



دیروز در صف یک کافی‌شاپ منتظر بودم تا برای صبحانه قهوه بگیرم. ساعت صبحانه بود و صف طولانی. ابیات مولانا یکی یکی در ذهن من جاری می‌شدند و وضعیت هشیاری من را به من نشان می‌دادند.

به تن اینجا، به باطن در چه کاری؟ شکاری می‌کنی، یا تو شکاری؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۶۶)

یعنی تو در ظاهر و به تن این‌جا هستی. اما بگو ببینم، در باطن وضعیت هشیاری‌ات چطور است؟ داری هشیاری حضور، خرد و عشق را از زندگی می‌گیری و شکار می‌کنی و یا در فکر همانیدگی‌هایت هستی و شکار آنها شده‌ای.

ناظر افکارم شدم. دیدم در زیر افکارم یک نارضایتی ظریف از وضعیت آن لحظه موجود است. می‌گفتم: «چرا صف این‌قدر طولانی است. کاش زودتر قهوه‌ام را بگیرم، تا زود برگردم سرِ کار.» دیدم در فکر کارهایی هستم که می‌خواهم بالا‌فاصله پس از برگشت به آفیس انجام دهم و داشتم برنامه‌ریزی می‌کردم. من در آن لحظه از صف طولانی که وضعیت این لحظه بود راضی نبودم. با خودم اندیشیدم، وقتی برگردم به آفیس چطور؟ آیا نه این‌که پس از مقداری کار کردن، ممکن است از وضعیت کار هم راضی نباشم و بخوام موضوعی که روی آن کار می‌کنم را تغییر دهم و بروم سراغ کار بعدی؟ شناسایی عدم رضایت من از وضعیت این لحظه که معادل بود با عدم رضایت من از این لحظه‌ابدی که خود زندگی‌ست، بسیار بیدار کننده بود. البته این را هم بگویم، این هم از برکت تأکیدهای آقای شهبازی است که همیشه می‌فرمایند، ابیات را تکرار کنید تا هم معنا برایتان باز شود و هم چراغی شوند برای شما. من هم دو روزی بود که بیت زیر را داشتم تکرار می‌کنم.

لذت بی‌کرانه‌ای ست، عشق شده‌ست نام او قاعده خود شکایت است، و نه جفا چرا بود؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۶۰)

یعنی در این دنیای من‌ذهنی قاعده و اصولی که مردم بنا را بر آن گذاشته‌اند، این است که شکایت کنند و راضی نباشند. اگر انسان‌ها این قاعده شکایت و نارضایتی را می‌گذاشتند کنار، آن وقت این‌قدر به آن‌ها جفا نمی‌شد. این‌قدر به ذهن نمی‌رفتند و جفا نمی‌دیدند بلکه عشق را که لذت بی‌منت‌هایی است درک می‌کردند. تکرار این بیت



دارد کمکم می‌کند که نارضایتی‌ها و شکایت‌های خود را بهتر ببینم. انداختن گله و شکایت‌ها و نارضایتی‌ها، ما را به حالت صبر و سپاس و شکر و رضایت می‌برد.

لحظه‌ای چارُق آياز من بر جلوی چشمانم آمد. ۵ سال پیش، کلی نارضایتی در زندگی‌ام داشتم. تقریباً از هیچ‌چیزی راضی نبودم. حتی از قسمتهای خوب زندگی‌ام هم راضی نبودم، چه برسد به قسمت‌های ناراحت‌کننده و به ظاهر درد-دار زندگی‌ام. این قدر غافل بودم که خدا می‌داند. ناسپاسی من روزن دل من را بسته بود.

ز ناسپاسی ما بسته است روزن دل خدای گفت که انسان لِرَبِّه لَکَنود

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۹۱۴)

یعنی به این دلیل روزن دل بسته شده و از آن نور نمی‌آید که ما ناسپاس هستیم. خدا فرموده است که انسان نسبت به پروردگار خود بسیار ناسپاس و حق‌نگزار است. یعنی واقعاً چطور می‌شود که انسان از قسمت‌هایی از زندگی‌اش که ذهن خوب نشان می‌دهد هم راضی نباشد، چه برسد به باقی قسمت‌ها. چطور می‌شود این همه فرصت زندگی را شکر نکند؟ چطور می‌شود که عشق نداشته باشیم در دل و عشق را نپراکنیم؟

ناشکری در فرهنگ من‌ذهنی خیلی مرسوم است. اما فرهنگ حضور فرق دارد. در فرهنگ حضور حتی دردها هم شکر دارند. چون می‌دانیم که خدا پی آن است که ما را بیدار کند. در فرهنگ حضور به درد خود با دید حضورناظر نگاه می‌کنیم، تا آتش درد به نور حضور تبدیل شود. آقای صادق از ایلام یک بار فرمودند، همین‌که چشم ما باز می‌شود، همین شکر دارد. شکر نمی‌کنیم برای این‌که وضعیت‌ها خوب هستند، بلکه شکر می‌کنیم برای این‌که چشم ما باز شده و داریم درست می‌بینیم.

به برکت زندگی الان دارم بهتر می‌بینم، و وظیفه من این است که شکر کنم. به لطف زندگی ناسپاسی‌های من نسبت به ۵ سال پیش کمتر شده و گله و شکایت‌هایم هم کمتر شده. اما خودم می‌دانم و می‌بینم که هنوز کامل شاکر نیستم. با تکرار ابیات مولانا و به خصوص بیت زیر، دارم بهتر ناشکری‌ها و نارضایتی‌ها و شکایت‌های خودم از اتفاق این لحظه را می‌بینم.

لذت بی‌کرانه‌ای است، عشق شده‌ست نام او قاعده خود شکایت است، و نه جفا چرا بُود؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۶۰)



بی‌مرادی شد قلاووز بهشت حُفَّتِ الْجَنَّةُ شِنو ای خوش‌سرشت

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

همیشه از بچگی برایمان دعا می‌کردند که ان‌شالله به مراد دلت برسی، خدا آرزوهایت را برآورده کند و ما هم بی‌خبر از همه چیز و همه جا دنبال مراد دلمان و آرزوهایمان رفتیم. حالا مراد دلمان چه بود؟

چیزهایی که ذهنمان می‌خواست و با آن شاد می‌شد. مثلاً خانه، ماشین، شوهر خوب، شغل خوب، درآمد خوب، بچه خوب، مسافرت‌های خیلی خوب. کدام را از همه بهتر بدانیم، از همه توقع و انتظار داشته باشیم. من از همه شما بهترم. مادر نمونه هستم. سر کار از همه بهترم. حالم با ذهنم خوب بود. تا جایی که کارها بر وفق مرادم بود، حالم خوب بود. ولی روزهایی که خلاف ذهنم بود، واقعاً حالم بد می‌شد. به هم می‌ریختم. با ذهنم یک قانون‌هایی برای خودم داشتم. نباید هیچ‌کسی به من دستور بدهد.

تا این که لطف خدا شامل حالمان شد و با برنامه گنج حضور آشنا شدیم. چشم حقیقت‌بین ما را باز کرد جناب مولانا با اشعارش و شما استاد عزیز با توضیح دادن کامل به ما آموختید. فقط یک آرزو هست. آن هم باید تبدیل بشوی به اصل خودت. دنیای انسان، دنیای بی‌ابزاری است. دنیایی که نه با ماشین، نه با پول نه با هیچ چیز دیگری نمی‌توانی به خودت زنده بشوی. ابزار خدا فقط صبر، شکر، ...؟... انصتوا، فضاگشایی، رعایت قانون‌های جناب مولانا است.

قانون جبران، قانون مزرعه، قانون صبر و شکر و رضا است. جناب مولانا به ما آموخت که اصل زندگی در بی‌مرادی‌هاست. فضای گشوده شده در بی‌مرادی‌ها و ...؟... شکر و رضا است. جناب مولانا با این شکل تمام توقعات و انتظارات بی‌جای من‌ذهنی ما را خاموش می‌کند.

گفت پیغمبر که جَنَّت از اله گر همی‌خواهی، ز کس چیزی مخواه

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۳)



چون نخواهی، من کفیلَم مر تو را جَنَّتُ الْمَأْوٰی و دیدارِ خدا

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۴)

آقای شهبازی:

خیلی زیبا، ببینید باز هم شما دارید تأیید می‌کنید! اولاً که پیغامتان عالی بود، عالی. همین تأیید یادگیری از پیغام آیدا که شانزده سالش است، شما هم که ماشالله هم پخته هستید، هم دانش بالا دارید، درست است؟ شما سواد دکتری دارید، درست می‌گوییم؟

خانم زهره: بله آقای شهبازی.

آقای شهبازی: با این‌که این‌همه دانش دارید، این‌همه مولانا خوانده‌اید، تواضعتان را نگاه کنید! که در یک تلویزیونی که همه می‌شنوند حتی فامیل‌های شما ممکن است بشنوند و دوستان شما، دارید می‌گویید: من از جوان شانزده ساله مطلبی آموختم!

این حالت را ما باید واقعاً قدرشناسی کنیم. این حالت و این استعداد که در شما کشف شده، این تواضع، میل به یادگیری، میل به جذب، و اجازه دادنِ من‌ذهنی که شما بتوانید به وسیله نیروی زندگی، مطلبی باد بگیرید! این را باید واقعاً همه‌مان شکر کنیم. الآن نگاه کنید چه اتفاقی دارد می‌افتد؟ بهترین اتفاق دارد می‌افتد. من این‌جا نشستم هیچ کاری نمی‌کنم، اما شما دارید به هم‌دیگر درسیاد می‌دید!

یک انسان شانزده ساله به یک انسانی که به هر حال، حالا سن شما را نمی‌پرسم به نظرم حوالی سی و پنج، سی و شش این‌طورها هستید دیگر.. سواد بالایی هم دارید، سال‌ها هم تجربه کاری دارید در کانادا زندگی می‌کنید، دارد چیز یاد می‌دهد.

ما داریم به هم‌دیگر درس زندگی یاد می‌دهیم و دیگر این بهترین حالت است بهترین حالت آموزش و پرورش همین است! که اجازه بدهیم همین که مولانا می‌گوید: خداوند از طریق همه صحبت می‌کند و از طریق همه هم گوش می‌دهد! بگذاریم همان جنس خداوند در ما حرف بزند، جنس خداوند هم در بقیه گوش کند تا از طریق یکی یاد بدهد، بقیه هم از طریق او یاد بگیرند.



دارد همین اتفاق می‌افتد. این بهترین حالت است. درست می‌گویم؟ شما نگاه کنید چه اتفاقی می‌افتد؟! این منتها دانایی ماست که از طریق این سکوی گنج حضور، مردم دارند به همدیگر چیز یاد می‌دهند! آن هم آن چیزی که بسیار بسیار سطحش بالاست! دانایی زندگی است.

شما دارید درس زندگی یاد می‌دید همه‌تان به همدیگر. هر پیغامی را که گوش می‌کنیم یک چیزی یاد می‌گیریم.

خانم زهره: دقیقاً همین‌طور هست آقای شهبازی، و این‌ها همه‌اش زیر سایه لطف شما و تعهد شماست! یعنی آن هم‌تی که شما کردید و این برنامه را سرپا نگه داشتید سال‌ها، که این فرصتی هم برای ما شده که درواقع هم خودمان را ابراز بکنیم و هم از همدیگر یاد بگیریم بسیار باارزش است.

امروز پیغام خانم آیدا، حتی یک تکرارش هم نبود که من دوباره از یک جایی یادداشت کنم ولی یک لحظه این جمله ایشون که گفتند: در کسری از صدم‌ثانیه می‌شود اتفاق را به فضای گشوده‌شده تبدیل کرد! من سریع به عنوان خط آخر در پیغام خودم گفتم. واقعاً برای خودم هم یک جمله کوتاه کلیدی هست!

یعنی یک موقع‌هایی هست که آدم یک جمله کوتاه از یک نفر، درجا به یادش می‌ماند و می‌تواند این را در جاهای مختلف از آن استفاده بکند. مثل همین ابیات کلیدی هستند، نکته‌هایی که ما از دوستان یاد می‌گیریم و خانم آیدا هم ماشاءالله واقعاً با سن کمشان بسیار خردمند هستند و کم از ایشون یاد نگرفتیم. خیلی ممنون از شما و دوستان.

آقای شهبازی: عالی است. بله این برنامه و این روش را هم که پیدا کردیم ما! جمعاً با همدیگر کشف کردیم و چون در این مرکز ارتباطی هستیم من، من این‌جا هم کاملاً مشخص می‌شود، رو می‌آید. من می‌بینم چجوری مردم از همدیگر یاد می‌گیرند!

یک کسی حرف می‌زند، یک دفعه می‌بینید ده‌ها نفر آن مطلب را یاد گرفتند! و این‌که می‌گوید:

**زین کمین، بی‌صبری و حَزْمی کَس نجست
حَزْم را خود صبر آمد پا و دست**

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۳)

واقعاً نگاه کنید من این «حُفَّتُ الْجَنَّة» را، «بی‌مُرادی شد قلاووز بهشت» را چندین سال است دارم می‌خوانم! هی تأکید می‌کنم. الان مردم به آن توجه کرده‌اند. درست می‌گویم خانم زهره؟



خانم زهره: بله آقای شهبازی، یک موقع‌هایی هستش که، یعنی این «تکراها»، خیلی تاثیر دارد. یا شاید نمی‌دانم کار زندگی است که یک‌جایی برای آدم می‌افتد آن درواقع نکته‌ای که باید پیش بیاید. و هفته گذشته که در مورد «بی‌مردی» صحبت شد برای خود من هم بسیار راه‌گشا بود علی‌رغم این‌که شاید هزار بار این تکرار شده، شما آن‌قدر تکرار کردید. برای خود من واقعاً هفته پیش نکته‌اش باز شد دقیقاً همان‌طور که شما می‌فرمایید.

و این هفته در کنار بی‌مردی‌ها، من فهمیدم که «بامردی‌ها» هم اتفاقاً ما را شکار می‌کنند! یعنی بحث شکار و شکارشدن را که شما باز کردید و مصادیقش را که آوردید در برنامه، دقیقاً من دیدم که یک جاهایی وقتی بامرد می‌شوم، یک چیزی به دست می‌آورم، یک جاهایی تأیید می‌شوم، همان من را شکار می‌کند!

و بسیار این‌ها بیدارکننده هست، من خیلی ممنونم از شما و همه دوستان عزیزی که می‌آیند و تجربه‌های خودشان را با ما به اشتراک می‌گذارند.

آقای شهبازی: یک چیزی هم که بسیار مهم است توجه کنیم؛ این کار با طرح‌های قضا، یعنی خداوند کار می‌کند! الآن می‌بینید یک نفر می‌آید روی خط، اسمش خانم زهره است که شما باشید، یک دفعه یک چیزی می‌گوید، در آن واحد ده‌ها نفر دارند گوش می‌کنند که باید همین پیغام را بشنوند!

یعنی؛ قضا می‌داند چه کسی بیاید الآن حرف بزند و چه چیزی بگوید و چه کسانی باید الآن گوش کنند این مطلب را بشنوند! من نمی‌دانم. هیچ‌کدام از ما نمی‌دانیم. برای همین می‌گویم این سکو این قدر مفید است. الآن ده‌ها محقق شعر مولانا که یکی از بزرگ‌ترین بزرگان ما هست، دارد حرف می‌زند و می‌بینید دارد تصحیح انجام می‌شود. و تصحیح و درست شدن هم همان‌طور که دیدیم «صبر» می‌خواهد.

هی مرتب مولانا می‌گوید: صبر، صبر، صبر. پرهیز، صبر، «بی‌صبر و شکر»! صبر، شکر. خوب می‌بینیم که مردم فکر می‌کنند: یک‌بار شنیدند، فهمیدند! ولی در این برنامه ما به خودمان ثابت کردیم: که یک مطلبی را الآن می‌شنود آدم، بعد از ده سال می‌فهمد! که بابا من این را نفهمیده بودم.

نمونه‌هایش همین بی‌مردی است، فضاگشایی است... امروز خانم مرجان راجع به فضاگشایی با مثال‌ها صحبت کردند. من مطمئن هستم که خیلی از ما یاد گرفتیم که مثلاً؛ وقتی خواهرم می‌گوید: بیا برویم بیرون قدم بزنیم، و من در فکر یک کار دیگر هستم! این‌جا باید فضاگشایی کنم.



وقتی مادرم می‌گوید: بیا با من شام بخور، این فرصت طلایی را که آدم با مادرش بتواند شام بخورد، عوض نکند با یک چیزی که ذهن می‌خواهد انجام بدهد، فضاگشایی باید بکني..

پدرش می‌گوید: نمی‌دانم.. این حافظهٔ تلفن من را خالی کن، بزرگ‌ترین فرصت است که زندگی جلوی ما گذاشته برای پدرمان که این‌همه زحمت کشیده یک کاری انجام بدهیم! و در این انجام دادن‌ها یک تبادل عشقی هم صورت بگیرد.

این خالی کردن حافظهٔ تلفن، یک فرصتی‌ست که زندگی جلوی ما می‌گذارد، قضا جلوی ما می‌گذارد. با کمال تعجب ما رد می‌کنیم! برای همین است که در این لحظه ببینیم اتفاق چه هست؟ این را قضا به‌وجود آورده، پیغام چه هست؟ من الآن چه می‌شنوم؟ نکند زندگی از همین طریق دارد به من پیغام می‌دهد؟ منتهی از دهن خانم زهره درمی‌آید، آیدا درمی‌آید، سارینا درمی‌آید..!

من که بالای هفتاد سن دارم، هفتادسال، بشنوم. این‌طوری هم نیست که کسی بگوید: بابا من دیگر هفتادوپنج سالم هست، همه چیز می‌دانم، دیگر یاد نگیرم، نه. من از سارینا و آیدا که این‌ها نوزده‌سال و شانزده‌سال دارند، مطلب دارم یاد می‌گیرم. خودم را دارم درست می‌کنم. همهٔ ما این‌طوری هستیم. عالی زهره خانم. مطلب دیگری دارید؟

خانم زهره: فقط من می‌خواستم از خانم سارینا هم تشکر کنم. ایشون چند هفته قبل هم که تماس گرفتند، اولش شروع کردند یک لیست بلندبالای داشتند و از همه تشکر کردند و یادگیری‌هاشون و صحبتی که الان داشتید، گفتند: که از چه کسانی، چه یاد گرفتند. من از ایشون هم یاد گرفتم که؛ یک دفترچهٔ کوچکی برای خودم دارم، هر یادگیری از هر کدام از دوستانم بوده یادداشت می‌کنم. یک پیغامی هم برای درواقع حالا چون طولانی بود برای کانال فرستادم که بالای سی‌خُرده‌ای مورد بود که تمام یادگیری‌هایی که از عزیزان داشتم را آن‌جا به اشتراک گذاشته بودم.

و این همان اخلاقی‌ست که از دیگران چه یاد گرفتیم را بیان بکنم، همین را هم از خانم سارینا یاد گرفتیم. و ازشون تشکر می‌کنم و همچنین از شما. خدانگهدار.



اندیشه را رها کن و دل ساده شو تمام چون روی آینه که به نقش و نگار نیست

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۵۵)

ذهن ساده در سیر و سلوک معنوی ما خیلی تأثیر دارد. ذهنی که پیچیده است هر لحظه یک چیز می‌گوید و سعی می‌کند راجع به همه چیز نظر بدهد برای ما درد ایجاد می‌کند. هرچقدر ذهن ساده‌تر باشد، شادی ما هم بیشتر است. رابطه بین ذهن ساده و شادی کاملاً جدی است؛ هرچه ذهنمان ساده‌تر می‌شود، قضاوت و مقاومت ما کمتر و کمتر می‌شود و آینه درون ما صاف و صیقلی می‌شود و دید ما دید زندگی می‌شود و ما با دید زندگی شاد می‌شویم.

انسان‌ها به خاطر ذهن پیچیده و پر قضاوتشان، بدبین و افسرده شده‌اند.

اتفاق این لحظه به راحتی به وجود می‌آید و به جای این‌که ما هم مثل اتفاق، راحت با آن برخورد کنیم و از کنار آن رد شویم، با قضاوتمان یک گول بزرگ در ذهنمان از آن اتفاق می‌سازیم.

قبل از این‌که به هر اتفاقی واکنش نشان دهیم، از خودمان بپرسیم دید زندگی، خنده، شادی و سرزندگی ما مهم‌تر است؟ یا آن اتفاق که می‌خواهیم با مقاومتمان با آن درد ایجاد کنیم؟!

هواپیما هرچه که از سطح زمین دورتر می‌شود و بالاتر می‌آید، حتی بزرگترین خانه‌ها هم در نظر کسی که سرنشین هواپیما است، کوچک‌تر از یک نقطه می‌شود، ما هم می‌توانیم هواپیمایی باشیم بر روی اتفاقات زندگی‌مان، می‌توانیم با فضاگشایی و ذهن ساده، آن قدر اتفاقات را برای خودمان کوچک و بی‌اهمیت کنیم که فقط بخندیم و از جریان زندگی لذت ببریم و شادی‌آفرین باشیم.

اتفاقات باید در آغوش ما به آرامش برسند، نه این‌که ما با مقاومت و قضاوتمان در آغوش آن‌ها بی‌قرار و دردمند شویم.

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

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۸۱)



ما در ذهن، کارِ کوتاهِ فضاگشایی را تبدیل به مقاومت و قضاوت کرده‌ایم، باید بدانیم که ما با فضاگشایی به جایی می‌رسیم که در کوتاه‌ترین زمان، به‌جای درگیری با اتفاق، تبدیل به فضای اطرافِ اتفاقات می‌شویم؛ یعنی ما با قدرتِ خدا می‌توانیم اتفاق را در صفرصدمِ ثانیه، تبدیل به فضای گشوده‌شده کنیم، هر اتفاق فرصتی است برای آوردنِ دمِ زنده‌کنندهٔ زندگی به این جهان.

ما کانالِ جاری‌کنندهٔ دمِ زنده‌کنندهٔ زندگی به این جهان هستیم.

دَمِ او جان دهدت رو ز نَفَخْتُ بپذیر
کارِ او کُنْ فیکون‌ست، نه موقوفِ علل
 (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۴۴)

ممنونم استاد از وقتی که به من دادید، تمام شد.

آقای شهبازی: خیلی خوب بود آیدا خانم، چه پیغام عالی دادین! سَنَتان را هم بگویند لطفاً؟!

خانم آیدا: بله، چشم. من شانزده سالم هست.

آقای شهبازی: آفرین، خُب همهٔ مردمِ بینند که از یک جوان شانزده‌ساله می‌شود پیغام بسیار پخته‌ای را شنید! پیغامتان خیلی پخته و عالی بود. عالی عالی عالی!

که می‌فرمایید: هرچقدر ما بیشتر فضا را باز کنیم، شبیه این است که سوار هواپیما بشویم و از زمین دور بشویم! هرچه از زمین دورتر بشویم، خانه‌ها، چیزهای زمینی، چیزهای زمینی... کوچک‌تر دیده می‌شوند. و هرچه بیشتر فضاگشایی می‌کنیم، اتفاقات کوچک‌تر و بی‌اهمیت‌تر به نظر می‌رسند.

و واقعاً بی‌اهمیت هستند. یعنی برای این‌که بفهمیم اتفاقات چقدر بی‌اهمیت است و اصل، در این لحظه زندگی است که از طریق فضای گشوده‌شده خودش را نشان می‌دهد، بهتر است که هرچه می‌توانیم در این لحظه فضاگشایی کنیم تا قربانی اتفاق نشویم.

بله، خیلی زیبا بود آفرین، عالی بود.

در ضمن مرتب لطفاً پیغام بدین؛ به دلیل این‌که زندگی شما را انتخاب کرده از طریق شما می‌بینید دارد پیغام می‌دهد و شما دارید اصلاحات می‌کنید! این را که من نمی‌گویم که، شاهدش امروز در تلویزیون بیان شد.



این‌که شما، سارینا می‌آید و بعدش شما بیاید، این‌طوری راز برملا می‌شود! خداوند یک چیزی می‌خواهد به ما نشان بدهد؛ که چقدر پدر و مادر سارینا، حالا ببخشید قضاوت می‌کنم در تأثیر روی سارینا به اصطلاح ناتوان هستند، نه حالا پدر و مادر سارینا، من خودم!

چقدر من ناتوان هستم در تأثیر روی بچه‌هایم، و چقدر شمای شانزده‌ساله توانا هستید در تغییر بچه‌های من! و این در مورد همه صادق هست. هیچ پدر و مادری نیست که به ناتوانی خودش در تربیت و درست کردن بچه‌هایش اعتراف نکند!

هیچ پدر و مادری نیست که زیر استرس قرار نگیرد برای این که نمی‌تواند بچه‌هایش را آن‌طوری که دلش می‌خواهد تربیت کند. یا آن‌طوری که دلش می‌خواهد درس بخوانند، دنبال چیزهای مضر نروند، همراهش قصد خوب دارند. ولی قصد خوب را ما نمی‌توانیم اجرا کنیم. تأثیر نمی‌کند حرفمان!

پس بنابراین این وظیفه، همین در شانزده‌سالگی، به عهده شما گذاشته می‌شود به وسیله من نه، به وسیله خود زندگی خدا. که مرتب پیغام بدهید! ببینید پیغام می‌آید به دهن شما. این پیغامی که امروز دادید در این تلفن، بسیار بسیار مهم بود!

این تمثیل‌تان هم خیلی مهم بود! همه این را تجربه کردند. هرچه هواپیما بالاتر می‌رود یک چیزی در روی زمین به نظر کوچک‌تر می‌آید! و تمام اتفاقات زمینی‌اند. هرچه که با ذهن مان ما به صورت اتفاق می‌بینیم در اثر فضاگشایی که زندگی به ما گفته: شما فضاگشا هستید. آیه قرآن هست، بیت مولانا هست..

می‌گوید: خاصیت انسان که شبیه خداست، شاید تنها خاصیت انسان که شبیه خداست، «فضاگشایی» است. شما آن شعر را بلدید دیگر؟ شعر فضاگشایی می‌گوید: خداوند گفته با من با فضای گشوده‌شده برخورد کنید؟؟

خانم آیدا:

حکم حق گسترد بهر ما بساط که بگوئید از طریق انبساط

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۶۸۲)

آقای شهبازی: آفرین، پس شما همیشه با ابزار «انبساط» با اتفاقات و هرچیزی برخورد می‌کنید. درست است؟



خانم آیدا: بله استاد، دیگر اصلاً راهی نداریم. چون که هرکاری بکنیم برای ما درد ایجاد می‌شود. یعنی هر راه ذهنی بخواهیم برویم، یعنی غیر از فضاگشایی هرکاری که بخواهیم بکنیم ذهنی حساب می‌شود و ذهن هم کارخانه درد هست دیگر...! این ذهنی که ما داریم فعلاً پر از قضاوت و مقاومت هست نمی‌شود سمتش رفت اصلاً!

آقای شهبازی: آفرین آفرین! آفرین بر آیدای شانزده‌ساله که مثل یک پیر خرد صحبت می‌کند. عالی عالی. آفرین بر جدوجهد شما، طلب شما، و آفرین بر مولانا.

من کاری نکرده‌ام که! مولانا بوده و شما دست‌به‌دست هم دادید از یک جوان شانزده‌ساله که باید مظهر تندی و عاقی و به قول یکی از بیننده‌های امروز، و نافرمانی و سرکشی و واکنش و درد و.. این‌ها باشد، یک موجود فضاگشا و روشن‌کننده دل‌ها.. بله، درست کرده! منبع پیغام زندگی.

این شبیه معجزه است که یک جوان شانزده‌ساله واقعاً محل پیغام زندگی بشود به این پختگی! ممنونم، مواظب خودتان باشید آیدا خانم، پیغام بدهید، ویدئو بفرستید و می‌بینید که چقدر مؤثر هستید شما! چقدر مؤثر هستید شما! ممنونم، خداحافظ، خیلی خوب...!



۱۱- خانم بیننده از آلمان

یک مطلبی آماده کردم درمورد «پیوستگی و وابستگی قانون جبران و توکل».

با درس‌های مولانا و برنامه گنج حضور متوجه شدم که در روند کارها در این لحظه، توکل همگام با قانون جبران عمل می‌کند. یک دادوستد اتفاق می‌افتد. چیزی می‌دهم و چیزی می‌گیرم. یعنی اگر در این لحظه فضا را باز کنم و فکر خود، دانایی، هیجانات، نگرانی و ترس و دلهره، آینده‌نگری، طلب‌کاری، رنجش، غم گذشته و نگرانی آینده را بدهم، فضل خدا را می‌گیرم.

در برنامه ۹۱۵ جمله کلیدی شما که مرتب تکرار می‌کنید، این بود که «سَرَت را بده و در اِزایش فضل ایزدی را بگیر.» سَری که در اثر فضا بندی می‌آید و فکر و راه حل می‌دهد را بده و عقل کل را بگیر.

در این دادوستد آرامش تجربه می‌شود و البته بعد از این مرحله باید مراقب باشم با شکر و صبر و پرهیز که به ذهن دوباره نلغزم. اگر در این مرحله هم موفق بشوم، شادی بی‌سبب را تجربه می‌کنم.

در برنامه ۹۱۵ فرمودید یک سؤال از من مرتب پرسیده می‌شود که «من چگونه مجاناً به خدا زنده می‌شوم؟» من از برنامه گنج حضور یاد گرفتم که بدون اجرای قانون جبران زنده شدن به زندگی شدنی نیست، یک امر محال است.

خیره میا، خیره مرو، جانب بازار جهان
زانکه درین بیع و شری، این ندهی، آن نبری

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۴۵۵)

تا ترک دل خویش نگیری، ندهم
وآنچَت گفتم، تا نپذیری ندهم

(مولوی، دیوان شمس، رباعی ۱۱۸۹)

در ارتباط با توکل یک مثال این جهانی توجهم را جلب کرد. صحنه دادگاه که وکیل بر اساس یک عهد و قرارداد با موکل خود برای او حرف می‌زند یا از او دفاع می‌کند. و کسی که در یک شرایط سخت حقوقی قرار گرفته شخصی را به عنوان وکیل برای خود انتخاب می‌کند و هزینه سنگینی هم بابت کار ایشان می‌پردازد و با توجه به علم و اِشرافی که بر امور حقوقی دارد از حق او دفاع کند و نگذارد که حقش ضایع شود.



و به این ترتیب به این وکیل اعتماد می‌کند و هیچ حرفی را بدون مشورت و اجازه ایشان نمی‌زند، سکوت می‌کند، توکل می‌کند. حالا اگر وسط دادگاه موکل دچار ترس و بی‌اعتمادی بشود و قراردادش یادش برود و نگذارد وکیل حرف بزند چه اتفاقی می‌افتد؟

همه تجربه کرده‌ایم از جمله خود من. حالا این‌جا سؤال پیش می‌آید که چرا من این کار را با «وکیل و کلا»، «عقل کل» انجام نمی‌دهم؟

قبل از آشنایی با گنج حضور همیشه خودم، درواقع با من‌ذهنی خودم می‌خواستم که همه امور را وکالت کنم و با افکار بسیار پراکنده خودم کارها را به ثمر برسانم. درحالی‌که شما به ما یاد دادید با یک سوره‌ای که در قرآن هم آمده که خداوند در هر لحظه و هر جا بسیار نزدیک به من است، از رگ گردن هم نزدیک‌تر:

«... وَ نَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْ حَبْلِ الْوَرِيدِ.»

«... و ما به او از رگ گردن نزدیک‌تریم.»

(قرآن کریم، سوره ق (۵۰)، آیه ۱۶)

چند بیت درباره توکل می‌خوانم:

نیست کسبی از توکل خوب‌تر
چیست از تسلیم، خود محبوب‌تر؟

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۱۶)

توکل چیست؟ از خود وارheidن
به گوش جان کلام حق شنیدن

(افشین ایوانی)

گوش بی‌گوشی درین دم برگشا
بهر رازِ یَفْعَلُ الله ما یَشا

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۸۶)

و همان‌طور که اول پیام گفتم، دانایی خود را بدهم تا آماده شنیدن کلام عقل کل بشوم. کلامی که در این لحظه نو به نو برایم لازم است. ان‌شاءالله. در پایان چند بیت کلیدی و چند آیه در همین ارتباط:



دَمِ او جان دهدت، رو ز نَفَخْتُ بپذیر
کارِ او کُنْ فیکون است نه موقوفِ عِلَلِ

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۴۴)

از خدا غیرِ خدا را خواستن
ظَنِّ افزونی‌ست و کُلِّ کاستن

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۷۷۳)

نَفَخْتُ فیهِ مِنْ رُوحی رسیده‌ست
غمِ بیش و غمِ کم را رها کن

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۹۰۵)

نَفَخْتُ فیهِ مِنْ رُوحی: از روحِ خود در او دمیدم. اشاره به آفرینشِ آدم است. و همچنین چند آیه در این مورد:

«تَوَكَّلْتُ عَلَى اللَّهِ وَكَفَى بِاللَّهِ وَكِيلًا»

«به خداوند توکل کن و همین بس که خداوند وکیل و کارساز است»

(قرآن کریم، سوره احزاب، آیه ۳)

و همچنین:

«اللَّهُ خَالِقُ كُلِّ شَيْءٍ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ وَكِيلٌ»

«خداوند آفریننده هرچیز است و هم اوست نگهبان هرچیز»

(قرآن کریم، سوره زمر، آیه ۶۲)

به امید این‌که من شخصاً با توجه به زحمات بسیار متعهدانه شما که واقعاً همه چراغ‌ها و همه کلیدها را دادید دست ما و همه چراغ‌ها را برای ما روشن کردید از این وکالت من‌ذهنی واقعاً فاصله بگیرم همیشه و در این لحظه و وکیل کل را وکیل خودم بکنم که همان مرکز عدم و فضای گشوده و تسلیم هست. خیلی ممنون آقای شهبازی صحبت تمام شد.

یک دنیا از شما ممنون هستیم واقعاً به‌خاطر زحمات زیادتان. امیدوارم که قانون‌جبران را از نظر معنوی و به‌جا آوردن این آموزش‌ها اجابت کنم و ادا بکنم. خیلی ممنونم.



۱۲- خانم ریحانه از استرالیا

چیزی که خیلی برایم مشخص هست این است که با خواهرم بیشتر از هر کس و هر چیز همانیده هستم و این به‌خاطر عشق و علاقه زیاد هست، البته عشق و علاقه از من‌ذهنی. در مدتی که روی خودم کار می‌کنم چند باری هست که با خواهرم بحث سنگینی کرده‌ام که تا به حال از این مورد بحث‌ها هیچ‌گونه با هم نداشتیم.

اولین بار یک چند روزی طول کشید که خشمم فرونشین شد و توانستم بفهمم اشتباه از من هست و من باید نورافکن را روی خودم بیندازم و متمرکز بشوم روی خودم، نه از کسی انتظار داشته باشم، حالا آن آدم خواهرم یا یک انسان کاملاً غریبه باشد.

بار دوم کم‌تر از بار اول و بارهای سوم و چهارم به همین منوال کم‌تر می‌شد، ولی درد بود که بالا می‌آمد، سرزنش کردن، احساس تنهایی و دوست داشته نشدن از طرف نزدیکانم و حتی شما استاد. آخرین بار بعد از بحث که نمی‌دانم حتی واژه بحث درست هست که به‌کار می‌برم یا نه، وقتی وارد اتاقم شدم از کرده خودم پشیمان بودم ولی دیر بود، دیر. در این مدت دردی داشتم، بغضی داشتم و حسی که چقدر از خواهرم، کسی که باور داشتم از خودم بیشتر دوستش دارم، دور شده‌ام، حسی مثل این‌که با خواهرم وسط جنگ هستم. من‌ذهنی با من چه کرده بود. هر بار که از زندگی معذرت‌خواهی می‌کردم دوباره همان آتش و همان کاسه بود.

در داستان سه ماهی داشتیم که ماهی احمق بعد از این‌که گیر دام صیادان افتاد، درحالی‌که در آتش بلا می‌سوخت می‌گفت اگر نجات پیدا کنم به دریا می‌روم، ولی چون از من‌ذهنی حرف می‌زد اگر صد بار دیگر هم این اتفاق تکرار می‌شد، باز هم همین کار را می‌کرد. کاملاً ماهی سوم را با پوست و گوشتم احساس می‌کنم. چند بیت از مثنوی، دفتر چهارم، از بیت شماره ۲۲۸۴ می‌خوانم.

باز می‌گفت او که گر این بار من
وا رَهَم زین محنت گردن‌شکن

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۸۴)

من نسازم جز به دریایی وطن
آبگیری را نسازم من سکن

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۸۵)



آبِ بی‌حد جویم و آمِن شوم
تا ابد در امن و صحت می‌روم

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۸۶)

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

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۸۷)

بعد دوباره یک جای دیگر می‌گوید:

چونکه عقلت نیست، نسیان میرِ توست
دشمن و باطل کُنِ تدبیرِ توست

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۹۰)

از کمی عقل پروانه خسیس
یاد نآرد ز آتش و سوز و حسیس

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۹۱)

چونکه پَرش سوخت، توبه می‌کند
آز و نسیانش بر آتش می‌زند

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۹۲)

و یک جای دیگر می‌گوید:

این تمنی هم ز بی‌عقلی اوست
که نبیند کان حماقت را چه خوست

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۹۵)

آن ندامت از نتیجه رنج بود
نه ز عقل روشن چون گنج بود

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۹۶)



و چند بیت بعدش می‌گوید:

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

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۹۹)

می‌کند او توبه و، پیر خرد
بانگِ لَو رُدُوا لَعَادُوا می‌زند

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۳۰۰)

اگر اجازه می‌دهید یکی از شعرهای نظامی را بخوانم که خیلی استاد این چند وقت هر بار خواندمش به من تسکین می‌داد.

یک شبی مجنون نمازش را شکست
بی وضو در کوچه لیلا نشست

عشق آن شب مست مستش کرده بود
فارغ از جام الستش کرده بود

سجده‌ای زد بر لب درگاه او
پر ز لیلا شد دل پر آه او

گفت: یا رب از چه خوارم کرده‌ای
بر صلیب عشق دارم کرده‌ای

جام لیلا را به دستم داده‌ای
واندر این بازی شکستم داده‌ای

نشتر عشقش به جانم می‌زنی
دردم از لیلاست آنم می‌زنی

خسته‌ام زین عشق، دل خونم مکن
من که مجنونم تو مجنونم مکن



مرد این بازیچه دیگر نیستم
این تو و لیلای تو، من نیستم

گفت: ای دیوانه لیلایت منم
در رگ پنهان و پیدایت منم

سال‌ها با جور لایلا ساختی
من کنارت بودم و نشناختی

عشق لایلا در دلت انداختم
صد قمار عشق یک‌جا باختم

کردمت آواره صحرانشد
گفتم عاقل می‌شوی اما نشد

سوختم در حسرت یک یا رب
غیر لایلا بر نیامد از لب

روز و شب او را صدا کردی ولی
دیدم امشب با منی گفتم بلی

مطمئن بودم به من سر می‌زنی
در حریم خانه‌ام در می‌زنی

حال این لایلا که خوارت کرده بود
درس عشقش بی‌قرارت کرده بود

مرد راهم باش تا شامت کنم
صد چو لایلا کشته در راهت کنم

(نظامی)



که خدا این‌جا می‌گوید همه این مشکلات و دردها را به تو می‌دهم که به یاد من بیفتی و از من طلب کنی چرا تو
هی یادت می‌رود که کار من «کُنْ فیکون» است؟ یعنی آن بخواهد هر کاری را انجام بدهد فقط می‌گوید بشو و
می‌شود، تمام.

خدا



در ادامه قضاوت کردن یکی از همکارانم به دیگر همکارم که چرا این شخص در حین کار کردن مدام عیب و ایراد دیگران را می‌گیرد یا به اصطلاح غر می‌زند به‌طور عجیبی چند روزی به‌وضوح دیدم در حین کار کردن در همین حالتی که قضاوت کردم قرار گرفتم و بگویم که سمن‌زار رضا آشفته شد.

حالا چه شد؟ من دقیقاً همین عیب و ایراد گرفتن و همین طعنه و تشنیه زدن را در خود دارم و مدام با این موردی که من ذهنی به عنوان عیب او را می‌شناسد دیگران را سرزنش و کوچک می‌کنم و حالا این من‌ذهنی در من به‌صورت کاملاً آزاد دست به هر کاری می‌زد تا این‌که دستش رو شد و حالا مگر جناب مولانا نمی‌گوید:

گر همان عیبت نبود، ایمن مباش بوک آن عیب از تو گردد نیز فاش

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۳۸)

اگر تصور کردی عیبی که داری از دیگری می‌گیری از تو نیست پس آسوده نباش که آن عیب از تو فاش می‌شود. بعد از گذشت چندین روز و همین‌طور زیر نظر گرفتن چالش‌های مختلفی که در آن قضاوت و بدگویی می‌کردم، درس قضاوت نکردن اطرافیان درس زیبایی بود که از آن آگاه شدم.

چرا که با هر بار قضاوت قطعاً طرح زندگی را رد می‌کنم و تنها درگیر ظاهر وضعیت و عدد اندیشی می‌شوم.

وضعیت‌ها را خوب یا بد می‌بینیم زیرا که شخص و یا اتفاق را قضاوت می‌کنیم و تنها با دید فضاگشایی است که این قضاوت‌های بیهوده کنار می‌رود. وضعیت همین هست که هست فقط بی‌قید و شرط باید فضاگشایی انجام شود و هر چه هست به نفع فضای گشوده شده تمام شود که در غیر این‌صورت هر قرین من‌ذهنی به‌صورت مخرب بر روی ما اثر می‌گذارد.

در همین حالت بیت زیر با صدای خانم یلدا یادآور من شد:

بو نگهدار و بیرهیز از زُکام تن بپوش 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 تَلِّ برف

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۸۹)

چون زمین زین برف درپوشد کفن
تیغ خورشید حُسام‌الدین بزن

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۹۰)

هین برآر از شرق، سیف‌الله را
گرم کن زآن شرق، این درگاه را

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۹۱)

تنها انسان زنده به حضور و کامل است که من‌ذهنی خود را صفر کرده است و در هر برخورد کاملاً خود فضای گشوده شده است.

زمانی که من هر گونه واکنشی از خود دارم قطعاً تنها با فضاگشایی باید در جهت او حرکت کنم و حالا زمانی که با هر انسان که درگیر من‌ذهنی خود است که حالا یا روی آن کار می‌کند و یا نه، برخورد می‌کنم قطعاً من‌ذهنی هر دوی ما بالا می‌آید پس در نتیجه من نمی‌توانم بگویم چرا شخصی عیب دارد و یا واکنشی دارد. من باید چه بکنم؟

مگر نمی‌گوید: «بو نگه‌دار و بپرهیز از زُکام».

در برخورد با هر انسان تنها درس زندگی فضاگشایی کردن است تا هم خودمان و هم دیگران دچار سردی هوای هم‌دیگر نشویم. هوای من‌ذهنی از زمستان هم سردتر است و با توجه به بیت:

به تن اینجا، به باطن در چه کاری؟
شکاری می‌کنی، یا تو شکاری؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۶۶)



و بعد هم درس دیگری که پس از گذشتن این حالات داشتم جناب مولانا به من گفت که به جای این‌که شکار وضعیت بشوی و در آن گرفتار بشوی همانندگی و درد را شناسایی کن و از آن بجه تا در این لحظه فضا گشوده شود و شکارچی زندگی شوی و این کار است، تا از وضعیتی که در آن هستی پیغام زندگی را شکار کنی و در واقع فرصت کار در این لحظه را از دست ندهی.

پس بنه بر جای هر دم را عَوَض تا ز واسْجُدْ وَاقْتَرَبْ یابی غَرَض

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۲۷)

به‌جای هر کار این لحظه فضاگشایی را بگذار تا در این‌صورت سجده در پیشگاه خدا را به‌جای آوری و به او نزدیک شوی.



۱۴- خانم زهره از کانادا و سخنان آقای شهبازی

سوالی که بارها در برنامه گنج حضور مطرح شده و در برنامه ۹۱۷ هم بیان شد، این است که از خودمان بپرسیم آیا در این لحظه زندگی را زندگی می‌کنیم یا تلفش می‌کنیم؟ آیا شکار همانیدگی‌ها و هیجانات در دل اتفاقات می‌شویم یا اتفاقات را فرصتی برای فضاگشایی می‌دانیم؟

به تن اینجا، به باطن در چه کاری؟

شکاری میکنی، یا تو شکاری؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۶۶)

حضرت مولانا می‌فرمایند ما به ظاهر در تن هستیم، ولی آیا هر لحظه از مرکزمان خبر داریم که چه اتفاقی در مرکزمان در حال رخ دادن است؟ آیا مرکزمان (دروغمان) و انرژی زنده زندگی مرکزمان به زندگی ارتعاش می‌کند و یا توسط یک همانیدگی به دام افتاده است؟

وقتی برنامه‌های حیات وحش را تماشا می‌کنیم، می‌بینیم که حیوانات درنده مثل شیر و پلنگ برای شکار کردن غذای خود مدت زمانی را کمین می‌کنند، ولی وقتی زمان مناسب را پیدا کردند در عرض یک لحظه سریعاً وارد عمل می‌شوند و شکار خود را به دام می‌اندازند.

داشتم به این فکر می‌کردم که شکار شدنم توسط همانیدگی‌ها و من‌ذهنی هم به صورت یک لحظه سریع اتفاق می‌افتد و اگر حواسم به خودم نباشد و نورافکن را روی خودم نگذاشته باشم، ممکن است یک لحظه شکار شوم و چه بسا ساعت‌ها در چنگ این همانیدگی گیر بيفتم. اما به لطف برنامه این روزها حتی اگر شکار هم بشوم، سریع‌تر و راحت‌تر از چنگال آن شکارچی می‌جهم. در ادامه به چند مورد از شکار شدن‌هایم در طول روز اشاره می‌کنم.

سناریوی اول: در منزل خودم نشسته‌ام و انرژی زنده زندگی را که همین لحظه در درونم جاری است، حس می‌کنم. ناگهان فکری درباره آینده یا گذشته به سراغم می‌آید، یا حس نگرانی و دلشوره درباره عزیزانم در ایران به سراغم می‌آید. برای چند دقیقه ممکن است در این افکار غرق شوم و این دقیقاً همان جایی است که توسط این افکار در یک لحظه شکار می‌شوم و زندگی را تلف می‌کنم.



سناریوی دوم: تصمیم می‌گیرم با خانواده‌ام در ایران تماس بگیرم و حالی از آن‌ها بپرسم. هدف اولیه‌ام از این تماس ابراز علاقه و محبت به آن‌ها و درواقع جاری کردن عشق به سمت آن‌ها است. اما پس از چند دقیقه مکالمه و احوال‌پرسی اولیه ممکن است صحبت به درازا بکشد و در مسیر قضاوت کردن درباره بقیه و فضولی کردن من درباره اتفاقاتی که در فامیل رخ می‌دهد بینجامد. و این همان‌جا است که عشقی که قرار بود به سمت خانواده جاری شود، در همان قضاوت‌ها و فضولی‌ها گیر می‌افتد و شکار شده و تلف می‌شود.

سناریوی سوم: در محل کارم هستم. شغل خوبی دارم، ولی مدیرم کمی سخت‌گیر است. خرد و عقل و هدایت زندگی در من جاری است، اما وقتی به من می‌گویند مدیر از کارت ایراد گرفته، در کسری از ثانیه توسط استرس و خشم شکار می‌شوم و دقیقاً در همان دقیقه‌هایی که این واکنش‌ها در من بالا می‌آید همان‌جا است که زندگی را تلف می‌کنم و زندگی نمی‌کنم.

سناریوی چهارم: جسم سالمی دارم، هوا هم خوب است. انرژی زنده زندگی هم در من جاری است و به من می‌گوید بد نیست بیرون بروی و کمی پیاده‌روی بکنی. ناگهان در یک لحظه شکار کاهلی من ذهنی‌ام می‌شوم و می‌گویم: ولش کن! حوصله داری؟! و دقیقاً این همان‌جایی است که توسط کاهلی من ذهنی‌ام شکار می‌شوم و زندگی پویا را که درصدد افزایش سلامتی و نشاط من بود را تلف می‌کنم.

سناریوی پنجم: برکت زندگی در زندگی‌ام جاری است و خدا را شکر درآمدم بد نیست، اما از این‌که کمی پولم کم شود و بدون دلیل بخوادم به سازمانی در ایران پول بدهم، به اصطلاح زورم می‌آید. وقتی این اتفاق را نمی‌پذیرم و در مقابلش اعتراض می‌کنم، همان‌جا است که شکار می‌شوم و زندگی را تلف می‌کنم. همان همان‌جایی‌ام با پول و ناموس من ذهنی‌ام است که شکارم می‌کند.

تلف کردن زندگی در طول شبانه‌روز ممکن است در سناریوهای مختلفی برایم رخ بدهد: در بی‌صبری‌هایم، در حس سرخوشی از برتر درآمدن‌هایم، تایید شدن‌هایم، در کم‌یابی اندیشی‌هایم، واکنش نشان دادن‌هایم، دردهای جسمی‌ام و خیلی اتفاقات ریز و درشت دیگر.

اما آنچه که واقعاً برایم ارزشمند است این است که به لطف برنامه گنج حضور قدر و ارزش زندگی را خیلی خیلی بیشتر از قبل می‌دانم و حالا دیگر می‌دانم که تلف کردن زندگی حتی برای چند ثانیه هم در طول شبانه‌روز مجاز نیست. خدا را شکر و به لطف برنامه و استاد عزیزم این شکار شدن‌ها هم خیلی کمتر شده و زیباتر این‌که گیر کردن‌هایم در چنگال این شکارچی‌ها هم خیلی کوتاه شده‌است.



از طرح برنامه ۹۱۷ و از پیغام امروز خانم آیدا آموختم که می‌شود در کسری از صدم ثانیه اتفاق را به فضای گشوده‌شده تبدیل کرد. به جای این‌که زندگی را در اتفاقات تلف کنم و شکار آن‌ها بشوم، خودم فضا را باز کنم و زندگی زنده را در این لحظه زندگی کنم و ان‌شاءالله روزی به زندگی تبدیل شوم.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! ببینید باز هم شما دارید تایید می‌کنید. اولاً که پیغامتان عالی بود، عالی، عالی. همین تایید یادگیری از پیغام آیدا که ۱۶ سال‌شان هست، شما هم که ماشاءالله هم پخته هستید، هم دانش بالا دارید، درست است؟ شما سواد دکترا دارید، درست می‌گوییم؟

خانم زهره: بله، آقای شهبازی.

آقای شهبازی: ببینید شما که این همه دانش دارید و این همه مولانا خواندید، تواضعتان را نگاه کنید که در یک تلویزیونی که همه می‌شنوند، حتی فامیل‌های شما ممکن است بشنوند و دوستان شما، دارید می‌گویید من از جوان شانزده‌ساله مطلبی آموختم. این حالت را ما باید واقعاً قدرشناسی کنیم! این حالت و این استعداد که در شما کشف شده، این تواضع، و میل به یادگیری، میل به جذب و اجازه دادن من‌ذهنی که شما بتوانید به‌وسیله نیروی زندگی مطلب یاد بگیرید، این را باید واقعاً همه ما شکر کنیم!

الآن نگاه کنید چه اتفاقی می‌افتد؟ بهترین اتفاق دارد می‌افتد. من این‌جا نشستم هیچ‌کاری نمی‌کنم، اما شما دارید به هم‌دیگر درس یاد می‌دهید. یک انسان شانزده‌ساله به یک انسانی که به‌هرحال، حالا سن شما را نمی‌پرسم، به‌نظر حوالی ۳۵، ۳۶ این‌طورها هستید دیگر.

خانم زهره: بله.

آقای شهبازی: سواد بالایی هم دارید، سال‌ها هم تجربه کاری دارید، در کانادا زندگی می‌کنید، دارد چیز یاد می‌دهد. ما داریم به هم‌دیگر درس زندگی یاد می‌دهیم و دیگر این بهترین حالت است. بهترین حالت آموزش پرورش همین است که اجازه بدهید، همین‌که مولانا می‌گوید خداوند از طریق همه صحبت می‌کند و از طریق همه هم گوش می‌دهد، بگذاریم همان جنس خداوند در ما حرف بزند، جنس خداوند هم در بقیه گوش کند تا از طریق یکی یاد بدهد، بقیه هم از طریق او یاد بگیرند.

دارد همین اتفاق می‌افتد. این بهترین حالت است. درست می‌گوییم؟

خانم زهره: بله.



آقای شهبازی: شما نگاه کنید چه اتفاق می‌افتد؟! این منتهای دانایی ما است که در این، از طریق این سکوی گنج حضور مردم دارند به هم‌دیگر چیز یاد می‌دهند. آن هم، آن چیز هم که بسیار بسیار سطحش بالا است، دانایی زندگی است. شما دارید درس زندگی یاد می‌دهید، همه‌تان به هم‌دیگر. هر پیغامی را که گوش می‌کنیم، یک چیزی یاد می‌گیریم.

خانم زهره: دقیقاً همین‌طور است، آقای شهبازی و این‌ها همه‌اش زیر سایه لطف شما است و تعهد شما است، یعنی آن، درواقع همتی که شما کردید و این برنامه را سر پا نگه داشتید سال‌ها که این فرصتی هم برای ما شده که درواقع هم خودمان را ابراز بکنیم و هم از هم‌دیگر یاد بگیریم، بسیار باارزش است.

امروز پیغام خانم آیدا، حتی تکرارش هم نبود که من دوباره از یک جایی یادداشت کنم، ولی یک لحظه این جمله ایشان که گفتند در کسری از صدم ثانیه می‌شود اتفاق را به فضای گشوده شده تبدیل کرد، من سریع این را به‌عنوان خط آخر در پیغام خودم گفتم واقعاً برای خودم هم یک جمله کوتاه کلیدی است، یعنی یک موقع‌هایی هست که آدم یک جمله خیلی کوتاه از یک نفر درجا به یادش می‌ماند و می‌تواند این را در جاهای مختلف استفاده بکند. مثل همین ابیات کلیدی هستند. که ما از دوستان یاد می‌گیریم و خانم آیدا هم ماشاءالله، واقعاً با سن کمشان خیلی خردمند هستند و کم از ایشان یاد نگرفتیم. خیلی ممنون از شما و دوستان.

آقای شهبازی: عالی است! بله، این برنامه و این روش را هم که پیدا کردیم ما، جمعاً با هم‌دیگر کشف کردیم و چون در این مرکز ارتباط هستم من، این‌جا هم کاملاً مشخص می‌شود، رو می‌آید. من می‌بینم چجوری مردم از هم‌دیگر یاد می‌گیرند. یک کسی حرف می‌زند، یک دفعه می‌بینید ده‌ها نفر آن مطلب را یاد گرفتند و این‌که می‌گوید؛

زین کمین، بی‌صبر و حزمی کس نجست

حزم را خود، صبر آمد پا و دست

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۳)

واقعاً نگاه کنید، من این «حُفَّتُ الْجَنَّة» را، «بی‌مرادی شد قلاووز بهشت» چندین سال است دارم می‌خوانم. هی تأکید می‌کنم، الان مردم به آن توجه کردند. درست می‌گویم، خانم زهره؟

خانم زهره: بله، آقای شهبازی. این مهم هست که این تکرارها خیلی تأثیر دارد. شاید نمی‌دانم کار زندگی است که یک‌جایی برای آدم می‌افتد، آن، درواقع نکته‌ای که باید پیش بیاید و این هفته گذشته در مورد مثلاً بی‌مرادی که صحبت شد، برای خود من هم بسیار راهگشا بود، علی‌رغم این‌که شاید این هزار بار تکرار شده، شما این قدر



تکرار کردید، ولی برای خود من هفته پیش نکته‌اش واقعاً باز شد. دقیقاً همان‌جوری هست که شما می‌فرمایید و این هفته در کنار بی‌مرادی‌ها، این هفته من فهمیدم که بامرادی‌ها هم اتفاقاً ما را شکار می‌کنند، یعنی بحث شکار و شکار شدن را که شما باز کردید، مصادیقش را که آوردید در برنامه، دقیقاً من دیدم که یک‌جایی وقتی بامراد می‌شوم، یک چیزی به‌دست می‌آورم، یک‌جایی تأیید می‌شوم، همان هم دارد من را شکار می‌کند.

و بسیار هم بیدارکننده است و خیلی ممنونم از شما و همهٔ دوستان عزیزی که می‌آیند و تجربه‌های خودشان را با ما به اشتراک می‌گذارند و

آقای شهبازی: آفرین! به یک چیزی هم که بسیار مهم است توجه کنیم، این کار با طرح‌های قضا یعنی خداوند کار می‌کند. الآن می‌بینید یک نفر می‌آید روی خط، اسمش خانم زهره است که شما باشید، یک‌دفعه یک چیزی می‌گوید در آن واحد ده‌ها نفر دارند گوش می‌کنند که باید همین پیغام را بشنوند، یعنی قضا هم می‌داند چه کسی بیاید الآن حرف بزند و چه چیزی بگوید و چه کسانی باید الآن گوش بکنند، این مطلب را بشنوند. من نمی‌دانم، هیچ‌کدام از ما نمی‌دانیم. برای همین می‌گویم این سکو این قدر مفید است.

الآن ده‌ها محقق، شعر مولانا که یکی از بزرگ‌ترین بزرگان ما هست دارد حرف می‌زند و می‌بینیم دارد تصحیح انجام می‌شود. و تصحیح و درست شدن هم همین‌طور که دیدیم صبر می‌خواهد. هی مرتب مولانا می‌گوید صبر، صبر، صبر. پرهیز، صبر، بی‌صبر و شکر، صبر، شکر. خوب، می‌بینیم که مردم فکر می‌کنند که یک‌بار شنیدند فهمیدند، ولی در این برنامه ما به خودمان ثابت کردیم که یک مطلبی را الآن می‌شنود آدم، بعد از ده سال می‌فهمد. که بابا من این را نفهمیده بودم. نمونه‌هایش همین بی‌مرادی است، فضاگشایی است.

امروز خانم مرجان راجع به فضاگشایی با مثال‌ها صحبت کرد. من مطمئنم که خیلی از ما یاد گرفتیم که مثلاً وقتی خواهرم می‌گوید بیا برویم بیرون قدم بزنیم و من در فکر یک کار دیگری هستم، این‌جا باید فضاگشایی کنم. وقتی مادرم به من می‌گوید: بیا با من شام بخور. این فرصت طلایی را که آدم با مادرش بتواند شام بخورد، عوض نکند با یک چیزی که ذهن می‌خواهد انجام بدهد. فضاگشایی باید بکنی.

پدرش می‌گوید نمی‌دانم این حافظه تلفن من را خالی کن، بزرگ‌ترین فرصت هست که زندگی جلوی ما گذاشته برای پدرمان که این همه زحمت کشیده، یک کاری انجام بدهیم و در این انجام دادن یک تبادل عشقی هم صورت بگیرد. این خالی کردن حافظهٔ تلفن یک فرصتی است که زندگی جلوی ما می‌گذارد، قضا جلوی ما می‌گذارد، با کمال تعجب ما رد می‌کنیم.



برای همین است که در این لحظه ببینیم اتفاق چیست، این را قضا به وجود آورده، پیغام چیست؟ من الآن چه می‌شنوم؟ نکند زندگی از همین طریق دارد به من پیغام می‌دهد، منتها از دهان خانم زهره درمی‌آید، آیدا درمی‌آید، سارینا درمی‌آید. من که بالای هفتاد سن دارم. هفتاد سال بشنوم. این‌طوری هم نیست که کسی بگوید بابا من دیگر هفتادوپنج سالم هست، همه‌چیز می‌دانم، دیگر یاد نگیرم، نه.

من از سارینا و آیدا که این‌ها نوزده سال و شانزده سال دارند مطلب دارم یاد می‌گیرم. خودم را دارم درست می‌کنم. همه ما این‌طوری هستیم. عالی، زهره خانم. اگر چیز دیگری می‌خواستید بگویید، بفرمایید. مطلب دیگری دارید؟

خانم زهره: سپاسگزارم، آقای شهبازی، فقط من می‌خواستم از خانم سارینا هم تشکر کنم. ایشان چند هفته قبل هم که تماس گرفتند، اولش شروع کردند یک بیت بلندبالایی داشتند از همه تشکر کردند و یادگیری‌هایش، آن لغتی که الآن داشتیم گفتند که از چه کسی چه یاد گرفتند. من از ایشان هم یاد گرفتم که یک دفترچه کوچکی برای خودم دارم، هر یادگیری از هرکدام از دوستانم بوده یادداشت می‌کنم، یک پیغامی هم برای، درواقع حالا چون طولانی بود، برای کانال فرستادم که بالای سی و خرده‌ای مورد بود که تمام یادگیری‌هایی که از دوستان داشتم و آن‌جا به اشتراک گذاشته بودم و همین اخلاقی که از دیگران چه یاد گرفتم را بیان بکنم، همین را از خانم سارینا یاد گرفتم و از ایشان تشکر می‌کنم و هم‌چنین از شما.

◆◆◆ پایان بخش دوم ◆◆◆



۱۵- آقای پویا و سخنان آقای شهبازی

شرمنده، من یک پیام کوتاه می‌خواهم بدهم. خداوند قبل از این‌که کلاً اتفاقات را جلوی پای ما بگذارد، ابزار فضاگشایی‌اش را در اختیار ما می‌گذارد. یک ده روزی است، بالای ده روز، اینترنت خانه ما به شدت خراب شده است، یعنی سیم‌کشی خراب شده است داخلی، من کلاً از فضای معنوی به دور هستم. و در اوج فشار کاری و اوج برنامه‌ریزی‌های مختلف، یک‌هو تمام کانال‌های ارتباطی من هم با گنج حضور قطع شده است. حالا قبلش مولانا گفت که:

قومی که بر بُراق بصیرت سفر کنند
بی ابر و بی غبار در آن مه نظر کنند

در دانه‌های شهوتی آتش زنند زود
وز دامگاه صعب به یک تک عبّر کنند

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۸۶۲)

دامگاه صعب این بود که هنوز در حین قضیه هستم، فقط می‌خواستم یک زنگ کوچولو بزنم صدای گرم‌تان را بشنوم، خیلی دیگر شیطان من را از شما و گنج حضور دور نکند.

در ؟ تمام درس‌های مولانا و صحبت‌های گوهر بار شما، این خواهر ما یک چندتا بیت جدا می‌کند، برای من می‌فرستد که خیلی برای خودش کار کرده است، و من هم با خودم تکرار می‌کنم، سعی می‌کنم برنامه‌ها را...

تشکر می‌کنم از دوستانی که برنامه‌ها را به صورت صوتی در کانال پیام‌های معنوی می‌گذارند بعد از برنامه بلافاصله، من خیلی استفاده می‌کنم، در ماشین گوش می‌دهم. یک چندتا بیت است که خواهر ما جدا کرده برایم فرستاده این هفته، برایم خیلی کار کرده بود، کمک کرده بود، گفتم برایتان بگویم و با هم دیگر یک نگاه کوچولویی رویش داشته باشیم، سریع خداحافظی می‌کنم. یکی از بیت‌ها این بود:

ای طالب خوش حمله، من راست کنم جمله
هر خواب که دیدستی، هر دیگ که پُختستی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۸۲)



کلاً از کاربرد زنده شدن به حضورش یک کمی فاصله بگیریم، در تمام مراحل کارهای روزانه آدم می‌تواند که با خودش این تصمیم را بگیرد که من بی‌مراد خواهم شد، یا خوش‌حمله باشم.

«ای طالبِ خوش‌حمله، من راست‌کنم جمله». خوش‌حمله یعنی این‌که کلاً بی‌مراد شدن و بامراد شدن پیش او یکی بشود.

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

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

این چندتا بیت است که خیلی کمک کرده بود به من، حالا این یک کم ناقص خواندم. یک سه‌تا بیت دیگر هست از مثنوی که کلاً من خودم همیشه فکر می‌کنم آدم‌ها با من‌ذهنی‌شان کارهای واقعاً دشوار می‌کنند و مولانا مهر تأییدی بر این حرف می‌زند، می‌گوید که:

گفت پیغمبر: مَر آن بیمار را
این بگو کای سهل‌کن دشوار را
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۵۵۱)

آتِنَا فی دَارِ دُنْیَا حَسَن
آتِنَا فی دَارِ عَقْبَانَا حَسَن
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۵۵۲)

راه را بر ما چو بُستان کن لطیف
منزل ما، خود تو باشی ای شریف
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۵۵۳)



این سه‌تا بیت خیلی به من کمک کرده. من هر قدمی که برمی‌دارم در تمامی چالش‌ها که سخت است و دام‌گاه صعب است، با خودم می‌گویم اگر بخواهم با ذهن راه‌حلی پیدا کنم، من دشوارکنِ سهل هستم، در صورتی‌که خداوند سهل‌کنِ دشوار است.

گفت پیغمبر: مَر آن بیمار را این بگو کای سهل‌کنِ دشوار را

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۵۵۱)

آتِنَا فی دَارِ دُنْیَا حَسَن آتِنَا فی دَارِ عُقْبَانَا حَسَن

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۵۵۲)

راه را بر ما چو بُستان کن لطیف منزل ما، خود تو باشی ای شریف

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۵۵۳)

دعایی است که در قنوت نماز همه می‌گویند: خدایا به ما نیکویی را در این دنیا و نیکویی را در آن دنیا عطا بکن. حالا آن دنیا یعنی آن فضای گشوده‌شده. زمانی که ما دیگر دستان را حالا به‌صورت فیزیکی از این جهان بسته‌است، ولی از ما یک حُسن و نیکویی به‌جا بماند.

راه را بر ما چو بُستان کن لطیف منزل ما، خود تو باشی ای شریف

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۵۵۳)

راه را بر ما لطیف بکن که منزل ما تو هستی ای خدای شریف و مهربان. وقت من دارد تمام می‌شود، من قول داده بودم درمورد پارک‌های ملی صحبت کنم، متأسفانه من از تمام منابع اینترنتی دور شدم، اصلاً اینترنت نداریم، انگار از دنیا جدا شدم. حالا سر کارم به‌شدت یعنی فشار که نه، ولی خیلی روحیه کاری بالاست و یک کم نمی‌توانم به کارهای دیگر بپردازم به غیر از کارِ سر کار، برای همین خیلی چیزی آماده نکردم. فقط می‌خواستم یک کلمه‌ای بگویم که حیات و حشمان را جدی بگیرند دوستان. سعی می‌کنم هفته‌های بعد یک چیزی را آماده بکنم، شرمنده به خدا.



آقای شهبازی: پیغامتان خیلی عالی بود، همین شعرها را که برای ما معنی کردید. لطف کنید آن چندتا شعر را دوباره بخوانید همین‌طوری، یواش بخوانید منتها.

آقای پویا:

ای طالب خوش حمله، من راست کنم جمله
هر خواب که دیدستی، هر دیگ که پُختستی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۸۲)

این بیت خیلی از این نظر به من کمک می‌کند که هر موقع در هر کار دنیایی که در نظر می‌گیریم اول من این کار را بکنم، بعد آن کار را بکنم، خداوند می‌گوید که درست است که خوش حمله هستی، ولی حواست باشد که من تمام کارها را درست می‌کنم هر خوابی که دیدی یا هر دیگی که می‌خواهی بپزی.

بعدش هم من یک سه‌تا بیت از:

گفت پیغمبر: مَر آن بیمار را
این بگو کای سهل‌کن دشوار را

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۵۵۱)

آدم در هر لحظه در مقابل اتفاق این لحظه می‌تواند از خودش بپرسد: من سهل‌کن دشوار هستم؟ یا دشوارکن سهل هستم؟

یعنی این‌که اگر یک کاری که سهل انجام می‌شود، آسان انجام می‌شود، من دارم دشوارش می‌کنم با من‌ذهنی‌ام؟ و یا من وقتی فضا را باز می‌کنم، کسی هستم که یک کار دشوار را سهل می‌کند؟

آتِنَا فی دَارِ دُنْیَانَا حَسَن
آتِنَا فی دَارِ عُقْبَانَا حَسَن

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۵۵۲)

خدایا به ما عطا بکن در دار این دنیا نیکویی را. خدایا در دار عقبی، حالا نمی‌دانم عقبی را چه معنی بکنیم که یک کم به آموزه‌ها بخورد، ولی نیکویی عطا کن.



راه را بر ما چو بستان کن لطیف منزل ما، خود تو باشی ای شریف

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۵۵۳)

آقای شهبازی:

عُقبی همین فضای گشوده شده است. این همان قصهٔ مثنویست که می‌گوید حضرت رسول رفت به عیادت یک بیمار، یکی از یارانش بیمار شده بود. گفت تو چرا بیمار شدی؟ گفت من این جهان را سخت گرفتم که آن جهان برای من گشاده بشود، خوب بشود و رسول فرمودند که این دعا را بکن که هم آن دنیا را برای من خوب کن، هم این دنیا را.

معنی‌اش این است که حالا، رسول در این‌جا نماد خداوند است، مریض هم ما هستیم که به من‌ذهنی دچار هستیم. پس بنابراین خداوند این لحظه آمده به عیادت ما می‌گوید که ما می‌گوییم که دارم سخت‌گیری می‌کنم، مسئله درست می‌کنم، زجر می‌کشم، بلکه وقتی مردم رفتیم به آن دنیا، تو به من پاداش بدهی. چون این دنیا هرچه بیشتر سختی بکشی، آن دنیا به اصطلاح آسانی می‌بینی.

خداوند می‌گوید نه، این لحظه این دعا را بکن، که همان‌طور که حضرت رسول به آن بیمار می‌گوید. می‌گوید که بگو «هم دنیایم را خوب کن، هم عاقبتم را. یعنی فضا را باز کن، این لحظه فضای گشوده شده که اصل توست، درون توست، این‌جا خوب بشود، هم انعکاس آن در بیرون این لحظه که قسمت مادی توست خوب بشود. هردو را من می‌دهم به تو، این‌طوری نیست که این یکی خوب بشود آن یکی بد بشود، هردو را باید از من بخواهی».

پس خداوند در این لحظه می‌خواهد که شما هم بیرونتان عالی بشود، هم درونتان. این دوتا را بخواهید، نه این‌که بیرون سخت بشود در یک فضای توهمی، ممکن است عاقبتتان هم خوب بشود. این غلط است، این همین دید ذهن است.

آقای پویا: یکی دو بیتی که جالب است خواندم، یک‌بار دیگر برایتان بخوانم:

هر که را فتح و ظفر پیغام داد
پیش او یک شد مُراد و بی‌مُراد

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۵۹)



هر که پایندان وی شد وصل یار او چه ترسد از شکست و کارزار؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۶۰)

این دوتا خیلی این هفته به من کمک کردند.

آقای شهبازی:

شبهه «بی‌مرادی شد قلاووز بهشت» است این. اگر ضامن هرکسی وصل یار بشود، او کارش درست می‌شود. اگر دائماً وصل باشی، فضاگشا باشی، کارت درست می‌شود.

«هر که را فتح و ظفر پیغام داد»، بنابراین فتح و ظفر موقعی‌ست، موفقیت در این لحظه موقعی صورت می‌گیرد که شما فضاگشایی بکنید، پیغام آن هست. پس اگر در این لحظه فضاگشایی می‌کنی، ذهنت به مراد می‌رسد یا نمی‌رسد، برای تو یکی است، برای همه باید یکی باشد.

فتح و ظفر خداوند کجا؟! مراد و بی‌مرادی ذهن کجا؟! یعنی ذهن می‌گوید به مراد رسیدم یا نرسیدم، برای شما مهم نیست، برای این‌که شما وصل هستی و ضامن به ثمر رسیدنتان هم خداوند است، پس چه غصه‌ای دارید دیگر؟ هیچ‌چیز.

آقای پویا: خدا را شکر که شما هستید معنی‌ها را می‌گویید دیگر، ما زنگ نمی‌زنیم!

آقای شهبازی: نه، شما آخر شعر عالی می‌خوانید. این دو بیت را دوباره بخوانید.

آقای پویا:

هر که را فتح و ظفر پیغام داد
پیش او یک شد مراد و بی‌مراد

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۵۹)

هر که پایندان وی شد وصل یار
او چه ترسد از شکست و کارزار؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۶۰)



من اعتبارش را می‌دهم به خواهرم که این‌ها را گلچین می‌کنند، دیگر من سه‌تا بیت آخر را می‌خوانم ازتان خداحافظی می‌کنم.

آقای شهبازی: ما هم اعتبار را می‌دهیم به شما که هم‌چو خواهری دارید واقعاً.

آقای پویا:

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 سنتِ الله نیست
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۸۷)

آقای شهبازی: به به، ممنونم. بی‌طلب، نان سنتِ الله نیست.

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

یعنی بدون این‌که ما واقعاً بخواهیم، طلب داشته باشیم، و امروز راجع به طلب و رضا مردم صحبت کردند. طلب و رضا بسیار مهم است. و این طلب را فهمیدن که واقعاً یک چیزی را می‌خواهم و حاضرم همه کار بکنم به این برسم، این همان طلب است. این طلب در مردم، یک کمی طول می‌کشد به وجود بیاید، برای این‌که کاهلی من‌ذهنی و این‌که از جنس درد است، پیش نمی‌آید.

وقتی درد مرکز ماست، درد درد می‌خواهد، طلب عافیت، طلب گشایش، طلب خردمندی در ما به‌طور جدی و اصیل به‌وجود نمی‌آید، باید صبر کنیم. واقعاً طلب را هم صبر آمد پا و دست. همان‌طور که حزم را هم صبر آمد



پا و دست، طلب را هم صبر آمد. پس از مدت‌ها آدم متوجه می‌شود چه می‌خواسته، چه می‌خواهد الآن، واقعاً می‌خواهد الآن.

یعنی یک موقعی است فقط بعد از چندین سال آدم می‌فهمد یک چیزی را الآن واقعاً می‌خواهد، برای این‌که قانون جبران را رعایت می‌کند. آن موقع نمی‌خواسته، توجه می‌کنید؟

و همین‌طور رضایت، رضا. هرکسی به رضایت دست پیدا کند، متوجه می‌شود که همین الآن به‌قول خانم پریسا گفت رفتم قهوه بخرم، کافی بخرم، در صف ایستاده بودم دیدم که از درون من نارضایتی می‌آید بیرون، چرا؟ صف این قدر طولانی است. بعد گفتند بروم آفیس ببینم، اداره، که این نارضایتی رفت؟ رفتم دیدم آن‌جا هم نه، نارضایتی دارد خودش را نشان می‌دهد.

این‌که هر لحظه رضا داشته باشیم و این‌که این بیت مولانا می‌گوید:

هزار ابر عنایت بر آسمان رضاست اگر ببارم، از آن ابر بر سَرَت ببارم

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۲۳)

ما رضا را آن‌طوری که باید و شاید نمی‌فهمیم که کلید ما رضاست. درمورد این صحبت شما، این طلب هم، طلب و رضا کلید است. مردم به‌جای رضا شکایت می‌کنند که:

لذت بی‌کرانه‌ای است، عشق شده‌ست نام او قاعده خود شکایت است، و نه جفا چرا بُود؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۶۰)

چرا ما با جفای خداوند مواجه می‌شویم؟ برای این‌که رضا نداریم. چرا رضا نداریم؟ در این لحظه ذهن ما عادت کرده شکایت کند. فکر می‌کنیم هی شکایت کنیم، ناله کنیم، خداوند هم مثل بقیه مردم است می‌آیند رد می‌شوند می‌گویند بابا یک چیزی به این بدهید برود دنبال کارش، این خیلی شکایت می‌کند و وضعش خیلی خراب است.

خداوند به هرکسی که وضعش خراب است و می‌نالد، وضعش را خراب‌تر می‌کند. آن کسی که وضعش خیلی خوب است و رضا دارد، آن را بیشتر می‌کند. بنابراین نگاه نمی‌کند که تو داری از گرسنگی می‌میری، اصلاً نان نداری



بخوری، چون ناله می‌کنی به تو نان بیاورد از این سوراخ بیندازد داخل. ولی به محض این‌که بخندی و رضا داشته باشی، می‌بینی که در را زدند به شما نان دادند.

آقای پویا:

رضا به داده بده، وز جبین گره بگشای
که بر من و تو درِ اختیار نگشادست
(حافظ، غزلیات، غزل ۳۷)

آقای شهبازی:

رضا به داده بده، وز جبین گره بگشای
که بر من و تو درِ اختیار نگشادست
(حافظ، غزلیات، غزل ۳۷)

یعنی آن اختیار زندگی دست ما نیست. اختیار من‌ذهنی دست ماست که اختیار نیست. آن شعر هم بلدید که می‌گوید «اختیار آن را نکو باشد که او»؟ حفظید؟

آقای پویا:

اختیار آن را نکو باشد که او
مالک خود باشد اندر اتقوا
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۴۹)

چون نباشد حفظ و تقوی، زینهار
دور کن آلت، بینداز اختیار
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۵۰)

آقای شهبازی: این اختیار من‌ذهنی را باید انداخت، چون ما وقتی حفظ نداریم نمی‌توانیم جلوی خودمان را بگیریم، جلوی ناله‌مان را بگیریم، وقتی ظرفیت بی‌مرادی را نداریم، باید اختیارمان را بیندازیم دور، شعر مولانا را بخوانیم، آن چراغ باشد فعلاً جلوی رویمان تا به رضا و طلب واقعی برسیم.



۱۶- خانم نرگس و سخنان آقای شهبازی

نرگس هستم، از نروژ می‌خواستم یک متن کوتاهی در مورد برنامه ۹۱۷ بخوانم خدمتتان:

اول پسر من می‌خواست یک بیت شعر بخواند شما گفتید بچه‌ها اول، بعد من بخوانم خدمتتان:

آقای شهبازی: بله بفرمایید خواهش می‌کنم:

رادین: سلام آقای شهبازی

آقای شهبازی: بله سلام خوبین؟

رادین: آره

بی کلید این در گشادن راه نیست بی طلب نان سنت الله نیست

آقای شهبازی: آفرین آفرین، بی طلب نان سنت الله نیست

خانم نرگس این بچه‌های شما خیلی شیرین هستند ویدیوشان را هم می‌بینیم واقعاً باید خدا را شکر کنید که این بچه‌ها را شما دارید و در این سن هستند، در این سن هستند و در این سن هم شما خردمند شدید و قدر بچه‌هایتان را می‌دانید دیگر نه؟

خانم نرگس: ان شاء الله سعی می‌کنم چشم

آقای شهبازی: مواظبه، آگاه از سانشان هم هستید نه؟ سناایشان چقدر؟

خانم نرگس: پسر من هشت ساله‌اش هست دختر من هفت ساله‌اش هست

آقای شهبازی: بله این سن‌های بچه‌های شما و وقت گذراندن شما با آنها و کار کردن و عشق دادن و عشق گرفتن دیگر بهترین نعمت زندگیست دیگر از آن بهتر نداریم من دارم به شما می‌گویم الان، سنتان می‌آید به سن ما می‌رسد بعداً می‌گویی چرا به ما نگفتید، من الان دارم می‌گویم به شما، حالا شما می‌خواهید بشنوید، دیگر با بچه‌هایتان بازی کردن وقت گذراندن، عشق دادن و عشق گرفتن از این بهتر در دنیا نعمتی وجود ندارد به فکر



مقام و پول و نمی‌دانم، بیرون کارم مانده و چه کسی چه گفته و همسرم آن‌را گفته و این‌ها، این‌ها را بگذارید کنار، به اصل زندگی بچسبیم، بله ان‌شاءالله. بفرمایید.

من دارم تجربه زندگی و همین‌طور تجربه شما، یادمان باشد من الان بیست و چند ۲۱ یا ۲۲ سال دارد می‌شود که با مردم سر و کار دارم و دیدم که یک عده‌ای این فرصت‌ها را از دست دادند، ماها هم این فرصت‌ها را از دست دادیم، بچه ما شش سالشه به‌جای این که بفهمیم بچه ما شش سالشه دیگر یک شش ساله یک بار می‌شود دوبار که نمی‌شود که ما هم در آن سن در سن مثلاً ۳۵، ۴۰ سالگی یک بار می‌شویم، هم جوانیم هم حوصله داریم هم انرژی داریم ولی یک دفعه می‌بینیم حواسمان رفته پیش آن پیش این نمی‌دانم چرا آن این را گفته، چرا من پول بیشتر در نمی‌آورم هم شب کار کنم هم روز کار کنم ان‌شاءالله که من ذهنی از این بازی‌ها در نیامورد اگر هم در بیاورد ما متوجه باشیم جلوش را بگیریم بگوییم نه وایستا کنار من از زندگی استفاده کنم این اولین و آخرین فرصت من است که از بچه‌هایم استفاده کنم، من دیگر بچه شش ساله نخواهم داشت توجه می‌کنی این دوران دیگر بر نمی‌گردد.

ببخشید من نصیحت نمی‌کنم من دارم تجربه خودم را می‌گویم بفرمایید.

خانم نرگس: نه خیلی مفیده چون واقعاً همین‌طور هست، همین‌طور که شما می‌گویید آدم تو چالش کاری گیر می‌کند یا مثلاً می‌خواهد که به کارش برسد خوب تو این سنی که ما هستیم خوب متداول است، ولی این حرف‌های شما خیلی تاثیر دارد ممنون که ما را بیدار می‌کنید.

آقای شهبازی: نه بابا خواهش می‌کنم نه چالش کار جلوی این کار را نمی‌گیرد بی‌خبری آدم بی‌اطلاعی آدم می‌گیرد کار که آدم روزی هشت نه ساعت که کار نمی‌کند در آن همین هشت ساعت کار کند درست کار کند، امروز آقای علی از دانمارک می‌گفتند که قانون جبران ایجاب می‌کند که هشت ساعت کار می‌کنیم ما درست کار کنیم یعنی لحظه‌به‌لحظه‌اش کار کنیم و اگر لحظه‌به‌لحظه قانون جبران را انجام بدهیم، کارفرمای ما هم متوجه می‌شود که بابا یک آدمی دارم این جد و جهد دارد، حواسش هست به کار و دارد کار می‌کند و پول خوبی به ما می‌دهند، با آن پول می‌شود خوب زندگی کرد. و من حالا این ویدیویی هم که شما گذاشته بودید تو چیز دیدم به اصطلاح خداوند به شما لطف کرده بچه‌هایتان سالمند واقعاً دارند خوب رشد می‌کنند شما هم دارید پیشرفت می‌کنید، شما باید لحظه‌به‌لحظه شکر کنید همه‌مان باید شکر کنیم البته مخصوصاً شما سنتان و بچه‌هایتان و وضعیت فعلی‌تان و در حال پیشرفت بودن‌تان و این همه فرصت‌ها و این‌ها باید قدرشناس باشید



خانم نرگس: بله چشم خیلی ممنون آقای شهبازی ممنون مرسی

ز نا سپاسی ما بسته است روزن دل خدای فرمود انسان لربه لکنود

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۹۱۴)

شناسایی حقارت ذهن و عدم وفا به عهد و فراموشی مرکز عدم و برکات آن و بازگشت دوباره به تعهد و مرکز عدم به یاری بزرگان

عاشق دلبر مرا شرم و حیا چرا بود چونکه جمال این بود رسم وفا چرا بود

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۶۰)

رسم وفای ما در ذهن به همانیدگی‌هاست و بر اساس روابط قراردادی سببی و نسبی است در حالی خویشی اصلی ما زندگیست این زندگیست که همواره با ما بوده و هست و تنها یار و یاور ما در تمام لحظات زندگی است.

به صد دستان به کار توست این باد تو را خود نیست خوی حق‌گزاری

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۶۶)

بازبینی شکرگزاری خود به مرکز عدم، نشانه‌های شکرگزاری به مرکز عدم در من چیست؟

آیا آن‌قدر کریم هستیم که به خود آب حیات دهم و هر لحظه ناظر باشم که آیا مرکز عدم هست؟

آیا در حال شکار کردن همانیدگی‌ها یا شکار شدن جهان هستیم؟ یا با عدم نگهداشتن مرکز اجازه می‌دهم زندگی همانیدگی‌های من را شکار کند؟

باقیات و صالحات آمد کریم رسته از صد آفت و اخطار و بیم

پشت صورت آرام من بی‌قراری ذهن است برای کم و بیش شدن همانیدگی‌ها یا پویایی زندگی است در خلقی نو به نو؟



آیا تغییرات درونم را حس می‌کنم؟

آیا فکر من خلاق هست؟

یا حس بی مصرفی و ثابت بودن در مرداب ذهن را دارم؟

سپاس و قدردانی خود را به این لحظه چطور به خود اثبات می‌کنم؟

این لحظه دید من دید واقع بینانه زندگیست؟ یا دید کج من ذهنی است؟

آیا خوشبختی خود را می‌بینم که فرصت فضاگشایی و تبدیل را دارم؟

شکر گزار چشم عدم بین و فضای حضور هستم؟

آیا تمام نقش‌های خود را کنار گذاشته و حس وحدت با انسان‌ها می‌کنم؟ یا هنوز در جدایی ذهنم؟

وقت آن آمد که من عریان شوم نقش بگذارم سراسر جان شوم

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۶۱۳)

ای عدو شرم و اندیشه بیا
که دریدم پرده شرم و حیا

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۶۱۴)

آیا عشق درونم جریان دارد که خود را سیراب کنم و به اطرافم نیز مرتعش کنم؟ یا مثل چوبی خشک در توهم ذهن منقطع از انسان‌های دیگر و خدا هستم؟

شناسایی روح زندگی در درون و شکست محدودیت ذهن و حقارت ذهن با رعایت قانون جبران است.

ای زندگی کوتاهی من را ببخش در عدم نگه داشتن مرکز چون که صورت‌های همانیدگی‌ها و دردها را منعکس کردم به جای نقش تو، ای زندگی می‌خواهم تعهد خود را به تو دوباره اعلام کنم و با سپردن خود به کن فکان در برابرت سر خم کنم.

نمی‌خواهم مثل نمرود با چشم همانیدگی‌ها به طرفت تیر و کمان بیاندازم بلکه می‌خواهم مانند حضرت یوسف با طناب عدم از چاه همانیدگی‌ها خارج شوم.

ولی این کار فقط به دست توست نه من ذهنی پس تا آخرین لحظه عمرم در این راه کوشش خواهم کرد :



می‌گریزم، تا رگم جنبان بُود کی فرار از خویشتن آسان بُود؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۶۸)

اثری که برنامه ۹۱۷ بر من داشت، برداشتن حس محدودیت اندیشی ذهن و قدرت گرفتن بود.

حریف حاضر است آن جا که هستی ولیکن گر بگوید، شرم داری

(مثنوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۶۶)

انواع شرم‌هایی که در من‌ذهنی از بدو تولد در ما شکل می‌گیرد:

شرم باورهای مذهبی؛ که بدون انجام دادن یکسری اعمال مذهبی ما نمی‌توانیم به زندگی زنده شویم، در حالی که زندگی درون ماست در این لحظه با عدم کردن مرکز و نظارت بر من‌ذهنی و کوچک کردن آن با شناسایی همانیدگی‌ها می‌توانیم به زندگی زنده شویم.

شرم ناشی از باورهای اجتماعی؛ مثلاً اگر پولدار نیستیم یا تحصیلات نداریم، در نتیجه حس حقارت یا عدم صلاحیت به ما دست بدهد.

شرم ناشی از باورهای تحمیلی جنسیتی؛ چون مثلاً من زن هستم جنس دوم هستم و در واقع همانیدگی با جنسیت که اگر ازدواج نکنم بدون همسر کامل نخواهم بود در صورتی که هر جنسیتی به خودی خود زندگی قائم به ذات هست.

شرم ناشی فضا‌بندی من‌ذهنی؛ که در اثر دردها به علت افتان و خیزان‌ها در راه معنوی، به وسیله من‌ذهنی ما را نا امید می‌کند که من لیاقت ندارم که به زندگی زنده شوم در حالی که ما من‌ذهنی نیستیم و می‌توانستیم با نظارت بر آن خود را جدا از آن ببینیم تا کم‌کم هشیاری ما از آن آزاد شده و حضور ناظر خود را قوی‌تر کنیم.

شرم ناشی از قرین‌های من‌ذهنی؛ که قصد تحمیل حس حقارت یا عدم توانستن را در ما دارند چه در جنبه مادی و چه در جنبه معنوی.

شرم ناشی از خود را جسم دیدن؛ و محدودیت قایل شدن بر توانایی‌های خود در حالی که با عدم کردن مرکز به خرد زندگی وصل می‌شویم و توان تغییر در خود و زندگی خود را داریم.



شرم ناشی از عدم اعتماد و توکل به زندگی؛ که زندگی ما را منزل به منزل در جهت تکامل هشیاری سفر می‌دهد تا ما را به خود زنده کند تنها باید صبور باشیم و توکل داشته باشیم.

شرم ناشی از مقایسه؛ که شرم تحمیلی من‌ذهنی است در اثر جسم دیدن مقایسه خود با وضعیت‌ها و همانیدگی‌ها و انسان‌ها در حالی که ما امتداد ذات یکتای خداوندیم و به خودی خود بی‌نظیر هستیم.

خداوند



خویشتن مشغول کردن از ملال باشدش قصد از کلام ذوالجلال

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۴۶۶)

بیست نشانه از این‌که سخن اولیا را به‌صورت یک مسکن برای تسکین آتش کوچولوی ملالت و دل‌گرفتگی‌مان می‌خوانیم و به سِرِّ حکمت پی نبرده‌ایم و طلبِ کندنِ ریشه‌گرفتاری و تبدیل هشیاری‌مان یعنی مردن به من‌ذهنی را نداریم.

آقای شهبازی: مشغول کردن به، به‌قول شما دل‌گرفتگیِ من‌ذهنی، آدم را از لطف‌های ذوالجلال، خداوند، محروم می‌کند.

خانم الناز: بله، و این‌که شما در برنامه ۸۴۴ این بیت را خواندید و این‌که این برای این است که این آتش و درد و این ملالت را احیاناً می‌خواهیم برطرف کنیم، می‌آییم مشغول خواندن حالا مولانا می‌شویم برای این‌که فقط به‌صورت یک مسکن.

آقای شهبازی: آفرین. یعنی درد را نگه می‌داریم، فقط مثل دواهای تسکین‌دهنده داریم به‌قول شما آسپirin. سردرد ما شاید یک علتی دارد در درون ما، شاید نه که حتماً، ولی آسپirin درد را خوب می‌کند و دردهای ما، ملالت ما، از همانیدگی‌ست. همانیدگی را نگه می‌داریم، ولی دردهایش را به‌وسیلهٔ مسکن بیت، بیت مولانا، تسکین می‌دهیم، این درست نیست.

باید من‌ذهنی را بشناسیم، و همانیدگی را بشناسیم و همانیدگی را بیندازیم، وگرنه تا زمانی که همانیدگی آن‌جاست، باز هم درد به‌وجود خواهد آمد. یک بیت یا دو بیت مولانا بخواهد تا دو ساعت ما را آرام نگه دارد، این درست نیست. بله بفرمایید.

خانم الناز: و این‌که در خودم شناسایی کردم که ممکن است من دچار این مسئله بشوم، ولی خودم متوجه نباشم، ولی این‌که در حال این ملالت، از روی ملالت دارم به‌عنوان مسکن مشغول این خواندن مولانا هستم یا برنامه گنج حضور هستم، یک سری ممکن است نشانه‌ها داشته باشد، که اگر چندتایش را در خودمان ببینیم قطعاً



می‌توانیم نتیجه بگیریم که این‌طوری است. که حالا من بیست‌تایش را که تقریباً دوره زمانی در خودم دیدم را عنوان کردم.

۱. متعهد نبودن:

الف. پیوسته نبودن هرروزه در پیگیری برنامه و مطالعات و گه‌گاه بودن

ب. عدم روشن کردن چراغ ابیات در ذهن و زندگی روزانه یعنی تکرار نکردن و حفظ نکردن ابیات.

ج. بی‌توجهی به بُعد اجرایی آموزه‌ها و به‌کار نبردن ترازوی ابیات در عملکردمان.

۲. بی‌نظمی در روند آموختن و نداشتن طرح آموزشی برای خود، مثلاً ندیدن یک برنامه به‌طور کامل و یا ندیدن هیچ برنامه‌ای به‌صورت یک‌جا !

۳. اهتمام نورزیدن به دیدن برنامه زنده گنج حضور.

۴. کم‌توجهی به پیام‌های معنوی همراهانمان و دست‌کم گرفتن بیانات ایشان.

۵. پیام ندادن از روی کاهلی و یا از روی دست‌کم گرفتن بیان خود.

۶. برعهده نگرفتن مسئولیت همه دردها و گرفتاری‌هایمان و پیدا نکردن ایرادات خود در آینه ابیات و تصور این‌که من اشکال خاصی ندارم بلکه محیط من و اطرافیانم برایم مشکل می‌سازند.

۷. تهیه و تدوین نکردن قانون اساسی حضور و یا به روز نکردن قانون اساسی و یا عدم ارزیابی روزانه اعمال خود برحسب این قانون اساسی.

۸. جستجوگری سطحی و انبار کردن دانش بر طبق الگوی هرچه بیشتر بهتر و عدم تمرکز و تعمق بر روی یک برنامه گنج حضور، یا یک غزل دیوان شمس، یا یک بخش از مثنوی، و یک بیت.

۹. انتخاب نکردن تنها و تنها یک پیر راه و سرک‌کشی به هر بزرگ و کوچک، که ما بینندگان گنج حضور اگر لیاقت داشته باشیم، جناب مولانا، آقای شهبازی و برنامه گنج حضور را به‌عنوان پیر خود انتخاب کرده‌ایم و سرک‌کشی به هر جای دیگری هرچقدر کوتاه هم مردود و اخلاص در کار خودمان است.

۱۰. بلند شدن برحسب نمایش دانسته‌های معنوی و جلب تأیید و توجه حتی اگر در جمع همراهان و پیر باشد.



۱۱. عدم پنهان‌پری و به تبلیغ و بحث و گفت‌وگو در آوردن حکمت بزرگان علی‌رغم این‌که جناب مولانا بیشترین تأکید را بر رعایت خموشی کرده‌اند.
۱۲. تمرکز روی دیگران و قضاوت یا خبر و سنی آن‌ها و تکرار طوطی‌وار سخنان اولیا.
۱۳. ننوشتن نکته از برنامه‌ها و پیغام‌ها و ابیات و صرفاً شنیدن یا خواندن روزنامه‌وار! و مرور نکردن نکته‌برداری‌هایمان.
۱۴. از خدا غیر خدا را خواستن و آموزه‌ها را با نیتی غیر از تبدیل شدن آموختن، یعنی هنوز غم وضعیت‌ها را داشتن و دعا کردن برای آن‌ها.
۱۵. از خود دانستن پرتو عاریتی که از قرین شدن با نور پیر بر ما تابیده، و احساس این‌که به‌خاطر داشتن دانش معنوی در ذهن شخصیت خاصی دارم و برتر از دیگران شدم یا این‌که زندگی عنایت خاصی به من دارد.
۱۶. درگیر شدن در سطح یعنی معنای تحت‌اللفظی تمثیل‌ها و داستان‌های ابیات، به‌جای استفاده از آن‌ها به‌صورت چراغ و ترازو و آینه و ستاره‌های دیوکش.
۱۷. قضاوت آموزه‌ها و مقاومت برابر پذیرش ایرادات و اشارات نادلخواه و به‌کار بردن گزینشی پندها، و رنجیدن و کینه‌گرفتن از ملامت و تنبّه پیر به‌جای شناسایی اشکال خود.
۱۷. توجه به زندگی شخصی و رفتار پیر به‌جای تمرکز روی آموزه‌ها و درس ایشان. مثلاً این‌که بحث کنیم مذهب جناب مولانا چه بوده و یا برخورد آقای شهبازی با تماس‌گیرندگان به برنامه را تحلیل کنیم.
۱۸. تصور این‌که صحبت با آقای شهبازی می‌تواند باعث تغییر در وضعیتمان بشود به‌جای اجرای دقیق پندهای ایشان که می‌فرمایند: سوال پرسیدن در این آموزش قدغن است، و راه‌حل مسئله هرکسی از درون خودش به او گفته می‌شود.
۱۹. متعهد نبودن به برنامه مطالعاتی خود و برهم زدن و جایگزین کردن آن با پیش آمدن برنامه‌های دیگر مثل تفریح و مهمانی و خرید و قرین شدن با من‌های ذهنی یا آثارشان مثل رسانه‌ها و فیلم‌ها و کتاب‌ها و شبکه‌های مجازی.



۲۰. سست شدن تعهد به کار روی خود به محض تغییر روند روتین زندگی و بهانه‌هایی مثل رابطه جدیدی شروع کرده‌ام، الآن جشن عروسی در پیش است، بچه‌دار شده‌ام، دانشجو شده‌ام، شغلم را عوض کرده‌ام، در مسافرت هستم، مهمان دارم، درس و امتحان دارم، خانه‌ام را عوض می‌کنم، در حال مهاجرت‌م، رابطه‌ام به هم خورده، بیمار شده‌ام، عزیزی را از دست داده‌ام، بی‌کار شده‌ام، ورشکسته شده‌ام.

تمامی این‌ها نشان از این است که ما به مغز آموزه‌های حکیمانه و نیروی تبدیل‌گر پیام اولیا پی نبرده‌ایم و عزمِ کندن ریشه‌ی رفتاری‌هایمان از بیخ را نداریم. یعنی غم تبدیل شدن هشیاری‌مان و مردن به من‌ذهنی را نداریم و اگر هم گوشه‌چشمی به این آموزه‌ها داریم برای بیشتر و بهتر شدن همانیدگی‌ها و یا فرونشاندن آتش کوچولوی ملالتمان است و اگر این آتش بخوابد یا آتش خیلی بزرگی بشود یا مسکن جالبتری بیابیم، احتمالاً از این آموزش جدا شده و در ذهنمان غرق بشویم.



پیش از سفر برگشتم و اگرچه موفق نشدم که هنوز برنامه را ببینم، برنامه این هفته را، ولی جسارت کردم و حالا از روی ابیاتش یک مقداری دوست داشتم که چند بیت مثنوی را با اجازه‌تان.

یکی داستان طاووس هست که از چهار مرغ ابراهیم که در این ابیات مولانا راجع به صید کردن و این‌ها خیلی به ما سفارش می‌کنند و حالا من یک چند بیتش را از آن بخش جدا کردم و حالا این غزل این هفته هم یک تأکید خاصی روی شکار کردن و شکار شدن داشت. حالا، این ابیات، ابیات داستان طاووس از دفتر پنجم هست، از بیت ۳۹۵ شروع می‌شود. حالا، من یک‌سری از ابیات این بخش را می‌خوانم، آدرس‌ها را جدا جدا ندارم، ولی امیدوارم که بشود راحت پیدایش کرد، از بیت ۳۹۵ دفتر پنجم.

آمدیم اکنون به طاوسِ دو رنگ کو کند جلوه برای نام و ننگ

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۹۵)

همت او صید خلق، از خیر و شر وز نتیجه و فایده آن بی‌خبر

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۹۶)

گویا ما خیلی از این شکارهای همانندگی را هم که می‌کنیم، نهایتاً به‌خاطر این است که می‌خواهیم درواقع صید خلق بکنیم، این درواقع به‌خاطر این است که نام و ننگ داشته باشیم و در حالی این کار را می‌کنیم که از نتیجه‌اش بی‌خبریم که نهایتاً می‌فرمایند که این نتیجه‌اش جز سردرد و قید برای خود ما نیست، ولی خوب ما اصلاً بدون خبر فقط مشغول شکار کردن هستیم.

کارت این بوده‌ست از وقت ولاد؟ صید مردم کردن از دام و داد؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۰)

همین از وقتی که به دنیا آمدی شروع کردی فقط صید مردم بکنی. حالا از دام و داد، از در محبت یا همین ارائه کردن هم‌هویت‌شدگی‌ها.



زان شکار و آنْبهی و باد و بود دست در کُن، هیچ یابی تار و پود؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۱)

بیشتر رفته‌ست و بیگاه است روز تو به جد در صیدِ خلقانی هنوز

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۲)

و دارد عمرت می‌رود و دیگر دارد دیر می‌شود، ولی تو هنوز با جدیت در صیدِ خلقانی، اما نگاه کن از این همه شکاری که کردی هیچ چیزی داری؟ این مردم می‌آیند، می‌روند و تو فقط در فکر شکار کردن هستی، اما

شب شود، در دام تو یک صید نی دام بر تو جز صداع و قید نی

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۵)

می‌فرمایند که عمرت به پایان می‌رسد، ولی می‌بینی که در دامت یک صید هم نداری و این دام فقط برای تو سردرد و دست و پا بستنِ خودت بوده، قیدوبند برای خودت بوده.

پس تو خود را صید می‌کردی به دام که شدی محبوس و محرومی ز کام

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۶)

پس تو خودت را صید می‌کردی با این دام‌هایی که انداخته بودی که درواقع خودت را حبس کردی و نتوانستی آزادانه حتی زندگی بکنی فقط به‌خاطر این‌که در فکر صید کردن مردم بودی و فکر نام و ننگ.

در زمانه صاحبِ دامی بُود؟ همچو ما احمق که صیدِ خود کند؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۷)

و در ادامه می‌فرمایند که:



آنکه ارزد صید را، عشق است و بس لیک او کی گنجد اندر دام کس؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۹)

تو مگر آیی و صید او شوی دام بگذاری، به دام او روی

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰)

عشق می‌گوید به گوشم پست پست صید بودن خوشتر از صیادی است

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۱)

و تنها چیزی که ارزش صید کردن دارد، عشق است، آن وحدت است، و ولی خوب این هم چیزی نیست که تو بتوانی با ذهنت آن را به دام بیندازی، چیزی نیست که بخواهی ذهنی به آن برسی. درواقع تو فقط باید صید او بشوی، باید تسلیم باشی تا از طریق همین قضا و کن‌فکان درواقع صید زندگی باشی و تبدیل بشوی، آن وحدت محقق بشود. دیگر آن دام‌های ذهنت را هم بگذاری کنار، در هر زمینه‌ای، چه حالا می‌آییم دام‌های شکار همانندگی‌ها را می‌گذاریم کنار، دام صید خلق را می‌گذاریم کنار، دام نام و ننگ را می‌گذاریم کنار، ولی حالا آن دام‌های ذهنمان که همان اسباب هم هستند برای رسیدن به عشق می‌گذاریم در سرمان و باید متوجه باشیم که این دام‌ها را هم باید بگذاریم، فقط تسلیم شدن است که صید او باشیم.

اگر اجازه بدهید یک چند بیت هم هست از دفتر ششم، که راجع به همین شکار هست، بخوانم اگر دیر نشده.

آقای شهبازی: بله، بله، بخوانید و معنی کنید.

خانم فائزه:

چشم، از دفتر ششم، بیت ۲۸۰۸ هم هست چند بیت، داریم که

چشم شه، بر چشم باز دل زده‌ست چشم بازش سخت با همت شده‌ست

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۰۸)



تا ز بس همت که یابید از نظر

می‌نگیرد بازِ شاه جز شیرِ نر

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۰۹)

شیرِ چه؟ کان شاه‌بازِ معنوی

هم شکارِ توست و هم صیدش توی

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۱۰)

می‌فرمایند که چشمِ شاه، چشمِ زندگی بر چشمِ دل ما می‌زند وقتی که ما چشمان را باز می‌کنیم. حالا باز را هم می‌شود به‌عنوان یک پرندۀ باز در نظر گرفت که درواقع دست‌آموز شاه هست و هم می‌شود باز را به‌معنی باز بودن که ما هشیار هستیم، متوجه هستیم و این چشمِ شاه است که به چشمِ دل ما می‌زند و این چشمِ ما بسیار با همت می‌شود. پس این همتی که از این نظر درواقع می‌گیرد همین توجه زندۀ زندگی، دیگر به‌جز شیرِ نر دیگر قانع نیست، یعنی می‌گوید دیگر بازِ شاه جز شیرِ نر دیگر چیزی نمی‌گیرد، ولی حتی می‌گوید آن هم چه.

اصلاً این شاه‌بازِ معنوی دیگر به وحدت رسیده، هم شکار تو است، هم صیدش توی، یعنی همان درواقع همان وحدت با زندگی هست دیگر که نه صیدی هست، نه شکاری. درواقع هم شکار و هم صید، هم شکارچی و هم صید، ولی درواقع نه شکاری هست و نه صیدی.

شد صفیرِ بازِ جان در مَرَجِ دین

نعره‌های لا أَحِبُّ الْآفِلِينَ

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۱۱)

و این بازِ جانِ ما درواقع در این مرغزار دین دارد نعره می‌کشد که من آفلین را دوست ندارم.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، خیلی، بیت آخر را می‌شود دوباره بخوانید؟

خانم فائزه:

شد صفیرِ بازِ جان در مَرَجِ دین

نعره‌های لا أَحِبُّ الْآفِلِينَ

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۱۱)



آقای شهبازی: آره معنی هم بکنید لطفاً.

خانم فائزه: بله، بازِ جان، حالا همان جان ما که درواقع همان هشیاری ما در «مَرَجِ دین»، مرغزار دین، در همین فضای گشوده‌شده، درواقع فریاد می‌کشد که من آفلین را دوست ندارم. تمام این چیزهایی که ما در فکر شکار کردنش هستیم این‌ها آفلند، و ولی خوب این چشم بازی که دیگر با همت شده، نظر دارد، توجه زنده زندگی را دارد، آن دیگر درواقع هیچ‌کدام از این آفلین را، هرچیزی که به ذهن درمی‌آید، هر فکری، هر تصویری، هر چیز مادی، هر دردی، هر هیجانی، هرچیزی که، هر تجربه‌ای، هرچیزی که ما این لحظه تجربه می‌کنیم این می‌رود و دیگر همین‌جور ما این‌ها، ما این‌ها را دوست نداریم، ما به این‌ها نمی‌چسبیم و باید صید باشیم، صید زندگی که این وحدت باشد که هم ما شکار زندگی باشیم و هم زندگی شکار ما که دیگر درواقع همان، همان وحدت و همان منظور آفرینش ماست.



بله، بیت بسیار بسیار عالی است:

شد صغیر باز جان در مرج دین نعره‌های لا احب الافلین

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۱۱)

شد صغیر باز جان در مرج، مرج یعنی چمنزار، به اصطلاح گلستان، سبزه‌زار، «در مرج دین». «شد صغیر باز جان در مرج دین»، یعنی در این فضای گشوده‌شده ما به عنوان باز خداوند، باز جان، باز روح، بانگمان این است، آوازمان این است، هر لحظه نعره‌های لا احب الافلین یعنی با رفتارمان، با گفتارمان، با حالمان می‌گوییم من آفلین را دوست ندارم. پس تنها آواز ما این است، هر لحظه یک اتفاقی می‌افتد، ما با فضاگشایی می‌گوییم من این چیز آفل را دوست ندارم، نمی‌چسبم به آن، بلکه این فضای گشوده‌شده را دوست دارم و این فضای گشوده‌شده «مرج دین» است.

شد صغیر باز جان در مرج دین نعره‌های لا احب الافلین

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۱۱)



۲۰- آقای شهرام از تهران و سخنان آقای شهبازی

درود بر شما، خواهش می‌کنم. من سلام و عرض ادب دارم خدمت شما و همهٔ بینندگان، شهرام هشتم از تهران مزاحمتان می‌شوم.

آقای شهبازی: از این پیغام‌های همدلانمان، رفقایمان خوشتان می‌آید شما؟

آقای شهرام: بله، ماشاءالله استاد این جوان‌ها واقعاً چه می‌کنند و چقدر لذت‌بخش است این دانه‌هایی که کاشته شده و حالا یکایک دیگر تبدیل به یک نهال‌هایی شده، خیلی‌هایش میوه دارد می‌دهد و از آن‌ها چه بهره‌هایی می‌گیریم، واقعاً. خوش به سعادت شما که این باغ و این گلستان را باغبانش خودتان هستید.

آقای شهبازی: قربان من باغبان نیستم، من کاره‌ای نیستم. شما لطف دارید. همه لطف دارند به من فکر می‌کنند من کاری کردم، نه بابا من کاری نکردم. نه، لطف خداوند بوده، لطف مولانا بوده، کوشش‌های شما بوده و طلب شما بوده، خواست شما بوده، این را باید فراموش نکنید. من نشستم این‌جا شما دارید به هم‌دیگر دانایی خداوند را یاد می‌دهید، من کاری نمی‌کنم. شما لطف دارید من را هم بیاورید وسط.

آقای شهرام: خدا را هزاران بار شکر، بله واقعاً پیام جناب مولانا که می‌گوید که:

مطلق آن آواز خود از شه بود

گرچه از حلقوم عبدالله بود

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۹۲۶)

که پیام خدا، «پیش من آواز، آواز خداست»، این پیام واقعاً جناب شهبازی نازنین به‌وسیلهٔ شما این‌جوری در دسترس و به آسانی در اختیار همه از کوچک تا بزرگ قرار گرفته و واقعاً حیرت‌انگیز و شگفت‌انگیز است. آن بخشش که توی این جوانان عشق می‌بینیم، توی کودکانی که یکایکشان چشم به هم می‌گذاریم پنج سال، ده سال دیگر، همه‌شان یک معلم مولانا هستند واقعاً و خدا را هزار مرتبه شکر.

آقای شهبازی: بله نتیجه‌اش را می‌بینیم، اول که من کودکان را پیشنهاد کردم یک عده‌ای زنگ می‌زدند به من می‌گفتند آقا شما چرا این کار را می‌کنید؟ که این‌ها چه می‌فهمند آخر؟ مولانا را آدم پنجاه ساله، هفتاد ساله نمی‌فهمد، این بچه چطور بفهمد؟ الآن متوجه می‌شوند که نه، بچه نزدیک‌تر است از ما بوده، می‌تواند بفهمد و بچه بچه نمی‌ماند که. شما این تخم گل را می‌کارید این در پنج سالگی، شش سالگی، آن بیت را می‌خواند، تکرار



می‌کند، این در ده، دوازده سالگی به بار می‌نشیند و دارد می‌نشیند، شما نگاه کنید، آن‌هایی که از شش، هفت سالگی شروع کردند، الآن شده، یازده سالشان، چه پیغام‌هایی می‌دهند، چجوری شدند. از طغیان جوانی و نوجوانی جستند، از نفوذ و مریض کردن من من ذهنی جستند، عشق زودی در آن‌ها زنده شد.

آخر حیف نیست که یک موجودی که الآن خیلی نزدیک به خداست، ما این را از خدا دور کنیم، دور کنیم، دور، دور، وقتی خیلی دور شد، می‌گوییم حالا بیا به خدا نزدیک بشو، خب آقا این را از اول نکن خب. می‌بخشید بفرمایید.

آقای شهرام: بله واقعاً خوش به سعادت این بچه‌هایی که از این سن، این‌جوری مأنوس شدند با پیام جناب مولانا. من اجازه بدهید حالا که شما فرمودید این را هم عرض کنم که دختر من آقای شهبازی، این هم یک جنبه‌اش است که تقریباً هفت سال پیش موقعی که نه سالش بوده، هشت سالش بوده، زنگ زده برای شما و «**دلا نزد کسی بنشین**» و این‌ها را خوانده و حالا در سن نوجوانی اگرچه که تخم این‌ها کاشته شده در وجودشان، چه پسر من چه دختر من، هر دو یک علاقه خاصی هم دارند، ولی در ظاهر شاید خیلی هم دیگر دنبال نمی‌کند، آن موقع با برنامه هم یک کمی در کنار من نزدیک‌تر بود.

ولی همین که الآن هفت سال گذشته و یهو توی تکرار برنامه گنج حضور پخش می‌شود که هستی دارد آن شعر را می‌خواند و خودش می‌شنود، یا دیگران می‌شنوند، چشم به هم زدیم، ولی می‌بیند آن شعر هنوز دارد کار می‌کند و یک اثری را باقی گذاشته که شاید واقعاً تا آخر عمر این بچه‌ها هر یک‌ایک آن بیت‌ها، آن غزل‌ها، اثرش ماندگار است. این هم تجربه شخصی خود من است با دخترم که واقعاً، این‌ها چشم به هم می‌زنیم، چندین سال می‌گذرد و بعد چقدر هنوز هم دارد کار می‌کند. بله من وقت را هم خیلی نگیرم، با اجازه‌تان یک پیغام کوچکی دارم، عرض کنم.

ما در برنامه ۹۱۷ اخیر و همچنین برنامه‌های قبلی داشتیم، این بیت عالی

کرده حق ناموس را صد من حدید

ای بسی بسته به بند ناپدید

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۵۰)

ببینید من راجع به «**ناموس**» می‌خواستم عرض کنم و تجربه خودم با این موضوع «**ناموس**»، آبروی بدلی من ذهنی، که خیلی عالی و خیلی زیبا در درس‌های مختلف ما از زبان جناب عالی و از ابیات عالی مولانا آموختیم.



«ناموس» واقعاً یک شناخت لایه‌به‌لایه و تو در تویی دارد که من چندین سال، حداقل من شخصاً ده یازده سال است که در راه شناخت این ناموسم و هنوز هم می‌دانم که چقدر کار دارم و اصلاً یک دلیلی که خواستم راجع به این در برنامه صحبت کنم این است که اعتراف کنم این‌جا به این ناموس داشتن‌هایم که بلکه کمکی بشود، خدا هم لطفی بکند، آزاد بشویم از این بند پنهان، یک زندان پنهانی است که گفت از زندان آهن بدتر است.

و باز در همین برنامه اخیر داشتیم که،

تا که پُشکی مُشک گردد ای مُرید سال‌ها باید در آن روزه چرید (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۴۷۲)

واقعاً سال‌ها در این روزه هست که من دنبال این هستم که «پُشک» ان‌شاءالله «مُشک» بشود.

حالا راجع به ناموس خواستم عرض کنم که من حتی از همان ابتدای مثنوی وقتی آن ابیات نی‌نامه، ۲۳_۲۴ دفتر اول، را چندین سال می‌خواندم و متوجه نمی‌شدم؛ اشتباه متوجه می‌شدم.

یکی واژه «ناموس» هست و یکی واژه «سَخا»، حالا ان‌شاءالله اگر یک وقت سعادت باشد، یک شب دیگر هم راجع به «سَخا» جداگانه صحبت کنیم. این‌ها یک معنی برعکسی در ذهن ما به‌طور پیش‌فرض معمولاً رفته. ما «ناموس» را یک چیز خوب و مثبتی می‌دانیم و «سَخا» و «سَخاوت‌مندی» را هم یک چیز دیگری می‌دانیم.

مولانا کاملاً یک معنی دیگری از این‌ها به ما نشان می‌دهد و یاد می‌دهد و حالا آن «ناموس» به معنی خوب و مثبتش که جای خود، ولی می‌فهمیم که ما چقدر گرفتار این ناموس بدلی هستیم.

وقتی که «ناموس» را آن‌جایی که در دفتر ششم خواندیم:

عشق و ناموس ای برادر راست نیست بر در ناموس ای عاشق مایست (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۶۳۹)

همین بیت هم جزو آن‌هایی بود که در کلاس درس شما یاد گرفتیم که این «عشق» با «ناموس» کنار هم جور در نمی‌آیند.



اوایل اصلاً همین مصراع «عشق و ناموس ای برادر راست نیست» را هم متوجه نمی‌شدم و بعد فهمیدم که «ناموسی» که ابتدای مثنوی گفته بود که،

شادباش ای عشق خوش سودای ما ای طیبِ جمله علت‌های ما

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۳)

ای دوی نخوت و ناموسِ ما ای تو افلاطون و جالینوسِ ما

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴)

«ای دوی نخوت و ناموسِ ما»، این عشق قرار بود بیاید دوی نخوت و ناموسِ ما بشود. «ای تو افلاطون و جالینوسِ ما». من تا چندین سال که این ابیات را می‌خواندم، خیلی هم فکر می‌کردم متوجه شدم، فکر می‌کردم «عشق» دوی «نخوت» ماست و خودش «ناموس» ماست، ولی بعداً فهمیدم که نه، «عشق» دوی ناموس است و «عشق» و «ناموس» با هم دیگر جور در نمی‌آیند و بر در این «ناموس» باید نایستم، ولی از تعارفات گرفته، تعارفات روزانه تا شرم که خواندیم که باید شرم‌شکنی بیاید تا این تبدیلی که از خودمان در ذهن دیگران داریم، نقش‌ها. در همه، من هم روی خودم کار می‌کنم و ان‌شاءالله سال‌ها در این روضه بچریم، بلکه این «پُشک» را تبدیل به «مُشک» بکنیم.

◆◆◆ پایان بخش سوم ◆◆◆



بنام خدا

در این پیغام در ابتدا خواستم از زحمات عاشقانه پدر و استاد عزیزم آقای شهبازی و هم‌چنین یاران عشقی خود تشکر و قدردانی کنم. از آقای شهبازی که فضاگشایی را همیشه از ایشان بیشتر و بیشتر آموختم که همه ما را آن‌گونه که هستیم می‌پذیرند. هرچند در آینه دلشان نقص‌ها و همانیدگی‌ها را می‌بینند. اما هم‌چنان ما را تشویق می‌کنند و امید می‌دهند و همواره از خطرات راه آگاه.

یادم می‌آید دو سال پیش که شروع به نوشتن پیغام کردم در ابتدا بسیار مشتاق بودم و می‌دانستم این شوق و کشش و جاذبه از طرف خداوند است. اما پس از مدت کوتاهی با خواندن پیغام‌های بسیار قوی از خواهران عزیزم پریرسا خانم و سارا خانم، متنی کوتاه برای آقای شهبازی عزیزم ارسال کردم و در جملاتی کوتاه اشاره استاد عزیزم با وجود چنین پیغام‌های بیدارکننده‌ای دیگر پیغام من به چه درد می‌خورد. این حالت در من پس از خواندن پیغام خانم سارا از آلمان در برنامه ۸۳۸ در مورد داستان آن زن که خداوند خانه را گفت: باران فروگرفته، مهمان در گردن بماند، شدت گرفت.

آقای شهبازی در دوجمله من را از این کار نهی کردند و فرمودند مکر شیطان است و باید به نوشتن خلاصه‌ها از هر برنامه ادامه بدهم و به طور مستمر و پی‌درپی یک بدست یعنی یک وجب از جمع یاران به دور نباشم و آن شد که از آن روز تا به امروز فرمایش ایشان را انجام داده و برکات آن را نیز دیده‌ام. و می‌بینم که شیطان ذهن پله‌پله و قدم به قدم ما را از راه خارج می‌سازد. اول تنبلی و کاهلی در دادن پیغام و بعد مکر و نیرنگ‌های بعدی تا زمانی که خود را خارج از حلقه یاران ببینیم که این نیز بی‌پرداخت جریمه نخواهد بود. خصوصاً انسان‌هایی که حقیقت را درک کرده‌اند. و بعد با رفتن به ذهن و به امور دنیایی پرداختن آن را انکار کرده و پوشانده‌اند. و نیز دلیل دیگر ارسال این پیغام تاکید آقای شهبازی بر خوب و بد نکردن و همواره هر پیغامی که در خاطر انسان می‌نشیند همان‌گونه با بی‌قضاوتی ارسال کردن و به نوعی قانون جبران را به جا آوردن است.

و دیگر این‌که خواستم از دیگر پیغام‌دهندگان عشق و کسانی که با برنامه تماس می‌گیرند تشکر کنم و بگویم چقدر تجربیات و پیغام‌هایشان برای من راهگشا بوده است. در برنامه ۹۰۴ ویژه پیغام‌های تلفنی جمعه شب، پس از تلفن خانم زینب از بروجن و خانم زهرا سلامتی از زاهدان و تشکر آقای شهبازی از خانم زینب، که معذرت‌خواهی کردن و اقرار به تقصیر پهلوانی می‌خواهد ناگهان متوجه رنجش‌های همسرم از خودم شدم. که



چقدر گاه و بیگاه، خواسته و ناخواسته سبب رنجشش شده‌ام که چقدر به بهانه این‌که دارم روی خودم کار می‌کنم از ایشان فاصله گرفتم و باید برای این رنجش‌ها یک معذرت‌خواهی، یک پوزش انجام می‌دادم آن‌هم به قول آقای شهبازی بدون اما و اگر، بدون توضیح و تفسیر، با جدیت به تقصیر و کوتاهی‌ام اعتراف می‌کردم. عرق سردی بر پیشانی‌ام نشست هنوز برنامه تمام نشده بود و ذهنم می‌گفت حالا فردا را که از تو نگرفته‌اند. بنشین و تا پایان تلفن‌ها به پیغام‌ها گوش بده، اما می‌دانستم که «فِي التَّأخِيرِ آفَاتٌ»، چقدر برای من معذرت‌خواهی سخت بود. هرچند لفظاً زیاد این کار را انجام می‌دادم اما این بار فرق داشت و ذهنم تمام ترفندهای خود را برای مانع شدن انجام داد.

از شر ذهن وسوسه‌گرم به خدا پناه بردم. از زندگی کمک خواستم ولی چقدر باور و دیدن این قضیه برایم سخت بود که یک معذرت‌خواهی ساده برایم این‌قدر دشوار شده، اما هرچه بود باید تمام می‌شد و باید یک‌زمان کار را انجام می‌دادم و کار را بر خود دراز نمی‌کردم. چقدر برداشتن قدم اول سخت بود. این‌که تمام تقصیرها را بپذیرم، از او به‌خاطر تمام نامهربانی‌ها و کم‌گذاشتن‌هایم عذر بخواهم، از این‌که امور خانه را بدون عشق، فقط از سر رفع تکلیف تندتند انجام داده‌ام تا مثلاً به خودم کمک کرده باشم.

و شگفتا که تمام راه‌های معنویت و خودشناسی به این ختم می‌شود که هیچ‌گونه مقاومتی و خواستن ذهنی نداشته باشم. تنها عشق بدهم و با عشق کارهایم را به پایان برسانم و عشق بپراکنم. حالا آن شب چه شد و چه نوری از دل این پیغام دهندگان بر دلم تابید، نمی‌دانم.

فقط می‌دانستم که باید فقط عذر می‌خواستم، با تمام وجودم، بدون اما و اگر و بدون هیچ کلام اضافه‌ای که گناهانم را ببوشاند و توجیه کند. از خدا کمک خواستم و گفتم خدایا من نمی‌دانم چگونه، اما خودم را به تو می‌سپارم. کمک کن تا این بند آهنین از پای هشیاری به تله افتاده‌ام با عنایت تو بگشایم و آزاد شوم. و به لطف زندگی شد آنچه می‌باید شد.

احساس رهایی و روانی در من خود را به گونه‌ای نشان داد که تا به‌حال تجربه آن را نداشتم. دیدم که چگونه رنجش‌های درونم یک‌باره از بین رفتند. شادی و خنده همسرم و رضایت ایشان را و تفاوت آن را با شادی و رضایت ذهن مشاهده کردم.

دیدم که چگونه گاه و بی‌گاه تمام اسباب را برای این‌که روی خودم کار کنم فراهم می‌کند. دیدم که چگونه تلویزیون در خانه فقط روی شبکه گنج‌حضور جا خوش کرده و روی هیچ کانال دیگری نمی‌رقصد. دیدم که وقتی



در ذهن خود را می‌شکنم چگونه خدا بعد پاداش می‌دهد. پیامی از خانم یلدا، در تابستان سال پیش مثل یک نوار ضبط شده در سرم مرور می‌شد که وقتی ذهنم بالا می‌آید سکوت کنم. خودم را مشغول نکنم، تلویزیون نگاه نکنم، به جایی پناه نبرم. به کاری مشغول نشوم. بمانم و بنالم و به قول خانم فریده فقط ناظر آرام باشم.

در ابتدا چقدر سخت است. اما سختی آن همان قدم اول است. در چند هفته اخیر در شرایطی قرار گرفتم که مورد خشم من‌های ذهنی واقع شدم. بی آن‌که دانسته سبب رنجششان شده باشم و در شرایطی یکی از آن اشخاص به‌طور اتفاقی در چند سانتی‌متری من قرار گرفت و می‌دانستم که کار، کار زندگی است و وقت امتحان. و این شخص به‌طور اتفاقی این‌قدر نزدیک به من نشسته و علت آن شلوغی و کم‌بودن جا نیست.

این بیت را در دل زمزمه می‌کردم:

جز عنایت که گشاید چشم را؟

جز محبت که نشاند خشم را؟

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۸۳۸)

و شگفتا! که:

هرکجا بوی خدا می‌آید

خلق بین بی‌سر و پا می‌آید

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۸۳۷)

دیدم که فضاگشایی و پراکندن مهر بویش طرف مقابل را نیز مست می‌کند. و به قول خانم فریده از هلند، وقتی فضا را باز می‌کنیم. عطر و بوی خوش را طرف مقابل نیز احساس می‌کند. در این چند هفته به عینه دیدم که انسان‌های رنجور نیاز به محبت بیشتری دارند. دیدم وقتی در برابر نامهربانی‌هایشان فضاگشایی می‌کنم چقدر زود مثل یک کودک از آن حالت برمی‌گردند. و چقدر با انسان راحت و صمیمی می‌شوند. دیدم که چقدر جهان با همین یک‌ذره مهر ما انسان‌ها به هم‌دیگر نیازمند است. و چقدر در مهر ورزیدن به هم‌دیگر حساب و کتاب می‌کنیم. اما وقتی حساب و کتاب ذهن را خاموش می‌کنیم. زندگی نیز به نوعی دیگر با ما سخن می‌گوید. و اگر در اخلاص با خداوند باشیم خداوند مضاعف و مضاعف پاسخ یک‌ذره فضاگشایی ما را می‌دهد.



از ترازو کم کنی من کم کنم تا تو با من روشنی من روشنم

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۰۰)

و ترازو و میزان، ابیات حضرت مولاناست که همواره ما را به گشودن فضا دعوت می‌کند. و دیگر این که گرچه در راه سیر و سلوک، سالک خطا می‌رود و اشتباه می‌کند. اما اگر ذره‌ای خیر در او دیده شود کمک از زمین و آسمان می‌رسد و به قول برادر عزیزم آقای پویا، ما باید طلب بیداری و زنده شده به زندگی را داشت. و آن‌گاه خداوند با همان کلید طلب او را به آستانش میهمان می‌کند. و خوشا انسانی که میهمان چنین میزبانی باشد.

جمله مهمانند در عالم ولیک کم کسی داند که او مهمان کیست

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۳۲)

در پایان داستان تک‌تک شما یاران عشقی را به گرمی می‌فشارم. و از خداوند برایتان طلب خیر و رحمت و برکت می‌کنم. و همیشه قدردان و سپاس‌گزار وجودتان هستم. و خداوند را بخاطرتان شکر و سپاس می‌گویم و چقدر احساس خوشبختی می‌کنم که در این برهه از زمان امکان دسترسی به این گنج بی‌پایان حضور را دارم. با زحمات سرور و سالار عاشقان، آقای شهبازی عزیزم که جنس‌شان از نور و لطافت است. خداوند حافظ و نگهدار این گنج باشد. ان شاء الله.



۲۲- آقای شهبازی

عالی، عالی، عالی. واقعاً تبریک می‌گویم بهتون، واقعاً پهلوان هستید. پهلوان هستید. از این‌که عذرخواهی کردید از همسرتان، این‌جا هم گفتید که همه ما یاد گرفتیم، این پهلوانی.

از این‌که تسلیم تحقیر من ذهنیتان نشدید، اگر می‌شدید ما این پیغام عالی را امروز از شما نمی‌توانستیم بگیریم. این‌که واقعاً پهلوانانه دوباره ارجاع می‌دهید چه چیزی را از چه کسی یاد گرفتید، دوباره یادآوری می‌کند که ما دانایی زندگی را از همدیگر یاد می‌توانیم بگیریم.

و باید مواظب این سکو باشیم. همین اطلاع رسانی به همدیگر، این را خداوند درست کرده ما قدرش را بدانیم. نگه داریم و بهترین پیغام‌هایمان را پخش کنیم.

شما الآن می‌بینید، خودتان دارید اقرار می‌کنید از آقای پویا، از خانم سعیده، از خانم سارا، خوب این‌ها اگر پیغام نمی‌دادند شما آن‌ها را از این انسان‌ها یاد نمی‌گرفتند. درسته؟ پس ما به همدیگر یاد می‌دهیم.

و اگر شما تسلیم تحقیر می‌شدید که من ذهنیتان می‌گفت آقا تو کی هستی پیغام بدهی؟ اصلاً تو چی کاره‌ای؟ و تسلیم نشدین در نتیجه تسلیم کاهلی‌آش نشدین. کاهلی، تحقیر تبدیل به کاهلی می‌شود. کاهلی تبدیل به جبر می‌شود.

شما جبر را شکستید، شما ناموس من ذهنی را شکستید. ناموس من ذهنی نتوانست به شما غلبه کند. من الآن بروم از شوهرم معذرت بخواهم. حالا او چی می‌گوید؟ می‌گوید، من از شوهرم که معذرت می‌خواهم، من دارم از خدا معذرت می‌خواهم. چرا؟ برای این‌که من رنجش را در دلم جا داده‌ام، در واقع به‌جای خداوند رنجش را گذاشته‌ام.

هر معذرتی که از ته دل از کسی می‌کند، از آن شخص نمی‌کند، دارد از خدا می‌کند. توجه می‌کنید؟ پس شما معذرت را باید چه قدر هم خوب گفتید. معذرت را ته دلتان صمیمانه و از روی صداقت خواستید.

ناموس من ذهنی نمی‌گذارد ما درست معذرت بخواهیم. می‌آییم معذرت بخواهیم، مثلاً از همسرمان می‌گوییم که خیلی خوب، حالا که این‌طوری شد من عذر می‌خواهم. اما یادتان باشه شما فلان موقع فلان کار را کردید، شما هم همین کار را کرده‌اید.



این معذرت نیست که یعنی من نمی‌توانم ناموسم را کوچک کنم. ناموس نمی‌گذارد معذرت بخواهم.

معذرت اما و اگر و شما این کار را کردید ندارد. معذرت یعنی من دارم عیب خودم را می‌بینم. می‌بینم این عیب من به خودم و دیگران لطمه زده. دارم به مردم اعلام می‌کنم، آی مردم بدانید، حالا می‌خواهید بدانید، می‌خواهید ندانید، من خودم فهمیده‌ام این عیب من، به من، و به شما لطمه می‌زند ولی چون شما هم یک طرف قضیه هستید بدانید.

ای فرزندان من ای همسر من ای پدر و مادر من ای کسی که من را می‌شناسی که با شما در ارتباط بودم، من تا حالا این عیب را داشته‌ام، پیدایش کردم و دارم رفع می‌کنم. آقا مردم خوششان می‌آید.

مردم آفرین می‌گویند به آدم، می‌گویند پهلوانی. این که ما قایم می‌کنیم ولی اثراتش از درونمان به بیرون از طریق قرین اثر می‌گذارد. انکار می‌کنیم. نه آقا تقصیر شماست تقصیر ما نیست که، شما کارهای خودتان را ببینید، نه این معذرت است، نه اصلاح است.

از روی عشق، چه قدر خوب گفتید. کارهای خانه را از روی عشق انجام می‌دهید. کارهای خانه را از روی تکلیف انجام نمی‌دهید.

این کارها را باید انجام بدهم برای بچه‌ها، برای همسر که اصلاً دوستش هم ندارم. شما کارهای خانه را می‌گویید از روی عشق انجام می‌دهید. وقتی انجام می‌دهد این غذا را می‌گویید این غذا را یکی خواهد خورد که من دوستش دارم. توجه می‌کنید؟ این جا را تمیز می‌کنم برای این که همسر، بچه‌ام بیاید بنشیند، چون دوستشان دارم، این خانه را دوست دارم، خودم را دوست دارم، همه را دوست دارم، از روی عشق انجام می‌دهم. نه از روی تکلیف. عالی بود.

خانم سرور: خیلی ممنونم آقای شهبازی عزیز دست شما را می‌بوسم، در پناه خدا باشید.



۲۳- آقای کمال از سنج

با سلام. استاد جان اولاً یک تشکر از شما بکنم بابت این دو برنامه اخیر، شما راجع به مقابله با ناکامی و نامرادی و این‌ها گفتید، در واقع کلی مطلب را باز کردید. من هم از همان برنامه ۹۱۶، تصمیم گرفتم یک تحقیقی را انجام بدهم که متن را با اجازه‌تان شروع می‌کنم. چهار قسمت است ولی من قسمت چهارم را می‌خوانم، اگر هم زمان یک مقدار طولانی شد، من خودم در پایان پنج دقیقه می‌گویم خدمتان.

آقای شهبازی: چرا حالا اولش را نمی‌خوانید؟

از اولش آخر من هرکاری کردم آقای شهبازی خیلی بیش‌تر از بیست دقیقه می‌شود، حالا من با توجه به این‌که خلاصه‌اش هم کردم ولی این قسمت آخرش خیلی مهم است و من پی‌دی‌اف کاملش را می‌فرستم برایتان، تحقیقی که انجام دادم، قسمت آخرش هم بیشتر حول همین موضوع است، می‌خواهم بخوانم.

یک تحقیقی کردم راجع به این‌که این بی‌مرادی‌ها، در برنامه ۹۱۶ شما فرمودید که ما بی‌مراد می‌شویم، می‌ترسیم، بعد از ملامت می‌آید به سراغمان، بعد سرزنشگران می‌آیند بعد این‌که معشوق، عاشق را جذب می‌کند و این‌ها و من کلاً این را از روی کتاب آقای کریم زمانی و ابیاتی که شما انتخاب کرده بودید را رفتم یک به‌قول معروف تحقیقی را انجام دادم. از داستان وکیل صدرجهان شروع کردم، آمدم جلوتر تا رسید به آخرین مبحث که عنوان آن «سیر بی‌مراد بازگشتن حضرت رسول از حدیبیه» است که اسم آن را گذاشتم «از فراق تا ظفر».

چهار قسمت است :

قسمت اول: بیم از مراد

قسمت دوم: راهنمایان جهنم

قسمت سوم: دیوان ملامت

قسمت چهارم: قلاووز جنت

حالا من می‌خواهم این قلاووز جنت را فعلاً بخوانم. «از فراق تا ظفر» قلاووز جنت

در ادامه موضوعاتی که حالا در ادامه سه قسمت قبل هست که ان‌شاءالله ارسال خواهد شد، ما می‌بینیم که مهمان بدون توجه به نصایح اهالی مسجد به داخل می‌رود و با گنج عظیمی روبرو می‌شود. هم‌چنین وکیل صدرجهان نیز معشوق خود یعنی صدر جهان را ملاقات می‌کند.



و اما در مباحث بعدی، موضوع جذب هر عنصر با جنس خود و منجذب شدن جان‌ها به عالم ارواح را می‌آورند که آن‌ها را با ابیات دیگر توضیح می‌دهد. از جاذبه‌ای صحبت می‌کنند که در بین تمامی باشندگان مشترک است. از حرکت معشوق به سمت عاشق نامراد می‌گویند، همه ابیات از دفتر سوم هستند:

آدمی حیوان نباتی و جماد

هر مرادی عاشق هر بی‌مراد

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۴۳)

بی‌مرادان بر مرادی می‌تنند

و آن مرادان جذب ایشان می‌کنند

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۴۴)

جلوتر که می‌رویم در دوبیت زیر مشاهده می‌کنیم به واسطه این حرکت معشوق، عزم و قصدهای عاشق شکسته می‌شود:

صد عزیمت می‌کنی بهر سفر

می‌کشاند مر ترا جای دگر

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۵۶)

او دلت را بر دو صد سودا ببست

بی‌مرادت کرد پس دل را شکست

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۵۹)

مولانا توجه ما را به سمت نحوه تدریجی شکستن عزم از سوی معشوق جلب می‌کند و با توجه به بیت زیر متوجه می‌شویم که معشوق تدریجی عاشق را ناکام می‌گذارد:

ور به کلی بی‌مرادت داشتی

دل شدی نومید، امل کی کاشتی؟

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۴)

به عبارتی چون معشوق می‌خواهد رویمان به‌سوی او باشد، تا راه بهشت یا فضای حضور متجلی شود، راهی جز ناکام کردن ما در دستیابی به چیزهای این‌جهانی در دسترس او نیست و سختی‌هایی که در پیش به آن‌ها اشاره شد در سر راه عاشق قرار می‌گیرد که این مهم را در دوبیت زیر به‌درستی آورده‌اند:



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

9

بی‌مرادی شد قلاووز بهشت حُفَّتِ الْجَنَّةُ شِنو ای خوش سرشت (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

حُفَّتِ الْجَنَّةُ، از حدیث زیر برگرفته شده است.

«حُفَّتِ الْجَنَّةُ بِالْمَكَارِهِ وَ حُفَّتِ النَّارُ بِالشَّهَوَاتِ»

«بهشت در چیزهای ناخوشایند پوشیده شده و دوزخ در شهوات»
(حدیث)

حال مهم‌ترین نکته در این بخش چگونگی مقابله با بی‌مرادی‌ها است، که آدمی نیاز به فراگیری آن دارد. مولانا به خوبی دو گروه عاقلان و عاشقان و شیوه برخورد هر کدام را با ابیاتی روشن می‌سازد. عاقلان، به اضطرار هوای مراد در دل خود دارند و عاشقان، به اختیار و از همان ابتدا آن را از دل خود رانده‌اند. طبق ابیات زیر افسار عاقلان کراحت و بی‌میلی است و بهار عاشقان نیز در خرسندی و رضای ایشان است.

عاقلان، اشکسته‌اش از اضطرار عاشقان، اشکسته با صد اختیار (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۷۰)

عاقلانش، بندگان بندی‌اند عاشقانش، شِکری و قندی‌اند (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۷۱)

اِنْتِیا کَرهاً مه‌ار عاقلان اِنْتِیا طَوْعاً به‌ار بیدلان (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۷۲)

(از روی کراحت و بی‌میلی بیایید، افسار عاقلان است، اما از روی رضا و خرسندی بیایید، بهار عاشقان است)



و حال، روش مقابله با ناکامی‌ها و نامرادی‌ها توسط دو دسته عاقلان و عاشقان در دو داستان بعدی بررسی می‌کنند:

روش عاقلان: در داستان «نظرکردن حضرت رسول به اسیران و تبسم کردن ایشان به جهت این‌که اسیران نمی‌دانستند که حضرت آن‌ها را به سمت روشنی و هدایت خواهد برد، لذا با کراهت و مقاومت و اضطراب حضرت را مورد قضاوت قرار می‌دادند و از موضوع آگاهی نداشتند. لازم است حدیث مهم دیگری که در کتاب شرح مثنوی جناب آقای کریم زمانی با مضمون زیر آمده بود ذکر می‌شود:

«عَجِبَ رَبُّكُمْ مِنْ قَوْمٍ يُقَادُونَ إِلَى الْجَنَّةِ بِالسَّلَاسِلِ»

«پروردگار شما از مردمی که با زنجیرها به سوی بهشت رانده می‌شوند در شگفت است.»

(حدیث نبوی)

و در بیت زیر هم فواید ابتلای مؤمن به بلا، را از دیدگاه ایشان می‌بینیم:

**چون نشان مؤمنان مغلوبی است
لیک در اشکست مؤمن خوبی است**
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۹۹)

و اینک روش مقابله عاشقان: تیترا به صورت خلاصه «سر بی‌مراد بازگشتن رسول از حدیبیه را بیان می‌کند. خداوند متعال برای بازگشت پیامبر اکرم از حدیبیه بدون این‌که مقصود خود را به دست آورده باشد، عنوان «پیروزی» داده است: همان‌گونه که (خداوند فرمود): «اینک ما راه پیروزی را گشادیم»، زیرا در ظاهر قفلی بود و در حقیقت گشایشی است. همان‌طور که له کردن مشک ظاهراً خردکننده است، اما درواقع تأییدی بر مُشک‌بودن آن و نمایش فضایل واقعی آن است. بعد از این جنگ آن‌ها به غنائم و پیروزی‌های عظیمی دست یافتند.

و بیت انتخابی از این قسمت:

**آمدش پیغام از دولت که رَو
تو ز منع این ظفر غمگین مشو**
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۵۰۳)

متن را با دوبیت زیر که بیت اول درمورد پذیرش نامرادی‌ها و بیت دوم قرین شدن با دلبر و معشوق راه معنوی است، به پایان می‌رسانم.



آنچنان شادند اندر قعر چاه
که همی ترسند از تخت و کلاه
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۵۱۰)

هر کجا دلبر بود خود همنشین
فوق گردونست نه زیر زمین
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۵۱۱)

آقای شهبازی: خیلی خوب، آفرین. لطف کنید این‌ها را بفرستید، چقدر خوب بود این پیغام شما، آفرین. عرضم این هست که دوباره دیگر ان شاء الله هفته آینده بگیرید آن یک و دو و سه را هم بخوانید حتماً.



در غزل ۱۹۰۵ جناب مولانا دارند که

نَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُوحِي رَسِيدَه‌ست
غَمِ بَیش و غَمِ کَم را رها کن
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۹۰۵)

و همین‌طور در غزل ۲۶۶۶ دارند که

مَجَه تو سو به سو ای شاخ، ازین باد
نمی‌دانی کزین باد است یاری؟
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۶۶)

ازو یابی به آخر هر مرادی
همو مستی دهد، هم هوشیاری
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۶۶)

آفلت در دل جهان هستی نهاده شده‌است. قبل از شروع هر عملی و تصمیمی بدانیم هر آن چیزی که در خیال داریم، مثل چیزی گرفتن، دیدار، ملاقات، خوردن، خوابیدن، یک روزی تمام می‌شود و «نَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُوحِي» از دل زندگی و خواسته‌هایمان و توقعاتمان بیدار شده‌است.

سؤال کنیم از خود، مست این جهان هستیم؟ یا مست فضاگشایی؟ اول به خود نگاه کنیم، آیا شکارِ کم شدن و بیش‌تر شدنِ همانیدگی‌ها شده‌ایم؟ و یا شکارچی حالات روان‌شناختی خود هستیم؟ با خود کمی فکر کنیم و تکلیف خودمان را معلوم کنیم که آیا میل داریم از شکارِ جهان عبور کنیم؟ یا از این شاخه به آن شاخه می‌خواهیم ایجاد غم‌ها و دردهای بیش‌تری داشته باشیم؟

به‌عنوان مسافرِ فضایِ یکتایی نباید در هیچ کاروان‌سرای ذهنی بایستیم. در آخر زمان روان‌شناختی مرگ انسان به ذهن فرامی‌رسد و طرب‌سازی انسان می‌آید. بدون فضاگشایی نه به مراد این‌جهانی می‌رسیم و نه به مراد آن‌جهانی. مراد خواستن از بیرون هدف ما را فاسد می‌کند. فضا را باز می‌کنیم، به نیروی زندگی مست می‌شویم و تنها مراد ما در این جهان زنده شدن به خداوند است. مستی این‌جهانی مثل قدرت، شهرت، ثروت، شهوت ما را در غم ذهن سیاه و کور و کبود می‌کند و هرچه به‌دست بیاوریم درد خواهد داشت.



با انتخاب یکی از خصلت‌های خداگونگی مثل عشق، صفر ثانیه، بدون اضافه‌کاری، تأخیر و بدون تجربه‌های مخرب به زندگی، مستقر در همین لحظه که ریشه‌داری ابدی در عدم دارد، زنده می‌شویم. در دفتر ششم، بیت ۶۱۳ خیلی زیبا جناب مولانا دارند که

وقت آن آمد که من عریان شوم نقش بگذارم، سراسر جان شوم

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۶۱۳)

ای عدو شرم و اندیشه بیا که دریدم پرده شرم و حیا

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۶۱۴)

تمرین کنیم بر روی خودمان، هر روز، هشت ساعت کار کنیم. به این‌که این لحظه در هر وضعیت که هستیم، وقت آن است عریان بشویم و لباس ذهن و همانندگی‌ها را دریاوریم و این نقش‌های هم‌هویت‌شده را بیندازیم و تماماً به او زنده بشویم و جان بشویم و این دید ذهنی که ما را از شادی به غم هدایت می‌کند با اشعار جناب مولانا دریده می‌شود.

تنها دشمن شرم و اندیشه منفی فضای گشوده‌شده است، این‌که هر لحظه مرکز را عدم می‌کنیم، از هیاهو و عقل من‌های ذهنی جدا می‌شویم و شکر و صبر، اَنْصِتُوا، اِتَّقُوا و طرب را در مرکز می‌کاریم.

هشیارانه و آگاهانه همه‌چیز را در فضای یکتایی خود جا بدهیم و از وضعیت‌ها و فرم‌ها ایراد نگیریم و بینش غلط من‌ذهنی را اصلاح کنیم و جای آن عشق، محبت و دوستی را انعکاس دهیم، این‌که هر شخصی در کنار ما باشد، نخواهیم او را باب میل خود تغییر دهیم، بلکه بدانیم او کامل است و عیب و ایرادی وجود ندارد و هرکسی، هر حالتی دارد نوع سیر و سلوک اوست و دارد زنده به زندگی می‌شود، ما فقط مجاز هستیم فضا را باز کنیم و با محبت و عشق با دیگران و خود برخورد کنیم و تنها راه خدایی و پیوند به نور جاودانه عشق فضاگشایی لحظه‌به‌لحظه با اجزای کل هستی است و در آخر غزل ۳۸۸ جناب مولانا دارند که

دوستی در اندرون خود خدمتی پیوسته است هیچ خدمت جز محبت در جهان پیوست نیست

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۸۸)



به تن اینجا، به باطن در چه کاری؟ شکاری می‌کنی، یا تو شکاری؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۶۶)

اصل هر انسانی فضای گشوده شده وی می‌باشد و همانیدگی‌ها فقط می‌توانند در حین تبدیل شدن خدایت ما را به ما نشان دهند. حالا در این‌جا ماهیت ما مشخص می‌شود آیا از جنس حضور هستیم یا از جهان و فکر.

رابطه میان شکار و شکارچی را اگر پیدا کنیم در واقع مسئله برای ما حل شده است یعنی ما هم شکار هستیم و هم شکارچی. اما چه موقع شکار و چه موقع شکارچی هستیم؟

در فضای بسته شده شکار شده‌ایم و در فضای گشوده شده شکارچی هستیم وقتی ما عدم می‌شویم و فضا را باز می‌کنیم و خرد جاری شده به ما در شناخت همانیدگی‌ها کمک کرده و شکارچی می‌شویم و همانیدگی‌ها را پیدا می‌کنیم اگر توانستیم جریان تبدیل را بپذیریم دیگر شکار نمی‌شویم چون عاملی که بعداً می‌خواهد ما را شکار کند را همین الان مانند مینی کاشته شده خنثی می‌سازیم، ولی اگر ما با همانیدگی‌هایمان یکی و همسو شویم در حال شکار شدن می‌باشیم، پس به اضافه کردن جهان به مرکزمان ادامه می‌دهیم یعنی زمانی که خرد جهان را می‌پذیریم و می‌خواهیم با عقل من‌ذهنی به اصلاح امورات خودمان بپردازیم. جنس ما از جنس حضور می‌باشد حضور هم یعنی شکار و شکارچی بودن خودمان را دریابیم.

حضور داشتن هوشیاری نظر می‌باشد که آگاهانه در مسیر کمال عملکرد و کیفیت ما را تعیین می‌سازد و زمانی پیش می‌آید که حضور ناظر شویم و دیگر نه شکار می‌بینیم نه شکارچی یک جریان مستدام جاری و ساری. شکار و شکارچی با هم در یک وحدت قرار گرفته و تضاد از میان می‌رود و حس امنیت، عشق، قدرت، شادی بی سبب و صبر را بدنبال دارد.

اما در حالتی بهتر تعهد به عدم ما را به یک طیف گسترده‌تری می‌کشاند و درواقع ما در یک سکون قرار می‌گیریم و حرکت در سکون در ما ایجاد می‌گردد و مرکز ما به‌طور ناخود آگاه تبدیل به مُشک می‌شود و دیگر تمایلی به اضافه نمودن زباله‌هایی که از سمت همانیده شدن با جهان به سوی ما می‌آیند نداریم و ما کم‌کم به اصل و ریشه خود نزدیک می‌شویم و ما دارای یک دید قوی و هوشمند می‌شویم و مانند یک مهندس آگاه و خبره به پردازش وجود و مرکز خودمان می‌شویم این‌جا مقاومت و قضاوت و کنترل آگاهانه شده در جهت اصلاح و سازندگی.



یک زمان کارست بگزار و بتاز کارِ کوتاه را مکن بر خود دراز

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۸۱)

حالا ما هم جهان را می‌خواهیم اما نه برای همانیدگی و هم حضور را.

ما به واسطه حضور و خرد آن جهان را به خدمت خودمان در می‌آوریم و در این لحظه همانیدگی‌ها در مرکز ما به تله افتاده و هیچ تمایلی و کششی برای آلوده ساختن ما ندارد و به نوعی همانیدگی‌ها هم آگاهانه و سازمان دهی شده به سمت ما می‌آیند به قصد تبدیل و اصلاح و نه تخریب و نقص.

چون به من زنده شود این مُرده‌تن جانِ من باشد که رُو آرد به من

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۷۸)



استاد شهبازی: مخصوصاً شما خانم‌ها که احتمالاً، به‌هر حال، یک موقع‌هایی خانه تنها می‌مانید، بچه‌ها مدرسه رفته‌اند، یا رفته‌اند بیرون همسرتان بیرون است، سر کار است، تنها خانه مثلاً غذا می‌پزد یا یک کاری می‌کنید، می‌توانید همین غذا پختن و تمیز کردن خانه و کارهای خانه و غیره را با شعر خوانی، همین بغل دستتان بگذارید. شعر را بخوانید، یک کاری می‌کنید، بعد یادتان رفت دوباره بخوانید. یا بعد خانه می‌توانید راه بروید، هم ورزش است تکان می‌خورید، هم، هم می‌توانید معمولی بخوانید می‌توانید خودتان آهنگ بگذارید برای خودتان آواز بخوانید، خلاصه در روز خواهید دید که اولاً لحظه‌به‌لحظه چراغ روشن می‌شود.

شما می‌بینید که ذهن دارد حمله می‌کند حال شما را بگیرد. بیت را که می‌خوانید، فضا را باز می‌کنید حالتان خوب می‌شود. اگر بیت‌ها را پشت سر هم بخوانید و این بیت‌ها هم آگاهانه به‌میل خودتان و علاقه خودتان انتخاب کرده باشید، یک دفعه می‌بینید در روز صدتا بیت خوانده‌اید.

حالا در چیزهای بعدی این بیت‌ها مرتب به هم وصل می‌شوند. یک دفعه می‌بینید که صدتا بیت خوانده‌اید بعد یک دفعه بیت‌های دیگر هم یادتان می‌آید می‌خوانید.

و دائماً حالت مستی و شادی دارید. نه مستی و شادی من‌ذهنی، بلکه مستی و شادی زندگی، دید خوب. آن موقع بچه‌تان، همسرتان، یا یک کس دیگر به شما مراجعه می‌کند، زنگ می‌زند، می‌آیند خانه، شما شاد هستید، مست هستید. و این مستی مُسری است. بچه شما بیاید ببینید شما شاد هستید، با آغوش باز بپذیرید او هم شاد می‌شود.

اگر بیاید خانه شروع می‌کنید به نالیدن، و شکایت از همسرتان که زنگ زده، فلانی مرده، اخبار بد هست، شما با اخبار بد کاری ندارید، اخبار بد هیچ فایده‌ای ندارد.

شما این ابیات را بخوانید، خواهید دید که از طریق قرین اطرافتان اثر می‌گذارید آن‌ها بهتر فکر می‌کنند.

کلید کار این است، که بگذاریم زندگی از طریق ما فکر کند، خرد زندگی، تا خرد زندگی نیاید ما در بیرون نمی‌توانیم مسائل‌مان را حل کنیم. مردم بیشتر گرفتاری‌ها را در دلشان می‌گذارند، در نتیجه گرفتاری و انرژی بد و بی‌خردی را پخش می‌کنند که آن زندگی را بدتر خراب می‌کند. وضعیت‌ها را پیچیده می‌کند. نمی‌شود دیگر حل کرد.



وضعیت جهان همین است دیگر. در جهان ما داریم مسئله ایجاد می‌کنیم و با من‌ذهنی مسئله را حل می‌کنیم. می‌بینیم تمام نمی‌شود.

تا یک مسئله را حل می‌کنیم، چهارتا مسئله دیگر زاییده می‌شود. می‌بینیم که دائماً در سطح عمومی، جمعی، دولت‌ها هی این‌جا جلسه می‌گذارند، آن‌جا میتینگ (meeting) می‌گذارند، می‌روند این‌جا، سازمان ملل می‌آید. بعد یک دفعه می‌بینید دوباره چند جای دنیا مرتب دارند ویران می‌کنند.

هی باید بدوند بابا نکنید، حالا یک فکری بکنیم، این‌جوری نیست، راه‌حل این‌طوری به دست نمی‌آید. ممنونم شما فکر خوبی کرده‌اید. این بیت‌ها را بخوانید، چراغ‌ها را روشن کنید.

حالا بعداً خواهید دید که چیزهای بیش‌تری می‌بینید در خودتان. همین که بیت‌ها را می‌خوانید نور زیاد می‌شود می‌بینید ایراد همین جاست، آن هم ایراده، آن هم ایراده، مرتب خواهید دید. خوب ممنونم از شما.

خانم سهیلا: خواهش می‌کنم، ممنون از شما از وقتی که در اختیار من گذاشتید و پیامی که از طرف شما، از سمت شما و زندگی من دریافت کردم.



۲۷- آقای نیما و سخنان آقای شهبازی

سلام بزرگوار

عصرتان بخیر، از کانادا خدمتتان تماس می‌گیرم.

آقای شهبازی: سلام خوبید شما؟

آقا نیما: ممنونم من خیلی خوبم، شما هم که الحمدلله عالی هستید. خدا رو شکر

آقای شهبازی: ما دیگر می‌بینیم شما پیغام‌های عالی می‌دهید، ما هم حالمان خوب است، چه می‌خواهیم دیگر؟ ما داریم سرمایه‌ی معنوی مردم را اضافه می‌کنیم. یعنی شما (بینندگان) دارید اضافه می‌کنید. هرکسی یک پیغام عالی این‌جا می‌گذارد، در اصل دارد در بانکِ زمینیِ خداوند یک چندتا سکه‌ی طلا می‌گذارد، انباشتگیِ خرد دارد زیاد می‌شود. همین برنامه‌ی امروز را من نمی‌دانم شما توجه کردید یا نه، احتمالاً شما سر کار بوده‌اید، خیلی خوب بود. بینندگانِ ما پیغام‌های عالی دادند و به داناییِ ایزدی در روی زمین اضافه شد، بفرمایید.

آقا نیما: ما خیلی خوشبختیم آقای شهبازی واقعاً. خدا را شکر! یک پیغامی نوشتم، اگر اجازه بدهید برایتان بخوانم.

«بهشت بی‌مرادها»

در برنامه‌ی ۹۱۷، شاهد بودم که اگر از کسی چیزی نخواهم، واقعاً خداوند، با ملاءِ اعلایش به کمکت می‌آید. این‌که از پس مشکلاتِ فنی می‌توانی بریایی. به شرط این‌که از خدا غیر از خدا را نخواهی، و از هیچ‌کسی، هیچ‌چیزی؛ این است بهشت.

بارها شنیدم آقای شهبازی می‌گویند توقع باید صفر باشد. توقع صفر را تازه در برنامه‌ی ۹۱۷ یادگرفتم. قلاووز بهشت را در این دیدم که چگونه آنچه که از دیدِ ذهنِ سخت است، در اصل همراه تو است به بهشتِ بی‌مرادها.

هیچ مرادی که نداشته باشی، یعنی «هیچ نمی‌خواهی. این را با ذهن نمی‌توان درک کرد. چون ذهن «خواستن» دارد، آن هم هرچه بیشتر، بهتر. این‌که بخواهی بدانی که چگونه می‌توانی نخواهی هم یک نوع «خواستن» است.



تسلیم را تازه در این برنامه یاد گرفتیم. آقای شهبازی اجازه بدهید چند جمله‌ی شما را که بسیار مرا تکان دادند را بیان دارم. بارها فرمودید شرم نداشته باشید، به خودتان افتخار کنید. نه به من ذهنی‌تان، به آنچه که واقعاً هستید، به آنچه که هیچ نمی‌خواهد، فقط هست، کامل است. بی‌مراد است، عشق است.

چگونه خنده بی‌وشم؟ انار خندانم

نبات و قند نتاند نمود سماقی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۱۰۱)

فرمودید انسانی مانند مولانا می‌فرماید که من از شدت شادی زندگی، نمی‌توانم خنده‌ام را بخورم، توی نیما چرا این قدر پکری؟ این به من عزت داد، فهمیدم که من افکارِ پلیدم نیستم. من می‌توانم، چون هستم!

فرمودید که رابطه‌ای را تموم نکرده شروع نکنید. یا به عبارت عامیانه، خیانت در دوستی نکنید. یاد گرفتم که دوست دختر داشتن‌های زیاد زندگی نمی‌دهد که هیچ، بلکه نوعی مراد است که فقط و فقط جهنم نصیب آدم می‌کند. فرمودید که شهوت یعنی رسیدن به همانیدگی و استفاده و شیر کشیدن از آن برای داشتن زندگی:

دان که هر شهوت چو خمر است و چو بنگ

پرده‌ی هوش است و عاقل زوست دنگ

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۶۱۲)

پس فهمیدم که با کشیدن گل و دراگ، و خوردن مشروب و انجام فسق و فجور، به زندگی نمی‌رسم. مراد من این نباشد که وسط هفته به فکر آخر هفته و عیاشی باشم. بلکه خوشم در «آن»، که آن عین خوشی است.

آقای شهبازی، من به ۹۰ درصد یا بگویم ۹۹ درصد از حرف‌های شما و آموزش‌های بزرگان هم عمل نمی‌کنم، ولی همون یک درصد، بسیار عشق وارد زندگی‌ام کرده است که واقعاً در گفتار نمی‌گنجد. آن یک درصد هم فقط یادگیری و توجه به قانون جبران است. که نگذارم دین چیزی بر گردنم بماند. هیچی که از دیگران نخواهم، همانگونه که خودتان فرمودید، مزدم را آن می‌دهد که قسام اوست. صبر کردم و به مدت یکسال هیچ نپرسیدم. یکسال به خودم فرصت دادم و تجربه کردم، جوابش را گرفتم. جوابی که سوال نداشت!

ز پیت مراد خود را دو سه روز ترک کردم

چه مراد ماند زان پس که می‌سرم نیامد

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۷۰)



این حرف‌ها یاوه نیست، دلیلی برای اثبات آن‌ها ندارم. ولی به قول آقای باقر، فرق بایزید و دوستش فقط در یک چیز بود: عمل کردن! تمامی تلاشم را (ان شاء الله، ان شاء الله) می‌کنم که عمل‌گر باشم، نه اندوخته‌گر.

نه خاک است این زمین، طشتی است پر خون ز خون عاشقان و زخم شهمات (مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۳۶)

فرمودید که این جهان جای خوش‌گذرانی نیست. این بدین معنی نیست که نوحه بگیریم و توی سرمان بزنیم، بلکه بدین معنی است که از این دنیا نمی‌توان مراد گرفت. تا مراد بخواهی، بی‌مراد خواهی شد. بی‌مرادی یعنی این‌که نخواهی در شطرنج زندگی از خدا ببری. مراد بُرد نداشته باشی، بگذاری خون همانندگی‌هایت را بریزی. هر چقدر از این دنیا بخواهی شکار کنی، در اصل داری شکار می‌شوی.

پس چه بهتر که اختیاری خود را بی‌مراد کنی، تا بفهمی که امتداد خداوند بودن چه مزه‌ای دارد. این است خوش‌سرشتی! آن وقت یار هر لحظه از تو می‌پرسد که:

گفت این غم تا قیامت می‌کشی؟ می‌کشم ای دوست، آری می‌کشم (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۶۶۳)

پس وقتی بدون دانستن و بی‌مراد سر صحبت بزرگان می‌نشینم؛ وقتی مرادم این نیست که دردهایم کم شود و به چیزهای این دنیایی برسم، یعنی وقتی برنامه‌ی گنج حضور را نگاه نمی‌کنم، بلکه ناظر می‌شوم، آگاهی‌ام بالا و بالاتر می‌رود. این است بهشت بی‌مرادها.

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

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



«تجربه»

چند هفته پیش یکی از عزیزانم با من تماس گرفت و از من گله و شکایت کرد و من را به کاری که نکرده بودم متهم و سرزنش کرد. در ابتدا اولین چیزی که به ذهنم رسید:

چون تو گوشی او زبان نی جنس تو گوش‌ها را حق بفرمود انصتوا

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۶۹۲)

پس با سکوت به صحبت‌های این عزیز گوش کردم. متوجه این بودم که می‌خواستم از خودم دفاع کنم اما نکردم و فقط عذرخواهی کردم که باعث رنجش او شده‌ام. صدایی در گوشم زمزمه می‌کرد: «الآن نباید حرف بزنی چراکه در تو هیجاناتی وجود دارد. اصلاً دلیل این دلخوری از حرف زدن به وجود آمده‌است پس سکوت را اختیار کن.» اما اصرار ایشان به مقصر دانستن من در ایجاد رنجش در ایشان خوی رنجش و ناراحتی را نیز در من به وجود آورد، اما باز هم چراغی دیگر در ذهنم روشن شد.

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

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۴۹)

چون نباشد حفظ و تقوا زین‌ها دور کن آلت بینداز اختیار

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۵۰)

پس اختیار را به دست گرفتم و به دوستم گفتم: «من باید خداحافظی کنم؛ چراکه رنجش و ناراحتی را در خودم احساس می‌کنم. پس فعلاً اگر اجازه می‌دهی قطع می‌کنم و بعد صحبت می‌کنیم.»

تا چند روز بسیار حالم آرام بود و فضای اتقوا را که آقای شهبازی صحبت می‌کردند را احساس می‌کردم. آقای شهبازی گفته بودند فضای پرهیز تنها در فضای گشوده هشیاری حضور میسر است. اما وقتی بعد از چند روز پیام دیگری از همان عزیز دریافت کردم چمن‌زار رضا آشفته شده بود.



از این‌که اظهار ناراحتی و پشیمانی در پیام و رفتارش ندیدم اختیار را از دست دادم. دیگر فضای پرهیز نبود ذهنم درگیر رفتارها و حرف‌هایی شده بود که به من زده بود. این‌که چطور من را مقصر رنجش خود می‌دانست، اگرچه در تمام این مدت با خودم می‌گفتم من خودم مسئول هشیاری خودم هستم و هشیاری من چطور به این سادگی پایین آمده‌است؟!

به خودم می‌گفتم چرا اجازه می‌دهی تمرکزت بر روی دیگری باشد؟! از سمتی دیگر می‌خواستم عشق در قلبم باشد و رنجش نباشد اما بی‌مراد شده بودم، دوستی‌ای که برایم بسیار ارزشمند بود و گمان می‌کردم هرگز آسیب نمی‌بیند، به‌نظرم می‌آمد که به‌شکل ناپسندی آسیب دیده بود.

بی‌مرادی شد قلاووز بهشت حفت‌الجَنّه شنو ای خود سرشت

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

اما لحظه‌ای متوجه شدم ابزار بی‌صبری در اختیارم هست پس حتی میل به عشق ورزیدن از روی من‌ذهنی‌ام است؛ پس فضا را باز کردم و در خودم شناسایی کردم که در فرهنگ من‌ذهنی وقتی بی‌مراد می‌شویم به ناله و شکایت می‌افتیم. به دیگران می‌گوییم که یا برایمان احساس ترحم کنند یا ما را در مقصر دانستن دیگران همراهی کنند.

اما من از این اتفاق یاد گرفتم که بی‌مراد می‌شوم صبور باشم. زندگی خودش راه را به من نشان می‌دهد. بی‌مراد که می‌شوم یعنی زندگی از من احوال‌پرسی می‌کند اگر فضا را در اطراف بی‌مرادی باز کنم جواب من به زندگی خواهد بود: «خوشحالم که **حالم را می‌پرسی**» و اگر ناراحت بشوم و قضاوت کنم زندگی شاید حالم را دیگر نپرسد.

در هر لحظه ما امتحان می‌شویم گاهی با بی‌مرادی، گاهی با به‌مراد رسیدن. در هر صورت باید هشیار و ناظر ذهنمان باشیم.

امتحان بر امتحان‌ست ای پدر هین، به کمتر امتحان، خود را مَخر

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۷۴۶)



در این بحر همه چیز می‌گنجد پس ایرادی ندارد که اتفاقات به میل و پیش‌بینی ما پیش نرفته‌است؛ چراکه هر بی‌مرادی فرصتی است که زندگی به ما می‌دهد تا فضا را باز کنیم و به خودش زنده بشویم. مقداری از هشیاری حضور را در خودمان بیدار کنیم.

فضاگشایی در اطراف هر بی‌مرادی باعث روشن شدن چراغی می‌شود که ما همانیدگی‌های خود و رفتارهای شرطی‌شده و یا دردهای کهنه را ببینیم و بیندازیم اما وقتی به اتفاق این لحظه گیر می‌دهیم آن اتفاق را بازی زندگی نمی‌بینیم.

مثل این است که زندگی انگشت اشاره‌اش را به نشان می‌دهد تا ما مسبب را ببینیم. اما ما با نگاه کردن به خود انگشت یا اتفاق در سبب‌ها گیر می‌افتیم و نمی‌توانیم فضا را باز کنیم.

در این اتفاق من متوجه شدم که گوشم نمی‌خواهد به حرف‌های من‌ذهنی‌کر بشود و تنها با شنیدن دوباره صدای آقای شهبازی با بیت:

**بی‌حس و بی‌گوش و بی‌فکرت شوید
تا خطابِ اِرجعی را بشنوید
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۵۶۸)**

متوجه شدم علت مقاومت من این است که من‌ذهنی من سعی می‌کند از من‌ذهنی دوستم بهتر باشد. هی مقایسه می‌کند و می‌گوید: «تو فلان کار را که او کرده نمی‌کنی» و این جنگ من‌ذهنی برای پیروزی نمی‌گذارد فضای من باز باشد.

من از این اتفاق یاد گرفتم در برابر مقاومت من‌ذهنی‌ام نیز باید صبور باشم چراکه عدم قدرت برای فضاگشایی نیز خودش بی‌مرادی است و فضا باز کردن برای زمان‌هایی که فضا‌بندی کرده‌ایم پیام اِرجعی را به گوشمان می‌رساند و شناسایی دیگری را خواهیم دید.



به تن این‌جا به باطن در چه کاری؟ شکاری می‌کنی یا تو شکاری؟

کز او در آینه ساعت به ساعت همی‌تابد عَجَب نقش و نگاری

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۶۶)

نگاه ما با من‌ذهنی و همانیدگی‌هاست و ظاهر را می‌بینیم و واکنش نشان می‌دهیم. یا به باطن و اصل خودمان برگشتیم و روی خودمان کار می‌کنیم. با فضای گشوده‌شده، مرکز عدم و فضای یکتایی را با تسلیم جست‌وجو می‌کنیم.

یا این‌که هم‌چنان دنبال همانیدگی‌ها می‌گردیم و راه به جایی نمی‌بریم. آیا پی به رسالت خودمان آگاهانه برده‌ایم که به باطن هرچیز برسیم؟ و بدانیم این رسالت اصلی ما در جهان هستی است. به دنبال صید من‌ذهنی هستیم و درد تولید می‌کنیم یا در پی صید مروارید همان دید خودمان هستیم؟ این شناسایی‌ها با اشعار جناب مولانا امکان‌پذیر است.

شکار من‌ذهنی را با ذهن ادامه می‌دهیم یا در پی شکار مرکز عدم، آگاهانه هستیم؟ وقتی شروع به تغییر دیدمان می‌کنیم به‌مرور زمان دید شما اصلاح می‌شود و حرکت به سمت فضای یکتایی انتخاب امروز ما است. انسان امتداد خداست و می‌تواند آگاهانه تبدیل شود و به حضور زنده شود.

و پی به عظیم بودن طرح آفرینش ببرد که طرح و برنامه‌ای که پشت‌پرده است را جست‌وجو کند. و متوجه می‌شویم من‌ذهنی یک چیزی می‌پراند و می‌گوید دیمی است آفرینش و خلقت انسان. ولی حقیقت و اصل ماجرای انسان مرکز زیبای عدم و فضاگشایی است که با خودشناسی انجام می‌شود.

چون به من زنده شود این مُرده‌تن جانِ من باشد که رُو آرد به من

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۷۸)



من کنم او را ازین جان محتشم جان که من بخشم، ببیند بخششم

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۷۹)

بارها که در بی‌مرادی‌ها قرار می‌گیریم یا ممکن است دلگیر شوم یا زانوی غم بغل بگیرم و رنجش و درد تولید کنم. یا این‌که با ناآگاهی و من‌ذهنی و شیوه و روش غلطش ادامه دهم و همانیده شوم. یا در فضای گشوده‌شده به پیشنهاد جناب مولانا قرار بگیرم. بی‌مرادی‌ها یک فرصت در لحظه به من داد که تسلیم شو، واکنش نشان نده، صبر کن، او با بی‌مرادی آمده تا تو را بیدار کند.

و این‌که تکان بخورم و به خودم بیایم در حقیقت بی‌مرادی درس به حضور زنده شدن نهفته است. پس فضا را باز کن.

هرکه ماند از کاهلی بی‌شکر و صبر او همین داند که گیرد پای جبر

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۰۶۸)

هرکه جبر آورد خود رنجور کرد تا همان رنجوری‌اش در گور کرد

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۰۶۹)



با درود و سپاس بر تمامی کائنات عالم هستی و آقای شهبازی نازنین.

برنامه، ۹۱۶ غزل، ۴۴۶ و ابیات انتخابی، همراه با تجربیات شخصی.

به نام خداوند عشق

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

مولانای عزیز در این بیت مطلب بسیار مهمی را به ما یادآور می‌شود که یکی از خاصیت‌های مهم من‌ذهنی طعنه زدن و بدگویی کردن است. آن هم زمانی که از جمع و جماعت فاصله‌ات زیاد می‌شود و تغییر رفتار و کردارت آغاز می‌گردد. مورد تمسخر و تحقیر دیگران قرار می‌گیری و تمرکز دیگران بر تو بیش‌تر که یا به‌صورت مستقیم طعنه زدن‌های خود را شروع می‌کنند یا به‌صورت غیرمستقیم با رفتار و کردارشان به تو می‌فهمانند.

زمانی که متعهد شدم به نوشتن برنامه‌ها و کار کردن اساسی، از چپ و راست، از جانب افراد چه اعضای خانواده و چه در جمع همکارانم مورد طعنه و تشنیه و مسخره شدن قرار می‌گرفتم و دوربین دیگران بر روی رفتار و کردارم روشن که گاهی اوقات آرامش درون را از من سلب می‌کرد.

و خود را کنترل که دست از پا خطا نکنم که اسم گنج حضوری روی من گذاشته شده‌است. چراکه بیشتر وقتم صرف برنامه‌ها می‌شد.

در ابتدا درد کشیدن‌های هشیارانه‌ام بیش‌تر بود. ولی با گذشت زمان و جاری شدن خرد در زندگی‌ام دلشده و عاشق این کار شدم و آرامش درونی، طلب و میل و گرایش مرا بیش‌تر و بیش‌تر کرد و آگاهی‌ام نسبت به افرادی که ناآگاه هستند و در این مسیر قرار ندارند بیش‌تر، که از آفرینش خود غافلند.

و کار من‌ذهنی اطرافیانم همین است که برای صیقل دادن و شفاف کردن مرکز در کنارم قرار بگیرند. و کار من‌ذهنی جز تخریب کردن، که خود را تخریب کند تا خدایت را از درونم بیرون بکشد چیز دیگری نیست.

من‌ذهنی کسی را تحسین نمی‌کند.



من ذهنی بزرگی و شرف و شهرت کسی را نمی‌خواهد.

من ذهنی از جنس کمیابی‌ست.

من ذهنی کارش تخریب کردن است.

من ذهنی کارش توهین و طعنه زدن و خساست است.

من ذهنی کارش به واکنش وادار کردن من است.

من ذهنی گدارو و گداصفت است.

و این چپ و راست کردن‌های من‌های ذهنی آواز عشق و زندگی را به گوشم می‌رسانند تا مرا به فلک و به خدایم نزدیک‌تر سازد تا از جمع آن‌ها به‌سوی زندگی پناه برم.

هر نفس آواز عشق می‌رسد از چپ و راست ما به فلک می‌رویم عزم تماشا که راست

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۶۳)

این قاعده و روش زنده شدن به عشق و زندگی‌ست که هرکسی که در این راه قدم بردارد مورد ملامت و سرزنش دیگران قرار می‌گیرد و اما قاعده و روش یک عاشق.

اگر من عاشق و دلشده واقعی هستم باید گوش‌هایم نسبت به من‌های ذهنی کر باشد تا بتوانم ندای درونی آوازه‌های الهی را بشنوم و از روی انتقاد و توهین‌های دیگران مانند آب روان بگذرم و با درد کشیدن‌های هشیارانه تمرین فضاگشایی کنم.

و خودم را مورد بازبینی قرار دهم و به درونم رجوع که آیا من هم در حال طعنه زدن و توهین کردن به دیگران هستم یا به دنبال یافتن عیب و ایراد در آن‌ها؟

و اگر در من وجود دارد در چه سطحی می‌باشد و چه کاری باید انجام بدهم که تا کمرنگ شود؟ بدون این‌که بخواهم واکنشی نسبت به طرف مقابلم داشته باشم.

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

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۴۶)



باید بدانم که این راهی که انتخاب کرده‌ام پر از بلا و پر از فراز و نشیب‌های زیادی می‌باشد. ولی عشق و خداوند چون جدیت مرا در این زمینه می‌بیند پیشوایم است و مرا رها نمی‌سازد.

راهی پر از بلاست ولی عشق پیشواست

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۱۳)

و هرچه در این زمینه فضاگشا تر باشم بیشتر تشویق و تحسین و کمک‌های خداوند را دریافت می‌نمایم و بیشتر در این مسیر مورد آزمایش قرار می‌گیرم تا ناخالصی‌های درونم بیرون آورده شود و مرا بی‌مراد گرداند.

تا مراد از چیزهای مادی از جمله تأیید و توجه از دیگران نخواهم و خداوند از طریق بی‌مرادی می‌خواهد مرا به بهشت فضای یکتایی که وحدت مجدد با خودش هست، راهنمایی کند و از جهت‌ها و سوهای مختلف به من بلا می‌دهد.

بی‌مرادی شد قلاووز بهشت حُفَّتِ الْجَنَّةُ شَنَوِایِ خُوشِ سَرِشْت

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

پیامبر اکرم می‌فرمایند که ای خوش سرشت، و ای انسانی که سرشت نیکو و پسندیده و مجهزه خاصیت سکوت‌شنویی و عدم‌بینی را دارا می‌باشی، بدان که بهشت در ناملایمات و ناکامی‌ها و نامرادی‌ها پیچیده شده‌است و دوزخ که همان میل و خواستن و رسیدن به چیزهای مادی‌ست در جهنم من‌ذهنی، که زندگی را برایمان جهنم می‌سازد.

و این بی‌مرادی‌ها اتفاق می‌افتاد که همانیدگی‌ها که از آن‌ها مراد و خوشی می‌خواستیم و آزرمند که به آن‌ها برسم، از من بگیرد تا مرا به‌سوی خود بکشانند.

در گذشته معنای بی‌مرادی را نمی‌دانستم از آنجایی که کتابخانه در دو شیفت اداره می‌شود، بیشتر اوقات در مورد جابه‌جایی شیفت‌ها با نامرادی‌ها مواجه می‌شدم و همواره احساس قربانی شدن به من دست می‌داد.

هر همکاری که می‌خواست شیفتش را با من جابه‌جا کند واکنش نشان می‌دادم و پذیرش اتفاق لحظه را نداشتم و همیشه از خودم سؤال می‌کردم که چرا برای من این تغییر شیفت صورت می‌گیرد؟!



خداوند همواره از آنجایی که نقطه ضعفم را می‌دانست در همین زمینه مرا بی‌مراد می‌ساخت و این روند ادامه پیدا کرد تا این‌که به نقطه پذیرش خود رسیدم. حال بدون کوچک‌ترین واکنشی قبل از قضاوت کردن ذهنم پذیرش تغییر شیفت‌های کاری را دارم.

چراکه به وضوح از خرد زندگی و هدایای فضاگشایی بهره‌مند می‌شوم که طعم شیرین آن‌ها در فکر و عملم می‌ریزد و شاکر و سپاس‌گزار بی‌مرادی‌هایم می‌باشم که مرا بی‌مراد می‌کند تا به مراد و مقصود نهایی خود برسم.

در نتیجه خداوندا، دیگر نسبت به شرایط موجود و شرایط خانوادگی‌ام ناله و شکایتی ندارم و خودم را به تو می‌سپارم. از تو می‌خواهم که مرا با بی‌مرادی‌ها و چالش‌هایی که در طول روز برایم به وجود می‌آوری صیقل دهی؛ چراکه با هر چالشی که فضاگشایی می‌کنم، خودم را بیشتر به تو نزدیک می‌دانم.

و با صبوری و شکر و پرهیز خرد زندگی در فکر و عملم بیشتر ریخته می‌شود و راه‌حل چالش‌ها برایم آورده و مرا بیشتر عاشق چالش‌ها می‌سازد.

نالَم و ترسم که او باور کند وز کرم آن جور را کمتر کند

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۵۶۹)

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

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

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۸۷)

پر انرژی و سالم بمانید.