

# کنج حضور

متن کامل پیام‌های تلفنی

۱۰۱۷-۰

اجرا: آقای پرویز شهبازی

تاریخ اجرا: ۹ آبان ۱۴۰۳

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

## ده زکات روی خوب، ای خوب‌رو شرح جان شرحه شرحه بازگو

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۹۵)

چقدر مهم است که شما زکات روی خوب را می‌دهید، قانون جبران را رعایت می‌کنید. ما نمی‌توانیم چیزهایی که یاد می‌گیریم برای خودمان نگه داریم. در عین 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 ۰-۱۰۱۷

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 ۰-۱۰۱۷

شاپرک همتی از شیراز	مرضیه شوشتری از پردیس	زهرا عالی از تهران
فاطمه زندی از قزوین	فاطمه جعفری از فریدونکنار	فرشاد کوهی از خوزستان
الهام فرزامنیا از اصفهان	اعظم جمشیدیان از نجف‌آباد	مریم مهرپذیر خیابانی از تبریز
فرزانه پورعلیرضا اناری از کرمان	بهرام زارعیپور از کرج	فاطمه اناری از کرج
پارمیس عابسی از یزد	شبمن اسدپور از شهریار	

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

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

@zarepour\_b

کانال متن کامل برنامه‌های گنج حضور در تلگرام:

<https://t.me/ganjehozourProgramsText>

کانال متن کامل پیغام‌های تلفنی گنج حضور در تلگرام:

<https://t.me/GanjeHozorTeleText>



ردیف	لینک پیام دهنده
۱	<a href="#">خانم کوثر از تهران</a>
۲	<a href="#">خانم شهین از تهران</a>
۳	<a href="#">خانم مهتاب از تهران</a>
	♦ ♦ ♦ پایان بخش اول ♦ ♦ ♦
۴	<a href="#">خانم مهری از کرج</a>
۵	<a href="#">خانم فریبا خادمی از تهران</a>
۶	<a href="#">آقای حجت از فولادشهر</a>
۷	<a href="#">خانم بیننده از تبریز</a>
	♦ ♦ ♦ پایان بخش دوم ♦ ♦ ♦





## ۱- خانم کوثر از تهران

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم کوثر]

خانم کوثر: یک متنی هست می‌خواستم خدمتتان بگویم.

آقای شهبازی: بفرمایید.

خانم کوثر: عنوانش هست «دید ناظر و دشمن درون».

چند وقت هست در اثر دویدن پای راستم ورم کرده. با خودم فکر کردم که دلیل آن چه هست؟ وقتی دویدن خود را مشاهده کردم، متوجه شدم به این دلیل که کلاً عضلات سمت راست بدنم قوی‌تر از سمت چپ است، ناخودآگاه بیشتر وزنم را بر روی پای راستم می‌اندازم و این باعث ورم کردن آن شده‌است.

بعد با خودم فکر کردم که این به‌خاطر این هست که من کاملاً ناظر و شاهد بدنم در هنگام دویدن نیستم، چون ابیات را تکرار می‌کنم در هنگام ورزش فکر می‌کردم که نمی‌شود هم کاملاً ناظر بدن بود و هم ابیات را با حضور تکرار کرد، ولی وقتی امروز مجبور شدم که ناظر بدنم باشم تا فشار وزنم به‌طور مساوی بر روی پاهایم تقسیم شود، دیدم این دو کار همزمان هم امکان‌پذیر است.

بعد با خودم فکر کردم این دشمن درون که خراب است چطور در هر کاری اگر شاهد و ناظر نباشم، تخریب ایجاد می‌کند.

برای دیدن واضح‌تر این دشمن درون به گذشته‌نگاهی کردم و دیدم بله، هیچ کار خوبی نبوده که انجام دهم مثل همین ورزش کردن و این دشمن هم همزمان با قدرتی برابر خرابکاری نکرده باشد و این تجربه باعث شد که من دشمن درون را بهتر ببینم و آن را دست‌کم نگیرم ان‌شاءالله.

چون در دیدن این دشمن کمی مشکل دارم و شاید هم خیلی‌ها این مشکل را داشته باشند، چون اگر ما این دشمن را هر لحظه می‌دیدیم شاید پایمان نمی‌لغزید و در کمترین زمان به آزادی می‌رسیدیم و متوجه می‌شدیم که خواست آن خواست ما نیست.

**در خود آن بد را نمی‌بینی عیان  
ور نه دشمن بوده‌ای خود را به جان**

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۲۲)



مصطفی فرمود: گر گویم به راست  
شرح آن دشمن که در جان شماست  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۱۱)

زهره‌های پُردلان هم بَرَدَرَد  
نه رَوَد ره، نه غم کاری خَوَرَد  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۱۲)

پُردل: شجاع، دلیر، دلاور، باجرت

دشمنی داری چنین در سِرِ خویش  
مانع عقل‌ست و، خصم جان و کیش  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۵)

دشمن ار چه دوستانه گویدت  
دام، دان گر چه ز دانه گویدت  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۱۹۲)

گر ترا قندی دهد، آن زهر دان  
گر به تن لطفی کند، آن قهر دان  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۱۹۳)

پس به این دشمن درون که ما سال‌ها زیر ستم آن بوده‌ایم نباید رحم کرد و باید با درد هشیارانه آن را مورد ظلم قرار داد و زندگی به تله‌افتاده‌مان را از آن آزاد کنیم که این عین عدل است.

ظالم است او بر خود و بر جان خود  
ظلم بین کز عدل‌ها گو می‌بَرَد  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۷۵)

باید هر لحظه به خودمان یادآوری کنیم که ما قوه اختیار داریم که الان یک چیز ذهنی را به مرکزمان بیاوریم و با ایجاد مقاومت خودمان را سنگین کنیم و یا با عدم کردن مرکز احساس سبکی و راحتی کنیم و عنایت هر لحظه زندگی را دریافت کنیم.

امر و نهی و خشم و تشریف و عتاب  
نیست جز مختار را، ای پاک‌جیب  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۹۷۳)



عناّب: نکوهش  
پاک‌جیب: نجیب، پاک‌دامن

ولی اگر چیزی را به مرکزمان می‌آوریم، این عنایت و رحمت زندگی تبدیل به قهر و درد می‌شود.

## نفس و شیطان خواست خود را پیش بُرد و آن عنایت قهر گشت و خُرد و مُرد

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۹۱۹)

خُرد و مُرد: ته بساط، چیزهای خُرد و ریز

و اگر این دشمن درون بر اثر خماری یک همانیدگی سروصدا راه می‌اندازد، مطلق شاهد و ناظر باشیم و با فضاگشایی بگوییم که «من تو نیستم» تا به سمت آن چیز کشیده نشویم.

## شاهد مطلق بُود در هر نزاع بشکند گفتش خُمار هر صداع

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۸۰)

## نام حق، عدلست و شاهد، آن اوست شاهد عدلست زین رو چشم دوست

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۸۱)

[کنترل کیفیت صدا]

همان‌طور که خیال یار به دل ما می‌آید باید خیال این دشمن درونی هم هر لحظه در نظر ما باشد تا این دو خیال به ما دو بالی از خوف و رجا بدهد تا بتوانیم از وسوسه این من‌ذهنی که در صحنه مبارزه این دنیا هر لحظه می‌خواهد چیزی را در چشم ما ارزشمند یا خوش‌آیند جلوه دهد و با آوردن آن به مرکز ایجاد استرس و اضطراب و غیره کند، جان سالم به دربیریم و این عذاب که خوشی گرفتن از چیزهای ذهنی و زودگذر و در نتیجه اشباع نشدن است بر ما تحمیل نشود که این کار باعث کاهش جان ما می‌شود، ولی اگر مرکز ما عدم بماند، جان ما هر لحظه افزایش می‌یابد و حیات بر ما موج‌زنان می‌گردد.

## چو تو لعل کان ندارد چو تو جان جهان ندارد که جهان کاهش است این و تو جان جان فزایی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۴۰)



ز غلاف خود برون آ که تو تیغ آبداری  
ز کمین کان برون آ که تو نقد بس روایی  
شکری شکرشان کن که تو قند نوش قندی  
بنواز نای دولت که عظیم خوش نوایی  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۴۰)

ممنونم استاد، تمام شد.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم، خیلی زیبا!

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم کوثر]





۲- خانم شهین از تهران

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم شهین]

خانم شهین: [با آواز]

کی شعر تر انگیزد خاطر که حزین باشد  
یک نکته از این معنی گفتیم و همین باشد

از لعل تو گر یابم انگشتی زنهار  
صد ملک سلیمانم در زیر نگین باشد

غمناک نباید بود از طعن حسود ای دل  
شاید که چو وابینی خیر تو در این باشد

هر کاو نکند فهمی زین کلک خیال‌انگیز  
نقشش به حرام ار خود صورتگر چین باشد

جام می و خون دل هر یک به کسی دادند  
در دایره قسمت اوضاع چنین باشد

در کار گلاب و گل حکم ازلی این بود  
کاین شاهد بازاری وان پرده‌نشین باشد

آن نیست که حافظ را رندی بشد از خاطر  
کاین سابقه پیشین تا روز پسین باشد  
(حافظ، دیوان غزلیات، غزل ۱۶۱)

آقای شهبازی معنی‌اش را هم دارم اگر اجازه بفرمایید معنی این شعر را بگویم.

آقای شهبازی: بفرمایید.

خانم شهین: «کی شعر تر انگیزد»، حافظ می‌گوید پس خاطر ما کی شعر تر می‌دهد، کی شعر تر می‌آمیزد؟ کی می‌توانیم در بیرون کارساز باشیم؟ که نیستیم. ما اگر درد را، درد به درون، ما اگر در درون خشمگین باشیم نمی‌توانیم در بیرون اثرگذار باشیم. اثر، انرژی، نمی‌توانیم اثرگذار باشیم، انرژی پخش کنیم. ما برای اثرگذاری در

بیرون نباید غمگین باشیم، اگر باشیم نمی‌توانیم انرژی مثبت پخش کنیم. چاره‌ای نداریم جز این‌که به هشیاری حضور برسیم.

## از لعل تو گر یابم انگشتری زنهار صد ملک سلیمانم در زیر نگین باشد (حافظ، دیوان غزلیات، غزل ۱۶۱)

قدیم‌ها پادشاه‌ها انگشتری دست می‌کردند که در امان باشند، که می‌گفتند این انگشتری امن من است، اگر برداریم در امان نیستیم. فضای پذیرش این لحظه همان انگشتری است.

## غمناک نباید بود از طعن حسود ای دل شاید که چو وابینی خیر تو در این باشد (حافظ، دیوان غزلیات، غزل ۱۶۱)

بیشتر مردم حسود هستند، آدم حسود نمی‌تواند چیزهای مردم را ببیند، چون آدم حسود می‌خواهد که بیشتر از دیگران باشد. حافظ می‌گوید غمناک نباشید چون باید شعر تر بگوییم. اگر غمناک باشیم نمی‌توانیم شعر تر بگوییم.

«شاید که چو وابینی خیر تو در این باشد»، وقتی حسود طعنه می‌زند، تو متوجه کارت می‌شوی. از طعن حسود نگران نباش که فهمی که تو را به فضا نزدیک‌تر می‌کند. اگر ما در فضای یکتایی باشیم خوشحال می‌شویم. اگر به ما بگویند تو این عیب را داری، دیگر ما ناراحت نمی‌شویم.

## هر کاو نکند فهمی زین کِلک خیال‌انگیز نقشش به حرام ار خود صورتگر چین باشد (حافظ، دیوان غزلیات، غزل ۱۶۱)

حافظ می‌گوید هر کسی از این قلم زندگی نقاشی نمی‌تواند بکند، نقشش حرام باشد، حتی اگر صورتگر چین باشد. ما باید به حضور برسیم، اگر غم داشته باشیم نمی‌توانیم بیافرینیم، نقشمان حرام است. حافظ می‌گوید ما باید این قدر شاد باشیم تا بتوانیم بیافرینیم. من ذهنی ما هم می‌آفریند، چه چیز؟ درد. دانشمند خیلی تلاش می‌کند، درس خوانده ولی با من ذهنی که بمب اتم بسازد که روی مردم بریزد، مردم را بکشد. خب ما چقدر من ذهنی داریم؟ مولانا و حافظ هم تلاش کردند که جهان را آبادان کنند که مردم را از من ذهنی‌شان نجات بدهند.



## جام می و خون دل هر یک به کسی دادند در دایره قسمت اوضاع چنین باشد (حافظ، دیوان غزلیات، غزل ۱۶۱)

کسی که من‌ذهنی دارد همه‌اش خون دل می‌خورد. می‌گوید تو در این لحظه حاضر باش، حتی اگر یک درصد به بیداری بررسی داری در خدا را می‌کوبی و جواب می‌شنوی. نباید عجله کنیم که زود به بیداری برسیم، باید قانون مزرعه را انجام بدهیم. باید صبر کنید، «در دایره قسمت» این‌جا مولانا می‌گوید هرچه که لیاقت ما باشد، چقدر تسلیم می‌شویم و چقدر موازی هستیم با زندگی؟

## در کار گلاب و گل حکم ازلی این بود کاین شاهد بازاری وان پرده‌نشین باشد (حافظ، دیوان غزلیات، غزل ۱۶۱)

گلاب و گل با هم کار می‌کنند که حکم ازلی این است که ظاهر گل را می‌بینیم، توی گل را نمی‌بینیم که از چه لطافتی برخوردار است. درون ما هم لطافتی هست که پرده‌نشین است، کسی نمی‌بیند بوی خوش ما را، نور زنده‌کننده است. اصل لطافت که گل را به‌وجود می‌آورد، اگر لطافت نباشد گل به‌وجود نمی‌آید. وقتی که ما من‌ذهنی‌مان را می‌اندازیم سازنده می‌شویم.

**آقای شهبازی:** ببخشید بیت را دوباره بخوانید. «در کار گلاب و گل».

**خانم شهین:** در کار گلاب و گل کار ازلی این بود.

**آقای شهبازی:** به‌نظرم، به‌نظرم حکم ازلی هست، نیست؟

**خانم شهین:** آ! می‌بخشید، حکم ازلی، بله بله.

## در کار گلاب و گل حکم ازلی این بود کاین شاهد بازاری وان پرده‌نشین باشد (حافظ، دیوان غزلیات، غزل ۱۶۱)

**آقای شهبازی:** بله.

[اصلاح خوانش بیت توسط آقای شهبازی]

**خانم شهین:**



## آن نیست که حافظ را رندی بشد از خاطر کاین سابقه پیشین تا روز پسین باشد (حافظ، دیوان غزلیات، غزل ۱۶۱)

حافظ از رندی خارج نشد، یعنی آزادگی. حافظ می‌گوید اول هشیارانه خودم را از منذهنی راندم و به رندی رسیدم. آزادی انسان از روز ازل بوده‌است. این آزادگی و این رندی از یاد هیچ‌کس نرفته‌است که اصل ما آزادی است.

آقای شهبازی: خیلی خب، عالی!

خانم شهین: تمام شد آقای شهبازی.

آقای شهبازی: عالی، عالی!

خانم شهین: می‌بخشید، من خیلی اشتباه داشتم، خیلی عذر می‌خواهم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: نه خواهش می‌کنم، یکی دو کلمه. [خنده آقای شهبازی] عیب ندارد، فقط یکی دو کلمه.

خانم شهین: آقای شهبازی خیلی سواد آن‌چنانی ندارم، ولی خب

آقای شهبازی: خیلی عالی بود.

خانم شهین: خیلی دوست دارم که، اگر اشتباه خواندم باید ببخشید.

آقای شهبازی: نه، مخصوصاً آن بیت خیلی سخت بود، «در کار گلاب و گل حکم ازلی این بود». خیلی خوب

معنی کردید، ممنونم از شما.

خانم شهین: تشکر. آقای شهبازی من شهین هستم از تهران، هفتاد و پنج سالم است.

آقای شهبازی: ماشاءالله، ماشاءالله، ماشاءالله!

خانم شهین: الان تقریباً یک ده سالی می‌شود که من به این برنامه گوش می‌کنم. آقای شهبازی اگر من بخواهم

تجربیاتم را بگویم، معجزات این برنامه را بگویم توی زندگی‌ام، باید یک کتاب بنویسم.

آقای شهبازی: بله.

خانم شهین: یعنی این قدر که من حالم خوب است آقای شهبازی، این قدر که من حالم خوب است.

آقای شهبازی: ماشاءالله!



**خانم شهین:** یک بار نمی‌دانم توی کدام برنامه بود که گفتم من پنج بار شکم را عمل کردم.

**آقای شهبازی:** صحیح.

**خانم شهین:** پنج بار من شکم را، ولی دوتا معجزه توی این برنامه دیدم آقای شهبازی که اجازه ندادم دیگر دکترها من را عملم بکنند. ولی چون وقت برنامه را می‌گیرم، ان‌شاءالله توی برنامه‌های بعدی من این دوتا معجزه را می‌گویم. اگر می‌شود بگویم، اگر که نه باشد توی برنامه‌های بعدی. چون نمی‌خواهم وقت برنامه را بگیرم.

**آقای شهبازی:** خیلی خوب، بله.

**خانم شهین:** چون واقعاً خیلی دارم آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** خیلی خوب.

**خانم شهین:** عالی بود و یک معجزه خیلی خیلی که من می‌خواستم ششمین بار هم بروم زیر تیغ جراحی، ولی با کمک این برنامه، با شعرهای مولانا، با فضاگشایی،

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین!

**خانم شهین:** با چیزهایی که یاد گرفته بودم اجازه ندادم و نرفتم و نگفتم. گفتم من عمل نمی‌کنم. به من گفتند مسئولیتش را قبول می‌کنی؟ گفتم آری.

یک چیزی آقای شهبازی از درون به من می‌گفت که بگو نه، بگو نه. گفتم آخر این چیست به من می‌گوید بگو نه. گفتم نه من عمل نمی‌کنم. وقتی من را می‌بردند بیمارستان، آقای شهبازی به محض این‌که من وارد بیمارستان می‌شدم لوله‌هایی که از این بدن من رد می‌کردند. من رفتم این لوله‌ها را رد کردم. آمدند به من گفتند که تو باید عمل کنی، شما خانم سابقه‌ات این است، این جوری است، این‌ها، دیگر این قدر عمل کردی شما روده‌هایت چسبندگی پیدا کرده باید باز هم عمل کنی. گفتم من عمل نمی‌کنم. گفت خانم مسئولیتش را قبول می‌کنی؟ گفتم آری.

آقای شهبازی من سه روز بیمارستان خوابیدم آمدم بیرون. آقای شهبازی یعنی یک چیزی که اصلاً نمی‌توانست کسی باور کند. بچه‌های خودم باور نمی‌کردند. گفتند مگر می‌شود چنین چیزی، آخر تو چرا می‌گفتی نه؟! آخر روده‌های تو چسبندگی داشت باید عمل می‌شدی. گفتم نه! من فکر می‌کنم آن عمل‌هایم عمل‌هایی هم که کرده‌ام بیخودی بوده. آقای شهبازی من کمتر از دو ماه من هر دفعه بیمارستان نمی‌خوابیدم. من سه روز بیمارستان خوابیدم، سه روز.



یک بار دیگر آقای شهبازی معده‌ام درد گرفت خودم تنها بودم خانه، شکمم را گرفتم رفتم بیمارستان. رفتم بیمارستان رفتم قسمت پذیرش اورژانس گفتم آقا من معده‌ام این‌جوری است ناراحت است این‌ها، پرونده‌ام را نگاه کن. خانم باید بستری شوی، همراهت؟ گفتم من همراه ندارم، من خودم آمدم، من همراه ندارم. به هیچ‌کس نگفتم آقای شهبازی. آن سروصداهای من‌ذهنی که از بیرون قبل این برنامه داشتم اصلاً نداشتم.

آقای شهبازی من شکمم را گرفته بودم توی این بیمارستان راه می‌رفتم هی فکر می‌کردم که دارد شکمم خوب می‌شود، دارد دردش ساکت می‌شود. به من گفت دکتر توی اتاق عمل است، سه چهار ساعت طول می‌کشد تا بیاید بیرون. گفتم که خب صبر می‌کنم دیگر، من الان بیمارستان هستم هر اتفاقی هم که بیفتد بیمارستان هستم دیگر.

آقای شهبازی همه‌اش فکر می‌کردم که یک نیرویی از درون به من می‌گوید که نترس، هیچ‌چیز نیست، نترس خوب می‌شوی، هیچ ناراحت نباش! اصلاً یک حال خوبی داشتم آقای شهبازی. **[با گریه صحبت می‌کنند]** به خدا الان دارم می‌گویم مو توی بدنم سیخ می‌شود. اصلاً حالم یک جور می‌شود آقای شهبازی.

خدا شاهد است همه‌اش یک نیرویی از درون به من می‌گفت نترس، نترس! هیچ چیزی نیست، ناراحت نباش. اصلاً می‌خواستم پرواز کنم توی بیمارستان. کار نداشتم به این موضوع که من آمدم به دردی که من هر دفعه می‌آمدم بیمارستان من را می‌خواستند با آن اوضاع و احوال، آن برنامه‌ها و این‌ها، ولی آقای شهبازی این معجزه را از این برنامه دیدم.

**آقای شهبازی:** آفرین! این بیت‌ها را شما می‌خوانید، نه؟ زیاد می‌خوانید؟ بیت‌های مولانا را می‌خوانید، نیست؟ **خانم شهین:** بله آقای شهبازی. من روزی دوتا بیت حفظ می‌کنم. من روزی دوتا بیت حفظ می‌کنم. اولاً که من از آقای شهبازی از برنامه هزار به بعد من اصلاً زیر و رو شدم. ده سال است دارم این برنامه را می‌بینم، اصلاً برنامه هزار به بعد من اصلاً نمی‌دانم چکار کرده به من آقای شهبازی.

این تکرارها، این برنامه‌ها یکی از یکی بهتر، یکی از یکی عالی‌تر، یکی از یکی عمق‌دارتر. به شما و مولانا آقای شهبازی، اصلاً نمی‌دانم، این قدر شاد هستم، این قدر خوشحال هستم توی زندگی، اصلاً هم‌سن‌های خودم را می‌بینم می‌گویم خدایا یعنی چه؟ یعنی من مثل جوان بیست‌ساله دارم زندگی می‌کنم، راه می‌روم، زندگی می‌کنم، آخر مگر می‌شود چنین چیزی؟

هم‌سن‌های خودم را می‌بینم همه درد دارند آقای شهبازی. همه پایشان است، کمرشان است، توی خانه افتاده‌اند بچه‌هایشان دارند از ایشان نگهداری می‌کنند. ولی من نه، من خودم هستم، خودم هستم، آقای شهبازی.



آقای شهبازی: آفرین!

خانم شهین: هیچ کار را هم به هیچ کس نمی‌گویم، هیچ چیز.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین، آفرین!

خانم شهین: تمام کارهایم را خودم انجام می‌دهم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم شهین: تمام مسئولیت‌هایم را خودم قبول می‌کنم. از صبح تا شب آقای شهبازی، اصلاً بچه‌ها می‌گویند خدایا مامان چکار می‌کند؟ هیچ وقت خانه نیست این. مامان تو کجا می‌روی؟ گفتم می‌روم بیرون دنبال کارهایم، می‌روم دنبال کارهایم.

من تمام کارهای بانکی‌ام را آقای شهبازی خودم انجام می‌دهم. من یک وظیفه‌بگیر هستم. من وظیفه‌بگیر پدرم هستم. یک خانه هفتاد متری دارم اجاره‌ای. آقای شهبازی به خدا عشق می‌کنم. این خانه برای من کاخ است. این زندگی که مال سی سال پیش است، برای من این زندگی نو است، جوان است، خوشگل است.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم شهین: آقای شهبازی من هرچه دارم مدیون این برنامه هستم، هرچه دارم از این برنامه دارم. من اگر این برنامه را نمی‌دیدم، الآن یک آدمی که می‌بینم امثال، می‌بینم، من بدتر از آن‌ها بودم، چون من یک ذهن خروبی داشتم که خدا می‌داند.

آقای شهبازی هر جا می‌رفتم خرابکاری می‌کردم، هر کسی می‌آمد خرابکاری می‌کردم، خروب بود این ذهن من. خدا می‌داند چه خروبی بود این! چه خرابکاری‌هایی می‌کرد، چه آتشی به پا می‌کرد. الآن اصلاً، اصلاً نمی‌دانم چه‌ام است آقای شهبازی؟! از شادی، از خوشحالی درون، همه‌اش شما می‌گفتید خوشحالی بی‌سبب. خدا! خوشحالی بی‌سبب چیست آخر آقای شهبازی می‌گویند؟! من خوشحالی بی‌سبب! الآن می‌بینم وای خدایا، من چرا این قدر خوشحال هستم؟ من اصلاً ناراحت هیچ چیز نیستم، ولی چرا این قدر خوشحال هستم؟ همه‌اش می‌خواهم بخندم، همه‌اش می‌خواهم برقصم، با خدا عشق می‌کنم آقای شهبازی، با خدا عشق می‌کنم ها! می‌گویم خدا جان قربونت بروم من، امروز حالم خوب است، امروز می‌خواهم با تو حال کنم، امروز می‌خواهم با تو عشق کنم. اشتباه می‌کنم می‌گویم خدا جان من امروز اشتباه کردم ها! می‌بخشی دیگر، من امروز اشتباه کردم، ولی سعی می‌کنم نکنم دیگر اشتباه، چون قرار نیست که من اشتباهات گذشته‌ام را تکرار کنم.

من باید به پرویز شهبازی، به مولانا من مدیون هستم به این‌ها. من باید خودم را تغییر بدهم، من دیگر آن شهین قبلی نباید باشم. من باید شهینی باشم که مولانا می‌خواهد، خدا می‌خواهد، گنج حضور می‌خواهد، من باید بیدار باشم دیگر، من باید تمام اشتباهات گذشته‌ام را بریزم دور، من‌های ذهنی‌ام را بریزم دور، همانندگی و این‌ها. ولی الآن یاد گرفتم توی این برنامه ۱۰۱۶ که باید با من‌ذهنی‌ام با احترام حرف بزنم. آقای شهبازی می‌خواهم سنقر باشم دیگر. می‌خواهم توی مسجد باشم و از مسجد بیرون نیایم.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**خانم شهین:** می‌خواهم من‌ذهنی‌ام را خشکش کنم. می‌خواهم این‌قدر بمانم تا من‌ذهنی‌ام خشک بشود تا به آن چیزی که می‌خواهم، آن آرامش درونی، به آن اصل خودم برسم آقای شهبازی.

**آقای شهبازی: آفرین، آفرین!**

**خانم شهین:** این داستان سنقر کم نبود. این داستان سنقر کم نبود آقای شهبازی، بی‌نظیر بود، بی‌نظیر. این مولانا چه کرده، این مولانا چه می‌کند، شما چه می‌کنید آقای شهبازی. قربان آن شکلت بروم داداشی خوبم.

**آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.**

**خانم شهین:** شما چه می‌کنید؟ مولانا چه کرده با ما؟ چطور ما نمی‌دانستیم یک چنین گنجی داریم آقای شهبازی؟! چطور نمی‌دانستیم که یک چنین گنج گران‌بهای داشتیم؟ قربان آن شکلت بروم که تو این گنج را به ما نشان دادی.

**آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.**

**خانم شهین:** و الا ما نمی‌دانستیم. ما هنوز هم از مولانا هیچ‌چیز نمی‌دانستیم. خدایا شکر می‌کنم. همه‌اش به خدا می‌گویم خدایا شکر که مولانا را دارم، تو را دارم، گنج حضور را دارم، این دوستان گنج حضوری را دارم، آقای شهبازی را دارم که دنیا این چه بود تو به ما معرفی کردی؟! این چه بود؟! واقعاً اصلاً این شهبازی اگر نبود، من کجا می‌توانستم الآن حامل این‌قدر خوب باشم؟!

آقای شهبازی بود که این برنامه را به من نشان داد که من بیایم این برنامه را گوش بکنم که بفهمم، بفهمم خودم را، بشناسم خودم را که من چه بودم، الآن چه هستم.





اصلاً حال می‌کنم آقای شهبازی، با خودم، با اطرافیانم. آقای شهبازی چقدر خوب حرف می‌زنم. من سه چهار روز رفته بودم یک جا مهمانی، آقای شهبازی غیر این برنامه، قبل این برنامه امکان نداشت من آن برنامه را، آن مهمانی را به هم نزنم، امکان نداشت همه را به هم نریزم.

آقای شهبازی من سه روز توی آن برنامه بودم، توی آن مهمانی بودم، شبانه‌روز با هم بودیم. این قدر عالی بود، ولی من حواسم روی خودم بود آقای شهبازی.

**آقای شهبازی: آفرین!**

**خانم شهین:** من حواسم روی خودم بود، چون آن‌ها که عوض نشده بودند که، آن‌ها همان آدم‌ها بودند، ولی من داشتم روی خودم کار می‌کردم، من گنج حضوری هستم، من دارم روی خودم کار می‌کنم، من بیت‌های مولانا را می‌خوانم.

**[تماس قطع شد.]**

**آقای شهبازی:** بله تلفن شهین خانم قطع شد. ولی خیلی جالب بود تلفنشان. خیلی شگفت‌انگیز بود.



### ۳- خانم مهتاب از تهران

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم مهتاب]

**خانم مهتاب:** ممنون از این برنامه خوبتان. با اجازه‌تان می‌خواستم یک مطلبی را به اشتراک بگذارم با دوستان.  
**آقای شهبازی:** بله.

**خانم مهتاب:** خیلی به برنامه امروز نزدیک بود. من مدت هشت‌ساله که به این برنامه گوش می‌دهم هنوز قانون‌هایی را که حضرت مولانا به‌وسیله شما گفتند خب انجام می‌دادم، بعد خیلی از درون که بهتر شده‌ام، چقدر دردهایم را ریختم، اصلاً یک انسان دیگری شدم.  
**آقای شهبازی:** بله.

**خانم مهتاب:** چون همیشه اصلاً زندگی من فقط به پز دادن می‌گذشت، خیلی بهتر شدم بیرونم هم تغییر کرد، بعد متأسفانه با همین تغییراتی که در بیرون انجام شد من هم‌هویت شدم، یعنی با همین شرایطی که زندگی از روی رحمت اندر رحمت برای من به‌وجود آورد، من هم‌هویت شدم و جووری شد که از همین در این شیطان وارد شد، بعد وقتی من هم‌هویت شدم علائمی که به من نشان می‌داد زندگی که تو داری برمی‌گردد به کارهای قبلی، یکی این بود که یک خواب‌های بد می‌دیدم، من فقط می‌خواهم این را مثلاً با دوستان به اشتراک بگذارم که علامت‌هایی را که به ما نشان می‌دهد که ما داریم یک من‌ذهنی قوی‌تری می‌شویم، یکی خواب‌های آشفته می‌دیدم. دوم این‌که خیلی عجیب بود، من‌های ذهنی اصلاً توی این مدت هشت سال کم‌کم از من دور شده بودند و من دوستانی مثل خودم را پیدا کرده بودم، البته بیشتر با مولانا و کتاب‌های شما و استاد زمانی هستم، خیلی جالب بود من‌های ذهنی که به خانه که زنگ می‌زدند با من کار نداشتند، با بقیه اعضا که می‌خواستند صحبت کنند من این احساس [کلمه مبهم است] توی وجودم به‌وجود می‌آمد، یعنی این‌قدر این قانون جذب آدم را می‌گیرد، جووری که اصلاً می‌گفتم کاشکی گوشی را هم بدهند به من، با من هم صحبت بکنند.

سوم این بود که اصلاً حالت تقلید در من بیدار شد، من هم مثل بقیه شروع می‌کردم به پرحرفی کردن و حتی به جایی رسیده بود که به خودم جرئت می‌دادم بقیه را هم عوض بکنم، به آن‌ها توصیه‌هایی را بکنم بگویم این جووری است، آن جووری است، یعنی داشتم این جووری دیگر پیش می‌رفتم.

**آقای شهبازی:** بله.

**خانم مهتاب:** بعد یک چیز دیگری که خیلی برای من جالب بود به سمت برنامه‌های تلویزیونی کشیده شده بودم، من مدت‌ها است تلویزیون را گذاشته‌ام کنار، ولی این به من می‌گفتش که ببین بیا مستند ببین، ببین مستندها چقدر خوب است، به عظمت خدا پی‌می‌بری، از همین‌جا این من را آورد با این پندار کمالی که در من به‌وجود آورده بود به سمت خبرهای دردزا. حضرت مولانا می‌فرمایند:

## از دل و از دیده‌ات بس خون رود

### تا ز تو این مُعْجَبی بیرون رود

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۵)

مُعْجَبی: خودبینی

بعد شروع شد دردهای جسمی‌ای که من قبلاً داشتم و به‌مرور زمان اصلاً تماماً از بین رفته بود، یکی‌شان ظاهر شد. این درد در من که به‌وجود آمد خیلی برایم عجیب بود حتی توی آینه‌ام خودم حس می‌کردم، اصلاً پوستم دارد تیره می‌شود، از این حالت شادابی دارم خارج می‌شوم. تمام این‌ها از «آنا خیری» من بود، امروز هم شما توی برنامه فرمودید:

## عَلَّتْ اَبْلِيسَ اَنَا خَيْرِي بُدَهَسْت

### وین مرض، در نَفْسِ هر مخلوق هست

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۶)

در من هم بالا آمد، تمام آن دردهایی را که من حس می‌کردم در من خشک شده قشنگ بالا آورد از همه دردی. بعد خیلی برایم جالب بود این‌ها توی عرض یک ماه پیش آمد، رسیدم به زمانی که باید قانون جبران مالی را که وظیفه‌ام هست انجام بدهم، یک چیزی توی سرم گفتم حالا طوری نمی‌شود دو روز دیگر انجام می‌دهی موردی ندارد، اصلاً باور نمی‌کنید استاد این را که گفتم من توی پیام‌های تلفنی، از دوستان شنیده بودم که به این‌جا که می‌رسی یعنی دیگر کارم تمام است، از ترسم نشستم گوشی را برداشتم که واریز کنم از طریق اینترنتی بعد تراکنش ناموفق، رفتم بیرون از عابربانک امتحان کردم راحت انجام شد آدمم خانه.

من متوجه شدم توی این مدت از همین پندار کمال من که چقدر این سرگین‌ها آمد بالا به من نشان داد زندگی که تو تا آخر عمرت باید کار بکنی، شاید تا آخر عمرت هم این‌ها خشک نشود، باید تا آخر عمرت کار بکنی چون:

## در تگ جو هست سرگین ای فتی

### گرچه جو صافی نماید مر تو را

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۹)



تگ: ته و بُن

فَتنی: جوان، جوان‌مرد

آقای شهبازی: بله.

**خانم مهتاب:** و خیلی جالب است خودم این‌همه مشکل داشتم، داشتم حواسم را به بقیه می‌دادم از همین فقط «آنا خیری» من. من این کار را انجام دادم قانون را، آدم خانه واقعاً فهمیدم، فهمیدم که مست من ذهنی بودم این مدت و تمام این نیرویی که زندگی به من کمک می‌کرد، باور نمی‌کنید استاد من قبلاً یک مان‌تو نمی‌توانستم تنها بخرم، هیچ کار اداری‌ای را نمی‌توانستم انجام بدهم، یک چوب خشک بودم، با نیروی زندگی که این قدرت را به‌وجود آورده بودم که همه تعجب می‌کنند، چون توی خانه هیچ‌کسی من را تحسین به این کار نمی‌کند، همه فقط تعجب می‌کنند، من از همین تعجب اطرافیان نوعی تحسینی پیدا می‌کردم که ببین چقدر من نیرومند شدم، بعد این به من همین «آنا خیری» را داد که شیطان شدم قشنگ، یک ابلیس کامل.

آدم خانه دوباره از نو شروع کردم و خیلی جالب بود من حالا وقت را زیاد نگیرم، وقتی آدم خانه این کار را انجام بدهم، قانون جبران مادی را آدم خانه، اصلاً باور نمی‌کنید استاد یک دفعه صدای پریسا خانم توی سر من آمد که می‌گفتند که تو هم بیا چهارشنبه‌ها برنامه را زنده گوش بده، من قبلاً توی یکی از پیام‌های تلفنی پریسا خانم آمدند گفتند که البته با استاد به یک غزل مولانا، من شماره برنامه فراموش شده یادم نیست، که می‌گفتند که ما همه مثل یک رودخانه هستیم باید با هم باشیم، با برنامه زنده پیش برویم تا به آن دریای هدفمان، مقصودمان برسیم.

من امروز بعد از هشت سال اولین بار است که برنامه زنده را گوش می‌دهم چون همیشه می‌گفتم نه باید مرتب بنویسم، رنگارنگ بنویسم، دور نکته‌های مهم را خط بکشم، چون بقیه برنامه‌ها را دقیقاً همین جور گوش می‌دهم، دانه‌دانه نکته‌های مهم را درمی‌آورم، دورشان را خط می‌کشم.

و یک چیزی که برای من خیلی مهم است این است که مثلاً توی یک برنامه یاد گرفتیم، ترک همه فایده‌ها در عشق، فایده است. «ترک همه فواید در عشق فایده‌ست» و مهم‌ترینش همین پندار کمال است. من خواستم این را فقط، حالا وقتی هم تمام شد، با دوستان به اشتراک بگذارم، ان‌شاءالله که به درد دوستان بخورد. خیلی ممنون از شما، خیلی زحمت می‌کشید. ان‌شاءالله که همیشه سلامت باشید.

**آقای شهبازی:** به‌همچنین، خواهش می‌کنم. ممنونم از شما.

**خانم مهتاب:** بله، بله. سلامت باشید. بعد استاد ببخشید من یک مطلبی را بگویم با سلام به همه عزیزان، من نمی‌دانم اختلال توی شبکه اینترنت است یا توی این آپ‌هایی (برنامه App) است که ما اینترنتی می‌خواهیم واریز



کنیم، چون من از چند نفر دیگر هم شنیدم وقتی می‌خواهیم واریز کنیم کارت گنج حضور بکنیم می‌زند تراکنش ناموفق و نمی‌شود به این شماره کارت پول واریز کرد. شماره کارت تغییر نکرده، از عابربانک‌هایی که همه‌جا هست خیلی راحت می‌شود این کار را انجام داد. ما هم که حداقل چهار پنج روز بیرون در هفته می‌رویم دیگر، اول صبح می‌شود این کار را خیلی راحت انجام داد.

آقای شهبازی: خیلی خب.

خانم مهتاب: ولی اینترنتی شاید بزند که نمی‌شود.

آقای شهبازی: خیلی خب، خیلی خب. ممنونم از شما.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم مهتاب]

◇ ◇ ◇ پایان بخش اول ◇ ◇ ◇



#### ۴- خانم مهري از كرج

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم مهري]

**خانم مهري:** شصت و شش سالم هست، خیلی خوشحالم. برنامه امروز عالی بود، خدا قوت، خسته نباشید.

**آقای شهبازی:** خیلی ممنون، همه برنامه را دیدید شما؟

**خانم مهري:** کامل دیدم و نوشتم آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** ماشاءالله، چه حوصله‌ای دارید شما! [خنده آقای شهبازی] چه جوری نوشتید خانم؟ خیلی زیاد بود، چه جوری نوشتید؟

**خانم مهري:** دیگر لنگ و لوک و.

**آقای شهبازی:** [خنده آقای شهبازی] لنگ و لوک نوشتید.

**خانم مهري:** [خنده خانم مهري] دیگر به اندازه سواد خودم نوشتم.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین!

**خانم مهري:** خیلی خوشحالم که با شما تماس گرفتم. دوست داشتم تماس بگیرم از شما تشکر کنم که این قدر به ما آرامش دادید از همه لحاظ هم به معنوی، مادی اصلاً به خانه‌های ما نور آوردید آقای شهبازی. نمی‌دانم چه بگویم؟ خیلی خوشحالم فقط. دستتان درد نکند. زنده باشید ان شاءالله.

**آقای شهبازی:** خیلی ممنون. این برنامه می‌تواند هم مونس، حالا این برنامه خاص را نمی‌گویم منظورم برنامه گنج حضور است، برای سنهاى از پنجاه به بالا واقعاً می‌تواند بسیار کمک‌کننده و یک دوست و مونس خیلی عالی می‌تواند باشد.

**خانم مهري:** خیلی خیلی عالی، من که همه، مخصوصاً بعد از هزار آقای شهبازی، نمی‌دانم درون ما چه اتفاقی افتاده که اصلاً هی شوق بیشتر، که خودم را می‌گویم، خودم را می‌گویم که شوق بیشتری دارم هم تکرارش‌هایش را ببینم هم اصلاً پا شوم از صبح این برنامه را ببینم زنده‌اش را، خیلی، خیلی فکر می‌کنم.

حالا نمی‌دانم چه اتفاقی افتاده ولی خیلی خوشحالم. بعد این برنامه‌ها حالا جامع‌تر شده، بهتر شده از قبل حالا. همه‌شان خوب هستند اصلاً از قبل هم نگاه می‌کنیم همه برنامه‌هايتان خوب است آقای شهبازی. اصلاً نمی‌شود، این قدر که شما زحمت می‌کشید دیگر زبان قاصر است از گفتن این چیست؟ تشکر چه جوری بکنیم از شما آقای شهبازی؟



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

**خانم مهری:** جدی دارم می‌گویم، واقعاً من خودم خیلی خیلی رویم اثر گذاشته خیلی، خیلی خیلی زود عصبانی می‌شدم. حالا فکر می‌کنم برنامه‌های قبل هم گفتم که زود عصبانی می‌شدم، زود ناراحت می‌شدم. الآن هم چیز هست ها! آن، چه می‌گویند من ذهنی خیلی زیرک است کار خودش را انجام می‌دهد، آدم هم چیز می‌کند، ولی باز خیلی خیلی اصلاً آرام شدم، بهتر شدم، یعنی خودم، خیلی خیلی.

دستتان درد نکند، همین زحمت‌هایی که، زحمت‌های شما را چه‌جوری جبران کنیم؟ نمی‌دانم. شما بگویید با تکرار، چشم. تکرار هم می‌کنیم. خیلی تأثیر دارد، خیلی تکرار تأثیر دارد، بله، هی غزل‌ها، بین برنامه هم غیر از این غزل، آن شعرهایی که از مثنوی می‌گویید خیلی تأثیر دارد، خیلی. من می‌روم می‌خوانم دیگر، حالا کاملش را من از توی خود مثنوی هم می‌خوانم.

**آقای شهبازی:** آفرین، آفرین، آفرین! راه همین است.

**خانم مهری:** دستتان درد نکند. خواستم یک تشکر ویژه بکنم از شما. خیلی خوشحال شدم، فکر نمی‌کردم الآن شاید تقریباً از عید به این‌وری دارم شماره می‌گیرم. [خنده آقای شهبازی] از زمانی که گفتید که، آری به خدا [خنده خانم مهری] چون فقط این تایم می‌توانم. شب‌ها را نمی‌توانم بیایم خدمتتان، تایم شب که هست سه‌شنبه و جمعه، آن را نمی‌توانم، ولی این تایم که چهارشنبه‌ها بعد از برنامه است، این را می‌توانم با شما تماس بگیرم. قربان شما بروم، مزاحمتان نشوم، خیلی خوشحال شدم، دستتان درد نکند از زحماتی که می‌کشید.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم مهری]



## ۵- خانم فریبا خادمی از تهران

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم فریبا]

**خانم فریبا:** عالی بود برنامه، عالی! خدمت همه عزیزانم عرض سلام و ادب دارم. به‌به! همه عزیزان گفتند دیگر، این تشکر از ساحت زندگی برای وجود نازنین جناب مولانا، برای کتاب مثنوی و دیوان غزلیاتشان، برای برنامه شما، خود نازنین شما.

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

**خانم فریبا:** بله، شکر واقعاً لازم است، واجب است هر لحظه که یادمان می‌افتد چه بودیم، این چارق آیار را جلوی چشممان نگه داریم، از جلوی چشممان دور نکنیم و دوباره نیفتیم. حالا افتادن که به نوعی سالک می‌افتد، اما این چستی و چالاکي برخاستن را باید یاد بگیریم ما.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم فریبا:** و این آتش زندگی که امروز فرمودید که این آتش را که درواقع میانش یا انتهایش آب است، آب زندگی، آب حیوان، که می‌گویند «آب حیوان در درون ظلمت است»، این ظلمت درواقع شیفت (shift) این من‌ذهنی، برگشتن این من‌ذهنی و گسترده شدنش، انبساط خاطر ما، انبساط درواقع وجود ما یک فشاری را دارد، آن فشار را باید تاب بیاوریم همه‌مان و به هم کمک کنیم، کنار هم باشیم، این آتش زندگی را معین بدانیم، دوست بدانیم.

**جمله عالم زین غلط کردند راه**

**کز عدم ترسند و آن آمد پناه**

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۸۲۲)

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم فریبا:** این ترس ما از عدم، از هیچ، از این‌که خداحافظی بکنیم از آن‌چه که از خودمان می‌پنداریم، از اطرافیان، نسبت‌ها، جهان، جهان پدیده‌ها، اشکال، حالا نام‌گذاری‌هایش را آدم می‌تواند برای خودش عوض بکند، ولی حتماً امروز قانونی را اشاره کردید که ما حوزه‌ای پُر از انرژی حیات را باید انتخاب بکنیم که از آن چشمه بخوریم تا به چشمه زندگی وصل بشویم، و آن حوزه حوزه بزرگان ما است که کم هم نیستند در، بله می‌فرماید که





## آبِ خُضْرٍ از جویِ نطقِ اولیا می‌خوریم ای تشنه‌ غافل، بیا (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۳۰۲)

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

**خانم فریبا:** این آبِ خُضْرٍ از جویِ نطقِ اولیا روان است، ما تا وقتی که به آن دسترسی پیدا نکنیم، خودمان مستقیم بتوانیم این فضاگشایی را داشته باشیم، به لحظه درواقع اتصالمان بیشتر بشود و مستقر بشویم، اول باید بدانیم کجا می‌رویم، باید بدانیم چکار می‌کنیم، روزانه برای خودمان، هی مکرر در مکرر یادآوری بکنیم این بیدارباش! را به این سُنقرِ هی درواقع بزَنیم، سُنقرِ خواب‌آلود است، هشیاری است که در ما به خواب رفته.

## کیست آن یوسف؟ دلِ حقِ جویِ تو چون اسیری بسته اندر کویِ تو (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۸)

بله این اولیا، این:

## چشمِ پُر نور که مستِ نظرِ جانان است ماه از او چشم گرفته‌ست و فلک لرزان است (مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۰۷)

تمام کائنات چشم بر انسانی که از خودش رسته، از این هشیاری اندک رسته به عقل کل و به عقل هستی متصل است، طعام از او می‌گیرند، قوت از او می‌گیرند.

## خاصه آن لحظه که از حضرت حق نور کشد سجده‌گاهِ ملک و قبله هر انسان است (مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۰۷)

ما عزیزی داریم به نام مولانا، عزیز بزرگواری که خودشان فرمودند «بعد ما این مثنوی شیخی کند» و مثنوی را داریم، این مثنوی آتش می‌نماید، برای این‌که من ذهنی ما را خُرد و خاک شیرش می‌کند. همین‌طور که می‌خواند آدم، در درون خودش این انقلاب را می‌بیند، جانش می‌لرزد، جانش شعف‌ناک می‌شود، عشق‌ناک می‌شود، جانش می‌ترسد و این را باید تاب بیاوریم، آسان نیست، باید بدانیم در پای برنامه شما نشستن آسان نیست. و این شما مرتب من ذهنی را مورد نشان قرار می‌دهید و آن را از کمین‌گاهش با ابزار خودش مورد شناسایی قرار می‌دهید برای ما، رو می‌کنید و خوشش نمی‌آید و این‌که ممکن است از پای برنامه ما را به هزار دلیل بردارد، از



پای مثنوی بردارد، اما جبران و جبران و این‌که من گوش خودم را بمالم و بنشانم و بیدار بکنم این سُنقر را، این کار ما است.

دیگر این انسان خودنگر و خودشکن است و این «مردانه بمیر» هم که امروز بود و شیرین بود واقعاً، باید این درواقع از این ساحت هم ما به ساحت رشد و تکامل هشیاری در ماده تن بدهیم، رضایت بدهیم که درواقع بخت ما است و شانس ما است برای درواقع این کمین، یعنی این کمین جهان برای صید حضور است و برای درواقع انتقال حضور از جهان معنا به این جهان، انسان کار سختی دارد و کار شیرینی و فقط هم از انسان برمی‌آید. سپاس‌گزاری می‌کنم بار دیگر از تمام زحمات شما در این سال‌ها.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.

**خانم فریبا:** که بنده شاگردی شما را کردم.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.

**خانم فریبا:** بسیار سودها، بسیار سودها بردم، بسیار سودها.

**آقای شهبازی:** لطف دارید، همین‌طور از شما ممنونم که چقدر زحمت کشیدید، چقدر شعر، شعرها را خوب گفتید، شعرهای خوب را خوب گفتید. **[خنده آقای شهبازی]**

**خانم فریبا:** **[خنده خانم فریبا]** عزیز هستید، بله.

**آقای شهبازی:** توضیح دادید، آشکار کردید.

**خانم فریبا:** آخر نسخه چهارم بله از این شعرها دارد درمی‌آید بیرون قربان، ابیات بسیار زیادی که اخیراً هست، شما هم خیلی‌هایش را دوست داشتید و دیگر ویراستاری‌اش و این‌ها تمام شده، به انتشارات سپرده شده.

**آقای شهبازی:** آفرین!

**خانم فریبا:** طی روزهای آینده بیرون می‌آید، مبارک همه باشد، اسمش هست: «وعدۀ ما چشمۀ آب حیات».

**آقای شهبازی:** به به به! چه جالب!

**خانم فریبا:** به به! به روی ماه شما. بله.

**آقای شهبازی:** چه با برنامه امروز می‌خواند.

**خانم فریبا:** اجازه بفرمایید، بله، بله.



آقای شهبازی: «چشمه آب حیات» [خنده آقای شهبازی] امروز چندتا چشمه آب حیات بود.

خانم فریبا: بله، بله، چشمه آب حیات بود، بله. اگر اجازه بفرمایید من ابیاتی را بیشتر آن البته از جناب مولانا است، یک چینی داشتم، یک ترکیبی اگر هست بخوانم.

آقای شهبازی: بله، بله.

خانم فریبا: خواهش می‌کنم. نام شعر هست: «آتش زندگی».

آتشِ عشق است کاندَرِ نی فتاد  
جوششِ عشق است کاندَرِ می فتاد  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۰)

آتش است این قوه و هستی ناب  
در میان بنشسته شاهی بی عتاب  
(فریبا خادمی)

هست آتش بهر سوز و بهر ساز  
بهر سوزِ قشر و سازِ آن به ناز  
(فریبا خادمی)

نارِ دوزخ جز که قشرافشار نیست  
نار را با هیچ مغزی کار نیست  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۹۲۸)

ور بود بر مغز، ناری شعله‌زن  
بهر پختن دان، نه بهر سوختن  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۹۲۹)

تا که باشد حق حکیم، این قاعده  
مستمر دان در گذشته و نامده  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۹۳۰)

غفلت و نسیان بدآموخته  
ز آتش تعظیم گردد سوخته  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۹۷)



بهر قشر و صورت و اشکال، نار  
آمد از آن خوش‌رفیق اندر دیار  
(فریبا خادمی)

قشر چه بود؟ گفته‌های رنگ‌رنگ  
چون زره بر آب، کش نبود درنگ  
(فریبا خادمی، اقتباس از مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۰۹۶)

قشر چه بود؟ با خبر از خیر و شر  
شاد با احسان و گریان از ضرر  
(فریبا خادمی، اقتباس از مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۸)

شکل هر چیزی بدان ماهیت است  
ماهیت از ذات در اهلیت است  
(فریبا خادمی)

هر تجلی ذره‌ای از ذات هوست  
نغز خالی و، به گردش مغز و پوست  
(فریبا خادمی)

عقل جزوی پوست، کل را مغز دان  
نغز بنشسته درون چون جان جان  
(فریبا خادمی)

آن نهان است و نهان است و نهان  
الآمان زین نعل وارونه جهان  
(فریبا خادمی)

آتشی را شکل آبی داده‌اند  
واندر آتش چشمه‌ای بگشاده‌اند  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۴۵)

قشرسوز آن فضل الله، عقل کل  
عاقبت آن سو بدان سوی سبیل  
(فریبا خادمی)



قشرسوزِ هرچه لَعَب و لُعبَت است  
لیک کارش حِلْم و نوبتِ نوبت است  
(فربیا خادمی)

کی بماند هوش در خواب ابد  
از نَبیِ خَوان لَمْ یَکُنْ کُفُؤاً أَحَد  
(فربیا خادمی)

آن سلیمانِ کِی هَلَدِ بَلقیسِ را؟  
عاقبتِ مَجنونِ کند هر قِیسِ را  
(فربیا خادمی)

قشرسوزِ هر سبب، هر بازی است  
قشرسوزِ بندها، آزادی است  
(فربیا خادمی)

در سببِ چون بی‌مرادت کرد رَب  
پس چرا بَدظنِ نگرَدی در سبب؟  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۶۸۷)

اختیاری هست در ظلم و ستم  
من از این شیطان و نفس، این خواستم  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۹۷۴)

هین بیا بلقیس، هستی یک اسیر  
هین بیا ای زن، تو مردانه بمیر  
(فربیا خادمی)

چون که جانِ جانِ هر چیزی وی است  
دشمنی با جانِ جان، آسان کی است؟  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۷۹۷)

سُنقرِ جانِ را هَلا بیدار کن  
جهد کن بلقیس در شب، کار کن  
(فربیا خادمی)



عقل ایمانی چو شِحنهٔ عادل است

پاسبان و حاکم شهرِ دل است

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۸۶)

پاسبان از که؟ از آن دزد لعین

می‌برد این قوت از نِعَمِ المَعین

(فربیا خادمی)

دزد عقل جزوی و این نفس ماست

دزد این رأی و همی این ترس ماست

(فربیا خادمی)

کار خود کن روزی حکمت بچَر

تا شود فربه دل با کر و فر

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۶۰۸)

خوردن تن، مانع این خوردن است

جان چو بازرگان و تن چون رهن است

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۶۰۹)

وحشت همچون موکل می‌گشد

که بجو ای ضال، منہاج رُشد

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۰۳۹)

هست منہاج و، نهان در مکمن است

یافتش رهن گزافه جستن است

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۰۴۰)

حرص، اندر کار دین و خیر جو

چون نماند حرص، باشد نغز رو

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۱۳۰)

حرص آتش بُد، شد آن نارت چون نور

دودِ غم گر رفت، ماند نورِ سور

(فربیا خادمی)



لب فروبند از طعام و از شراب  
سوی خوان آسمانی گن شتاب  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۷۳۰)

عجزها داریم از کمی قوت  
قوت جو، لیکن تو از قوت القلوب  
(فریبا خادمی)

هست این حلوا درون آتشی  
می‌نماید آتش و جمله خوشی  
(فریبا خادمی اقتباس از مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۲۱)

سر برآور همچو کوهی ای سندا  
تا نخستین نور خود بر تو زند  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۷۵۸)

که نی‌ام، کوهم ز حِلْم و صبر و داد  
کوه را کی دررُ باید تُندباد؟  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۹۴)

کوه می‌مانم که آید بانگ تو  
ای فدای آن ندا و آن بانگ تو  
(فریبا خادمی)

لیک برخوان از زبان فعل نیز  
که زبان قول سُست است، ای عزیز  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۴۴)

عشق جان طور آمد عاشقا!  
طور مست و خر موسی صاعقا  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۶)

آتش است این بانگ نای و نیست باد  
هرکه این آتش ندارد نیست باد  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹)



اندر آ در آتش هستی، مَمات!  
وَعْدَةُ مَا چِشْمَةُ آبِ حَيَاتِ  
(فربیا خادمی)

والسلام.

آقای شهبازی: به‌به! خیلی زیبا، خیلی زیبا.

خانم فربیا: عزیز هستید، خواهش می‌کنم، ارادتمندم، خیلی ببخشید طولانی بود، وقت شما را زیاد گرفتم.

آقای شهبازی: لطف فرمودید، خواهش می‌کنم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم فربیا]





## ۶- آقای حجت از فولادشهر

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و آقای حجت]

**آقای حجت:** الحمدلله، ممنون از شما، ممنون از برنامه، واقعاً خدا را شکر، الحمدلله. ان شاءالله یاد بگیریم واقعاً، استاد نازنین سپاسگزار باشیم.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.

**آقای حجت:** نمی‌دانیم، ما بلد نیستیم. خود جناب مولانا ان شاءالله این انعکاسِ سپاس‌گزاری را به مرکز ما بیاورند و ما واقعاً قدردان باشیم. هر بیت این برنامه یک موج رحمتی بود که همین‌جور به این جهان ریخته می‌شد. و جناب مولانا می‌گوید:

**حق، فشانَد آن نور را بر جان‌ها  
مُقبِلان برداشته دامان‌ها  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۷۶۰)**

مُقبِل: نیک‌بخت

**آقای شهبازی:** بله.

**آقای حجت:**

**چونکه حق رَشَّ عَلَیْهِمْ نُورَهُ  
مُفْتَرِقِ هرگز نگرَدَد نور او  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۸۹)**

«چونکه حق تعالی نور خویش را بر این جان‌ها افشانده، نور آن خدا هرگز پراکنده نمی‌گردد.»

و این ارتعاشِ رحمت الهی که از طریق این برنامه می‌آید ان شاءالله ما مُقبِل بشویم و فضا باز کنیم و دیگر به آن سروصداهای ذهنی‌مان نرویم. و ان شاءالله این انعکاس مرکز جناب مولانا روی محور ما، بالاخره ما هم موفق بشویم آن دریافت را از این فضای گشوده‌شده داشته باشیم. بتوانیم برویم توی آن فضای گشوده‌شده بایستیم و ان شاءالله این من‌ذهنی خشک بشود بالاخره ما نجات پیدا کنیم از درد و رنج.

**آقای شهبازی:** ان شاءالله.

**آقای حجت:** و این موضوع فقط خاکِ پایِ پاکان است. جناب مولانا فرمودند:



چشم پُر نور که مستِ نظر جانان است  
ماه از او چشم گرفته‌ست و فلک لرزان است

خاصه آن لحظه که از حضرت حق نور کشد  
سجده‌گاهِ ملک و قبله هر انسان است

هرکه او سر نهد بر کف پایش آن دم  
بهر ناموسِ منی، آن نفس او شیطان است  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۰۷)

واقعاً چه افتخاری است که ما این ابیات را بالاخره پیدا کردیم به مدد شما، همت شما، استاد نازنین.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

آقای حجت: و واقعاً عالی است، الحمدالله. جناب مولانا دارند:

بالای چرخ نیلی یابند جبرئیلی  
وز خاک پای پاکان یابند بی‌گزندی  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۴۸)

بی‌گزندی: آرامش، حس امنیت، وضعیتی که ضرر و زیان به انسان نرسد.

و آن حس امنیت، آن حس آرامش و آن وضعیتی که دیگر ما از ضرر و زیان من‌ذهنی در امان می‌مانیم و دیگر از دایره چرخش توی همانیدگی‌ها و ایجاد درد و رنج و مسئله نجات پیدا می‌کنیم، این همان پیغامی است که جناب مولانا می‌آورد و ما اگر مُقبِل باشیم فضا را باز کنیم و رای این همانیدگی‌ها می‌رویم و ان‌شاءالله از حیطة نفوذ همانیدگی‌ها خارج می‌شویم و فضای درونمان به وسیله پاکانی مثل جناب مولانا ان‌شاءالله باز می‌شود و ما هم آن عکسِ مرکز، انعکاس فضای گشوده‌شده درون جناب مولانا به مرکز ما هم وارد می‌شود.

عکس چندان باید از یاران خوش  
که شوی از بحر بی عکس، آب‌کش  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۶۶)

عکس کاوّل زد، تو آن تقلید دان  
چون پیایی شد، شود تحقیق آن  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۶۷)



## تا نشد تحقیق، از یاران مبر از صدف مگسل، نگشت آن قطره در

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۶۸)

همین الآن چاره ما این است که ان شاء الله ارتعاش محور جناب مولانا، ابیات آن، برنامه گنج حضور را بگیریم و بخوانیم تکرار کنیم تا این مرکز ما باز بشود. خیلی ممنونم استاد نازنین با اجازه‌تان خداحافظی می‌کنم.

آقای شهبازی: عالی، عالی! ممنونم.

[خداحافظی آقای شهبازی و آقای حجت]



## ۷- خانم بیننده از تبریز

[سلام و احوال‌پرسی آقای شهبازی و خانم بیننده]

**خانم بیننده:** دستتان درد نکند به‌خاطر برنامه امروز. برنامه امروز خیلی جالب، خیلی عالی بود. از تبریز مزاحمتان می‌شوم.

**آقای شهبازی:** از تبریز، خواهش می‌کنم. خیلی ممنون لطف دارید شما.

**خانم بیننده:** بله امروز این، به‌قول آن خانم امروز کلاً ما آن‌قدر شعر نوشتیم، آن‌قدر نوشتیم متن را که نصف دفتر کامل شد آقای شهبازی. دستتان درد نکند. [خنده آقای شهبازی]. شما آن شعرها را برای ما می‌آوردید، ما هیچ کدامان اصلاً نمی‌توانیم آن‌ها را پیدا کنیم دستتان درد نکند، خیلی لطف کردید آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.

**خانم بیننده:** خیلی برنامه‌هایتان عالی، زیبا و خیلی هم به ما انرژی می‌دهد.

**آقای شهبازی:** به‌به!

**خانم بیننده:** و من همیشه می‌گویم دولت عشق من آقای شهبازی است. آقای شهبازی دولت عشق من است. شما چون آقای شهبازی من الآن کتاب آقای زمانی را دارم، کتاب آقای زمانی را که می‌خوانم هیچ‌وقت توی کتاب آقای زمانی ننوشته که «سُنقر» منظورش کیست. مثلاً شما آن‌طور توضیح می‌دهید که امیر کیست، سُنقر کیست، این‌ها کلاً شما توضیح می‌دهید، شما برای ما کامل بازش می‌کنید و هیچ‌کس تا حالا این‌طوری برای ما آقای شهبازی مثنوی را توضیح نداده.

واقعاً من نمی‌خواهم از شما تعریف کنم آقای شهبازی، چون اصلاً شما نیازی به تعریف من ندارید، فقط می‌خواهم امید بدهم به شما که خیلی برنامه‌تان انسان‌ساز است، خیلی برنامه‌تان به ما کمک می‌کند، خیلی زندگی ما را عوض کرده توی رفتارمان.

**آقای شهبازی:** خیلی خب.

**خانم بیننده:** من خودم آقای شهبازی اهل تَسَنُّن بودم با یک آقای اهل تَشَّیع ازدواج کردم توی تبریز. بعد اول‌ها آن برنامه‌هایی را نگاه می‌کردم توی تلویزیون، تو این ماهواره، که کلاً در مورد مذهب و این‌ها حرف می‌زدند، اختلافات زیاد می‌انداختند، با وجود این‌که خودم اهل نماز و روزه بودم، ولی آقایان اصلاً اهل نماز و روزه نبود،



همیشه به من می‌گفت که نگاه نکن این برنامه‌ها را، این برنامه‌ها خیلی اختلاف می‌اندازد وسط ما. من خودم احساس می‌کردم که نه آن برنامه‌ها درست است من باید گوش کنم، تا با برنامه شما آشنا شدم. با برنامه شما که آشنا شدم آقای شهبازی فهمیدم که اصلاً نه مذهب، نه این اختلافات، این‌ها همه‌اش چیزهای اشتباهی است، من باید به وحدت برسم با همه مردم.

**آقای شهبازی:** بله، بله.

**خانم بیننده:** الان چه کرد، چه ترک، چه سنی، اصلاً چه غیر مذهب خودم، غیر دین خودم، فقط انسانیت مهم است. وقتی من انسان باشم آن موقع می‌توانم اثر بگذارم روی دنیا، اثر بگذارم روی اطرافیانم. آن هم همه‌اش از سایه سر شما است آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** خواهش می‌کنم.

**خانم بیننده:** من نمی‌دانم چطور از شما تشکر کنم. فقط می‌توانم بگویم که دولت عشق من شما هستید. من

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

واقعاً دولت عشق ما شما هستید. شمس ما شما هستید. آن که مولانا را بیدار کرد شمس بود، آن هم که ما را بیدار کرد شما بودید آقای شهبازی.

**آقای شهبازی:** شما لطف دارید.

**خانم بیننده:** دستتان درد نکند. خواستم تشکر کنم. اگر اجازه بدهید یک شعر هم برایتان بخوانم، چند بیتی.

**آقای شهبازی:** بله، بله. بفرمایید.

**خانم بیننده:** [با آواز می‌خوانند].

تو مرا جان و جهانی، چه کنم جان و جهان را؟  
تو مرا گنج روانی، چه کنم سود و زیان را؟  
نَفسی یارِ شرابم، نفسی یارِ کبابم  
چو در این دور خرابم، چه کنم دورِ زمان را؟



ز همه خلق رمیدم، ز همه بازرهیدم  
نه نهانم، نه پدیدم، چه کنم کون و مکان را؟

ز وصال تو خمارم، سر مخلوق ندارم  
چو تو را صید و شکارم، چه کنم تیر و کمان را؟

چو من اندر تک جویم، چه روم آب چه جویم؟  
چه توان گفت، چه گویم، صفت این جوی روان را؟

چو نهادم سر هستی، چه کشم بار کهی را؟  
چو مرا گرگ شبان شد، چه کشم ناز شبان را؟

چه خوشی عشق، چه مستی، چو قدح بر کف دستی  
خُنک آنجا که نشست، خُنک آن دیده جان را

ز تو هر ذره جهانی، ز تو هر قطره چو جانی  
چو ز تو یافت نشانی، چه کند نام و نشان را؟  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۶۲)

تو مرا جان و جهانی، چه کنم جان و جهان را؟  
تو مرا گنج روانی، چه کنم سود و زیان را؟  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۶۲)

دستتان درد نکند آقای شهبازی، این را تقدیم به شما می‌کنم.

آقای شهبازی: خیلی زیبا! عالی، عالی!

خانم بیننده: کلاً با این شعر من [صدا قطع شد] را می‌گذرانم. مرسی دستتان درد نکند. خسته نباشید.

آقای شهبازی: عالی، عالی! خواهش می‌کنم.

[خداحافظی آقای شهبازی و خانم بیننده]

◇ ◇ ◇ پایان بخش دوم ◇ ◇ ◇