

# کنج حضور

متن کامل پیام‌های تلفنی

۲-۱۰۰۸

اجرا: آقای پرویز شهبازی

تاریخ اجرا:

سه شنبه ۱۲ تیر ۱۴۰۳

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



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

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۹۵)

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

(پرویز شهبازی، برنامه گنج حضور شماره ۹۰۷)

متن کامل پیام‌های بینندگان برنامه ویژه پیام‌های تلفنی ۲-۱۰۰۸

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

(برگرفته از مقدمه دفتر چهارم مثنوی، مولوی)

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

همراهان عشق در تایپ، ویرایش و بازبینی برنامه گهر بار ۲-۱۰۰۸		
یلدا مهدوی از تهران	لیلی حسینقلی‌زاده از تبریز	مهردخت عراقی از چالوس
مژگان نقی‌زاده از فرانکفورت	فاطمه جعفری از فریدون‌کنار	الهام فرزامنیا از اصفهان
فاطمه اناری از کرج	مرضیه شوشتری از پردیس	فاطمه مداح از سمنان
زهرا عالی از تهران	فاطمه زندی از قزوین	ناهید سالاری از اهواز
اعظم جمشیدیان از نجف‌آباد	گودرز محمودی از لرستان	فرشاد کوهی از خوزستان
مریم مهرپذیر خیابانی از تبریز	شاپرک همتی از شیراز	امیر حسین حمزه‌ئیان از رشت
کمال محمودی از سنندج	رویا اکبری از تهران	شبیم اسدپور از شهریار
راضیه عمادی از مرودشت	الهام عمادی از مرودشت	پارمیس عابسی از یزد
خانم نصرت ظهوریان از سنندج	عارف صیفوری از اصفهان	فرزانه پورعلی‌رضا از تهران
الهام بخشوده‌پور از تهران	بهرام زارعی‌پور از کرج	مریم زندی از قزوین
<b>با تشکر از دوستان بیننده که با ارسال متن پیام‌هایشان ما را یاری دادند.</b>		
جهت ارسال متن پیام یا تصویر پیام و یا همکاری با گروه متن برنامه‌های گنج حضور با آیدی زیر در تلگرام تماس حاصل کنید.		
<b>@zarepour_b</b>		
لطفاً پیام‌های خوانده شده روز جمعه را تا ساعت ۱۲ ظهر شنبه ارسال نمایید.		
کانال گروه متن کامل برنامه‌های گنج حضور در تلگرام:		
<a href="https://t.me/ganjehozourProgramsText">https://t.me/ganjehozourProgramsText</a>		

ردیف	پیام دهنده	صفحه
۱	<u>خانم فاطمه از مازندران</u>	۵
۲	<u>خانم‌ها کیمیا و آنیا و سامیه (کودکان عشق) و خانم بیننده از بندرعباس</u>	۷
۳	<u>خانم آرزو از اردبیل</u>	۱۰
۴	<u>خانم طاووس از تهران</u>	۱۲
۵	<u>خانم زهرا از پیرانشهر با سخنان آقای شهبازی</u>	۱۶
۶	<u>خانم مینا از تهران با سخنان آقای شهبازی</u>	۲۴
۷	<u>آقای محسن و همسرشان از خوزستان با سخنان آقای شهبازی</u>	۳۳
۸	<u>سخنان آقای شهبازی</u>	۴۰
	◇ ◇ ◇ پایان بخش اول ◇ ◇ ◇	۴۲
۹	<u>خانم‌ها ماندانا و مهرگان از شیراز با سخنان آقای شهبازی</u>	۴۳
۱۰	<u>خانم فاطمه از کرج با سخنان آقای شهبازی</u>	۵۱
۱۱	<u>خانم فرناز و خانم نیوشا از یزد با سخنان آقای شهبازی</u>	۵۷
۱۲	<u>سخنان آقای شهبازی</u>	۶۳
۱۳	<u>آقای محمد از تهران با سخنان آقای شهبازی</u>	۶۶
۱۴	<u>خانم بیننده از خوزستان با سخنان آقای شهبازی (ادامه ردیف ۷)</u>	۶۹
	◇ ◇ ◇ پایان بخش دوم ◇ ◇ ◇	۷۳
۱۵	<u>خانم نجما از گلستان</u>	۷۴
۱۶	<u>خانم آناهیتا از بجنورد با سخنان آقای شهبازی</u>	۸۰



صفحه	پیام دهنده	ردیف
۸۸	<u>آقای علی و کودک عشق از خوزستان با سخنان آقای شهبازی</u>	۱۷
۹۳	<u>خانم سعیده از تهران</u>	۱۸
۹۶	<u>سخنان آقای شهبازی</u>	۱۹
۹۹	<u>خانم گلی از هرمزگان</u>	۲۰
۱۰۱	<u>خانم زینب از مازندران</u>	۲۱
۱۰۳	<u>آقای حسین از تهران</u>	۲۲
۱۰۷	<u>آقای افشین از لرستان با سخنان آقای شهبازی</u>	۲۳
۱۱۱	<u>خانم عدرا از کانادا با سخنان آقای شهبازی</u>	۲۴
۱۱۵	◇ ◇ ◇ پایان بخش سوم ◇ ◇ ◇	





۱- خانم فاطمه از مازندران

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فاطمه]

**خانم فاطمه:** الهی شکر و سپاس، شکر وجودتان، شکر وجود خانواده بزرگ گنج حضور.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.

**خانم فاطمه:** درباره بی‌مرادی است، مواجه شدن با بی‌مرادی‌ها باعث فضاگشایی، توکل، صبر، تسلیم در برابر اتفاق لحظه می‌شود. اگر فضاگشایی عظیم و عمیق در برابر ناکامی‌ها و بی‌مرادی‌ها داشته باشیم، آن وضعیت چون نوری نرم می‌شود و ما هیچ واکنشی نشان نمی‌دهیم. پس بگذاریم ناکامی‌ها بیایند، پیغام عشق را بگیریم، چه عیبی به ما نشان می‌دهد؟ یاد بگیریم از دست دادن‌ها باعث رهایی است و یاد بگیریم جنس ما آلت است. همیشه در طرب و شادی است و با کم و زیاد شدن بالا و پایین نشویم، ثبات و ریشه داشته باشیم.

**پس ریاضت را به جان شو مشتری  
چون سپردی تن به خدمت، جان بری**

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۳۹۶)

**ور ریاضت آیدت بی‌اختیار  
سر بنه، شکرانه ده، ای کامیار**

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۳۹۷)

**چون حقت داد آن ریاضت، شکر کن  
تو نکردی، او کشیدت زامر کن**

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۳۹۸)

**کافیم، بدهم تو را من جمله خیر  
بی‌سبب، بی‌واسطه یاری غیر**

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۱۷)

**کافیم بی نان تو را سیری دهم  
بی سپاه و لشکرت میری دهم**

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۱۸)

آقای شهبازی عزیز، مطلبم تمام شد.

**آقای شهبازی:** خیلی ممنون.



آقای شهبازی: بفرمایید از کجا زنگ می‌زنید؟

خانم فاطمه: من فاطمه هستم از مازندران.

آقای شهبازی: از مازندران.

خانم فاطمه: از زحمات شما بی‌نهایت تشکر می‌کنم. از تمام کسانی که به ما در این راه کمک می‌کنند. از پیام‌هایی که می‌فرستند. و این برنامه خیلی به من کمک کرد آقای شهبازی عزیز.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم فاطمه: آموزه‌های مولانا، بیانات شیوای شما در این راه خیلی خیلی به ما کمک کرده، باعث تغییرات زیادی هم روی خودم، هم روی خانواده‌ام خیلی، دست شما درد نکند.

آقای شهبازی: عالی!

خانم فاطمه: از تمام عزیزان واقعاً تشکر می‌کنم.

آقای شهبازی: عالی، عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم فاطمه]

[لیست ↑](#)



۲- خانم‌ها کیمیا و آنیا و سامیه (کودکان عشق) و خانم بیننده از بندرعباس

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم کیمیا]

خانم کیمیا: سلام، کیمیا حاجی پور هستم از بندرعباس، می‌خواهم برایتان شعر مولانا بخوانم.

آقای شهبازی: بفرمایید خواهش می‌کنم.

خانم کیمیا: من با اجازه‌تان شروع می‌کنم.

درین خاک درین خاک در این مزرعه پاک  
به جز مهر به جز عشق، دگر تخم نکاریم  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۴۷۵)

آقای شهبازی: آفرین!

خانم کیمیا: با اجازه‌تان گوشی را می‌دهم به دختر دایی‌ام.

آقای شهبازی: خیلی خب.

خانم آنیا: سلام آنیا هستم، نه‌ساله از بندرعباس.

آقای شهبازی: بله، سلام، بفرمایید.

خانم آنیا:

کافیم، بدهم تو را من جمله خیر  
بی سبب، بی واسطه یاری غیر  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۱۷)

کافیم بی نان تو را سیری دهم  
بی سپاه و لشکرت میری دهم  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۱۸)

بی بهارت نرگس و نسرين دهم  
بی کتاب و اوستا تلقین دهم  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۱۹)





کافیم بی داروت درمان کنم  
گور را و چاه را میدان کنم  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۲۰)

آقای شهبازی: آفرین!

خانم آنیا: با اجازه‌تان گوشی را می‌دهم به دوستم.

آقای شهبازی: آفرین! بفرمایید.

خانم سامیه: سلام، من سامیه هستم، می‌خواهم برایتان شعر مولانا را بخوانم.

آقای شهبازی: بله بله، بفرمایید.

خانم سامیه:

خوش باش که هرکه راز داند  
داند که خوشی خوشی کشاند

شیرین چو شکر تو باش شاکر  
شاکر هر دم شکر ستاند  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۱۲)

آقای شهبازی: خیلی خب، آفرین!

خانم سامیه:

هله نومید نباشی که تو را یار براند  
گرت امروز براند، نه که فردات بخواند

در اگر بر تو ببندد، مرو و صبر کن آن جا  
ز پس صبر تو را او به سر صدر نشاند

و اگر بر تو ببندد همه ره‌ها و گذرها  
ره پنهان بنماید که کس آن راه نداند



نه که قصاب به خنجر چو سر میش بُرد  
نَهلد کشته خود را کُشد آن گاه کِشاند

چو دم میش نمآند، ز دم خود کُندش پُر  
تو ببینی دم یزدان به کجاهات رساند

(مولوی، دیوان شمس، ۷۶۵)

آقای شهبازی: آفرین! ولی یک کمی یواش‌تر بخوانید، خیلی بهتر می‌شود.

خانم سامیه: چشم.

آقای شهبازی: بله ممنونم. کس دیگری هم هست؟

خانم سامیه: بله، عمه‌ام.

آقای شهبازی: خیلی خب، بفرمایید. [خنده آقای شهبازی]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم بیننده]

آقای شهبازی: این بچه‌ها اشعار را یک کمی یواش‌تر بخوانند، خیلی بهتر می‌شود.

خانم بیننده: چشم.

آقای شهبازی: خیلی ممنون. عالی!

خانم بیننده: استاد به آن‌ها می‌گوییم، هیجان‌زده می‌شوند دیگر، می‌گویند دیگر عمه دیگر صوت می‌رود بالا، تندتند می‌خوانیم.

آقای شهبازی: ممنون از شما که زحمت می‌کشید و این ابیات را به بچه‌ها یاد می‌دهید. عالی!

خانم بیننده: سلامت باشید استاد. ممنون از شما. خواستم تشکر کنم. خیلی زحمت می‌کشید. خیلی خیلی ما داریم از برنامه شما استفاده می‌کنیم، واقعاً لذت می‌بریم. زندگی ما را بهشت کردید. خیلی ممنون. سپاس‌گزارم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم بیننده]

[لیست ↑](#)



### ۳- خانم آرزو از اردبیل

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم آرزو]

خانم آرزو: من از خدا تشکر می‌کنم، از خدا خیلی تشکر می‌کنم، یک کمی هول کردم. اولین بار است زنگ می‌زنم. آقای شهبازی: نفس عمیق بکشید لطفاً.

خانم آرزو: خیلی چالش‌ها بعد از تماس‌هایم هم اتفاق افتاده برای من، خیلی، که من را از این برنامه جدا کند، ولی خدا را شکر می‌کنم که توانستم روی پا بایستم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم آرزو: و از این راه معنوی و بسیار عالی جدا نشوم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم آرزو: چالش‌هایی که هم از بابت معنوی و هم از بابت مالی برایم اتفاق افتاده که نگذارد توی این برنامه، توی این راه باشم. با بچه‌هایم، با خانواده‌هایم، با آشناهایم، با همه و نمی‌دانم، خدایا کمک کن.

استاد خوب هستید شما؟

آقای شهبازی: من بله، خیلی ممنون.

خانم آرزو: قربان شما. شکر می‌کنم، هر لحظه از پشت تلویزیون دست شما را می‌بوسم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، خیلی ممنون از شما که به این برنامه توجه می‌کنید، مواظب خودتان و هشیاری‌تان هستید، حس مسئولیت می‌کنید.

خانم آرزو: نمی‌دانم، نمی‌دانم هشیاری‌ام را نمی‌دانم چقدر است، ولی یک ماجراهایی اتفاق می‌افتد در زندگی‌ام که واقعاً، دارم می‌لرزم! یک اتفاقاتی توی زندگی‌ام می‌افتد که واقعاً می‌فهمم که من به یک جایی وصلم، به یک جای بزرگی که اصلاً نمی‌دانم این معنویات، این انرژی از کجا می‌آید؟!

آقای شهبازی: آفرین!

خانم آرزو: که هم خانواده‌ام را تضمین می‌کند، هم خودم را.

آقای شهبازی: آفرین!



**خانم آرزو:** با کسی که قهری دارم بعد یک روز، بعد یک ساعت سعی می‌کنم با او آشتی کنم، خودم پیش‌قدم می‌شوم. این از پیشرفت‌هایم است استاد.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم آرزو:** نمی‌دانم کار خوبی می‌کنم یا یک پیغامی می‌آید که این‌کار را بکن.

**آقای شهبازی:** بله، بله، بله.

**خانم آرزو:** دیگر شعرها را حفظ می‌کنم. بعد از آن زمانی که گفتم «روزها فکر من این است و همه شب سخنم» به خوابم آمدید و این شعر را به من گفتید، بعد از آن چندتا شعر را حفظ کردم. بعد از ۱۰۰۳ این‌ها، همه‌شان را حفظم، ولی الان نمی‌توانم بخوانم.

**آقای شهبازی:** خیلی خوب.

**خانم آرزو:** با خودم می‌خوانم این‌ها را، همه را می‌خوانم.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین!

**خانم آرزو:** هر روز هم تکرار می‌کنم. اگر یک اتفاقاتی هم بیفتد که من را سعی کند جدا کند، باز زود برمی‌گردم به این برنامه، باز زود خودم را می‌رسانم به قافله.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین! خیلی خوب.

**خانم آرزو:** به همهٔ بینندگان هم سلام می‌رسانم، همه‌شان خیلی لطف می‌کنند، زحمت می‌کشند، همهٔ آن‌هایی که انرژی مثبتشان را می‌فرستند برای ما. دیگر مزاحم نشوم استاد، وقت مردم را نگیرم.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.

**خانم آرزو:** بعد من هر چقدر بتوانم می‌کوشم.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم آرزو]

[لیست ↑](#)

۴- خانم طاووس از تهران

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم طاووس]

آقای شهبازی: طاووس خانم، چه عجب! بله قبلاً زنگ می‌زدید.

خانم طاووس: خواهش می‌کنم کم سعادتم ما. البته الحمدلله خط‌ها هم شلوغ است و خدا را شکر مشتاقان همه در صف هستند. الحمدلله که وصل شد. خدا را شکر.

آقای شهبازی: ممنونم.

خانم طاووس: خواهش می‌کنم. آقای شهبازی هر بار که برنامه زنده است، ما قبلش فکر می‌کنیم که دیگر مثلاً چه مطلبی مانده که مثلاً چه غزلی را شما می‌خواهید، حالا دو هفته یک باری که شده، من فکر می‌کنم با خودم که دیگر همه چیزها را مثلاً از شکر و صبر و همه چیز دیگر مثلاً به گوش ما خورده، ولی واقعاً هر بار سورپرایز (متعجب ساختن: Surprise) می‌کنید ما را شما.

این مثلاً غزل ۱۰۰۸ برنامه اخیر، برنامه ۱۰۰۸ غزل ۱۹۱ که انتخاب فرمودید این قدر این جالب بود که واقعاً نشان می‌داد که

### بی‌نهایت حضرت است این بارگاه

### صدر را بگذار، صدر توست راه

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۶۱)

یعنی از این دریای عمیق شما یک گوهر و دُرّی درمی‌آورید که ما واقعاً چشم‌هایمان منور می‌شود و ممنون از این انتخاب‌های زیبای شما و توضیحاتی که عالی هستند. باز تشکر می‌کنم.

آقای شهبازی: ممنون، خواهش می‌کنم.

خانم طاووس: یک پیغام کوچکی هم درباره برنامه ۱۰۰۸ آماده کردم با اجازه‌تان به اشتراک می‌گذارم.

آقای شهبازی: بله بله. بفرمایید. خواهش می‌کنم.

خانم طاووس: غزل ۱۹۱

### بیدار کن طرب را، بر من بزن تو خود را

### چشمی چنین بگردان، کوری چشم بد را

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۹۱)

برای بیدار کردن طرب، قدم اول شناخت طرب است و دانستن فرق مابین شادی ذات اصیل ما که همان شادی بی‌سبب خداوندی است با خوشی‌های آفل و گذرا ناشی از زیاد شدن همانیدگی‌های مرکز ما، که این همانیدگی‌ها باعث لگدکوب شدن جان حقیقی ما می‌شود.

**جان، همه روز از لگدکوب خیال  
وز زیان و سود، وز خوف زوال**  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۱۱)

**نی صفا می‌ماندش، نی لطف و فر  
نی به سوی آسمان، راه سفر**  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۱۲)

خوف: ترس  
زوال: نیست شدن، زوده شدن، از بین رفتن  
لگدکوب: لگدکوبی، مجازاً رنج و آفت

بنابراین اگر با گوش ذهنی خود بخواهیم طرب را معنی کنیم، راه به جایی نخواهیم داشت و این همان چراغ ابتر است.

**باد، تند است و چراغم آبتری  
زو بگیرانم چراغ دیگری**  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۱۰۸)

آبتر: ناقص و به‌دردنخور

و این شناخت باعث می‌شود که طلب و کشش ما در توجه به مرکزمان بیشتر و بیشتر شود و با فضاگشایی در خود عنصری ثابت و همیشگی را شناسایی کنیم که شادی‌اش بستگی به عوامل و شرایط بیرونی ندارد.

**مرا عهدی‌ست با شادی که شادی آن من باشد  
مرا قولی‌ست با جانان که جانان جان من باشد**  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۷۸)

از کلمه بیدار کن، متوجه می‌شویم که این کار توسط خود زندگی انجام می‌شود و ما فقط باید طلب این مسئله را داشته باشیم و با پذیرش و تسلیم فضای درونمان را باز کرده تا خداوند یا زندگی بتواند طرب به خواب‌رفته در ما را بیدار کند و دست از سبب‌سازی‌های ذهنی برداریم تا خداوند بتواند خودش را بر ما بزند.



یعنی بتواند با مرکز ما تماس پیدا کند و از جمله «بر من بزن تو خود را»، معلوم می‌شود که در این جا هم فقط خداوند است که قدرت این کار را دارد، ولی برای انجام این کار مرکز ما باید از جنس اولیة خود یعنی آلت شود تا او امکان تماس با ما را داشته باشد، چرا که زندگی هر لحظه در کار عدم کردن مرکز همانیده ماست.

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

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۴۵۸)

حالا این سؤال پیش می‌آید که با این همه طلب و کشش زندگی، پس چرا کار تبدیل در ما صورت نمی‌گیرد و مانع این کار چیست؟ در مصرع دوم بیت داشتیم که «چشمی چنین بگردان، کوری چشم بد را»، این چشم بد همان تأثیر من‌ذهنی مرکز ماست که با تمام ابزار و علل‌های خودش دست‌به‌کار است، تا محل فرمانروایی خودش را از دست ندهد و می‌خواهد هویت خودش را با نگه داشتن همانیدگی‌های مرکز ما حفظ کند و ما را می‌ترساند که با از دست دادن این همانیدگی‌ها دچار فقر شدید، تنهایی و هزار محرومیت دیگر می‌شوی.

## تو چو عزم دین کنی با اجتهاد دیو بانگت برزند اندر نهاد

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۳۲۶)

## که مرو زآن سو، بیندیش ای غوی که اسیر رنج و درویشی شوی

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۳۲۷)

## بینوا گردی، ز یاران و ابری خوار گردی و پشیمانی خوری

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۳۲۸)

غوی: گمراه

و شما هم فرمودید که کافی نیست بگوییم بیدار کن طرب را، باید فرعون من‌ذهنی را از کار بیندازیم. حالا که طرب واقعی که همان شادی بی‌سبب و اصیل درون ماست را شناختیم، باید بی‌محابا و بدون هیچ رحم و ملاحظه‌ای با انداختن همانیدگی‌ها و نقش‌ها و سبب‌های ذهنی فضای درون را باز کرده و خانه کعبه دل را از آلودگی‌ها پاک کنیم تا خداوند بتواند به درون خانه ما قدم بگذارد و با ما تماس بگیرد و تمام برکاتش را در



وجود ما مستقر کند و ما شایسته دریافت هدایای بزرگ زندگی مانند طرب، صنّ، آفرینش و هزاران دستاورد دیگر شویم.

لیک حاضر باش در خود، ای فتی

تا به خانه او بیابد مر تو را

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۶۴۳)

ورنه خلعت را برد او بازپس

که نیابیدم به خانه هیچکس

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۶۴۴)

فتی: جوان مرد، جوان

خلعت: لباس یا پارچه‌ای که خانواده داماد به عروس یا خانواده او هدیه می‌دهند، مجازاً هدیه

و در نتیجه این فضاگشایی و تسلیم تا بتوانیم به‌عنوان انسان که تنها نامزد خداوند در هستی است، بوسه‌ای از او دریافت کنیم و لذت شیرینی حضور را تجربه کنیم.

در واقعه بدیدم، کز قند تو چشیدم

با آن نشان که گفتم این بوسه نامزد را

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۹۱)

تمام شد استاد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین، آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم طاووس]

[لیست](#)

## ۵- خانم زهرا از پیرانشهر با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم زهرا]

**خانم زهرا:** آقای شهبازی من تقریباً دو سال پیش با برنامه‌های آقای قویدل آشنا شدم. دو سال است با آموزه‌های ایشان کار کردم. از بهار هم، از بهار امسال هم تقریباً برای رمضان شما یک برنامه‌ای گذاشتید، شب قدر، از آن موقع هم دارم برنامه‌های شما را گوش می‌دهم.

**آقای شهبازی:** بله.

**خانم زهرا:** قبلاً هم شنیده بودم، ولی راستش مثلاً حالی نمی‌شدم ولی از بهار کلاً از برنامه شب قدر من مرتب برنامه شما را هر روز گوش می‌دهم.

**آقای شهبازی:** بله، بله.

**خانم زهرا:** دست و پا شکسته یک چیزهایی حالی شدم، اجرا می‌کنم، عملی می‌کنم، شعرها را می‌خوانم، حفظ می‌کنم.

**آقای شهبازی:** بله.

**خانم زهرا:** من توی خانواده مذهبی بزرگ شدم، پندار کمال داشتم آن هم در حد زیادی، ولی حالا فهمیده‌ام که ورشکسته هستم.

**آقای شهبازی:** [خنده آقای شهبازی] چرا خانم؟

**خانم زهرا:** [خنده خانم زهرا] می‌گوید:

از هر جهتی تو را بلا داد  
تا باز کشد به بی‌جهات  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۶۸)

از هر جهتی بلا آمده.

**آقای شهبازی:** بله.

**خانم زهرا:** ولی شکر خدا دارم روی خودم کار می‌کنم، بچه‌های جوانی دارم.

**آقای شهبازی:** بله.



خانم زهرا: با تکرار ابیات علی‌الخصوص این بیت که می‌گوید:

## یار در آخرزمان، کرد طرب‌سازی‌ای باطن او جدّ جدّ، ظاهر او بازی‌ای (مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۱۳)

هر دفعه که می‌خواهم اشتباه کنم، با آن شعر من به خودم می‌آیم می‌گویم ارزش ندارد. یعنی قبلاً فکر می‌کردم مثلاً هر کاری که انجام می‌دهم باید بهتر از این که می‌توانم انجام بدهم، همان سبب‌سازی‌های ذهنی که اصلاً ما از اول دقیقاً فکر می‌کنم برعکس تربیت شدیم، درست برعکس آموزه‌های مولانا.  
آقای شهبازی: بله.

خانم زهرا: اگر نه این همه تقوا و زهد و همان همه‌اش که ساختگی بوده، می‌بایست تا حالا ما زنده می‌شدیم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! فرمودید از کجا زنگ می‌زنید؟ اولش نشنیدیم.

خانم زهرا: از شهرستان پیرانشهر استان آذربایجان غربی.

آقای شهبازی: آهان! خیلی خوب.

خانم زهرا: من گُرد هستم. گُردزبان هستم.

آقای شهبازی: خیلی خوب، خیلی خوب. خوب آن شب قدر را که مولانا برای شما توصیف کرد، شما مذهبی هم هستید قبول کردید؟

خانم زهرا: بله، بله. من زیاد روزه می‌گرفتم، نماز، عبادتم، هر لحظه به اصطلاح توی من‌ذهنی، خودم را یک پاکدامن احساس می‌کردم. حتی از دو بار نگاه کردن به یک مرد نامحرم هم پرهیز می‌کردم که درست برعکس بود.

نمی‌دانم خدا نمازهایم را، روزه‌هایم را [صدا مبهم است] می‌گویم وصل نشدیم، ولی شکر خدا با این آموزه‌ها وقت می‌گذارم، سعی می‌کنم اکثراً صبح‌ها سه چهار ساعت، بعد از ظهرها یعنی بیشتر کارم شده، زندگی‌ام شده این آموزه‌ها.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین، آفرین!

خانم زهرا: کار می‌کنم، شعرها را می‌خوانم، تکرار می‌کنم. مثلاً اول‌هایش یک کم سخته بود. یکی هم با آن غزل شماره ۱۳۵۸ که تولد خودم بود،



به گوشِ دل پنهانی بگفت رحمت کُل  
که هرچه خواهی می‌کن، ولی ز ما مَسْکُل  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۵۸)

مَسْکُل: مگسل، جدا نشو.

هی فکر می‌کردم که یک چیزی دارد صدایم می‌کند می‌گوید برگرد، جذب برنامه‌های شما شدم که درست بعد از شب قدر بود آن غزل هم، آن برنامه‌تان.

آقای شهبازی: آفرین! بله، بله.

خانم زهرا: دیگر کم‌کم جذب برنامه‌های شما شدم. ولی حدوداً سه هفته هست که مرتب تماس می‌گیرم که موفق نشدم، امروز شکر خدا موفق شدم که تماس بگیرم با شما.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم زهرا: خوشحالم.

آقای شهبازی: خیلی ممنون. ان شاءالله موفق باشید.

خانم زهرا: قربانتان بروم آقای شهبازی. سلامت باشید. اگر اجازه بدهید چند بیت هم شعر بخوانم.

آقای شهبازی: بله، بله البته، بله.

خانم زهرا:

یار در آخرزمان، کرد طَرَب‌سازی‌ای  
باطنِ او جِدِّ جِدِّ، ظاهرِ او بازی‌ای  
جملهٔ عشاق را یار بدین علم گُشت  
تا نَکُند هان و هان، جهلِ تو طنّازی‌ای  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۱۳)

آقای شهبازی من آن ابیاتی را که به‌نظر خودم مثلاً کلیدی بودند یادداشت کردم، حفظ هم هستم. دیروز کوه بودیم تو راه که می‌آمدم خیلی از ابیات خودشان می‌آمدند. راست می‌گویند آقای شهبازی ابیات خودشان می‌آیند.

آقای شهبازی: آفرین! می‌آیند، بله.

**خانم زهرا:** به ذهنت می‌آیند، هر لحظه آدم که تکرار کند. اولش شاید نتیجه‌نگیری، ولی بعد از مدتی ابیات خودشان حکمت‌اند، توی ذهنت مرور می‌شوند می‌آیند، یادت می‌آید که بگویی. می‌گوید:

**رفته ره درشت من، بار گران ز پشت من  
دلبر بردبار من، آمده برده بار من**  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۸۳۷)

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم زهرا:** یا این‌که من تا حالا نمی‌دانستم که روی سفره خداوند مهمان هستم.

**هرکه دور از دعوت رحمان بُود  
او گداچشم است، اگر سلطان بُود**  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۸۸)

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم زهرا:** خبر نداشتم روی چه سفره‌ای نشستم. هر لحظه می‌خواستم خودم، خودم را یک جوری نشان بدهم به خانواده‌ام، به مردم یا از دیگران طلب این‌که به من مثلاً نمی‌دانم آقای شهبازی، به من توجه کنند، به من غرور بدهند، تأییدم کنند که آشپز خوبی است، زن نمونه‌ای است، مادر دلسوزی است.

ولی می‌دانم اگر بچه‌هایم هم حالا مشکلی دارند، مشکل از من است یا شوهرم. می‌دانم همه مسئولیت‌ها روی دوش خودم است. اگر خدا بخواهد ان‌شاءالله می‌خواهم برگردم و درستشان کنم.

**آقای شهبازی:** ان‌شاءالله.

**خانم زهرا:** که درستشان کنم نه! [خنده خانم زهرا] باز هم بروم توی من‌ذهنی، نه! همان‌جا که آدم حضور داشته باشد، خودش همه‌چیز درست می‌شود.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم زهرا:** سخت است ولی الحمدلله کم‌کم مثل اتصال برق دارد می‌گیرد من را.

**آقای شهبازی:** آفرین! اخیراً از دفتر ششم داستان دزدان و سلطان محمود، یک ابیاتی راجع به هنرهایی که انسان یاد می‌گیرد در این جهان به آن‌ها همان‌بده می‌شود. شما این‌ها را؟

**خانم زهرا:** «آن هنرها جمله غول راه» بله آقای شهبازی.





**آقای شهبازی:** این‌ها را از اولش پس بخوانید. «هر یکی خاصیت خود را نمود» از این‌جا بخوانید اگر بلد هستید.

**خانم زهرا:** به خدا آن‌ها را زیاد بلد نیستم، ولی می‌گویم دست و پا شکسته مثلاً از هر.

**آقای شهبازی:** خب هرچه بلد هستید بخوانید.

## هر یکی خاصیت خود را نمود آن هنرها جمله بدبختی فزود (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۹۱۰)

همین الان گفتید که آشپزی افتخار می‌کردید.

**خانم زهرا:** بله.

**آقای شهبازی:**

## آن هنرها گردن ما را ببست ز آن مناصب سرنگون ساریم و پست (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۹۱۱)

مناصب: جمع منصب، درجه، مرتبه، مقام

**خانم زهرا:** «ز آن مناصب سرنگون ساریم و پست»

**آقای شهبازی:** «آن هنر فی جیدنا»

**خانم زهرا:** «حَبْلٌ مَسَدٌ»

**آقای شهبازی:** «حَبْلٌ مَسَدٌ» بله. «روز مُردن»؟

**خانم زهرا:** به خدا آن‌ها را خوب بلد نیستم آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** [خنده آقای شهبازی] «نیست ز آن فن‌ها مدد».

## آن هنر فی جیدنا حَبْلٌ مَسَدٌ روز مُردن نیست ز آن فن‌ها مدد (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۹۱۲)

«فی جیدها حَبْلٌ مِنْ مَسَدٍ.»

«و بر گردن ریسمانی از لیف خرما دارد.»

(قرآن کریم، سوره مسد یا لهب (۱۱۱)، آیه ۵)

## جز همان خاصیت آن خوش‌حواس که به شب بُد چشم او سلطان‌شناس (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۹۱۳)

خانم زهرا: بله.

آقای شهبازی: «آن هنرها جمله گول راه بود»، «غیر چشمی کو»

خانم زهرا: «کو ز شه آگاه بود»

آقای شهبازی: آفرین! «غیر چشمی کو ز شه آگاه بود» بله، آفرین!

## آن هنرها جمله گول راه بود غیر چشمی کو ز شه آگاه بود (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۹۱۴)

این ابیات خیلی مهم هستند، خیلی مهم هستند.

خانم زهرا: بله، بله.

آقای شهبازی: چون شما اشاره کردید. واقعاً «ز آن مناصب»، «مناصب» می‌تواند منصب‌ها، نقش‌ها، می‌تواند همه‌چیز باشد. الآن شما گفتید، می‌خواهم مادر خوبی باشم، می‌خواهم پدر خوبی باشم، می‌خواهم آشپز خوبی باشم.

خانم زهرا: انسان نمونه‌ای که مردم توجهشان به من باشد که من چقدر با احساسم، چقدر زن سربه‌راهی هستم، نمی‌دانم استاد از بچگی درست برعکس رفتیم دیگر.

آقای شهبازی: هر کاری که برای جلب توجه مردم است باطل است. هر کاری که می‌کنیم برای گرفتن تأیید باطل است.

خانم زهرا: همیشه خواستم مادر بهتری باشم، مثلاً همسر وفادارتری باشم، همسر دلسوزتری باشم استاد. می‌دانم درست برعکس عمل کرده، حالا مشکلات زیادی توی زندگی مان هستش. ان‌شاءالله این‌ها برطرف بشوند. نمی‌دانم می‌گوید «از هر جهتی تو را بلا داد» می‌دانم بلا داده، خودش هم می‌کشد آقای شهبازی.

آقای شهبازی: بله. «كُلُّ شَيْءٍ مَّسْوِيٌّ لِلَّهِ بَاطِلٌ» این بیت را هم بلد هستید؟

خانم زهرا: «كُلُّ شَيْءٍ مَّسْوِيٌّ لِلَّهِ بَاطِلٌ» نه والله آقای شهبازی الآن یادم نیستش.



آقای شهبازی: خیلی خوب، حالا یکی می‌آید می‌خواند، اولش است.

دید روی جز تو شد غلّ گلو  
کُلُّ شَيْءٍ مَّاسُویِ اللّهِ بَاطِلٌ

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۹۸)

غُلّ: زنجیر

«إِنَّا جَعَلْنَا فِي أَعْنَاقِهِمْ أَغْلَالًا فَهِيَ إِلَى الْأَذْقَانِ فَهُمْ مُقْمَحُونَ.»

«و ما بر گردن‌هایشان تا زَنخها غُلّ‌ها نهادیم، چنان که سرهایشان به بالاست و پایین‌آوردن نتوانند.»

(قرآن کریم، سوره یس (۳۶)، آیه ۸)

ممنونم. خیلی زیبا!

خانم زهرا: خوشحال شدم، قربانتان بروم. ان‌شاءالله بتوانم این راه را ادامه بدهم.

آقای شهبازی: بله، ادامه می‌توانید بدهید، می‌توانید بدهید، متعهد و مخصوصاً آن‌هایی که دینی بوده‌اند،

یواش‌یواش خواهند دید، دینی مخصوصاً آن‌هایی که با قرآن و حدیث آشنا هستند، این‌ها خیلی مهم هستند،

یواش‌یواش خواهید دید که همه‌چیز سر جایش می‌افتد.

هر چیزی که خواندید قبلاً متوجه نشدید، الآن یواش‌یواش با این ابیات مولانا دارید معنی واقعی‌اش را می‌فهمید.

ممنونم از شما.

خانم زهرا: بله، بله. آقای شهبازی اگر اجازه بدهید؟

آقای شهبازی: جانم؟ بله، بله.

خانم زهرا: من زیاد یادداشت‌برداری برمی‌دارم، خوب؟

آقای شهبازی: بله.

خانم زهرا: مثلاً امکانش هست از وقتی که برنامه شما را نگاه می‌کنم، من یک دفتر ۲۰۰ برگ را حداقل چهار تا

غزل را من تمام کردم، یادداشت‌برداری کردم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم زهرا: برای من سؤال شده بود، خدایا چرا من مثلاً نمی‌توانم عمل کنم! ولی همین فهمیدن که می‌گویید

«چراغم اَبْتَری» «زو بگیرانم چراغ دیگری» که همان چراغ دیگر که باید تبدیل بشود به عمل، من این نکته را

تازه فهمیدم.



**آقای شهبازی:** بله، بله. صبر هم چیز خوبی است خانم. [خنده آقای شهبازی] مولانا هی می‌گوید صبر. صبر، صبر، صبر. یک بیت راجع به صبر بخوانید.

خانم زهرا: می‌گوید:

**صبر همی‌گفت که من مژده ده وصلم از او  
شکر همی‌گفت که من صاحب انبارم از او**  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱۴۲)

**آقای شهبازی:** بله. یک بیتی هم هست که کیمیا توی آن است؟ «صد هزاران»

خانم زهرا: «کیمیا، حق آفرید»، «کیمیایی همچو صبر» چی ندید؟

**آقای شهبازی:** بله، «آدم ندید»

خانم زهرا: «همچو صبر آدم ندید» بله آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** بله «کیمیایی همچو صبر، آدم ندید»

**صد هزاران کیمیا، حق آفرید  
کیمیایی همچو صبر، آدم ندید**  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۵۴)

صبر کیمیایی است که من‌ذهنی را تبدیل به طلای خالص یعنی هشیاری خالص می‌کند، ما را با خداوند یکتا متحد می‌کند، ما هم یکتایی را تجربه می‌کنیم. ممنونم. عالی، عالی!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم زهرا]

[↑ لیست ↑](#)

## ۶- خانم مینا از تهران با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم مینا]

خانم مینا: الهی که سایه‌تان برقرار باشد آقای شهبازی عزیز.

آقای شهبازی: از کجا زنگ می‌زنید؟

خانم مینا: وقتی بعضی‌ها زنگ می‌زدند و هول می‌شدند، همیشه با خودم می‌گفتم چه‌جوری هست که این‌ها دچار استرس می‌شوند و این‌ها و الآن خودم این حالت را پیدا کردم. من از ایران، از تهران تماس می‌گیرم. مینا هستم. حدود دو سال است که با این برنامه آشنا شدم و در شرایطی بودم که ایران اوضاع خوبی نداشت و من واقعاً حالم خیلی بد بود. و این‌که، ببخشید من یک نفسی بکشم.

آقای شهبازی: بله بله، عجله نکنید. همین نفس، تا پنج هم بشمارید. هیچ عجله نکنید، عجله نکنید.

خانم مینا: آن بحرانی که دو سال پیش شده بود بسیار حالم بد بود و خیلی ناراحت و از زندگی واقعاً سیر شده بودم و می‌گفتم چرا دیگر باید زنده باشم؟ تا این‌که به‌صورت اتفاقی داشتم ماهواره را، تازه ماهواره نصب کرده بودیم، و می‌گفتم توی این ماهواره، می‌گفتم خب چرا این ماهواره هیچ‌چیزی ندارد که به‌کارم بیاید، به‌دردم بخورد، چیزی از آن یاد بگیرم؟ شبکه‌ها را همین‌جور زدیم تا این‌که یک‌دفعه شما را دیدم و بسیار بسیار خوشحال بودم از این‌که این برنامه را در آن حال و با آن شرایطی که آن موقع بود پیدا کردم و این را معجزه‌ای از طرف خدا می‌دانم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم مینا: و این‌که حس می‌کنم که این شعر بود، در همان جلسه‌ای که آن روز تلویزیون را روشن کرده بودم که

شاد باش و فارغ و ایمن که من

آن کنم با تو که باران، با چمن

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۲)

فارغ: راحت و آسوده

ایمن: رستگار، محفوظ و در امان، سالم

آقای شهبازی: آفرین!

خانم مینا:



## من غم تو می‌خورم تو غم مخور بر تو من مشفق‌ترم از صد پدر (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۳)

یعنی وقتی که این شعر را وقتی به گوشم رسید، چون من قبلاً شعرهای مولانا را به این شکل دنبال نمی‌کردم، ولی کتاب فیه‌ما‌فیه مولانا را خیلی مطالعه کرده بودم، یعنی هر وقت که می‌رفتم کتابخانه یک کتابی سفارش بگیرم دیگر آن خانم خودش می‌دانست، می‌گفت که کتاب فیه‌ما‌فیه را نمی‌خواهی؟ می‌گفتم چرا آن را هم بگذار دوباره برابم. و خیلی دوست داشتم جناب مولانا را و خیلی دوست داشتم که آشنایی بیشتری پیدا کنم با این شعرهای مولانا. و کمال تشکر را از شما دارم که این قدر پدرانۀ اصلاً یعنی واقعاً فکر می‌کنم بالاتر از پدر، بالاتر از پدر به همه ما جان دوباره دادید.

**آقای شهبازی:** خیلی ممنون!

**خانم مینا:** همه ما را با زندگی جدیدی آشنا کردید. اصلاً دنیا به رویمان باز شده انگاری.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم مینا:** انگاری که از آن تاریکی‌ها رهایی پیدا کردیم و به سوی روشنایی داریم می‌رویم دست و پا شکسته، بالاخره کم کم می‌رسیم ان‌شاءالله به آن جایی که شما رسیده‌اید و به آن آرامشی که شما برای همه آرزو دارید.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم مینا:** و امیدوارم که همه دوستان گنج‌حضور که با این برنامه دارند پیش می‌روند، موفق باشند. و واقعاً آقای شهبازی عزیز دل شما را خیلی دوست دارم، یعنی همیشه می‌گویم شما یک پدر دلسوز هستید. یک پدر دلسوز که این قدر خالصانه، این قدر با عشق در طی این همه سال. و من واقعاً حسرت می‌خورم که چرا زودتر با این برنامه آشنا نشدم تا بهتر بتوانم که زندگی بکنم و بچه‌هایم را بهتر تربیت بکنم.

من الآن پنجاه و سه سالم است. از سن سی‌سالگی با قرآن آشنا شدم و خیلی انس شدیدی با قرآن گرفتم، یعنی این که قرآن را می‌خواندیم، معنی‌اش را می‌خواندیم با دوستان. و من خیلی خیلی زیاد دوست داشتم که قرآن را حتماً با معنی بخوانم تا بفهمم که چه دارد به من می‌گوید. ولی الآن این مدلی که شما دارید با مولانا پیش می‌روید و معنای قرآن اصلاً یک چیز دیگر است برای من با آن توضیحاتی که شما می‌دهید متوجه می‌شوم که آن موقع که من قرآن را می‌خواندم، حس می‌کردم که خب خیلی الآن معنوی شدم، خیلی خوب شدم و خیلی دیگران را





یک جور دیگر می‌دیدم که شاید من از آن‌ها بهتر هستم، ولی بعد متوجه شدم که نه! چنین خبرهایی نبوده، من چقدر آدم بدی بودم که در دنیای دویی زندگی می‌کردم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم مینا:** که آن‌ها جدای از من، آن‌ها فرق دارند، ما فرق داریم، حتی نسبت به بچه‌های خودم! یعنی یک طوری روی ما متأسفانه کار کردند، چون یک جدایی انداختند بین بچه‌ها و پدر مادرها، بین خانواده‌ها، و من متوجه شدم که همه ما یکی هستیم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم مینا:** و من عاشقانه این برنامه را دوستش دارم و سعی می‌کنم قانون جبران را رعایت بکنم هم از نظر مادی و هم از نظر معنوی، و این چند وقت خیلی بیشتر. و خیلی هم به دیگران، یعنی هر کسی مشکلی را با من در میان می‌گذارد، من فقط برنامه شما را به آن‌ها معرفی می‌کنم، می‌گویم من واقعاً نمی‌توانم بگویم چیزی، هرچه هم بخواهم بگویم که توی این برنامه گنج حضور هرچه بخواهی به آن می‌رسی.

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

**خانم مینا:** ببخشید خیلی صحبت کردم.

**آقای شهبازی:** خیلی زیبا صحبت کردید. آفرین! عالی، عالی!

**خانم مینا:** سلامت باشید. شما خیلی بزرگوارید، خیلی بزرگوارید. یعنی این که یک شعری را حاضر کردم، اگر اشکال نداشته باشد بخوانم.

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

**خانم مینا:**

**طفل، تا گیرا و تا پویا نبود**

**مَرکَبش جز گردن بابا نبود**

**(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۲۳)**

گیرا: گیرنده، قوی

پویا: راه‌رونده، پوینده



چون فضولی گشت و دست و پا نمود  
در عنا افتاد و در کور و کبود  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۲۴)

عنا: مخفف عناء، رنج، سختی  
کور و کبود: دیدن ذهنی و آسیب‌های ناشی از آن

جان‌های خَلق پیش از دست و پا  
می‌پریدند از وفا اندر صفا  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۲۵)

چون به امر اِهْبَطُوا بندی شدند  
حبسِ خشم و حرص و خرسندی شدند  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۲۶)

اِهْبَطُوا: فرود آید، هبوط کنید.  
بندی: اسیر، به بند درآمده

«قُلْنَا اِهْبَطُوا مِنْهَا جَمِيعًا ۚ فَاِمَّا يَأْتِيَنَّكُمْ مِنِّي هُدًى فَمَنْ تَبِعَ هُدَايَ فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ.»  
«گفتیم: همه از بهشت فرو شوید؛ پس اگر از جانب من راهنمایی برایتان آمد، بر آن‌ها که از راهنمایی من پیروی کنند بیمی نخواهد بود و خود اندوهناک نمی‌شوند.»  
(قرآن کریم، سوره بقره (۲)، آیه ۳۸)

ما عیالِ حضرتیم و شیرخواه  
گفت: اَلْخَلْقُ عِیَالٌ لِّلَالِه  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۲۷)

عیال: خانوار

آن که او از آسمان باران دهد  
هم تواند کو ز رحمت نان دهد  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۲۸)

و این‌که این شعرها خیلی آرام‌کننده هستند.

آقای شهبازی: بله.

خانم مینا: و واقعاً دوست دارم که برسم به آن حالتی که فضای یکتایی را و آن فضاگشایی که شما از آن می‌گویید برسم به آن. و خیلی خدا را شکر خیلی آرام هستم. خیلی‌ها به من می‌گویند تو خیلی انرژی‌ات مثبت است، وقتی

با ما صحبت می‌کنی ما آرامش می‌گیریم. این را از همان موقع که قرآن می‌خواندم این حال را داشتم، ولی الآن احساس می‌کنم خیلی بهتر هستم.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**خانم مینا:** احساس می‌کنم که از بند آن تعصبات جدا شدم و دیگر آن تعصباتی که قبلاً داشتم را ندارم و همه آزاد شدند، اصلاً از دست من آزاد شدند، راحت شدند به‌خصوص خانواده خودم، همسرم، بچه‌هایم.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**خانم مینا:** و یک عشق بهتر و زیباتری داریم خدا را شکر توی خانواده.

**آقای شهبازی:** خیلی زیبا، آفرین، موفق شده‌اید. آفرین! باید ادامه بدهید، ادامه بدهید. شما به تلگرام دسترسی دارید؟

**خانم مینا:** سلامت باشید. بله بله.

**آقای شهبازی:** ما یک مثنوی درست کرده‌ایم در تلگرام، هست، همین سرچ (search: جست‌وجو) کنید مثنوی گنج حضور می‌آید فوراً. و آن‌جا اولاً که به مثلاً همین قسمتی که الآن خواندید «جان‌های خَلق پیش از دست و پا»، و شما آن را پیدا کنید، مثلاً به‌عنوان مثال همین شعری که الآن خواندید آن‌جا پیدا کنید، آن‌جا یک به‌اصطلاح گزینه‌ای هست که می‌خواند شعرها را.

**خانم مریم:** آهان، خیلی عالی است.

**آقای شهبازی:** بعد شما وقتی ایشان می‌خوانند، شما خوب گوش بدهید ببینید چه‌جوری می‌خوانند. این‌ها را به شما نمی‌گویم ها! به همه دارم می‌گویم تا در خواندنش شما یک موقعی خدای ناکرده اشکالی نداشته باشید. شما چند بار، چند بار گوش کنید ببینید آن چه‌جوری می‌خواند، بعد خودتان بخوانید، دوباره گوش کنید، دوباره خودتان بخوانید، ببینید روان می‌توانید بخوانید؟

**خانم مینا:** چشم، چشم.

**آقای شهبازی:** بله بله، بیت‌ها را تکرار کنید.

**خانم مینا:** الآن شاید به‌خاطر این‌که هول شدم، شاید اگر اشکالی داشتم.

**آقای شهبازی:** نه، الآن هم زیبا خواندید. نه، نه نه نه، من اشکال نمی‌گیرم. می‌گویم برای همه، برای همه، برای حتی خود من، بله. گوش بدهیم، ببینیم یک استادی مثلاً چه‌جوری می‌خواند این‌ها را، کسی که سال‌ها مأنوس

بوده با این ابیات آن‌ها چه‌جوری می‌خوانند. خواندنش خیلی مهم است. خواندنش یک مقدار هم راهنمایی می‌کند ما را به معنایش که شما ببینید مثلاً آن‌ها، آن‌هایی که استاد هستند چه‌جوری بالا پایین می‌روند و تأکید روی چه کلمه هست مثلاً؟ چه‌جوری بیت را تمام می‌کند؟ این خواندنش، یادگیری خواندنش به این سادگی نیست، باید روی آن کار کرد، بله. ولی آن راهنما هست.

ما داریم این چیز را که براساس تلگرام درست کرده‌ایم، الان داریم وبسایت می‌کنیم تا الان موفق نشدیم با کسی.

**خانم مینا:** خیلی شما دارید تلاش می‌کنید، واقعاً ممنون! یعنی این همه برنامه‌ها، این همه شبکه‌ها فقط برای این‌که دسترسی به این برنامه آسان‌تر بشود و همه بتوانند استفاده بکنند. واقعاً تلاشتان قابل ستایش است.

**آقای شهبازی:** بله بله، اگر موفق بشویم آن وبسایت را آن‌طوری که در نظرمان است هم از نظر سرچ (search: جست‌وجو) و هم از نظر خصوصیات دیگر، فیچرهای (features: امکانات) دیگر آن که مثلاً خواندن است، انگلیسی‌اش می‌آید، اگر به آیه‌ای مربوط است آیه هم می‌آید، اگر به حدیثی مربوط است آن هم می‌آید بالا، یعنی بیت را سرچ کنید هرچه که مربوط به آن بیت است می‌آید بالا. و اگر موفق بشویم این وبسایت را این‌طوری که می‌خواهیم درست کنیم، واقعاً این خدمت بزرگی خواهد بود برای فارسی‌زبانان.

**خانم مینا:** حتماً شما موفق می‌شوید، حتماً موفق می‌شوید برای این‌که نیتتان کاملاً پاک و خالصانه است، حتماً به آن می‌رسید و موفق می‌شوید.

**آقای شهبازی:** خب حاضر هستیم پول هم بدهیم، فقط متخصص می‌خواهیم. می‌خواهیم کسانی که وارد هستند، یک بار امتحان کردیم، پول هم دادیم نشد. و حالا پولش هیچ، نشد دیگر وقت تلف شد.

**خانم مینا:** حالا من به پسر می‌گویم، پسر من توی این کارهای این‌طوری خیلی تبحر دارند. حالا به او می‌گویم، حالا اگر توانستند که انجام بدهند که خب خیلی خوب می‌شود. فقط توضیح کامل به من بدهید که قرار است که چکار کنید؟

**آقای شهبازی:** عرض می‌کنم، مثنوی است دیگر، مربوط به تمام ابیات مثنوی است که شما هرچور سرچ (search: جست‌وجو) کنید مثلاً با اعراب، بی‌اعراب، می‌آید بالا. توجه می‌کنید؟ الان مثلاً اگر ما خودمان الان می‌دانید وبسایت داریم که اشعار گنج‌نما، اشعار مولانا یا بزرگان را می‌توانید از آن‌جا پیدا کنید، ولی سرچش (search: جست‌وجو) مشکل است، برای این‌که شما اگر اعراب بگذارید دیگر پیدا نمی‌کند یعنی باید درست آن‌طوری که آن‌جا نوشته شده بگذارید.

و اگر شما یک وب‌سایتی درست کنید که به اعراب بستگی نداشته باشد، به این‌که مثلاً «می‌کردم» را «می» را جدا کردن یا با هم کردن به آن بستگی نداشته باشد خیلی هنر کردید، برای این‌که بیت پیدا می‌شود فوراً با یک قسمتی از شعر که مثلاً سه کلمه‌اش را می‌گذارید. ولی اگر در سرچ‌های معمولی آن‌طوری که آن‌جا نوشته شده ننویسید، نمی‌آید. ما یک وب‌سایتی می‌خواهیم درست کنیم که هر جور بنویسی، «می» را بچسبانی، جدا کنی باید بیاید بالا. و یک مقدار در تلگرام درست کردیم‌ها! منتها از چیز تلگرام استفاده می‌کند از آن زیرساخت تلگرام استفاده می‌کند می‌آید بالا که در واقع اعراب‌فری (free) است، یعنی بستگی به اعراب ندارد.

یکی این، یکی هم همه‌چیزش می‌آید بالا، یعنی آن بیت را اگر مثلاً به یک آیه قرآن یا حدیث یا حتی توضیحات من که قبلاً داده شده چیزی راجع به آن بیت گفته شده می‌آید بالا و در نتیجه شما می‌بینید که این بیت مثلاً تویش آیه قرآن است، آیه قرآن این است و فارسی‌اش این است یا خلاصه یا مثلاً چه بگویم، من مثلاً در فلان برنامه درباره‌اش صحبت کرده‌ام. خیلی چیزها هست که به یک بیت مربوط است آن زیر که می‌آید. هان، یکی دیگر خواندنش است، خواندنش. یک آقایی یا خانمی مثلاً درست می‌خوانند، در نتیجه کسی که مثلاً فرض کن که یک قسمتش عربی است بلد نیست بخواند، می‌تواند گوش بدهد ببیند که درستش چه جوری است.

حالا، حالا این موضوع براساس تلگرام درست شده. آن‌هایی که تلگرام دارند می‌توانند بروند سرچ (search: جست‌وجو) کنند «مثنوی گنج حضور» و از این به اصطلاح ابزار بسیار بسیار مفید، بسیار بسیار مفید استفاده کنند. یکی جست‌وجو است فوراً پیدا می‌شود، دوم خواندنش است، سوم هم چیزهای مربوط به بیت است. شما ممکن است یک بیت را پیدا کنید، می‌بینید عربی دارد، نمی‌دانید این عربی چیست، ولی آن زیر نوشته این عربی مربوط به این آیه قرآن است، مثلاً فلان سوره، فلان آیه، دیگر همه چیز آن‌جا هست دیگر، نوک انگشتانتان است. در عرض سی ثانیه همه چیز پیدا می‌شود. **[خنده آقای شهبازی]** خب، ممنونم.

**خانم مینا:** درست است. آقای شهبازی من فقط یک نکته‌ای را هم بگویم که این من ذهنی را که شما فرمودید، من هر وقت که دچار یک مشکلی مثلاً بشوم که بخواهد این من ذهنی‌ام، بخواهد بیاید خرابکاری بکند من سریع متوجه می‌شوم و می‌گویم مُچت را گرفتم من ذهنی، تو هستی که داری این حرف‌ها را می‌زنی و آرام می‌شوم و خنده‌ام می‌گیرد و از آن فکرها درمی‌آیم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم مینا:** یعنی به محض این که دوباره مثلاً یک فکری می‌آید می‌گویم اُهِ! این من‌ذهنی است، یعنی سریع مچش را می‌گیرم و باعث خنده‌ام می‌شود که این است که دارد هی می‌آید توی ذهن من و باعث می‌شود که از این فکرها خارج بشوم. این خیلی برایم جالب است.

**آقای شهبازی:** بله بله بله. آن دو بیت هم که همیشه می‌خوانیم، شما حتماً حفظ هستید، درست است؟ «یار در آخرزمان».

**خانم مینا:** «یار در آخرزمان، کرد طَرَب‌سازی‌ای»، ظاهر آن جِدِّ جِدِّ، باطن او بازی‌ای.

**آقای شهبازی:** «باطن او جِدِّ جِدِّ، ظاهر او بازی‌ای». ظاهر او بازی است.

یار در آخرزمان کرد طَرَب‌سازی‌ای  
باطن او جِدِّ جِدِّ، ظاهر او بازی‌ای  
جمله عشاق را یار بدین علم گشت  
تا نکند هان و هان، جهل تو طنّازی‌ای  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۱۳)

**خانم مینا:** جهل او طنّازی‌ای.

**آقای شهبازی:** جهل تو! [خنده آقای شهبازی] عرضم به حضورتان که خوشبختانه.

**خانم مینا:** شاگرد تنبل‌ها هم زنگ می‌زنند دیگر آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** نه نه نه، نه! این حالا می‌خوانید ان‌شاءالله این دو بیت را حفظ می‌کنید. اگر تکرار کنید معنا روشن می‌شود، متوجه می‌شویم ما زیر این حوادثِ آفل و گذرای جهان که از جنس «حادث» هستند، یک «نه‌چیزی» وجود دارد که اسمش را می‌گذاریم زندگی یا خدا که دائماً می‌خواهد توجه ما را به‌عنوان خودش جلب کند.

تمام وضعیت‌ها گذرا و آفل و بازی است. اگر اتفاقات را بازی ببینید، فوراً توجهتان به آن چیزی که جدی است و آن زیر است و از جنس بازی نیست و از جنس حادث نیست، یعنی خداوند یا زندگی توجه شما را به‌عنوان زندگی جلب می‌کند، به‌عنوان همان جنس جلب می‌کند، نه بازی! ما این قدر با بازی مشغول هستیم و آن را جدی گرفتیم که از آن چیزی که بازی نیست و جدی است غافل هستیم.



تمام این بازی‌ها و حوادث برای این است که ما توجهمان به‌عنوان آلت جلب آن یکی بشود که از جنس جدی است و برای این آمده‌ایم که به او زنده بشویم، ولی متأسفانه در بازی‌ها گم می‌شویم، خشمگین می‌شویم، هیجانات ذهنی بالا می‌آید، نمی‌گذارد. حالا، حالا این دو بیت را که می‌خوانید «یار در آخر زمان»

**یار در آخر زمان، کرد طرب‌سازی‌ای  
باطن او جدّ جدّ، ظاهر او بازی‌ای**  
**جمله عشاق را یار بدین علم کُشت  
تا نکند هان و هان، جهل تو طنزای‌ای**  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۱۳)

خواهش می‌کنم همه این را چندین بار در روز تکرار کنند تا بفهمند هی تکرار می‌کنی حوادث بازی است، بازی است، بازی است، یواش‌یواش تمرکزتان می‌آید روی خودتان و وقتی تمرکز روی خودتان بیاید، هی باز می‌شود. همین چیزی که می‌گوید:

**در نگر در شرح دل در اندرون  
تا نیاید طعنه لا تبصرون**  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۷۲)

«و فِي أَنْفُسِكُمْ أَفَلَا تُبْصِرُونَ.»  
«آیات حق در درون شماست آیا نمی‌بینید؟»  
(قرآن کریم، سوره ذاریات (۵۱)، آیه ۲۱)  
«فَلَوْلَا إِذَا بَلَغَتِ الْحُلُقُومَ.»  
«پس چرا آنگاه که جان به گلوگاه رسد.»  
«وَأَنْتُمْ حِينَتُمْ تَنْظُرُونَ.»  
«و شما در این هنگام می‌نگرید، تکذیب نمی‌کنید؟»  
«وَنَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْكُمْ وَلَكِنْ لَا تُبْصِرُونَ.»  
«ما از شما به او نزدیک‌تریم ولی شما نمی‌بینید.»  
(قرآن کریم، سوره واقعه (۵۶)، آیه ۸۳-۸۵)

یعنی به فضاگشایی درونت توجه کن تا طعنه «من را نمی‌بینند» نیاید. یعنی خداوند می‌گوید من را لحظه‌به‌لحظه من می‌خواهم به شما نشان بدهم که این حوادث بازی است، شما مشغول بازی هستید، آن‌که جدی هست نمی‌بینید. ایشان هم قطع شدند.

۷- آقای محسن و همسرشان از خوزستان با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای محسن]

آقای محسن: حقیقتاً آقای شهبازی من سی و دو سالم است و خیلی درگیری‌های روحی زیادی داشتم تا هفت ماه پیش که با برنامه شما آشنا شدم. من حتی مصرف مواد هم چند وقت یک بار انجام می‌دادم که حالم خوب شود. نمی‌دانستم این بدتر حالم را خراب می‌کند.

تا این‌که با برنامه شما آشنا شدم و الآن خدا را شکر پنج شش ماه است همه را کنار گذاشته‌ام.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای محسن: الآن فقط من یک چیزی را می‌خواهم بگویم، چون خیلی الآن استرسم زیاد است با شما صحبت می‌کنم.

آقای شهبازی: یک نفس عمیق بکشید، اصلاً هم عجله نکنید، فرض کنید که با دوستان دارید صحبت می‌کنید، که من دیگر دوستان هستم دیگر، درست است؟

آقای محسن: بله، بله.

آقای شهبازی: شما بنده را به دوستی قبول می‌کنید؟ [خنده آقای شهبازی]

آقای محسن: بله آقای شهبازی اختیار دارید، اختیار دارید.

آقای شهبازی: بفرمایید پس.

آقای محسن: من حقیقتاً آقای شهبازی درگیری زیاد داشتم. من قبل از هر چیز می‌خواهم یک بیتی را بگویم که این بیت کلیدی بود برای من.

آقای شهبازی: بله، بله.

آقای محسن: ببخشید جناب شهبازی.

آقای شهبازی: نه بابا خواهش می‌کنم، شما عجله نکنید.

آقای محسن: مولانای جان می‌فرماید:

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

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۹۰)



من توی این هفت ماه فرار می‌کردم به سمت راحتی، نمی‌دانستم که باید سر جای خودم بمانم و با من‌ذهنی‌ام روبه‌رو شوم، با خود واقعی‌ام.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**آقای محسن:** فرار کردن به‌سوی راحتی و آرامش چیزی نصیب آدم نمی‌کند، چون توی این هفت ماهی که برنامه شما را گوش دادم و شعرهای مولانای جان را، خیلی هم حفظ هستم ولی الآن خیلی سخت همین یک بیت هم چون با شما صحبت می‌کنم توی ذهنم آمد.

**آقای شهبازی: آفرین، آفرین!**

**آقای محسن:** ولی روزانه این‌ها را تکرار می‌کنم. بعد از هفت ماه که من فکر می‌کردم همه‌چیز دارد درست می‌شود، رو به راه می‌شود یک بی‌مرادی از، یک بی‌مرادی آمد برایم از یکی از فامیل‌هایمان، آشنایانمان، من و خانمم، من بچه ندارم ده سال هم است که ازدواج کرده‌ایم.

یک بی‌مرادی آمد و این بی‌مرادی باعث شد، می‌گوید، مولانا می‌فرماید که

**با قضا پنجه مَزَن ای تند و تیز**

**تا نگیرد هم قضا با تو ستیز**

**(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۱۰)**

این یک قضا بود برای ما آمد و شاید یک امتحان الهی. ما این را پنجه زدیم، ما این را آوردیم داخل خانه خودمان و باز هم یک درگیری برای خودمان، تا حد این‌که من یک جورهایی به مرز خودزنی رسیدم.

خودم را زدم بعد از این‌که فکر می‌کردم من دیگر دارم یک آدم درست می‌شوم، دارم یک آدم فهمیده می‌شوم. شاید غرور مولانایی، شاید، نمی‌دانم ولی الآن که با شما صحبت می‌کنم و در این لحظه در اکنون خیلی حالم خوب است آقای شهبازی.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**آقای محسن:** یعنی باورتان نمی‌شود خیلی چیزها را کنار گذاشته‌ام، خیلی دعوایها، من و همسرم هفته‌ای دو بار سه بار دعوا داشتیم توی خانه، ولی الآن غیر از آن دعوایی که داشتیم یعنی هشت ماه، نه ماه می‌شود که از برنامه شما می‌گذرد اصلاً نه درگیری داریم نه دعوا داریم.

**آقای شهبازی: آفرین!**



**آقای محسن:** باورتان نمی‌شود آقای شهبازی، من الآن قانون جبران را هم خودم، هم همسرم چون شاغل است، هر دو رعایت می‌کنیم.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین!

**آقای محسن:** آفرین بر شما آقای شهبازی، آفرین بر شما که آدم‌های مریضی مثل من را درمان می‌کنید، با حرف، با حرف، فقط با کلام.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.

**آقای محسن:** نه دارویی، نه دکتری، فقط با کلام من باورم نمی‌شود این قدر عوض شدم، این قدر تغییر کردم.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین!

**آقای محسن:** و باید فقط هم روی خودم کار کنم.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین!

**آقای محسن:** می‌گوید:

**گفت پیغمبر که جَنَّت از اِله  
گر همی خواهی، ز کس چیزی مَخواه  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۳)**

ما باید فقط از درون خودمان بخواهیم، از کس دیگری نخواهیم. هیچ چیز بیرونی نمی‌تواند ما را آرام کند.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین!

**آقای محسن:** آقای شهبازی با اجازه‌تان می‌خواهم گوشی را بدهم همسرم.

**آقای شهبازی:** بله، بله حتماً. ولی به شما آفرین می‌گویم. واقعاً جدیت شما، همین اجرای قانون جبران، مخصوصاً آن قسمتش که شما روی خودتان کار می‌کنید و مولانا، شعرهای مولانا، تکرار شعرهای مولانا شما را درست کرده، به شما کمک کرده.

واقعاً قدر خودتان را بدانید و همیشه چارق ایازتان جلوی چشمتان باشد که چه بودید و چه شدید، شکر کنید و این کار را بیشتر انجام بدهید. یعنی کار روی خود را نباید متوقف کنید.



## چون راه رفتنی‌ست، توقفِ هلاکت است چُونت قُنُق کند که بیا، خرگه اندر آ

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰۱)

قُنُق: مهمان

خرگه: خرگاه، خیمه، سراپرده

«چون راه رفتنی‌ست، توقفِ هلاکت است»، همه بدانند توقفِ هلاکت است. متوقف نشوید، هنوز تمام نشده این قضیه، باید راه برویم. بله بفرمایید، ممنونم از شما.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای محسن]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و همسر آقای محسن]

همسر آقای محسن: آقای شهبازی همان‌طور که همسر صحبت کردند برای شما، ما می‌خواهم تجربه زندگی‌مان را یک کم بگویم برایتان.

آقای شهبازی: بفرمایید بله.

همسر آقای محسن: ببخشید اگر وقتتان هم گرفته می‌شود.

آقای شهبازی: نه، نه، نه.

همسر آقای محسن: اولین بار است زنگ زدیم، خیلی استرس داریم و خیلی خوشحالیم، خیلی تلاش کردیم با شما تماس بگیریم ولی خوب نشد. الان هم سورپرایز (شگفت زده: surprise) شدیم، خیلی غافلگیر شدیم جواب دادید.

آقای شهبازی: شما منظور من و منظور تمام کسانی که توی این برنامه دارند قلم می‌زنند، صحبت می‌کنند، زحمت می‌کشند، واقعاً پهلوانانه و عاشقانه دارند کار می‌کنند، شما در سن سی‌سالگی، حوالی سی‌سالگی برآورده کردید.

آرزوی ما همین است که خانواده با استفاده از مولانا، دانش او و راه‌های سالم زندگی، مثل ورزش و این چیزها و دوری از هرگونه دود و دم و این جور چیزهای منفی و روش‌های انحرافی، خودشان را درست کنند. الان شما روی آوردید به این برنامه و آموزش مولانا، خب خدا را شکر! از این بهتر نمی‌شود. ما همین را می‌خواستیم. بفرمایید خواهش می‌کنم.

همسر آقای محسن: ممنونم، زنده باشید آقای شهبازی. ما آقای شهبازی خدا را شکر از لحاظ ورزش، خودم مربی ورزش هستم، هر روزی پنج شش ساعت من مشغول ورزش کردن داخل باشگاه هستم، خیالم راحت است. آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

همسر آقای محسن: قانون جبران هم الآن شروع کردم دیگر از پولی که از درآمد خودم درمی‌آورم، می‌فرستم و خیلی حالم خوب است از این بابت که خودم می‌توانم قانون جبران را رعایت کنم و با همسرم کاری ندارم. آقای شهبازی: آفرین!

همسر خانم محسن: ما ده سال است که ازدواج کرده‌ایم، همان‌طور که همسرم گفت آقای شهبازی سه بار تا مرز طلاق رفتیم و جدایی، چون خیلی مشکلات داشتیم، خیلی. من الآن بیست و نه سالم است و شوهرم سی و دو سالش است، به‌خاطر همین، ما توی یک خانواده‌هایی هم بزرگ شدیم که واقعاً همیشه درگیر این مشکلات من‌ذهنی و این‌ها بودیم.

الآن ما تازه داریم می‌فهمیم، هفت هشت ماه می‌شود با شما آشنا شدیم و واقعاً کاملاً اتفاقی بود، ما دفعه آخری بود که واقعاً تا مرز طلاق رفتیم و از روی من‌ذهنی خودمان تصمیم گرفتیم که دیگر با هم کاری نداشته باشیم. ولی نمی‌دانستیم که چنین چیزی امکان ندارد تا مرکزت عدم نشود. و باز آن درگیری‌ها پیش می‌آید. ما برگشتیم، الآن ساکن خوزستان هستیم، برگشتیم، به‌طور خیلی اتفاقی برنامه شما را دیدیم و از همان روز تا به الآن مداوم گوش می‌دهیم. مگر این‌که واقعاً همسرم روزها سر کار هستند و خودم هم همین‌طور. ولی به محض این‌که دوتایمان می‌رسیم خانه، اولین کاری که می‌کنیم فقط می‌زنیم شبکه گنج حضور و می‌نشینیم. دیگر هیچ کاری انجام نمی‌دهیم.

آقای شهبازی: آفرین!

همسر آقای محسن: قشنگ حرف‌هایتان را گوش می‌کنیم، خیلی از بیت‌ها را ما حفظ کردیم و من عاشق این آنصتوا شده‌ام.

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

آنصتوا: خاموش باشید.



## پس شما خاموش باشید آنصتوا تا زبان‌تان من شوم در گفت‌وگو

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۶۹۲)

واقعاً خیلی جاها آقای شهبازی داخل خانواده، من نمی‌توانستم آنصتوا کنم و همیشه چون که بیجا صحبت می‌کردم همیشه، همه انگشت‌ها برمی‌گشت سمت خودم و خیلی درد کشیدم بابت این کارهایی که می‌کردم، از نظر خودم که داشتم دلسوزی می‌کردم در حق همه، ولی داشتم به خودم ظلم می‌کردم واقعاً.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**همسر آقای محسن:** اگر حواسم به خودم بود، شاید خیلی بهتر از این‌ها می‌شد، ولی الآن هم خیلی خدا را شکر می‌کنم و از ته قلبم از شما تشکر می‌کنم که این راه را به ما نشان دادید. من پدرم سوم ابتدایی که بودم از دست دادم و واقعاً خوشحالم از داشتن پدری مثل شما. شما راه را دارید به ما نشان می‌دهید و حضرت مولانای جان.

**آقای شهبازی:** شما لطف دارید، آفرین!

**همسر آقای محسن:** الآن ما واقعاً طعم و مزه آرامش و زندگی را الآن داریم می‌چشیم. آقای شهبازی ما واقعاً، من و همسرم الآن فکر می‌کنیم از زمانی که با شما آشنا شدیم هفت ماه است، هفت ماه است انگار ازدواج کرده‌ایم با همدیگر.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**همسر آقای محسن:** یعنی ده سال، نه سال زندگی‌مان واقعاً به باد رفت، به باد رفت، هیچ کاری نکردیم به جز دعوا و گیر دادن به هم، وحشتناک روی همدیگر کنترل داشتیم. هم همسرم روی من و من روی همسرم. و خدا را شکر الآن خیلی اصلاً شاید بگم دارد کم‌کم قطع می‌شود.

**آقای شهبازی: آفرین، آفرین!**

**همسر آقای محسن:** و خیلی خوشحالم، خیلی حالمان خوب است، واقعاً ممنونم از شما، یک دنیا ممنونم از شما.

**آقای شهبازی:** ماشاءالله، آفرین، آفرین، آفرین! و در این پیشرفت شما می‌بینید یک زمینه قدرشناسی، حق‌شناسی، قدردانی، سپاس در شما دارد به‌وجود می‌آید. این همسر شما الآن می‌فهمد یک خانمی دارند جوان، بیست و نه‌ساله، ورزشکار و چه اشتباهی که آدم خانمش ورزشکار باشد، بیست و نه سال داشته باشد بعد برود





فرض کن مواد مصرف کند. و خبط بزرگ را متوجه می‌شود. وقتی قدرشناسی می‌آید، یک چنین نعمتی در زندگی من هست، یک چنین خانمی دارم، دارد کار می‌کند، ورزشکار است، جوان است، من هم به خودم بیایم. من هم یک مسئولیتی دارم، من هم باید قدر خانمم را بدانم و دارد می‌داند. می‌بینید، حق‌شناس شده، قدرشناس شده. هیچ بلایی بدتر از ناسپاسی نیست! که خدا هم می‌گوید اگر ناسپاس باشید هیچ‌چیز به شما نمی‌دهم.

## ز ناسپاسی ما بسته است روزن دل خدای گفت که انسان لرّبه لکنود (مولوی، دیوان شمس، غزل ۹۱۴)

یعنی از ناسپاسی ما هست که با او تماس نمی‌توانیم بگیریم، این روزن بسته شده. می‌گوید، آیه قرآن می‌گوید که خدا فرموده که انسان نسبت به من ناسپاس است.

«إِنَّ الْإِنْسَانَ لِرَبِّهِ لَكَنُودٌ.»

«همانا آدمی نسبت به پروردگارش بسیار ناسپاس است.»  
(قرآن کریم، سوره عادیات (۱۰۰)، آیه ۶)

خب انسان نسبت به خدا ناسپاس است، نسبت به همه چیز ناسپاس است.

[تماس قطع شد.] بله این تلفن هم قطع شد. واقعاً چه تلفنی بود، چه پیغامی بود، آفرین! چه خانواده‌ای!

[↑ لیست ↑](#)



## ۸- سخنان آقای شهبازی

شما چاره دارید با این برنامه‌ای که به وجود آمد خدا را شکر و پخش شد، الآن در پنج تا کلاس می‌گویم حالا، پنج تا کانال یا کلاس هرچه شما می‌گویید، پخش می‌شود. این دانش عالی و گران قیمت واقعاً، مفت در دسترس شما است. شما قدرشناس باشید از دانش بزرگانمان استفاده کنید.

یکی از جنبه‌های تحقیر شدن ما در طول سالیان دراز و الآن هم ما یاد گرفتیم همدیگر را تحقیر کنیم، بزرگ نکنیم، متأسفانه باید عادت‌مان برگردانیم به همدیگر احترام بگذاریم، ارزش همدیگر را ببریم بالا، ارزش خودمان هم ببریم بالا، ارزش بزرگانمان هم ببریم بالا.

خانم‌ها، آقایان مولانا بزرگی است که تمام جهان احترام می‌گذارد، آخر چطور می‌شود ما ایرانی‌ها احترام نگذاریم؟ خب احترام می‌گذاریم، بخوانیم، عمل کنیم، استفاده کنیم. پس چرا آن‌جا گذاشتید طاقچه خاک می‌خورد، باز کنید بخوانید، عمل کنید.

حالا نکردید، الآن شما نگاه کنید در برنامه‌های جدید گاهی اوقات ما پانصد بیت در یک برنامه شعر مولانا می‌خوانیم، شما یک قلم و کاغذ بردارید، یک دفتر، این‌ها را از روی تلویزیون بنویسید، بروید می‌خوانید، بخوانید، چون شما فارسی بلدید و یکی از خوشبخت‌ترین آدم‌های جهان هستید چون فارسی بلدید، به معنای این بیت‌ها دسترسی دارید، این‌ها طلا است، جواهر است، بیت نیست این‌ها.

شما نگاه کنید اصلاً بزرگ‌ترین روان‌شناس جهان را بیاورید، شما می‌توانید یک خانواده‌ای که دارند جدا می‌شوند در عرض هفت ماه این طوری درست کنید؟ اصلاً شما می‌توانید درست کنید؟ من می‌توانم درست کنم؟ نه، نمی‌توانیم.

پس بزرگان ما بی‌خودی بزرگ نشدند، این طوری نیست یک کتاب می‌گردد. شما الآن نگاه کنید توی خانه هر کسی یک حافظ است، حافظ، دیوان حافظ، این بی‌خودی نیست، برای چه هست؟ لابد یک علتی دارد دیگر، لابد توی این یک چیزی هست، ولی خب یک آدم عادی توجه نمی‌کند تا به بن‌بست بخورد، این بن‌بست را نگاه کنید جوان آخر سی و دو ساله می‌گوید من رفتم مواد مصرف می‌کنم، مثلاً خودزنی بکنم، اوج جوانی.

خوشبختانه خدا را شکر شما توجه می‌کنید، جوانان توجه می‌کنند، زندگی‌شان بر باد نمی‌رود. این دانش در دسترس نبوده، دانش را باید مثل جواهر از معدن بیرون بیاوری، درست کنی، قابل ارائه کنی که مردم ببینند و بیسندند و البته ما چون عادت کردیم با من ذهنی دائماً مخرب باشیم، وقتی می‌گویند اصلاً تو می‌توانی سازنده

باشی باورمان نمی‌شود، فکر می‌کنیم ما باید همه‌اش ضرر بزنیم به خودمان و دیگران و همه‌چیز را خراب کنیم. ما شرطی شدیم این‌طوری عمل کنیم. نه، ما می‌توانیم سازنده هم باشیم با مولانا، در مدت کوتاه. شما بیاید این ابیات را بخوانید، تکرار کنید، تکرار کنید، فقط برای یاد گرفتن نه حفظ کردن، ولی وقتی آدم تکرار می‌کند این‌ها حفظ هم می‌شود.

این ببخشید حالا دارم می‌گویم، این ذهن دائماً مثل آن حیوان حالا بگویم فرض کن یک سگ دیدید نمی‌دانم دائماً می‌خواهد یک چیزی بجوید، می‌خواهد یک فکر بجوید، می‌بینید ول می‌کنید دارد فکر می‌کند، شما به او می‌گویید می‌خواهی فکر کنی؟ می‌خواهی فکر بجوی؟ بیا این فکرها را بجو. من الآن فکر می‌دهم به تو با اختیار خودم، تو حق نداری هر فکری را بجوی، الآن این ابیات مولانا را بخوان، مگر نمی‌خواهی فکر کنی؟ این‌ها را فکر کن.

بعد آن موقع می‌بینید هشیاری‌تان می‌رود بالا، شما در یک سطح دیگری می‌بینید، می‌بینید میل ندارید به خودتان لطمه بزنید، به دیگران لطمه بزنید. میل ندارید تنگ‌نظر بشوید، حسود بشوید، بخیل بشوید. میل ندارید خشمگین بشوید. با هشیاری نظر می‌بینید که وقتی خشمگین می‌شوید، وقتی می‌ترسید، وقتی می‌ترسانید، وقتی می‌خواهید کنترل کنید، اوضاع را به دست بگیرید، این به ضرر شما است، باید احترام بگذارید، باید به شریکتان احترام بگذارید، ارزشش را بدانید، باید حواستان روی خودتان باشد، باید عیب‌های خودتان را پیدا کنید و درست کنید. با عیب‌های مردم کاری نداشته باشید. این‌ها را با خواندن ابیات می‌بینید، لازم نیست کسی به شما بگوید.

یواش یواش معانی این ابیات در شما زنده می‌شود که قابل دسترسی و لمس می‌شود، که شما می‌توانید از آن‌ها استفاده کنید در عمل، یک جایی مانند یک دفعه می‌بینید چهارتا بیت یادتان افتاد، عمل، عمل را درست می‌کنید، می‌گوید این را مولانا می‌گوید، بعد عمل می‌کنید آن‌طوری، برعکس آن چیزی که من ذهنی‌تان می‌گوید می‌بینید نتیجه داد.

یک جایی می‌خواهید حسادت کنید، تنگ‌نظری کنید، اوضاع را به هم بریزید، به یکی لطمه بزنید، می‌گویید من کاری ندارم بروم دنبال کارم، فردا می‌بینید میوه داد، آن شخص دیگر به شما لطمه نزد، رفت دنبال کارش، شما هم آسوده شدید. بعد آن موقع یاد می‌گیرید از کسی زندگی نخواهید، یکی از بینندگان خواند، می‌گوید:

**کنج زندان جهان ناگزیر  
نیست بی پامزد و بی دق‌الحصیر**

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۹۲)



پامُزد: حقّ‌القدم، اجرتِ قاصد  
دَقُّ‌الْحَصِيرِ: پاگشا، نوعی مهمانی برای خانه نو

معنی‌اش این است که در این جهانی که مثل زندان است ما باید باشیم، اگر از چیزی شما زندگی بخواهی، به نظر می‌آید می‌خواهی زندگی بگیری، اگر می‌خواهی از همسرت زندگی بگیری، از پولت زندگی بگیری، این پامُزد دارد. پامُزد به اندازه‌ای که می‌خواهی زندگی بگیری، زندگی‌ات را می‌گیرد، هیچ چیزی نیست که بیاید مرکز شما به شما زندگی بدهد، پامُزد باید بدهی. پامُزد یعنی حق‌القدم، یعنی کسی می‌آید در خانه شما باید یک چیزی به او بدهی، پست‌چی نامه آورده یک پولی می‌خواهد، همسرتان آمده از او زندگی می‌خواهی، به اندازه‌ای که می‌خواهی، گاهی اوقات ده برابر آن می‌دهید تا جریمه بشوید، برای این‌که خداوند، زندگی به شما می‌گوید فقط از من زندگی باید بخواهی، مرکزت مال من است، تا توبه کنید شما، درد بکشید، دیگر از کسی دیگر یا چیز دیگر زندگی نخواهید.

### کنج زندان جهان ناگزیر نیست بی پامُزد و بی دَقُّ‌الْحَصِيرِ (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۹۲)

پامُزد: حقّ‌القدم، اجرتِ قاصد  
دَقُّ‌الْحَصِيرِ: پاگشا، نوعی مهمانی برای خانه نو

پامُزد دارد، بعضی موقع‌ها پامُزد، حق‌القدم آن چیزهایی که می‌خواهند به شما زندگی بدهند و شما می‌خواهید زندگی بگیرید، تمام زندگی‌تان است، همه زندگی‌ات را می‌دهی تا زندگی بگیری. ما باید بیدار بشویم از این موضوع.

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

[↑ لیست ↑](#)

◇ ◇ ◇ پایان بخش اول ◇ ◇ ◇



## ۹- خانم‌ها ماندانا و مهرگان از شیراز با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم ماندانا]

**خانم ماندانا:** خیلی خوشحال شدم که تماس برقرار شد. آقای شهبازی من چند وقت بود که از برنامه دور شده بودم و به‌طور جدی روی خودم کار نمی‌کردم، ولی وقتی که برنامه ۱۰۰۶ را دیدم انگار که واقعاً یک‌دفعه به خودم آمدم که واقعاً من داشتم توی این دوره خودم را به پرتگاه ذهن نزدیک‌تر می‌کردم. و توی این برنامه ۱۰۰۶ تمام حرف‌های شما و بیت‌ها که می‌خواندید، برای من یک پیغام بود که واقعاً بدون تکرار ابیات و بدون این‌که تمرکز روی خودم بکنم انگاری که دارم حضورم را که مثل درواقع یک گوهری هست، در مقابل دزد من‌ذهنی قرار می‌دهم. و در برنامه ۱۰۰۶ مولانا در غزل شماره ۲۰۱ از دیوان شمس واقعاً درس خیلی جالبی به من داد. می‌گوید که

**اِشپوی تُرک چیست؟ که نزدیکِ منزلی  
تا گرمی و جلادت و قوّت دهد تو را**

**چون راه رفتنی‌ست، توقّف هلاکت است  
چُونت قُنُق کند که بیا، خرگه اندر آ**  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰۱)

اِشپو: این، از آدوات اشاره در زبان تُرکی  
جلادت: جلاّده، چابکی و نیرومندی  
قُنُق: مهمان  
خرگه: خرگاه، خیمه، سراپرده

واقعاً این دو بیت باعث شد که بفهمم دلیل اصلی دوری من از برنامه چه بود. و باز هم یک اشکال در خودم شناسایی کردم. آقای شهبازی قبل از دور شدن از برنامه یک‌دفعه همه چیز برایم آسان شد مثلاً یک‌دفعه فضاگشایی، تکرار ابیات و دیدن برنامه و این‌ها برایم آسان شد و هم‌ا‌ش به خودم می‌گفتم که این‌ها که کاری ندارد، اما همین کاری نداردها باعث شد که من از برنامه دور بشوم و به هلاکت گرفتار بشوم. این غزل هم همین موضوع را بیان می‌کند، درس خیلی قشنگی به من داد.

**اِشپوی تُرک چیست؟ که نزدیکِ منزلی  
تا گرمی و جلادت و قوّت دهد تو را**  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰۱)

اِشپو: این، از آدوات اشاره در زبان تُرکی  
جلادت: جلاّده، چابکی و نیرومندی



این آسان‌گیری‌ها در واقع پیام خداوند بود که به بنده‌اش بگوید که در واقع قوت و انگیزه در راه حضور بده. برای من هم همین اشپوی ترک اتفاق افتاد که می‌گفت که منزل نزدیک است، اما مشکل اصلی من توقف بود.

## چون راه رفتنی‌ست، توقف هلاکت است چونت قنق کند که بیا، خرگه اندر آ

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰۱)

قُنُق: مهمان

خَرگَه: خرگاه، خیمه، سراپرده

وقتی که راه حضور بس دراز و پرفراز و نشیب است، توقف باعث هلاکت و کاهش سرعت من می‌شود. به همین دلیل در دیدن برنامه‌ها و تکرار ابیات سرعت کم شد. این به دلیل سوءاستفاده من ذهنی بود.

مولانا می‌گوید وقتی که در سفر به مقصد اصلی ما که در واقع رسیدن به خداوند است راه بسیار طولانی هست، توقف در واقع به ما ضرر وارد می‌کند. بنابراین خداوند نمی‌خواهد شترش به استراحتگاه ذهن یا خانه کاهلی برود و باید به راهش یعنی صبر و تسلیم است و تکرار ابیات است ادامه بدهد.

اما من به فریب من‌ذهنی، این استراحتگاه یا خانه کاهلی را در واقع مقصد اصلی خودم دانستم و توقف کردم و بسیار از برنامه که هدف اصلی من در زندگی است دور شدم. اما واقعاً الآن خیلی خوشحالم که خداوند با استفاده از مولانا و شما و تمام دوستان این پیغام را به من داد و من به خودم آمدم و واقعاً الآن می‌دانم که یک لحظه اگر ما از برنامه دور بشویم، خیلی به ما ضرر وارد می‌کند.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**خانم ماندانا: و اصلاً زندگی‌مان کلاً به هم می‌ریزد.**

**آقای شهبازی: آفرین!**

**خانم ماندانا:** خیلی ممنونم آقای شهبازی. من از برنامه اخیر خیلی چیزهای زیادی یاد گرفتم و واقعاً بابتش از شما و تمام دوستان خیلی ممنونم و همچنین خیلی عذرخواهی می‌کنم که در واقع در این دوره، در این چند مدت تمرکز به طور جدی روی خودم نبود و به طور جدی برنامه‌ها را گوش نمی‌کردم. و در آخر باید بگویم که تکرار ابیات واقعاً کلیدی است که تمام مشکلات همه ما را حل می‌کند و امروزه ابیات خیلی زیادی ما در دسترس داریم و می‌توانیم همه‌اش را جمع‌آوری کنیم و برای خودمان تکرار کنیم. مولانا می‌گوید:



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

اهتزاز: جنبیدن و تکان خوردن چیزی در جای خود

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! تمام شد ماندانا خانم صحبتتان؟

خانم ماندانا: بله.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! و شما حالا اگر ابیات را بخوانید و با برنامه باشید، از این دوره ۱۵ تا ۲۰، ۲۱، ۲۲ را به راحتی عبور می‌کنید. شما باید توجه کنید در حال تغییر و بزرگ شدن و بلوغ و این‌ها هستید و این دوره را باید با آرامش بگذرانید. یعنی خودتان می‌توانید از این دوره آسان خودتان را بگذرانید و دچار حمله‌های منذهنی نشوید، حواستان پرت نشود این‌ور و آن‌ور، هم درستان را بخوانید هم به بدنتان برسید، هم شاد باشید و دچار اضطراب نشوید، دچار توهمات خاصی، گاهی اوقات مثلاً منذهنی ما را تطمیع می‌کند یک کسی را بیاوریم به مرکزمان خیلی درد بکشیم. شما می‌دانید اگر چیزی یا کسی را بیاورید مرکزتان دردش را خواهید کشید و لزومی ندارد این درد را بکشید. با ابیات، بدون درد می‌توانید آگاه بشوید. می‌دانید که آن بیت را بخوانید شما گفت که «صورتی را چون به دل».

خانم ماندانا:

## صورتی را چون به دل ره می‌دهند از ندامت آخرش ده می‌دهند (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۴)

ده دادن: منزجر شدن

آقای شهبازی: آفرین! ماشاالله، بله بله! صورتی را چون به دل ره می‌دهند، از ندامت یعنی پشیمانی آخرش ده می‌دهند، یعنی از آن منزجر می‌شوند. هر چیزی را که بیاوریم مرکزمان به ما درد می‌دهد، آخرسر از آن متنفر می‌شویم.

آفرین بر شما ماندانا خانم، واقعاً آفرین. و یک موقعی هست منذهنی موفق می‌شود با توجه به سن شما، اگر از پانزده برسیم به بیست و دو و با برنامه باشید ابیات را تکرار کنید، دیگر نمی‌تواند منذهنی جدا کند شما را، ولی از این دوره باید بگذرید شما. هم برای خودتان، هم برای خانواده‌تان آری سلامت بگذرید. مولانا می‌تواند به شما کمک کند.



**خانم ماندانا:** آقای شهبازی واقعاً تکرار ابیات خیلی مهم است. من راستش یک چند روزی هست که دارم سعی می‌کنم ابیات خیلی بیشتری یاد بگیرم و آن‌ها را تکرار کنم. واقعاً اصلاً همین چند روز خیلی اثرات دیدم، اصلاً خیلی تأثیر دارد، همیشه یک حس خوشحالی دارم. خیلی تأثیر دارد ابیات مولانا.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین! و الآن در سنی هستید که این ابیات را فوراً جذب می‌کنید. شما از زندگی دور نشدید، مخصوصاً خیلی وقت است با گنج حضور آشنا هستید، این‌طوری نیست که مثل یک آدم چهل‌ساله لایه‌به‌لایه به اصطلاح همانندگی‌ها را روی جمع کرده باشید و لایه‌به‌لایه درد ایجاد کرده باشید. شما پانزده سالتان است، تازه هم شدید پانزده‌ساله، درست است؟

**خانم ماندانا:** بله.

**آقای شهبازی:** بله می‌دانم چهارده سالتان بود. خب ذهن شما خیلی تیز است، یعنی این ابیات را می‌توانید جذب و بلعید و جذب جانتان می‌شود. و در این سن و سال شما واقعاً اگر ابیات را همان‌طور که می‌گویید تکرار کنید وقت را تلف نمی‌کنید. خب برای یک آدم پنجاه شصت‌ساله شاید تکرار و جذب این‌ها سخت می‌شود، حالا ذهنشان به آن تیزی، آن‌ها هم می‌توانند! نه که آن‌ها بگویند ما پیر شدیم نمی‌شود. نه، در هر سنی می‌شود. می‌بینید سن هفتاد و هفت سالم است، من این ابیات را از حفظ می‌خوانم برایتان. پس امکان دارد، اگر من می‌توانم شما هم می‌توانید، هر آدم هشتادساله هم می‌تواند. اما پانزده‌ساله کجا هفتادساله کجا؟! شما دوبار می‌خوانید این جذب جانتان می‌شود، معنا را به شما نشان می‌دهد، شما متوجه می‌شوید که مولانا چه چیزی می‌خواسته بگوید، ولی یک آدم شاید پنجاه‌ساله جا افتاده با ذهن فکر کند، همه‌اش با ذهنش فکر می‌کند چه می‌گوید، چه می‌گوید، می‌خواهد تفسیر ذهنی بکند، با عقلش می‌خواهد معنایش را بفهمد. تا بخواهد از آن عقل و از آن دنده می‌داند و این‌ها خارج بشود یک مقدار طول می‌کشد باید صبر کند.

اما شما، شما تازه نفس هستید، شما تازه از خداوند جدا شدید، چیزی نشده. پس باید خدا را شکر کنید و فرصت را از دست ندهید. و اگر همین‌طوری بروید، به‌زودی شما یک معلم خوب مولانا می‌شوید.

تمام نوجوانان اگر همین‌طوری جلو بروند، ۲۰، ۲۱ سالشان می‌شود، واقعاً می‌شوند آن پیری که مولانا می‌گوید. آن شعر را هم بلدید می‌گوید:

**پیر، پیر عقل باشد ای پسر  
نه سپیدی موی اندر ریش و سر  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۱۶۳)**



خانم ماندانا: نه این بیت را بلد نبودم.

آقای شهبازی: بلد نیستید.

ای بسا ریش سیاه و مرد پیر  
ای بسا ریش سپید و دل، چو قیر  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۱۶۱)

یعنی ای بسا یک آدم جوان باشد ولی واقعاً پیر طریقت باشد در بیست‌سالگی، بیست و پنج‌سالگی. ای بسا ریش سفید باشد، مویش سفید باشد مثل من، دلش چو قیر باشد.

ای بسا ریش سیاه و مرد پیر  
ای بسا ریش سپید و دل، چو قیر  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۱۶۱)

پیر، پیر عقل باشد ای پسر  
نه سپیدی موی اندر ریش و سر  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۱۶۳)

هر کسی که ریشش سفید است، نمی‌دانم مویش سفید است، پیر نیست. خب ماندانا خانم کسی دیگر می‌خواهد صحبت کند؟

خانم ماندانا: خواهرم هم اگر می‌شود گوشی را به ایشان بدهم صحبت کنند.

آقای شهبازی: بله بله صحبت کنند.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم ماندانا]

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم مهرگان]

آقای شهبازی: شما در ضمن بگویید که چهارقلو هستی. درست است؟

خانم مهرگان: بله.

آقای شهبازی: ماندانا پانزده‌ساله بشود شما هم پانزده‌ساله می‌شوید. بفرمایید.

خانم مهرگان: بله. راستش من متنی آماده نکردم آقای شهبازی، ولی یک شعر نوشته بودم خیلی وقت پیش که تازه با برنامه‌تان آشنا شده بودم. وقتی که آقای شهبازی می‌خواستم این شعر را بنویسم خیلی احساس شادی

داشتم، خیلی عدم را توی خودم احساس می‌کردم، ولی رفته‌رفته این احساس از شعرم مثلاً رفت و تصمیم گرفتم اصلاً برایتان نخوانم این همه مدت و حتی می‌خواستم بیندازمش سطل آشغال، بیندازمش دور و یا اصلاً می‌خواستم تغییرش بدم، تا این‌که امروز تصمیم گرفتم با کمک خواهرم برایتان بخوانمش.

آقای شهبازی: آفرین! بفرمایید.

خانم مهرگان: پس شروع می‌کنم.

ما را جز آن‌که خود به ما آموخته‌ای هیچ دانشی نیست، تویی دانا و کریم.

مثال بید مجنونم که سر بر آسمان دارد

مثال ماه تابانم، دلم داغ شما دارد

من مثال بی‌مثال آفتابِ روشنم

من کنون از لیلی هم مجنون‌ترم

من کنون با آتشی بنشسته‌ام

من در این‌جا نیستم من رفته‌ام

من در این‌جا نیستم من رفته‌ام

یک دو روز در این جهان بنشسته‌ام

من سزای کار خود را داده‌ام

چون ز خود خوردم، کنون من رفته‌ام

دل من در گوشه‌ای آرام شست

پست در گوشم بگفت ای خوش‌سرشت

کی به من دل‌رحم‌تر بُد بهر تو

تو گریستی و گریستم من ز تو

وصله زشتی به من انداختی

در دلم تیری سه‌سر بگذاشتی



کی خلاف کار تو کردم برو  
رو که گمراهی شوی و خسته تو

رو که در چاهی روی صد سال سی  
چون روی یادی کنی امروز را

دست بر سر می‌زنی تو از خطات  
که اسیر آتشی تا سر شدی

تو رهایم کرده‌ای و رفته‌ای  
رفته‌ای، آخر پشیمان می‌شوی

گفتمش رو رو که گوشم از این حرفت پر است  
آنچه می‌گویی به من زشت و بد است

آنچه می‌گویی به من، من نیستم  
من خدایم، او حدم، نور حقم

عاشق ویرانگی‌ام تشنه‌ام  
من برای دیدنش سال‌هاست که مرده‌ام

ای عشق در سوز و و بسازم  
رهی نبود جز این که بسوزم و بسازم

تو شمع و من پروانه‌ام  
دیوانه دیوانه دیوانه‌ام

قلب من بر روی کاغذ بی‌توان و قدرتم

هی می‌نوشت، می‌نوشت و می‌نوشت و می‌نوشت که من اندر حیرت و ضعفم بر آن خوش‌سرشت

تمام شد آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، خیلی زیبا! ممنونم. پس یک بیت هم از مولانا بخوانید، هر بیتی می‌خواهید بخوانید.



خانم مهرگان:

تا با تو قرین شدست جانم  
هر جا که روم، به گُلستانم  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۵۶۶)

قرین: هم‌نشین، یار

آقای شهبازی: آفرین! خیلی خوب.

خانم مهرگان: مرسی از شما. خیلی واقعاً زحمت می‌کشید برایمان.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم مهرگان]

[↑ لیست ↑](#)



## ۱۰- خانم فاطمه از کرج با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فاطمه]

خانم فاطمه: اگر اجازه بدهید چهار ماه گذشت از آخرین باری که تماس گرفتیم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، بفرمایید.

خانم فاطمه: دلم برایتان خیلی تنگ شده.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. بلندتر صحبت کنید، بفرمایید.

خانم فاطمه: چشم. آقای شهبازی از آخرین باری که با شما حرف زدم، معجزه‌ها من دیدم توی زندگی مشترکم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه: انقلاب شده توی زندگی‌ام. می‌توانم بگویم که، اگر اجازه بدهید تجربه‌ام را بگویم که باعث این انقلاب شد.

آقای شهبازی: بفرمایید بله.

خانم فاطمه: حدوداً یک سه ماه پیش من یک جریانی اتفاق افتاد توی زندگی مشترکم که من باید یک تصمیمی می‌گرفتم که آیا باید همچنان جلوی تهدیدات همسرم سر خم می‌کردم؟ یا روی حرفم می‌ایستادم؟ حرفم هم حرف اشتباهی نبود، من یک مشکلی که توی خودم دیدم متوجه این مشکل توی خودم شدم با برنامه گنج حضور این بود که من جمعیت نداشتم و همیشه از همسرم می‌ترسیدم، از تهدیداتش می‌ترسیدم. اما با این برنامه متوجه شدم که نه، وقتی که کارت درست است، وقتی هیچ ایرادی توی کارت نیست، پس روی حرفت بمان، نگذار که بقیه به تو زور بگویند. و توی این جریان من روی حرف خودم ماندم و اجازه ندادم همسرم به من زور بگوید.

این جریان گذشت و از آن جریان به بعد انگار همسرم متوجه شد که من یک تغییر بزرگی کردم و دیگر آن فاطمه قبلی نیستم، فاطمه‌ای هستم که استقلال پیدا کردم، فاطمه‌ای هستم که دیگر وابسته نیستم، ترسو نیستم. و دیگر بعد از آن همسرم کاملاً عوض شد اخلاقی و باورتن نمی‌شود چند شب پیش بعد از گذشت این جریانات که اخلاقی خیلی عوض شده بود، حتی واقعاً من این را باورم نمی‌شد هیچ وقت که این اتفاق بیفتد، اما افتاد. همسرم باورتن نمی‌شود، من را در آغوش گرفت و خیلی عاشقانه از من حلاوت گرفت و گفت که واقعاً من را ببخش که من این قدر به تو بدی کردم، تو خیلی خوب بودی، تو خیلی من را درک می‌کردی و این جور شد که فهمیدم که



## تو همه طمع بر آن نه، که در او نیست امیدت که ز نومییدی اول تو بدین سوی رسیدی (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۲۰)

و فهمیدم که هیچ وقت نباید ناامید باشیم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه: هیچ وقت نباید بگوییم که این نشدنی است، این عوض بشو نیست. من دقیقاً از آن جایی تغییر را توی خودم پیدا کردم که دیگر وابسته همسرم نبودم، همسری که شاید همیشه به من درد می‌داد، اما من باز هم به او وابسته بودم و عشق را از او گدایی می‌کردم.

می‌خواهم این نوید را به همه خانم‌ها بگویم، خانم‌هایی که شاید توی شرایط من بودند، شاید تشنه محبت بودند و آن محبت را دریافت نمی‌کنند، آن محبت درون خودتان است، آن عشق درون خودتان است، از هیچ کس نخواهید، هیچ کس نمی‌تواند ما را خوشبخت کند ما زن‌ها را، خدا ما را خوشبخت آفریده است.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه: کسی که خودش توی زندان است چه جور می‌تواند ما را نجات بدهد؟ کسی که خودش خوشبخت نیست چه جور می‌تواند من را خوشبخت کند؟ من باید تلاش کنم که خودم خودم را خوشبخت کنم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم فاطمه: خدا را شکر زیر سایه مولانا این را فهمیدم و الآن واقعاً حس خوشبختی می‌کنم، حس آرامش دارم توی زندگی‌ام.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم فاطمه: واقعاً این غزل برنامه ۱۰۰۸ هم آقای شهبازی، من با غزل‌ها هم گریه کردم هم رقصیدم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه: اما با این غزل برنامه ۱۰۰۸ با گریه می‌رقصیدم، اصلاً یک جور دیگر قشنگ بود. واقعاً از شما ممنونم بابت این حُسن انتخابتان.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فاطمه: واقعاً عالی بود غزل، مخصوصاً آن بیتش که می‌گفت «یا رب، چه گشته بودی؟»





## جان فرشته بودی، یا رَبِّ، چه گشته بودی؟ کَزْ چهره می‌نمودی لَمْ يَتَّخِذْ وَلَدًا؟ (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۹۱)

لَمْ يَتَّخِذْ وَلَدًا: فرزندی برای خود نگرفت، اشاره به آیه ۱۱۱، سوره اسراء (۱۷).

آقای شهبازی: آفرین!

**خانم فاطمه:** من واقعاً آقای شهبازی از خدا می‌خواستم که به من این درک را بدهد، من واقعاً توی پوست خودم نمی‌گنجم که الان من یعنی از جنس خدا هستم؟ یعنی این قدر من بزرگم؟ یعنی خدا این قدر به من عنایت داشته که من را انسان آفریده؟ یعنی من تازه دارم می‌فهمم اشرف مخلوقات بودن یعنی چه.

آقای شهبازی: آفرین!

**خانم فاطمه:** تازه دارم می‌فهمم وقتی، یکی از قسمت‌های برنامه شما گفته بودید بروید این کهکشان‌ها را نگاه کنید، رفتم نگاه کردم عظمت را من، توی پوست خودم نمی‌گنجم آقای شهبازی که جهان چقدر بزرگ است!

آقای شهبازی: آفرین!

**خانم فاطمه:** چقدر من کوچک هستم، چقدر من خواسته‌هایم ناچیز است، چقدر من دارم به خاطر هیچ‌چیز می‌جنگم، چقدر دارم به خاطر هیچ‌چیز غصه می‌خورم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

**خانم فاطمه:** اصلاً احمقانه است این فکریایی که ما داریم توی ذهنمان می‌کنیم، توی من ذهنی داریم.

آقای شهبازی: آفرین!

**خانم فاطمه:** این کینه‌هایی که داریم، قهرهایی که، آخر چه؟ جهان دارد هر ثانیه با چه نظمی می‌چرخد، آخر خدای من، من نمی‌فهمم من چه جوری نمی‌دیدم این چیزها را؟ من الان دارم با برنامه شما همه چیز را درک می‌کنم.

آقای شهبازی: آفرین!

**خانم فاطمه:** تمام آیات قرآن را، تمام داستان‌هایی که شاید توی بچگی‌هایم می‌شنیدم، مثلاً داستان‌های دینی، با عقل کوچک ذهنم نمی‌فهمیدم. یکی‌اش مثلاً همین که حضرت زینب بعد از عاشورا مسخره‌اش کردند گفتند

پس خدایت چه شد؟ برگشت گفت من از خدا به جز عشق چیزی ندیدم، الآن می‌فهمم این عشق یعنی چه. من الآن توی زندگی مشترکم به جز عشق از خدا چیزی ندیدم توی این چند سال.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم فاطمه:** به من یعنی دارد، سخت خودش من را داشت می‌کشید سمت خودش، وای خدایا شکر! من نمی‌دانم چه جوری شکر کنم. اصلاً یک چیزی به من بگویند من آرام بشوم آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم فاطمه:** یک جاهایی اصلاً به جنون می‌رسم نمی‌دانم باید چکار کنم این قدر که شغف دارم، این قدر که می‌گویم خدایا، خدایا آقای شهبازی را چه عنایتی داشتی به ایشان، که خدایا هدایتش کردی که این همه هزاران آدم را هدایت کند. خدایا تو چقدر مهربان هستی، از طریق یک بندهات چه جور داری بیان می‌کنی خودت را. مولانا را اول، بعداً آقای شهبازی را، خدایا تو چقدر زیبا هستی، خدایا تو چقدر بخشنده هستی، خدایا ما چقدر توی ذهن حقیریم که این همه زیبایی تو را نمی‌بینیم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم فاطمه:** خدایا کم‌کم کن، کم‌کم کن که بتوانیم به تو زنده بشویم.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین!

**خانم فاطمه:** خدایا ما دیگر به این دنیا هیچ دلبستگی نداریم. نمی‌دانم شاید یک چیزهایی توی زندگی‌ام دارد روی روال می‌رود شاید، ولی واقعاً دیگر دل من را نمی‌لرزاند، دیگر برایم فرقی ندارند که چکار می‌کنند؛ حتی شاید باورتان نشود، از این که دارد همسر مهربان می‌شود نگرانم می‌گویم نکنند من فراموش کنم، همسر یک دانه مسیر هدایت بود، من خودم را همه‌اش با او محک می‌زدم، الآن چند ماه است خیلی مهربان است. نمی‌دانم، خدا کم‌کم کند.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین، آفرین! خانم فاطمه خیلی خردمند شدید شما. آفرین، آفرین، آفرین!

**خانم فاطمه:** زیر سایه شما وگرنه من اگر هزار سال هم می‌گذشت این چیزها را نمی‌فهمیدم.

**آقای شهبازی:** خب نتیجه کار همین است. آفرین! وقتی شما متعهدانه برنامه را گوش می‌کنید، این ابیات را تکرار می‌کنید، این طوری پیشرفت می‌کنید. شما نگاه کنید چقدر شکرگزار هستید، چقدر خردمند هستید، چقدر عاشق هستید.

و شما خوب گفتید، خانم‌ها نه تنها باید ارزش خودشان را با فضاگشایی و وصل شدن به زندگی بفهمند، بفهمند که اصلاً به هیچ عشقی احتیاج ندارند، بلکه باید عشق بدهند، برای این‌که این خانم‌ها هستند که به اصطلاح انسان را به طور کلی در شکمشان به وجود می‌آورند و چند سال اول هم با او هستند. این خانم‌ها هستند که با وصل شدن به زندگی می‌توانند جهان را عوض کنند، می‌توانند مردان و زنان را عوض کنند.

[تماس قطع شد]

**آقای شهبازی:** پس چقدر لازم است که مثل خانم فاطمه روی خودشان کار کنند و در مدت کوتاهی به این خردمندی و به این پیشرفتگی برسند. اصلاً باورکردنی است ایشان این طوری تغییر کرده باشند و تغییرات روی خودشان، روی همسرشان این تأثیر را بگذارد؟ این همه می‌گویم شما کاری نداشته باشید با یکی دیگر، روی خودتان کار کنید، این شمع عشق خودتان را روشن کنید، این اثرش را روی همسرتان خواهد گذاشت، ولی شما انتظار تغییر نداشته باشید. اگر انتظار داشته باشید می‌شوید من ذهنی، بی‌اثر می‌شود.

شما از جنس زندگی بشوید ببینید اطرافتان چه جوری تغییر می‌کند، ولی شما با من ذهنی انتظار تغییر نداشته باشید. همسر من تغییر می‌کند یا نمی‌کند، من همه حواسم روی خودم است.

در جهان هیچ چیزی مفیدتر از تمرکز روی خود نیست و هیچ چیزی هم سخت‌تر از آن نیست، توجه کنید! هیچ کاری، عملی ما نمی‌توانیم بکنیم که مفیدتر و سازنده‌تر از تمرکز روی خود باشد. تمرکز روی خود یعنی انرژی ما، هشیاری ما در جهات نمی‌رود و در نتیجه این فضا گسترش پیدا می‌کند. از این مهم‌تر و مفیدتر و سازنده‌تر چیزی وجود ندارد، از طرفی دیگر از این مشکل‌تر هم چیزی وجود ندارد، برای این‌که من ذهنی براساس غیر درست شده. تا ما یک اتفاق می‌بینیم، حواسمان می‌رود از طریق اتفاق روی کس دیگر یا چیز دیگر. ولی همیشه که این شعرها را می‌خوانیم می‌گوید «او بهانه باشد و تو».

**ننگرم کس را و گر هم بنگرم**

**او بهانه باشد و، تو منظرَم**

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۵۹)

منظر: جای نگریستن و نظر انداختن

هر چیزی که اتفاق می‌افتد بهانه است که منظرَم تو باشی، من:

**عاشق صنَع توأم در شُکر و صبر**

**عاشقِ مصنوعِ کِی باشم چو گبر؟**

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۰)



شکر و صبر: در این‌جا کنایه از نعمت و بلا است.

گبر: کافر

صنع: آفرینش

مصنوع: آفریده، مخلوق

پس بنابراین هر اتفاق بهانه است شما زندگی را ببینید. دوباره می‌گوییم، اتفاق بازی است، هر وضعیتی که دارد شما را جذب می‌کند و مشغول می‌کند مخصوصاً اتفاقاتی که از طریق نزدیکان ما مثل همسر ما می‌افتد، فوراً ما را به واکنش می‌کشد، به واکنش‌های حس عدم درک، عدم قدردانی، عدم به‌اصطلاح احترام‌گذاری و همان حربه‌هایی که من ذهنی دارد. می‌کشاند دیو ما را به من ذهنی و به واکنش وامی‌دارد. شما نروید، نروید، در همین لحظه بمانید. تمرکز، تمرکز را از روی خودتان برنارید بگذارید روی کس دیگر از طریق اتفاق. همه‌اش من الآن باز می‌شوم، گسترده می‌شوم، من گسترده می‌شوم. همسرم فحش می‌دهد، من گسترده می‌شوم، من ببینم از این گستردگی، از این انشراح چه چیزی می‌آید. سخت است، هیچ آسان نیست، ولی به‌زودی خواهید دید که اثراتش چه می‌شود.

[↑ لیست ↑](#)

۱۱- خانم فرناز و خانم نیوشا از یزد با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فرناز]

خانم فرناز: من اول گوشی را می‌دهم دخترم می‌خواهد قضایای هندسه معنوی را برایتان بخواند.

آقای شهبازی: شما از کجا زنگ می‌زنید؟

خانم فرناز: از یزد، فرناز هستم.

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

خانم فرناز: قربانتان.

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم نیوشا]

خانم نیوشا: نیوشا هستم هشت‌ساله از یزد.

آقای شهبازی: آفرین! شعرها را بخوانید، منتها یواش بخوانید. آفرین!

خانم نیوشا: چشم.

گر قضا صد بار، قصد جان کند  
هم قضا جانت دهد، درمان کند

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۲۵۹)

چون ز زنده مُرده بیرون می‌کند  
نفس زنده سوی مرگی می‌تند

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۰)

شرط تسلیم است، نه کارِ دراز  
سود نبود در ضلالت ترک‌تاز

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۱۲۳)

ضلالت: گمراهی

پیش چوگان‌های حکم کُن فکان  
می‌دویم اندر مکان و لامکان

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۶۶)



چوگان: چوب بلندی است که سر آن خمیده است و با آن گویِ مخصوصی را می‌زنند.

دم او جان دَهَدَتِ رُو ز نَفَخْتُ بپذیر  
کار او کُنْ فیکون است نه موقوفِ علل  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۴۴)

نَفَخْتُ: دمیدم

آقای شهبازی: آفرین!

خانم نیوشا:

فعلِ توست این غصه‌های دَم به دَم  
این بود معنیِ قَدْ جَفَّ الْقَلَمُ  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۲)

جَفَّ الْقَلَمُ: خشک شد قلم به آن‌چه سزاوار بودی.

آقای شهبازی: به‌به.

خانم نیوشا: استاد تمام شد.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! عالی، عالی! این‌ها را می‌توانید ضبط کنید به ما بفرستید، ویدئو بفرستید؟

خانم نیوشا: باشد.

آقای شهبازی: ممنونم. یا از طریق واتساپ یا تلگرام هرچور که می‌توانید.

خانم نیوشا: باشد.

آقای شهبازی: ممنونم. کس دیگری نمی‌خواهد صحبت کند؟

خانم نیوشا: چرا، مامانم می‌خواهند دوباره صحبت کنند.

آقای شهبازی: بله‌بله، بفرمایید.

خانم فرناز: استاد خوب هستید؟

آقای شهبازی: خیلی خوب، بله بله ممنونم.

خانم فرناز: ببخشید دو هفته است می‌خواهم تماس بگیرم، می‌خواهد بخواند برایتان قضا یا را، هی می‌گوید مامان

تماس بگیر، موفق نشدیم، قسمت بقیه بود تا امروز که اصلاً خودمان باورمان نشد شما چه موقع تلویزیون روشن

بود، هی گرفتیم شما داشتید صحبت می‌کردید. دقیقاً صحبت‌هایی هم که می‌کردید همین اتفاق‌ها برای من افتاده بود، من گوش به حرف من ذهنی‌ام کردم، یک مدت دور افتادم از حضور، فکر می‌کردم باید خودم مثلاً همسر را تغییر بدهم، بچه‌هایم را تغییر بدهم، خیلی من را انداخت بیرون انگار شیطان از من ذهنی و شیطان من را از حضورم انداختند بیرون. ولی باز خدا را شکر دوباره به سمت شما آمدم و حالا ادامه قضایای معنوی را حالا یک سری‌هایش را من آماده کردم برایتان می‌خوانم.

آقای شهبازی: آفرین! بفرمایید.

خانم فرناز:

چون ز مُرده زنده بیرون می‌کشد

هرکه مُرده گشت، او دارد رَشَد

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۴۹)

آقای شهبازی: یک بار دیگر بخوانید.

خانم فرناز:

چون ز مُرده زنده بیرون می‌کشد

هرکه مُرده گشت، او دارد رَشَد

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۴۹)

ای ز غم مُرده که دست از نان تھی ست

چون غفورست و رحیم، این ترس چیست؟

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۸۷)

گر قضا انداخت ما را در عذاب

کی رَوَد آن خو و طبع مُستطاب؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۹۱۸)

مُستطاب: پاک و پاکیزه

آقای شهبازی: به‌به.

خانم فرناز:





مُشْتَرِي مَاسْتِ اللّٰهِ اشْتَرِيْ

از غم هر مشتری هین برتر آ

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۴۶۳)

از ترازو کم کنی، من کم کنم

تا تو با من روشنی، من روشنم

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۰۰)

ای دهنده قوت و تمکین و ثبات

خلق را زین بی‌ثباتی ده نجات

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۱۹۷)

من از عدم زادم تو را، بر تخت بنهادم تو را

آینه‌ای دادم تو را، باشد که با ما خو کنی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۴۳۶)

دم مزین با آینه تا با تو او همدم بود

گر تو با او دم زنی او روی خود پنهان کند

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۲۹)

از خدا غیر خدا را خواستن

ظن افزونی‌ست و، گلی کاستن

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۷۷۳)

پیش چشمت داشتی شیشه کبود

ز آن سبب، عالم کبودت می‌نمود

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۲۹)

آدمی دید است و باقی پوست است

دید، آن است آن، که دید دوست است

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۴۰۶)

خویش را صافی کن از اوصاف خود

تا ببینی ذات پاک صاف خود

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۴۶۰)



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

حَبْر: دانشمند، دانا  
سَنی: رفیع، بلندمرتبه

بس دعاها کآن زیان است و هلاک  
وَزِ کَرَم می‌نَشْنُود یزدان پاک  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۴۰)

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

فقط یک صحبت کوتاه هم آخر بیت‌های هندسه معنوی که خواندم بگویم. قانون تکرار خیلی وقت‌ها شما این را توی برنامه‌هایتان گفته‌اید، تکرار، تکرار، تکرار.

یعنی این مفاهیم را ما باید بر اثر تکرار به تدریج به جان خودمان بریزیم تا آن‌ها خودجوش توی درون ما عمل کنند.

تکرار برایمان معجزه می‌کند. تکرار مثل چکیدن آب بر صخره است که به تدریج آن صخره را خردش می‌کند.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**خانم فرناز:** تکرار من ذهنی را از میان می‌برد. تکرار ما در تمامی مهارت‌ها است. فقط با تکرار و استمرار می‌توانیم سخت‌ترین کارها را آسان کنیم و به آن نتیجه مطلوبی که می‌خواهیم برسیم.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**خانم فرناز:** و یکی دیگر هم قانون جبران است، که ما وقتی قانون جبران را انجام می‌دهیم، یعنی من یک مدتی که قانون جبران را انجام نمی‌دادم، استاد دقیقاً من دور افتاده بودم، ولی دوباره که برگشتم آن قانون جبران را انجام دادم، قانون تکرار را انجام دادم و همچنین قانون جذب.

من وقتی از هر جنسی هستم به سوی همان آدم‌ها می‌روم، یعنی همیشه همسان خودم را جذب می‌کنم. همیشه شما می‌گفتید توی برنامه‌هایتان «هر چیز که در جُستن آنی، آنی».



آقای شهبازی: بله بله.

خانم فرناز: اگر با اتفاقات و افراد خوب مواجه بشوم یعنی از جنس آنها هستم و اگر افراد من‌دار سر راه من قرار بگیرند خب یعنی من خودم هم من دارم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم فرناز: الان من همکارانم را وقتی که قرار است مثلاً یک اتفاقی بیفتد من می‌روم سر کار قرار است ناراحت بشوم از اول صبح:

من از عدم زادم تو را، بر تخت بنهادم تو را  
آینه‌ای دادم تو را، باشد که با ما خو کنی  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۴۳۶)

و تمام لحظات، استاد یک وقت‌هایی واقعاً می‌بینم من‌ذهنی می‌آید، هی می‌گویم فرناز امروز می‌روی سر کار، فقط خدایت درون همکارانت را باید ببینی، آن‌های دیگرش من‌ذهنی است.

واقعاً استاد دستتان درد نکند بابت برنامه خوبتان، خیلی خیلی ممنونم، وقت بقیه را هم نگیرم، خیلی صحبت کردم، بقیه منتظر هستند پشت خط، مثل ما که این مدت می‌خواستیم تماس بگیریم و موفق نشدیم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین! ممنونم.

خانم فرناز: دستتان را می‌بوسم، ممنونم از برنامه خوبتان، ممنونم از دست‌اندرکاران، خیلی خیلی ممنونم. مرسی استاد برای ما پدری می‌کنید، ممنونم واقعاً، دستتان هم درد نکند.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم فرناز]

[لیست ↑](#)



## ۱۲ - سخنان آقای شهبازی

**آقای شهبازی:** بله دوستان، هر هفته من حساب‌های گنج حضور را روی صفحه می‌گذارم که شما فرصت پیدا کنید برای شما یادآوری بشود جبران مادی را انجام بدهید. تقریباً می‌توانیم فرض کنیم که اگر شما جبران مادی نکنید، پیشرفت نخواهید کرد.

و این‌ها را من روی صفحه نمی‌گذارم که شما پول بدهید و من بردارم بگذارم توی جیبم. حتماً باید از این تصور همه بیرون بیایند که من برای پول این کار را نمی‌کنم و احتیاج به پولش ندارم، من احتیاج به پول شما یا کس دیگر ندارم اصلاً. و یکی از عوامل موفقیت شاید این برنامه، موفقیت نسبی اگر داشته باشیم، همین است که برای پول کار نمی‌کنم. در این زمینه برای پول کار نمی‌کنم برای دلم کار می‌کنم.

شما هم باید جاهای مختلف داشته باشید، بگویید این‌جا برای دلم کار می‌کنم، این‌جا برای پول کار می‌کنم. وقتی ما بیزینس (business) داریم می‌رویم آن‌جا می‌گوییم برای پول کار می‌کنیم، یک چیزی می‌خریم می‌فروشیم. ولی وقتی برای دلتان کار می‌کنید پول را قاطی نکنید، چون پول آن‌جا را فاسد می‌کند.

این حساب‌ها را من، شماره حساب‌ها و اطلاعات را نمی‌گذارم که شما ببینید پیش خودتان فکر کنید که شهبازی آمده این‌ها را می‌گذارد آن‌جا که پول ما را بگیرد، نه. این پول را شما می‌دهید تا متعهد بشوید.

می‌بینید که تا آن چیزی را که با آن شما همانیده هستید، مخصوصاً پول، با پول همه همانیده هستند، اصلاً یک نفر در دنیا نیست که به اصطلاح همانیده نباشد، مگر همانیدگی را خودش بریده باشد آگاهانه، این فرق می‌کند، که زیاد و کم شدن پول برایش بازی باشد.

برای من هم بازی است، من پولم زیاد بشود کم بشود اصلاً برای من مهم نیست، هیچ. زیاد بشود نه خوشحال می‌شوم، کم بشود نه غمگین می‌شوم. اندازه‌اش هم برایم مهم نیست. البته این هم بگویم به خاطر کار زیاد در گذشته، هر کسی کار کند این را می‌داند مقداری جمع می‌شود، به اندازه‌ای که زندگی ایجاب می‌کند برایت کافی است.

دیگر من هم ۷۷ سالم است، چند سال دیگری بخواهم زنده باشم ده برابر آن خداوند داده، در نتیجه این حساب‌ها برای این نیست که شما پول بگذارید من بگذارم توی جیبم یا مثل چه بشود مثلاً.

ولی امکان این وجود دارد شما راه زرنگی را نروید، بگویید من یک چیزی می‌گیرم یک چیزی می‌دهم. اگر یک چیزی بگیرم ندهم درست در نمی‌آید، این قانون خداست، قانون زندگی است، قانون عادی هم هست. قانون جبران را اگر شما یاد بگیرید خواهید دید یواش یواش پیشرفت می‌کنید.

مطمئن باشید اگر شما در جایی شکست می‌خورید به علت قانون جبران است، یا قسمتی از قانون جبران است. یکی مغازه باز می‌کند، یک رستوران باز می‌کند، اصلاً رستوران‌داری را بلد نیست، می‌رود از فامیلش پول جمع می‌کند، پول پدر و مادرش را می‌گیرد، یک جوان ۲۵ ساله است تجربه بیزینس (business) ندارد رستوران باز می‌کند، می‌بینید که قانون جبران را رعایت نمی‌کند برای این‌که اصلاً بلد نیست. اولین اجرای رعایت قانون جبران این است که من مهارت کافی در این کاری که می‌کنم پیدا کرده‌ام یا نه؟ نکرده‌ام بروم یاد بگیرم.

بیزینس بلد نیست، رستوران باز می‌کند مشتری هم می‌آید اول چون تابلو دارد، بعد یک‌دفعه می‌بینی مشتری نشسته آن‌جا، می‌گوید صورت‌حسابم را بده، این رفته تلفنش را دارد چک می‌کند، گارسون‌ها هم آن‌جا دارند با هم صحبت می‌کنند، خب دیگر می‌رود نمی‌آید.

یا رستوران‌ش می‌گیرد، می‌رود برنج نامرغوب می‌خرد، گوشت نامرغوب، می‌گوید مشتری دیگر آمده دیگر نمی‌تواند بفهمد که قانون جبران را باید رعایت کند، هر روز باید خدمت کند، هر ساعت حواسش به مشتری باشد، باید نگاه کند، این‌ور آن‌ور برود همه‌چیز را چک کند، حساب کتابش درست باشد، نمی‌دانم حسابداری بلد باشد. هیچ‌کدام از این‌ها را بلد نیست جایش را هم بدترین جا انتخاب کرده! خب معلوم است شکست می‌خورد، قانون جبران است. خواهش می‌کنم شما به این قانون جبران در زندگی‌تان توجه کنید.

ممکن است همسر بسیار خوبی داشته باشید، امروز داشتیم یک همسر ورزشکار ۲۹ ساله خانم، آقا رفته فرض کن که اشتباهاً قدرش را ندانسته رفته مواد مصرف می‌کند. آدم زن جوان ورزشکار را می‌گذارد توی خانه می‌رود مواد مصرف می‌کند. این قانون جبران است، قدرناشناسی قسمتی از قانون جبران است، که ما قدر چیزی را نمی‌دانیم از دست می‌دهیم، به راحتی از دست می‌دهیم. قدر جوانی را ندانیم برویم مواد سمی را وارد بدن کنیم، خراب کنیم، آخر این عدم رعایت قانون جبران است.

شما بیایید قانون جبران را یاد بگیرید، هر کسی یک کار کوچکی کرد شما بگویید من باید عوضش را انجام بدهم، نه این‌که یادش رفت دیگر، این اصلاً وظیفه‌اش است نه. چه کسی وظیفه‌اش است؟! وظیفه، هیچ‌کس وظیفه ندارد مفتی به ما خدمت کند، هیچ‌کس، حتی پدر و مادرمان. حتی پدر و مادر از آن فرزندی که می‌گوید؛ پسره می‌آید چهارده سالش است، بابا می‌توانم کمک کنم؟ بروم نان بخرم؟ بگذار من بروم بخرم، بگذار من این را حمل کنم، می‌توانم چمن‌ها را بزنم؟ بگذار من جارو کنم، می‌توانم ماشین را بشویم؟ خب این پسر قانون جبران را دارد انجام می‌دهد، به بابایش می‌گوید. حالا یک پسری هم نشسته است فقط تلفنش را چک می‌کند وقت تلف می‌کند.



قانون جبران! قانون جبران را ما باید خودمان به‌عنوان پدر و مادر رعایت کنیم به بچه‌هایمان یاد بدهیم. هیچ چیزی بهتر و بیشتر از قانون جبران به فرزند ما کمک نمی‌کند باید به او یاد بدهیم، که شما کار نکنی فردا بی پول خواهی شد، دست به جیب خودت باید بکنی، باید مهارت یاد بگیری، وقتت را تلف نکن.

[لیست ↑](#)

توجه داشته باشید



۱۳ - آقای محمد از تهران با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای محمد]

آقای محمد: [گریه آقای محمد] خسته نباشید من فقط خواستم یک عرض ادبی بکنم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

آقای محمد: و خودم را به حساب بیاورم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین، آفرین!

آقای محمد: خدا عمرتان بدهد آقای شهبازی.

آقای شهبازی: ممنونم.

آقای محمد: خدا قوتتان بدهد.

آقای شهبازی: ممنونم.

آقای محمد: این دنیا شما را نیاز دارد آقای شهبازی [گریه آقای محمد] چه حال خوبی دارید! صدای شما خیلی عالی است آقای شهبازی، مخصوصاً از پشت خط، قسمت همه باشد که بتوانند تجربه کنند.

آقای شهبازی: شما لطف دارید، لطف دارید. آقا محمد چند سالتان است شما؟

آقای محمد: من چهل سالم است.

آقای شهبازی: چهل سالتان است آفرین، آفرین! ماشاءالله.

آقای محمد: زنده باشید. چند وقتی هست که با برنامه آشنا هستم و دارم کار می‌کنم.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای محمد: خدا را شکر که توانستم با شما تماس بگیرم.

آقای شهبازی: ممنونم.

آقای شهبازی: خیلی سخت است که آدم بتواند خودش را کنترل کند. از همه‌تان، از همه کسانی که توی برنامه مشارکت می‌کنند، زنگ می‌زنند، شاگردی شما را می‌کنند، ممنون، همه عالی.

آقای شهبازی: ممنونم.





آقای محمد: شما شاگرد کدام استادی هستید که شما این قدر استاد هستید آقای شهبازی؟

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، بنده که استاد نیستم، من هم شاگرد هستم. همه‌مان شاگرد هستیم، همه‌مان. هیچ استادی وجود ندارد، غیر از یک استاد در جهان، آن هم خود زندگی است، خود خداوند است. اگر از طریق

او

## پس شما خاموش باشید، آنصِتوا تا زبان‌تان من شوم در گفت‌وگو

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۶۹۲)

آنصِتوا: خاموش باشید.

آقای شهبازی: یک استاد بیشتر وجود ندارد. این کلماتی که ما ادا می‌کنیم به دیگران استاد، استاد، این‌ها البته غلط است، حالا مصطلح شده، شاید احترام است، من نمی‌دانم هر چه هست، ولی هیچ‌کس نباید به خودش بگیرد که من استاد هستم. به محض این‌که فکر کند استاد است از بالای پشت‌بام می‌افتد پایین. آن شعر را شما حفظ هستید؟ «بر کنارِ بامی ای مستِ مُدام»

آقای محمد: «بر کنارِ بامی ای مستِ مُدام»، «پست بنشین»

آقای شهبازی: «یا فرود آ»

آقای محمد: «فرود آ، وَالسَّلَام»

آقای شهبازی: «والسَّلَام». «هر زمانی که شدی»؟

آقای محمد: هر زمانی که تو را

آقای شهبازی: شادکام، آن زمان را، خلاصه، خیلی خوب، آن زمان خود را کنار بام دان.

## بر کنارِ بامی ای مستِ مُدام پست بنشین یا فرود آ، وَالسَّلَام

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۱۴۶)

مُدام: شراب

هر زمانی که شدی تو کامران

آن دمِ خوش را کنارِ بام دان

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۱۴۷)



هر موقع فکر کنی که بزرگ شدی و موفق شدی و به‌عنوان من خودت را ببینی، بیایی بالا، بدان که کنار بام هستی داری می‌افتی. هر کسی بگوید من استاد هستم، دارد می‌افتد.

من البته هیچ موقع نگفتم استادم یا معلم هستم، ولی حالا شماها دیگر من هر دفعه که نمی‌توانم به شما بگویم استاد نگویید به من، استاد نگویید به من. ولی من استاد نیستم. ممنونم.

**آقای محمد:** ماشاءالله به شما، ماشاءالله به همه شاگردهای کلاس، ان‌شاءالله که حال دل همه خوب باشد.

**آقای شهبازی:** ان‌شاءالله، ممنونم.

**آقای محمد:** خیلی ممنونم آقای شهبازی. الان وضعیت هرچند همچین خوب نیست، انگار که توی حوزه‌های سیاسی هم که راه انداختند و این‌ها، همه درگیر هستند، فکرها همه به هم ریخته، هجمه خیلی بالا. فقط تنها موردی که می‌توانیم از آن آرامش بگیریم و به خودمان بیایم همین برنامه‌های گنج حضور و مولانا و شما هستید. ان‌شاءالله که شما را خدا حفظ کند برای همه عالمیان.

**آقای شهبازی:** خیلی ممنون. آخرسر حقیقت پیروز است، شما همین‌طور این بیت‌ها را تکرار کنید، درس گنج حضور را رها نکنید، خواهید دید که همه ما به‌تدریج داریم روشن می‌شویم به خرد زندگی و خرد پیروز خواهد شد.

**آقای محمد:** ان‌شاءالله.

**آقای شهبازی:** بله، ممنونم. پس با شما خداحافظی کنم.

**آقای محمد:** من هم همین‌طور با شما خداحافظی می‌کنم. ان‌شاءالله که سالم و سرحال باشید آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای محمد]

[↑ لیست ↑](#)

۱۴- خانم بیننده از خوزستان با سخنان آقای شهبازی (ادامه ردیف ۷)

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم بیننده]

**خانم بیننده:** معذرت می‌خواهم آقای شهبازی، من داشتم صحبت می‌کردم شارژم تمام شد، دوباره این قدر گرفتم شماره‌تان را که بالاخره دوباره وصل شد.

**آقای شهبازی:** بله، شما از کجا زنگ می‌زدید الان؟

**خانم بیننده:** من خوزستان، همان خانم ورزشکاری که به شما گفتم کار می‌کنم توی باشگاه.

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

**خانم بیننده:** بله چشم، چشم. آقای شهبازی ببخشید اجازه دارم صحبت کنم یا نه؟ چون الان یک بار زنگ زدم، می‌گویم در حق بقیه اجحاف نشود.

**آقای شهبازی:** بله یک خرده دیگر می‌توانید صحبت کنید، بله بفرمایید مطلبتان را تمام کنید.

**خانم بیننده:** ممنونم. آقای شهبازی، من می‌خواستم بگویم که من و همسرم شاید چون که دوتا زوج خیلی جوان هستیم برای بقیه خیلی تجربه خوبی بشود و همه یاد بگیرند از این قضیه‌ای که ما داشتیم توی زندگی‌مان.

ما بزرگ‌ترین بی‌مرادی زندگی من و همسرم نداشتن فرزند بوده و نداشتن بچه. به خاطر یک سری مشکلات بچه‌دار نمی‌شدیم، و مدام به محض این‌که، چون من از خانواده دور هستم و یک شهر دیگر زندگی می‌کنم، به محض این‌که می‌رسیدیم شهرمان خانواده همسرم مدام توی گوش شوهرم می‌گفتند که شما باید مجدد ازدواج کنی به خاطر بچه‌دار شدن، و خانواده من هم همین‌طور.

و من و همسرم وقتی که این چیزها را می‌شنیدیم، می‌آمدیم به خانه خودمان مدام دعوا داشتیم، جنگ داشتیم، جدل داشتیم، بحث داشتیم، یعنی تمام مسافرت به جانمان زهر می‌شد.

و بعد از این‌که با برنامه شما خدا را شکر آشنا شدیم، آقای شهبازی واقعاً نمی‌دانم چه جوری بگویم شاید هزاران بار تا الان، در طول این هفت ماهی که با شما آشنا شدم خدا را شکر کردم، گفتم خدایا شکرت که شما بهتر می‌دانستی که صلاح من و زندگی من چیست که به من فرزند ندادی. من خودم با این همه درد، با این همه من‌ذهنی، با این همه مشکلات، نمی‌توانستم یک بچه‌ای را با این همه درد دوباره بزرگ کنم و خیلی خوشحالم از این‌که تا الان بچه‌دار نشدم.



الآن ما از این بی‌مرادی واقعاً خدا را پیدا کردیم، خودمان را پیدا کردیم، و خدا را شکر می‌کنیم که تا الآن بچه‌دار نشدیم. و الآن با این حال خوبان هرچه خدا بخواهد همان می‌شود دیگر.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**خانم بیننده:** نباید واقعاً پنجه زد، می‌گوید:

**با قضا پنجه مزن ای تند و تیز**

**تا نگیرد هم قضا با تو ستیز**

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۱۰)

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین! چه بی‌تی خواندید «با قضا پنجه مزن»، بله.

**خانم بیننده:** و این‌که یک بی‌تی هست که من خیلی دوستش دارم آقای شهبازی، خیلی روی این بیت کار می‌کنم روی خودم، روی زندگی‌ام. می‌گوید:

**گفت: مُفتیِ ضرورت هم تویی**

**بی ضرورت گر خوری، مُجرم شوی**

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۳۰)

**ور ضرورت هست، هم پرهیز به**

**ور خوری، باری ضامن آن بده**

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۳۱)

مفتی: فتوا دهنده

ضمان: تعهد کردن، به عهده گرفتن

من خیلی جاها واقعاً الآن فکرش را می‌کنم می‌گویم چرا داخل بحث یک خانواده دیگر، یک زن و شوهر دیگر، حالا خواهرم باشد یا هر کس، به من چه ربطی داشت؟ واقعاً ضرورت داشت که این کار را انجام می‌دادم؟ و یک عمر زندگی خودم را به جان خودم و شوهرم زهر کرده بودم. چرا؟ ضرورتی نداشت که من واقعاً داخل آن بحث شرکت کنم و دخالت کنم.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**خانم بیننده:** می‌توانستم اَنصِتُوا کنم و یک گوشه بنشینم و بعد از آن حالم، بعد از این‌که من حتی دخالت هم کردم حالم خوب نشده، حالم بدتر شده. و خیلی دارم روی خودم کار می‌کنم آقای شهبازی، خیلی.



آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

**خانم بیننده:** و خدا را شکر می‌کنم، خدا را شکر می‌کنم که من و همسرم الآن خیلی طعم آرامش را داریم می‌چشیم. واقعاً توصیه می‌کنم که جوان‌هایی که مثل ما زود ازدواج کرده‌اند و از سری مشکلات ما را دارند، حیف است، حیف است که زندگی‌شان را، جوانی‌شان را این‌جوری به باد بدهند.

آقای شهبازی: آفرین!

**خانم بیننده:** تسلیم من ذهنی نشوند، واقعاً نشوند. فقط این‌که می‌گوید:

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

دَد: حیوان درنده و وحشی

هیچ جای دنیا بی درد و بدون مشکل نیست، ولی فقط مرکزت را عدم کنی و به خدایت خودت واقعاً برسی می‌فهمی که آرام می‌گیری، به دور از تمام مشکلات دنیا و زندگی می‌توانی یک زندگی راحت و آرام داشته باشی.

آقای شهبازی: آفرین!

**خانم بیننده:** و از شما هم خیلی خیلی ممنونم، و شکرگزارم که خدا شما را سر راه ما قرار داد و زندگی‌مان به نابودی نکشید واقعاً، چون که داشت این بلا سر ما می‌آمد.

آقای شهبازی: آفرین!

**خانم بیننده:** و خدا را شکر که الآن هفت ماه است که شما مهمان هر شب مایید و هیچ کانالی را واقعاً دیگر ما علاقه نداریم، به جز شبکه شما اصلاً ما دوست نداریم شبکه دیگری را ببینیم یا حتی در حد چند لحظه یا چند ثانیه.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین، آفرین!

**خانم بیننده:** خدا را شکر می‌کنم، فقط خواستم از شما تشکر کنم. خیلی خوشحالیم من و همسرم که با شما توانستیم تماس بگیریم و صحبت کنیم. ان‌شاءالله که من، حالا بیت‌های خیلی زیادی را توانستم حفظ کنم، ان‌شاءالله که بعد دوباره من زنگ بزنم زمان داشته باشم، الآن وقت بقیه را نگیرم، و بتوانم با شما صحبت کنم.



خیلی دستتان درد نکند آقای شهبازی. ان شاءالله که، واقعاً شما پدری را در حق ما دارید می‌کنید، خدا عمر باعزت به شما بدهد. از راه دور واقعاً دستتان را می‌بوسم که ما را نجات دادی از منجلابی که خودمان برای خودمان درست کرده بودیم. یک دنیا ممنونم از شما.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم، خواهش می‌کنم، ممنونم. یک مطلب دیگر هم راجع به همین موضوع بعد از قطع کردن عرض می‌کنم. البته شما دیگر می‌دانید، راجع به همین بچه‌دار شدن هست که شما چه تصمیم خوبی گرفتید. این‌که می‌گوییم، حالا شما هم روی خط هستید البته خیلی خلاصه بگوییم، هر کسی روی خودش متمرکز بشود یک معنی دیگرش این است که به حرف دیگران گوش ندهد. همه البته به گنج حضور گوش نمی‌کنند که آن بیت را بخوانند:

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

حَبْر: دانشمند، دانا  
سَنی: رفیع، بلندمرتبه

ما نباید تمرکزمان روی دیگران باشد. حالا، تمرکزمان روی دیگران می‌رود به‌عنوان من‌ذهنی و حتی می‌توانیم در زندگی‌شان دخالت کنیم، حتی به آن‌ها نصیحت کنیم، راه‌شان بدهیم. آخر چه حقی داریم ما این کار را می‌کنیم؟! هم زندگی خودمان را خراب می‌کنیم، هم دیگران را.

شما اگر روی خودتان تمرکز می‌کنید، یک معنی‌اش این است که نگذارید دیگران در زندگی شما دخالت کنند. اگر دخالت کردند، دور بشوید از آن‌ها، رفت و آمد نکنید، به‌قول خودتان «با قضا پنجه مزن».

قضا آمده دو نفر را رسانده به هم که بچه‌دار نمی‌شوند، خب می‌توانند با هم دوست بشوند، رفیق بشوند، مسافرت بروند، گنج حضور گوش بدهند، مولانا بخوانند. فرصت دارند که روی خودشان تمرکز کنند، ایرادهایشان را پیدا کنند برطرف کنند، عاشق بشوند، خوب زندگی کنند، می‌دانید؟ همدیگر را دوست داشته باشند.

این‌طوری نیست که اگر یک زن و شوهری بچه‌دار نشوند، نسل بشریت منقرض می‌شود، دیگر نمی‌شود کاری کرد، حتماً باید بچه‌دار بشویم! نه، به‌اندازه کافی بچه تولید می‌شود در جهان، دیگر ما بچه‌دار نمی‌شویم همدیگر را هم دوست داریم. و پرهیز کنند از این‌که، بنابه تجربه‌ای که من در چند مورد دارم.

ما یک کارمند داشتیم واقعاً این خانم بگویم در کار بیزنس (کسب و کار: business) دست راست من بود. این قدر آدم فهمیده‌ای بود، این قدر خردمند بود. یک چیزی را می‌گفتی، فوراً می‌فهمید و انجام می‌داد بدون دردسر و پی‌گیری و این‌ها تا آخر می‌رساند.

این خانم دوتا دختر داشت، می‌خواست یک پسر بشود، و هر روز ما با هم کار می‌کردیم. می‌رفت دکتر قرص‌های مختلف می‌خورد. من چندین بار به او گفتم که دیگر، اسمش هم نئی بود، نئی آخر دیگر دوتا بچه کافی است. حالا این قدر نزدیک بودیم که به او به اصطلاح نصیحت نه، که بگویم بابا جان این قدر قرص نخور، آمپول زن، بدنت را خراب می‌کنی، آخر تو این همه دکتر می‌روی! گفت نه من یک پسر می‌خواهم و نمی‌دانم!

این رفت این‌ور آن‌ور، این قدر بلا سرش آورد که یک غده درآورد از پهلویش. یک غده درآورد و هرچه ما، هرچه گشت، رفتند دکتر و فلان و این‌ها، نشد. بالاخره فوت کرد، در عرض مدت کوتاهی.

آخر چه لزومی دارد؟ به قول شما «مفتی ضرورت» ما هستیم. حالا به ایشان دوتا بچه هم داده بود زندگی، بابا پسر نباشد! چه اصرار داری تو آخر؟! البته دوتا، بچه‌دار نمی‌شد، یعنی دیگر بچه‌دار نمی‌شد نمی‌دانم چرا؟ می‌خواست بچه‌دار بشود آن هم پسر بشود تازه! [خنده آقای شهبازی] خب ضررش را دید. توجه می‌کنید؟

شما به ورزشکاری تمرکز کردید، به ساختن خودتان تمرکز کردید، به رفاقت بین زن و شوهر، به گرمی خانواده و عشق بین خودتان تمرکز کردید، آفرین! فرزند نباشد، به همدیگر آدم عشق می‌دهد، یا نه فوقِ فوق این همه بچه هست می‌تواند برود یکی را بیاورد بزرگ کند دیگر اگر خیلی دیگر می‌میرد برای بچه، حتماً باید بچه داشته باشد. چه فرقی می‌کند بچه ما باشد یا بچه یکی دیگر؟ وقتی عشق هست، بچه بچه است دیگر.

من دیگر وقت شما را نگیرم. ممنونم، عالی بود!

**خانم بیننده:** ممنونم از شما آقای شهبازی، دستتان را می‌بوسم. خیلی ممنونم از شما و کمک‌های بی‌دریغتان که به ما می‌کنید و زندگی ماها را، امثال ماها را که واقعاً رو به نابودی است نجات می‌دهید. واقعاً دست شما، دست تمام کسانی که برای ما زحمت می‌کشند و بدون هیچ چشم‌داشتی این برنامه را در اختیار ماها می‌گذارند واقعاً ممنونم، یک دنیا ممنونم از همه‌تان.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم بیننده] [لیست](#)

◇ ◇ ◇ پایان بخش دوم ◇ ◇ ◇



۱۵ - خانم نجما از گلستان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم نجما]

خانم نجما: استاد یک متنی من آماده کرده‌ام اگر اجازه بدهید به اشتراک بگذارم.

آقای شهبازی: بفرمایید از کجا زنگ می‌زنید؟

خانم نجما: استاد نجما هستم از گلستان زنگ می‌زنم.

استاد شهبازی: خواهش می‌کنم، بفرمایید.

خانم نجما: سلامت باشید. متنم در مورد تسلیم و پرهیز هست. با اجازه شما استاد می‌خوانمش دیگر.

آقای شهبازی: بله، بله. بفرمایید.

خانم نجما:

**خُطوتِیَنی بود این ره تا وصال**  
**مانده‌ام در ره ز شستت شصت سال**  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۵۴۹)

«این راه تا وصال به معشوق دو قدم بیشتر فاصله ندارد، درحالی‌که من در این راه شصت سال است که از کمند وصال تو دور مانده‌ام.»

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

قدرت این لحظه را زمانی می‌توان احساس کرد که در این لحظه باشیم، آرام و آسوده باشیم تا ضربان زندگی با نبض ما یکسان و هماهنگ شود و آن هشیاری با هشیاری ما منطبق شود، سپس به جریان زندگی وصل می‌شویم، استاد صدایم می‌آید؟

آقای شهبازی: صدایتان می‌آید. بیت اول را که خواندید یک بار دیگر بخوانید بی‌زحمت.

خانم نجما:

**خُطوتِیَنی بود این ره تا وصال**  
**مانده‌ام در ره ز شستت شصت سال**  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۵۴۹)



«این راه تا وصال به معشوق دو قدم بیشتر فاصله ندارد، درحالی‌که من در این راه شصت سال است که از کمند وصال تو دور مانده‌ام.»

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

آقای شهبازی: آها! «خُطوتینی بود» مثل این‌که، نیست؟

خانم نجما: آهان! «بود»؟ چشم استاد.

آقای شهبازی: بله. [خنده آقای شهبازی]

خانم نجما:

## خُطوتینی بود این ره تا وصال مانده‌ام در ره ز شست شصت سال (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۵۴۹)

«این راه تا وصال به معشوق دو قدم بیشتر فاصله ندارد، درحالی‌که من در این راه شصت سال است که از کمند وصال تو دور مانده‌ام.»

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

آقای شهبازی: بله.

خانم نجما: درست شد؟

آقای شهبازی: بله، بله. خواهش می‌کنم. یک کمی هم آرام بخوانید، عجله نکنید.

خانم نجما: چشم، چشم.

آقای شهبازی: خیلی ممنون.

خانم نجما: سپس به جریان زندگی وصل می‌شویم هر لحظه و هر ساعت دم زندگی در ما دمیده می‌شود و رایحه حیات را با جان و دل استشمام می‌کنیم.

پس برای این دو قدم راه، قدم اول را می‌توان به راحتی برداشت، کافی است زمان‌هایی که شامل بی‌مرادی‌ها است، وقتی چمن‌زار رضا آشفته شود، وقتی همه راه‌ها و درها بسته شود، دقیقاً زمانی هست که اولین قدم را برمی‌داریم.

تو همه طَمَع بر آن نه، که دَرُو نیست امیدت  
که ز نومیدي اوّل تو بدین سوی رسیدی  
تو خَمَش کن، که خداوند سخن بخش بگوید  
که همو ساخت دَر قفل و همو کرد کلیدی  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۲۰)

پذیرفتن اتفاقات در همین لحظه بدون چون و چرا نیازمند توکل کامل، ایمان و اعتماد به پروردگار است. کافی است لطف سابق را نظاره کنیم.

من سبب را ننگرم، کآن حادث است  
زان‌که حادث حادثی را باعث است  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۶۴۰)

لطف سابق را نظاره می‌کنم  
هرچه آن حادث، دوپاره می‌کنم  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۶۴۱)

حادث: تازه پدید آمده، جدید، نو

وقتی در این لحظه در هر شرایطی که باشیم بدانیم جریان زندگی پشتیبان ما است پس می‌توان بار و مسئولیت کارهایی که در اداره و کنترل ما نیستند را رها کنیم و بسپاریم به زندگی. کافی است بگوییم:

آنکه دیده‌ستت، مکن نادیده‌اش  
آب زن بر سبزه بالیده‌اش  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۹۵)

من نکردم لأبالی در روش  
تو مکن هم لأبالی در خلیش  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۹۶)

وقتی هر، استاد ادامه بدهم؟



آقای شهبازی: بله، بله، من، من چیزی نگفتم [خنده آقای شهبازی].

خانم نجما: وقتی، با اجازه شما.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم نجما: وقتی هر لحظه و در هر آن با رضایت و صبر عمل انجام شود، صدای «ارجعی» را می‌شنویم.

نیم ز کار تو فارغ همیشه در کارم  
که لحظه لحظه تو را من عزیزتر دارم  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۲۳)

فارغ: آسوده، در این جا یعنی ناآگاه

به ذات پاک من و آفتاب سلطنتم  
که من تو را نگذارم، به لطف بردارم  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۲۳)

کافی است تسلیم باشیم، پرهیز کنیم، این کلمات هر کدام معنایی ژرف دارند. اگر بتوان این دو کلمه تسلیم و پرهیز را به فعل درآورد و اگر انرژی این کلمات آزاد شود، می‌توان به جایی رفت در همین لحظه که فرشش آسمان باشد.

دلا بگریز از این خانه که دلگیرست و بیگانه  
به گلزاری و ایوانی که فرشش آسمان باشد  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۶۸)

وقتی تسلیم با رضایت داشته باشیم لحظه‌ها به یاری‌مان می‌آیند، می‌توانند به همه کائنات برسانند که این مخلوق به عمل درآمده است و راستانه سوی حق خم شده‌است. حال «جَفَّ الْقَلَم» جوری دیگر می‌نویسد، با صنع و خرد پروردگار همراه است. «جَفَّ الْقَلَم» می‌نویسد که این بنده آمده به «حُجْرَةُ خِيَّاطِ عاشقان» اما با پذیرش کامل.

رَوْمَ به حُجْرَةُ خِيَّاطِ عاشقان، فردا  
منِ درازقبا با هزار گز سودا

بِبَرْدَتِ ز یزید و بدوزَدَتِ بر یزید  
بدین یکی کُنَدَتِ جُفَّت و ز آن دگر عَدْرَا



بدان یکیت بدوزد که دل نهی همه عمر  
زهی بریشم و بخیه، زهی ید بیضا  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱۶)

گز: مقیاس طول، معادل ذرع  
سودا: عشق، هوا و هوس، آرزو و خواسته  
عذرا: عذراء، دوشیزه، تنها و جدا  
بریشم: ابریشم، نخ بخیه  
ید بیضا: معجزه موسی (ع)

وقتی تسلیم هستیم و بارها انداخته شد انگار خانه‌تکانی کرده‌ایم.

خانه را من روفتم از نیک و بد  
خانه‌ام پرست از عشق احد  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۸۰۴)

در این مرحله همه‌چیز را می‌توان بدون قضاوت پذیرفت، زیرا به شهر کهن رسیدیم.

تو ببند آن چشم و، خود تسلیم کن  
خویش را بینی در آن شهر کهن  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۱۱۳)

وقتی راستانه خم شدیم در آن خم شدن تعظیم و سپردن امور به فرزانی الهی صورت می‌گیرد، در واقع زبان سست قل کنار گذاشته شد و به فعلیت درآمد، که گذشتیم از همه‌چیز و شنیدیم همان سخن‌های نهان را که می‌گوید:

هر که از خورشید باشد پشت‌گرم  
سخت‌رو باشد، نه بیم او را، نه شرم  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۳۹)

متوجه هستیم هر لحظه رحمت اندر رحمت است.

از این همه بگذر، بی‌گه آمده‌ست حبیب  
شبم یقین شب قدر است، قل للیلی طل  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۵۸)

قل للیلی طل: به شب من بگو که دراز باش.

حال که جرئت و شهامت پدیدار می‌شود می‌توان پا در دریا گذاشت، زیرا که «با کریمان کارها دشوار نیست».



تو مگو ما را بدان شه، بار نیست

با کریمان کارها دشوار نیست

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۲۱)

با سلیمان، پای در دریا بنه

تا چو داوود آب سازد صد زره

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۸۱)

آن سلیمان پیش جمله حاضر است

لیک غیرت چشم‌بند و ساحر است

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۸۲)

دیگر در این مسیر نیاز به عصاکش نداریم، آویزان دیگران نیستیم، چشمان نرگسمان بینایی را از جنس بینایی روزگار می‌گیرد، دیده‌بان را در این لحظه به میانه می‌آوریم و هر بار که سمن‌زار رضا آشفته شد بی‌گمان می‌داند دلش بر شهوتی رفت، پس آن را شناسایی می‌کند تا در آن لحظه هر آنچه بخواهد بشود.

پس سلیمان آندرونه راست کرد

دل بر آن شهوت که بودش، کرد سرد

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۰۶)

بعد از آن تاجش همان دم راست شد

آنچنانکه تاج را می‌خواست شد

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۰۷)

استاد سپاس‌گزارم به خاطر تمام وقتی که برای ما می‌گذارید.

آقای شهبازی: خیلی ممنون. خیلی زیبا، آفرین!

خانم نجما: سلامت باشید.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم نجما]

[↑ لیست ↑](#)



## ۱۶- خانم آناهیتا از بجنورد با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم آناهیتا]

**خانم آناهیتا:** اول این‌که تشکر کنم به‌خاطر انرژی خوبی که به ما می‌دهید و این درس‌هایی که با جان و دلتان به ما هدیه می‌دهید، ممنونتان هستم استاد.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.

**خانم آناهیتا:** آناهیتا هستم از بجنورد تماس می‌گیرم، داخل پرانتز «نمی‌دانم» هستم از بی‌جا و لامکان.

**آقای شهبازی:** خیلی خوب!

**خانم آناهیتا:** یک مطلبی را عرض کنم در مورد خودم استاد با اجازه‌تان.

**آقای شهبازی:** بفرمایید، بفرمایید.

**خانم آناهیتا:** من از اول زندگی‌ام به ماوراء و عرفان و این مسائل خیلی علاقه‌مند بودم. یک تجربه‌ای هم که توی دوران بچگی داشتم طبق آن دنبال این بودم بفهمم جریان این اتفاق چه بوده که کشیده شدم به سمت اِکَنکار (جنبش نوپدید دینی که افراد را به ممارست معنوی قادر می‌سازد: Ekankār) استاد!

فکر می‌کردم خدا را باید با فرافکنی روح به‌دست آورد، مدام زندگی‌ام حول محور همین مسائل می‌چرخید. ریاضت‌های سخت و کلی کارها، این‌ها را برای خودم دست‌آورد می‌دانستم، فکر می‌کردم اکَنکار (Ekankār) دیگر آخرش هست، من دیگر رسیدم، آن چیزی که می‌خواستم را پیدا کردم. دیگر شده بودم مُبَلِّغ این راه، به هر کسی می‌رسیدم این راه را پیشنهاد می‌دادم، می‌گفتم این آخرین راه عرفان است. بعد، الآن یک کم هول شدم. یک نفس بگیرم.

**آقای شهبازی:** یک نفس عمیق بکشید. بله، بله.

**خانم آناهیتا:** با کمک‌های بی‌مورد نسبت‌به دیگران فکر می‌کردم رسالتم را پیدا کردم. آدمی بودم بی‌نهایت دلسوز، غم و غصه دیگران را غم و غصه خودم می‌دانستم و یک تابوشکنی بزرگی را می‌خواستم انجام بدهم، همه کارهایش را هم انجام داده بودم که با شما آشنا شدم خوشبختانه، فهمیدم فقط داشتم کارافرایی می‌کردم.

آن لحظه‌ای که یک چیزهایی از برنامه متوجه شدم، احساس ضعف و ناتوانی کردم استاد، دنیا روی سرم خراب شد. وقتی با برنامه آشنا شدم یک‌هو تمام آن تفکرها فرو ریخت.

**آقای شهبازی:** عجب!



**خانم آناهیتا:** اعتماد به نفسم به شدت آمد پایین، ولی خب خدا را شکر الآن می‌فهمم بهترین حال من بود آن لحظه. می‌شود گفت خوب بود اکنکار (Ekankār)، مثبت بود ولی این کلیت کلام جناب مولانا و کلام شما بزرگوار را ندارد.

من چهار ماه است با برنامه آشنا شدم. قبلاً حتی سمت عرفان شرق هم رفتم، ولی چیزی عایدم نشد چون مشکل خودم بودم استاد. همانندگی بسیاری داشتم، هیچ‌کسی به ما یاد نداد که مشکل خود آدم است در درجه اول.

برای من تا چند وقت پیش هم که با شما صحبت می‌کردم خیلی سخت بود در این راه قرار بگیرم. خدا را شکر به لطف شما یک چراغی برایم روشن شد توی درونم که بفهمم.

نمی‌گویم الآن هم خیلی آگاه شدم، نه هنوز خیلی راه دارم، خیلی درگیر این جریان بودم، خودم را خیلی گم کرده بودم استاد، حتی تصمیم داشتم بروم معبد آگاندوس یکی از مریدهای واقعی و سرسخت این راه باشم، الآن خنده‌ام می‌گیرد به این افکارم و کارهایم.

طوری بود که زندگی روتین خودم را نداشتم، آرامشی هم نداشتم استاد. یکی دو باری هم که با شما صحبت می‌کردم، همچنان اعتقاد و چسبندگی به آن مسیر را داشتم، با توجه به ترس و کلی نگرانی با شما حرف می‌زدم. آمدن توی این راه را یک خطای خیلی بزرگی می‌دانستم. من ذهنی‌ام یک‌ریز حرف می‌زد می‌گفت چه بی‌اعتقاد هستی که مسیرت را به راحتی عوض کردی و این حرف‌ها. الآن فقط دنبال این هستم استاد از خودم انسان خوب بسازم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم آناهیتا:** آدم مفیدی باشم حداقل برای خودم. کم‌کم خدا را شکر به لطف شما دارم به این «نمی‌دانم» می‌رسم.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم آناهیتا:**

**از همه اوهام و تصویرات، دور**

**نور نور نور نور نور**

**(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۱۴۶)**

**آقای شهبازی:** آفرین!



**خانم آناهیتا:** شما به من یاد دادید وصل به چیزی نباشم که از خودم هم غافل بشم. ممنونتان هستم استاد.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم آناهیتا:** خدا را شکر، خدا را هزاران مرتبه شکر که شما را پیدا کردم. الان با صراحت تمام می‌توانم بگویم راه درست و نرمالی را دارم طی می‌کنم استاد.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم آناهیتا:** بدون این‌که شما ذره‌ای چیزی را به ما تحمیل کنید. شما می‌گویید مولانا کافی است و به چیز دیگری نیاز ندارید. دقیقاً استاد. من که دیگر این راه را رفتم. **[گریه خانم آناهیتا]**

**آقای شهبازی:** بله، بله.

**خانم آناهیتا:** وقتتان را نمی‌گیرم. یک چندتا شعر می‌خوانم که به من خیلی کمک کردند، به اصطلاح من را به خودم آوردند با اجازه‌تان.

**آقای شهبازی:** آفرین! حتماً بله. در ضمن قبل از این سنتان هم می‌توانید به ما بگویید؟

**خانم آناهیتا:** من بیست و شش سالم است.

**آقای شهبازی:** بیست و شش سالتان است. شعرهایتان را بخوانید من هم یک چند جمله به شما عرض می‌کنم، بله، بفرمایید!

**خانم آناهیتا:** بله، بله.

**آن رهی که بارها تو رفته‌ای  
بی‌قلاووز اندر آن آشفته‌ای**

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۹۴۴)

**پس رهی را که ندیدستی تو هیچ**

**هین مرو تنها، ز رهبر سر مپیچ**

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۹۴۵)

**گر نباشد سایه او بر تو گول**

**پس تو را سرگشته دارد بانگ غول**

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۹۴۶)

قلاووز: پیشاهنگ، راهنما



گفت پیغمبر که جنت از اله  
گر همی خواهی، ز گس چیزی خواه  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۳)

چون نخواهی، من کفیلَم مر تو را  
جنت المأوی و دیدارِ خدا  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۴)

جنت المأوی: یکی از بهشت‌های هشتگانه

«وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ.»

«و هر که بر خدا توکل کند، خدا او را کافی است.»

(حدیث)

هر لحظه که تسلیمم در کارگه تقدیر  
آرام‌تر از آهو بی‌باک‌تر از شیرم

هر لحظه که می‌کوشم در کار کنم تدبیر  
رنج از پی رنج آید زنجیر پی زنجیر  
(شاعر ناشناس)

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

ساعتی میزان آنی، ساعتی موزون این  
بعد از این میزان خود شو، تا شوی موزون خویش  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۴۷)

تو از خواری همی‌نالی، نمی‌بینی عنایت‌ها  
مخواه از حق عنایت‌ها و یا کم کن شکایت‌ها  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۹)

در این بازار عطاران مرو هر سو چو بی‌کاران  
به دکان کسی بنشین که در دکان شکر دارد  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۶۳)



یک کم اسلامی‌اش کنیم.

فعل توست این غصه‌های دم به دم

این بود معنی قد جفَّ الْقَلَمُ

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۲)

دیده آ، بر دیگران، نوحه‌گری

مدتی بنشین و، بر خود می‌گری

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۴۷۹)

یا رب اتمِّ نورنا فی السَّاهِرَه

وأنجنا من مفضحات قاهره

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۹۲)

حکم حق گسترد بهر ما بساط

که بگویند از طریق انبساط

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۶۷۰)

استاد من نه قاعده خواندن را می‌دانم نه علمش را و دانشش را دارم همین‌جوری می‌خوانم، شما به بزرگواری خودتان ببخشید. ممنون که این وقت را به من دادید.

**آقای شهبازی:** اختیار دارید. همین‌که خواندید عالی بود، عالی، عالی!

**خانم آناهیتا:** عالی شما هستید.

**آقای شهبازی:** من فقط می‌خواستم بگویم که شما بیست و شش سالتان است، این چند جمله را عرض کنم که واقعاً تقصیر شما نیست که تحت‌تأثیر مکاتب ذهنی که از غرب یا شرق وارد ایران می‌شود قرار می‌گیرید و آن را خیلی به آن احترام قائل هستید و آن موقع ممکن است که

**خانم آناهیتا:** دقیقاً مرسی استاد. من بی‌نهایت این را برای خودم بزرگ کرده بودم.

**آقای شهبازی:** بله، بله! من می‌خواهم دیگران هم بفهمند سن و سال شما که واقعاً خودشان را بدون مطالعه وقف مکاتبی که بسیار ناقص است اصلاً یعنی مکاتب ذهنی هست، اصلاً قابل مقایسه با فرهنگ خود ما نیست که.

شما می‌دانید که ایران یکی از قدیمی‌ترین، شاید قدیمی‌ترین فرهنگ‌ها را دارد و من به‌خاطر بیزینسی (تجارت Business) که در آمریکا درست کردم، بیزینس صادرات بود اول، مجبور بودم مسافرت کنم و به کشورهای مختلف بروم و وقتی می‌رفتم، آن‌جا هم یکی دو روز بیشتر می‌ماندم آن فرهنگ غالب آن‌جا را مطالعه می‌کردم. هیچ جایی قابل مقایسه با ایران نیست، یعنی ایران یکی از بهترین فرهنگ‌ها و بهترین عرفان‌ها را دارد. مثلاً مولانا را دارد، شما فردوسی را دارید، حافظ را دارید، سعدی را دارید، حالا بین این‌ها عطار را دارید مثلاً. اصلاً همچون چیزی در دنیا نیست.

منتها چون تحقیر شدیم ما در طول تاریخ و الآن هم شاید اشتباه می‌کنیم ما ایرانی‌ها به همدیگر احترام نمی‌گذاریم و ارزش خودمان را بالا نمی‌بریم، بزرگان خودمان را هم تحقیر می‌کنیم. فکر می‌کنیم مثلاً یکی کتابی که در آمریکا نوشته شده وارد ایران می‌شود، این وحی منزل است دیگر از این بهتر نیست و دیگر همه باید بیایند این را بخوانند و به راه راست هدایت بشوند.

بعد آن موقع نویسنده این را بروید پیدا کنید می‌بینید یک آدم وضعش خراب است، اصلاً خودش به اصطلاح مریض است گاهی اوقات، ولی وارد ایران شده یک‌دفعه یک چند نفر دنبالش بودند و همه می‌گویند به‌به‌به بهتر از این نمی‌شود.

شما این‌طوری واقعاً گول این چیزها را نخورید. یکی از مزایای این برنامه ما این است که یک قسمتی است بسیار کوچکی از فرهنگ ما، حالا بگیر عرفان ما را به شما معرفی می‌کند. الآن این بیت‌ها را شما، همین بیتی که روی صفحه نوشته شده:

## ز هر جزوت چو مُطرب می‌توان ساخت

### ز چشمت ساختن نواح تا کی؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۵۴)

نواح: بسیار نوحه و زاری کننده

این بیت را، اصلاً بیت طلاست، جواهر است. شما در غرب یا در شرق همچون چیزی نمی‌توانی پیدا کنی، اصلاً می‌سازد دوباره درست می‌کند، اگر شما تکرار کنید. ولی به دلایل، باید مواظب باشید به دلایل این‌که ما را کوچک کردند ما خودمان را کوچک می‌بینیم ما کوچک نیستیم، ایران کوچک نیست فرهنگش کوچک نیست. ممکن است بگویید که حالا یک فرهنگ سطحی به ما غالب است، این واقعاً یک چیز سطحی است، فوراً می‌تواند کنار برود و از آن زیر جواهر بیاید بیرون و داریم جواهرات را نشان می‌دهیم.

شما فکر می‌کنید من بلد نیستم بروم مثلاً راجع به فروید صحبت کنم، راجع به یونگ صحبت کنم، راجع به روان‌شناس؟! نه بلدم، این بهتر از آن است. نه تنها بهتر از آن است، هزار برابر بهتر از آن است. توجه می‌کنید؟ شما جوان‌ها، ببینید من الآن هفتاد و هفت سالم است.

**خانم آناهیتا:** من نمی‌دانم دقیقاً اگر شما نبودید، ما باید کجا می‌رفتیم. من خودم خیلی گم شده بودم توی زندگی‌ام.

**آقای شهبازی:** بله، نشوید، نشوید، نشوید. نه، بیخودی همین‌طوری قبول نکنید. این‌جا گروه‌هایی هست به آن می‌گویند کالت (cult). کالت مثلاً دویست نفر، سیصد نفر یک جا جمع می‌شوند برای خودشان یک دینی درست می‌کنند و کتابی می‌نویسند و یک رهبری و هر کسی را هم آن‌جا راه نمی‌دهند. بعضی موقع‌ها این‌جور آدم‌ها یک کتابی درست می‌کنند، این کتاب یک‌دفعه فروش می‌رود یکی هم وارد ایران می‌شود، حالا یکی می‌آید این‌جا می‌رود کتاب‌فروشی می‌خرد می‌برد آن‌جا، آقا این دیگر به‌به! اصلاً نمی‌داند چه کسی نوشته! نه بابا این‌طوری نیست، این‌طوری نیست اصلاً!

من عرض می‌کنم خدمتان هفتاد و هفت سالم است، علاوه بر این‌که دائماً کتاب خواندم، دائماً من خواندم. اصلاً از وقتی که دانشگاه فارغ‌التحصیل شدم کتاب از دستم نیفتاده، الآن هم که با همین کتاب سروکار دارم و مسافرت هم رفتم. شما قدر خودتان را بدانید، ایرانی‌ها ارزش خودشان را باید بدانند.

البته نباید این چیزها را بگویم. من فقط به خاطر جوان‌ها دارم عرض می‌کنم. وقتی آدم جوان است و به اصطلاح حالا نمی‌خواهم کلماتی را به کار ببرم فرض کن تحقیر بگویم تحقیر شده، نمی‌داند که ارزش دارد. شما به خودتان ارزش بدهید، شما جوان‌ها به خودتان ارزش بدهید، این برنامه را نگاه کنید با چیزی کار نداشته باشید. می‌بینید این بیت‌های مولانا را بخوانید، بعد از دو سه ماه شما ارزش خودتان را به عنوان انسان پیدا می‌کنید، شما را نمی‌شود دیگر تحقیر کرد.

امروز آن خانم فاطمه که زنگ زدند، با همسرشان هم دوست شدند و انقلاب کردند، به ما هم توضیح دادند گفتند من به عنوان زن ارزشم را با مولانا فهمیدم که چقدر ارزش دارم. وقتی فهمیده، حالا هم زن، هم مرد.

**خانم آناهیتا:** دارم می‌بینم دیگر، دارم زنده می‌شوم استاد.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین!

**خانم آناهیتا:** این ابیاتی که می‌خوانم زنده می‌شوم.



**آقای شهبازی:** گوش کنید و دچار حالا کلمه انحراف نمی‌گوییم به‌کار ببریم، ولی تحت تأثیر مکاتب غربی یا شرقی شما قرار نگیرید، همین را بگیرید. شما می‌دانید آمریکایی‌ها دنبال مولانا هستند؟ چقدر در جهان مشهور است این مولانا، شما فقط بزنید رومی (rumi)، سرچ (جست‌وجو: search) کنید در گوگل (google).

**خانم آناهیتا:** ببخشید وسط حرفتان، همین استاد هارولد کلیمپ (رهبر مذهبی اکنکار: Harold Klemp) از مولانا و شمس گفته بود توی کتابش حتی.

**آقای شهبازی:** شما خودش را بخوانید، شما خودش را از دهان مولانا بگیرید. ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم آناهیتا]

[↑ لیست ↑](#)



۱۷ - آقای علی و کودک عشق از خوزستان با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای علی]

آقای علی:

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

خدا را شکر می‌کنم. علی هستم از خوزستان زنگ می‌زنم. واقعاً:

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

مکن ای دوست ملامت، بنگر روز قیامت  
همه موجم، همه جوشم، در دریای تو دارم

مشنو قول طیبیان، که شکر زاید صفر  
به شکر داروی من کن، چه که صفرای تو دارم

هله ای گنبد گردون، بشنو قصه‌ام اکنون  
که چو تو همره ماهم، بر و پهنای تو دارم  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۶۱۱)

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

ابیاتی که داخل برنامه نوشتیم:

چه چگونه بد عدم را؟ چه نشان نهی قدم را؟  
نگر اولین قدم را که تو بس نکو نهادی  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۴۲)

قدم: دیرینگی، قدیم (مقابل حدوث)

من خواندنم خوب نیست، ولی دارم می‌نویسم و می‌خوانم.

**آقای شهبازی:** خیلی خوب.

**آقای علی:** از خدا می‌خواهم، الآن همیشه دارم تماس می‌گیرم، خوب است؟ جمعه هم تماس گرفتم.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین!

**آقای علی:** دیگر، خیلی ترس داشتم، این‌قدر ترس داشتم، ترس از قضاوت داشتم، اصلاً نمی‌توانستم کلامی صحبت کنم، چون یک آدم پژمرده، غم، غصه، همه‌اش توی گذشته بودم یا توی آینده بودم، همه‌اش با ترس‌هایم زندگی کردم.

**آقای شهبازی:** خیلی خوب.

**آقای علی:** ولی این برنامه واقعاً خیلی کمکم کرد.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین!

**آقای علی:** یعنی گفتم:

مرده بدم زنده شدم، گریه بدم خنده شدم  
دولت عشق آمد و من دولت پاینده شدم

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۹۳)

واقعاً ما این برنامه گنج حضور را، خدا را شکر می‌کنم. بعد فقط دوست دارم تکرار کنم ابیات را. تشکر می‌کنم از آقای شهبازی، برنامه گنج حضور. آقای شهبازی این پسر می‌خواهد یکی از شعرها را بخواند.

**آقای شهبازی:** بخواند. بله.

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و کودک عشق]

کودک عشق:

یار در آخر زمان، کرد طرب سازی  
باطن او جدّ جدّ، ظاهر او بازی

جمله عشاق را یار بدین علم گشت  
تا نکند هان و هان، جهل تو طنّازی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۱۳)



آقای شهبازی

علتی بتر ز پندارِ کمال  
نیست اندر جان تو ای ذودلال  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴)

ذودلال: صاحب ناز و کرشمه

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

حدید: آهن

آقای شهبازی سپاس گزارم، سپاس گزارم از برنامه گنج حضور.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. ممنونم از شما که این شعرها را می‌خوانید. آری.

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و کودک عشق]

کودک عشق: می‌خواهم چند بیت برای شما شعر بخوانم.

آقای شهبازی: بفرمایید.

کودک عشق:

با سلیمان، پای در دریا بنه  
تا چو داوود آب سازد صد زره  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۸۱)

آن سلیمان، پیش جمله حاضرست  
لیک غیرت چشم‌بند و، ساحرست  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۸۲)

تا ز جهل و، خوابناکی و، فضول  
او به پیش ما و، ما از وی ملول  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۸۳)

ملول: افسرده؛ اندوهگین

از برنامه گنج حضور سپاس گزارم.



آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و کودک عشق]

کودک عشق: آقای شهبازی هنوز پدرم برایم گوشی نخریده. من ذهنی‌اش فعال است. [خنده کودک عشق]

آقای شهبازی: خیلی خب، خیلی خب. [خنده آقای شهبازی]

آقای علی: آقای شهبازی خدا را شکر می‌کنم بابت این گنج حضور. از خدا می‌خواهم ابیاتی که حفظ نیستم بخوانمشان.

آقای شهبازی: ممنونم، ممنونم.

آقای علی: هم خوب گوش کنم، هم بخوانم، هم بنویسم.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای علی: تمرکز روی خودم باشد، کنترل نکنم، قضاوت نکنم، مقایسه نکنم، حسادت نکنم، نترسم. با همین ابیات خودم را تغییر بدهم، با گوش دادن به این برنامه خودم را تغییر بدهم.

آقای شهبازی: آفرین! ان‌شاءالله. آفرین، آفرین! و بیت‌ها را بنویسید، بیت‌ها را بنویسید، سعی کنید که بیت را تمام بنویسید. یک موقع‌هایی بعضی.

آقای علی: همه‌اش را، آقای شهبازی ببخشید پریدم توی حرفت، چون خیلی عجله می‌کنم. به‌قولی همیشه ابیات را قشنگ می‌نویسم، یعنی سه‌تا خودکار و دفتر همیشه می‌خرم، شعرها را می‌نویسم، برای خودم می‌نویسم، نه این‌که. دوست دارم تغییر کنم، دوست دارم مسئولیت‌پذیر بشوم، از جنس زندگی بشوم، چون واقعاً از طریق این برنامه یعنی:

مرده بدم زنده شدم، گریه بدم خنده شدم

دولت عشق آمد و من دولت پاینده شدم

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۹۳)

واقعاً این شعر خیلی دارد کمک می‌کند، دوست دارم همه‌شان را بنویسم و بخوانم.

آقای شهبازی: ان‌شاءالله.

آقای علی: هی دارم عوض می‌شوم. ببخشید خیلی صحبت کردم آقای شهبازی. متشکرم.



[خداحافظی آقای شهبازی و آقای علی]

**آقای شهبازی:** خب، البته ممکن است که بعضی موقع‌ها برخی از این بچه‌ها شعر را درست نخوانند، ولی همین‌که می‌خوانند لطف کنید شما بینندگان ایراد نگیرید، شما درستش را می‌دانید.

بعضی موقع‌ها خب همین‌که می‌خوانند خیلی خوب است، ولی همه دیگر سعی کنند که اگر از تلویزیون می‌نویسند، کتاب را ندارند، شعر را کامل و درست بنویسند، چند بار درست بخوانند، ببینند که مثلاً همهٔ واژه‌ها را می‌خوانند؟ یک «که‌ای» نمی‌افتد؟ یک «ازی» نمی‌افتد؟ سخته‌ای یک جایی نیست؟ بله، کوشش خودشان را بکنند.

ولی دیگران که گوش می‌کنند، خواهش می‌کنم دامنهٔ بخشششان را ببرند بالا. همین‌که یک خانواده‌ای بالاخره دارد شعرها را می‌خواند، بچه‌ها می‌خوانند، این خب نعمت بزرگی است.

[لیست ↑](#)

۱۸ - خانم سعیده از تهران

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم سعیده]

**خانم سعیده:** آقای شهبازی شما در رابطه با این صحبت، الان با خانم فاطمه صحبت می‌کردید که ما سخت است که تمرکز روی خودمان باشد و این‌که این کار سخت است، من همیشه این چندتا بیت این‌جا نوشتم، فقط می‌خواستم این را بخوانم که زیاد هم تکرار نشده اواخر فکر کنم، ولی خیلی، این سختی کار همیشه به‌نظر من توی قشنگی‌اش هست یعنی، این‌طوری هم می‌توانیم ببینیم که می‌گوید:

**صلا رندان دگر باره، که آن شاهِ قمار آمد  
اگر تلبیسِ نو دارد، همان است او که پار آمد  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۸۸)**

تلبیس: پوشاندن، فریب و خدعه به کار بردن، پوشاندن حقیقت امری، روپوش  
پار: پارسال

**ز رندان کیست این‌کاره؟ که پیش شاهِ خون‌خواره  
میان بندد دگر باره که اینک وقتِ کار آمد  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۸۸)**

این‌کاره: اهل عمل، اهل کار  
میان بستن: سخت پی انجام کاری بودن، کمر همّت بستن

**آقای شهبازی: آفرین، آفرین!**

**خانم سعیده:**

**اگر بر رو زند یارم، رخی دیگر به پیش آرم  
ازیرا رنگِ رخسارم ز دستش آبدار آمد  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۸۸)**

وقتی که مثلاً یک جایی به ما شاید ناسزا گفته بشود و این‌ها، این بیت‌ها خیلی خوب است به‌نظر من.

**مرا برید و خون آمد، غزل پر خون برون آمد  
برید از من صلاح‌الدین، به سوی آن دیار آمد  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۸۸)**

**آقای شهبازی: آفرین!**



خانم سعیده: و یکی هم هستش، این است که

**گفتم: زهر خیالی، درد سرست ما را  
گفتا: بپر سرش را، تو ذوالفقار مایی  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۶۵)**

که واقعاً می‌توانیم این‌طوری ببینیم که این مسیر با تمام سختی‌اش، یعنی همین‌که سخت است زیبا است، یعنی این‌طوری می‌توانیم ببینیم و پیش برویم به جلو.

**آقای شهبازی: بله، بله.**

**خانم سعیده: ممنون، همین این چندتا بیت را می‌خواستم بخوانم، به من خیلی کمک کرده بود.**

**آقای شهبازی: شما از تهران زنگ می‌زنید نه؟**

**خانم سعیده: بله، من سعیده هستم از تهران زنگ می‌زنم.**

**آقای شهبازی: بله سعیده خانم، ماشاءالله به شما. معلوم است حالتان هم خوب است، دارید می‌خندید و حرف می‌زنید. [خنده آقای شهبازی] حالتان خوب است.**

**خانم سعیده: یک دانه هم هست آقای شهبازی.**

**با چنین شمشیر دولت تو زبون مانی چرا؟  
گوهری باشی و از سنگی فرومانی چرا؟  
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۷)**

زبون: پست

**آقای شهبازی: آفرین!**

**خانم سعیده: یعنی من مثلاً شاید هم می‌گوییم بعضی وقت‌ها خیلی سخت می‌شود، ولی بعد از این‌که تمام می‌شود، یک افتخار عزت نفسی به آدم می‌آید. این خیلی زیبا است و قشنگی‌اش هم به همین سختی‌اش هست.**

**آقای شهبازی: بله، بله. درست است، همین‌طور است.**

**خانم سعیده: همین، این را می‌خواستم، این‌ها را می‌خواستم بگویم چون این بیت‌ها به من خیلی، یک مدتی هم که خیلی برایم یک جاهایی سخت بود، خیلی تکرار کردم.**





آقای شهبازی: آفرین، آفرین! خیلی خب ما هم تکرار می‌کنیم سعیده خانم، چشم. [خنده آقای شهبازی و خانم سعیده]

خانم سعیده: خواهش می‌کنم. همین این‌ها. این‌ها را می‌خواستم بخوانم، چون من زیاد بیت نمی‌خوانم وقتی زنگ می‌زنم. گفتم این‌ها را دوست داشتم بخوانم. فقط همین.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم سعیده]

[لیست ↑](#)

سازمان آموزش و پرورش



۱۹ - سخنان آقای شهبازی

عرض کردم، تمرکز روی خود سخت است برای این‌که مردم دائماً با من‌ذهنی‌شان کار می‌کنند و من‌ذهنی براساس غیر، براساس دیگر درست شده اصلاً، یعنی من‌ذهنی دیدِ دیگر دارد. شما با من‌ذهنی‌تان هستید، اگر یک کسی حرفی بزند که مثلاً به ناموس شما، به غیرت شما که مال من‌ذهنی است بربخورد، شما فوراً واکنش نشان می‌دهید، نمی‌توانید جلوی خودتان را بگیرید.

و من‌ذهنی ابزارهایش را پیش می‌آورد، دست شما می‌دهد. این‌که، ابزارهایش چیست؟ ابزارهایش ملامت است و ابزارهایش انعکاس است، ابزارهایش این‌که من بی‌عیب هستم، عیب مال او است، ابزارهایش بالا آوردن ایراد آن شخص است، قضاوت در مورد آن شخص است، حالتِ چرا قدر من را نمی‌دانند و من قربانی شدم و از من سوءاستفاده دارند می‌کنند و این‌ها را من‌ذهنی بالا می‌آورد و نمی‌گذارد شما فضاگشایی کنید.

پس مردم دائماً با من‌ذهنی‌شان این‌ور آن‌ور می‌روند، کار می‌کنند، فکر می‌کنند. او است که دارد، وقتی او الآن دارد کار می‌کند در ما، تمرکز روی دیگران دارد کار می‌کند، شما از ابزاری استفاده می‌کنید که تمرکزش دائماً روی دیگران است و روی خودش نیست، بنابراین آوردن تمرکز روی خود سخت می‌شود. درست مثل این‌که حتماً شما یک اتومبیل است دوتا دنده دارد، دنده را باید حتماً عوض کنید، وگرنه اگر با آن دنده بروید نمی‌توانید. این موضوع شاید فهمیدنش هم قدری سخت است.

ما با ابزاری زندگی می‌کنیم که تمرکزش رو به بیرون است، روی دیگر است. بنابراین اگر همسرتان یک رفتار نامطلوب از نظر من‌ذهنی شما بکند، شما فوراً واکنش نشان می‌دهید. ولی اگر شما همان رفتارها را تریگر (trigger: علت، سبب) کنید، به اصطلاح عاملی بکنید که شما فضا باز کنید، یعنی تمرکزتان روی خودتان بیاید یا اصلاً تمرکزتان همیشه روی خودتان باشد، عرض می‌کنم مثل اتومبیلی است دو دنده دارد، دو جور می‌شود زندگی کرد: یکی این‌که یک کسی دائماً فضاگشا است، مرکزش عدم است، این آدم خوشا به حالش! دیگر همیشه فضا باز می‌کند و از آن‌جا فکر را درمی‌آورد و عمل هم از آن‌جا درمی‌آورد و هیچ با خرد زندگی زندگی می‌کند، او، او به سوا.

بعد ولی بیشتر ما، حتی آن کسانی که با حضور کار می‌کنند خیلی موقع‌ها، یک موقعی دچار من‌ذهنی می‌شوند. آن موقع باید تمرکزشان را بیاورند روی خودش و بفهمند این کار ساده نیست. این کار یکی از مشکل‌ترین، عرض کردم مفیدترین کارها است، مشکل‌ترین ولی مفیدترین، سودمندترین. شما امتحان کنید، خواهید دید که تمرکز می‌آید روی خودتان، فضا باز می‌شود.



تمرکز در من‌ذهنی می‌رود بیرون منقبض می‌شویم. همین بیت‌های قبل راجع به انقباض بود.

## حکم حق گسترد بهر ما بساط که بگویند از طریق انبساط

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۶۷۰)

بساط: هر چیز گستردنی مانند فرش و سفره

از نظر خداوند ما حق نداریم منقبض بشویم، چون به محض این‌که منقبض بشویم مرکزمان جسم می‌شود. برای همین می‌گویند حکم خداوند این است که دائماً شما باید منبسط بشوید. اگر یادتان باشد منبسط بشوید، خواهید دید که تمرکزتان روی خودتان است. یعنی این‌طوری بگویم شما دائماً می‌گویید که اصلاً مهم نیست دیگران چکار می‌کنند، این بازی است، من باید فضاگشایی کنم. هر کاری می‌خواهند بکنند مهم نیست، من فضاگشایی می‌کنم، من گسترده می‌شوم. آن روی صفحه نوشته.

خداوند می‌گوید، زندگی می‌گوید شما فقط می‌توانید منبسط بشوید و شما فقط می‌توانید به من نگاه کنید. درست است؟

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

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۵۹)

منظر: جای نگریستن و نظر انداختن

به هیچ‌چیزی نگاه نمی‌کنم. اگر نگاه کنم، فقط بهانه این است که تو را ببینم. تو را ببینم یعنی فضاگشایی کنم، مرکزم عدم بشود. تلقین این‌که هر کسی هر چیز می‌گوید، هر اتفاقی می‌افتد بازی است. وقتی بازی است، جدی نیست به مرکزتان نمی‌آید. این‌ها را با هم بخوانید، سعی کنید متوجه بشوید.

چندتا چیز را با هم قاطی کنید، بنویسید. مطمئن باشید هر کدام را به‌تنهایی زیاد بخوانید با هم ترکیب کنید، ببینید از ترکیب آن‌ها در شما چه به‌وجود می‌آید؟ آیا می‌توانید خودتان را قانع کنید که هر کسی هر چیزی می‌خواهد بکند، هر کسی هر کاری می‌خواهد بکند، من حواسم فقط به خودم است. می‌خواهم، این چراغ ابتر است، این من‌ذهنی که براساس دیگران درست شده ناقص است. من با این چراغ ابتر فقط یاد می‌گیرم که گسترده بشوم، ولی می‌فهمم که باید گسترده بشوم، پس می‌شوم تا آن یکی چراغ روشن بشود.

من الان با این دنده انقباض می‌روم، واکنش می‌روم و ابزار من‌ذهنی می‌روم، ولی می‌خواهم بروم به آن یکی دنده که دائماً فضاگشا باشم، فهمیدنش ساده است. شما ابیات را بنویسید و بخوانید و با هم ترکیب کنید، ببینید



یک دفعه همه چیز با هم جمع می‌شود در شما یک دانش عالی به وجود می‌آید که شما همه‌اش تمرکزتان روی خودتان می‌شود و دیگر پراکنده نمی‌شود.

[لیست ↑](#)

مهربان

۲۰- خانم گلی از هرمزگان

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم گلی]

خانم گلی: می‌خواهم یک متنی بخوانم با اجازه شما.

آقای شهبازی: بفرمایید، بله.

خانم گلی:

مرا عهدی‌ست با شادی که شادی آن من باشد  
مرا قولی‌ست با جانان که جانان جان من باشد  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۷۸)

مولانا از مکان هشیاری حضور می‌گوید من، انسان با شادی عهدی دارم که شادی ذات من و آن من و از جنس من گردد. جنس من چیست؟ شادی ذات من و ذات زندگی یکی است و من از جنس زندگی یعنی از جنس سکون و آرامش هستم.

همین‌که حرکت کنم و مثل رودخانه جریان یابم، شادی از من به فکر و عملم جاری می‌شود. اگر غیر از این باشد، ذات خودم نیستم. چه زمانی غیر از این می‌شود؟ وقتی که ما در پی باشنده مصنوعی به نام من‌ذهنی باشیم که در اثر هم‌هویت‌شدگی و هم‌جنس شدن با دردهای گذشته و فکرها که این جهان را به ما نشان می‌دهد به «من» تبدیل شده‌ایم که کار آن ایجاد درد و غم است.

برای من‌ذهنی غم ارزش دارد و هر رویدادی را بهانه می‌کند تا برایمان غصه ایجاد نماید، درحالی‌که اگر با خدا یا زندگی یکی شده و از ذات و جنسمان آگاه شویم، متوجه می‌شویم که اصلاً در ذات خدا و ما که یکی هست، چیزی به نام غم و غصه وجود ندارد.

هر کسی می‌گوید وجود دارد، حتماً تحت تأثیر من‌ذهنی و توهم است چون هیچ‌چیزی نمی‌تواند خارج از خدا باشد و ما به‌طور مصنوعی خودمان را از خدا جدا کرده و در نتیجه غم داریم.

مولانا می‌گوید با شادی و آرامش که هر دو یک چیز است و شادی حالت دینامیک و پویایی آرامش می‌باشد، عهد و قرارداد بسته‌ام.

ممنونم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! آفرین، آفرین! خیلی خوب.



خانم گلی: الان می‌توانم آواز بخوانم آقای شهبازی؟

آقای شهبازی: آواز بخوانید. بله، بله، بفرمایید. [خنده آقای شهبازی] خیلی ممنون.

خانم گلی: [خنده خانم گلی]

یارِ ما، دلدارِ ما، عالمِ اسرارِ ما  
 یوسفِ دیدارِ ما، رونقِ بازارِ ما  
 بر دمِ امسالِ ما، عاشقِ آمدِ پارِ ما  
 مُفلسانیم و تویی، گنجِ ما، دینارِ ما  
 کاهلانیم و تویی، حجِّ ما، پیکارِ ما  
 خفتگانیم و تویی، دولتِ بیدارِ ما  
 خستگانیم و تویی، مرهمِ بیمارِ ما  
 ما خرابیم و تویی، از گرم، معمارِ ما  
 (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۳۷)

یوسف دیدار: یوسف آشکار و پیدا  
 دم امسال: لحظات امسال، زمان حال  
 پار: پارسال، زمان گذشته  
 خسته: زخمی

دستتان درد نکند آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم گلی]

[لیست ↑](#)



۲۱- خانم زینب از مازندران

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم زینب]

آقای شهبازی: بله خانم زینب خواهش می‌کنم. بفرمایید.

خانم زینب: ممنونم.

شب رفت و هم تمام نشد ماجرای ما  
ناچار، گفتنی‌ست تمامی ماجرا  
والله ز دورِ آدم، تا روزِ رستخیز  
کوته‌نگشت و هم نشود این درازنا  
اما چنین نماید کاینک تمام شد  
چون تُرک گوید: «اشپو»، مردِ رونده را  
اشپوی تُرک چیست؟ که نزدیکِ منزلی  
تا گرمی و جلادت و قوت دهد تو را  
چون راه رفتنی‌ست، توقفِ هلاکت است  
چونت فُتق کند که بیا، خرگه اندر آ  
صاحب‌مروّتی‌ست که جانش دریغ نیست  
لیکن گرت بگیرد، ماندی در ابتلا  
بر تُرک، ظنّ بد مبر و مُتهم مکن  
مستیز همچو هندو، بشتاب هم‌رها  
کآن‌جا در آتش است سه نعل، از برای تو  
و آنجا به گوشِ توست دلِ خویش و آقربا  
نگذارد اشتیاقِ کریمان که آبِ خوش  
اندر گلوی تو رود، ای یارِ باوفا





گر در عسل نشینی، تلخت کنند زود  
ور با وفا تو جفت شوی، گردد آن جفا

خاموش باش و راه رو و این، یقین بدان  
سرگشته دارد آبِ غریبی چو آسیا

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰۱)

درازنا: درازا، طول  
اَشْبُو: این، از آدوات اشاره در زبان ترکی  
جَلادت: جلاده، چابکی و نیرومندی  
قُنُق: مهمان  
خَرگَه: خرگاه، خیمه، سراپرده  
مَسْتِيز: ستیزه مکن.  
هَمْرَها: ای همراه و هم‌طریق  
نعل در آتش: کنایه از بی‌قراری و بی‌تابی در محبت است، کسی را بی‌قرار کردن.  
گوش: انتظار  
اَقْرِبَا: جمع قریب، بستگان، خویشان  
غریبی: غربت، دور از وطن بودن

خانم زینب: ببخشید، آقای شهبازی تمام شد.

آقای شهبازی: می‌خواستید فقط غزل را بخوانید یا مطلب دیگری هم دارید؟

خانم زینب: نه آقای شهبازی، ان‌شاءالله یک وقت دیگری مزاحم می‌شوم.

آقای شهبازی: ممنونم.

خانم زینب: خیلی ممنونم. سپاس‌گزارم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم زینب]

[↑ لیست ↑](#)

۲۲- آقای حسین از تهران

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای حسین]

آقای حسین: با اجازه استاد.

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

بساط: هر چیز گستردنی مانند فرش و سفره

چون تو گوشی، او زبان، نی جنس تو  
گوش‌ها را حق بفرمود: انصتوا  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۶۲۲)

پس شما خاموش باشید انصتوا  
تا زبان‌تان من شوم در گفت‌وگو  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۶۹۲)

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

درین خاک درین خاک در این مزرعه پاک  
به جز مهر به جز عشق، دگر تخم نکاریم  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۴۷۵)

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

مُبدل: بدل‌کننده، تغییردهنده

قابلیت: سزاواری، شایستگی

داد: عطا، بخشش

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



لُبّ: مغز چیزی، خالص و برگزیده از هر چیزی

زآن محمد شافع هر داغ بود  
که ز جز حق چشم او، مازاغ بود  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۶۱)

«مَا زَاغَ الْبَصَرُ وَ مَا طَغَىٰ.»

«چشم خطا نکرد و از حد درنگذشت.»

(قرآن کریم، سوره نجم (۵۳)، آیه ۱۷)

در شب دنیا که محجوب است شید  
ناظر حق بود و زو بودش امید  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۶۲)

شید: خورشید

از آلم نشرح دو چشمش سرمه یافت  
دید آنچه جبرئیل آن برنتافت  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۶۳)

«الْم نَشْرَحْ لَكَ صَدْرَكَ.»

«آیا سینهات را برایت نگشودیم؟»

(قرآن کریم، سوره انشراح (۹۴)، آیه ۱)

استاد ما خیلی از شما چیزها یاد گرفتیم استاد.

آقای شهبازی: خیلی ممنون، لطف دارید.

آقای حسین: خیلی خیلی، خیلی خیلی استاد مدیون شما هستیم استاد.

آقای شهبازی: اختیار دارید، خواهش می‌کنم. آفرین! شما چند سالتان است؟

آقای حسین: من بیست و یک سالم است استاد.

آقای شهبازی: بیست و یک، پس جوان هستید. آفرین، آفرین! ماشاءالله. عالی، عالی!

آقای حسین: بله بیست و یک سالم است.

آقای شهبازی: بله خیلی خب. کسی دیگر می‌خواهد صحبت کند؟

آقای حسین: یک غزل هم می‌توانم بخوانم؟



آقای شهبازی: بفرمایید.

آقای حسین:

بیدار کن طَرَب را، بر من بزن تو خود را  
چشمی چنین بگردان، کوری چشم بد را  
خود را بزن تو بر من، این است زنده کردن  
بر مُرده زن چو عیسی، افسون مُعتمد را  
ای رویت از قمر به، آن رو به روی من نه  
تا بنده دیده باشد، صد دولت ابد را  
در واقعه بدیدم، کز قند تو چشیدم  
با آن نشان که گفתי این بوسه نامزد را  
جان فرشته بودی، یا رب، چه گشته بودی؟  
کز چهره می نمودی لم یتخذ ولد را؟  
چون دست تو کشیدم، صورت دگر ندیدم  
بی هوشی‌ای بدیدم، گم کرده مر خرد را  
جام چو نار، درده، بی رحم وار درده  
تا گم شوم، ندانم خود را و نیک و بد را  
این بار جام پر کن، لیکن تمام پر کن  
تا چشم سیر گردد، یک سو نهد حسد را  
درده می‌ای ز بالا، در لا اله الا  
تا روح اله ببیند، ویران کند جسد را  
از قالب نمودش، رفت آینه خرد خوش  
چندان که خواهی اکنون، می زن تو این نمد را  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۹۱)



مُعْتَمَد: اعتماد کرده شده

افسون مُعْتَمَد: اوراد و اذکاری که مؤثر و کارا باشد. در اینجا مراد، جلوه‌های حیات‌انگیز و توان‌آفرین حقّانی است.

واقعه: قیامت

نام‌زد: خاص، اختصاصی، یادگار

لَمْ يَتَّخِذْ وَلَدًا: فرزندی برای خود نگرفت، اشاره به آیه ۱۱۱، سوره اسراء (۱۷).

جام: منظور خود شراب است.

نار: آتش (عربی)، انار (فارسی)

«وَقُلِ الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي لَمْ يَتَّخِذْ وَلَدًا وَلَمْ يَكُنْ لَهُ شَرِيكٌ فِي الْمُلْكِ وَلَمْ يَكُنْ لَهُ وَلِيٌّ مِنَ الذُّلِّ وَكَبِيرَهُ تَكْبِيرًا.»

«بگو: سپاس خدایی را که فرزندی ندارد و او را شریکی در مُلک نیست و به مذلت نیفتد که به یاری محتاج

شود. پس او را تکبیر گوی، تکبیری شایسته.»

(قرآن کریم، سوره اسراء (۱۷)، آیه ۱۱۱)

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

آقای حسین: استاد خیلی خیلی ممنونم توی واتساپ (Whatsapp) هم خیلی ممنونم پیام دادم جواب من را دادید.

خیلی ممنونم استاد.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای حسین]

[لیست ↑](#)



## ۲۳- آقای افشین از لرستان با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای افشین]

آقای افشین: آقای شهبازی من حدوداً هشت یا نه ماه می‌شود که دارم در دانشگاه گنج حضور ثبت‌نام کردم.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای افشین: بعد عرض کنم خدمتان زندگی خودم را به دو قسمت تقسیم کردم. ببخشید یک لحظه.

آقای شهبازی: بله یک نفس عمیق هم بکشید.

آقای افشین: بله. بعد عرض کنم خدمتان آقای شهبازی قبل از گنج حضور من یک آدم افسرده یک آدم که اعتیاد داشت، همیشه خشمگین بود، مسئله‌ساز بود، مسئله‌بین بود، ملامت داشت. تمام ابزارهایی که من ذهنی می‌خواست یک خرّوب بود می‌خواست یک انسان را نابود کند همه را داشتم.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای افشین: بعد یواش‌یواش با گنج حضور که آشنا شدم، گوش کردم. به تدریج با فضاگشایی یک کم نرم‌تر شدم. ابیاتی دارم یواش‌یواش حفظ می‌کنم، می‌خوانم. زندگی‌ام دارد بهتر می‌شود روزبه‌روز. این چیزهایی که من ذهنی به ما عارض کرده با تربیت ابیات مولانا داریم بهتر می‌شویم.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای افشین: خدا را شکر می‌کنم که توی این راه هستم. الان شاد هستم به لطف خدا، به لطف مولانا، به لطف شما، همه دوستان گنج حضور. رفتار همسرم و بچه‌هایم روزبه‌روز دارد با من بهتر می‌شود.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای افشین: بچه‌هایم می‌آیند من را در آغوش می‌گیرند.

آقای شهبازی: به‌به، آفرین، آفرین!

آقای افشین: خدا را شکر می‌کنم. آقای شهبازی این یک مدت است که می‌خواهم بخوابم با مراقبه می‌خواهم، به ذهنم نگاه می‌کنم ببینم من ذهنی می‌خواهد با چه ابزاری من را از راه به در کند یا من را مورد ملامت قرار بدهد. به همین خاطر که من ذهنی‌ام را زیر نظر می‌گیرم یک مراقبه‌هایی می‌کنم یک چیزهایی درک می‌کنم. بعد الآن یک مدت است مثلاً می‌خواهم بخوابم از شب که مثلاً می‌خواهم بخوابم تا صبح این ابیات را توی ذهنم با خودم تکرار



می‌کنم. یکی‌اش مثلاً «بر سر اغیار چون شمشیر باش». با این‌که خواب هستم ولی آگاه هستم به این تکرار بر سر اغیار چو شمشیر باش.

هرکه با ناراستان هم‌سنگ شد  
در کمی افتاد و عقلش دنگ شد  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۳)

هم‌سنگ: هم‌وزن، همتایی، در این‌جا مصاحبت  
دنگ: احمق، بی‌هوش

رُو اَشِدَّاءُ عَلَی الْکُفَّارِ بَاش  
خاک بر دل‌داری اغیار پاش  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۴)

«برو نسبت‌به کافران، سخت و باصلاّت باش و بر سر عشق و دوستی نامحرمان بدنهاده، خاک بپاش.»

بر سر اغیار چون شمشیر باش  
هین مکن روباه‌بازی، شیر باش  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۵)

یا مثلاً از شب که می‌خوابم تا صبح همین یک کلمه «وَأَسْجُدْ وَاقْتَرِبْ»

پس بینه بر جای هر دم را عوض  
تا ز وَاَسْجُدْ وَاقْتَرِبْ یابی غرض  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۲۷)

اصلاً من این بیت را نخوانده بودم اصلاً نمی‌دانستم معنی‌اش چه می‌شود؟ تازه رفتم مثلاً معنی «وَأَسْجُدْ وَاقْتَرِبْ» یعنی سجده کن و نزدیک شو.

آقای شهبازی: آفرین!

آقای افشین: پنج‌تا بیت درآوردم توی یک برگه نوشتم می‌خواستم بخوانم ولی خب توی مغازه جا گذاشتم الان هم شانس‌ی گرفتم که گرفت.

آقای شهبازی: آخ، [خنده آقای شهبازی]

آقای افشین: ولی خب دارم هنوز ابیات را دارم حفظ می‌کنم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!



**آقای افشین:** بعد یک مراقبه‌ای هم که داشتم توی بیدار که بودم چشم‌هایم را بسته بودم به ذهنم نگاه می‌کردم، تمرکز روی خودم بود وارد یک فضایی شدم آقای شهبازی، آن فضا، فضای درون سینه خودم بود. بعد آنگاه فضای درون سینه یک دروازه ورودی بود به یک جهان دیگر که توی این جهان زمان و مکان معنی نداشت فقط فضا بود. بعد انگار این جسم من را توی آن جهان راه نمی‌دادند، فقط می‌توانستم بیرون دروازه بایستم نگاه کنم. نگاه که می‌کردم این فضای بی‌نهایت را، خودم را دیدم توی آن فضا که یک نوری بودم به یک نور دیگر وصل بود به صورت عمودی، شبیه اشعه لیزر ولی معلوم نبود کدامش به کدام وصل است هر دو تا یکی بودند توی مراقبه‌ای که انجام می‌دادم.

یا یک مراقبه دیگر که داشتم، داشتم به خورشید که توی آسمان بود، این خورشید اگر توی روز روشن نگاهش کنی چشم‌هایت را اذیت می‌کند. ولی خواب که می‌دیدم خورشید خیلی به من نزدیک بود نورش خیلی زیاد بود، بعد یک ارتعاشی از سر من بلند می‌شد به اندازه باریکه نور یک ارتعاش نور خیلی ضعیفی داشت. من خودم فهمیدم که این ارتعاش که از سر من بلند می‌شود همان دانش ذهنی پندار کمال من است. که نورش در برابر این نور خورشید قابل مقایسه نیست. بعد این باریکه نور شبیه ماری بود که سر نداشت فقط دم بود. خودم با خودم این بیت را تکرار می‌کنم:

**لیک بعضی رو سوی دم کرده‌اند  
گر چه سر اصل است، سر گم کرده‌اند**  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۷۵۶)

**سرنگون زآن شد، که از سر دور ماند  
خویش را سر ساخت و تنها پیش راند**  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۲۱)

بعد یک مراقبه‌ای دیگر هم بود آقای شهبازی. ببخشید من چون کلاً توی این روزها همه‌اش تمرکز روی خودم است یک چیزهایی را درک می‌کنم، می‌فهمم که قبلاً این‌ها را اصلاً تجربه نکرده بودم. همین‌ها الآن برای شما گفتم جزو آن ادراک‌ها بود که داشتم. یکی‌اش این بود توی سقف آسمان یک ماه کم‌نور کوچک با یک شمشیر یک‌لبه که این دو تا با هم جمع زده شده بودند آقای شهبازی با یک ماه پرنور [قطع صدا] با هم جمع زده شده بودند. یک دو تا چیز دیگر بود ولی خب آن‌ها را الآن یادم نیست. کلاً شش تا چیز بودند که با هم به علاوه وسطشان بود، ولی روی سقف آسمان بود. حالا معنی این را نفهمیدم استاد عزیز.



**آقای شهبازی:** حالا مهم نیست که معنی‌اش را بفهمید، مهم این است که شما متوجه شده‌اید که باید فضا را باز کنید. دیگر فضا را باز می‌کنید یک هشیاری یا نور یکتا می‌شوید و از آن نور یا هشیاری فکر و عمل می‌کنید. بله گاهی اوقات هم این تصورات ممکن است مال من ذهنی باشد، خیلی نباید جدی بگیرید. اصل همین فضاگشایی و تبدیل است. و آثارش در زندگی شخصی شما خودش را نشان می‌دهد. و به نظر من نشان داده که شما می‌فرمایید که،

[تماس قطع شد]

یک همسر یا پدر بهتری شده‌اند. بله هرچه از آن فضا ما فکر و عمل می‌کنیم، انعکاسش در بیرون زیباتر می‌شود.

[↑ لیست ↑](#)

۲۴- خانم عذرا از کانادا با سخنان آقای شهبازی

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم عذرا]

خانم عذرا: سپاس‌گزار خداوند هستم که من را در مسیر برنامه گنج حضور و تعلیمات عالی شما قرار داد که به مدت ده سال است که سعی می‌کنم با تعهد مالی و معنوی روی خودم کار کنم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم عذرا: که شامل تکرار ابیات است، فهمیدن عمیق و تعهد خودم هست و عمل کردن روی این ابیات هست.

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

اهتزاز: جنبیدن و تکان خوردن چیزی در جای خود

در مورد آن نوع نوآوری که شما جناب شهبازی اخیراً بعد از برنامه ۱۰۰۰ برقرار کردید که تقریباً برنامه‌ها هر دو هفته در میان برنامه زنده داشته باشید، اول برای من ناآشنا بود. فکر می‌کردم دارم عقب می‌مانم، ولی برعکس این برایم نمودار شد.

این باعث شد که من فرصتی پیدا کنم که دو بار کامل برنامه را ببینم، بخوانم، مرور کنم و حتی بعضی وقت‌ها سؤال‌هایی را که داشتم در این تکرار خودم پیدا بکنم، چون تمرکز عمیق پیدا کرده بودم. دیگر سرسری این برنامه را نمی‌خواندم، نمی‌دیدم. و به هر جهت با این‌که از اول ناخوش‌آیند بود ولی یاد گرفتم که هر صنعت و نوآوری اگر ما آغوشمان را باز کنیم برایش و با تعهد آن را انجام بدهیم، خیلی برای ما مفید خواهد بود.

عاشق صنّع توأم در شکر و صبر  
عاشق مصنوع کی باشم چو گبر؟  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۰)

عاشق صنّع خدا با فر بُود  
عاشق مصنوع او کافر بُود  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۱)

شکر و صبر: در این‌جا کنایه از نعمت و بلا است.

گبر: کافر

صنّع: آفرینش

مصنوع: آفریده، مخلوق



و در مورد یک مسئله دیگر جناب شهبازی، در مورد «قبض» بود. من این برنامه‌های تلفنی را که می‌آمدم ساعت‌ها می‌نشستم و خلاصه نوبتم نمی‌شد و قسمت نمی‌شد، یک قبضی در من ایجاد می‌کرد و یک مقدار فاصله می‌گرفتم از برنامه.

بعد نشستم روی این مسئله هم فکر کردم، گفتم این را باید به‌عنوان یک فرصت من ببینم که این فرصت باعث می‌شود من تمام تلفن‌های دوستان را که چقدر مفید هستند، چقدر ما از این‌ها یاد می‌گیریم و من می‌توانم از این‌ها در زندگی‌ام استفاده کنم. بنابراین من بایستی انبساط را انتخاب کنم و:

### قبض دیدی چاره آن قبض کن زان‌که سرها جمله می‌روید ز بُن (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۲)

قبض: گرفتگی، دلتنگی و رنج  
بُن: ریشه

### بر قرین خویش مَفْزَا در صِفَت کَانَ فِرَاقِ آرد یَقِینِ در عَاقِبَت (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۵۱۴)

این دو مسئله مهم را می‌خواستم یادآوری کنم. در ضمن یک غزلی هم هست حالا نمی‌دانم اگر شما دیگر آخر برنامه هست خسته هستید که می‌گذارم برای برنامه بعدی با شما در میان می‌گذارم.

**آقای شهبازی:** نه! غزل را هم بخوانید. حالا همین با غزل شما برنامه را تمام کنیم. بفرمایید.

**خانم عذرا:** خواهش می‌کنم. بله این غزل از برنامه ۵۰۰ هست که به حساب از روزهای اول که من با برنامه‌تان آشنا شدم، غزل ۱۶۷۰.

ما به خرمنگاه جان باز آمدیم  
جانب شه همچو شهباز آمدیم

سیر گشتیم از غریبی و فراق  
سوی اصل و سوی آغاز آمدیم

وارهیدیم از گدایی و نیاز  
پای کوبان جانب ناز آمدیم  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۶۷۰)



او کمند انداخت و ما را برکشید  
ما به دست صانع انگاز آمدیم  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۶۷۰)

نان ما پخته‌ست و بویش می‌رسد  
تا به بوی نان به خباز آمدیم

هین خمش کن تا بگوید ترجمان  
کز مذلت سوی اعزاز آمدیم  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۶۷۰)

آقای شهبازی: آفرین!

خانم عذرا: برداشت من از این کلاً این بود که ما همه انسان‌ها از جنس خدائیت هستیم، با هشیاری زنده وارد این جهان مادی می‌شویم. یک من‌ذهنی درست می‌کنیم. طبق باورها و طبق به حساب گفته‌های اجداد ما، برای خودمان فکرها، همانندگی‌هایی می‌سازیم، به آن‌ها می‌چسبیم، به آن‌ها هویت می‌دهیم. بعد از آن‌ها انتظار داریم به ما زندگی بدهند، بگویند من چه کسی هستم و من را خوشبخت کنند.

خلاصه سالیانی که از عمر انسان می‌گذرد، وقتی می‌بینیم که آن‌ها به ما نه تنها چیزی نمی‌دهند، درد می‌دهند و در خواب من‌ذهنی من را نگه می‌دارند، این شد که واقعاً این با برنامه گنج حضور که آشنا شدم، با اشعار مولانا و گویای واقعاً عالی شما تقریباً مثل یک عقابی شدم که از بازوی شاه پرواز کرده بودم، دوباره برگشتم روی شانه شاه نشستم و هنوز به شاهیّت خودم نرسیدم، ولی این را می‌دانم که از خواب من‌ذهنی بیدار شدم و می‌خواهم بیدار بمانم و به آن خرمنگاه جان که هشیاری زنده هست به آن‌جا برسم. و دیگر از گدایی کردن هر تصویر من‌ذهنی خودم را رها کنم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم عذرا: چون خودم روی گنج معنوی که نشستم و بزرگانی مثل مولانا، حافظ، سعدی، فردوسی و باقی خاک این گنج را از رویشان برداشتند و از توسط استاد گرامی ما دارند ما را روشن می‌کنند.

پس بایستی این بند ناف را از این دنیای مادی ببرم و چون در وجود خداوند هم همه چیز هست و من خودم پاره‌ای از خداوند هستم و نیاز اصلاً به جهان بیرون ندارم. حالا دیگر «طرب» دارم و «طلب» دارم و با شادی



بی سبب زندگی حقیقی‌ام را پیدا کردم و منظور به این دنیا آمدنم را متوجه شدم که دیگر جای لغزش نیست و اگر هم بخواهم بلغزم، با برگشت از جهان مادی به فضای یکتایی با فضاگشایی جفت خدا می‌شوم.

این جا است که خدا آن بوسه را به من می‌زند و بعد از آن با ابزار و آلات زنده شدن که ما یاد گرفتیم از درس‌های شما، از ابیات بزرگان، بنابراین ساختارهای صنع را یکی یکی می‌آفرینیم یعنی عقب می‌کشیم، با تسلیم و صبر و رضا به حضور ناظر ما که نامصوّر هست زنده می‌شویم.

آقای شهبازی: خیلی خوب.

خانم عذرا: و هشیاری جسمی که از دیو و نفس و شیطان خودم که مصوّر هست، از آن بیرون می‌جهیم.

آقای شهبازی: خیلی خوب.

خانم عذرا: یک چندتا شعر هم از غزل ۶۳۶ می‌خوانم و خداحافظی می‌کنم از شما.

بمیرید بمیرید در این عشق بمیرید  
در این عشق چو مُردید همه روح پذیرید  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۳۶)

یکی تیشه بگیری پی حفره زندان  
چو زندان بشکستید همه شاه و امیرید  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۳۶)

خموشید خموشید خموشی دم مرگ است  
هم از زندگی است این که ز خاموش نفیرید  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۳۶)

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

آقای شهبازی: خیلی ممنون، ولی «یکی تیشه بگیری پی» پس نیست، «پی» است.

خانم عذرا: آهان «پی حفره زندان»، بله.

آقای شهبازی: خیلی خوب.

**خانم عذرا:** جناب شهبازی یک راهنمایی می‌خواستم، یک سؤالی. من یک مقدار مشکل دارم در حفظ کردن ابیات، البته خب خودم می‌دانم از سن می‌آید و به هر جهت یعنی شعرهای عامیانه را که هست تا اندازه‌ای راحت هستم، حفظ می‌کنم ولی شعرهایی را که شما از این جوان‌ها می‌پرسید که ماشاءالله مغز و هوششان باز است من می‌گویم Oh, my God (آه خدای من) من چه‌جوری باید این‌ها را یاد بگیرم، مشکل دارم جناب شهبازی برای حفظ ابیات.

**آقای شهبازی:** مشکل شما ندارید، تکرار کم می‌کنید. تکرار اگر بیشتر بکنید، یک دفعه می‌بینید حفظ شدید. شما برای حفظ شدن تکرار نمی‌کنید، برای فهمیدن و واقعاً پس از یک مدتی تکرار ابیات به شما شادی می‌دهد و واقعاً خوشتان می‌آید که این‌ها را تکرار کنید.

اگر الان خوشتان نمی‌آید، به زور تکرار می‌کنید که البته فکر نمی‌کنم این‌طور باشد، باید تکرار کنید تا زمانی که خوشتان بیاید واقعاً. چون معنا در شما زنده می‌شود وقتی بیت را می‌خوانید، یک شادی بی‌سببی در شما به‌وجود می‌آید. در نتیجه شما خوشتان می‌آید این‌ها را تکرار کنید و به‌اندازه کافی تکرار کنید این خودش حفظ می‌شود، لزومی ندارد آدم نیرو به خرج بدهد تا حفظ کند.

عرض می‌کنم برای حفظ کردن نمی‌خوانید، برای یادگیری، برای تکرار چون خوشتان می‌آید این کار را می‌کنید. آن حفظ بودن یک نتیجه فرعی هست که خودش می‌آید. یک دفعه می‌بینید شعر را حفظ شدید دارید می‌خوانید. ممنونم.

**خانم عذرا:** ماشاءالله به این جوان‌های ما که این قدر سلیس و روان استاد شما می‌پرسید پایه‌پایتان می‌آیند. واقعاً من غرق اشتیاق می‌شوم وقتی می‌بینم این قدر قشنگ جواب سؤال‌های شما را می‌دهند. بعضی وقت‌ها می‌ترسم که شما از من بپرسید من نتوانم جواب بدهم. **[خنده خانم عذرا]**

**آقای شهبازی:** شما هم جوان هستید خانم. شما خودتان را دست‌کم گرفتید. شما جوان هستید.

**خانم عذرا:** ممنونم از راهنمایی‌تان جناب شهبازی.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.

[↑ لیست ↑](#) **[خداحافظی آقای شهبازی و خانم عذرا]**

◇ ◇ ◇ پایان بخش سوم ◇ ◇ ◇