



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. در عین حال مواظب هم هستیم چیزی را به کسی تحمیل نکنیم. مثل سفره سیزده بدر غذایمان را می‌گذاریم وسط، هرکسی هرچه دوست دارد برمی‌دارد. نه این‌که تحمیل می‌کنیم به کسی و یا می‌رویم به قضاوت که بلد نیستی.

(پرویز شهبازی، برنامه گنج حضور شماره ۹۰۷)

متن کامل پیام‌های بینندگان برنامه ویژه پیام‌های تلفنی ۱-۹۴۱

برنامه ۱-۹۴۱ گنج حضور

اجرا: پرویز شهبازی

تاریخ اجرا:

۲ دسامبر ۲۰۲۲ - ۱۱ آذر ۱۴۰۱

گنج حضور Podcast
Search:
Parviz Shahbazi
or
Ganje Hozour

برنامه ۱-۹۴۱
بخش اول
برنامه ویژه پیغامهای تلفنی

Studio : 001 747 8880726

Parviz Shahbazi

ردیف	پیام دهنده	صفحه
۱	خانم شهپر از تهران	۵
۲	سخنان آقای شهبازی	۶
۳	آقای علی از کرج	۸
۴	خانم بیننده از تهران	۱۱
۵	آقای یونس از ملک آباد اراک	۱۳
۶	سخنان آقای شهبازی	۱۴
۷	آقای اصغر از مشهد	۱۵
۸	سخنان آقای شهبازی	۱۷
۹	آقای بیننده و دخترشان سارا و امیرحسین پسرشان از کرج	۱۸
۱۰	سخنان آقای شهبازی	۲۱
۱۱	خانم بیننده از هشتگرد	۲۲
۱۲	سخنان آقای شهبازی	۲۴
۱۳	خانم بیننده از تبریز	۲۵
۱۴	خانم بیننده از هشتگرد با سخنان آقای شهبازی	۲۶
۱۵	خانم بیننده از گیلان	۲۷
۱۶	آقای دادیار از اصفهان	۳۰
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش اول ◇ ◇ ◇	۳۰
۱۷	آقای علی از اصفهان	۳۱
۱۸	سخنان آقای شهبازی	۳۳
۱۹	خانم زرین و خانم تیارا و خانم یکتا از زرین شهر اصفهان	۳۵
۲۰	سخنان آقای شهبازی	۳۸
۲۱	خانم مرجان از استرالیا	۳۹
۲۲	خانم سارا از آلمان	۴۱

ردیف	پیام دهنده	صفحه
۲۳	سخنان آقای شهبازی	۴۴
۲۴	خانم لیلا از ایران	۴۵
۲۵	خانم پروین از اصفهان	۴۹
۲۶	خانم فرخنده و خانم آیدا از جوزان نجف آباد با سخنان آقای	۵۱
۲۷	سخنان آقای شهبازی	۵۴
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش دوم ◇ ◇ ◇	۵۴
۲۸	خانم سعیده و آقای علی از ونکوور با سخنان آقای شهبازی	۵۵
۲۹	آقای نیما از کانادا	۶۱
۳۰	سخنان آقای شهبازی	۶۳
۳۱	خانم شهپر از اتریش با سخنان آقای شهبازی	۶۴
۳۲	خانم فرزانه	۶۹
۳۳	خانم اکرم از نجف آباد با سخنان آقای شهبازی	۷۱
۳۴	آقای حسین از قزوین	۷۴
۳۵	خانم امینه از مهاباد	۷۶
۳۶	خانم پریسا از کانادا با سخنان آقای شهبازی	۷۹
۳۷	خانم مهتاب از کوه‌دشت لرستان با سخنان آقای شهبازی	۸۳
۳۸	سخنان آقای شهبازی	۸۷
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش سوم ◇ ◇ ◇	۸۷



۱- خانم شهپر از تهران

سلام عرض می‌کنم، آقای شهبازی. باورم نمی‌شود! باورم نمی‌شود! بالاخره. ببخشید. من شهپر هستم از تهران.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. بله، یک نفس عمیق بکشید.

خانم شهپر: چه سعادت، خدای من! چه سعادت! من ده سال است که برنامه شما را با آن آشنایی دارم، ولی دو سال است که متعهدانه روی خودم کار می‌کنم و سعی کردم که، چون طلب را همیشه داشتم، از بچگی این طلب در من بود، جلوی آینه وامی‌ایستادم از خودم می‌پرسیدم من کییم؟ من این‌جا چکار می‌کنم؟ هزارتا راه رفته و نرفته را رفتم، انواع و اقسام کتاب‌های خودشناسی و عرفان‌های مختلف دنیا را مطالعه کردم تا گمشده خودم را در مولانا که همیشه به او عرق داشتم، ولی متأسفانه شناختی نداشتم به او و با وجود عزیزی مثل شما که، اوه خدای من! ما را آگاه کردید از این نادانی‌مان که ما چقدر نادان بودیم و چقدر فکر می‌کردیم داناییم و تازه می‌فهمم که هیچ‌چیز نمی‌دانستیم، آقای شهبازی؛ هیچ‌چیز نمی‌دانستیم!

آقای شهبازی: آفرین.

خانم شهپر: هیچ‌چیز نمی‌دانستم. و من خیلی ممنون هستم از شما، خیلی تشکر می‌کنم، خیلی سعادت‌مندم که توانستم با شما صحبت بکنم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم شهپر: و من نمی‌دانم، نمی‌دانم که چه باید بگویم.

آقای شهبازی: یک نفس عمیق بکشید. عجله نکنید.

خانم شهپر: فقط تشکر، فقط تشکر. و از خانم پریسا من خیلی ممنونم برای پیغام ۱۴۷ ایشان در رابطه با درد آگاهانه است، خیلی من را آگاه کردند. بعد از هدیه جان خیلی ممنونم، از بچه‌ها، از همه و همه که این قدر آگاهی دارند پخش می‌کنند و امیدوارم من هم روزی بتوانم در واقع مدد خداوند باشم و پیام‌های خوبی بتوانم بدهم. به‌رحال وقتتان را بیش از این نمی‌گیرم. فکر می‌کنم فرصتم هم تمام شده.

آقای شهبازی: ممنونم، خیلی زیبا، خیلی زیبا.

خانم شهپر: قربان شما. بازم ممنونم.



۲- سخنان آقای شهبازی

بله، اشاره کردند به بیانات خانم پریسا، هم از ایشان هم از تمام کسانی که در این برنامه کمک می‌کنند و خودشان را بیان می‌کنند تشکر می‌کنم.

توجه کنید شما بنده را می‌بینید، ولی فقط من نیستم. واقعاً شاید بگویم صد نفر فعالانه شب و روز کار می‌کنند تا این برنامه به این صورت به شما ارائه می‌شود. امیدوارم شما قدرش را بدانید.

اگر قدرش را بدانید، به برنامه گوش می‌کنید، این ابیات مولانا را تکرار می‌کنید، تکرار می‌کنید، تا معنا در درون شما برای شما باز بشود و شما خودتان را ببینید که در چه وضعی هستید، چه اشکالاتی دارید، چقدر درد دارید، آیا واقعاً آن‌طور که مولانا می‌گوید هستید؟ یا یک پندار کمال دارید؟

یک روزی، یک روزی که یعنی بیست و دو سال پیش که من این برنامه را شروع کردم واقعاً آرزویم بود که این ابیات پخش بشود و دهان مردم بیفتد، یک عده‌ای حداقل این‌ها را بدانند که وجود دارند. امروز دیگر خدا را شکر، واقعاً به مدد خداوند است که از آن حد خیلی خیلی بالاتر رفتیم.

امروز بچه‌های سه‌ساله، چهارساله این ابیات را تکرار می‌کنند، یعنی من آن چیزی که می‌خواستم رسیدم و از آن خیلی خیلی گذشتم، به‌شخصه. این هدف من همین بود.

و ۹۴۱ تا برنامه اجرا شده، شکر دارد. واقعاً من نمی‌دانم می‌گویم «شکر دارد» اصلاً این معنی دارد برای شما یا نه؟ یک همچو موهبتی که دانش یک بزرگی مثل مولانا که در عالم تک است پخش شد در این برنامه، حالا نمی‌دانم شانس بود، لطف خدا بود یا هرچه بود شما این را دست‌کم نگیرید.

یک عده‌ای با حالت شکم‌سیری به این برنامه و مولانا نگاه می‌کنند. همچو چیزی تا حالا نبوده که یک بزرگی به این وسعت در سطح جامعه و برای آدم‌های عادی پخش بشود، که همه بشنوند. نبوده تا حالا، اولین بار این سعادت نصیب ما شد، یعنی من و همکارانم و شما بینندگان.

و دیگر شما خودتان می‌دانید این، حالا قبل از می‌گویند اختراع صابون آدم با دست کثیف غذا می‌خورد اشکالی نداشت، صابون نبود، بعد از آن دیگر ما باید دستمان را بشوییم قبل از غذا و با دست آلوده غذا نخوریم. الآن هم شما می‌دانید که این هشیاری‌تان آلوده به چرک شده، آلوده به کثیفی دردهای من‌ذهنی، مثل رنجش، مثل کینه.

بله، در برنامه ۹۴۱ «کینه» را مولانا واقعاً من هم مثال زدم مثل «سیانور» است، او نگفت سیانور من گفتم. انسان کینه را بی‌دلیل حمل می‌کند، بی‌دلیل می‌رنجد و با خودش حمل می‌کند.

منظور از این صحبت، اولاً تشکر می‌کنم اسم نمی‌برم از تمام کسانی که به‌صورت بیان خودشان یا فعالانه در به‌اصطلاح تهیه برنامه‌ها کمک می‌کنند. برنامه‌ها را به صورتی در می‌آورند که برای شما قابل فهم است.

مثلاً خلاصه‌سازی می‌کنند، روی کاغذ این حرف‌ها را، شعرهای مولانا را می‌نویسند شما به‌صورت پی‌دی‌اف (PDF) می‌توانید به‌راحتی از وب‌سایت پرینت (print) کنید.



هرکدام از این‌ها یک کتاب است. و شما باید قدرش را بدانید، هم قانون معنوی را هم روی خودتان کار کنید هم از نظر مادی جبران کنید که این برنامه از بین نرود. و این «قانون جبران» به اندازه کافی به وسیله شما اجرا نمی‌شود و این خیلی ضرر دارد. این معنی‌اش این است که شما قدر این برنامه را نمی‌دانید، ناشکر هستید و اگر ناشکری بکنید از دستتان خواهد رفت.

پیام‌های
تلفنی



خدا را شاکرم استاد، از شما تشکر می‌کنم. گرچه تشکر زبانی برای رسم ادب است، تشکر اصلی ما فقط این می‌تواند باشد که با تعهد و پشتکار کار کنیم. در راه تبدیل، این می‌تواند تشکر ما از شما باشد.

خدا را شاکرم استاد، خدا شاید این طلب را در ما دیده که این مائده گنج حضور را، این سفره را، شاید می‌گویم خدا این طلب را در ما دیده، این سفره را از آسمان، سفره گنج حضور را، برای ما فرستاده که ما را از این چاه ذهن نجات بدهد. خدا را شکر، خدا را شکر. این یک ریسمانی است که ما بتوانیم نجات پیدا کنیم.

استاد واقعاً من خودم معجزات فراوانی از این برنامه دیدم در عرض این سال‌ها، که بی‌شمار است، شما ما را با «من حقیقی‌مان» آشنا کردید، با اصل همه‌چیز آشنا کردید، این تله‌های ذهن را به ما نشان دادید و فن مقابله با آن هم به ما ارائه دادید.

یکی از این‌ها که جبر ذهنی است، یکی از جبرهایی که از گذشتگان به ما ارث رسیده بوده، همین پیمان الست است که در ذهن ما این‌جوری فکر می‌کردیم. گفتیم زمانی که خدا انسان را آفریده، از خاک درست کرده، آفریده، از روح خودش در ایشان دمیده و گفته از جنس من هستی. بعد انسان رفته از آن میوه و از آن گندم استفاده کرده و خدا او را از بهشت بیرون انداخته و ما چون از نسل خدا هستیم، آمدیم مجبوریم، مجبوریم حالا از بهشت خارج باشیم.

ولی شما با این درس‌ها، پیمان الست را به ما نشان دادید که این، در قدم اول، اتفاق همین لحظه، امتداد همان پیمان الست است که آیا ما می‌توانیم به آن، آیا ما «بله» بگوییم یا «خیر» بگوییم، نه بگوییم. ذهن بیش‌تر نشان می‌دهد که ما «نه» بگوییم، چون همانندگی‌ها را می‌بیند و دنبال کام گرفتن از آن‌ها است. همین مسیر را انتخاب می‌کند و خود را من می‌گویم، همین را انتخاب می‌کند و دنبال کام گرفتن از این‌ها می‌رود جلوتر و هرچقدر هم کام می‌گیرد، بیش‌تر تشنه‌تر می‌شود و هیچ اصلاً سودی هم نمی‌برد.

و زندگی هم شروع می‌کند از بی‌مرادی‌های کوچک و انسان جلوتر می‌رود، کام گرفتن‌ها بیش‌تر می‌شود، تشنه‌تر می‌شود و بی‌مرادی‌ها بزرگ‌تر می‌شود، جایی می‌رسد که بی‌مرادی‌ها سنگین‌تر می‌شوند و بزرگ‌تر می‌شود و انسان با سبب‌سازی‌ها ذهن، برای آن جواب پیدا می‌کند و می‌گوید من هر روز بد می‌آورم و به نتیجه‌ای نمی‌رسد.

واقعاً استاد یک جاهایی می‌شود که دیگر این عقل و قدرت و هدایت من ذهنی جوابگو نیست و عضلاتش واقعاً ناتوان می‌شود، زیر بار این فشار همانندگی‌ها و پندار کمالش هم دیگر جواب نمی‌دهد. و گاهی من دیده‌ام که حالا با این برنامه من متوجه شدم که خیلی‌ها جانشان را از دست داده‌اند و بی‌نتیجه بوده.

ولی چنان‌چه در قدم اول اگر ما «بله» را گفته بودیم و عنان زندگی را به خدا واگذار کرده بودیم و زیر «کُنْ فَکَانَ» رفته بودیم و خدا زندگی ما را، اختیارش را در دست می‌گرفت و از عقل و هدایت و حس امنیت خدا استفاده می‌کردیم، این نه بی‌مرادی، چون مرادی از جهان نمی‌خواستیم و بی‌مرادی هم برای ما بی‌نتیجه بود، بی‌مرادی هم برای ما بی‌معنی بود، چون



مرادی از جهان نمی‌خواستیم، فقط نوبه‌نو زندگی از خدا می‌گرفتیم و زندگی خودمان را ادامه می‌دادیم و هر روز شادتر و زنده به حضورتر می‌شدیم و به زندگی جاودانه دست پیدا می‌کردیم.

این‌ها را از برنامه گنج حضور، یکی از این جبرهای بنده این بوده که بنده را از این نجات داده، یکی مسئله فضاگشایی با ذهن خودم، همیشه با خودم می‌گفتم استاد که این قدر می‌گویند «فضاگشایی»، این خودبه‌خود با تعهدی که به لطف راهنمایی یکی از دوستان گنج حضوری داشتیم که گفتند تعهد داشته باش، برای خودت وقت بگذار، کار کن، که این فضاگشایی برای من و درک کردم تمام اشعار مولانا هرکدام یک فضاگشایی هستند. برای من یک سری از اشعار، یک سری از ابیات، واقعاً واقعاً شاه بیت فضاگشایی هستند مثل مثلاً بیت:

هرچه اندیشی، پذیرای فناست آنکه در اندیشه ناید، آن خداست

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۰۷)

یعنی هرچیزی را که من در قبال، برای اتفاقی که برایش می‌افتاد و به آن چسبیده بودم، هرچه ذهن نشان می‌داد، این واقعاً پذیرای فنا است، اصلاً به سمت استقبال فنا می‌رود هرچیزی، یعنی از بین رفتنی خودش به استقبال آن می‌رود، چرا من به‌خاطر آن منقبض بشوم و فضا را برای خودم ببندم؟

«آنکه در اندیشه ناید، آن خداست»، آنکه در اندیشه من نمی‌آید، فضاگشایی است. فضاگشایی در قبال اتفاقی که می‌افتاد، با این ابیات برای ما داخل فضای گشوده‌شده من قرار می‌گرفتم.

بعد در مورد قدم اول استاد که شما خیلی یعنی، دوستان می‌گویند «نقشه گنج» و من می‌گویم نقشگاه پیمان است. تعریف خودم را دارم می‌گویم. در همان مورد یک چند بیت از مولانا را برایتان می‌خوانم و خداحافظی می‌کنم از خدمتتان.

آقای شهنازی: بفرمایید، خواهش می‌کنم.

آقای علی: مولانا در ابیات ۴۲۶، ۴۲۷ و ۴۳۰، ۴۳۱ دفتر پنجم این‌جوری می‌گویند:

هر که در آتش همی رفت و شرر از میان آب برمی‌کرد سر

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۲۶)

هر که سوی آب می رفت از میان او در آتش یافت می‌شد در زمان

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۲۷)

کم کسی بر سر این مضمَر زدی لاجرم کم کس در آن آتش شدی

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۳۰)

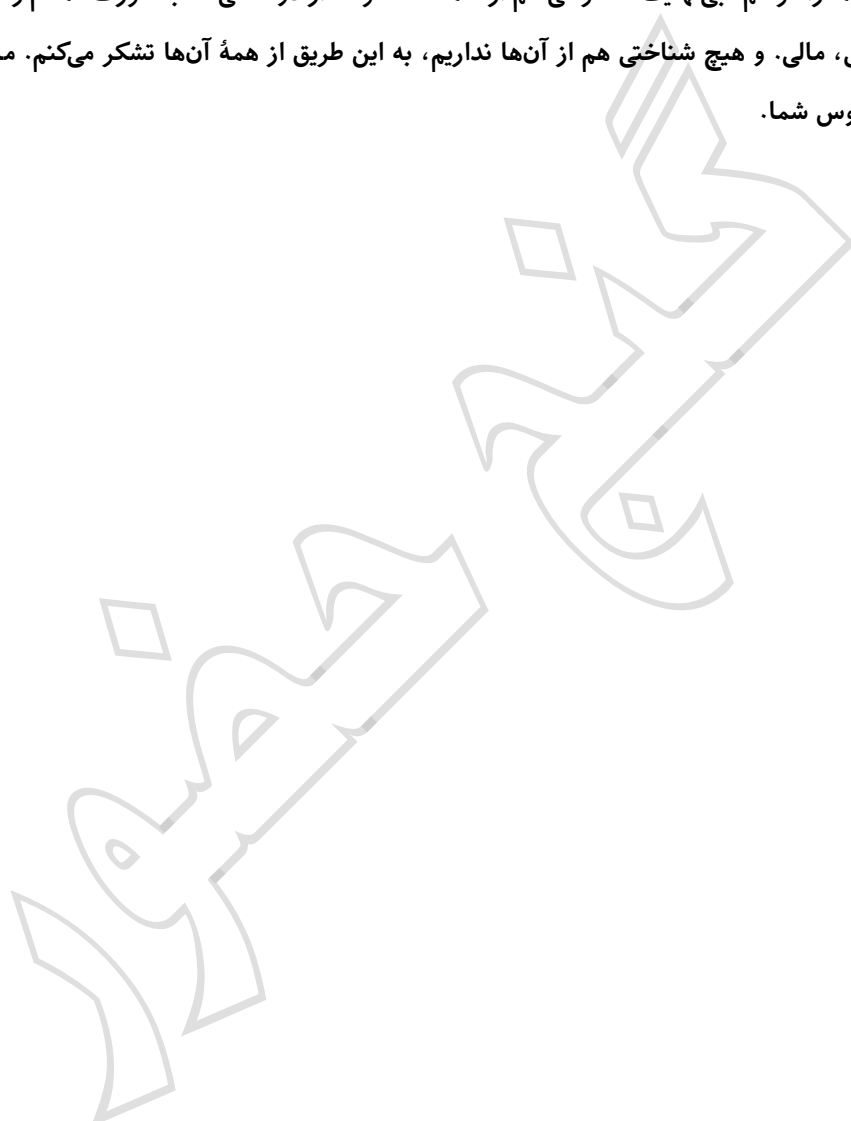


جز کسی که بر سرش اقبال ریخت کو رها کرد آب و در آتش گریخت

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۳۱)

مُضَمَّر: پوشیده شده، مستور

استاد ممنون، وقت شما را گرفتم. بی‌نهایت تشکر می‌کنم از شما. مخصوصاً از دوستانی که به صورت گمنام زحمات فراوانی می‌کشند از لحاظ جانی، مالی. و هیچ شناختی هم از آن‌ها نداریم، به این طریق از همه آن‌ها تشکر می‌کنم. ما مدیون همه آن‌ها هستیم و دست‌بوس شما.



من بیشتر از ده سال است که به برنامه شما گوش می‌کنم و می‌بینم، منتها خیلی آدم مصممی نبودم. ولی خب هیچ وقت هم قطعش نکردم، حتی اگر من را منع می‌کردند، این اتفاق نمی‌افتاد. و خیلی خوشحالم که تونستم الآن بگیرم. من یک سری شعرها را، یعنی ... هر وقتی مشکلی برای من پیش میاد، من یک سری شعرها را دارم برا همیشه می‌خوانم، مشکلی که پیش میاد واقعاً یک وقت‌هایی که بادم میاد خیلی خوشحال می‌شوم که می‌تونم درواقع اون مسئله را با آن شعر حل تطبیق بدهم. ولی آن اوایل که برنامه شما را می‌دیدم، فکر می‌کردم تنها چیز این است که من همه را ببخشم و خوب پس دیگر تمام است. یعنی وقتی من همه را بخشیدم نسبت به خودم و این‌ها، همه آن اتفاق لازم افتاده. و بعد مسائلی که برایم پیش آمد، فهمیدم که غیر از این، من حتی خودم را هم نبخشیده بودم و خیلی مسائل دیگر هست، خیلی مسائل دیگر هست و فقط بخشش آدم‌ها نیست، و بعد تازه به این نتیجه رسیدم من اصلاً چرا می‌بخشم، شاید اصلاً، شاید نه، اصلاً آن‌ها کار بدی نکرده بودند. با برنامه شما و اشعار مولانا فهمیدم من بودم که آن اتفاق‌ها را مسبب شدم، یعنی من حرکتی کردم. و الآن اگر اجازه بدهید چند تا از آن شعرها را می‌خواستم بخوانم.

اگر تو عاشقی غم را رها کن عروسی بین و ماتم را رها کن

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۹۰۵)

این یعنی وقتی یک مشکلی پیش میاد، مثلاً یکی، دوتا غم‌های بزرگی هم که برایم پیش آمد، از دست دادن برادرم و چیزهای دیگر، این را می‌خواندم.

و زمانی که در ذهن می‌رفتم و مدام به مسائلی فکر می‌کردم که فقط همان‌جور که شما می‌گویید هپروت بود می‌گویم،

گفتی که خموش کنم نکردی

می‌خندد عشق بر ثبات

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۶۸)

ای خدا سنگین دل ما موم کن

ناله ما را خوش و مرحوم کن

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۹۲)

گفتم: آخر خویش را من یافتم
در دو چشمش، راه روشن یافتم

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۱)



نفست اژدرهاست، او کی مُرده است؟

از غم و بی‌آلتی افسرده است

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۰۵۳)

من بندهٔ تو بندهٔ تو بندهٔ تو

من بندهٔ آن رحمت خندیدهٔ تو

(مولوی، دیوان شمس، رباعیات، رباعی ۱۵۸۷)

گر اژدهاست بر ره، عشقی است چون زمرد

از برق این زمرد هین دفع اژدها کن

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰۳۹)

استاد خیلی خیلی خوشحالم، فکر نمی‌کردم بتونم با شما صحبت کنم. گفتم شاید ده‌ساله که برنامه را می‌بینم ولی همین چیزهایی که شما و دیگران می‌گفتید، فکر می‌کردم من پیشرفتی نکردم، من حرفی برای گفتن ندارم، من چه می‌خواهم بگویم؟ و از آنجایی که مربی... کودک هستم، یک بار هم در واتس‌آپ تهران گفتم که بچه‌ها یک سری شعرها را بخوانند بفرستم و بعد از آن دچار یک بیماری شدم، یک آپاندیس عمل کردم، ولی خب مسائلی بعدی پیش آمد که نتونستم این کار را انجام بدهم و یک درواقع امتحاناتی را زندگی از من به‌عمل آورد. خیلی خوشحالم استاد، و بیش‌تر از این وقتتان را نمی‌گیرم.



۵- آقای یونس از ملک آباد اراک

یکی، دو سال بود که هی تماس می‌گرفتم نمی‌شد، حالا هر برنامه هم سعی نمی‌کردیم ولی خب دیگر، گفتیم امشب تماس بگیرم.

یک تجربه، بیشتر مزاحم وقتتان نمی‌شوم. یک تجربه دارم. اوایل که با برنامه، الآن نزدیک شش سال است که برنامه را گوش می‌کنم، شش هفت سال است؛ بعد تجربه را گفتم در اختیار دوستان قرار بدهم، حالا دچار مشکل من نشوند. واقعیت این‌که من اوایلی که با برنامه آشنا شدم خیلی چیزها را فهمیدم و به‌قول خودمان یاد گرفتم، ولی خیلی شاید صددرصد داستان را متوجه شدم، ولی نتوانستم خیلی چیزهایش را در برنامه زندگی اجرا کنم، عمل کنم. اگر بخواهم در یک جمله بگویم حرفم را، این‌که آقا، بین دانستن و عمل کردن خیلی فاصله است.

آقای شهمازی: آفرین.

آقای یونس: بعد همه آدم‌های دنیا می‌دانند ورزش خوب است، ولی عمل نمی‌کنند. بعد ما هم که می‌آییم می‌نشینیم مثلاً یا سیگار بد است، ولی همه دارند می‌کشند. یا دعوا بد است، همه دارند دعوا می‌کنند مخصوصاً زن‌ها. ولی ما هم که می‌آییم با این برنامه آشنا شویم، چیزهای خیلی قشنگی یاد می‌گیریم: من ذهنی، مشاخره افکار، در لحظه زندگی کردن، ولی وقتی می‌خواهیم به آن عمل کنیم، می‌بینی که واقعاً یک دنیا فاصله است بین این‌ها. من خودم خیلی جو زده شده بودم، آن اوایل این‌ها را یاد گرفته بودم با همه درمیان می‌گذاشتم، ولی واقعیت در عمل کردن خیلی باید بیشتر روی خود آدم کار کند. من با مرگ پدرم شاید چند ماه حالم بد بود. الآن یک ماه دیگر تقریباً سالگردش است.

ولی همیشه شما می‌گفتید با مرگ باید این‌طوری کنار بیایید، خیلی راحت با صحبت‌های شما کیف هم می‌کردم، می‌گفتم آره، مثلاً من‌های ذهنی این‌جوری هستند، می‌زنند بر سر خودشان، ولی خودم از همه بدتر بودم و یک‌جورایی، یعنی نمی‌خواهم بگویم عملکرد نداشتم، ولی می‌خواهم بگویم که این دانستن و عمل کردن یک دنیا فاصله است بینش.

آقای شهمازی: آفرین.

آقای یونس: دیگر بیشتر از این هم نمی‌خواهم وقتتان را بگیرم. واقعاً من تا آخر عمر مدیون شما هستم. شما را خیلی دوست دارم. شاید، فقط می‌خواستم زنگ بزنم فقط این را بگویم، ولی گفتم این تجربه را هم بگویم شاید به‌درد بعضی‌ها بخورد.

آقای شهمازی: خیلی زیبا، آفرین. خیلی خیلی مطلب مهمی است. بله، آفرین. اگر دیگر فرمایشی ندارید با شما خداحافظی کنم.

آقای یونس: خیلی خوشحال شدم با شما صحبت کردم.

آقای شهمازی: خواهش می‌کنم.

آقای یونس: خیلی خوشحال شدم با شما صحبت کردم، خیلی خوشحال شدم.



۶- سخنان آقای شهبازی

خُب، خیلی مطلب مهمی است. اتفاقاً بعضی‌ها در حد فهمیدن خیلی خوب می‌فهمند، و در همان‌جا فکر می‌کنند می‌دانند دیگر. ولی وقتی موضوع را فهمیدید تازه پله اول است، نگذارید کنار بگویید من همه را می‌دانم؛ «که عشق آسان نمود اول ولی افتاد مشکل‌ها».

و اول آدم می‌فهمد بله، حتی به دیگران هم می‌تواند کلاس بگذارد یاد بدهد ولی حتی «عمل کردن» تا «بودن». ولی عمل که می‌کنید جلو می‌روید، یک جایی به «بودن» می‌رسید، باید «صبر» داشته باشید عجله نکنید.

این‌ها را مرتب در برنامه‌ها خدمت شما عرض می‌کنم، خوب است که بینندگان ما هم یادآوری می‌کنند، که جایی که فهمیدید و ذهن می‌گوید می‌دانم، جزو خودم کردم، آن‌جا متوقف نشوید، نروید بیرون. من ذهنی با پندار کمالش این بلا را سر آدم می‌آورد، بعد از سال‌ها متوجه می‌شود که اشتباه کرده.



عرض به خدمتتان که برنامه گنج حضور نسخه‌ای است که واقعاً خیلی از عرفا می‌پیچند منتها با شنیدن آن ممکن است عمل شود یا عمل نشود یا..... بشود یا نشود.

اما برنامه گنج حضور اصلاً یک معجزه‌ای است وقتی که انسان پیگیر هست و با تعهد دنبال می‌کند همه کارهای دیگر را انجام می‌دهد، یعنی هم نسخه می‌پیچد هم دارو می‌دهد، هم عرض به خدمت شما شفا در آن هست الحمدلله.

و چند نکته‌ای که راجع به که احساس می‌کنم خدمتتان عرض می‌کنم اگر اجازه بدهید به طور خلاصه خدمتتان عرض کنم. در فرصت بعد ان شاء الله بیشتر خدمتتان صحبت می‌کنم و توضیح می‌دهم ان شاء الله.

یکی از مهم‌ترین چیزهایی که من یک فرد مذهبی هستم همیشه سعی می‌کردم در هر جا که هستم دیگران را نصیحت کنم و راه راست را به آن‌ها نشان بدهم و خودم را متعهد می‌دانستم که دیگران را راهنمایی بکنم.

نکته بعد این که اطرافیان را خیلی عرض به خدمت شما که توقع داشتم که همیشه به حرف من گوش بدهند، یعنی اگر کسی مخالف حرف من حرف می‌زد خیلی برآشفته می‌شدم و خیلی توقع زیادی داشتم و اما الان اگر مخالف حرف من حرف بزنند هیچ عکس‌العملی نشان نمی‌دهم و خب می‌گویم حق با آن‌هاست.

و در جمع که حاضر می‌شدم سعی می‌کردم که حرف من مؤثر بشود و همه مجاب بشوند با حرف من اما الان دیگر این جوری نیستیم و سکوت بیشتر پیش می‌گیرم.

قبلاً من اطرافیان را، خانواده را و فرزندان را حتی از جنس زندگی نمی‌دیدم و می‌گفتم که این‌ها چرا مثل من نیستند؟ چرا به حرف من گوش نمی‌دهند؟ چرا برنامه‌ریزی نمی‌کنند؟

ولی الان نه تنها اطرافیان را بلکه همه افراد جامعه را از جنس زندگی می‌بینم. حتی در موجودات، در حیوانات، در گیاهان، در درختان، خب این‌ها همه یک آفریننده‌ای، یک خالقی دارند که اتصال با خالق دارند.

و عرض به خدمتتان که اشعار را که غزل‌های زیادی را از حفظ هستم و تکرار می‌کنم می‌بینم که باز می‌شود برای من و این مطلب.... و این خیلی برای من مؤثر است. به ورزش زیاد اهمیت می‌دهم و عرض به خدمتتان که هیچ از برنامه گنج حضور خسته نمی‌شوم.

اولین بار که آشنا شدم با برنامه، ۴۲۲ بود، و یعنی سی‌دی که به دست ما رسید اولین باری که روشن کردم یک دقیقه تلویزیون را خاموش کردم که گفتم چرا این؟ ولی بلافاصله برای من روشن شد که این چقدر کننده است. ۴۲۲ که

برنامه داشت اجرا می‌کرد تلویزیون ما قطع و وصل می‌شد و تماس گرفتم با دفتر تهران و گفتم آقا چرا این قطع شد؟ گفتند چطور امکان دارد که برنامه به این عظمت با این اهمیت که واقعاً با جان آدم عجین می‌شود و این چطور این آقا

از جان خودش نمی‌ترسد که این جوری

یک ساعت با دفتر تهران صحبت کردم که چرا برنامه پارازیت دارد؟ چرا هی قطع می‌شود؟ آن‌ها هم تأیید کردند و گفتند آره.....



می‌خواهم عرض بکنم که اول خیلی با برنامه هم‌هویت شده بودم. اشعار را که حفظ می‌کردم فقط برای حفظ بود ولی بعد متوجه شدم که این‌ها برای عمل است و الآن دیگر اشعار را با حال خودم با رفتار خودم تطبیق می‌دهم و سعی می‌کنم که با حضور ناظر می‌گویم که در برنامه حضور داشته باشم. مخصوصاً در جمع افراد که زیاد هستند قرار می‌گیرم، این‌جا بیش‌تر متوجه خودم می‌شوم و بیش‌تر می‌بینم که واقعاً چه رفتاری هست و چه واکنشی دیگران دارند؟

از دیگران توقع ندارم، هیچ‌چیزی نمی‌خواهم درواقع. به هیچ عنوان کسی را به واکنش وادار نمی‌کنم. حتی اگر تشخیص بدهم که حالا ممکن است مثلاً حق با من باشد. اگر الآن بخواهم عرض بکنم البته گاهی اوقات فراموش می‌کنم که عکس‌العمل‌هایی نشان می‌دهم ولی بلافاصله به خودم می‌آیم و خب عذرخواهی می‌کنم. عذرخواهی یکی از شیوه‌هایی است که بسیار برای من راحت است که بخواهم از دیگران عذرخواهی بکنم.

و به خوراک سالم هم اهمیت می‌دهم. و یک اتفاقی هم که افتاد به شما عرض کنم که پشت چراغ قرمز بودم در ماشین منتظر بودم که چراغ سبز بشود و من حرکت بکنم. به‌خاطر این‌که از فرصت استفاده بشود تصمیم گرفتم که خیلی سریع حرکت بکنم به‌محض این‌که چراغ سبز شد حرکت کردم و بعد یک نفر با یک موتور خلاف آمد من با سرعت به ایشان زدم. همه دیدند که مقصر ایشان بود و بعد که پرت شدند سه، چهار متر آن طرف‌تر، من نشسته بودم در ماشین بدون عکس‌العملی. بعد گفتند آقا چرا ایستادی بیا کمک کن گفتم خب این حالت تسلیم بود که این اتفاق افتاده، بعد گفتند چرا این قدر سریع می‌رفتی؟ گفتم خب نوبت من بود شما خلاف آمدید، دیگر الحمدالله به خیر گذشت و موتورشان را روشن کردند و رفتند. آن‌جا من گفتم که خب این احتمال دارد که مثلاً تسلیم این اتفاق با خودم تعیین کردم.

در هر صورت خیلی خیلی برنامه انسان‌سازیست به‌هرحال خانواده به عناوین مختلف به برنامه میلی ندارند و کانال تلویزیون را عوض می‌کردند، خاموش می‌کردند. خلاصه پای تلویزیون نشستیم خیلی جابه‌جا می‌کردند من می‌دیدم هرچه برنامه را جلو تلویزیون برنامه را عوض می‌کنند..... خدا را شکر بازنشسته هستم و فرصت بیش‌تری دارم برای استفاده و در خیابان که می‌روم، ورزش که می‌روم، همه‌جا این اشعار را با خودم دارم تکرار می‌کنم. به شوخی به بچه‌هایم می‌گویم اگر از الآن در کنکور ثبت نام کنم شاید در دانشگاه قبول بشوم. تماس گرفتم و قانون جبران را تا حد توان اجرا می‌کنم. من همیشه اشعار را می‌خوانم و در یک فرصت بعد شاید مطالب بیش‌تری را عرض کنم. خوش حال شدم خدمت دوستانم هم سلام عرض می‌کنم.



۸- سخنان آقای شهبازی

خُب شما می‌توانید با تلفنتان از این ابیاتی که روی صفحه نشان می‌دهم عکس بگیرید با خودتان داشته باشید، مثل همین بیننده راه می‌روید یا رانندگی می‌کنید به این‌ها نگاه کنید و بخوانید.

خواهید دید که بعد از ده، دوازده بار خواندن حفظ می‌شوید. و وقتی حفظ شدید خواهید دید که خوشتان می‌آید بخوانید. و به‌موقع خواهید دید که این ابیات یادتان می‌آید و جایی که می‌خواهید اشتباهی عمل کنید یا بی‌جهت حرف بزنید و من‌ذهنی می‌خواهد دخالت کند و اوضاع را بهم بریزد، این ابیات یادتان می‌آفتد و به شما کمک می‌کند. عکس بگیرید تلفنتان باشد.



۹- آقای بیننده و دخترشان سارا و امیرحسین پسرشان از کرج

آقای بیننده: عارضم خدمتتان که برنامه‌ها را پیگیر هستیم، خواستم تشکر کنم از حضرت عالی و تمام دوستان عزیزی که هستند، خانواده بزرگ گنج حضور و به‌خصوص برایتان دعا می‌کنم با توجه به این‌که شنیده بودم که سرما خوردید ان‌شاءالله هرچه زودتر بهبودی کامل پیدا کنید.

من حقیقتاً شعری یا موضوعی آماده نکردم برایتان بخوانم، فقط تماس گرفتم رعایت قانون جبران داشته باشم.

آقای شهبازی: ممنونم، ممنونم. از کجا زنگ می‌زنید؟

آقای بیننده: از کرج زنگ می‌زنم. حالا دخترم هم می‌خواهد با شما صحبت کند در صورت امکان.

آقای شهبازی: بله، خواهش می‌کنم.

خانم سارا: سلام آقای شهبازی

آقای شهبازی: بله، سلام بفرمایید.

خانم سارا: سارا هستم، چهارده ساله از کرج.

آقای شهبازی: بله سارا خانم خوبید؟ بفرمایید.

خانم سارا: مرسی، ممنون، سلامت باشید. یک غزلی از مولانا هست که می‌خواهم برایتان بخوانم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین، بفرمایید.

خانم سارا:

نام آن کس بر که مُرده از جمالش زنده شد
گریه‌های جمله عالم در وصالش خنده شد

یاد آن کس کن که چون خوبی او روی نمود
حُسن‌های جمله عالم حُسن او را بنده شد

جمله آب زندگانی زیر تختش می‌رود
هر که خورد از آب جویش تا ابد پاینده شد

یک شبی خورشید پایه تخت او را بوسه داد
لاجرم بر چرخ گردون تا ابد تابنده شد



زندگیِ عاشقانش جمله در افکندگیست
خاکِ طامعِ بهر این در زیر پا افکنده شد

آهوان را بوی مشک از طره‌اش بر ناف زد
تا مشام شیرِ صیدِ مرجها غرنده شد

بال و پرّ و هم عاشق ز آتش دل چون بسوخت
همچو خورشید و قمر بی‌بال و پر پرنده شد

ای خنک جانی که لطف شمس تبریزی بیافت
برگذشت از نه فلک بر لامکان باشنده شد

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۳۷)

آقای شهبازی خیلی ممنون از برنامه خوبتان. ما همیشه برنامه‌تان را دنبال می‌کنیم. پیشرفت‌های خیلی زیادی کردیم. من گوشی را می‌دهم به پدرم.

آقای شهبازی: بله خواهش می‌کنم. خیلی زیبا خواندید، آفرین.

آقای بیننده: با اجازه‌تان جناب شهبازی، بنده هم اگر صلاح می‌دانید یک غزلی بخوانم از حضرت مولانا. از این همه جواهر و طلایی که در اختیار ما گذاشتید، ماندیم کدام را بخوانیم! عذر می‌خواهم:

هر آن نوی که رسد سوی تو قدید شود
چو آب پاک که در تن رود، پلید شود

ز شیر دیو مزیدی، مزید تو هم از اوست
که بایزید از این شیردان یزید شود

مریدخواند خداوند دیو و سوسه را
که هر که خورد دم او چو او مرید شود

چو مشرقست و چو مغرب مثال این دو جهان
بدین قریب شود مرد، زان بعید شود



هر آن دلی که بشورید و قی شدش آن شیر
ز شورش و قی آن شیر بوسعید شود

هر آنکه صدر رها کرد و خاک این در شد
هزار قفلِ گران را دلش کلید شود

تُرُش تُرُش تو به خسرو مگو که: شیرین کو؟
پدید آید، چون خواجه ناپدید شود

چو غوره رست ز خامی خویش، شد شیرین
چو ماهِ روزه به پایان رسید، عید شود

خموش، آینه منما تو در ولایت زنگ
نما به قیصرِ رومش که تا مرید شود

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۹۵۱)

سپاسگزارم از حضرت عالی و بقیه عزیزان.

آقای شهبازی: عالی، عالی، آفرین.

آقای بیننده: امیرحسین ما هم می‌خواهد صحبت کند.

آقای شهبازی: امیرحسین هم صحبت کند.

آقای امیرحسین: سلام آقای شهبازی، حالتان خوب است؟

آقای شهبازی: بله، بله، خوب. یک شعر برای ما می‌خوانید؟

آقای امیرحسین: الان شعر آماده ندارم. فقط آمدم احوال‌پرسی بکنم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین. ممنونم، احوالم خوب است. شما خوبید؟

آقای امیرحسین: بله. آقای شهبازی از برنامه خوبتان ممنونم. واقعاً خیلی برنامه خوبی است. من با خانواده‌ام هر شب

برنامه‌تان را نگاه می‌کنیم.

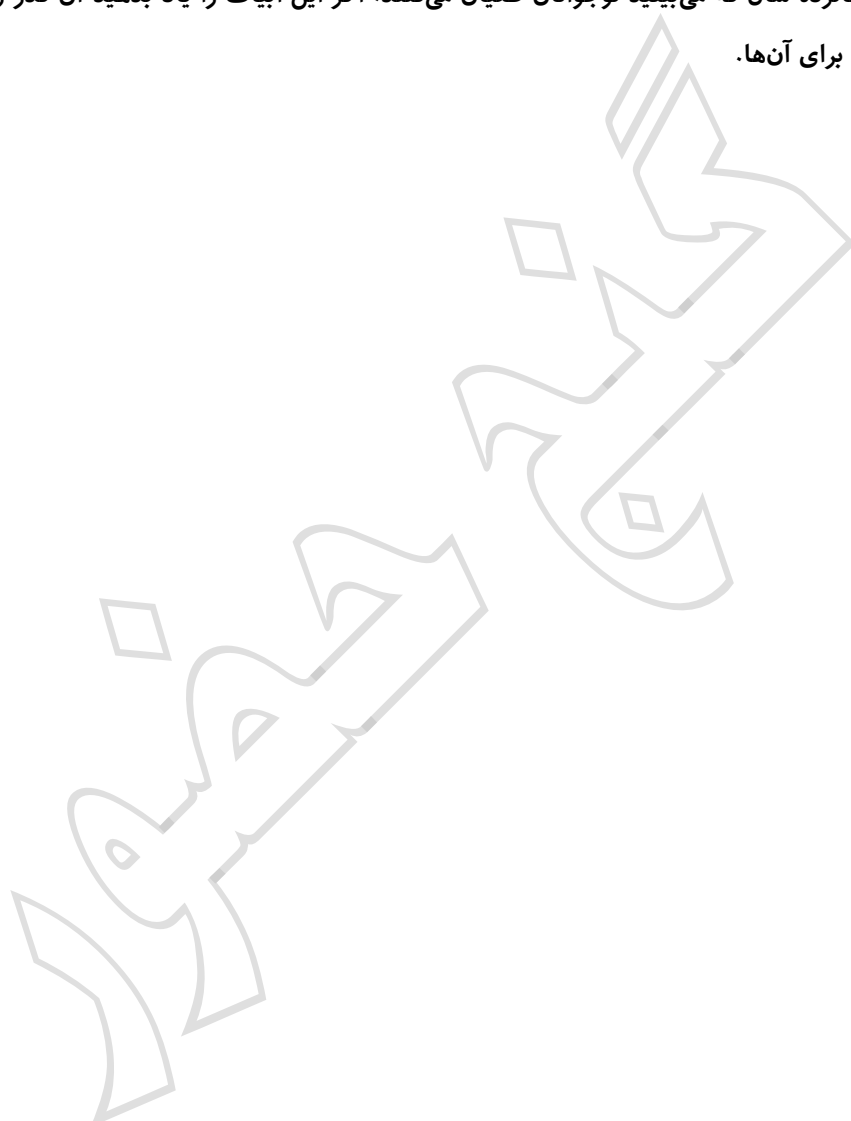
آقای شهبازی: آفرین، آفرین. ممنونم.



۱۰- سخنان آقای شهبازی

بزرگ‌ترین موهبت این است که پدر و مادر با فرزندان به این برنامه گوش بدهند و همین پدر و مادر ابیات را توضیح بدهند به فرزندانشان. در واقع شادی و آرامش خانواده را دارند با این کار بیمه می‌کنند.

در سنین پایین این ابیات را شخص فوراً یاد می‌گیرد و به‌کار می‌بندد. و لازم نیست ما نگران عبور فرزندانمان از دوران بحرانی مثلاً پانزده، شانزده سال که می‌بینید نوجوانان طغیان می‌کنند. اگر این ابیات را یاد بدهید آن‌ها گذر راحت خواهد شد، هم برای شما هم برای آن‌ها.





آخر راستش من بعد از پنج، شش سال دوباره تماس گرفتم و امشب اولین بار بود که تماس گرفتم و اتفاقی و جالب است حالا سر یک قضیه‌هایی که حالا داستان دارد و این‌ها، ما یک سال اصلاً تلویزیون را روشن نمی‌کردیم. من حتی از اینترنت دنبال می‌کردم.

امشب برای اولین بار روشن شد. من اولین فرکانس هم گذاشتم روی یک، گنج حضور و همین‌طور که روشن شد یک دفعه بعد که، به محض این‌که روشن شد، زد برنامه زنده گنج حضور، من هم‌اشار از اینترنت دنبال می‌کردم. استاد واقعاً این قدر خوشحالم، نمی‌دانم باید چکار بکنم.

فقط خواستم بگویم بی‌نهایت سپاس‌گزارم. من خدا را شکر خدا محبت‌های زیادی به من داده بود و این باعث شده بود که من ذهنی برایم ایجاد بشود، ولی الآن در این چند سالی که نزدیک هفت، هشت سال است برنامه شما را گوش می‌دهم، بی‌نهایت خوشحالم، چون که باعث شد که تمام آن چیزهایی که، آن اندوخته‌هایی که داشتم را در جهت عشق استفاده کنم و الآن هم ان‌شاءالله به امید خدا، اگر عمری باشد، به امید خدای عشق باز هم می‌خواهم، برنامه‌های دیگری دارم.

می‌خواهم اشعار مولانا را به همان شکلی که خداوند این محبت و رحمت را به من داده، با اشعار مولانا این‌ها را برگردانم به جهان. بی‌نهایت خوشحالم. امشب هم گفتم که، یک بار گرفتم، یعنی گفتم خدایا اگر خیر و صلاح هست، بگیرد.

این قدر خوشحالم که گرفت و بی‌نهایت خوشحالم استاد. در این هفت، هشت سال هم من دوباره، هر نحوه، تمام تلاش را می‌کردم که هر لحظه، هر ثانیه، چون واقعاً می‌گوید:

عمر و مرگ این هردو با حق خوش بود

بی‌خدا آب حیات آتش بود

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۷۷۱)

ثانیه‌به‌ثانیه تلاش می‌کردم که با خدا بروم جلو، البته من ذهنی هم داشتم‌ها، صادقانه، دارم، ولی خُب کنترلش می‌کردم و همان‌طور هم به صورت معجزه‌وار عشق به زندگی‌ام آمد. اصلاً معجزه‌های عجیب، معجزه‌ها که یعنی رویاها، تمام رویاهایی که دوست داشتم، دانه‌دانه محقق می‌شد و همین‌طور الآن، حتی این هم همین‌طور دیگر، اصلاً یک‌چور عجیب.

بعد بی‌نهایت، بی‌نهایت شما را دوست دارم. استاد من خواننده و استاد مدرس آواز سنتی هستم در سطح، تقریباً سطح حرفه‌ای و حالا الآن هدفم دیگر عوض شده. تمام این اشعار را می‌خواهم ان‌شاءالله به امید خدا، با عشق، اول به خداوند عزیز و به شما تقدیم کنم، به مردم عزیزم و اصلاً این نیت و چیز هم کلاً، خُب البته قبلش هم این‌طوری بود، ولی خُب الآن بیش‌تر و بیش‌تر شد و حالا در زمینه‌های دیگر هم. حالا در زمینه‌های دیگر هم که دارم فعالیت می‌کنم.

واقعاً این قدر خوشحالم، نمی‌دانم چه بگویم. امشب هم همین‌طور. امشب گفتم خدایا من یک بار می‌گیرم. می‌گویم حتی به یک دلایلی تلویزیون کلاً یک سال ما خاموش کرده بودیم، از اینترنت من می‌گرفتم. به محض این‌که، ده دقیقه است تازه آقا رفت، آمد روی فرکانس شما، من دیدم، که دیگر این هم محبت و رحمت خدا بود.



استاد اصلاً نمی‌دانم، این قدر شور و شغف دارم، این قدر دوستتان دارم، این قدر دوستتان دارم، یعنی اصلاً واقعاً که می‌گوید قانون جذب و جاذبه همین هست دیگر. اصلاً روح، روح‌ها واقعاً با هم دیگر، احساس می‌کنم روح‌ها هم دیگر را لمس می‌کنند و خیلی خوشحالم. نمی‌دانم واقعاً این «فربه و پر باد توام، مست و خوش و شاد توام»، یعنی این جور است دیگر. واقعاً با خدا می‌شود رقصید، با خدا می‌شود واقعاً، واقعاً آن زیبایی که همیشه می‌گویند جهان زیباست، فقط با خدا می‌شود، ولی، ولی خُب این هم صادقانه بخواهم بگویم من ذهنی همیشه احساس می‌کنم هم‌راه ما هست و این خیلی قشنگ است که به قول شما امروز هم دوباره یک پند گرفتیم اول صحبت‌هایتان که فرمودید خیلی باید حواستان باشد، یک وقت آن پندار کمال این را خیلی دارم دقیقاً رویش تأکید می‌کنم.

چون خدا را شکر می‌گویم وقتی این شکلی می‌روم جلو فرم‌های زندگی‌ام هم به شکل معجزه‌وار تغییرات، یعنی واقعاً تغییرات خیلی اساسی کرده و این باعث می‌شود که یک مقدار من ذهنی آدم، من حالا خودم را بگویم، یک مقدار چیز می‌شود دیگر، یعنی همه‌اش موهبت خدا است.

یعنی درست است، من خودم را می‌گویم، درست است من تلاش می‌کنم، ولی خُب آن است که خودش هم گفته دیگر، من می‌خواستم گنجی نهان بودم، می‌خواستم، در واقع می‌خواسته انسان را به وجود بیاورد که از طریق ما به جهان هستی آن عشق را، آن زیبایی را، همین طور که شما دارید این عشق بی‌کران را به این عالم بخشیدید. واقعاً محبت بزرگی ...



۱۲ - سخنان آقای شهبازی

قطع شد؛ بلکه صحبتشان خیلی زیبا بود. البته می‌خواستم خدمتشان عرض کنم که این دفعه خداوند به حرف شما گوش کرده ولی دفعه بعد شما با خدا شرط نکنید. بگویید که یک بار می‌گیرم ان شاء الله که می‌گیرد اگر نه نشد، یک بار دیگر می‌گیرم، دوباره می‌گیرم، دوباره می‌گیرم.

نباید بگویید که خدایا یک بار می‌گیرم اگر شد شد، نشد دیگر نمی‌گیرم؛ این کار را نکنید. حالا یک بار لطف کرده خدا شد، دفعه بعد ممکن است نشود. شرط نکنید، شما خودتان را آماده کنید، هر جور شده شما باید عوض بشوید.

ما باید خودمان را با نظم قضا و کُنْ فُکَانَ، با عدم کردن مرکز موازی کنیم، نه که شرط و شروط برای قضا و کُنْ فُکَانَ تعیین کنیم، این درست در نمی‌آید؛ حالا این دفعه مال ایشان درست درآمد.

خانم سننده: یک بی‌تی هست دفتر سوم، ۲۳۶۳.

آقای شهمازی: شما کدام منطقه تبریز می‌نشینید؟

خانم سننده: طرف‌های، قدیم می‌گفتیم شاه‌گلی، الان می‌گوییم ائل‌گلی. خیلی ببخشید. اولین بار است تماس می‌گیرم. بعد تقریباً پنج، شش سالی می‌شود برنامه گنج حضور را می‌بینم، این اواخر هم متعهدانه. بعد شرمند، عذر می‌خواهم. می‌گوید:

کورم از غیر خدا، بینا بدو مقتضای عشق این باشد بگو

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۳۶۳)

کورم یعنی به‌لحاظ دید من‌ذهنی من کورم، چرا؟ چون دیگر بینا شدم به‌لحاظ هشیاری و اقتضای عشق، تقاضای عشق همین است که ما باید به‌لحاظ دید من‌ذهنی کور باشیم. چرا کور باشیم؟ چون یعنی ببینیم که تمام انسان‌ها از یک هشیاری‌اند، ما نباید جدا ببینیم.

به‌لحاظ جدا دیدن از هم‌دیگر ما باید کور باشیم. ما بدانیم که همه باشندگان یک هشیاری‌اند و «کورم از غیر خدا، بینا بدو»، من دیگر بینا شدم. بینا به هشیاری شدم. هشیاری این است که بدانم کل عالم وجود همان اصل زندگی است. ما نمی‌توانیم بگریزیم از دست زندگی و اقتضای عشق این باشد و هر لحظه به خودم بگویم که تقاضای عشق همین است، همین است، یعنی بُعد هشیاری ماست. بعد می‌گوید:

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

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۸۲۹)

برای عشق، برای بی‌نهایت این لحظه من با این لحظه قرین می‌شوم. با بی‌نهایت این لحظه قرینم، نه با من‌ذهنی که من‌ذهنی تسلسل افکار می‌خواهد این قرین بودن خداگونگی من را بپوشاند. پس من با خدای، یعنی بی‌نهایت این لحظه‌ام قرین می‌شوم.

ذهن را خاموش می‌کنم، صدای ذهنم را گوش نمی‌کنم. بعد می‌گویم دور مباش «یک نفس»، حتی یک لحظه از بُعد هشیاری‌ام خارج نشوم. این را لحظه‌به‌لحظه به خودم می‌گویم و غایب نباش از کنار من. چه کسی از کنار من غایب نباشد؟ همان هشیاری، همین بی‌نهایت که هم بیرون و هم درون من را دربرگرفته و کل باشندگان را دربرگرفته.

استاد عزیز خیلی ممنونم، خیلی ممنونم من را تحمل کردید. ببخشید. خیلی ببخشید. فدایتان. ببخشید دیگر، معذرت می‌خواهم، من هم صدایم لرزش داشت، هم اضطراب داشتم یک کم. خیلی معذرت می‌خواهم.

آقای شهمازی: همین لرزش صدا و اضطراب خیلی زیباست خانم.



۱۴ - خانم بیننده از هشتگرد با سخنان آقای شهبازی

فقط زنگ زدم که بی‌نهایت عاشقانه بگویم که دوستتان دارم و تمام تلاشم این است که آن محبت و آن عشقی را که گفتید را اجرا کنم که اصلاً یعنی این که هرکسی که انجام ندهد ضرر کرده، و درواقع هرکسی که انجام بدهد... واقعاً هم آیه قرآن است که گفته: بدی کنید به خود کرده‌اید خوبی کنید به خود کرده‌اید. واقعاً مصداق تمام اشعار زیبا هست دیگر، که ان‌شاءالله عشقی را که دارید را... خواستم بگویم که من هفت، هشت سال برنامه شما را گوش می‌دهم. و خیلی خوشحال هستم... یک دفعه قطع شد و دوباره گرفتم.

آقای شهبازی: ممنونم، از کجا زنگ می‌زنید؟

خانم بیننده: من از هشتگرد زنگ می‌زنم استاد؛ شهر جدید هشتگرد.

آقای شهبازی: خیلی خوب، بعد گفتید که در کار موسیقی و... هستید؟

خانم بیننده: بعد استاد من با خانم پریسا و اخوان کار کردم.

آقای شهبازی: بعد چکار می‌کنید آن موقع، ساز می‌زنید، یا...

خانم بیننده: نه، استاد آواز هستم. در ایران هستم و مجوز آموزشگاه و حتی تدریس هم دارم. و با خانم پریسا، خانم پریسا را می‌شناسید دیگر؟ و با خانم هنگامه اخوان. با همه این‌ها کار کردم.

آقای شهبازی: آفرین.

خانم بیننده: خودم گروه دارم. البته غیر از این‌ها... استاد حالا تحصیلات و ورزش و این‌ها را در سطح عالی برده‌ام جلو.

استاد واقعاً فقط خدا، فقط با خدا و... مصداق آیه «رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً» هم هست استاد دیگر، می‌گوید:

«... رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَفِي الْآخِرَةِ حَسَنَةً وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ»

«... پروردگارا در دنیا، به ما نیکی عطا فرما و در آخرت نیز نیکی ارزانی دار و ما را از کیفر دوزخ مصون دار.»

(قرآن کریم، سوره بقره (۲)، آیه ۲۰۱)

با خدا می‌شود دوتا دنیا را زیبا کرد. ولی خُب این... یعنی چیزی که در قلبم آمده این است دیگر....

من الآن سه سال و نیم است برنامه شما را گوش می‌دهم، خیلی تغییر کردم، بعد یک متنی نوشتم برای شما می‌خواهم بخوانم.

سلام به استاد عزیزم، آقای شهبازی جانم و سلام به بینندگان گنج‌حضور.

موقعی که با گنج‌حضور آشنا شدم، درد تمام بدنم را گرفته بود و نمی‌توانستم از درد آزاد شوم چون بدنم بیمار بود. هیچ داروی برای من تأثیری نداشت. از همه چیز رنج می‌بردم، کلافه بودم و درد تمام بدنم را فراگرفته بود؛ چون تکه‌های گذشته و آینده در مغزم لانه کرده بود، نمی‌توانستم از فکر فاصله بگیرم.

وقتی با گنج‌حضور آشنا شدم، چهار ماه مدام، روزی چهار یا پنج ساعت به گنج‌حضور گوش می‌دادم، ولی هیچ چیز حالی‌ام نمی‌شد. کم‌کم مغزم آرام گرفت و شعرها را بیشتر توجه می‌کردم و شروع به حفظ کردن اشعار مولانا می‌کردم، ولی باز هم تمام بدنم از خشم، از حرص، از غیبت کردن، قضاوت کردن، وسواس، لجبازی، ترس و با خوردن زیاد، چاقی، کار زیاد، ترس از آینده، ترس از گذشته دردناک. این‌ها همه در بدنم و جسمم بود و نمی‌توانستم از آن‌ها جدا شوم، ولی با کمک آقای شهبازی عزیزم توانستم یک کم از مشکل خودم را رفع کنم.

الآن وزن بدنم از ۹۷ به ۷۵ رسید. ناظر فکرم هستم، فکر خودم را کنترل می‌کنم، حواسم روی خودم است، روی شوهرم نیست. دیگر به شوهرم گیر نمی‌دهم و از پسر و شوهرم معذرت‌خواهی می‌کنم چون در طول این چند سال اذیتشان کردم و از آن‌ها می‌خواهم که من را ببخشند، دیگر گذشته را تکرار نمی‌کنم، می‌خواهم تغییر کنم.

می‌خواهم یک متن کوچکی برای شما تعریف کنم:

همه ما در کودکی مثل رودخانه‌ای که در روستای ما وجود داشت تمیز بودیم، آبش خیلی روان بود و هیچ آلودگی نداشت. ما کوچک بودیم در آن شنا می‌کردیم، ظرف و لباس می‌شستیم. کم‌کم آب رودخانه خیلی کثیف شد، در آن هرگونه زباله، پلاستیک، آشغال ریختند. آب رودخانه آلوده شد، دیگر نمی‌شد دست زد، چون آلودگی‌اش آنقدر زیاد بود.

ذهن من هم مثل آب رودخانه کثیف و پر از درد، پر از بیماری ناعلاج شده بود، دیگر هیچ دارویی نمی‌توانست درمانش کند، فکر زیاد می‌کردم، از این صندوق به آن صندوق می‌پریدم، داروی اعصاب زیاد می‌خوردم، روزی چهارتا یا پنج‌تا ولی الآن یک کم می‌خورم. ولی الآن زندگی‌ام شیرین شده، شادی به زندگی‌ام آمده.

این زندگی را دوست دارم، برنامه گنج حضور باعث شد شادی و آرامش به زندگی‌ام بیاید. از شما خیلی سپاسگزارم، می‌خواهم چند بیت شعر مولانا برای شما بخوانم:

طَبیبِ دَرْدِ بِي‌دِرْمَانِ کَدَامِ اسْت؟
رَفِیقِ رَاهِ بِي‌پَايَانِ کَدَامِ اسْت؟



اگر عقل است پس دیوانگی چیست؟
وگر جان است، پس جانان کدام است؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۵۱)

از باغ جمال تو، یک بند گیاهم من
وز خلعت وصل تو، یک پاره کله وارم

در شادی روی تو گر قصه غم گویم
گر غم بخورد خونم، والله که سزاوارم

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۴۵۸)

در زمین مردمان خانه مکن
کار خود کن کار بیگانه مکن

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۶۳)

می‌رود از سینه‌ها در سینه‌ها
از ره پنهان صلاح و کینه‌ها

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۴۲۱)

مردۀ خود را رها کرده‌ست او
مردۀ بیگانه را جوید رفو

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۱)

دانه تویی دام تویی باده تویی جام تویی
پخته تویی خام تویی خام بمگذار مرا

این تن اگر کم تندی راه دلم کم زندی
راه شدی تا نبدی این همه گفتار مرا

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۷)

آقای شهبازی جان، من شعرهای شما را گوش می‌دهم، به کمد آشپزخانه می‌زنم، هر روز دارم ظرف می‌شویم، کار دارم می‌کنم، یعنی با شعرهای شما زنده هستم، یعنی من زنده شدم به شما، یعنی خداوند شما را سر راه من قرار داد.



من یک آدم بیمار و پر از درد بودم. شوهرم هم به برنامه شما گوش می‌دهد، الان پیش من نشسته، به برنامه شما خیلی اهمیت می‌دهد، خیلی ارزش قائل است، از برای من ارزش قائل است، به من کمک می‌کند و از صبح تا غروب فقط تلویزیون برای من روشن است، فقط ظهر خودش می‌آید یک ساعت اخبار گوش می‌دهد، بعد برنامه شما گوش می‌دهیم.

آقای شهمازی: عالی، عالی.

خانم سننده: خیلی لذت بردم با شما صحبت کردم، خیلی تشکر می‌کنم من سواد آن‌چنانی ندارم، فقط فکر خواندم.....، کمک مالی هم می‌کنم. سه سال و نیم برنامه را گوش می‌دهم، خیلی تشکر می‌کنم از شما، خیلی سپاسگزارم.

آقای شهمازی: ممنونم ممنونم.

پیغام‌های تلفنی



آقای شهبازی: بله ، بفرمایید ، خواهش می‌کنم.

آقای دادیار: ارادت دارم، پدر بزرگوار، استاد بزرگوار، بنده از اصفهان مزاحتان می‌شوم. دادیار هستم.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

آقای دادیار: اولین بار هست که تماس می‌گیرم، استاد بزرگوار. امشب این قدر حالم گرفته بود، حالم گرفته بود که آدم خانه دیدم خانم زده کانال گنج حضور، گفت که برنامه زنده است. گفتم اول، برای اولین بار یک عرض ادبی خدمتتان کرده باشم؛ دوم، تشکر کنم که شما کاری با ما کردید که پدرانمان هم این لطفی را که شما به حق ما کردید، خدایی نکردند.

از شما ما یک چیزهایی یاد گرفتیم، یک چیزهایی یاد گرفتیم، هم خودم هم خانم که واقعاً، واقعاً نمی‌توانم توصیفش کنم. اصلاً نمی‌دانم چه طوری الان، یک چیزهایی می‌خواهم بگویم اصلاً نمی‌توانم، زبانم بند آمده.

مخصوصاً از کودکان عشق، از این کودکان عشق از این بچه‌های کوچک، من درس‌هایی یاد گرفتم که از این معلم‌هایی که جسارت می‌شود این حرف را می‌زنم که سر کلاس درس به من درس دادند، یاد نگرفتم. هرچند که سواد ندارم، چهار کلاس سواد ابتدایی دارم، ولی یاد گرفتم که دیگر بتوانم خودم را کنترل کنم، یاد گرفتم که دیگر زود عصبانی نشوم؛ هرچند که من دست خودم نبود. بعضی موقع‌ها زود از کوره در می‌رفتم می‌زدم، هرچه جلویم بود می‌زدم خردوخمیر می‌کردم. بعد از ده دقیقه بعد آن، بعد یک ساعت بعد آن پشیمان می‌شدم.

یاد گرفتم که خودم را کنترل کنم. یاد گرفتم که از گنج حضور، از این بچه‌های عشق یاد گرفتم، نمی‌دانم اصلاً هول شدم که چه باید بگویم. فقط تشکر می‌کنم از پدر عزیزم، از استاد بزرگوار؛ تشکر می‌کنم، تشکر می‌کنم با این برنامه‌های خیلی خوب، خیلی عالی که خدا سر راه ما قرار گذاشت و ما هم تا آنجا که بتوانیم یاد بگیریم از این بیان‌های بزرگوار مولانا و استاد بزرگوار، آقای شهبازی.

خیلی تشکر می‌کنم از جناب عالی، خیلی خوش حال شدم. اگر ...

◇ ◇ ◇ پایان بخش اول ◇ ◇ ◇



آقای علی: شب‌تان بخیر، استاد.

آقای شهمازی: خواهش می‌کنم، ممنونم، بفرمایید.

آقای علی: علی هستم از اصفهان مزاحمتان می‌شوم.

آقای شهمازی: بله، علی آقا. بفرمایید، در خدمتتان هستیم.

آقای علی: عذرخواهی می‌کنم. من یک مقدار هول شدم.

آقای شهمازی: اولین بار است زنگ می‌زنید؟

آقای علی: بله، بله.

آقای شهمازی: جانم، بفرمایید.

آقای علی: جان‌تان سلامت. عرضم به خدمتتان که واقعیت من تقریباً نزدیک دوسال است که، دو سال و خرده‌ای است، پیگیر برنامه هستم و حالا آن دفتری که یادداشت‌هایم را بر می‌دارم پیشم نیست، ولی خب همین‌که تماس گرفتم برای اولین بار با شما صحبت بکنم، همین‌که تشکر بکنم از شما.

واقعیت من خب به‌خاطر مشکلاتی که در زندگی‌ام بود، اتفاقات عجیب‌وغریبی که حالا برای همه آدم‌ها پیش می‌آید، خب مشکلات بسیار بود و سبک خانوادگی، خانواده جوری بود که از بچگی کودک‌ها را، بچه‌ها را جوری بزرگ می‌کردند که من ذهنی عجیب‌وغریب و قدرتمندی تحویل می‌شد که مثلاً ما متفاوت هستیم، از خانواده خیلی خاصی هستیم، مثلاً از لحاظ مادی یک مقدار قدرتمند هستیم یا هرچیزی که هست و خب به حدی رسید که، خب شرایط ظاهری هم جوری بود که خداوند لطف داشت و من، حالا قدوهیکل، نوع برخورد، رابطه اجتماعی، از لحاظ زندگی و مادی همه‌چیز بر وفق مراد بود تا جایی‌که من سن بیست‌وپنج، شش‌سالگی کلاً زمین‌گیر شدم به‌خاطر من‌ذهنی قدرتمندم. و حول‌وحوش شش ماه به‌خاطر مشکل مریضی و این‌ها کلاً نمی‌توانستم هیچ کاری بکنم. بعد به‌مرور زمان رفتیم جلو و شرایط بهتر شد تا این‌که دوسال، دو سال‌ونیم پیش من همین‌جوری شبکه‌ها را بالا پایین می‌کردم و حالا خیلی از دوستان تماس گرفتند، به همان‌جوری که بنده آشنا شدم، آشنا شدند.

ابتدا یک مقدار من‌ذهنی شوخی می‌گرفت این قضیه را، رد می‌شدم، ولی خب درکل بسیار طالب حضرت مولانا بودم به‌خاطر این‌که دورادور شنیده بودم و می‌دانستم که یک چیز خیلی خاصی است؛ همین‌طور حسن می‌گفت که خیلی خاص هست. بالاخره ناگهان با شما آشنا شدم. در یکی از برنامه‌ها بود که یکی از ابیات را داشتید تفسیر می‌کردید که کاملاً به وجود من نشست و فکر می‌کنم همان «زبان از شمس‌الدین پولاد کردم»، آن شب بود که به‌صورت یک ساعت کلاً من را می‌خ‌کوب کرد و از آن‌جا بود که آهسته‌آهسته درگیر شما شدم، که امروز از صبح که می‌آیم تا شب سعی می‌کنم بیشتر اوقاتم را با شما چه محل کار، برنامه‌های شما را روی لپ‌تاپ می‌بینم، یادداشت‌برداری می‌کنم، در خانه هم که هستم به همین صورت.

آقای شهمازی: آفرین.



آقای علی: و واقعیت تأثیر بسیار زیاد بوده، بسیار زیاد بوده. از شما خیلی سپاس‌گزارم. از همه دوستان و همین‌طور قانون جبران را کم‌کم شروع کردم یاد گرفتم، انجام دادم و امروز دارم تبدیل می‌کنم به برنامه‌های اساسی زندگی‌ام که هم مادی هم معنوی بتوانم قدرتمند بشوم، و بتوانم شخصاً انسانی بشوم که بتوانم به‌درد خودم اول بخورم و بعد اگر بتوانم کاری بکنم، انجام بدهم.

آقای شهمازی: آفرین، آفرین، آفرین.

آقای علی: سلامت باشید. واقعاً نمی‌دانم چجوری از شما تشکر بکنم، هیچ‌چیز نمی‌توانم بگویم. مزاحمتان نمی‌شوم بیشتر از این و واقعاً، واقعاً همه دوستان هر صحبتی که می‌کنند همه‌اش دقیق و درست است و شما به‌عنوان پدر و به‌عنوان پشتوانه یعنی واقعیت از آسمان عشق شما جزء ستارگان بسیار پر نور هستید، نمی‌خواهم بگویم در چه حدی، ولی واقعیت شما جزء آن ستارگان بسیار پر نور که خیلی‌ها را نجات می‌دهید و باعث می‌شوید که در زندگی بتوانند خودشان را پیدا بکنند و انسانیت را ببینند، عشق را ببینند، گذشت را ببینند، بزرگی خدا که در درون خودشان هست را ببینند و شما این کار را می‌کنید، شما واقعاً امروز پر نورترین هستید. ممنونم از شما.

آقای شهمازی: لطف دارید، خواهش می‌کنم.

آقای علی: بیش‌تر وقتتان را نمی‌گیرم. تشکر می‌کنم از شما.

آقای شهمازی: عالی، عالی. خواهش می‌کنم. خدا حافظ شما.

آقای علی: شبتون بخیر. خدا نگهدار.

من پیشنهاد می‌کنم کسانی که به این برنامه گوش می‌کنند یا تازه شروع کرده‌اند، از همین قانون جبران شروع کنند و وقتی تنها هستید دست به تأمل و حزم، یا حالا اسمش را هرچه می‌گذارید، دوران‌دیشی بزنید و بگویید که خب من چه کسی هستم؟ حتی در سطح ذهن، می‌بینید که روابطی دارید، مثلاً همسر دارید و بگویید که وظیفه من در قبال همسر چه هست؟ به‌عنوان قانون جبران چجوری من قدرشناسی بکنم؟

بعد یواش‌یواش می‌بینید بعضی نیازهایش یادتان می‌افتد، بروید آن نیازها را برآورده بکنید. و بچه دارم خب این بچه من پنج سالش است، این بچه به چه نیاز دارد؟ می‌بینید که به بازی نیاز دارد، به مثلاً «با او بودن» نیاز دارد، باید با او باشید اصلاً وقت بگذرانید؛ این‌ها را به‌عنوان قانون جبران به‌اصطلاح انجام بدهید که درواقع دارید وظیفه‌تان را انجام می‌دهید. بعد آن موقع نگاه کنید ببینید چه کسی برای شما چه کار مثبتی می‌کند که واقعاً به شما خیر می‌رساند. ممکن است پدر و مادران باشند، ممکن است همسران باشند، دوستانتان باشند، این‌ها را «عوض کنید» بگویید که من در مقابلش یک کاری هم من انجام می‌دهم.

همین‌طور به‌صورت زبانی و بی‌اثر نگوید: «ممنون، خیلی سپاس‌گزارم» این ممنون و سپاس‌گزار زبانی به‌درد نمی‌خورد. شما باید دست به عمل بزنید و معادل آن اگر «پولی» است؛ معمولاً این «ارزش پولی» می‌تواند به شما یک معیاری بدهد، اگر هنوز در ذهنتان هستید. یک کسی به‌اندازه هزار دلار به شما سود می‌رساند شما فقط می‌گویید ممنون، این درست در نمی‌آید، یعنی شما قانون جبران را انجام نمی‌دهید.

یکی از خصوصیات پندار کمال ما که ما را می‌برد بالا، پندار کمال یک سیستم مخرب است و می‌گوید که من از همه بهترم، مثل این‌که همه خدمت‌گزار من هستند، مردم اگر به من خدمت می‌کنند وظیفه‌شان را انجام می‌دهند، و از این‌جور حالت‌های طلب‌کاری ما باید بیرون بیایم.

اگر شما تأمل کنید روی خودتان و روابطتان، شما خودتان می‌فهمید که قانون جبران را چجوری انجام بدهید. انجام بدهید قانون جبران را! و بزرگ‌ترین درسی که به فرزندانمان می‌توانیم یاد بدهیم، باز هم همان شماره یکش قانون جبران است. از قانون جبران شروع کنید خواهش می‌کنم. این را به‌اصلاح اگر رعایت کنید خواهید دید که فوراً زندگی‌تان عوض می‌شود، فوراً! در مدت دو، سه ماه خواهید دید که برخورد حتی همسران با شما عوض می‌شود، یا یک‌دفعه می‌بینید که همسران مهربان‌تر شد، بچه‌هایتان شما را بیش‌تر دوست دارند، مشتری‌تان یک‌جور دیگر با شما برخورد می‌کند، هی می‌رود برمی‌گردد.

شما همین قانون جبران را رعایت کنید، قانون جبران در بیزینس هم به شما کمک می‌کند و گاهی اوقات آدم مشتری‌اش را نمی‌بیند، در دنیای امروز حتی خود بیزینس ما. ما الآن چند سال است در آمریکا ما خب بیزینس می‌کنیم، بگیر سی و پنج سال. سی و پنج سال من در آمریکا شرکت دارم؛ خیلی از مشتری‌هایمان را ندیدیم ما در نقاط مختلف جهان، ولی ما وقتی یک کالایی را می‌فرستیم چنان بسته‌بندی می‌کنیم، این به‌اصطلاح کیفیت کالا را چنان می‌سنجیم مثل این‌که مشتری ایستاده



با دو، سه تا کارشناس دارد نگاه می‌کند. و این نتیجه می‌دهد! وقتی مشتری باز می‌کند می‌بیند! همه چیز رعایت شده دیگر خیالش راحت است دوباره می‌خرد، هی می‌خرد می‌خرد می‌خرد، یعنی این قدر می‌خرند که ما خسته می‌شویم دیگر. پس شما قانون جبران را رعایت کنید! نه این‌که بروید ببخشید هی حرف بزنید: «من این طوری‌ام، آن طوری‌ام، ما کیفیت کالایمان این طوری است.» نه، قانون جبران را انجام بدهید. یک بار نشان بدهید که، یک بار! حتی یک بار نشان بدهید مردم متمایل می‌شوند. و قدردانی، قدرشناسی همین قانون جبران است.

یک عده‌ای می‌بینید یک رستوران می‌زنند خب اولش سعی می‌کنند، مشتری می‌آید اصلاً جا نیست. یک دفعه می‌رسند به یک جایی که می‌گویند دیگر مشتری داریم دیگر، بعد دیگر کیفیت را می‌گذارند کنار. چه می‌دانم گوشتشان را بد می‌کنند، برنجشان را بد می‌کنند، سرویسشان را بد می‌کنند. یک دفعه می‌بینید! خالی شد، چند ماه دیگر می‌بینی می‌بندد، دارد می‌بندد مغازه‌اش را؛ قانون جبران را گذاشت کنار.

قانون جبران را شروع کنید، شروع کنید! بگویید: «چه کسی به من چه می‌دهد؟» حتی اجتناب از آدم‌های مضر، قانون جبران است. یک عده‌ای می‌خواهند به شما ضرر بزنند تا آنجا که مقدور است از آن‌ها دوری کنید؛ این هم قانون جبران است. توجه می‌کنید؟! جنبه‌های مختلفش را فکر کنید شما پیدا می‌کنید.

۱۹- خانم زرین و خانم تیارا و خانم یکتا از زرین شهر اصفهان

هله تا ظن نبری کز کف من بگریزی حیله کم کن، نگذارم که به فن بگریزی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۷۸)

ما هر لحظه به وسیله سبب‌سازی و همانندگی‌های من‌ذهنی از کف و دست زندگی فرار می‌کنیم و با حیله و کلک، در من‌ذهنی به خودمان ضرر می‌زنیم و خود را فریب می‌دهیم و با فکر این‌که همه‌چیز خوب است و خوب پیش می‌رود و به قول معروف با سیلی صورت خود را سرخ نگه می‌داریم و غافل از این هستیم که ما برای چه به این جهان آمده‌ایم و در حضور خدا و زندگی شروع به بی‌ادبی می‌کنیم.

استاد نازنین، خود را مانند آن جوانی که وارد باغ شده بود و خود می‌خواست با عقل من‌ذهنی خود عمل کند دیدم، که با دیدن و گوش دادن به برنامه گنج حضور هنوز ادب را رعایت نکرده‌ام و با مقاومت و واکنش نشان دادن به اتفاقات، حسادت و خشم هم‌چنان در حال بی‌ادبی کردن در مقابل زندگی هستم و هرچقدر فضا را در برابر اتفاق می‌بستم، از ادب دورتر می‌شدم و هشیاری جسمی غالب شده بود، ولی هم‌چنان فکر می‌کردم طالب و فضاگشا هستم در صورتی‌که با پای «لنگ و لوک» می‌آمدم. مولانا می‌گوید:

لنگ و لوک و خفته شکل و بی‌ادب سوی او می‌غیژ و، او را می‌طلب

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۹۸۰)

وقتی خواهان تأیید و توجه من‌ذهنی هستیم، مجبور هستیم از من‌های ذهنی دیگر تقلید کنیم و به سمت گدایی برویم و شروع به قضاوت کنیم. و قضاوت ما را در مقایسه و انتقاد از دیگران نگه می‌دارد و پیوسته به جلو و عقب کشیده می‌شویم و در کابوس من‌ذهنی به دام می‌افتیم.

و با سبب‌سازی و پندار کمال من‌ذهنی می‌سنجیم و می‌گوییم چه خوب است، چه بد، چه زشت است و چه زیبا. و با فکر، کلام و احساساتمان شروع به ارتعاش دادن می‌کنیم. حال فضا را باز کنیم تا صدای زندگی را بشنویم که هر لحظه ما را صدا می‌زند که با من‌ذهنی خود گستاخی نکن و ادب را نگه دار.

بانگ بر وی زد به هیبت آن نگار که: مرو گستاخ، ادب را هوش دار

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۲۱)

خانم تیارا: استاد، با اجازه‌تان ایرادهایی را که در این مدت در خود شناسایی کردم را به اشتراک می‌گذارم:

۱- زود قضاوت کردن انسان‌های اطرافم.

۲- مقاومت کردن در برابر اتفاق این لحظه.

۳- حسادت کردن.



- ۴- بسیار همانیده شدن با چیزهای اطراف.
 - ۵- فریب من ذهنی را خوردن.
 - ۶- ذهنم را خاموش نکردن.
 - ۷- صبر نکردن در هر اتفاق.
 - ۸- روی خود کار نکردن.
 - ۹- دروغ گفتن.
 - ۱۰- صادق نبودن.
 - ۱۱- از درد فرار کردن.
 - ۱۲- تسلیم نبودن و فضا را باز نکردن.
 - ۱۳- زود واکنش نشان دادن.
 - ۱۴- متعهد نبودن به برنامه گنج حضور.
 - ۱۵- در من ذهنی گیر کردن.
 - ۱۶- در لحظه نبودن.
 - ۱۷- آن چیزی را که ذهن نشان می‌داد، آن را جدی گرفتن.
 - ۱۸- قرین شدن با من‌های ذهنی دیگران مانند: برنامه‌های تلویزیونی، کتاب داستان‌ها.
 - ۱۹- توقع و انتظار داشتن از دیگران، مخصوصاً پدر، مادر، دوست و غیره.
 - ۲۰- تأیید و توجه خواستن از دیگران.
 - ۲۱- ترس از دست دادن همانیدگی‌ها.
 - ۲۲- رنجش و خشم داشتن.
- آقای شهبازی:** خیلی عالی، عالی خانم تیارا. خیلی خب این‌ها خیلی چیزهای مهمی بودند شما به ما گفتید. ان شاءالله که ما هم این‌ها را رعایت کنیم تیارا خانم، شما فکر نکنید فقط شما هستید، ما هم که سندان این قدر زیاد شده، ما هم این چیزها را نمی‌توانیم رعایت کنیم. آفرین بر شما.
- خانم یکتا:** سلام استاد، خدا قوت.
- آقای شهبازی:** بله، سلام یکتا خانم. ممنونم بفرماید.
- خانم یکتا:** یکتا هشتم هفت‌ساله. می‌خواستم یک شعر از مولانا برایتان بخوانم:

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



در اگر بر تو ببندد، مرو و صبر کن آنجا
ز پسِ صبرِ تو را او به سرِ صدرِ نشاند

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

نه که قصاب به خنجر، چو سرِ میش بُرد
نَهلد کُشته خود را، کُشد آن گاه کِشاند

چو دم میش نماند، ز دم خود کندش پُر
تو ببینی دم یزدان به کجاهات رساند
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۶۵)

فردات بخواند: فردا تو را می خواند.

آقای شهمازی: خیلی زیبا، چقدر زیبا خواندید. آفرین. شما هفت سالتان است، درست است؟

خانم بکتا: بله.

آقای شهمازی: شما دارید واقعاً نشان می‌دهید به همه ما، همه مردم جهان که یک نوجوان هفت‌ساله به این زیبایی می‌تواند

شعر مولانا را بخواند و بفهمد. این‌ها را می‌فهمید شما بله؟ معنی‌اش هم را می‌فهمید؟

خانم بکتا: بله.

آقای شهمازی: آفرین. در زندگی‌تان هم دارید به‌کار می‌برید، درست است؟

خانم بکتا: بله.

آقای شهمازی: آفرین، آفرین.



خیلی خوب!

هفت سال! یازده سال! وقتی زحمت بکشی، مادر و پدر زحمت بکشند می‌شود. پس مولانا می‌تواند بچه‌های ما را تربیت کند، با همین برنامه! اگر مردم جهان همین شعرهایی که همین بچه هفت‌ساله خواند یاد بگیرند، هیچ‌موقع ناامید نمی‌شوند، هیچ‌موقع نمی‌ترسند، هیچ‌موقع خشمگین نمی‌شوند، همیشه سازنده می‌شوند، معنی «بی‌مرادی» را می‌فهمند، همین چیزی که روی صفحه نوشته شده:

بی‌مرادی شد قلاووز بهشت
حُفَّتِ الْجَنَّةُ شِنُو آي خُوش سِرْشَت
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

وقتی آدم ذهناً بی‌مراد می‌شود ناامید می‌شود. بله، خانم یکتا گفتند ناامید نشوید، وقتی خداوند یک دری را می‌بندد حتماً یک در دیگر را باز می‌کند و با دمِ خودش می‌دمد و این پوست من‌ذهنی را از ما می‌کند و به خودش زنده می‌کند.



در برنامه ۹۴۱ از دل غزل شماره ۲۸۷۸ و «حکایت عاشقی که از عسس گریخت» نکاتی مهم و کاربردی به ما آموزش داده شده‌اند.

آموزشی که نگاه متفاوتی نسبت به بی‌مرادی‌ها و اتفاقات به‌ظاهر بد به ما می‌دهد. هم‌چنین زاویه دید عمیق‌تری به مفهوم «خوب و بد»، که نسبی‌ست نه مطلق.

به‌طور خلاصه نکاتی را که چراغ راهم شدند بیان خواهیم کرد.

مولانا از زبان زندگی در غزل شماره ۲۸۷۸ به ما می‌گوید:

گر همه زهرم، با خوی منت باید ساخت پس تو پروانه نه‌ای، گر ز لگن بگریزی (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۷۸)

می‌گوید حتی اگر از دید تو من تماماً زهر باشم، باید با خوی من بسازی. اگر دور من نگردی پروانه من نیستی. مولانا در این بیت با به‌کار بردن مثال رابطه پروانه با شمع، به زیبایی رابطه انسان با زندگی را بیان می‌کند. پروانه مدام به دور شمع می‌گردد. پروانه حتی فکر گریختن از شعله‌های شمع را نمی‌کند. پروانه آن‌قدر به گرد شمع می‌گردد تا نه‌تنها بال‌هایش، بلکه تمام جانش در آتش عشق فنا و نیست می‌گردد. چنان‌که مولانا در غزل شماره ۲۶۲۷ می‌فرماید:

زیبایی پروانه به اندازه شمع است آخر نه که پروانه این شمع منیری؟ (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۲۷)

زیبایی ذاتی و حقیقی ما به‌اندازه زیبایی خالقمان است. انسان پروانه زندگی‌ست و با فضاگشایی به زندگی اجازه می‌دهد که منظور اصلی خلقت را به انجام برساند، جان من‌ذهنی را بسوزاند و مانند خورشید منور در جان بشر طلوع کند تا به‌وسیله او عشق و خرد خود را در جهان متجلی سازد.

گر همه زهرم، با خوی منت باید ساخت (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۷۸)

گاهی در زندگی اتفاقاتی پیش می‌آیند که مانند زهر برای ما تلخ و ناخوشایند هستند. مثلاً دوستان رفتاری می‌کند که به پندار کمال ما برمی‌خورد و از او می‌رنجیم، مادرمان از ما ایرادی می‌گیرد و ما فوراً واکنش نشان می‌دهیم. یا همسرمان در جمع چیزی در مورد ما می‌گوید که با تصویری که از خودمان برای دیگران ساخته



بودیم مغایرت دارد، بنابراین برای ما تلخ است. در نتیجه بلافاصله خشمگین می‌شویم و به فکر تلافی کردن می‌افتیم، یا قهر می‌کنیم یا بحث و دعوا.

یا گاهی علی‌رغم حرص و تلاش بسیار ما در جهت رسیدن به اتفاقی یا داشتن چیزی که ذهن با سحرش به ما آن را خوب نشان داده، بی‌مراد می‌شویم. ما نیز نمی‌پذیریم و ناله می‌کنیم و مدام روی خواسته من‌دهنی خود پافشاری می‌کنیم. از آیه ۲۱۶ سوره بقره یاد گرفتیم که:

«... عَسَىٰ أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ ۖ وَعَسَىٰ أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ ۗ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ»

«... شاید چیزی را ناخوش بدانید و در آن خیر شما باشد و شاید چیزی را دوست داشته باشید و برایتان ناپسند افتد. خدا می‌داند و شما نمی‌دانید»

(قرآن کریم، سوره بقره (۲)، آیه ۲۱۶)

ما نمی‌دانیم و خدا می‌داند که در هر لحظه درخور سزاواری و نیاز حقیقی ما، برایمان چه اتفاقاتی با حکم کن‌فکان باید رقم بخورد یا نخورد.

با پندار کمال و می‌دانمان، با عدم پذیرش و فضا بندی در مواجهه با اتفاقات، دراصل از زندگی می‌گریزیم و بی‌ادبی می‌کنیم. با سرعت دادن و هویت دادن به فکرهايمان، از زمینه زندگی که همان وطن و جایگاه اصیل ماست، می‌گریزیم.

مولانا می‌گوید فضای ذهن، فضای غربت است. تا زمانی که در فضای درد، ویران‌گری، زندگی در گذشته و آینده، ایرادگیری و اصلاح دیگران، حسادت، و در کل در فضای ذهن باشیم، از غریبی نجات نخواهیم یافت، یعنی در یک کلام به زندگی زنده نخواهیم شد.

هر چه مکروه‌ست، چون شد او دلیل

سوی محبوبت، حبیب است و خلیل

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۸۰)

این بیت طلایی به ما یاد می‌دهد که هرچیز که به‌ظاهر ناخوشایند است، همان چیز تو را به‌سوی معشوق هدایت می‌کند و یار و رفیق توست. هرکسی که به تو اشکال تو را نشان می‌دهد دراصل دارد به تو خدمت می‌کند.

در نهایت، همه ما در این جهان یک لشکر واحد هستیم و در یک کشتی به یک سو می‌رویم. بنابراین به‌جای درد دادن به یکدیگر و پایمال کردن حق هم‌دیگر، همراه هم باشیم. در سهولت فرآیند زایش از ذهن به یکدیگر یاری رسانیم، و هریک شمعی برای روشنایی راه دیگری.



پندار کمال در باغِ یکتایی

در برنامه ۹۴۱ گنج حضور داستانی از دفتر چهارم مثنوی تفسیر شد که چراغ‌های زیادی را روشن می‌کند. یکی از این چراغ‌ها را که برایم از همه پرنورتر بود به اشتراک می‌گذارم.

تابلویی که در داستان مربوط به این چراغ می‌باشد این است:

یک جوانِ عاشقی هشت سال است دنبالِ معشوقش می‌گشته و از دوریِ او درد می‌کشیده. یک مأمور ترسناک و ظالم او را در شب دنبال می‌کند. عاشق از دستِ او با شتاب فرار می‌کند و ناگهان سر از یک باغِ عجیب درمی‌آورد. در آن باغ ناگهان معشوقش را که همیشه دنبال او بوده می‌بیند. این معشوق دارد در جویِ باغ دنبالِ انگشتریِ جوان می‌گردد. جوان بسیار خوشحال می‌شود و عَسَس یعنی آن مأمور را دعا می‌کند که باعث شد معشوق را پیدا کند.

چون درآمد خوش در آن باغ آن جوان

خود فرو شد پا به گنجش ناگهان

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۵۲)

مر عَسَس را ساخته یزدان سبب

تا ز بیم او دَوَد در باغ، شب

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۵۳)

بیند آن معشوقه را او با چراغ

طالب انگشتری در جویِ باغ

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۵۴)

ولی در قدم بعدی این عاشق که مولانا حالا او را ساده‌مرد می‌نامد خودش کار خودش را خراب می‌کند. ساده‌مرد با عجله قصدِ کنار و بوسه با معشوق را می‌کند و در برابر معشوق استدلال هم می‌کند که این‌جا کسی نیست، پس چه بهتر از این‌که ما هم دیگر را بغل کنیم.

معشوق در این‌جا خشمگین می‌شود و سر او فریاد می‌زند و او را آبله می‌نامد. معشوق می‌گوید تو آبله و بی‌ادب هستی. از این‌جا به بعد در داستان دیگر از انگشتری هم خبری نمی‌شود.

چونکه تنه‌ایش بدید آن ساده‌مرد

زود او قصد کنار و بوسه کرد

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۲۰)



بانگ بر وی زد به هیبت آن نگار که: مرو گستاخ، ادب را هوش دار

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۲۱)

این عاشق که حالا اسمش ساده‌مرد است باز هم کوتاه نمی‌آید و با گستاخی به معشوق می‌گوید:
فرض کنیم که من ادب ندارم، وفا و طلب که دارم. اما معشوق اصلاً این حرف‌های او را قبول نمی‌کند.

گفت او: گر ابله‌م من در ادب زیرکم اندر وفا و در طلب

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۵۷)

گفت: ادب این بود خود که دیده شد آن دگر را خود همی دانی تو لُد

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۵۸)

لُد: دشمنِ سرسخت

حال این تابلوهای داستان چه چراغ‌هایی را روشن می‌کنند؟

۱- من به‌عنوان عاشقِ عقلِ خودم و نظمِ من‌ذهنی‌ام را به فضای یکتایی می‌برم. این داستان در موردِ انسانی است که شاید خیلی هم روی خودش کار کرده و به‌موجبِ فضاگشایی وارد باغِ یکتایی شده و معشوق را هم دیده، اما توی این باغ دست از پندارِ کمالش برنداشته.

۲- توکل نداشتن و شناسایی نکردنِ لطفِ زندگی:

من به‌عنوانِ انسانی که در اصل عاشق هستم و دارم روی خودم کار می‌کنم اصلاً حواسم نیست که زندگی خیلی مشتاق‌تر به کمک به من است، زندگی دارد همه کار برای من می‌کند. معشوق در جوی باغ، وسطِ شب با چراغِ دنبالِ انگشتری انسان می‌گردد. انگشتری نشانه‌ پادشاهی و زنده شدنِ انسان به حضور است. زندگی خودش دارد می‌گردد و می‌خواهد بهترین را که همان انگشتری است به انسان بدهد. زندگی از همه مشتاق‌تر است که ما را به خودش زنده کند. برای همین مولانا به ما گفته:

پیش بینا، شد خموشی نفع تو بهر این آمد خطاب اَنْصِتُوا

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۰۷۲)

در حضور معشوق که زندگی‌ست ذهن من هیچ‌چیز نباید بگوید، فقط باید فضا را باز کند و در خدمتِ معشوق باشد. اجازه بدهد که معشوق بگوید او چه کند. من باید بپرسم: «زندگی از من چه می‌خواهد؟» نه این‌که تقاضای چیزی را کنم که ذهنم نشان می‌دهد.



۳- طلبکاری به بهانه معنویت:

این چیزی که ذهن من می‌خواهد ممکن است یک ظاهر معنوی داشته باشد. مثلاً من بگویم: «مولانا دیگر از من چه می‌خواهد؟ چه خبر است دیگر؟ بس نیست کار کردن؟ پس این بی‌نهایت من کجاست؟» این درست نیست! فقط باید خاموش شد. این انسان است که باید خودش را در اختیار زندگی قرار دهد، نه این‌که با ذهن انتظار گرفتن حضور تجسمی از زندگی را داشته باشد.

همان‌طور که این تابلو به خوبی نشان می‌دهد، ما نمی‌دانیم و زندگی می‌دانند. زندگی دارد خودش دنبال انگشتری ما می‌گردد و ما به‌جای کمک بی‌ادبی می‌کنیم و پندار کمالمان را به رخ زندگی می‌کشیم، یعنی ما به زندگی درس می‌دهیم، می‌گوییم این‌جوری که من می‌گویم باید باشد، الان وقت بوسه و کنار است.

داستان این اشتباه ذهن را نشان می‌دهد که می‌گوید: «تو خیلی روی خودت کار کردی، تو خیلی طلب داری.» این حرف‌های ذهن انسان را از صفر بودن در برابر زندگی بیرون می‌آورد و ما را از لطف زندگی محروم می‌کند.

۴- شناسایی زیبایی و طلب زندگی و توکل به او:

مولانا در غزل ۲۲۷۹ از دیوان شمس می‌گوید:

«لیلی زیبا را نگر، خوش طالبِ مجنون شده»

لیلی نماد زندگی است و مجنون انسان است. می‌گوید خود لیلی یعنی زندگی طالب انسان است و می‌خواهد او را به خودش زنده کند. تابلوی «معشوقه چراغ به دست که در شب، میان جوی باغ دنبال انگشتری عاشق می‌گردد.» همین لحظه ظریف را نشان می‌دهد. ما هر چقدر هم روی خودمان کار کرده باشیم «لی مع الله وقت» و یکی شدن با زندگی را تجربه نخواهیم کرد اگر حرفی از پندار کمالمان را بین خودمان و زندگی ببریم.

پس پیغام اساسی این قسمت این است که همه طلبکاری پندار کمال معنوی‌نمایت را رها کن و فقط ساکت باش. فقط در این صورت می‌توانی ادب را رعایت کنی و از لطف زندگی برخوردار شوی.

صبح نزدیک است، خامش، کم خروش

من همی‌کوشم پی تو، تو مکوش

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۱)

از خدا جویم توفیق ادب

بی‌ادب محروم گشت از لطف رب

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۷۸)



۲۳- سخنان آقای شهبازی

آقای شهبازی: خیلی خوب بود سارا خانم! آفرین، آفرین!

حقیقتاً از این زحمات شما و بینش شما من حیرت می‌کنم. عالی، عالی، عالی! آفرین.

خانم سارا: خواهش می‌کنم آقای شهبازی این، همه‌چیز را، یک‌ذره‌ای را هم که یاد گرفتیم از شما یاد گرفتیم. تازه چیزی هم یاد نگرفتم من به‌شخصه.

آقای شهبازی: دوستان از این همکارانمان و بینندگانمان یاد بگیرید. این قدر خوب می‌فهمند و خوب بیان می‌کنند که من می‌خواهم دوباره تأکید کنم که یک موقعی فکر نکنید که فقط مثلاً من می‌توانم درست بیان کنم. خیلی‌ها می‌گویند: «آقا ما می‌خواهیم به حرف‌های شما گوش بدهیم.» نه! پیغام از همه می‌آید، این خوش‌بینی که در شما دیده می‌شود واقعاً لطف خداست، قدرت خداست. شما دیگر باور می‌کنید که این پیغام از زبان دوستانمان دارد بیان می‌شود! شما پیشرفت کردید. شکر کنیم که دیگر یکی، دو نفر نیستیم. دیگر، دیگر خداوند چجوری به شما نشان بدهد؟ یکتا را نشان می‌دهد هفت سالش است، تیارا را نشان می‌دهد یازده سالش است، هدیه را نشان می‌دهد شانزده سالش است، آیدا را نشان می‌دهد هفده سالش است. بعد می‌آید سی‌ساله‌ها را نشان می‌دهد، بیست‌وپنج‌ساله‌ها را نشان می‌دهد، چهارساله‌ها را نشان می‌دهد. الان سارا خانم را از آلمان این‌طوری نشان می‌دهد به شما. بیننده دیگرمان که از استرالیا زنگ زدند ایشان را نشان می‌دهد، هرکدام پیغام را به‌زیبایی بیان می‌کنند، منظورم مرجان خانم بود از استرالیا.



سلام خدمت شما و همه عزیزان.

بشنو:

ای شاه شاهان جهان، ای نور چشم عاشقان ای سرپوش غیب‌دان، الله مولانا علی

(منسوب به ارادتمندان حضرت علی)

این قلم را در دستان این حقیر هم‌چون گویی بگردان که چوگانش تو باشی تا از دل برآید که بر دل‌ها نشیند، که من از نزد خود چیزی ندارم و همه تویی. همه اسبابند و تو مسبب‌الاسباب، عجز و اضطرارم را می‌دانی پس باز هم تو سخن بگو. در تمام طول داستان خرس تأکید بسیار بر اضطرار، تواضع و درد طلب راستین در برابر زندگی کردم، حالا بشنو. اما نه شنیدنی با گوش سر بلکه شنیدنی ماورایی.

پنبه و سواس بیرون کن ز گوش تا به گوش‌ات آید از گردون، خروش

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۴۳)

چرخ را در زیر پا آر ای شجاع بشنو از فوق فلک، بانگ سماع

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۴۲)

پنبه و سوسه‌های نفس را از گوش جانت بیرون بیاور تا بتوانی صدایی از فوق‌فلک یعنی از ماورا بشنوی. بدون داشتن گوش زندگی، تو آن چیزی را می‌شنوی که ذهنت دوست دارد بشنود و آن صدای تأیید و دست زدن و تمجید دیگران است و هرچه خلاف آن بشنوی به ستیزه می‌آیی و بر از کینه و درد می‌شوی.
مثلاً:

«در کتابی مسئله‌ای می‌طلبی چون گوش و چشم و هوش از آن یک مسئله پر شده است ورق‌ها می‌گردانی و چیزی نمی‌بینی پس چون ترا نیستی و مقصدی غیر این بوده هرجا که گردیده باشی از آن مقصود پُر بوده باشی و این را ندیده باشی.»

(مولوی، فیه ما فیه، فصل شصتم)

تو به‌دنبال من نیستی، تو بر من عاشق نیستی بلکه تو به‌دنبال مقصودی دیگر در زیر نام من هستی.

هر کسی از ظن خود شد یار من از درون من نجست اسرار من

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۶)



پس نیت خود را برای «طلب» خالص گردان تا زندگی پنبه‌ای در گوش جسمیات کند تا دیگر هیچ اثری از علاقه به شنیدن تأییدهای دیگران نداشته باشی. آن زمان است که آن صدای ملکوتی را خواهی شنید که از درونِ جانِ تو با تو صحبت می‌کند.

**پنبه اندر گوشِ حَسِّ دُونِ کنید
بندِ حَسِّ از چشمِ خود بیرون کنید**
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۵۶۶)

**پنبه آن گوشِ سِر، گوشِ سَر است
تا نگردد این کَر، آن باطن، کَر است**
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۵۶۷)

**بی حَس و بی گوش و بی فکر شوید
تا خطابِ اِرْجعی را بشنوید**
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۵۶۸)

«اگر می‌خواهید خطابِ اِرْجعی (به سوی من برگردید) حق تعالی را بشنوید باید از قید و بند حواس ظاهر و گوش ظاهر و عقل جزئی دنیا طلب رها شوید.»

فکرت: اندیشه

پنبه‌ای که حجابی برای گوش باطن توست همین گوش جسمی توست که عاشق شنیدن صدای خرس چاپلوس است. گوش جسم خود را بر صدای خرس چاپلوس خود و خرس‌های مهربان بیرونی ببند تا بتوانی صدای زندگی را بشنوی که می‌گوید به سوی من بازگرد. در غیر این صورت هرگز آن صدا را نخواهی شنید. پس با جهد و تلاشی که ریشه در توکل به من دارد مرا از برای خودم طلب کن و هر قدم را از برای من بردار.

**گوشِ حَسِّ تو به حرف، ار در خور است
دان که گوشِ غیبِ گیرِ تو کَر است**
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۳۹۵)

خدایا از کجا بدانم که قدمی که برمی‌دارم از برای توست؟

جواب: از درون خود سؤال کن جواب درست را تو ذاتاً می‌دانی. به جای ذهنت به قلبت رجوع کن.

اما خدایا این کار از من ساخته نیست. من چطور صدایی از ماروا را بشنوم؟ چیزی که اصلاً نمی‌شناسم و می‌فرمایی که با ذهن و حواس پنجگانه قابل تشخیص نیست. این طلب در من هست اما نمی‌دانم چگونه!

جواب: همین که نمی‌دانی هم جای خوبی هستی.

پس:



بشنو این نی چون حکایت می کند
از جدایی‌ها شکایت می کند

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱)

آتش است این بانگ نای و نیست باد
هر که این آتش ندارد نیست باد

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹)

آتش عشق است کاندَر نی فتاد
جوشش عشق است کاندَر می فتاد

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۰)

نی حریف هر که از یاری برید
پرده‌هایش پرده‌های ما درید

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۱)

همچو نی زهری و تریاکی که دید
همچو نی دمساز و مشتاقی که دید

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۲)

نی حدیث راه پر خون می کند
قصه‌های عشق مجنون می کند

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳)

پس: بشنو صدای نی بزرگان را که نی (نیستی) شدند و همه وجودشان خالی از هر منیّتی است. بشنو که با شنیدن آن‌ها آتشی بر جانّت می‌افتد که مست می‌شوی و رقص می‌کنی.

او (مولانا) نی است و من (خدا) دمنده در آن نی. همانند او نخواهی یافت و او نامیراست و جاودانه.

صدای نوای نی او را دنبال کن تا تو را به سمت من کشاند و هر صدای دیگری جز نوای نی بزرگان همان صدای گرگی است که در نفس هر مخلوق هست و تو را به قعر می‌کشاند.

هر ندایی که تو را بالا کشید
آن ندا می‌دان که از بالا رسید

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۸)



هر ندایی که تو را حرص آورد
بانگ گرگی دان که او مردمِ درَد

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۹)

و یادت باشد:

زآنکه اوّل سمع باید نطق را
سوی منطق از ره سمع اندر آ

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۶۲۷)

خاموش بمان. گوش دادن به صدای نوای نی مولانا گوش جاننت را شنوا و تمام دردهایت را به شادی تبدیل می‌کند و گرگ وجودت را به یوسف.

من غصه را شادی کنم گمراه را هادی کنم
من گرگ را یوسف کنم من زهر را شکر کنم

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۷۴)

و در آخر هر لحظه را غنیمت شمار که فرصت کوتاه است و تلاش کن تا محرم ما شوی و کسی را دعوت مکن، که آن‌ها تو را از راه باز می‌دارند و از ما دور می‌کنند. چون:

محرم این هوش جز بی‌هوش نیست
مر زبان را مشتری جز گوش نیست

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۴)

در نیابد حال پخته هیچ خام
پس سخن کوتاه باید، والسلام

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۸)



هله تا ظن نبیری کز کف من بگریزی حیله کم کن، نگذارم که به فن بگریزی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۷۸)

جوان معشوق را در الست دید. دلش رבוده شد و سرمست به این جهان فرستاده شد. پیش از این آب و گل، خماری الست را چشیده بود، ولی همه چیز را فراموش کرد. فراموش کرد که مقصود اصلی وصال یار است. حتی یار به او تقلب رسانده بود که من و تویی را کنار بگذار و همه به یک ریسمان چنگ بزیند. کم کم شغف عالم الست کم رنگ شد. به ناچار سرگرم به دست آوردن دنیا شد. فکر کرد با همانیدگی غم دوری از بین می‌رود.

عشق، از اول چرا خونی بود؟ تا گریزد آنکه بیرونی بود

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۷۵۱)

برای امتحان راستین بودن عشق، اغیار سر راه او قرار گرفت و او که فراموش کرد

اندازه معشوق بود عزت عاشق ای عاشق بیچاره ببین تا ز چه تیری

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۲۷)

او عاشق اغیار شد و با سحر آن‌ها از مسیر منحرف شد. یکی از این سحرها دید مضری است که اکثر مردم جهان دارند،

چشم خود بر بند ز آن خوش چشم، تو عاریت کن چشم از عشاق او

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۷۶)

با این سحر یار را جسم و شبیه انسان‌ها تصور کرده، خدای ذهنی می‌پرستیم و با گله و شکایت دنبال جلب ترحم او هستیم، ولی دورتر می‌شویم.

سحر دیگر احساس زنده شدن به زندگی و بی‌عیب بودن و احساس خاص بودن است، چون ذهن مثل چشم فقط عیب دیگران را می‌بیند. ما برای دیدنش باید دید ناظر پیدا کنیم.

سحر دیگر احساس کم‌یابی و چشم‌تنگی من‌ذهنی است. با این شک و تردیدها در باغ یکتایی بسته خواهد ماند. ما درپرست شده، دائماً می‌خواهیم عوان ما را دنبال کند و کار کوتاه را کیش می‌دهیم.

تو مبین که بر درختی یا به چاه تو مرا بین که منم مفتاح راه

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۸۰۹)



وقتی گرفتار عوان من‌ذهنی هستی و دنیا مثل چاه سیاه هست، در هر حالتی امیدواری یا ناامید، حيله را کنار بگذار. عاشق واقعی که پروانه آن شمع منیر است، باید از جهان قطع امید کند؛ یعنی فقط مُجاز به فضاگشایی است که کلید این راه هست.

پیشتر آ، درگذر از ما و من
پیشتر آ، تا نه تو باشی نه ما

کبر و تکبر بگذار و بگیر
در عوض کبر چنین کبریا

گفت: «الست» و تو بگفتی: «بلی»
شکر بلی چیست؟ کشیدن بلا

سر بلی چیست که یعنی منم
حلقه زن درگه فقر و فنا
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۱)



۲۶- خانم فرخنده و خانم آیدا از جوزان نجف آباد با سخنان آقای شهبازی

خانم فرخنده:

عاشق شو، و عاشق شو، بگذار زحیری سلطان‌بچه‌ای آخر، تا چند اسیری؟

سلطان‌بچه را میر و وزیری همه عارست زنهار، به جز عشق دگر چیز نگیری

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۲۷)

از طریق این برنامه و آموزه‌های حضرت مولانا به راحتی متوجه کاربرد و عملکردهای اشعار در خودمان می‌شویم، که هرکدام دارای یک نیروی محرکه‌ای هستند که ما را از همانیدگی‌ها جدا می‌کنند.

همه این ابیات از ما می‌خواهند که روی پله عشق قرار بگیریم و عاشق شویم و این عشق را در دیگران شناسایی کنیم، یعنی ارتعاش‌دهنده عشق در جهان هستی باشیم، که کلید عاشق شدن، جدا شدن از من‌ذهنی و مردن به آن است. که با مردن به من‌ذهنی که به انقباض و ترس و ناامیدی در ما پایان داده می‌شود. و ما متوجه عنصر نامیرایی در خود می‌شویم. عنصری که از طریق آن می‌توانیم به آفل بودن و میرایی چیزهای اطراف خودمان پی ببریم و متوجه بشویم که جاودانه‌ایم.

هرگز نمیرد آن که دلش زنده شد به عشق ثبت است بر جریده عالم، دوام ما

(حافظ، دیوان غزلیات، غزل ۱۱)

خانم آیدا:

چند نهران داری آن خنده را؟ آن مه تابنده فرخنده را

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۳)

چقدر می‌خواهی به اتفاقات زندگی با مقاومتت اخم نشان دهی؟ اصلاً خبر داری که شادی در درون تو هست که می‌تواند از طریق زندگی شکوفا شود؟

این قدر اخم به زندگی نشان داده‌ای که ماه درون تو پنهان شده‌است و خیلی وقت است که کسی ماه بی‌نهایت تو را ندیده است. تو دنبال اتفاق ذهنی هستی که تو را شاد کند و هیچ وقت شادی را از درون خودت به اتفاقات زندگی و به درون دیگران نریخته‌ای. تو نمی‌دانی که ماه درون تو، ماه خوش‌یمن و ماه خوشبختی است؟ مگر تو دنبال خوشبختی نبودی؟ پس ماهت را پنهان نکن و با فضاگشایی ماهت را بیش‌تر نشان بده تا روی شادی را ببینی.

شادی از رگ گردن به تو نزدیک‌تر است، فقط کافی‌ست که ناظر ذهنت شوی و در لحظه حال قرار بگیری. راز شاد بودن، «بودن در این لحظه» است.



اما شاد بودن این نیست که ما آن کاری را که دوست داریم انجام بدهیم، راز شاد بودن این است که ما شادی را از درون خودمان به هر کاری که انجام می‌دهیم بریزیم.

خوشبختی در شادی ماست، منبع شادی هم در درون ماست، پس چه بهتر که می‌توانیم خوشبختی را از درون پیدا کنیم و به دنیای بیرون هم انعکاس دهیم. چرا وقتی می‌توانیم این لحظه، به راحتی به اتفاقات بخندیم، اخم می‌کنیم و ناراحت می‌شویم؟ ما با خودمان دشمن هستیم که خودمان را در هر لحظه نسبت به هر چیزی ناراحت می‌کنیم. اگر واقعاً خودمان را دوست داریم، چهار بعدمان را به خاطر هیچ اتفاقی ناراحت نکنیم و تسلیم باشیم.

خنده بیاموز گل سرخ را جلوه کن آن دولت پاینده را

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۵۳)

آقای شهمازی: خیلی زیبا، آفرین آیدا خانم.

آیدا خانم به سن و سال‌های خودتان چیزی می‌خواهید پیشنهاد بدهید؟ چه می‌گویید به سن و سال‌های خودتان؟
خانم آیدا: استاد به آن‌ها می‌گویم که مهم‌ترین لحظه، لحظه حال است و تنها چیزی که ما به آن دسترسی داریم این لحظه هست، پس از لحظاتمان استفاده کنیم و شادی را به لحظاتمان بریزیم و به درد اهمیت ندهیم، چون هرچقدر به درد بیشتر اهمیت ندهیم، آن را کوچک‌تر و کوچک‌تر می‌کنیم و شادی درونمان بیشتر تر و بیشتر می‌شود.

آقای شهمازی: آفرین. به درد اهمیت ندهیم، خیلی خوب. شما واقعاً الآن از درون شادی می‌آورید؟

خانم آیدا: بله استاد.

آقای شهمازی: پس حالتان خوب است دیگر، نه؟

خانم آیدا: بله استاد حال من خیلی خوب است.

آقای شهمازی: آفرین، آفرین. این حالت‌های طغیان و سرکشی شانزده، هفده سالگی هم در شما نیست، نه؟

خانم آیدا: استاد، بود. بوده قبلاً، ولی الآن نه دیگر، خیلی فروکش کرده.

آقای شهمازی: فروکش کرده.

خانم آیدا: استاد خنده‌ام می‌گیرد، ببخشید.

آقای شهمازی: بله خوب من می‌بینم شما شاد هستید واقعاً، همه متوجه می‌شوند که شما می‌خندید و جلو خنده‌تان را

نمی‌توانید بگیرید.

خانم آیدا: بله استاد.

آقای شهمازی: آفرین، آفرین.

خانم آیدا: استاد من گاهی وقت‌ها آن قدر می‌خندم، بقیه لقب دیوانه به من دادند.

آقای شهمازی: خوب جوان باید این طوری باشد، جوان پانزده، شانزده ساله پر از عشق است، پر از شادی است، پر از خداییت

است، اصلاً خداییت خنده است.



این‌که ما به‌عنوان پدر و مادر بچه‌هایمان را طوری تربیت می‌کنیم که در هفده، هجده سالگی همه‌اش باید عزا بگیرند، غمناک بشوند و به فکر به‌دست آوردن همانیدگی‌ها باشند، از دست آن‌ها درد بکشند، دچار حمله‌های من‌ذهنی بشوند، هی درد انباشته کنند، دردهای درون به آن‌ها حمله کند.

خب شما به‌جای درد، الآن خودتان می‌گویید درونتان شادی است. شادی بی‌سبب در به‌اصطلاح سن و سال‌های شما، این‌قدر نزدیک است، درست مثل این‌که بعضی جاها دیدید یک متر می‌کَنی به آب می‌رسی، دو، سه متر می‌کَنی به آب می‌رسی، ولی بعضی جاها باید هی باید بکنی، چهل متر، پنجاه متر باز هم خشکی است.

ما این‌قدر این لایه‌های همانیدگی و درد را روی هم انباشته می‌کنیم که به آب رسیدن خیلی سخت می‌شود. در بچه‌های هفت‌ساله، یازده‌ساله امروز بودند دیگر، یکتا و تیارا و شما و، خب شما چند سال است به برنامه گوش می‌کنید؟
خانم آیدا: استاد، چهار.

آقای شهمازی: چهار سال، یعنی از دوازده، سیزده سالگی. خب دیگر دوازده، سیزده سالگی این زندگی و این شادی و این خدایت زیر لایه‌های همانیدگی مدفون نشده.

ما به‌وسیله پندار کمال و من‌ذهنی، هم خودمان را، هم بچه‌هایمان را تربیت می‌کنیم که این بچه‌ها با سیستم دردانگیزی که در خودشان به‌وجود می‌آورند، واقعاً همه را عاصی می‌کنند. شما الآن منبع شادی هستید، خنده هستید و هم برای خودتان هم برای خوانواده‌تان هم برای جامعه، برکت هستید.

احتمال این‌که شما مریض بشوید بسیار بعید است، یا خشم شما را هدایت کند یا ترس هدایت کند، بیشتر مردم به‌وسیله خشمشان، ترسشان، کینه‌شان، انتقام‌جویی‌شان، اضطرابشان، حس گناهشان دارند فکر می‌کنند و عمل می‌کنند، این‌ها همه مخرب است، بالاخص خشم. شما خشم را می‌بینید در آدم‌ها و دردهای دیگر مثل حسادت، از حسادت مردم می‌سوزند، اصلاً چیزی نمی‌ماند دیگر. این‌ها همه اشتباه است، اشتباه دید است.

همین الآن داشتیم در تابلو، می‌گفت این من‌ذهنی یک سحر است، انسان غلط می‌بیند. من وقتی می‌بینم واقعاً نوجوانانی مثل شما درست می‌بینند، درست صحبت می‌کنند، یعنی زندگی دارد صحبت می‌کند، پس این‌قدر دسترسی به زندگی، یعنی زنده شدن به خدا مقدر است و آسان است.

شما موافقید که ما این دانش مولانا را گسترش بدهیم، درست است؟ بیشتر تر به مردم یاد بدهیم.

خانم آیدا: بله استاد، بله خیلی موافقم.

می‌بینید که این بچه‌ها با وجود این‌که خب سانشان کم است چقدر مؤدبند! به این می‌گویند «ادب زندگی» الآن دوستانمان صحبت کردند در این داستان اول دفتر چهارم که این روزها می‌خوانیم بعد از داستان خرس، این‌ها به هم مربوط هم هستند؛ این عاشق ما که وارد باغ شده و پیش خداوند است به اصطلاح، هنوز بی‌ادبی‌اش با او است، می‌خواهد خدا را به وسیله نظم من‌ذهنی‌اش سروسامان بدهد.

درحالی‌که خداوند در باغ دنبال انگشتری حضرت سلیمان می‌گردد به انگشت ما بکند ما بشویم شاه، ولی این شخص نه تنها کمکی نمی‌کند این جوان، بی‌ادبی هم می‌کند: «آقا این‌جا کسی نیست ما می‌توانیم هم‌دیگر را بغل کنیم! این فرصت را نباید از دست بدهیم!» یعنی ما به خداوند داریم می‌گوییم.

◇ ◇ ◇ پایان بخش دوم ◇ ◇ ◇

۲۸- خانم سعیده و آقای علی از ونکوور با سخنان آقای شهبازی

آقای شهبازی، من سعیده هستم از ونکوور. با اجازه تان مطلبی را ننوشتم که از رویش بخوانم، ولی یک چیزی را جدیداً یاد گرفتم اگر اجازه بدهید به اشتراک بگذارم، بگویم همین طوری برایتان.

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

خانم سعیده: خیلی ممنونم. آقای شهبازی، شما همیشه می‌فرمودید که هر ایرادی که در بقیه می‌بینید، مطمئن باشید که در خود شماست، ولی با عرض شرمندگی من تازه دارم متوجه این مسئله که شما می‌فرمودید می‌شوم، یعنی قبلاً پندار کمالم نمی‌گذاشت این را باور کنم. می‌گفتم که نه، هرچه که من در بقیه می‌بینم، لابد ایراد آن‌هاست.

ولی به تازگی تازه دارم متوجه می‌شوم این صحبت شما را که بله، هرچه که در بقیه می‌بینم دقیقاً ایراد خود من است. و خب من حالا اصلاً پای صحبت‌های شما با اشعار مولانا می‌نشینم که ان‌شاءالله هی ایراداتم را بیشتر و بیشتر بشناسم تا دست از این عادات تکراری و رفتارهای غلطی که از سر من‌ذهنی انجام می‌دهم بردارم تا به قول گفتنی خودسازی بکنم. خودم را بیشتر بشناسم و دست از ایرادات ذهنی‌ام بردارم.

بعد دیدم که اگر که می‌خواهم بفهمم که من‌ذهنی من چه ایراداتی دارد، چه کارهایی دارد می‌کند، باید ببینم دقیقاً چه ایراداتی را در بقیه می‌بیند، چه ایرادی را به بقیه می‌گیرد. مثلاً یک بار که داشتم که به همسر می‌گفتم که چرا وسایلی را که برمی‌داری را سر جایش نمی‌گذاری؟ و به قول گفتنی مثلاً دنبالش راه می‌رفتم می‌گفتم وسایلی که برمی‌داری سر جایش بگذار، یک بار که داشتم خانه را مرتب می‌کردم یک‌دفعه انگار چشمم باز شد دیدم که نگاه! این‌ها همه را خود من گذاشتم این‌جا، سر جایش نگذاشتم، چجوری است که به بقیه ایراد می‌گیرم؟ دیدم که پس من هرچه که در بقیه می‌بینم، کار خودم است، این من‌ذهنی خودم است که این ایراد را دارد.

یک بار داشتم با یک عزیزی صحبت می‌کردم، بعد شروع کرد از من یک سری سؤالات شخصی از زندگی من بپرسد، سریع من‌ذهنی‌ام آمد بالا که خب چرا این سؤال‌ها را از من می‌پرسد؟ آخر این‌ها را من دوست ندارم به اشتراک بگذارم، این‌ها؛ یک‌دفعه دیدم که خب من‌ذهنی من هم هی دارد می‌گوید که حالا مثلاً از او بپرس که این را چکار کرد؟ آن چه شد؟ این چه شد؟ دیدم که خب حالا من نمی‌پرسم، ولی در من‌ذهنی، در سر من که دارد این سؤال‌هایم چرخد. دیدم که من خودم هستم که در زندگی بقیه می‌خواهم دخالت کنم و فضولی کنم و سؤال بپرسم.

من این را فهمیدم از صحبت‌های شما، تازه دارم می‌فهمم. حالا ان‌شاءالله که بشود الگوی عملم و هر لحظه بر همین اساس، دید کلی زندگی‌ام بشود که از این به بعد هرچه ذهنم آمد بالا، آمد گفتش که چرا این دخالت می‌کند؟ چرا این نامرتب است؟ چرا این فلان‌ش؟ بدانم همه‌اش واقعاً دارد خدا از طریق بقیه ایرادات من را نشان می‌دهد تا دست بردارم از آن‌ها. به محض این‌که دست برداشتم، دیگر این‌ها را در بقیه نمی‌بینم.

مثلاً این‌ها در بُنا، بچه‌ام هم دیدم. مثلاً وقتی که من خشمگین می‌شوم، او اصلاً به واکنش نمی‌افتد، او اصلاً برایش مهم نیست، اصلاً خشم من را متوجه نمی‌شود، چون اصلاً این خشم در درون او نیست. به خاطر همین من هم باید مثل او باشم.



من هم وقتی بقیه خشمگین می‌شوند، من هم به واکنش می‌افتم، حالا شاید به قول شما یک خرسی پیدا کردم، حالا واکنش نمی‌دهم همان لحظه، ولی در ذهنم که هی دارم با خودم کلنجار می‌روم که چرا این خشمگین شد؟ چرا این جور می‌گفت، اینها؟ اینها همه به خاطر این است که این خشم در درون من هم هست. حال خرسم آرام شده، خشمم را شاید نشان نمی‌دهم در یک سری مواقع، ولی در درونم که هست که، ذهنم که با آن درگیر می‌شود که، پس این خشم در درون من هم هست. این را تازگی‌ها از شما دارم می‌شنوم. ببخشید که گوشم هم کر بوده تا حالا.

آقای شهمازی: خیلی، خیلی زیبا.

خانم سعیده: ببخشید وسط حرفتان، در نهایت هم می‌خواستم بگویم یک بی‌تی است که خیلی دوستش دارم، جدیداً یاد گرفتم دارم می‌خوانم، آن را هم بخوانم، دیگر وقتتان را نگیرم.

آقای شهمازی: بله، بله، خواهش می‌کنم.

خانم سعیده:

تو بی ز گوش شنو، بی زبان بگو با او که نیست گفت زبان، بی‌خلاف و آزاری

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۵۵)

آقای شهمازی: بله، آفرین. آفرین. خیلی خب سعیده خانم، خیلی چیز مهمی را تجربه کردید و البته این را عرض کنم خدمتتان که در دو صورت ما به اصطلاح ایراد را می‌بینیم. اگر شما واکنش نشان بدهید، ایراد در شماست. ولی اگر فضا باز کنید، ایراد در شما نیست. حالا یک سؤال از شما می‌پرسم؛ حالا به نظر شما خداوند که بی‌نهایت فضاگشایی است، واقعاً ایرادهای ما را نمی‌بیند؟

خانم سعیده: می‌بیند.

آقای شهمازی: پس ما ایراد داریم، ایراد را می‌بیند خداوند، ولی چیزی نمی‌گوید فضا را باز می‌کند، درست است؟

خانم سعیده: بله.

آقای شهمازی: حالا اگر ما هم فضاگشایی کردیم، نشان می‌دهد که آن ایرادی که الان می‌بینیم در ما نیست. اگر نتوانستیم فضاگشایی کنیم و واکنش نشان دادیم، حتماً در ما هست.

که ایراد، من می‌خواهم فقط این را درست بفهمید، این طوری نیست که شما می‌گویید که خب اگر به حضور زنده بشوم،

ایراد را نمی‌بینم، آن موقع خب چکار کنم؟ پس ایراد را نبینم که همه می‌آیند سر من کلاه می‌گذارند! توجه می‌کنید؟

یک آدم من‌ذهنی شاید فریب‌کار نمی‌تواند سر یک آدمی که حضور دارد کلاه بگذارد یا سر خداوند کلاه بگذارد. چرا؟ او

می‌بیند، منتها فضاگشایی می‌کند، یعنی زندگی یا خداوند دائماً فضاگشایی می‌کند که ما بفهمیم خودمان را اصلاح کنیم.

دیگر وقتی از حدود خود می‌گذرانیم، خودمان به خودمان لطمه می‌زنیم. آن هم خداوند نمی‌کند، ما خودمان می‌زنیم. باز هم

فضا باز می‌کند که بلکه متوجه بشویم.



هی می‌گوید تو نکوش، من دارم می‌کوشم، بگذار من بکوشم. ما نمی‌گذاریم او بکوشد، همه‌اش با نظم من‌ذهنی‌مان ما می‌خواهیم زندگی‌مان را درست کنیم.

پس بنابراین آدم‌هایی که به حضور زنده هستند، ایراد را می‌فهمند، چون خودشان آن را ندارند؛ ایراد وقتی منعکس می‌شود، ایراد آن‌ها منعکس می‌شود، ولی هیچ‌چیز نمی‌گویند فضا را باز می‌کنند تا آن شخص در فضای گشوده‌شده ایراد خودش را ببیند.

اگر شما بتوانید فضاگشایی کنید، پس بنابراین در شما نیست آن ایراد. اگر واکنش نشان دادید، حتماً در شما هم هست. خب با شما خداحافظی کنم.

خانم سعیده: خیلی ممنونم آقای شهبازی. لطف کردید که این را برایم توضیح دادید.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم سعیده: آقای شهبازی، عذرخواهی می‌کنم امکانش هست که علی هم صحبت کند؟

آقای شهبازی: علی، بله، بله. علی آقا، بله.

خانم سعیده: ببخشید. خیلی ممنونم. از من خدانگه‌دار.

آقای شهبازی: خداحافظ.

آقای علی: آقای شهبازی، من خیلی وقت است که می‌خواستم تماس بگیرم، خب به خاطر مسائل کاری نتوانستم، همیشه سر کار بودم، امروز هم خیلی دوست داشتم نمی‌خواهم وقت دوستان را بیش‌تر از این بگیرم. یک متن نوشته بودم، اما الان می‌خواهم فقط اگر امکانش هست، یک جورایی تیتروارش را بخوانم.

آقای شهبازی: بله، بله، بفرمایید.

آقای علی: با اجازه‌تان. آقای شهبازی، می‌دانید این برنامه قبلی یک سری مطالبی یاد گرفتم که الان می‌خواهم چندتا موردش را بگویم.

یکی این‌که، مخصوصاً از قسمت مثنوی‌اش، یکی این قسمتی بود که من همیشه فکر می‌کردم با ، تلاش می‌کردم در مسیری که الان در گنج حضور هستم، در این حالا نمی‌دانم نزدیک سه سال است حدوداً دارد می‌شود.

بعد همیشه دارم تلاش می‌کنم. خیلی وقت‌ها تا دیر وقت پای برنامه بودم، خیلی وقت خالی‌ام را سعی کردم، برنامه را گوش بدهم، این‌ها همیشه تلاش بوده، نمی‌گویم بی‌فایده بوده. خیلی زندگی، خیلی بخشش‌ها را داشته برای من.

یک مورد دیگر هم که فکر می‌کردم داشتم، همیشه فکر می‌کردم باید پولدار بشوم تا بتوانم ببخشم و این‌ها فکر می‌کنم این دوتایشان اشتباه بوده و این‌ها خودش یک‌جور جا پای من‌ذهنی‌ام است که من‌ذهنی قوی‌ام است، چون این‌جا یک بیت داشتیم در مثنوی که می‌گفت:

نه به لابه چاره بودش، نه به مال

چشم‌پر و بی‌طمع بود آن نهال

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۴۵)



یک جورهایی همیشه تلاش کردم و همیشه هم انتظار داشتم که با مالم بروم جلو که یک جورهایی، خیلی‌هایش بد نبوده، در مسیر است، همراهش می‌دانم که در مسیر بوده، اما خُب درکل یک ذره با ذهنم بودم و شناسایی کردم و یکی دیگرش هم این‌که خیلی از اطرافیانم و دوستانم و اتفاقاتی که بد می‌افتاد برایم را همیشه این‌ها را بد می‌دانستم و در مثنوی ما داشتیم:

پس بد مطلق نباشد در جهان بد به نسبت باشد، این را هم بدان

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۶۵)

که ما می‌دانیم که این‌ها همه نسبی بوده و من فقط باید دیدم را باز کنم و این‌ها یک جورهایی همان جذبه خدا بوده که من را جذب کند، حتی به خودش و این‌ها هیچ کدامشان بد نبوده، هیچ کدامشان و من این‌ها را بد دانستم چون با ذهن دیدمشان.

یکی دیگر هم این‌که من خیلی از مسائل را برای خودم خیلی آسان می‌گرفتم، خیلی نمی‌دانم سختی را به خودم نمی‌دادم. مولانا هم یک جایی داشت که می‌گوید:

تلخ و تیز و مالش بسیار ده تا شود پاک و لطیف و با فره

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۰۵)

ور نمی‌تانی رضا ده ای عیار گر خدا رنجت دهد بی‌اختیار

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۰۶)

و این جایی است که من مشکل داشتم و خدا یک وقت‌هایی رنجم هم می‌داد، اما باز هم متوجه نمی‌شدم، اما الآن خیلی بیش‌تر واضح شده برایم این دو مورد هم که باید یا به خودت سختی بدهی یا خدا به تو می‌دهد، در هر صورت هم باید رضا داشته باشم در همان مورد دوم هم.

من خیلی فقط دارم تیتروار می‌خوانم، نمی‌خواهم برو جلو. بعد یکی از مورد‌های خیلی مهمی که در مثنوی داشتیم در مورد خشم بود و این خشمی که من داشتم همیشه و خیلی ناراحت می‌شدم، اما مولانا آمدند، توضیح دادند این‌جا که این خشم چقدر باعث می‌شود که خداوند، حتی این خشم یک جورهایی، یک جورهایی در سلطه خداست این‌چور که من از مثنوی دریافتم و اگر من این را انجام بدهم، یعنی این‌که دارم مبارزه می‌کنم با خود خدا و این اتفاقی که می‌گوید هیچ وقت در امان نمی‌توانی باشی. می‌گوید:

گفت: ازین خشم خدا چه بود امان؟ گفت: ترک خشم خویش اندر زمان

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۱۵)



یعنی وقتی تو یک لحظه خشم می‌کنی، یک لحظه یک خشم به ذهنت می‌آید، درد، از یکی ناراحت می‌شوی، خشمگین می‌شوی، یعنی داری یک جورهایی با خدا مبارزه می‌کنی و ناراحتی، یعنی این چیزی نیست که از خشم خدا دور نمی‌مانی و امان پیدا نمی‌کنی، اگر این خشم را داشته باشی در درونت و یک جورهایی دیگر می‌گفت از لطف و رحمتش دور می‌مانی.

بعد در آخر هم امیدوارم که همه حرف‌هایی که زده باشم، «لُدَّ» نباشد.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، خیلی زیبا، خیلی، خیلی کلیدی، خیلی کلیدی.

آقای علی: ممنونم آقای شهبازی واقعاً وقتتان را هم گرفتم.

آقای شهبازی: عالی. عالی. واقعاً این‌که شما می‌گویید اگر ما یاد بگیریم، فقط همین مطلب، هرکسی که با خشم جلو می‌رود، با خشم فکر می‌کند، با خشم می‌خواهد دنیا را عوض کند، کارگاه شیطان است؛ یعنی این را در مثنوی هفته گذشته خواندیم. هرکسی کینه دارد، کارگاه شیطان است. بی‌مقاومتی، فضاگشایی کارگاه خداوند است. شما باید سعی کنید کارگاه خدا بشوید، نه کارگاه شیطان. مردم متأسفانه بدون اطلاع، ناهشیارانه کارگاه شیطان می‌شوند و خودشان را، اول خودمان را خراب می‌کنیم. چهار بعدمان را خراب می‌کنیم، تنمان را خراب می‌کنیم، فکرمان را خراب می‌کنیم، هیجان‌اتمان از جنس خشم و نظایر آن می‌شوند.

جانمان خراب می‌شود و بعد خانواده‌مان را خراب می‌کنیم. جامعه را خراب می‌کنیم. تمام آلودگی‌های بیرون ناشی از این است که ما خشم داریم و خشم و ترس از هیجان‌ات منفی و مخرب پندار کمال یا من‌ذهنی هستند.

با این دوتا و چندتا دوستشان را هم اضافه کنی، مثل حسادت یا حالت‌های کینه، رنجش، این‌ها دوستان هم هستند که هم فرد ما را خراب می‌کنند، هم خانواده ما را خراب می‌کنند، جامعه را خراب می‌کنند، دنیا را خراب می‌کنند که الآن دارد خراب می‌کند.

هیچ پندار کمالی نیست که خشم نداشته باشد و پندار کمال نمی‌گذارد ما اعتراف کنیم به نقصمان. متأسفانه آدم‌هایی هم که به قدرت می‌رسند، یک عده‌ای منافع دارند و این را هل می‌دهند، می‌رود بالا و آن‌ها هم در آن بالا خشم دارند، زیر سحر من‌ذهنی هستند، نمی‌توانند درست ببینند.

آن بینش درست یادشان می‌رود و هم خودشان را خراب می‌کنند، نابود می‌کنند، هم دنیا را نابود می‌کنند. شما آن چیز هم، دو بی‌تی هم که همیشه می‌خوانیم، می‌گوید کنار بامی، آن را بلدید علی آقا؟

**بر کنار بامی ای مست مدام
پست بنشین یا فرود آ، وَالسَّلَام**

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۱۴۶)

**هر زمانی که شدی تو کامران
آن دم خوش را کنار بام دان**

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۱۴۷)



آقای شهبازی: می‌گویند هر لحظه که خودت را به صورت من‌ذهنی، یعنی من‌ذهنیات تو را کامران می‌بیند، «آن دم خوش را کنار بام دان». پس آن دم خوشی که می‌گویند من به‌عنوان من‌ذهنی کامران، موفق هستم، آن‌جا درست لب بام است. داری می‌افتی، مواظب باش. با شما خداحافظی می‌کنم، خیلی زیبا علی آقا.

پیغام‌های تلفنی



عواقب ناشکری و بی‌ادبی:

از مهمترین ویژگی‌های خداوند که من ذهنی اصلاً به آن توجهی نمی‌کند، استغناى خداوند است، بدین معنی که خداوند به هیچ چیز نیاز ندارد و از همه چیز غنی است.

من به عنوان یک انسان در مسیر معنوی، پس از چندی هول برم می‌دارد که برای خودم کسی هستم. فکر می‌کنم که حالا که دلبر خودش را به من نشان داده، وقت بغل گرفتنش و عشق‌بازی است. آن هم حق من است، روی پای ذهن بایستم و بدون ادب اظهار وجود کنم.

ای دل به ادب بنشین برخیز ز بدخویی زیرا به ادب یابی آن چیز که می‌گویی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۲۰)

زمانی که نوجوان بودم، چیزی که زیاد داشتم، زمان آزاد بود. به جای آن‌که سازی که دوست داشتم را تمرین کنم، به جای آن‌که ورزشی را که در آن حرفه‌ای بودم، به طور کامل ادامه دهم، تا به یک نقطه عالی برسد، به جای آن‌که فنی یاد بگیرم، کتابی بخوانم و به طور کلی از زمانم درست استفاده کنم، به وقت‌گذرانی‌های بی‌هوده و هدر دادن فرصت‌هایم می‌پرداختم، توجیهم هم این بود که همیشه وقت هست.

این یکی از خطرناک‌ترین حربه‌های من‌ذهنی است: «همیشه هست». زمان دانشجویی‌ام بهترین زمان بود که کمی خودم را در صنعت و یادگیری فن یا حرفه‌ای قوی کنم، ولی باز وقتم را هدر و جان و پولم را در راه عیاشی و کام‌گیری از این دنیا تلف کردم. چرا؟ چون «همیشه وقت هست». اما همیشه وقت نبود. وقتی که می‌توانستم ورزش را آزادانه و هرروز با خیال راحت انجام دهم، خودم را درگیر خروس‌پراکنی و از این رابطه به آن رابطه و از این دراک به آن دراک می‌پراندم، چون «همیشه سلامتی هست». اما نبود. اگر لطف خدا برای بار آخر نبود، من الان در این کره خاکی نبودم.

خداوند برای اثبات خدائیتش به هیچ‌چیزی نیاز ندارد، به خلقت هم نیاز ندارد. من نیما آخر کجای این کائنات هستم که ادعای «بودن» می‌کنم؟ یک بار وقتی لطفی می‌کند و گنج حضور و آقای شهبازی نازنین را در زندگی‌ام وارد می‌کند، چرا اندازه‌ی سگ وفا ندارم؟ چرا کم‌کاری می‌کنم؟

آقای شهبازی شما فرمودید از هر اتفاق بدی چیزی باید یاد بگیرید. شما دو هفته برنامه نداشتید، من فهمیدم که این برنامه هم اگر من ناشکر و بی‌ادب باشم، برای همیشه نیست. خیلی راحت هم می‌تواند نباشد.

استغناى زندگی به حدی است که می‌تواند بیست و دو سال برنامه‌ای انسان ساز را برای من فراهم کند ولی من استفاده بهینه از آن نکنم، نازکنم. فکر کنم برای خودم خری هستم در حالی که هیچ خری نیستم.

این چه حکمتی است که من تا موقعی که سلامتی‌ام را از دست ندادم قدر سلامتی‌ام را نمی‌دانم؟ تا موقعی که پدر و مادرم زنده‌اند قدرشان را نمی‌دانم؟ تا موقعی که غذا از گلویم پایین می‌رود، قدر غذا را نمی‌دانم؟ تا موقعی که کرونا نیامده و من



را خانه‌نشین نکرده، قدر هم‌دلی و خواجه‌تاشی را نمی‌دانم؟ تا موقعی که هر روز و هر هفته مثل قند و نبات این برنامه، اشعار بزرگ‌مردان را برایم به ارمغان می‌آورد، قدرش را نمی‌دانم؟
از این اتفاق بد یاد گرفتم که خدا ترازو دارد، آن هم ترازویی که همیشه کفهٔ بخشش سنگینی می‌کند ولی اگر بخواهد هم زیر کاسه‌کوزهٔ من می‌زند و می‌گوید همینی که هست! می‌فهمم که این من هستم که از ترازو کم کرده‌ام.

بعد از آن، چندان که می‌کوشید او خود مجالش می‌نداد آن تندخو

نه به لابه چاره بودش، نه به مال
چشم‌پر و بی‌طمع بود آن نهال
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۴۴)

چشم‌پر: بی‌نیاز، بی‌توقع، سیر

نهال: درخت جوان نو رسته، درختی که تازه کاشته شده باشد.

چشم‌پر یعنی بی‌توقع، سیر، نهال هم همین نهال خودمان، درخت تازه کاشته. دفتر چهارم، بیت ۴۴.
مردان خدا هم، همانند خدا چشم‌پر هستند. از این اتفاق یاد گرفتم که آقای شهبازی به اجرای این برنامه احتیاج ندارند ولی من، به وجود این برنامه، به هم‌دلی و قرین عشقی با این انسان‌های عاشق نیاز دارم.
همین جا به ادب می‌نشینم و عهد می‌بندم که بیشتر کار کنم، بیشتر مراقبه کنم، بیشتر خدمت کنم، بیشتر شعر بخوانم و تکرار کنم. ان شاء الله، ان شاء الله.

اگر می‌خواهم با معشوق کنار بگیرم، باید ناشکری را به کنار بگذارم. باید تمام همانیدگی‌ها را بریزم و از همه مهم‌تر بدانم که هیچ چیزی در این جهان همیشگی نیست، الا ذات باری تعالی. پس ابدی و ازلی را با زنده شدن به خودش تجربه می‌کنم که این جهان، جهان خوش‌گذرانی نیست.

نیابم بوس شفتالو چو بگریزم ز بی‌برگی نبویم مُشکِ تاتاری گر از تاتار بگریزم (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۴۲۹)

اگر مُشکِ خوشبو را می‌خواهم، اگر به زمينهٔ این کائنات که خرد الهی است، می‌خواهم دست یابم، باید بدانم که خیلی زود دیر می‌شود که، «فی التأخیر آفات»

بلبلان و همه مرغان خوش و شاد از چمنند جغد و بوم و جُعلی، گر ز چمن بگریزی (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۸۷۸)



بله،

ز ناسپاسی ما بسته است روزن دل خدای گفت که انسان لربه لکنود

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۱۴)

از ناسپاسی و عدم رعایت قانون جبران است که ما دلمان را بسته‌ایم. می‌گویند خداوند فرموده است که انسان ناسپاس است، مخصوصاً نسبت به پروردگارش. و عجیب است که ما باید به خرد زندگی زنده بشویم، به خرد کلی که تمام کائنات را اداره می‌کند. ولی چون ناسپاس هستیم. نه تنها آن را نمی‌رسیم، آن چیزهایی را هم که به ما بخشیده شده، مثل سلامتی، مثل خردورزی، همه چیزهای خوب در این عالم، آن‌ها را هم از دست می‌دهیم.

۳۱- خانم شهپر از اتریش با سخنان آقای شهبازی

آقای شهبازی: بله خانم شهپر، دسترسی به صفحه تلویزیون دارید شما؟ یک چیزی نوشته شده که از علی آقا پرسیدیم

بخوان، یادش نبود. شما می‌توانید بخوانید؟

خانم شهپر: بله:

بر کنار بامی ای مست مدام
پست بنشین یا فرود آ، وَالسَّلَام

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۱۴۶)

هر زمانی که شدی تو کامران
آن دم خوش را کنار بام دان

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۱۴۷)

آقای شهبازی: خیلی خوب، معنی‌اش هم بلد هستید؟

خانم شهپر: این‌که هر لحظه باید بتوانیم، هر اتفاقی که می‌افتد هر لحظه باید بدانیم که ممکن است که از این لحظه خارج

بشویم، از عدم خارج بشویم و به من‌ذهنی بیفتیم. هر لحظه باید حواسمان به حضورمان و جایی که در آن قرار گرفتیم باشد

که یک موقع راه را گم نکنیم و یک‌هوایی پیمان بلغزد و به من‌ذهنی بیفتیم.

و هر وقتی هم که اگر یک اتفاق خوبی هم برآید، حالا از لحاظ چه معنوی، چه مادی همه این‌ها از طرف زندگی

است، یعنی دست ما نیست. البته دست ما هست که اختیار ماهاست که قدم اول را درست برداریم، ولی همه‌چیز از طرف

زندگی است.

امیدوارم که درست گفته باشم.

آقای شهبازی: بله می‌گوید که به انسان می‌گوید، انسان من‌ذهنی، انسانی که در ذهنش زندگی می‌کند، می‌گوید که دائماً،

«مدام» یعنی هم دائماً هم به معنی شراب هست. و این شخص دائماً زیر نفوذ مستی غرور هست، مستی من‌ذهنی هست،

مستی پندار کمال هست.

می‌گوید که یا «پست بنشین»، یعنی برو عقب، یا اصلاً مقاومت را صفر کن، قضاوت را صفر کن، خودت را صفر کن، داری

می‌افتی. «پست بنشین» در واقع عملاً دارد می‌گوید که پست شو، کوچک شو نسبت به من‌ذهنی، داری می‌افتی.

و خودش هم جوابش را می‌دهد که هر لحظه که نسبت به من‌ذهنی با دید من‌ذهنی کامران می‌شوی، چون وقتی با من‌ذهنی،

ما موفق می‌شویم، می‌گوییم به به من موفق شدم! و می‌خواهیم به عنوان یک انسان موفق جلوه کنیم، مردم ما را ببینند،

می‌گوید «آن دم خوش» کنار بام است، مواظب باش.

بله حالا می‌خواستیم فقط بخوانیم یک بار این را. شما بفرمایید در خدمت هستیم ما.

خانم شهپر: متنی نوشتم با موضوع «شکر» با اجازه‌تان می‌خوانم. البته فکر کنم طولانی باشد، بخشی از آن را می‌خوانم.



در یکی گفته که عجز خود مبین
 کفرِ نعمت کردن است آن عجز، هین
 (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۷۲)

قدرتِ خود بین، که این قدرت ازوست
 قدرتِ خود نعمت او دان، که هُوست
 (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۷۳)

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

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

گفت پیغمبر که رنجوری به لاغ
 رنج آرد تا بمیرد چون چراغ
 (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۰۷۰)

کاهلی: تنبلی

رنجور: بیمار

لاغ: هزل و شوخی. در اینجا به معنی بددلی است.
 رنجوری به لاغ یعنی خود را بیمار نشان دادن، تمارض.

مولانای عزیز در ابیات بی‌ظنیش بارها به کلمه «شکر» اشاره کرده است و هم‌چنین از تعلیمات گنج حضور یاد گرفته‌ایم و یاد می‌گیریم که شکر یکی از رکن‌های اساسی برای تبدیل شدن به حقیقت وجودی انسان است.

در این متن می‌خواهیم مفهوم شکر را، مورد بررسی قرار بدهیم و با انداختن نورافکن روی خودمان، متوجه بشویم که در کجاها ناشکر هستیم و هشیاری‌مان را تیزتر کنیم تا به زیر جبر، سلطه و اسارت من‌ذهنی کشیده نشویم. «سلطان بچه‌ای آخر، تا چند اسیری؟»

– شکر یعنی بلند نشدن، یعنی واکنش نشان ندادن. اشکال ما این است که ما بلند می‌شویم و بلند شدن خودمان را نمی‌بینیم و فکر می‌کنیم که متواضع هستیم.

– شکر یعنی خاموش بودن، یعنی خاموش باشیم و بگذاریم خداوند از طریق ما صحبت کند، بگذاریم زندگی، زبان و گوشمان بشود.



پس شما خاموش باشید اَنْصِتُوا
تا زبان‌تان من شوم در گفت‌وگو

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۶۹۲)

اَنْصِتُوا را گوش کن، خاموش باش
چون زبان حق نگستی، گوش باش

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۴۵۶)

- شکر یعنی هر لحظه حواسمان به حضورمان باشد، به فضایی که درونش هستیم. این‌که هر لحظه ببینیم که از جنس خداوند هستیم و لحظه به لحظه توجه داشته باشیم که پندار کمال، ناموس، نقش‌ها و دردها نیستیم.

عَلَّتِي بَتْرَ ز پندار کمال
نیست اندر جان تو ای دُودَلال

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴)

دُودَلال: صاحبِ ناز و کرشمه

ای بسا کفار را سودای دین
بند او ناموس و کبر و آن و این

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۴۶)

بند پنهان، لیک از آهن بتر
بند آهن را بدراند تبر

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۴۷)

بند آهن را توان کردن جدا
بند غیبی را نداند کس دوا

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۴۸)

- شکر یعنی این‌که کارگاه زندگی بشویم و بگذاریم زندگی روی ما کار کند، نه من ذهنی ما.
- شکر یعنی این‌که توکل کنیم و اعتماد به زندگی داشته باشیم. تسلیم باشیم.

جُز توکَلِّ جز که تسلیم تمام
در غم و راحت همه مکرست و دام

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۶۸)

- شکر یعنی مرکزمان را از همانیدگی‌ها خالی کنیم. شناسایی همانیدگی‌ها و انداختن آن‌ها البته نه با من ذهنی بلکه با نیروی کُنْ فِکَانَ و صبر، همانیدگی‌هایمان را ببندازیم.



قوّت از حق خواهم و توفیق و لاف
تا به سوزن بر کَنَم این کوه قاف

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۸۸)

کُنْدَهٗ تن را ز پای جان بکن
تا کُنْد جولان به گرد انجمن

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۴۸)

توبه کن، بیزار شو از هر عدو
کو ندارد آب کوثر در کدو

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۳۴)

سلطان بچه را میر و وزیر همه عارست
زنهار، به جز عشق دگر چیز نگیری

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۲۷)

- شکر یعنی مراقب جنسیت اصلی‌مان باشیم، یعنی همان جنسیتی که از ابتدا بودیم، یعنی عدم. هر موقع که مرکزمان را
عدم نمی‌کنیم، داریم کوتاهی می‌کنیم و ناشکری.

در یکی گفته کز این دو، برگذر
بُت بُود هرچه بگنجد در نظر

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۴۷۴)

- شکر یعنی قدم‌هایمان را آهسته و با «هون» برداریم، با خرد ایزدی.

گفت حق که بندگان جفت عَوْن
بر زمین آهسته می‌رانند و هَوْن

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۸۳۴)

«حق تعالی فرموده است: بندگان که مشمول یاری و عنایت حق قرار گرفته‌اند، در روی زمین به آهستگی و فروتنی، (تسلیم
و فضا گشایی)، گام برمی‌دارند.»

پا برهنه چون رَوَد در خارزار؟
جز به وقفه و فِکرت و پرهیزگار

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۸۳۵)

- شکر یعنی این را بدانیم که تنها منبع و نیرویی که می‌تواند به ما کمک کند، همان فضای یکتایی و مرکز عدممان هست. و
این‌که خداوند برای ما کافی است.



– شکر یعنی با فضا گشایی در اطراف اتفاق این لحظه خودمان را در معرض این نیروی بی‌نهایت قرار بدهیم.

جز تو، پیش کی برآرد بنده دست؟

هم دعا و هم اجابت از تو است

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۴۹۹)

کافیّم، بدهم تو را من جمله خیر

بی سبب، بی واسطه یاری غیر

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۱۷)

کافیّم بی نان تو را سیری دهم

بی سپاه و لشکرت میری دهم

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۱۸)

بی بهارت نرگس و نسرین دهم

بی کتاب و اوستا تلقین دهم

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۱۹)

کافیّم بی داروت درمان کنم

گور را و چاه را میدان کنم

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۵۲۰)

– شکر یعنی خودمان را به اندازه فضای یکتایی کنیم، نه این که سعی کنیم فضای یکتایی که بی نهایت هست را در زندان

من ذهنی مان جای بدهیم.

ماهیانیم و، تو دریای حیات

زنده ایم از لطف، ای نیکو صفات

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۴۱)

تو ننگنجی در کنار فطرتی

نی به معلولی قرین، چون علتی

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۴۲)



خانم فرزانه: استاد سلام، فرزانه هستم.

آقای شهنازی: بله فرزانه خانم، بله خواهش می‌کنم بفرمایید.

خانم فرزانه: وضعیت‌های زندگی که در حال گذر کردن هستند را یا از جنبه‌اندیشه می‌دانیم و یا نه، مسببش را خودمان و یا دیگران می‌دانیم. ممکن است در بهترین شرایطی باشیم که ذهن نشان می‌دهد و یا باز هم در شرایط بد باشیم که آن را هم ذهن نشان می‌دهد، اما در حقیقت هر دو در حیطه زندگی هستند و در هر دو شرایط تنها تسلیم بودن اعتبار دارد. یعنی شرط، قضاوت نکردن به نسبت خوب بودن یا بد بودن مطلق می‌باشد.

جز توکل جز که تسلیم تمام در غم و راحت، همه مکر است و دام

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۶۸)

حالا نمی‌شود که بگوییم خب من در این وضعیتی که هستم زندگی این را می‌خواهد و مثل این‌که من باید در این دردهایم به اجبار بمانم. این شرایط هرچه که هست پیغامی برای ما دارد که اولین پیغام، شناسایی خود به عنوان بی‌نهایت خدا بودن است که باید متوجه این بشویم و هر بار خود را در این جهت اصلاح کنیم. و حال می‌بینیم «خدا» تنها برای ما کافی است. کافی بودن زندگی یعنی بگذاریم زندگی و خدا به ما کمک کند. بدون کمک زندگی از طریق فضای گشوده شده، هر بار ما در دام جهان فرومی‌رویم. این‌که از کمک انسان خردمند، پیام مولانا، دوری می‌کنیم از پندار کمال ما می‌آید و همین سَری که برای خود ایجاد می‌کنیم نشانی از سروری زندگی است که به اشتباه ما عاشق سر این جهانی شده‌ایم. عموماً پیغام زندگی از وضعیت‌هایی است که به مَشام ذهن خوش نمی‌آیند. جناب مولانا در دفتر سوم بیت ۱۵۰۷ دارند که

لیک لطفی قهر در پنهان شده یا که قهری در دل لطف آمده

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۵۰۷)

گم کسی داند مگر ربّانی‌ای کش بُود در دل، مِحک جانی‌ای

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۵۰۸)

جناب مولانا به ما می‌گویند لطف و قهر زندگی را در خود بشناس تا که نه از کسی که (صدا نامفهم است) عیب ما را بگوید یا مورد سرزنش قرار بگیریم و یا هر وضعیت دیگر که تصور می‌کنیم قهر زندگی است و به واسطه آن خشمگین یا رنجیده می‌شویم، لطف زندگی می‌تواند باشد. چرا لطف؟ آخر خشم و رنجش، درد است و اگر هر بار به این حالت درد فرومی‌رویم، پس باید در خود چیزی را اصلاح کنیم، باید چاره‌ای بیابیم. اگر درد را به پیش چاره‌گر اصلی با فضاگشایی



ببریم، درمان می‌شویم و گرنه دوباره رو به همانیدگی‌های بیش‌تر ببریم آن‌گاه به فن و حيله رو می‌آوریم و آخر هم به جایی نمی‌رسیم.

زین طلب بنده به کوی تو رسید دردِ مریم را به خرما بِن کشید (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۹۸)

شاید متوجه نباشیم اما وضعیت‌های به‌ظاهر قهرِ زندگی می‌خواهند ما را به دریافت شیرینی بیش‌ترِ زندگی هدایت کنند تا این‌که دیگر از روی بام نیفتیم و در بی‌نهایتِ خدا مستقر شویم.

ببند آن معشوقه را او با چراغ طالب انگشتری در جوی باغ (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۵۴)

گرفتن انگشتر سلیمان همین پیغامی‌ست که ما باید بگیریم. و اما ما با درگیرِ جزئیاتِ جهان بودن، طالبِ انگشتر نمی‌شویم. می‌گویند خدا از طریق فضای گشوده‌شده که در اختیار ماست می‌خواهد ما فضای یکتایی را ببینیم و انگشتر پادشاهی را دریافت کنیم اما در این باغ، چشمِ خود را نمی‌بیندیم و باز هم نمی‌گذاریم چشمِ او ببیند. زمانی لطف و قهرِ زندگی را متوجه می‌شویم که در دلِ ترازوی زندگی را داشته باشیم و دید خود را تغییر دهیم. خیلی ممنونم استاد بابت وقتی که به من دادید.

آقای شهبازی: خیلی زیبا آفرین آفرین، خب این را ویدئو بکنید بفرستید، خیلی جالب بود. ممنونم.



۳۳- خانم اکرم از نجف آباد با سخنان آقای شهبازی

سلام، خسته نباشید خداقوت. زنده باشید آقای شهبازی، ممنون تشکر می‌کنم از شما، از تمام دوستان گنج حضور که از پیغام‌هایشان خیلی استفاده می‌کنم، آقای شهبازی متن خاصی نمی‌خواهم بخوانم ولی یک همانندگی، یک عیبی که درون خودم از لایه‌های زیرین من ذهنی‌ام شناختم آن را این توقعی است که من دارم ولی فکر می‌کردم ندارم. و این توقعی که من از همه چیز دارم چشم واقع بین است که کورم کرد. مثلاً ندیدم آن عشقی را که از همان بدو تولد در اطرافم جاری بوده. بوده عشق از همان ابتدا در اطراف من بوده، از طریق پدرم، مادرم، اطرافیانم به من رسیده، ولی همان توقعی که من داشتم مانع از دیدن آن عشق از طریق آن‌ها که به من داده می‌شد، بینم و دریافت کنم. و همین توقع من است که باعث کوری من شده.

و از طریق برنامه خب گوش می‌دهم، گوش می‌دادم ولی این را واقعاً ندیده بودم به وضوح در خودم. همیشه می‌گفتم که خب اگر پدر و مادر من عشقی بودند من زودتر از این‌ها به آن، به خودم پی می‌بردم، کم‌تر همانندگی می‌شدم و کم‌تر در من ذهنی فرو می‌رفتم.

ولی الآن نگاه می‌کنم در خودم و می‌بینم که نه اشکال اصلی در وجود خودم بوده. پدرم، مادرم، مخصوصاً پدرم و مادرم، واقعاً به من عشق دادند به هر طریقی و غیر از پدر و مادرم کلاً در اطرافم عشق جاری بوده و متأسفانه خودم ندیدم خودم نگرفتم و خودم بهره‌مند نشدم از آن عشق.

و خوش‌حالم از این‌که خداوند این را به من نشان داد و من از طریق برنامه شما هر روز یک همانندگی، یک عیب را در درون خودم می‌بینم، می‌شناسم و ان‌شاءالله به لطف و جذبه و عنایت الهی بتوانم آن‌ها را ببینم. ممنونم آقای شهبازی، قربانت بروم عزیزم.

آقای شهبازی: آفرین، این دو بیتی که می‌خوانیم در مورد توقع شما بلدید؟ «گفت پیغمبر»

خانم اکرم:

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

آن یکی‌اش هم

آقای شهبازی: «گر نخواهی، من کفیلیم مر تو را»

خانم اکرم: آهان

**چون نخواهی، من کفیلیم مر تو را
جنت المأوی و دیدار خدا**
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۴)



آقای شهبازی: آره، اگر نخواهی اگر توقع نداشته باشی، می‌گویم من ضمانت می‌کنم تو را که بهشت را ببینی و خدا را ببینی، یعنی فضای درونت باز بشود و همین دوتا مطلب یک چیزی هم روی صفحه است الان از شانس شما این هم می‌توانید بخوانید یا دسترسی به صفحه ندارید؟

خانم اکرم: چرا.

گرگ درنده‌ست نفس بد، یقین

چه بهانه می‌نهی بر هر قرین؟

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۸۵۶)

واقعاً، نفس خودم است که باید مهار بشود و الا همه چیز در اطرافم عشق است.

آقای شهبازی: آفرین، شما همین بیت روی صفحه و آن دو بیتی که خواندیم:

گفت پیغمبر که جنت از اله

گر همی خواهی، ز کس چیزی نخواه

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۳)

این دو تا را عمل کنیم ما، نه شما همه‌مان و و همین‌طور درست است که قرین خطرناک است، ولی متوجه نیستیم که نفس بد ما، من‌ذهنی درنده ما در درون این خراب‌کاری‌ها را می‌کند، می‌گوییم که آقا تقصیر پدر و مادرم بوده، تقصیر جامعه بوده، تقصیر دوستانم هست، معلمانم بد بودند، خلاصه بهانه می‌نهم بر هر قرین. درست است که قرین‌های بد روی ما اثر می‌گذارند، ولی ما خودمان قرین بد هستیم. اگر کسی توقع دارد به بهشت نمی‌رسد و ما توقع داریم. مردم می‌بینید که هزار تا توقع دارند از همه چیز و از همه کس، بعد پندار کمالشان نشان می‌دهد که اصلاً توقع ندارند.

من پیشنهاد می‌کنم همه‌مان به این موضوع نگاه کنیم و دوباره بازبینی کنیم. توقع را نگوییم بی‌توقع است و اگر توقع داشته باشیم از مردم این توقع من‌ذهنی، هرچه هم که پندار کمال می‌رود بالا توقع بیشتر می‌شود برای این‌که نمی‌دانم این‌که مولانا می‌گوید این سحر مستتر است این دیدن بر حسب همانیدگی‌ها، یعنی یک سحر پنهان است که می‌گوید نمی‌گذارد ما حقیقت را بدانیم. بیشتر توقعات ما حتی میل پندار کمال یا من‌ذهنی ماست هم‌چون حقی نداریم. برای همین عرض می‌کنم شما به تدریج که قانون جبران را رعایت کنید، یواش یواش متوجه می‌شوید که تقریباً شاید بشود گفت نودوشش، هفت درصد توقعات ما بی‌جاست. اصلاً ما هم‌چون توقعی نباید داشته باشیم.

از خودمان می‌پرسیم خب شما چه دادی که می‌خواهی پس بگیری؟ چرا فکر می‌کنی مردم باید به شما خدمت کنند؟ آن چیزی که شما می‌خواهید به شما بدهند؟ برای چه؟ حتی پدر و مادر آدم، پدر و مادر آدم وظیفه دارند خب تا هفده، هجده سالگی کمک کنند انسان به سلامت این مرحله را طی کند، بالغ بشود، بتواند کار کند، پول دربیاورد، پول خودش را، درس بخواند، خلاصه خودش خودش را اداره کند.



دیگر بعد از آن که مسئول ما نیستند که ما باید دیگر، هرکسی را ما مسئول می‌دانیم غیر از خودمان. برای همین این بیت‌ها مهم‌اند اگر شما، «گرگ درنده‌ست نفسِ بد (یعنی نفس ما)، یقین چه بهانه می‌نهی بر هر قرین؟» قرین که هرکسی می‌تواند که قرین ما باشد اطراف ماست. بهانه و مسئولیت را می‌اندازیم گردن آن‌ها و توقع.

ممنونم. چیز جالبی را مطرح کردید خانم.

خانم اکرم: ممنون از شما، خیلی متشکرم، خداحافظ شما.

پیام‌های تلفنی

تا نگردي آشنا زين پرده رمزي نشوي گوش نامحرم نباشد جاي پيغام سروش (حافظ، ديوان غزليات، غزل ۲۸۶)

آقای حسین: آقای شهبازی سلام عرض می‌کنم. خدا قوت می‌گویم به همه هم‌کلاسی‌های خوبم در برنامه گنج حضور.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. از کجا زنگ می‌زنید؟

آقای حسین: من حسین هستم از قزوین تماس می‌گیرم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: بله، حسین آقا، خواهش می‌کنم بفرمایید.

آقای حسین: آقای شهبازی من متنی را آماده نکردم بابت خواندنش ولی یک پیغامی دارم خواستم که صدای خودم را از برنامه گنج حضور، یک توصیه‌ای به خودم داشته باشم، یک نصیحتی بکنم.

آقای شهبازی: یعنی خودتان به خودتان نصیحت می‌کنید، درسته؟

آقای حسین: آری، آری، نمی‌توانم به دیگری نصیحت کنم، به خودم می‌توانم نصیحت کنم.

آقای شهبازی: خیلی خوب.

آقای حسین: آقای شهبازی ما به‌خودی‌خود وصل این برنامه گنج حضور نشدیم. این را قطعاً و یقیناً باید قبول داشته باشیم که این یک موهبت الهی هست که نصیب ما شده، چون ما قدر این موهبت را باید بدانیم و به نصایح مولانا، به گفته‌های شما، حتماً به توصیه‌های شما باید گوش کنیم.

من مثلاً جبران مالی را قبلاً وصل برنامه بودم. سال‌های سال بود به برنامه گوش می‌کردم ولی یک‌جوری شد که به توصیه‌های شما به توصیه‌های هم‌کلاسی‌های خودم، کسانی که مشارکت می‌کردند، حرف‌هایی که می‌زدند، اشعار مولانا، توجه نکردم و غافل شدم از این موضوع.

وقتی که قطع شد برنامه، ارتباط من با برنامه قطع شد، مجدداً خواستم وصل برنامه بشوم، سال‌ها طول کشید. یعنی هر چه به قول معروف تلاش می‌کردم که مجدداً بیایم وصل برنامه بشوم، اشعار مولانا را گوش کنم، انگاری که این من‌ذهنی من را دور می‌کرد از این ماجرا، اجازه نمی‌داد که دوباره وصل برنامه بشوم و الآن حدود یک‌سالگی هست که دوباره نشستم پای صحبت‌های شما، صحبت‌های مولانا و دارم لذت می‌برم.

مخصوصاً برنامه‌هایی که از ۶۰۰، برنامه ۶۵۰، ۷۰۰ بوده، لحظه‌لحظه این برنامه‌ها را من گوش می‌کنم واقعاً لذت می‌برم. این توصیه به خودم این است که من باید دائماً وصل برنامه باشم، نه گه‌گهی یعنی واقعاً من هر برنامه زنده از ب بسم‌الله اول که شما غزلیات مولانا را شروع می‌کنید به خواندن تا آخرین پیغام شما، باید بنشینم گوش کنم، یادداشت کنم تا این اثرگذار باشد برای من. اگر می‌خواهم واقعاً، حالا آن موقع‌ها شما یک کلمه مستحاضه را به‌کار می‌بردید و نباید این قضیه بشود که مستحاضه در بیاید برای من.



یعنی من باید همیشه وصل این موضوع باشم اگر می‌خواهم بهبودی‌ام حاصل بشود. اگر می‌خواهم من ذهنی‌ام را، اگر می‌خواهم نفسم را، پستش کنم، کوچکش کنم، باید به توصیه‌های شما، به همه، حتی آن قانون جبران، قانون اساسی که شما سال‌ها پیش گفته بودید ما نوشته بودیم، باید به قانون اساسی واقعاً باید گوش کنیم و رعایتش کنیم.

اگر با پندار کمالی که شما امروز داشتید صحبت می‌کردید یا خودآگاهی‌ای که خودم دارم بخواهم پیش بروم نه، امکان این‌که من بخواهم موفق بشوم، اصلاً امکان‌پذیر نیست.

ممنونم آقای شهبازی خیلی لطف کردید که سکوت کردید به صحبت‌های من گوش کردید. ان‌شاءالله دفعات بعد با اشعار مولانا، به قول معروف با مطالبی که یادداشت کردم می‌آیم خدمت شما که به قول معروف موثر واقع باشد.

آقای شهبازی: ممنونم، عالی، عالی. خداحافظی می‌کنم.



خانم امینه: استاد عزیزم من هنوز پای درس‌ها هستم، پای برنامه و نمی‌رسم واقعاً، از بس که با همان پندار کمالی که هی دارد بیش‌تر برایم، یعنی بهتر دارم شناسایی‌اش می‌کنم، یک چند وقتی زندگی کردم و واقعاً فکر می‌کردم که در مسیر هستم و وصل هستم به برنامه ولی خیلی دور شده بودم.

یک مدتی من خیلی خوب برنامه را دنبال می‌کردم، مطالب می‌نوشتم می‌فرستادم برای شما. باورتان می‌شود استاد انگار که دست‌هایم را بسته‌اند و انگار که اصلاً تازه دارد شناسایی می‌شود برایم که چرا سخت شده برای من که بتوانم من که می‌توانم بلد هستم، خب من که سواد ندارم فقط مثلاً دو کلاس سواد دارم من، در حد این‌که الفبا را بلد هستم.

من با این برنامه واقعاً تا حدودی می‌توانم بخوانم، بنویسم و همین ابیات را از کلام شما از زبان شما با آن تفسیر زیبایان درک کنم. من که این‌ها را یاد گرفته بودم، من که بلد بودم، چه شده؟ چرا انگار الان آن امینه سابق، آن امینه قبلی نیستم؟ و تازه دارد برایم، یعنی دارم شناسایی‌اش می‌کنم. استاد که این چند وقت واقعاً من در یک، شاید بگویم مسیری که به اصطلاح خودم فکر می‌کردم واقعاً درست است با آن آقا خرس و من‌ذهنی که دستم را گرفته بود و خیلی حالم خوب بود که همین ابیات زیبایی که شما از دفتر چهارم برای ما آوردید:

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

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

واقعاً این را دارم به خودم می‌گویم که این غرور و پندار کمال من تا به کجا این قدر سرکشیده، این قدر بزرگ شده. کوچک شو دوباره، پست شو، بنشین و این من‌ذهنی و غرور ذهنی که در من به وجود آمده یعنی می‌دانم که باید کار کنم.

و هنوز جرأت ندارم من مطالب بفرستم ولی خب همین‌که دارم شناسایی‌اش می‌کنم حالم خوب است باز. با همین شناسایی کردن که دارم می‌بینمش در عین حال تا حدودی باز من خوشحالم و این‌که قدم به قدم دارم دوباره برمی‌گردم به آن مسیر.

استاد من معذرت‌خواهی می‌کنم از این‌که یک مدت من قانون جبرانم را با این‌که چند سالی به درستی حالا در حد همان توان خودم، شاید مبلغ ناچیزی بود، ولی خب من تلاش خودم را می‌کردم که هر ماه، هر ماه یک چیزی را به عنوان قانون جبران و این‌که از لحاظ معنوی من با ابیات زندگی کنم و آن‌ها را در زندگی خودم به کار ببرم و برنامه را دنبال کنم و پی‌گیر باشم، همین‌ها برای من همان برکت خودش را می‌آورد.

من یک مدت شاید بگویم طولانی دور شده بودم و حتی قانون جبران هم را به درستی انجام ندادم و دارم تلاش می‌کنم و یک سری اتفاقات و حالت‌ها که برایم پیش آمده و می‌آید، می‌فهمم که نیاز دارد و زندگی می‌خواهد من را به راه بیاورد.



استاد من از دیوان شمس غزل ۳۲۲ که حالا این خیلی برای من خودم، الآن کار آواز هم می‌کنم استاد از این‌که این شعرها را خیلی من خودم در خانه با آواز می‌خواندم و یادداشت می‌کردم، با همان سواد کمی که داشتم و واقعاً برایم خیلی خوب بود، همه دیوارهایم را کاغذ می‌زدم و این دوتا مثلاً ابیاتی که حال من را خوب می‌کردند، این‌جوری با همان دست‌خط خیلی معمولی و ابتدایی خودم می‌نوشتم این‌ها را با مازیک‌های پُررنگ، حتی بعضی وقت‌ها رنگ می‌زدم به آن‌ها که قشنگ توجهم را جلب کند در روز به آن‌ها نگاه می‌کردم.

چسب می‌کردم به همه دیوارها از راه‌پله گرفته به دیوار. هر چه برای شما آن موقع می‌نوشتم که چقدر این‌جوری من ابیات این‌جوری حفظم شد.

و یکی از آن‌ها همین ابیاتی که واقعاً الآن من دوباره دارم تکرارش می‌کنم و اگر اجازه بدهید من همین غزل ۳۲۲ را از دیوان شمس را بخوانم برایتان.

آقای شهبازی: بفرمایید.

خانم امینه: و این را می‌خواستم بگویم که دارم کار آواز هم می‌کنم، البته کلاس موسیقی هم می‌روم، دف هم کار می‌کنم. چون خیلی علاقه دارم که همین ابیات حضرت مولانا را که این‌قدر وقتی من مراجعه می‌کنم به آن، این‌قدر برای من خوشی می‌آورد یعنی این‌که واقعاً در هر شرایطی که هستم، انگار من محافظت می‌شوم یک‌جوری تأثیر و فشار آن اتفاق اون‌جوری که من در معرض این ابیات هستم، آن‌جوری تا به آن حد سخت نیست بر من.

خیلی بهتر می‌توانم با اتفاقاتی که در زندگی‌ام رخ می‌دهد و پیش می‌آید بتوانم سازگاری داشته باشم، فضا باز کنم و با آن‌ها ستیزه نکنم و مقاومت نداشته باشم.

آقای شهبازی: الآن ببخشید بیشتر از شش دقیقه است صحبت می‌کنید شما.

خانم امینه: بله چشم الآن مانده همین چندتا بیت اولش را می‌خوانم.

**آن نفسی که باخودی یار چو خار آیدت
وان نفسی که بی خودی یار چه کار آیدت**

**آن نفسی که باخودی خود تو شکار پشهای
وان نفسی که بی خودی پیل شکار آیدت**

**آن نفسی که باخودی بسته ابر غصه‌ای
وان نفسی که بی خودی مه به کنار آیدت**



آن نفسی که باخودی یار کناره می‌کند وان نفسی که بی خودی باده یار آیدت

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۲۳)

استاد من نمی‌خواهم بیش‌تر از این حالا طولانی‌کنم ولی دوست داشتم همه را بخوانم. ولی واقعاً وقتی من در آن پندار کمالم هستم و با آن من‌ذهنی هستم خب زندگی و خدا مثل خار می‌آید بر ما می‌زند که به خودت بیا، کجایی؟ و من را به خودم می‌آورد، یعنی حسش می‌کنم و همین شناسایی کردن فکر کنم در قدم اول خودش خیلی هست که ما آن من‌ذهنی را از آن خود حقیقی‌مان شناسایی کنیم.

بعد وقتی که آن را در خودمان دیدیم و شناسایی کردیم، برایش فضا باز کنیم و راه بدهیم به آن یعنی اجازه بدهیم که زندگی بر ما کار کند و از اتفاقاتی که در زندگی‌مان رخ می‌دهد و پیش می‌آید نترسیم و من هنوز در آن مرحله هستم و ان‌شاءالله که بتوانم بهتر از این‌ها در خدمت باشم و به خودم لطف کنم قبل از همه، به خودم لطف کنم و خودم را از این من‌ذهنی و پندار کمال بتوانم آزاد کنم.

آقای شهمازی: بزرگ‌ترین معیار پیشرفت شما رعایت وقت است که وقتی زنگ می‌زنید پنج دقیقه را رعایت کنید. وقتی بی حساب صحبت می‌کنید یعنی پندار کمالتان دارد صحبت می‌کند.

خانم امنه: دقیقاً بله استاد. حالا من خودم را معرفی کردم. معذرت می‌خواهم هم از شما، هم از بقیه دوستان. خدا نگهدارتان.



۳۶- خانم پریسا از کانادا با سخنان آقای شهبازی

سلام

آقای شهبازی: شما قبول دارید که بزرگ‌ترین معیار پیشرفت ما نظم و رعایت زمان است درست است؟

خانم پریسا: بله درست می‌فرمایید.

آقای شهبازی: و البته زمان، محدودیت برای شما ندارد. برای پریسا خانم، برای این‌که واقعاً شما خیلی زحمت می‌کشید

خانم پریسا: ممنون از شما، سعی کرده‌ام پیامم در حد پنج دقیقه باشد که وقت دوستان را نگیرم.

آقای شهبازی: بله می‌دانم شما رعایت می‌کنید ولی شما توصیه می‌کنید همه رعایت کنند؟

خانم پریسا: بله، خُب خیلی عالی است. اگر همه رعایت کنند چون خیلی از عزیزان هستند از سراسر ایران برای بار اول

تماس می‌گیرند و ما خیلی مشتاق هستیم صدایشان را بشنویم. این‌که نظم رعایت بشود خیلی کمک می‌کند که بتوانیم

پیغام‌ها را از همه عزیزان بشنویم و یک چیز هم شما فرمودید این‌که وقتی که کار می‌کنیم، یعنی قانون جبران را انجام می‌دهیم

روی پیامهایمان، می‌توانیم پیام خوب را در مدت زمان کوتاه هم برسانیم. ان شاءالله، که این‌طور باشد.

آقای شهبازی: آفرین، یعنی دوستان ما قبل از این‌که زنگ بزنند اگر پیغام آماده می‌کنند به اندازه پنج دقیقه، نه بیشتر،

پنج دقیقه آماده کنند و بدون پرداختن به حاشیه‌ها بروند سر مطلب و سر پنج دقیقه هم تمام کنند و این خیلی زیباست و

هیچ‌موقع هم به من نگویند شما وقت را نگه دارید. وقت را باید خودشان نگه دارند، مثل من که در این‌جا وقت خودم را

خودم نگه می‌دارم. این تایمر دارد می‌گذارد سر یک ساعت زنگ می‌زند، منتهی زنگش یواش است که مزاحم برنامه نیست.

احتمالاً شما هم می‌شنوید و این است که نگهداری زمان و نظم یک نشان پیشرفت بسیار بزرگی است. برای ما بفرمایید.

ببخشید وقت شما را گرفتم.

خانم پریسا: ممنون از توصیه‌های عالی‌تان با اجازه‌تان در ادامه پیغام قبلی که از داستان خرس قرار شده بود بگویم دو نکته

دیگر از داستان خرس را بیان می‌کنم. نکته سوم که قبلاً بیان شده نکته چهارم آن، این است که:

ما باید مثل شیرمرد بی‌علت کمک کنیم و ببخشیم در داستان خرس از دفتر دوم مثنوی، وقتی که خرس نالید، شیرمردی

شتافت و او را از دهان اژدها نجات داد. شیرمرد؛ در این‌جا می‌تواند نماد بزرگان و انسان‌های به‌حضور رسیده باشد. اما

خود ما هم با عدم کردن درون خود، سطح هشیاری خود را بالا ببریم می‌توانیم شیرمرد باشیم و خودمان و دیگران را از

دست اژدها نجات دهیم. اما نکته این‌جاست که یکی از خصوصیات شیرمرد این است که بی‌علت و بی‌رشوت و تنها از روی

مهر و عدالت و رحمت می‌بخشد و کمک می‌کند و برای خود چیزی نمی‌خواهد.

هرکجا که افغان مظلومان، یعنی انسان‌های گرافتاده در دردهای من‌ذهنی، را می‌شنود مانند رحمت خدا همان طرف می‌دود.

شیر مردانند در عالم مدد آن زمان کافغان مظلومان رسد

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۳۳)



بانگ مظلومان ز هر جا بشنوند آن طرف چون رحمت حق می‌دوند

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۳۴)

آن ستون‌های خَلَل‌های جهان آن طبیبان مرض‌های نهان

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۳۴)

محض مهر و داوری و رحمت اند همچو حق، بی‌علت و بی‌رشوت اند

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۳۶)

اگر از او بپرسید برای چه به این مظلوم، یعنی انسان گیرافتاده در من‌ذهنی بزرگ و دردهای ناشی از آن کمک می‌کنی؟ پاسخ می‌دهد که آن فرد غمگین و بی‌چاره است برای همین به او کمک می‌کنم. یعنی دنبال علتی برای کمک‌رساندن به دیگران نیست، بی‌علت می‌بخشد و کمک می‌کند.

این چه یاری می‌کنی یکبارگیش گوید از بهر غم و بی‌چارگیش

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۳۷)

حالا این سوال را می‌توانم از خودم هم بپرسم که آیا وقتی به کسی کمک می‌کنم آیا تنها محض مهر و رحمت است؟ و یا این‌که من‌ذهنی من می‌خواهد سودی برای خودش ببرد و دنبال علت‌ها و سبب‌های بیرونی‌ست، تا به یک نفر کمک کند آیا هرکاری می‌کنم از روی عشق است؟ و یا با زرنگی من‌ذهنی دنبال سودرسانی به خودم هستم و می‌خواهم منیتیم را زیاد کنم؟ هر دو حالت کمک است ولی در یک حالت کمک کردن به‌صورت طبیعی از ذات ما که عشق است بلند می‌شود و دنبال علتی نیستیم بدون این‌که فکر کنیم و استدلال ذهنی کنیم به نیکی و خوبی ارتعاش می‌کنیم. اما در حالت دیگر، من‌ذهنی ما است که فرمان می‌دهد چه‌کار کنیم و چگونه خوبی کنیم و همه این‌ها هم با زرنگی من‌ذهنی انجام می‌دهد.

نکته پنجم: قدرت تشخیص و تمییز را در خود بالا ببریم. در دو بیت پشت سرهم در داستان خرس مولانا برای ما کمک می‌کند تا قدرت تشخیص را در خود بالا ببریم و متوجه بشویم که کدام ندا از زندگی می‌آید و کدام ندا از من‌ذهنی؛

هر ندایی که تو را بالا کشید آن ندا می‌دان که از بالا رسید

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۸)



هر ندایی که تو را حرص آورد بانگ گرگی دان که او مردم درد

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۹)

احتمالاً برای همه ما زمان‌هایی پیش می‌آید که نمی‌دانیم راه درست چه هست و چه کار باید بکنیم. به‌عنوان مثال در یک تصمیم‌گیری بر سر یک دوراهی قرار گرفته‌ایم و دو ندا را در درون خود می‌شنویم یکی از آن‌ها ما را به انجام کاری تشویق می‌کند و ندای دیگر بر خلاف آن را می‌گوید. بعد ما نمی‌دانیم که کدام صدا از طرف زندگی‌ست و کدام از طرف من‌ذهنی. البته اگر بتوانیم درون خود را عدم نگه داریم، به‌وضوح خواهیم دانست که کدام ندا را زندگی دارد در گوش ما می‌خواند و می‌توانیم آن را تشخیص دهیم. اما حقیقت این است که ما همانندگی‌های زیادی داریم و دیو یا شیطان، که همان نیروهای همانندگی‌ها در جهان است، همان‌جا است که با وسوسه‌های خود نگذارد ما تشخیص درست دهیم. مولانا با این چند بیت ابزاری را در اختیار ما قرار می‌دهد که حداقل به‌لحاظ ذهنی هم که شده بتوانیم تشخیص دهیم کدام ندا از طرف زندگی می‌آید و کدام ندا از طرف من‌ذهنی و شیطان.

هر ندایی که تو را بالا کشید آن ندا می‌دان که از بالا رسید

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۸)

هر ندایی که تو را حرص آورد بانگ گرگی دان که او مردم درد

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۹)

خُب، حالا اگر برگردیم به همان دوراهی برای تصمیم‌گیری‌ها آیا یک ندا در راستای بالا بردن حرص و شهوت چیزهاست و می‌خواهد همانندگی‌های ما را زیاد کند و منیت ما را بالا بیاورد که در این صورت ندا از طرف گرگ من‌ذهنی و دیو است.

هر ندایی که تو را حرص آورد بانگ گرگی دان که او مردم درد

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۹)

یا این‌که نه، این ندا می‌خواهد ما را به‌لحاظ هشیاری و زندگی بالا بکشد که در این صورت از طرف زندگی آمده است.

هر ندایی که تو را بالا کشید آن ندا می‌دان که از بالا رسید

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۸)

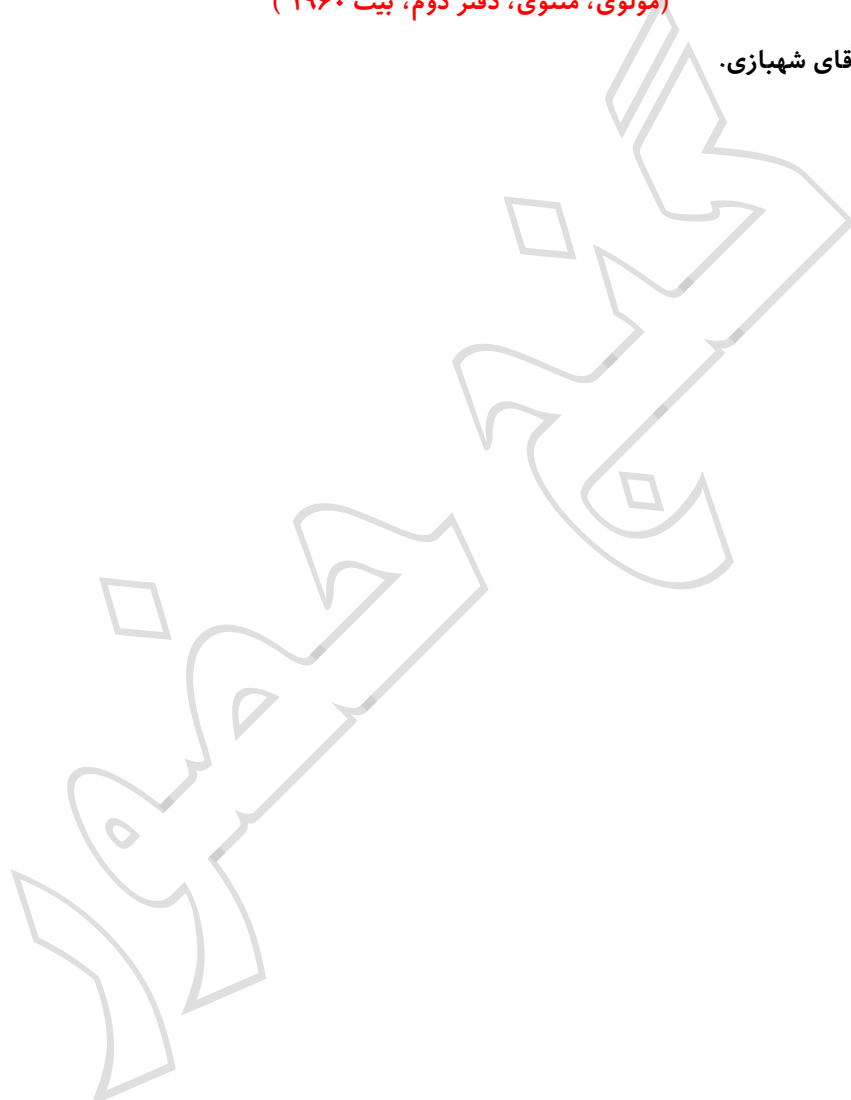


البته مولانا در بیت بعدی توضیح می‌دهد که مراقب باش بلندی و بالایی را دوباره به ذهن تبری و در ذهن خودت تعریف نکنی. این بلندی به لحاظ مکانی، زمانی و مقام دنیا نیست. بلکه بلندی، بلندی و بالایی به لحاظ عقل و جان یعنی خرد زندگی و هشیاری حضور مورد نظر مولانا است.

این بلندی نیست از روی مکان این بلندی هاست سوی عقل و جان

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۶۰)

خیلی ممنونم از شما آقای شهبازی.





غزل ۱۷۹۴ را بخوانم.

ای باغبان، ای باغبان، آمد خزان، آمد خزان
بر شاخ و برگ از دردِ دل بنگر نشان، بنگر نشان

ای باغبان هین، گوش کن، ناله درختان نوش کن
نوحه‌کنان از هر طرف صد بی‌زبان، صد بی‌زبان

هرگز نباشد بی‌سبب گریان دو چشم و خشک لب
نبود کسی بی دردِ دل رخ زعفران، رخ زعفران

حاصل، در آمد زاغ غم در باغ و می‌کوبد قدم
پرسان به افسوس و ستم، کو گلستان؟ کو گلستان؟

کو سوسن و کو نسترن؟ کو سرو و لاله و یاسمن؟
کو سبزه‌پوشان چمن؟ کو ارغوان؟ کو ارغوان؟

کو میوه‌ها را دایگان؟ کو شهد و شکر رایگان؟
خشک است از شیرِ روان هر شیردان، هر شیردان

کو بلبلِ شیرین فتم؟ کو فاخته کوکوزنم؟
طاووسِ خوبِ چون صنم؟ کو طوطیان؟ کو طوطیان؟

خورده چو آدم دانه‌ای، افتاده از کاشانه‌ای
پریده تاج و حله‌شان زین افتان، زین افتان



گلشن چو آدم مستضرّ، هم نوحه‌گر، هم منتظر
چون گفتشان لاَتَقْنَطُوا ذوالامتنان، ذوالامتنان

جمله درختان صف‌زده، جامه سیه، ماتم‌زده
بی‌برگ و زار و نوحه‌گر زان امتحان، زان امتحان

ای لک‌لک و سالارِ ده، آخر جوابی بازده
در قعر رفتی، یا شدی بر آسمان، بر آسمان؟

گفتند: ای زاغِ عدو، آن آب بازآید به جو
عالم شود پررنگ و بو، همچون جنان، همچون جنان

ای زاغِ بیهوده سخن، سه ماهِ دیگر صبر کن
تا در رسد کوریِ تو، عیدِ جهان، عیدِ جهان

ز آوازِ اسرافیلِ ما، روشن شود قنديلِ ما
زنده شویم از مردنِ آن مهرجان، آن مهرجان

تا کی از این انکار و شک؟ کانِ خوشی بین و نمک
بر چرخِ پر چون مردمک، بی‌نردبان، بی‌نردبان

میرد خزانِ همچو دد، بر گورِ او کوبی لگد
نک صبحِ دولت می‌دمد، ای پاسبان، ای پاسبان

صبحا، جهان پر نور کن، این هندوان را دور کن
مر دهر را محرور کن، افسون بخوان، افسون بخوان



ای آفتاب خوش عمل، باز آ سوی برج حَمَل
نی یخ گذار و نی وَحَل، عنبرفشان، عنبرفشان

گلزار را پر خنده کن، وان مردگان را زنده کن
مر حشر را تابنده کن، هین، العیان، هین، العیان

از حبس رسته دانه‌ها، ما هم ز کنج خانه‌ها
آورده باغ از غیب‌ها، صد ارمغان، صد ارمغان

گلشن پر از شاهد شود، هم پوستین کاسد شود
زاینده و والد شود، دور زمان، دور زمان

لک لک بیاید با یدک، بر قصر عالی چون فلک
لک لک کنان، کالمُلک لک، یا مُستَعان، یا مُستَعان

بلبل رسد بر بطرزان، وان فاخته کوکونان
مرغان دیگر مطربِ بختِ جوان، بختِ جوان

من زین قیامت حاملم، گفتِ زبان را می‌هلم
می‌ناید اندیشه دلم، اندر زبان، اندر زبان

خاموش و بشنو ای پدر، از باغ و مرغان نو خبر
پیکان پَران آمده از لامکان، از لامکان

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۹۴)

ببخشید استاد. این غزل را ۱۶۶۶ بار خواندم.

آقای شهمازی: خیلی زیباست، ولی خب این خواندن غزل فایده‌ای ندارد برای ما. شما باید از پیشرفتتان می‌گفتید.

خانم مهتاب: پیشرفت هم دارم.



آقای شهمازی: من خواهش می‌کنم، شما حالا خواندید خیلی زیباست، برای خودتان حفظ کنید بخوانید. ولی در این جا دوسه تا مطلب خوب بگویید که در زندگی شما اتفاق افتاده. سرفه‌های من پیغام شما را هم یک ذره لطمه زد. خب خیلی ممنون که خواندید، ولی پس از این شما به جای یک غزل که مردم نمی‌توانند گوش کنند و نمی‌توانند شما را دنبال کنند، می‌شود یک بیت بخوانید، یک نصفه بیت بخوانید و برای شما عرض نمی‌کنم، برای همه عرض می‌کنم، بفرمایید که این پیغامش چیست و چجوری می‌شود از آن استفاده کرد. و چجوری استفاده کردید زندگی‌تان را درست کردید. این طوری بهتر است، بله.

خانم مهتاب: چشم. چشم. بله. ولی من با غزل خواندن خیلی پیشرفت‌ها دارم، مثلاً هر لحظه اتفاق می‌افتد، چه بیرون چه درون.

آقای شهمازی: بله بله. برای شما شخصاً خیلی خوب است، برای من هم خیلی خوب است، برای همه‌مان خوب است. منتها غزل را باید شما برای خودتان بخوانید در خانه، این جا که تشریف می‌آورید همه، یک شسته رفته یک مطلبی را بگویید خلاصه در عرض دوسه دقیقه که به درد مردم بخورد. بگویید من این بیت را خوانده‌ام، از این بیت این معنی را گرفته‌ام و به کار بردم و این جای زندگی‌ام را درست کردم. این مفید می‌تواند واقع بشود.

خانم مهتاب: چشم. چشم. ببخشید استاد عزیزم.

آقای شهمازی: دست شما درد نکند. عالی، عالی. ببخشید ما هم سرفه کردیم.

خانم مهتاب: عزیز دلید پدر عزیزم.



به‌رحال برنامه خیلی خوبی بود. با تشکر از شما که به این برنامه توجه فرمودید، با تشکر از بینندگان خوبان که پیغام‌های بسیار خوبی را ارائه کردند، با شما خداحافظی می‌کنم، البته یک چیزی را هم یادم رفت خدمت شما عرض بکنم که در مورد تهیه پیغام‌ها بالاخص کار با کودکان است خواهش می‌کنم قانون جبران را رعایت کنید. به اندازه کافی با بچه‌هایتان کار کنید، بعد ویدئو بگیرید به ما بفرستید.

بعضی از بینندگان ما به اندازه کافی کار نمی‌کنند، و همین که بچه یک کمی می‌تواند شعر را بخواند، خیلی جاها هم توپوق می‌زند، ویدئو را هم می‌گیرند برای ما می‌فرستند. بعد از این ما این ویدئوها را نمی‌توانیم قبول کنیم. باید شعر روان خوانده بشود به وسیله کودک شما و عجله هم نکنید. یکی می‌آید مثلاً مثل مسلسل می‌گوید تمام می‌کند. شعر را باید با تأنی بخوانند و لو این که کودک هستند، به نظر می‌آید کودک می‌فهمد معنی آن را.

پس به اندازه کافی خواهش می‌کنم با کودکان کار کنید و موقع ضبط، هیچ صدای دیگری نباشد. بعضی موقع‌ها می‌بینیم یکی با چکش می‌کوبد روی میخ، از آن‌ور تلویزیون روشن است، از این‌ور هم شما برنامه دارید ضبط می‌کنید. این‌طوری نمی‌توانیم ما واقعاً قبول کنیم این .. اگر ویدئو می‌فرستید صدا باید کیفیت عالی داشته باشد. حتی اگر خود ویدئو بد باشد، صدا نمی‌تواند بد باشد، این شرایط ضبط ویدئو است. صدا باید عالی باشد.

تا آن‌جایی که مقدور است ویدئو را هم در جایی ضبط کنید که آن‌جا آرامش هست و جای خوبی است و ... مثلاً بعضی‌ها می‌روند بالای درخت!! بچه رفته بالای درخت خُب همان‌جا هم شعرخوانی‌اش گرفته!! ویدئو را می‌گیرند برای ما می‌فرستند. هم سروصدا هست، هم جای آن مناسب نیست. و همین‌طور خواهش می‌کنم تا آن‌جایی که مقدور است به لباس بچه‌تان توجه کنید. یک لباس تمیزی بپوشانید که روی صندلی، چیزی بنشینند آرام، آن موقع .. خُب یک برنامه حتی یک دقیقه‌ای، دودقیقه‌ای شما دارید اجرا می‌کنید. آن هم برنامه است، مثل همین برنامه خود من، آن هم برنامه است، شما هم کارگردان هستید. فیلمبردار هستید. باید حداکثر سعی‌تان را بکنید که ویدئو خوب از آب دربیاید.

خُب تا برنامه آینده با شما خداحافظی می‌کنم، خدانگه‌دار.

◇ ◇ ◇ پایان بخش سوم ◇ ◇ ◇