



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 ۱-۹۲۷

برنامه شماره ۱-۹۲۷

اجرا : آقای پرویز شهبازی

تاریخ اجرا:

۵ اوت ۲۰۲۲ - ۱۴ مردادماه ۱۴۰۱

Personal Telegram

تلگرام شخصی آقای شهبازی

001 818 970 3345

برنامه ۱-۹۲۷
بخش اول
برنامه ویژه پیغامهای تلفنی

Studio : 001 747 7779680

Parviz Shahbazi



ردیف	پیام دهنده	صفحه
۱	خانم فاطمه و دخترهایشان میترا و آتنا از تهران	۵
۲	آقای مرادی از شهر بابک	۹
۳	خانم بهناز و مادرشان از مازندران با سخنان آقای شهبازی	۱۱
۴	آقای بیننده از اصفهان	۱۶
۵	خانم بیننده از سنندج	۱۸
۶	سخنان آقای شهبازی	۲۰
۷	آقای یحیی از تهران	۲۱
۸	سخنان آقای شهبازی	۲۲
۹	آقای محمد از رامسر	۲۳
۱۰	سخنان آقای شهبازی	۲۷
۱۱	خانم بیننده با سخنان آقای شهبازی	۲۸
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش اول ◇ ◇ ◇	۳۱
۱۳	خانم نهال از همدان	۳۲
۱۴	خانم بیننده از اصفهان با سخنان آقای شهبازی	۳۴
۱۵	خانم بیننده از ابهر با سخنان آقای شهبازی	۳۸
۱۶	خانم مرضیه از پردیس	۴۱
۱۷	سخنان آقای شهبازی	۴۳
۱۸	آقایان حسین و رضا و مادرشان از زاهدان با سخنان آقای شهبازی	۴۴
۱۹	خانم ویدا از تهران	۵۰
۲۰	سخنان آقای شهبازی	۵۲
۲۱	خانم مریم از آمریکا	۵۳
۲۲	خانم رها و مادرشان از بندر عباس	۵۴
۲۳	سخنان آقای شهبازی	۵۸



ردیف	پیام دهنده	صفحه
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش دوم ◇ ◇ ◇	۵۸
۲۴	خانم سارا از آلمان	۵۹
۲۵	خانم سوده از آلمان با سخنان آقای شهبازی	۶۳
۲۶	خانم زرین و دخترشان از زرین شهر اصفهان	۶۶
۲۷	خانم ریحانه از استرالیا	۶۶
۲۸	خانم فرخنده از جوزان نجف آباد	۷۱
۲۹	خانم سعیده از ونکوور	۷۲
۳۰	خانم فرزانه از فولادشهر اصفهان	۷۴
۳۱	خانم مهردادخت از چالوس	۷۶
۳۲	خانم مژده از آلمان	۷۹
۳۳	خانم شهر از اتریش	۸۲
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش سوم ◇ ◇ ◇	۸۵
۳۴	آقای نیما از کانادا	۸۶
۳۵	خانم مریم	۸۹
۳۶	خانم حداد از کرج	۹۱
۳۷	آقای فرشاد از خوزستان	۹۴
۳۸	خانم اکرم از قزوین	۹۷
۳۹	خانم پریسا از کانادا با سخنان آقای شهبازی	۱۰۱
-	◇ ◇ ◇ پایان بخش چهارم ◇ ◇ ◇	۱۰۴

۱- خانم فاطمه و دخترهایشان میترا و آتنا از تهران

آقای شهبازی: بفرمایید.

خانم فاطمه: سلام آقای شهبازی عزیز، فاطمه هستم از تهران.

آقای شهبازی: خانم فاطمه، بفرمایید.

خانم فاطمه: تقریباً الآن سه ماه شده آقای شهبازی که نتوانستم زنگ بزنم.

آقای شهبازی: سه ماه شده، بله، بفرمایید.

خانم فاطمه: ببخشید، میترا اول صحبت می‌کند، باز من یک کم هول شدم الآن، ببخشید.

آقای شهبازی: بله، بفرمایید.

خانم میترا: سلام استاد.

آقای شهبازی: بله، سلام.

خانم میترا: خسته نباشید، خدا قوت.

آقای شهبازی: خیلی ممنون. شما اسمتان چیست؟

خانم میترا: میترا هستم، سیزده‌ساله از تهران.

آقای شهبازی: بفرمایید. بله، خواهش می‌کنم.

خانم میترا: می‌خواستم با اجازه‌تان یک شعر را با آواز بخوانم.

آقای شهبازی: بفرمایید.

خانم میترا:

ای عاشقان، ای عاشقان آمد گه وصل و لقا

از آسمان آمد ندا، کای ماهرویان الصلا

ای سرخوشان، ای سرخوشان آمد طرب دامن کِشان

بگرفته ما زنجیر او، بگرفته او دامن ما

آمد شراب آتشین، ای دیو غم گنجی نشین

ای جان مرگ اندیش رو، ای ساقی باقی درآ



ای هفت‌گردون مست تو، ما مهره‌ای در دست تو
ای هست ما از هست تو، در صدهزاران مرحبا

ای مطرب شیرین نفس، هر لحظه می‌جنبان جرس
ای عیش زین نه بر فرس، بر جان ما زن ای صبا

ای بانگ نای خوش سمر، در بانگ تو طعم شکر
آید مرا شام و سحر از بانگ تو بوی وفا

بار دگر آغاز کن، آن پرده‌ها را ساز کن
بر جمله خوبان ناز کن، ای آفتاب خوش‌لقا
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۴)

ببخشید استاد نمی‌توانم از این بیشتر بخوانم، چون که وقت گرفته می‌شود، می‌دهم دست خواهرم بخواند.

آقای شهبازی: بفرمایید. خواهش می‌کنم. خیلی زیبا بود، آفرین.

خانم میترا: خیلی ممنونم، خدانگه‌دار.

آقای شهبازی: خداحافظ.



خانم آتنا: الو، سلام. خسته نباشید آقای شهبازی.

آقای شهبازی: خیلی ممنون! بفرمایید. اسم شما چیست؟

خانم آتنا: آتنا هستم، ده‌ساله از تهران.

آقای شهبازی: بله، بفرمایید.

خانم آتنا: می‌خواهم یک شعر بخوانم، از مولانا.

آقای شهبازی: بفرمایید. بله.

خانم آتنا:

نفس و شیطان، هر دو یک تن بوده‌اند
در دو صورت خویش را بنموده‌اند

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۳)



چون فرشته و عقل که ایشان یک بُدند
بهر حکمت‌هاش دو صورت شدند
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۴)

دشمنی داری چنین در سرِ خویش
مانع عقل است و خصمِ جان و کیش
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۵)

یک نفس حمله کند چون سوسمار
پس به سوراخی گریزد در فرار
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۶)

در دل، او سوراخ‌ها دارد کنون
سر زهر سوراخ می‌آرد برون
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۷)

آقای شهبازی: آفرین، آفرین، خیلی زیبا بود.

خانم آتنا: می‌دهم دست مادرم.

آقای شهبازی: بفرمایید.

خانم آتنا: خدا نگه‌دار.

آقای شهبازی: خداحافظ.



خانم فاطمه: الو، سلام علیکم آقای شهبازی عزیز.

آقای شهبازی: بله، سلام. خیلی زیبا بودند این کودکان عشق.

خانم فاطمه: همه از لطف شماست، آقای شهبازی عزیزم. دست شما درد نکند، این زحمتهایی که شما می‌کشید.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم. خب چیز دیگری می‌خواهید بگویید؟

خانم فاطمه: من یکی دو جمله می‌خواهم با آواز بخوانم اگر بتوانم، آقای شهبازی. خیلی کم می‌خوانم، زیاد نشود.

آقای شهبازی: بله، ماشاءالله. بفرمایید.

خانم فاطمه:

جانا به غریبستان چندین به چه می‌مانی
بازآ تو از این غربت تا چند پریشانی



صد نامه فرستادم صد راه نشان دادم یا راه نمی‌دانی یا نامه نمی‌خوانی

گر نامه نمی‌خوانی، خود نامه تو را خواند ور راه نمی‌دانی، در پنجه رهدانی

ببخشید آقای شهبازی، وقت گرفتیم.

آقای شهبازی: خیلی عالی. ماشاءالله! بله، خیلی عالی.

خانم فاطمه: زنده باشید. خیلی خوش‌حالم آقای شهبازی، خیلی خوش‌حالم. خیلی وقت است با شما صحبت نکردم، اصلاً امشب گفتم خدا کند بگیرد با آقای شهبازی صحبت کنیم. میترا خیلی چیزهای خوبی می‌نویسد، ولی نمی‌توانیم زنگ بزنیم، وصل نمی‌شود که این‌ها را بخوانیم.

آقای شهبازی: خب از طریق اینترنت بفرستید، از طریق یا ایمیل کنید یا تلگرام یا واتساپ، به‌هرحال. به‌نظرم

قطع هم شد.



می‌خواستم یک غزل برایتان بخوانم آقای شهبازی.

گوید: این آواز، ز آواها جداست

زنده کردن، کار آواز خداست

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۹۳۲)

ما بمردیم و بکلی کاستیم

بانگ حق آمد، همه برخاستیم

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۹۳۳)

ای فنا پوسیدگان زیر پوست

باز گردید از عدم ز آواز دوست

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۹۳۵)

مطلق آن آواز، خود از شه بود

گرچه از حلقوم عبدالله بود

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۹۳۶)

دو دقیقه هم آقای شهبازی، معنی‌شان هم بکنم. این ابیات و آواز، ما را زنده می‌کند. ما باید متعهدانه روی خود [قطع صدا]... من ذهنی مُردیم و هیچ هم‌هویتی وجود ندارد. آواز خدا را شنیدیم و همه بلند شدیم. آیا ما فضا را باز کردیم که خدا بتواند به مرکز ما الهام کند؟

ای فنا پوسیدگان را زیر پوست

باز گردید از عدم ز آواز دوست

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۹۳۵)

غیر از آواز دوست خدا، کسی ما را بیدار نمی‌کند. ای انسان‌هایی که زیر پوست مرده‌اید، از این نابودی بگردید که خدا شما را نجات می‌دهد.

مطلق آن آواز، خود از شه بود

گرچه از حلقوم عبدالله بود

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۹۳۶)



تو می‌توانی ما را زنده کنی. از خدا می‌آید یا بنده؟ این آوازی که می‌تواند ما را زنده کند از خدا می‌آید یا بنده خدا؟
این آواز اگر از دهان شاه بیاید، ما را زنده می‌کند. والسلام علیکم ورحمة‌الله.
یک غزلی هم خدمتان بخوانم:

در هوایت بی‌قرارم روز و شب
سر ز کویت برندارم روز و شب

جان روز و جان شب ای جان تو
انتظارم، انتظارم، روز و شب

زان شبی که وعده کردی روز بعد
روز و شب را می‌شمارم روز و شب

ای مهار عاشقان در دست تو
در میان این قطارم روز و شب

روز و شب را همچو خود مجنون کنم
روز و شب را کی گذارم روز و شب
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۲)

این هم خدمت آقای شهبازی.



۳- خانم بهناز و مادرشان از مازندران با سخنان آقای شهبازی

من بهناز هستم از مازندران زنگ می‌زنم. می‌خواستم مامانم با شما صحبت کنند، من چون قبلاً با شما حرف زدم. ولی امروز گرفتم که مامانم صحبت کنند چون مامانم چند سال است زنگ نزده، هفت، هشت سال است. **آقای شهبازی:** بله، اگر کسانی سه ماه هم هست که زنگ نزده‌اند می‌توانند زنگ بزنند. این‌طوری نیست که اصلاً...

خانم بهناز: نه من مامانم چون اول که برنامه را ما هفت، هشت سال پیش شروع کردیم به دیدن، خیلی شاگرد خوبی بودند و تمام دفترها را رفت گرفت و برنامه‌ها را نگاه می‌کرد بعد هر وقت هم که شما برنامه داشتید مثلاً یادداشت برمی‌داشت.

ولی من خیلی حالا با جدیت نگاه نمی‌کردم، یک‌کم با شیطنت نگاه می‌کردم. الآن من جدی شدم، مامانم یک‌کمی ول کرده دیگر. دیگر گفتم امروز به او بگویید که مولانا می‌گوید:

من غلام آنکه اندر هر رباط
خویش را واصل نداند بر سِماط
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۵۹)

بس رباطی که نباید ترک کرد
تا به مسکن در رسد یک روز مرد
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۶۰)

آقای شهبازی: آفرین، آفرین، بله!

خانم بهناز: خُب من خداحافظی می‌کنم، گوشی را می‌دهم به ایشان.

آقای شهبازی: شنیدید دختران چه گفتند؟

مادر خانم بهناز: بله. بهناز جان لطف دارد به من.

آقای شهبازی: خُب شما در یک کاروان‌سرا ایستادید، دیگر حرکت نمی‌کنید؟!

مادر خانم بهناز: چرا حرکت می‌کنم.

آقای شهبازی: رسیده‌اید دیگر؟ می‌دانید که هیچ رسیدنی نیست.

مادر خانم بهناز: بله. این اخیراً یک‌کم تنبل شدم، بله، چرا راست می‌گویند.

آقای شهبازی: «صدر را بگذار صدر توست راه»، آن بیت را بلدید؟

مادر خانم بهناز: نه بلد نیستم. «صدر مهین» را بلدم.



حضرتش گفתי که ای صدرِ مهین این چه عشق‌است و، چه استسقا است این؟

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۵۰)

از داستان دقوقی این است.

آقای شهمازی: نه نه! آن را نمی‌گویم. که می‌گوید صدرِ ما یعنی آن نقطه‌ای که ما می‌رسیم، مقصدِ رسیدنِ ما راه است. ما هم‌ه‌اش راه می‌رویم. رسیدنی وجود ندارد.

بی‌نهایت حضرت است این بارگاه صدر را بگذار، صدرِ توست راه

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۶۱)

این بارگاه، بی‌نهایت بارگاه است، یعنی بی‌نهایت حضرت است. یعنی خداوند که ما هم از جنس او هستیم، بی‌نهایت است. ما همی می‌رویم، می‌رویم به او نمی‌رسیم. تا الی‌الابد می‌رویم. بنابراین ایستادنی وجود ندارد. کسی هیچ‌جا نمی‌خواهد برسد. هرکدام از شما که کار را متوقف می‌کنید، همان‌طور که دخترتان خواندند، گفت که من غلام کسی هستم که در هر کاروان‌سرا اُتراق نکند. برود تا احتمالاً روزی به شهر برسد.

همان بیت را بلدید شما که دخترتان خواندند؟

مادر خانم بهناز:

من غلام آنکه اندر هر رباط خویش را واصل نداند بر سِماط

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۵۹)

آقای شهمازی: بله، بر سِماط، یعنی به آن فضا واصل نداند. من غلام کسی هستم که در هر جای توقف یا رباط، کاروان‌سرا، خودش را به خدا وصل نداند. خُب بفرمایید در خدمتتان هستیم.

مادر خانم بهناز: خواهش می‌کنم. شما چند برنامه قبل فرمودید که من ناظم هستم. می‌خواستم بگویم که شما لقب نیستید، شما فراخوانده شده هستید، از یک جایی، از یک کلهکشانی، از یک سماواتی شما را فراخواندند و شما لیبیک گفتید.

پس بنابراین شما اسم نیستید، شما از واژه بیرون رفتید، شما آموزگار نیستید، مهندس نیستید، استاد نیستید، شما فراخوانده شده‌اید. یک نفر به نام مولانا شما را فراخواند و شما لیبیک گفتید و آمدید جهان را چراغانی کردید. و از این بابت من از شما تشکر می‌کنم. چون واقعاً زندگی همه را روشن و نورانی کردید.



آقای شهمازی: شما لطف دارید اولاً، ثانیاً هم من یک آدم بسیار معمولی هستم مثل همه آدم‌ها و منتها دارم روی خودم کار می‌کنم دیگر، فقط هم روی خودم کار می‌کنم. چون این ابیات در زندگی من مؤثر بودند، گفتم این‌ها را روی صفحه بنویسیم شما ببینید.

ولی شما هم که این قدر با استعداد هستید، دیدید و دیدید که این‌ها پندهای خوبی هستند، به درد زندگی می‌خورند، توجه کردید و زندگی‌تان را درست کردید. فهمیدید که در توهم ذهن ما بیچاره شدیم.

شناخت توهم ذهن بسیار ساده‌ست. منتها بعد از شناسایی حتی از بین رفتن کامل من ذهنی، باز هم این ابیات صادقند که همیشه ما راه می‌رویم. خداوند از جنس بی‌نهایت و ابدیت است، بنابراین ما عمر بی‌نهایت و ابدی داریم.

از نظر اندازه هم و ریشه‌داری هم، همیشه ریشه‌دار می‌شویم، ریشه‌دارتر می‌شویم ولی هیچ‌وقت به خدا نمی‌رسیم. او هم خودش را می‌خواهد در ما تجربه کند. پس ما همیشه راه می‌رویم.

خُب پس بنابراین هیچ‌کدام، حالا هیچ‌کدام، آدم‌هایی مثل مولانا در سطح دیگری هستند، ولی ماها هم آدم‌های معمولی هستیم که روی خودمان کار می‌کنیم. لطف دارید شما.

مادر خانم بهناز: بالاخره آن جناب ذوقی، آن همه عظمت که خداوند با او صحبت کرد به او گفت که مهر من را داری دیگر چه چیزی می‌جویی، او با آن همه مقامش باز هم یک اشتباهی کرد دیگر. الآن من بشر هم خُب اشتباه کردم، اشتباه می‌کنم.

آقای شهمازی: بله، البته، ما همیشه اشتباه می‌کنیم. هم اشتباه خودمان را باید ببینیم، هم ببخشیم. مخصوصاً اوایل کار مرتب اشتباه می‌کنیم. هم اشتباهات خودمان را ببخشیم، هم اشتباهات دیگران را، دیگران هم اشتباهات ما را ببخشند، تا ان شاء الله کامل‌تر بشویم.

مادر خانم بهناز: ان شاء الله. به لطف خدا و با مهربانی شما و همکاری خُب دیگر، بتوانم که راهم را بیشتر، بیشتر راه بروم.

آقای شهمازی: بله، شما ادامه بدهید چون این ایستادن یک جایی، یکی از آفت‌هایی‌ست که واقعاً حالا از این کلمات من زیاد خوشم نمی‌آید، دیو یا شیطان در سر راه ما گذاشته‌است. حس این‌که من رسیدم و می‌دانم، یکی از حربه‌ها و ابزارهای مهم دیو است.



ما نباید بگذاریم شیطان این ابزار را بر علیه ما بکار ببرد. هیچ راه رسیدنی وجود ندارد. هرکسی که حس می‌کند به یک جایی رسیده و یک چیزی است، دچار این بلا شده، باید متوجه بشود برگردد و دوباره روی خودش کار کند.

ما همیشه روی خودمان کار می‌کنیم و این کار هم تمام نمی‌شود. با دیگران هم کاری نداریم. آن بیت هم شما بلدید دیگر یا چند بیت، که گفتیم ما همیشه روی خودمان کار می‌کنیم؟ درسته؟

مادر خانم بهناز:

دیده آ، بر دیگران، نوحه‌گری مدتی بنشین و، بر خود می‌گری (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۴۷۹)

آقای شهمازی: بله. دخترتان که به شما نمی‌رساند خانم؟

مادر خانم بهناز: برای خودش زمزمه می‌کند. زمزمه می‌کند من هم می‌خوانم.

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

آقای شهمازی: خیلی زیبا، بله. نه در این کار ما رساندن آزاد است.

مادر خانم بهناز: شما همیشه می‌فرمایید که سؤال نکنید، ولی این داستان دقوقی همیشه برای من سؤال درست می‌کند. این با این مقامش چطوری باز اشتباه کرد؟ این لب دریا نشست و گفت که خدایا این را نجات بده، کشتی را نجات بده؟ این همیشه برای من سؤال است.

آقای شهمازی: حُب همین را دارد می‌گوید دیگر. همین که همین الان گفتیم. حواسش رفت به کشتی به جای این که روی خودش باشد. حواسش رفت به دیگران.

مولانا، ببینید، آدم ایده‌آل نمی‌سازد و می‌گوید که آدمی مثل دقوقی اشتباه می‌کند.

پس ما هم اشتباه می‌کنیم. بالاخره در داستان مولانا می‌خواهد چیزهای مهم را به ما نشان بدهد. و در همین داستان دقوقی به طور مثبت می‌گوید که ما از هم‌دیگر می‌توانیم یاد بگیریم.

می‌گوید که گرچه که خدایا تو به من مرتب این دانش را می‌رسانی ولی از کوزه‌های دیگر هم من می‌توانم یاد بگیرم، این مثبت است. توجه می‌کنید؟



برای همین است که این برنامه را داریم. این برنامه‌ای که امروز داریم، دارد اجرا می‌شود، برنامه‌ای است که شما دانایی ایزدی را به هم‌دیگر یاد می‌دهید.

این نشان می‌دهد که انسان، هر انسانی یک آتشفشان معناست. حالا، به درجه‌ای الآن هرکدام از ما این آتشفشان را شروع کرده‌ایم. خُب ما هم می‌توانیم از هم یاد بگیریم. نباید غافل بشویم.

من ذهنی، پندار کمال دارد می‌گوید که دیگر از من بهتر نمی‌شود، من دیگر از این آقا از این خانم چه می‌توانم یاد بگیرم؟ از مولانا چه می‌توانم یاد بگیرم؟

حالا از مولانا ممکن است چیزی یاد بگیرم ولی از این شخص و آن شخص، این‌ها که آدم‌های عادی هستند، چیزی نمی‌توانم یاد بگیرم. ولی اگر شما درست دقت کنید، ما این روزها از کودکان شش‌ساله هفت‌ساله مطلب یاد می‌گیریم.

و شما می‌توانید از آن‌ها عشق را یاد بگیرید. توجه می‌کنید؟ تفسیر آن‌ها به‌جاست. می‌بینید این‌ها تازه نفس هستند، از جنس عشق هستند، هنوز تبدیل نشدند به یک من‌ذهنی تمام‌عیار. بنابراین خیلی نزدیک هستند به خداوند یا زندگی.

پس ما از هم‌دیگر می‌توانیم یاد بگیریم. این موضوع را نباید فراموش کنیم. در همین برنامه که خدمت شما بنده می‌نشینم، کلی از شما یاد می‌گیرم. و این‌طوری نیست که من همه را می‌دانم و هرچیز شما بگویید من می‌دانم. برای این‌که این برنامه، برنامه انباشتن دانش نیست، فکر نیست، باور نیست. این برنامه، برنامه آزاد شدن است، روشن شدن است. برنامه دانشمند شدن نیست، بلکه برنامه فضاگشایی و دست‌یابی به دانایی ایزدی است. در نتیجه مردم می‌توانند روی ما اثر بگذارند از طریق قرین و ما هم می‌توانیم فضاگشایی کنیم. خُب من دیگر با شما خداحافظی کنم.

سلام علیکم. جناب شهبازی حالتان خوب است؟ خیلی خوشحال شدم گفتم بگیرم حالا شاید قسمت ما هم بشود.

بنمای رخ که باغ و گلستانم آرزوست بگشای لب که قند فراوانم آرزوست (مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۴۱)

سعادت‌ی بود.

آقای شهبازی: سلام. خواهش می‌کنم، از کجا زنگ می‌زنید؟

آقای بیننده: اولاً که خیلی ممنون از این که منت گذاشتید بر ما و این فرصت شد که ما هم بتوانیم تماس بگیریم، البته بنده قابل نیستم، ولی مدتی بود، فکر می‌کردم اصلاً، یعنی چالشی پیش آمده بود برای خودم که اصلاً حالا لزومی دارد زنگ زدن، تماس بگیریم یا نه و این که خب نهایتاً گفتم خب به‌هرحال حالا که این فرصت پیش آمده و شما هم دستور دادید که می‌شود تماس گرفت، خب چرا که نه. حداقل عرض سلامی بکنیم.

آقای شهبازی: ممنونم. لطف دارید.

آقای بیننده: قربان شما بروم. دست شما را از دور می‌بوسم.

آقای شهبازی: از کجا زنگ می‌زنید؟

آقای بیننده: عرض کنم که بنده همشهری حافظ و سعدی هستم، منتها از اصفهان تماس می‌گیرم. عرض کنم که والله حقیقتش قریب بیست سال شاید تقریباً، من افتخار را شاید داشتم و حسرت هم در ادامه‌اش هست.

آشنایی با شما زمانی بود که در تلویزیون البته هنوز شبکه گنج حضوری نبود. ولی در شبکه‌های دیگر، در حد دیدنی، مادر دنبال می‌کرد و خب ما هم هرازگاهی فقط از دور می‌دیدیم.

و خب متأسفانه آن زمان یک مقداری مست جوانی بودیم و تصور این که خب ما شعرها را می‌دانیم و خب رشته‌مان هم که همین است و به‌هرحال آن قدر شاید احساس نیازی وجود نداشت، گو این که بود.

و خب بایستی انگار می‌گذشت زمان، این مدت می‌گذشت تا نهایتاً به امروزی برسد که خب حالا خدا به من لطف کرد اتفاقی افتاد، شرایط به ترتیبی شد که خداوند من را از ماجرا دور کرد.

پدر بنده شرایطی برایش پیش آمد و خب بستری شدند در خانه، پنج‌سالی است که به‌هرحال من هم در خانه هستم و دیگر بعد هم اتفاق کرونا و این‌ها، دیگر عملاً در این دو سال شاید به تعداد انگشتان دو دستم من از

خانه بیرون نرفتم، چون ایشان را نمی‌شود تنها گذاشت.



با خودم که فکر می‌کردم گویی لطف خدا چطور شامل حال کسی می‌شود که عملاً خودش واقعاً حواسش به جایی نیست. همین سبب شد که واقعاً حالا دور از خیلی چیزها و شرایط و یواش یواش صدای شما هم در خانه می‌آمد، مادر تلویزیون را گوش می‌کرد، کم‌کم آن تخمی که کاشته شده بود، گویا جوانه زد. حالا شاید دیر، اما خدا را شکر می‌کنم و دست شما را از دور می‌بوسم.

آقای شهسازی: خواهش می‌کنم.

آقای سینده: قربان شما بروم. عرض کنم که والله یک وضعیغیر منتظره بود، شنیدن صدای شما. تصور این که بتوانم زنگ بزنگ سخت بود. فقط این که اگر بخواهم عرض بکنم، چیزی که به نظرم آمد این بود، زمانی در برنامه‌ای در خصوص «بی‌مرادی» صحبت فرمودید و این که

بی‌مرادی شد قلاووز بهشت حُفَّتِ الْجَنَّةُ سَنُوْاىِ خَوْشِ سِرِّشْت (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

من حقیقتش آنچه که تجربه کردم این بود که گاهی آدم می‌تواند خودش هم این کار را بکند و انگار بد هم نیست که بعضی وقت‌ها آدم خودش، خودش را بی‌مراد بکند. و خوب حالا مثلاً به‌عنوان مثال من خوب سیگار می‌کشتم، بعد مدتی بود می‌رفتم سیگار بکشم شروع می‌کردم یکی دو تا کام به سیگار می‌زدم، کام سوم سیگار نشده یک نگاهی به آینه می‌کردم و بعد خجالت و خاموش می‌کردم. عملاً خودم را بی‌مراد می‌کردم و این اتفاق همین‌طور ادامه داشته، تا خوب الان بسیار کمتر و کمتر شده. حالا این یک مورد خیلی کوچک. ولی این که در مواردی آدم می‌بیند خودش هم اگر بتواند، خودش را هم بی‌مراد بکند بعدتر لذتی دارد و این:

بی‌مرادی شد قلاووز بهشت حُفَّتِ الْجَنَّةُ سَنُوْاىِ خَوْشِ سِرِّشْت (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

خیلی برای من ارزشمند بوده، گو این که همه درواقع لطف و توصیفات که شما در برنامه دارید. ما دعاگوی شما هستیم و ممنون.

آقای شهسازی: خواهش می‌کنم. عالی، عالی. اگر امری ندارید خداحافظی کنم.

آقای سینده: نه عرضی ندارم و خیلی خوشحال شدم از شنیدن صدایتان. توفیقی بود. ممنونم. خداحافظ.

۵- خانم بیننده از سندج

از سندج تماس می‌گیرم، بار دوم هست. می‌خواهم یک کم از خودم بگویم. الان سه سال و نیم هست که با برنامه آشنا شدم. خیلی حالم بد بود، قبل از این‌که با برنامه آشنا بشوم. خیلی مشکل داشتم آقای شهبازی. اصلاً یک حالت روانی پیدا کرده بودم. همین‌جور یک روز داشتم تلویزیون را، خیلی عصبانی بودم، ناراحت بودم، همین‌طور داشتم شبکه را عوض می‌کردم، کانال عوض می‌کردم یک‌هو با برنامه شما آشنا شدم. یک خانمی صحبت می‌کرد، می‌گفت که از وقتی که برنامه را من نگاه می‌کنم، خیلی حالم خوب شده. من هم کنجکاو شدم، گفتم خدایا این برنامه چه هست؟ یک نگاه بکنم ببینم چطور می‌شود. دیگر از آن روز من همیشه ادامه دادم، الان سه سال و نیم هست. دیگر خیلی‌خیلی حالم خوب شده آقای شهبازی، این قدر خوشحالم، این قدر خوشحالم که اصلاً نمی‌دانم چه بگویم. خدا را شکر می‌کنم و از شما هم خیلی‌خیلی ممنونم. خیلی تشکر می‌کنم، آقای شهبازی شما واقعاً زندگی من را عوض کردید، واقعاً من این قدر کنترل می‌کردم، این قدر عصبانی بودم، همه‌اش فقط خودم را قبول داشتم. با کسی کاری نداشتم، هرکسی هرچیزی می‌گفت اصلاً قبولش نداشتم. می‌گفتم فقط خودم می‌دانم، این قدر من پندار کمال داشتم، من این قدر غرور داشتم، همه‌جوره خلاصه من مشکل داشتم آقای شهبازی. واقعاً من به تنهایی آرامش را از خانواده‌ام گرفته بودم. اصلاً فکرش را هم نمی‌کردم که یک نفر بتواند در خانواده این‌طور آرامش را از خانواده‌اش بگیرد. الان هم باور دارم میشه یک نفر هم می‌تواند واقعاً به خانواده‌اش آرامش بدهد. دیگر من این کار را کردم. خیلی خوشحالم، ترسم خیلی کمتر شده، اضطرابم خیلی‌خیلی کمتر شده. الان دیگر وقتی کاری می‌کنم، بی‌مراد می‌شوم، فوراً این شعر «عاشقان را از بی‌مرادی‌های خویش» این را یاد خودم می‌آورم، زودزود می‌گویم، دیگر خیلی حالم خوب می‌شود، خیلی‌خیلی. آقای شهبازی خیلی از شما ممنونم، شما خیلی روی زندگی من و خانواده‌ام تأثیر گذاشتید. یک بیت از دیوان شمس غزل ۲۹۱۹ بیت اولش را می‌خواهم توضیح بدهم اگر اجازه دهید.

**گر سران را بی‌سری، درواستی
سرنگونان را سری درواستی**
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۱۹)



اگر انسان‌های به‌حضوررسیده با فضاگشایی، صبر و شکر و پذیرش اتفاق این لحظه و بیرون کشیدن خود از ذهن، سر من‌ذهنی خود را از دست داده‌اند و خود را از هستی به نیستی کشانده‌اند و اما انسان‌های من‌ذهنی به دنبال سر می‌گردند تا دیده شوند و خود را بزرگ و مهم جلوه دهند و این‌ها قطعاً سرنگون می‌شوند. انسان‌ها اگر تمرکزشان روی خودشان نباشد، به عوض کردن دیگران مایل باشند، سر دارند و هرچه هم کار معنوی بکنند، هیچ فایده‌ای ندارد و جهد بی‌توفیق می‌کنند. پس برای به حضور رسیدن باید من‌ذهنی را از دست بدهید.

الآن می‌خواهم این شعر هم که خیلی روی من تأثیر می‌گذارد، برایتان بخوانم.

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

**بی‌مرادی شد قلاووز بهشت
حُفَّتِ الْجَنَّةُ سَنُوایِ خُوشِ سُرُشْتِ
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)**

از شما خیلی تشکر می‌کنم که به من فرصت دادید، خیلی ممنونم. خدا حافظی می‌کنم با شما.



۶- سخنان آقای شهبازی

همان‌طور که خانم فرمودند واقعاً یک نفر که روی خودش کار نمی‌کند، می‌تواند یک خانواده را دچار غم کند. و چقدر خوب است که ما پی به مسئولیت خودمان در یک شبکه خانواده ببریم که ما تنها خودمان نیستیم. اگر ما دچار لغزش بشویم، غم بشویم، غصه بشویم، یا یک کاری بکنیم که خودمان به خطر بیفتیم، بقیه هم به خطر خواهند افتاد، دچار غم خواهند شد.

و یادآوری این مسئولیت واقعاً یک توان خاصی به ما می‌دهد که ما مواظب خودمان باشیم چون فقط خودمان نیستیم دیگران هم هستند.



۷- آقای یحیی از تهران

من برداشت‌هایم از برنامه شما به این طریق است که من از توضیحات شما بهره می‌گیرم و فقط این نکته را می‌خواهم ذکر کنم که همه این پیام‌هایی که من چندین بار گوش کردم و گوش می‌کنم، ولی باز که می‌شنوم، فکر می‌کنم تازه است. نمی‌دانم این طراوت به دل من می‌نشیند، نمی‌دانم چه جوری است که خیلی لذت می‌برم. مخصوصاً این صحبت قبلی شما که بابت روشن‌گری و ما کسی را نمی‌خواهیم این‌جا دانشمند کنیم و ما راه‌گشا، تقریباً من منظور را این‌طوری فهمیدم که شما می‌خواهید چراغ‌قوه‌ای باشید برای پیدا کردن راه. این یک تلنگری بود دوباره به من.

خیلی هم ممنون از برنامه‌تان. امیدوارم که در کارتان موفق باشید.



۸- سخنان آقای شهبازی

راهرو شما هستید یعنی همه ما راهرو هستیم و حالا دوباره تأکید کنم، درست است که خب حرف‌های من تفسیر ابیات مولاناست، چون معنوی است به دل شما می‌نشیند، چرا می‌نشیند؟ برای این‌که اصل شما را بالا می‌آورد؛ کلام معنوی اصل شما را بالا می‌آورد ولی من دوباره تأکید می‌کنم، این ابیات مولانا را درواقع یک قالب است، این‌ها هم زیباست، هم هرچه که بیش‌تر می‌خوانید این‌ها به اصطلاح بسط پیدا می‌کنند.

گاهی اوقات شما نمی‌توانید حرف من را به یاد نگه دارید، ولی بیت مولانا چون زیباست و یک فرمول است. شما دانشگاه رفته‌اید دیگر، حالا دانشگاه هم نرفته‌اید دبیرستان رفته‌اید، معمولاً آخرسر چیزها را به یک صورت فرمولی درمی‌آوردند که یادش بماند دانشجو یا دانش‌آموز. این‌ها هم همین فرمول است، منتهی فشرده است؛ این‌ها را تکرار می‌کنید خواهید دید که شما را بسط می‌دهد و اصل شما را به شما نشان می‌دهد.

خیلی ممنونم مطلب خیلی مهمی گفتید.



آقای محمد: سلام علیکم آقای شهبازی، من محمد هستم از رامسر.

آقای شهبازی: بله، آقای محمد خوب هستید شما؟

ما خوب هستیم به قوت شما، حضرت مولانا و خداوند، طبیعت، زندگی. آقا شما حالا دانسته ندانسته، خیلی به ما لطف می‌کنید. شما دارید گنج را به ما نشان می‌دهید و خدا را شکر می‌کنیم که هر جایی که مولانا می‌گوید «مدانید که چونید مدانید که چندید»، اما این بشکن‌هایمان معلوم است که بالاخره داریم چندچند می‌شویم.

چقدر داریم ارزش‌ها را ما متوجه می‌شویم و واقعاً شکر دارد، خدا را شکر، خدا را شکر ما ناکام از این دنیا نرفتیم، همین این پنج، شش سالی که پای این کانال نشستیم، بالاخره خیلی جای معنوی است، خیلی ارزش‌ها را در درون خودمان احساس می‌کنیم.

و واقعاً من نمی‌دانم آقا واقعاً شما از کجا آمدید، ما چه شد که شما را پیدا کردیم، لطف خداوند بود، لطف دردها بود، بی‌مرادی‌ها بود، چه بود، هر چه هست که خیلی خوب است، خیلی عالی است.

و واقعاً من می‌خواهم بگویم این راه تمامی ندارد، من دو، سه سال پیش زنگ می‌زدم مثلاً می‌گفتم آقا یک میلیون سال هم اگر ما روی خودمان کار کنیم، این قدر مطلب جدید است، این قدر به قولی داستان‌های جدید، مدل‌های جدید پیش می‌آید که آدم باز دوباره می‌بیند که آهان این مطلب را یاد نگرفته، این که راه همین مسیر است یعنی مقصد مسیر است، مثلاً بگویی به جایی رسیدن ما نداریم.

من یک میلیون سال هم عمر بکنم، الان دیگر با گفته‌های شما، با درک بالاتری که از این برنامه گرفتیم، من هیچ وقت کامل نمی‌شوم، ما داریم می‌رویم به سمت تکامل و همین یک درصد هم که یاد گرفتیم، همین یک درصد هم خودش خیلی است و واقعاً خدا را شکر دارد، خدا را شکر ما هم به عنوان انسان، من مثلاً یک جا خوانده بودم می‌گفت فرشتگان نمی‌توانند گناه بکنند، شیطان هم نمی‌تواند حالا سمبلیک است، خوبی نمی‌تواند بکند، این وسط تنها موجودی که می‌تواند در این مسیر رفت و آمد کند این انسان است و قبلاً ما خیلی در مسیر شیطان که آن هم خودش یک راه بوده، آن هم باید درد می‌کشیدیم، بی‌مرادی می‌کشیدیم تا جنس اصل را به وسیله حضرت مولانا، به وسیله زحمات‌های شما ما متوجه بشویم.



و واقعاً این تنها موجودی است که می‌تواند این مسیر را مسافر کشی می‌کند، از شیطانیت می‌آید می‌رود فرشته دوباره می‌بیند که یک‌خرده داستان‌های جدید پیدا می‌کند، یا این‌که یک‌خرده می‌گوید من دیگر بدم و دوباره می‌آید عقب‌نشینی می‌کند، می‌آید به سمت شیطانیت، تا این‌که یواش‌یواش دیگر بگوید آقا از دنیا ما دست بکشیم، ما هم نمی‌گوییم که دست کشیدیم، اما خیلی کم شده، خیلی کم شده خیلی، یعنی همان قدری که ما قبلاً خیلی کم احساس شادی از درون می‌کردیم الآن خیلی کم احساس غم از درون می‌کنیم.

نگاه می‌کنیم می‌گوییم بابا، به‌به، عجب هوایی، به‌به چه آقای دکتر، مهندس اصلاً من چه می‌دانم دیپلم، آقای شهبازی بگوییم، این عنوان‌ها آخر مهم نیست، ما لامذهب فکر می‌کنیم، عنوان مهم است، مدرک مهم است، لقب مهم است، مثلاً پدرت کیست مهم است، نمی‌دانم آقا تو چه زبانی بلد هستی مهم است، اما شما اصلاً به ما راه نشان دادید و واقعاً خدا را شکر دارد، واقعاً خدا را شکر دارد.

من مثلاً برای خودم یک بار شکر می‌کنم، برای آن‌هایی که دوروبر من هستند صد بار شکر می‌کنم، چرا؟ چون بالاخره انسان تنها نیست که، انسان حالا یا زن است، بچه است، مثلاً برادر است، خواهر است، پدر است، مادر است و تا من این معنی عشق را نفهمم، تا از درون ارزش‌ها را لمس نکنم از درون من نمی‌توانم بدهم، انسان چیزهایی که دارد را می‌تواند بدهد. مثلاً من عشق را باید اول در درون خودم احساس بکنم، این شادی بی‌سبب را من در درون خودم احساس کنم تا بتوانم این را انتقال بدهم.

اصلاً موقعی که من احساس بکنم، اصلاً خواسته و ناخواسته این بوی عطرش همه‌جا را می‌گیرد. حالا، بوی عطر که بگوییم بالاخره چونکه ما به این واژه‌های جدید دست پیدا کرده‌ایم تازه، شاید برای ما خیلی خوب باشد، اما خب شاید برای مثلاً علما یا آدم‌هایی که من نمی‌دانم خیلی کار کرده‌اند، آن‌چنان بوی عطر جالبی نباشد، اما برای خود من خیلی خوب است، برای خود من خیلی عالی است. من این دو، سه بیت را می‌گویند:

هرچه از وی شاد گردی در جهان

از فراق او بیندیش آن زمان

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۹۷)

چون که غم بینی، تو استغفار کن

غم به امر خالق آمد کار کن

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۸۳۶)



این دو تا بیت را خیلی جالب است، انگار ما از بیرون شاد نمی‌توانیم بشویم، اصلاً شاد بشویم این الکی یک چیزی ریخته‌اند در حسابت، فردا صبح هم از آن برمی‌دارند. یعنی این چیزهای بیرونی خیلی چیز مهمی نیست که بگویی آقا من حسابم این قدر صفرهایش اضافه شده، این قدر سند من است، این قدر تأیید از بیرون است.

بعد ما موقعی که از بیرون شاد می‌شویم، باید منتظر غم‌های بیرونی هم باشیم. که آقا داستان، داستان درونی است. شاید برای تا بیست سال، سی سال مثلاً یک هنری را یاد بگیریم، یک حرفه‌ای را یاد بگیریم، یک مبلغی کنار بگذاریم، بگوییم آقا این مبلغ می‌تواند تضمین کند که من دیگر شاد باشم. اما از سی سالگی، سی و پنج سالگی به بالا، دیگر آدم نمی‌تواند خودش را گول بزند.

یعنی تا هر جا می‌خواهی خودت را قانع بکنی، باز آن درون تو نمی‌تواند تو را شاد بکند، تو را امنیت بدهد به تو، آن طراوت بدهد به تو و واقعاً من می‌خواهم بگویم شادی از بیرون خودش انگار یک سم است، همین‌جور که غم از بیرون سم است.

اصلاً ما چیزی هستیم که قابل منهدم شدن نیستیم. اصلاً آن ذات خداوندی هستیم، اصلاً خداوند این همه تکامل را پیش آورده که به من انسان برسد تا خودش را در وجود من بگذارد و اگر شما نبودید من اصلاً تا این ده سال پیش هم فکر می‌کردم که مثلاً بهشت، جوی روان، مثلاً من می‌گفتم خدایا این‌جا را که ما هر چه نگاه می‌کنیم این اخترشناسان این مثلاً سرزمین بهشتی را نمی‌بینند، این‌جا یک مکان است؟ زمان است؟

من می‌گفتم خدایا داربست نامرئی زدی؟ کجا؟ این‌جا روی زمین که همه ما هستیم، همه هم‌دیگر را نگاه می‌کنیم، همه می‌نالند، خب آن آسمان هم چه داربستی خدا زده که آن بالا به‌قولی که آن بهشت را سرپا نگه می‌دارد.

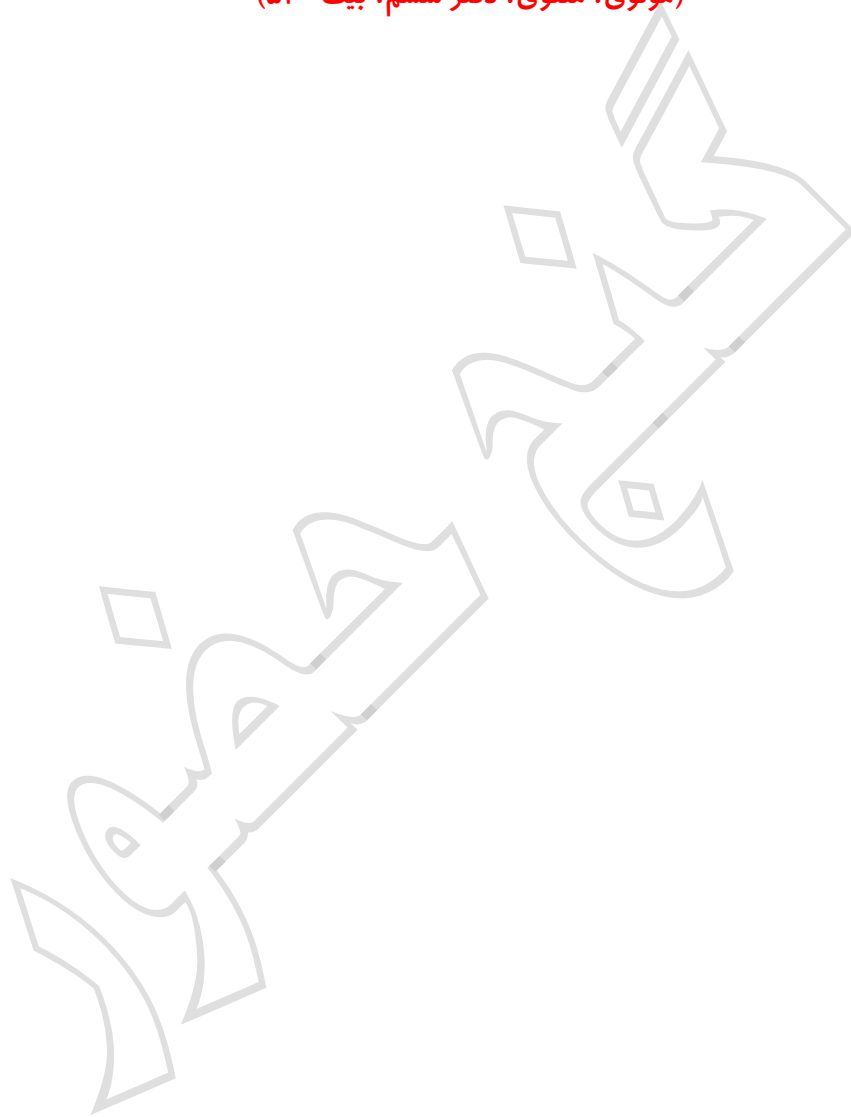
آقا شما اصلاً ما را زنده کردید، اصلاً به ما فهمانید که اصلاً خیلی دویدن هم نمی‌خواهد، من عمری داشتم دنبال خودم می‌دویدم، چهل و پنج، چهل و شش سال داشتم دنبال خودم می‌دویدم، آقا من نمی‌دانم اگر شما نبودید مثلاً چه می‌خواستیم ببریم. یعنی اصلاً من می‌گویم خدایا شکر، الان پنجاه و دو، سه سالم است، مثلاً معلوم نیست یک سال دیگر عمر می‌کنم یا ده سال دیگر عمر می‌کنم، دارم بشکن می‌زنم، دارم معنی زندگی را می‌فهمم.

من خدا را شکر به وسیله برنامه شما ناکام از این دنیا نرفتم. چقدر من دنبال این جریان بروم آقا بهشت کجا است؟ چه کسی به من می‌دهد؟ من چه کار بکنم که بروم بهشت، آقا چیزی که درون خود من است من دنبالش می‌چرخیدم و اصلاً امکان نداشت آقای شهبازی، شما بگویید از آن علما می‌فهمیدید، من یکی که نفهمیدم. من یکی مثلاً به قولی هی حرص می‌خوردم که آقا این‌ها چه می‌گویند، این آرامش چه هست؟ مثلاً چجوری من باید



این را کسب کنیم؟ اصلاً حضرت مولانا من نمی‌دانم آقا روحش شاد باشد، خدا شما را برای ما نگه دارد، بالاخره راه قشنگی را به ما نشان دادید، حالا دیگر به وسیله شما می‌شود.

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



۱۰- سخنان آقای شهبازی

از همه شما خواهش می‌کنم پنج دقیقه را رعایت کنید، همه‌تان زیبا حرف می‌زنید تا نوبت برسد. یک خواهش دیگری هم از همه بکنم که به این تلفن دستی من زنگ نزنید، به این جواب نمی‌دهیم الآن که. تنها تلفنی که الآن جواب می‌دهیم همین که روی صفحه نوشته شده.



یا شماره‌هایی که قبلاً روی صفحه بوده. موقع برنامه من به هیچ وجه به این تلفن موبایل جواب نمی‌دهم. یک عده‌ای مرتب این تلفن را می‌گیرند و فایده ندارد و زحمت بی‌خود است.



۱۱- خانم بیننده با سخنان آقای شهبازی

خانم بیننده: آقای شهبازی؟

آقای شهبازی: بفرمایید خواهش می‌کنم.

خانم بیننده: وای چقدر خوشحالم آقای شهبازی، اصلاً فکرش را نمی‌کردم بگیرد!

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم بیننده: خسته نباشید.

آقای شهبازی: خیلی ممنون. از کجا زنگ می‌زنید؟

خانم بیننده: خواستم از شما تشکر کنم، من از تهران صحبت می‌کنم.

آقای شهبازی: از کجا؟

خانم بیننده: از تهران صحبت می‌کنم. فکرش را نمی‌کردم.

آقای شهبازی: تهران، بله بفرمایید، خواهش می‌کنم.

خانم بیننده: چقدر خوشحالم، چقدر خوشحالم! واقعاً این ابتکاری که به خرج دادید، چقدر به نفع ما شد؛ من

اولین بار است که زنگ می‌زنم. دو سال و نیم است که برنامه گنج حضور را نگاه می‌کنم. چقدر مشکلاتم برطرف

شده، چقدر حال خوب شده، چقدر بیماری‌هایی که داشتم برطرف شده.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین!

خانم بیننده: خیلی تغییر کرده‌ام، خیلی تغییر کرده‌ام. از لطف شما با زحمتهای شما.

آقای شهبازی: خیلی ممنون، شما جوان به نظر می‌آیید، چند سالتان است خانم اگر بتوانم ببرسم؟

خانم بیننده: من ۵۶ سالم است.

آقای شهبازی: بله بله، ماشاءالله. بله چه مسائلی داشتید، برطرف شده؟ آن‌ها را می‌شود یک چندتای آن را

بگویید؟

خانم بیننده: بله، من مشکلات خانوادگی زیاد داشتم، بچه‌هایم خیلی با هم ن‌ساز بودند، نمی‌ساختند با هم دیگر،

بعد با شوهرم نمی‌ساختند، چهارتایی با هم در یک خانه نمی‌توانستیم درست زندگی‌مان را بکنیم.

خیلی در تلاش بودم که یک کاری بکنم، عرفان را خیلی دوست داشتم؛ دیگر به وسیله یکی از دوستانم معرفی

کردند، من هم آشنا شدم.

بعد بیماری فشارخون داشتم، بیماری قلبی داشتم، دارو می‌خوردم، بیماری فشارخونم برطرف شد، تحت کنترل است به وسیله این برنامه.

من وقتی که کرونا شد رو آوردم به این برنامه، این برنامه را که نگاه کردم خیلی رویم تأثیر گذاشت. برنامه را که نگاه می‌کردم، به شما همان‌طور که نگاه می‌کردم، اصلاً ذهنم یک‌هو می‌ایستاد. ذهنم ناخودآگاه می‌ایستاد و همین‌طور در بحر حرف‌هایتان بودم، خیلی برایم تازگی داشت.

قبلاً برنامه‌تان را دیده بودم، چقدر درمورد شما قضاوت‌های نابه‌جا کردم؛ چقدر با عذرخواهی و شرمندگی بسیار فقط می‌گفتم آخر این همه سال این آقای شهبازی چه می‌گوید، با این‌که فارسی حرف می‌زدید به زبان خودم حرف می‌زدید ولی نمی‌فهمیدم، ولی دیگر این قدر دردها زیاد می‌شوند که آدم وقتی رو می‌آورد، مولانا واقعاً تأثیر می‌کند، واقعاً اثر می‌کند روی آدم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم بیننده: بعد دیگر خیلی خیلی از شما ممنونم، خیلی تشکر می‌کنم؛ واقعاً برای ما زحمت می‌کشید، واقعاً برای ما مایه می‌گذارید.

آقای شهبازی: خواهش می‌کنم.

خانم بیننده: من تمام این ابیات را می‌خوانم، تا آن‌جا که بتوانم حفظ می‌کنم. الآن بچه‌ها با هم رفیق هستند. با هم دوست هستند، با پدرشان چقدر دوست هستند، چقدر در آرامش هستیم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم بیننده: خیلی...، اصلاً این برنامه چه معجزه‌ای کرده برای من، چه معجزه‌ای کرده.

آقای شهبازی: عالی عالی! آفرین! باید همین اثر را بگذارد، اگر خانواده‌ها متعهد شوند، اول برنامه هم یک مادری آمد با دو تا دختر که هر سه‌شان آواز می‌خواندند. و خب آدم باید شاد باشد که بتواند این کار را بکند. این‌ها هم در ایران زندگی می‌کنند دیگر.

خانم بیننده: آخر این برنامه با روح و روان آدم کار می‌کند. مولانا خیلی اثر دارد. خیلی.

من چقدر از این بینندگان، چقدر از اعضا واقعاً تشکر می‌کنم که همه این پیام‌هایشان را در اختیار ما می‌گذارند و گروه‌هایی که زحمت می‌کشند این‌ها را در تلگرام می‌گذارند. از همه‌شان بی‌نهایت تشکر می‌کنم. چقدر این پیام‌های جمعه روی من اثر دارد، چقدر اثر دارد. یعنی برنامه‌هایتان فوق‌العاده است. چه معجزه‌ای کرده در زندگی من! بچه‌هایم الآن با هم رفیق هستند. با هم دوست هستند.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم بننده: اصلاً چه تأثیر شگفت‌انگیزی! می‌گویم معجزه است! چشم نداشتند هم‌دیگر را ببینند. چشم نداشتند پدرشان را ببینند. با پدرشان الآن رفیق هستند، چقدر میانه‌شان با من...، یعنی ما چهار نفرمان الآن در صلح کامل هستیم، با ابیات مولانا با زحمات شبانه‌روزی شما. واقعاً تشکر می‌کنم، زبان قاصر است از تشکر ولی دیگر واقعاً باید این‌ها را گفت.

آقای شهبازی: خیلی ممنون. خوشحالم تبریک می‌گویم به شما.

خانم بننده: متشکرم. من چند بیت هم، از مولانای جان بخوانم.

آقای شهبازی: شما یک توصیه‌ای هم برای کسانی که حالت قبلی شما را دارند، که برنامه را شاید از دور می‌بینند و یک ناسزایی هم می‌گویند و می‌روند. (خنده آقای شهبازی) شما یک توصیه‌ای به آن‌ها بکنید.

خانم بننده: من خیلی شرمندهام واقعاً الان... .

آقای شهبازی: نه عیب ندارد.

خانم بننده: چقدر از روی شما شرمندهام، من هم‌هاش می‌گفتم آخر این چند سال، ۲۰ سال، چه می‌گوید این آقا، چه دارد می‌گوید، هرچه گوش می‌دادم نمی‌فهمیدم. هرچه گوش می‌دادم نمی‌فهمیدم؛ تا این دو سال پیش که کرونا شروع شد، گوش دادم اصلاً دیگر ذهنم ایستاد یعنی تمام این ابیات رفت در جان من. بعد من یک آن به خودم گفتم این قرص‌ها دیگر هشیاری من را می‌آورد پایین، قرص‌ها را گذاشتم کنار. قرص‌های فشار می‌خوردم، قرص قلب می‌خوردم، آشفته بودم، پریشان بودم، دستم به هیچ‌جا بند نبود، دیگر مولانای عزیزم، شما، چقدر واقعاً تأثیرگذار بودید.

و نه من، چه می‌توانم بگویم! فقط می‌توانم بگویم که بچسبند به این برنامه واقعاً:

یک بدست از جمع رفتن یک زمان

مکر شیطان باشد این نیکو بدان

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۱۶۶)

واقعاً یک وجب هم... یعنی ما باید این برنامه را در آغوش بگیریم. یک لحظه ما نباید ول کنیم و ما نمی‌توانیم که خودمان با این عقل ناقصمان کاری بکنیم، اگر می‌شد که این سالیان سال انجام داده بودیم ما انسان‌ها، نتوانستیم، نمی‌توانیم.

آقای شهبازی: آفرین!

خانم بننده: یک عارف بزرگ که این‌طوری به حضور رسیده، زنده است، فقط این عارف می‌تواند، فقط این برنامه می‌تواند؛ ما باید این برنامه را واقعاً در آغوش بگیریم، نباید ول بکنیم، هر بار که من یک نیمروز ول کرده‌ام متوجه شده‌ام که واقعاً «سمن‌زارِ رضا» آشفته است.



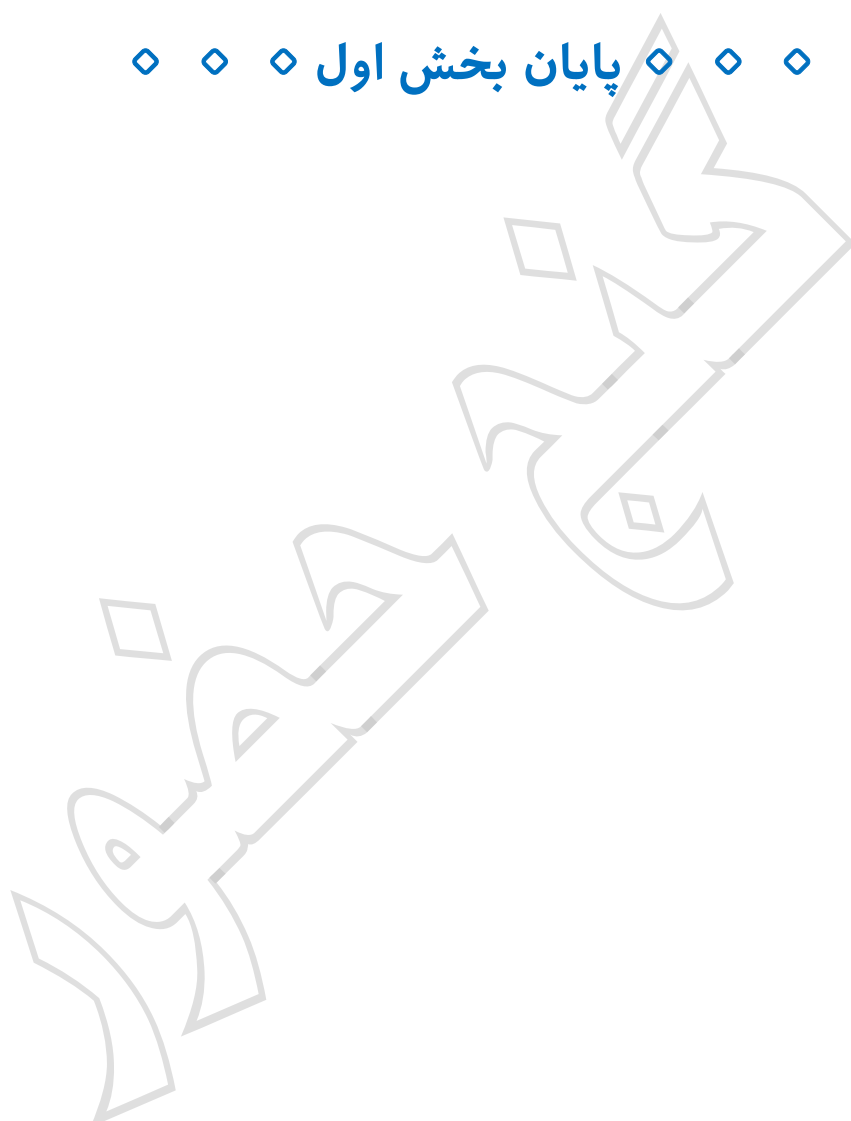
این برنامه ۹۲۷ شما هم فوق‌العاده عالی بود، عالی بود. من دیگر مزاحم نمی‌شوم.

آقای شهمازی: خیلی ممنون.

خانم سینده: تایم من هم تمام شده.

آقای شهمازی: خیلی خوب بود، خواهش می‌کنم، عالی بود، خدا حافظی می‌کنم با شما.

◇ ◇ ◇ پایان بخش اول ◇ ◇ ◇



۱۳- خانم نهال از همدان

بنده نهال هستم از همدان. متأسفانه آن سری که زنگ زدم، شارژم تمام شد و نتوانستم از جناب‌عالی حسابی قدردانی بکنم. استاد این دو سال کرونا که من روحیه‌ام خیلی تضعیف شده بود، فقط با برنامه گنج حضور توانستم روحیه‌ام را حفظ کنم، اعتماد به نفسم را حفظ کنم. از زحمات جناب‌عالی خیلی ممنونم.

هیچ‌وقت فکر نمی‌کردم خانم دکتر پریسا شوشتری را بتوانم زیارت کنم. ایشان از کانادا تشریف آوردند کالیفرنیا، برای ما برنامه اجرا می‌کنند. واقعاً برایم رویا بود دیدار ایشان، چقدر در روحیه‌ام تأثیر مثبت گذاشت. بعد کودکان عشق را هم که نگاه می‌کنم، آن‌ها هم خیلی روی من تأثیر مثبت گذاشته. خیلی دوستان دارم.

توانستم این مدت کرونا که هیچ‌امیدی نداشتم، فقط با برنامه شما بگذرانم. چون واکنش‌هایی هم که زدیم زیاد مؤثر نبوده، و من هفته پیش متأسفانه سه بار آشهدم را خواندم، همین هفته پیش. ولی فقط با برنامه گنج حضور توانستم روحیه‌ام را حفظ کنم.

استاد من شش سال هست برنامه شما را گوش می‌دهم. بعد شما فرمودید که تسلیم یعنی پذیرش بی‌قیدوشرط. من فقط با همین یک مسئله ساده توانستم وارد یک بیزینس "business" جدیدی بشوم.

چون یک اس‌ام‌اس "SMS" برایم آمد. و این چیزهایی که مثلاً الان در اینستاگرام و این‌ها متداول شده است که ما کوچ "coach" بیزینس هستیم، این‌ها همه‌اش شعار است. من هیچ‌کدام از این‌ها نتیجه نگرفتم.

قبل از این‌که اصلاً این‌ها هم متداول بشود فقط با این‌که شما فرمودید تسلیم یعنی پذیرش بی‌قیدوشرط، پذیرش اتفاق این لحظه، یک اس‌ام‌اس برایم آمد، من آن اس‌ام‌اس را پذیرفتم و دنبالش رفتم و وارد یک دنیای جدیدی از کسب‌وکار شدم که الان شش سال هست که در آن کار هستم.

و تنها چیزی که باعث شد نرم به‌سمت بلاگری "blogger" و زندگی‌ام را مُشش را باز کنم، این است که شما می‌فرمایید شما روی خودتان کار کنید. این یک ترمز ای‌بی‌اسی "ABS" هست که باعث شده من نرم به‌سمت فضای مجازی بیش از حد.

و خیلی خوشحالم قبل از این‌که اینستاگرام باب بشود، بلاگری باب بشود، من در محضر جناب‌عالی، در مکتب جناب‌عالی فونداسیونم را ریختم و اصلاً تحت تأثیر این تبلیغات قرار نمی‌گیرم.



و توصیه‌ام به نسل جوان این است که مسیری که شما می‌فرمایید بروند. ما در درونمان راهنما داریم، من تا حالا نشنیدم شما بفرمایید که کوچ "coach" انتخاب کنید.

ما نیازی به بلاگری کردن، نیازی به شعار کردن زندگی شخصی‌مان نداریم. روزی ما از طرف خدا می‌رسد. با همین چیزهایی که شما می‌فرمایید بهترین راه برای رسیدن به کسب‌وکار و درآمد و کسب درآمد هست، آن چیزهایی که شما می‌فرمایید.

به عمقش که اگر آدم پی ببرد، مخصوصاً جدیداً که خانم دکتر پریسا شوشتری هم خیلی بیان زیبایی دارند اضافه شدند به جمع. واقعاً چقدر انتخاب به‌جایی کردید که ایشان بیایند برنامه اجرا کنند و دل ما ایرانی‌ها را شاد کنند.

آقای شهمازی: فقط ایشان نیستند، کسان دیگری هم هستند.

خانم نهال: من نشناختم آن یکی خانم را.

آقای شهمازی: خب اگر کار دیگری ندارید با شما خداحافظی کنم.

خانم نهال: یک تصنیف دارم، حالا نمی‌دانم بخوانم یا نه؟

آقای شهمازی: بفرمایید.

خانم نهال:

با من صنما دل یک دله کن

با من صنما دل یک دله من

گر سر ندهم وانگه گله کن

گر سر ندهم وانگه گله کن

از مثنوی معنوی بود، تقدیم به همه شنوندگان گنج حضور.

۱۴- خانم بیننده از اصفهان با سخنان آقای شهبازی

خانم بیننده: از اصفهان زنگ می‌زنم. من چند سال است با برنامه‌تان خدا را شکر، خدا را شکر آشنا شدم، ولی متأسفانه دو سال است قانون جبران را دارم رعایت می‌کنم و خیلی، ببخشید یک کم هول شدم.
آقای شهبازی: یک نفس عمیق بکشید.

خانم بیننده: بله، من خیلی من ذهنی قوی‌ای دارم. خیلی مقاومت می‌کند، نمی‌گذارد من برنامه‌ها را از اول تا آخر ببینم، خوب گوش بدهم. همیشه یک مسائلی برای من پیش می‌آورد، یک رفتاری‌هایی برای من پیش می‌آورد که من نمی‌توانم.

تمام سعی‌ام را می‌کنم. پانصد تا بیت را نوشته‌ام، هر روز مثلاً می‌خوانم این‌ها را، ولی باز نتوانستم هنوز کامل بشنیم یک برنامه شما را از اول تا آخر، حتی با پیغام‌های دوستان کامل ببینم و خوب نکته‌برداری بکنم.

نمی‌دانم چکار کنم؟ خیلی برایم گرفتاری آورد، حتی مریضی‌های جسمی دچار می‌شوم، هم‌اشار گرفتار حالا این دکتر، حالا آن دکتر و تمام وقتم این‌جوری هم‌اشار هدر می‌رود، کارافزایی است.

می‌دانم این‌ها کارافزایی است و واقعاً نمی‌دانم چکار کنم. همیشه این ابیات «انصتوا» را تکرار می‌کنم، ابیات «صبر» را می‌خوانم، ولی درمانده شدم واقعاً، خیلی درمانده شدم.

آقای شهبازی: خُب، صبر باید بکنید.

خانم بیننده: دلم می‌خواست اگر شما یک راهنمایی بکنید، می‌دانم اصلاً همیشه راهنمایی می‌کنید.

آقای شهبازی: صبر خانم، صبر، صبر کنید. با همین وضعیت جلو بروید و صبر کنید. خیلی چیزها را می‌دانید. البته در ذهنتان شما قانون علت و معلولی، یعنی سبب‌سازی نکنید که مثلاً اگر شما کل برنامه را گوش بدهید، یک اتفاقات خاصی می‌افتد.

این‌ها به هم ربطی ندارند، ذهنتان ایجاد می‌کند این سبب‌سازی‌ها را. سعی کنید در ذهنتان سبب‌سازی نکنید، یعنی رویدادها را به هم بی‌جهت مربوط نکنید. سبب‌سازی ذهن را مرتب داریم می‌گوییم ما. تقریباً هر برنامه راجع به سبب‌سازی صحبت می‌کنیم. اصلاً راجع به سبب‌سازی شما بیت می‌دانید؟

خانم بیننده: بله، بله.

آقای شهبازی: بخوانید ببینیم.

خانم بیننده:



تو سبب‌سازی و دانایی آن سلطان بین آنچه ممکن نبود در کف او امکان بین

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰۰۲)

آقای شهمازی: خُب همین را اجرا کنید. شما سبب‌سازیِ ذهن‌تان را بیندازید دور، سبب‌سازیِ خداوند را بگیرید با فضاگشایی، با صبر.

خانم بیننده: بله، بله.

آقای شهمازی:

جمله قرآن هست در قطع سبب

عَزَّ دَرُوِشِ و، هَلاکِ بُولَهَبِ

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۵۲۰)

آقای شهمازی: این را بلد هستید؟

خانم بیننده: نه، متأسفانه حفظ نیستم.

آقای شهمازی: یعنی تمام قرآن برای این آمده که سبب‌سازیِ ذهنی را از بین ببرد، یعنی انسان در ذهنش رویدادها را به هم مربوط نکند، که این سبب این می‌شود، آن سبب این می‌شود. الآن مثلاً مثالش شما هستید، می‌گویید که من وقتی می‌خواهم برنامه را گوش کنم و تمام کنم، اتفاقاتی می‌افتد.

این سبب‌سازیِ ذهنی شماست، شما می‌توانید یک برنامه را از اوّل تا آخر گوش کنید، دوباره تکرار کنید، یادداشت بردارید، هیچ اتفاق بدی نمی‌افتد. اتفاقات بد به‌خاطر این نیستند، اتفاقات بد به‌خاطر مسائلی هستند که در بیرون هست، خودتان ایجاد می‌کنید.

اصلاً خود این به‌اصطلاح باور که این کار را بکنم، این‌طوری می‌شود، سبب می‌شود شما خودتان آن را ایجاد کنید. همه کار را خودمان ایجاد می‌کنیم با سبب‌سازیِ ذهن. اگر ذهن سبب‌سازی‌اش را بیندازد دور، ما در معرض بادِ «کُنْ فِکَان» قرار می‌گیریم، قضا و «کُنْ فِکَان».

آقای شهمازی: من از همه خواهش می‌کنم، بیت‌های مربوط به «سبب‌سازی» را بخوانند. سبب، مرتب خوانده‌ایم ما این بیت‌ها را که در هفت‌هشت برنامه گذشته خیلی راجع به سبب‌سازی صحبت کرده‌ایم. شما بروید آن‌ها را پیدا کنید، ببینید که شما در ذهن‌تان چجوری سبب‌سازی می‌کنید؟



اصلاً یکی از ابزارهای مهم من ذهنی، یعنی شاید مهم‌ترین است، سبب‌سازی‌اش است که یک‌دفعه شما می‌بینید که در ذهنتان رویدادها را به هم مربوط می‌کنید. مثلاً می‌گویید که من این کار را کردم، امروز باران آمد. باران آمدن چه ربطی به این کار شما دارد؟ ولی ذهنتان واقعاً باور دارد این را.

این آدم آمد خانه ما، بعد مثلاً این به فرض کاسه افتاد شکست، اگر این نمی‌آمد نمی‌شکست. این‌ها سبب‌سازی‌های ذهن است و یا مثلاً من با این شخص دوست شدم، این بلا سرم آمد، یا آن کار را کردم این‌طوری شد، این‌ها همه سبب‌سازی ذهن است، باید از این‌ها بیاییم بیرون.

این جزو خرافات ما است، یعنی هر چیزی که ذهن باور بکند و با آن همانیده بشود، خرافه است و ما در آن می‌پیچیم. شما به سبب‌سازی ذهنی‌تان توجه کنید، خواهید دید که به تدریج شما این‌ها را بی‌ارزش می‌کنید.

سبب‌سازی ذهن است که شما می‌گویید من می‌روم به فلان جا، به فلان ساختمان دست می‌زنم، می‌بوسم، بعد مَرَضَم خوب می‌شود. سبب‌سازی ذهن است، حقیقتاً که این‌طوری نیست.

سبب‌سازی ذهن است حتی که شما می‌گویید، شما مثلاً دعای خیر بکنید. من هم‌ااش دنبال کارهای ذهنم هستم، کارهای بد می‌کنم، به خودم ضربه می‌زنم، ولی شما دعا بکنید.

من الآن امتحان دارم، نمی‌نشینم بخوانم، شما دعا کنید که من خُب قبول بشوم. من می‌گویم دعای شما پس سببش، سبب می‌شود من امتحان قبول بشوم، بعد آن موقع لزومی ندارد درس بخوانم.

شما دعا کنید من بروم ثروتمند بشوم و نه بیزینس دارم، نه کاری بلد هستم، ولی مردم باور دارند. وقتی باور دارند فلج می‌شوند، نمی‌توانند کاری بکنند. می‌گویند خُب این کار را کرده‌ام دیگر، توجه می‌کنید؟

بارها در این‌جا ما قانون جبران را می‌گوییم هر جلسه، که قانون جبران دوتا جنبه دارد: یکی این‌که شما از نظر مادی یک پولی خرج کنید تا متعهد بشوید و هزارتا دلیل دیگر، یکی هم روی خودتان کار کنید، این ابیات را بخوانید، تأمل کنید، به صورت ناظر خودتان را نگاه کنید، ببینید با استفاده از این بیت چه اصلاحی روی خودتان می‌توانید بکنید؟

باید این زحمت را بکشید. مردم این زحمت را نمی‌خواهند بکشند، آن موقع انتظار دارند، این همان انتظاری است که ما از همه داریم. مثلاً ما توقع داریم که پدرمان، مادرمان، برادر و خواهرمان همیشه در خدمت ما



باشند، چون فامیل هستیم دیگر. هم‌چون توقعی بی‌جا است، بعد آن موقع همان توقع را می‌بینید که از خداوند داریم، از محیطمان داریم، از خودمان داریم، از اوضاع داریم.

درحالی‌که من هیچ خردورزی نمی‌کنم، روی اوضاع هیچ اثری ندارم، اوضاع خودبه‌خود درست بشود، یک‌جوری درست می‌شود دیگر و هیچ راه‌حلی برای هیچ چیزی نداریم، می‌گوییم اوضاع درست بشود. مگر می‌شود درست بشود؟ اوضاع را من باید درست کنم، شما باید درست کنید. مخصوصاً اوضاع خود شما را باید درست کنید.

این را من این‌جا اعلام کنم دوستان، تک‌به‌تک توجه کنید. کار شما را غیر از خودتان هیچ‌کس درست نخواهد کرد و منتظر نباشید یک‌کسی بیاید شما را درست کند، هم‌چون چیزی نیست. این شما هستید که مسئول هستید، حواستان را بدهید به خودتان، کار کنید، قانون جبران، هم معنوی هم مادی، وضعتان را درست کنید. شما اگر منتظر باشید اشخاص دیگر بیایند، حتی فامیل‌هایتان بیایند به شما کمک کنند، بیست سال منتظر می‌شوید، می‌بینید کسی نیامد. عجب نامردهایی هستند. نامرد خود تو هستی که به خودت هیچ کاری نمی‌کنی، انتظار داری بیایند مردم وضع شما را درست کنند، نمی‌کنند.

هرکسی وضع خودش را خودش درست می‌کند، مسئول خودش خودش است. نباید ده سال، بیست سال صبر کنیم، بگوییم آقا این را حالا که کسی درست نکرد، حالا دیگر خودم درست می‌کنم. خُب این را از حالا درست کن دیگر. توجه می‌کنید؟ خُب من دیگر خیلی صحبت کردم ببخشید، ولی لازم بود.

خانم بیننده: بله، خواهش می‌کنم، دستتان درد نکند. خیلی ممنون. ممنونم از زحماتی که می‌کشید. ان‌شاءالله سالیان سال پاینده و پایدار باشید. خیلی ممنونم، شب‌تان به خیر.

آقای شهبازی: شما هم با این صحبت‌ها کل برنامه را می‌توانید گوش بدهید الآن دیگر.

خانم بیننده: ان‌شاءالله، بله.

۱۵- خانم بیننده از ابهر با سخنان آقای شهبازی

من نتیجه‌های خیلی خوبی از دیدن برنامه‌هایتان گرفتم. از مهم‌ترین نتیجه‌ها، آرامشی است که خودم گرفتم. وقتی که اشعار را تکرار می‌کنم، می‌بینم که به‌صورت معمولی که دارم روزانه کارهای معمولی‌ام را انجام می‌دهم، می‌بینم کارها روان است و آسان انجام می‌شود.

بعد همه‌چیز بدون کار و تلاش یا مثلاً که فکرم خیلی درگیر باشد، من باید این کار را بکنم، بدو بدو و این‌ها بکنم، کارها خیلی روان انجام می‌شود. از این‌ها خیلی متوجه شدم که خیلی آرام شدم، کارهایم دارد انجام می‌شود.

بعد، وقتی که به‌قول معروف که احساس می‌کنم سمن‌زار رضا آشفته است، این بیت‌ها را تکرار می‌کنم. مثلاً:

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

این‌ها خیلی به من آرامش می‌دهد. بعد، وقتی که گفت‌وگوی ذهنی‌ام زیاد می‌شود، با تکرار اشعار انصتوا، افکارم آرام می‌کنم. بعد، درنهایت می‌بینم که از همه‌چیز دارم ناخودآگاه در دلم، وجودم، حتی در زبانم تشکر می‌کنم، انگار یک‌جوری شکرگزار شدم، ولی قبلاً این‌طور نبودم.

مثلاً حتی از وسیله‌هایی که دم دستم است، کمک‌هایی که مثلاً به من می‌شود، اشخاص، افراد، وسایل‌ها، خیلی در حال تشکر کردن هستم، مثلاً خیلی ممنون، خیلی متشکرم که دم دستم هستی.

خیلی کارهایم روان و آرام و با متانت انجام می‌شود. قبلاً نه، خیلی تشویش و اضطراب و دلهره و من باید این کار را بکنم، این‌ور بدوم، آن‌ور بدوم. بعد اصلاً نمی‌فهمد آدم روز چطور تمام می‌شود، ولی آدم احساس می‌کند که وقت هم اضافه می‌آورد، اصلاً مفید تمام می‌شود همه‌چیز.

بعد، به مقایسه و تقلید خیلی می‌رفتم، ولی الآن نه، تا مثلاً بلافاصله که ذهنم می‌رود به مقایسه، به تقلید، سریع ذهنم را خاموش می‌کنم با لا کردن. سریع اشعار لا و این‌ها را سریع می‌خوانم.

بعد یکی از شعرهایی که جلسات اولی که برنامه گنج حضور گوش می‌کردم، خیلی به من اثر کرد:

**جهانی گمره و مرتد، ز وسواسِ هوای خود
به اقبال چنین عشقی، ز شرّ خویشتن رستم
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۴۱۸)**



این وسواس خیال به‌نظم خیلی من را اذیت می‌کرد. حالا برای من این‌طوری بود، برداشتم از این بیت این‌طوری بود که واقعاً در گمراهی بودم، سر چیزهای کوچک و بی‌ارزش وقتم را تلف می‌کردم، فکرم را معطل می‌کردم که روشم را مثلاً به مرور تغییر کرد. یعنی انگار یک شناسایی انجام شد، بعد از من افتاد، یعنی آن حالت وسواس و خیال برطرف شد از من.

آقای شهمازی: آفرین. برنامهٔ اخیر، همین ۹۲۷ را شما گوش کردید؟

خانم بننده: من بله، کامل نه، بخش اول و دوم و سومش را. بخش چهارمش را هنوز نشده.

آقای شهمازی: همان قسمت اول. قسمت اول که می‌گوید: راجع به یک بیتی دارد که این‌طوری شروع می‌شود «پس پیمبر...»، این را یادتان است؟ این وهم را می‌گوید از ما رفع کرده پیمبر.

خانم بننده: بله، شعرش را یادم نیست، ولی یادم است که خواندید.

آقای شهمازی: چه هست؟ می‌توانید؟

خانم بننده: یادم نیست نه.

آقای شهمازی: همین الان نشان دادم، حالا نشان می‌دهم دوباره. شما بخوانید ببینیم این را. همین را بخوانید.

خانم بننده:

پس پیمبر دفع کرد این وهم از او

تا نباشد در غلط سوداپز او

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۷۰۴)

وآنکه اندر وهم او ترک ادب

بی‌ادب را سرنگونی داد رب

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۷۰۵)

آقای شهمازی: حالا همین‌جا بایستید. پس می‌گوید پیغمبر چکار کرد؟ همین وهمی که الان صحبت می‌کنیم، وهم من ذهنی را از انسان رفع کرده، دفع کرده، تا در غلط و توهم‌های ذهن، انسان سوداپز نباشد. و بیت دوم بسیار مهم است، می‌گوید که «وآنکه اندر وهم او ترک ادب»، یعنی در همان وهمی که شما صحبت می‌کنید بودید، این ترک ادب نسبت به خداست و بی‌ادب را خداوند سرنگون می‌کند. شما این را متوجه شده بودید؟

خانم بننده: بله، همین‌که مثلاً خودم احساس می‌کردم که مثلاً یک چیزی باید همیشه اول باشد، می‌گفتم باید اول بشود، اگر دوم بشود امکان ندارد. یعنی یک چیزی، مثال این‌طوری است، وسواس‌گونه داشتم زندگی می‌کردم.



آقای شهمازی: خب وهم است ديگر، وهم من ذهني است. وسواس، ما همه‌مان داريم. من ذهني، اين فكر تمام نشده، مي‌خواهد بپرد به آن فكر و من ذهني را درست كند و در وهم بودن بي ادبي درمقابل خداست و خداوند بي ادب را مي‌گويد كه ما هشياري خداگونه هستيم، خودمان را بگذاريم و هشياري وسواس را برداريم، سرنگون مي‌كند. و بيت سوم را هم بخوانيد لطفاً.

خانم بننده:

سرنگونی آن بُودِ كو سويِ زير مي‌رود، پندارد او كو هست چير (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بيت ۳۷۰۶)

آقای شهمازی: بله. پس سرنگونی اين هست كه، خب سرنگونی چه هست؟ حالا بگويد.

خانم بننده: سر نداشته باشي ديگر.

آقای شهمازی: نه، سرنگونی اين است كه آدم برود پايين، بعد آن موقع فكر مي‌كند دارد پيشرفت مي‌كند مي‌رود بالا. در من ذهني آدم فكر مي‌كند دارد مي‌رود بالا، پندار كمال، درحالي كه در اصل مي‌رود پايين.

خانم بننده: بله فكر مي‌كنم كلاً من ذهني با اين فشارهايي كه به آدم مي‌آورد كه اين كار را بكن، اين حرف را بزن، اين جوري تصميم بگير، حالا نمي‌شود الآن نمي‌شود، ما فكر مي‌كنيم داريم راه باز مي‌كنيم، كار انجام مي‌دهيم، درواقع داريم هيچ كاري انجام نمي‌دهيم، يعني همه فرصت‌ها و امكاناتمان را از دستمان مي‌گيرد.

آقای شهمازی: سرنگون داريم مي‌شويم. با من ذهني كه انسان سنش بالاتر مي‌رود، ظاهراً مي‌گويد من مقامم مي‌رود بالا، همه‌چيزم پيشرفت مي‌كند، در اصل دارد مي‌آيد پايين، منتها متوجه نيست. مي‌گويد سرنگونی اين است.

خانم بننده: خيلي ممنون. از برنامه‌تان خيلي متشكرم. من اين دومين بار است كه زنگ زدم، مزاحمتان شدم.

گر سَران را بی‌سَری، دَرواستی سَرنگونان را سَری دَرواستی (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۱۹)

همانیده شده بودم، برای خودم سَری داشتم، عقلی برای خودم داشتم و عقل قضا را نمی‌پذیرفتم. بی‌سر نبودم یعنی، سر خرد زندگی را نداشتم سرنگون شده بودم در هر جهتی به بُن‌بست رسیده بودم در تمامی جنبه‌ها.

فکرهایم درد داشتند، سازنده نبودند. قرص‌های آرام‌بخش، قرص‌های خواب، ضد افسردگی، انواع اعتیاد، توهم‌ها و در هپروت زندگی کردن‌ها به‌طور کلی تمام فکرهایم درد داشتند.

«سَر» داشتم. سَرَم در دودی یا مِهی غرق شده بود یا روی سیاه از آن مه یا دودِ درد. جنبه‌ای از زندگی را دنبال کرده بودم که با شکست روبه‌رو شدم. از فضای گشوده‌شده عمل نمی‌کردم.

با نوزادی در بغل که با من‌ذهنی او را به دنیا آورده بودم با من‌ذهنی پرورشش دادم، به ۳۴ سالگی رسیدم هر لحظه به خودکشی فکر می‌کردم. شب‌ها را با گریه‌های من‌ذهنی به صبح می‌رسانیدم.

در طول روز پاهایم را برای غذا پختن می‌کشانیدم بر زمین و فلج و گُنگ بودم. به تدریج وابستگی‌ام به دیگران بیشتر و بیشتر می‌شد چه عاطفی و چه مالی. فرزندم را به دیگران می‌سپردم تا از او مراقبت کنند تا بتوانم بیشتر در همانندگی‌ام غرق شوم.

به هر کاری دست می‌زدم نیمه‌کاره، از ۲۵ سالگی تا ۳۴ سالگی همه را رها می‌کردم تا این‌که با لطف خدا که قبلاً هم شامل حالم می‌شد و من آن را رد می‌کردم با برنامه گنج حضور به تک‌تک آن‌ها رسیدگی کردم و به انجام رسانیدمشان.

حالا بعد از گذشت ۸ سال عضویت از لحظه‌لحظه زندگی‌ام لذت می‌برم.
خدا را شکر.

خود مَن جَعَلَ الْهُمُومَ هَمًّا از لفظ رسول خوانده آستم (مولوی، دیوان شمس، بیت ۱۵۵۷)



«هرکس غم‌هایش را به یک غمی واحد محدود کند خداوند غم‌های دنیوی او را از میان می‌برد. و اگر کسی غم‌های مختلفی داشته باشد خداوند به او اعتنایی نمی‌دارد که در کدامین سرزمین هلاک گردد.»

گفت: رَو هر که غم دین برگزید
باقی غم‌ها خدا از وی بُرید
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۱۳۷)

این را من از مامان سارا جان و سوده خانم که از آلمان زنگ می‌زنند شنیدم و واقعاً از همه آنها تشکر می‌کنم. من جوانان عشق را می‌بینم، کودکان عشق را می‌بینم عمل می‌کنم، گوش می‌دهم، خدا را شکر، خدا را شکر. ممنونم از شما، خیلی لطف داشتید به ما. مولانا را من از ۱۵ سالگی داشتم، در کتاب‌خانه‌ام بوده ولی خُب تنها کسی که من را آشتی دادند با ایشان شما بودید.

خیلی ممنونم از شما، خیلی خیلی سپاسگزارم از شما.

آقای شهمازی: آفرین، آفرین تبریک می‌گویم به شما. خودتان را نجات دادید، به خودتان کمک کرده‌اید آفرین.

خیلی زیبا، خیلی زیبا. خیلی خُب با شما خداحافظی کنم.

مرضیه از پردیس



ببینید چقدر بزرگان ما به ما کمک می‌کنند و چقدر ما به هم‌دیگر می‌توانیم کمک کنیم.

ایشان می‌گویند آن مطلبی که به ایشان خیلی کمک کرد از یکی از بینندگان یاد گرفته‌اند، شنیده‌اند. از کودکان عشق یاد می‌گیرند، از جوانان عشق یاد می‌گیرند. ما از هم‌دیگر یاد می‌گیریم.

دو تا چیز را عرض می‌کنم باید، می‌خواهم بگویم، می‌خواهم تأکید کنم، یکی ما از هم‌دیگر یاد می‌گیریم، چیزهای خوب و چیزهای بد، پس بهتر است که قرین‌های ما انسان‌هایی باشند که با بزرگان آشنا هستند. دوم تکرار، تکرار، تکرار. این من‌ذهنی با تکرار عوض می‌شود.



۱۸ - آقایان حسین و رضا و مادرشان از زاهدان با سخنان آقای شهبازی

آقای حسین: آقای شهبازی سلام علیکم. حسین هستم از زاهدان. من آدم خانۀ مادر، خانۀ مادر آدمم که می‌خواهد با شما صحبت کند آقای شهبازی.

آقای شهبازی: بله خواهش می‌کنم.

مادر آقای حسین: سلام علیکم.

آقای شهبازی: سلام. خوب هستید شما؟

مادر آقای حسین: الحمدلله، حال شما خوب است آقای شهبازی. خوب هستید شما، زنگ زدم دلم تنگ شده بود برای شما، حالتان را بپرسم. خوب هستید شما؟ خانواده خوب هستند؟

آقای شهبازی: بله، من مرتب احوال شما را می‌پرسم از حسین آقا و بقیۀ افراد خانواده وقتی پیش می‌آید. ان‌شاءالله که خوب باشید، صدایتان که خیلی خوب است.

مادر آقای حسین: حسین همیشه می‌گوید که آقای شهبازی شما را سلام رسانده، زهرا هم می‌گوید شما سلام رسانده‌اید، احمد همین‌جور، همگی می‌گویند سلام رسانده‌اند آقای شهبازی. شما لطف دارید، دستتان درد نکند. خیلی ممنون. قربان شما. می‌خواهم یک شعری هم بخوانم آقای شهبازی.

آقای شهبازی: به‌به، بفرمایید خواهش می‌کنم.

مادر آقای حسین:

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

تو دریا باش و کشتی را برانداز
تو عالم باش و عالم را رها کن
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۹۰۵)

آقای شهبازی: آفرین، آفرین.

مادر آقای حسین: قربان شما بشوم. ببخشید مزاحم شدم. می‌خواهد رضا هم صحبت کند با شما. کاری ندارید؟

آقای شهبازی: عرضی ندارم ان‌شاءالله خوب بشوید، سلامت باشید. خداحافظ.

مادر آقای حسین: خداحافظ.

آقای رضا: سلام جناب آقای شهبازی.



آقای شهبازی: بله، سلام آقا رضا خوب هستید شما؟ خیلی وقت است با شما صحبت نکردیم. خانواده، آن کوچولو چطور است؟ دیگر الآن بزرگ شده. فیلمش را دیگر نمی‌فرستید.

آقای رضا: سلامت باشید آقا. چه بگویم دیگر، حقیقتش حالا من چند تا مطلب دارم، در لابلای صحبت می‌گویم خدمت‌تان آقای شهبازی. تجربیاتم را می‌گویم.

آقای شهبازی: بفرمایید خواهش می‌کنم.

آقای رضا: من حقیقتش می‌خواستم خدمت‌تان بگویم که تشکر کنم، سپاس‌گزاری کنم، از بابت برنامه‌ای که برای ما درست می‌کنید شما و ما را از منجلاب ذهنی تا حدودی نجات دادید آقای شهبازی. من واقعاً قدردان شما هستم و هرچند که با زبان نمی‌شود به حساب آن هیجان، آن چیزی را که من می‌خواهم بگویم با صحبت اصلاً نمی‌شود بازگو کرد آقای شهبازی.

واقعاً سپاسگزار شما هستم. فکر کنم برای اولین بار یا برای دومین بار است که من مطلب آماده نکرده‌ام. فقط می‌خواهم، فی‌البداهه می‌خواهم آن تجربیاتم را خدمت شما ارائه بدهم. شاید خوب صرفاً بیان هم نداشته باشم جناب آقای شهبازی. بیسوادی است دیگر. ببخشید خلاصه. سلامت باشید.

آقای شهبازی: اختیاردارید.

آقای رضا:

تا کنی مر غیر را حَبْر و سَنی
خویش را بدخو و خالی می‌کنی

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶)

دیده آ، بر دیگران، نوحه‌گری
مدتی بنشین و، بر خود می‌گری

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۴۷۹)

مردۀ خود را رها کرده‌ست او
مردۀ بیگانه را جوید رفو

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۱)

این مطلب که می‌خواهم بگویم در رابطه با این سه بیت که خواندم. خیلی خیلی، یعنی واقعاً اول برای خودم می‌خواهم بگویم که یعنی دوباره تداعی بشود که مراقب ذهنم باشم. شاید دوروبر ده‌سال و خُرده‌ای من دارم برنامه را نگاه می‌کنم و چیزی که یاد گرفتم، فقط برای امروز من زندگی می‌کنم آقای شهبازی.



هر موقع هم که به حساب از صبح از خواب بیدار می‌شوم، همیشه به ذهنم می‌گویم که شما هم دوست من هستید، فقط من از شما اجازه می‌گیرم می‌خواهم بروم برنامه را نگاه کنم.

هر زمانی که من آمدم با ناراحتی و با این که به حساب بخوام با آن بجنگم، واقعاً یک راه‌کاری برای من پیدا کرده که من را ضربه‌فنی کند آقای شهبازی.

این را هم می‌خواستم بگویم که هر زمانی خواستم برنامه را نگاه کنم یا کاری انجام دهم یا خواستم بروم بیرون، کار اداری، چیزی داشتم، می‌خواستم بروم کار انجام بدهم، همیشه همان چیزی که شما می‌گوئید، فضاگشایی. و یک مطلب دیگری هم می‌خواستم بگویم که چندین سال قبل که ما کوچک بودیم، ما یک مادر بزرگ پیری داشتیم، بعد همیشه این واقعاً اهل دل بود، یعنی قشنگ برای من واضح بود، مشخص بود که این مادر بزرگ من اصلاً هیچ خشی در درونش نبود.

همه به او حرف می‌گفتند. می‌گفت عیبی ندارد مادر جان. من فقط کوتاه بیایم، ببخشید. همیشه ورد زبانش این بود آقای شهبازی، همه‌اش می‌گفت که همین، همین دم‌لحظه را شکر، همین دم‌لحظه را شکر. و برای هرکاری دل و سینه‌تان را بزرگ نگه دارید. همان چیزی که همیشه شما می‌گوئید فضاگشایی. این خیلی به هم می‌خورد و ربط دارد.

در هفت سال پیش آقای شهبازی در هفت سال و خرده‌ای پیش فکر کنم، یک برنامه‌ای هستاز شبکه‌های ایران نشان می‌دهد، حقیقتش شما خودتان در جریان هستید، حالا بخوام بگویم.

من داشتم برنامه را نگاه می‌کردم حقیقتش، در آن برنامه یکی از موسیقی‌دانان بزرگ ایران را دعوت کرده بودند، بعد همان لحظه که من کانال را زدم، این آقا برداشت گفت که به حساب مولانا هم همه‌اش می‌گوید که «من نه منم، نه من منم، من نه منم، نه من منم».

همان لحظه آقا ما به ذهنمان برخورد، نمی‌دانستم دیگر یعنی آن سطح آگاهی خیلی پایین بود و همان لحظه بلند شدم رفتم یک متنی نوشتم از روی ذهن، از روی من‌ذهنی، نوشتم و گفتم من باید هفته بعد در برنامه این را بخوانم.

که فردایش رفتم مغازه به حسین هم گفتم، این مطلب را با حسین در میان گذاشتم. حسین فقط به من گفت که رضا اگر صلاح می‌دانی، اگر نظر من را می‌خواهی، نخوانی بهتر است. بعد من گفتم نه، من باید بخوانمش. من باید بخوانم.



یعنی می‌خواهم بگویم که نیروی مافوق، نیروی لایزال، نیروی برتر، و امر کُن فِکَان، هرچیزی که ما به آن درکش رسیدیم، همه دست‌به‌دست گذاشتند که به من رضا بفهمانند که آقا تو که این قدر روی خودت کار می‌کنی بعد نباید.

این را می‌خواهم بگویم که مطلب را خواندم و این‌ها، شما یک‌هو به من گفتید آقا رضا شما چرا نمی‌روید روی نفس خودتان کار نمی‌کنید؟ بعد من آمدم گفتم که این آقا مثلاً آمده از مولانا می‌گوید و می‌گوید مولانا چقدر به حساب «من» دارد.

همان لحظه بود که به حساب، همان‌جا خدا را شکر که قدرت من ذهنی‌ام خورده شد، که من بدانم که آقا وقتی روی خودم کار می‌کنم، از روی منم کار می‌کنم یا نه واقعاً با خلوص نیت و با فضاگشایی است؟ یعنی خدا را شکر که این یک تجربه بود می‌خواستیم بگویم خدمتتان آقای شهبازی.

بعد از یک مدتی گذشت، به خانم گفته بودم که شما برنامه را نگاه کنید. برنامه را نگاه کرد، بعد من همیشه حواسم نبود که دارم کنترلش می‌کنم. بعد به او می‌گفتم نگاه کردی برنامه را؟ این قسمتش را گوش کردی؟ گوش کردی چه گفت آقای شهبازی؟ نت برداری کردی برای خودت؟

این قدر به او گفتم، گفتم آقا، بعد آمد به من گفت که رضا تو با این گفتنت این قدر من را کنترل کردی، من دیگر از برنامه زده شدم. اصلاً نمی‌خواهم برنامه را نگاه کنم و الآن از این ماجرا شش سال و خرده‌ای می‌گذرد آقای شهبازی.

و هر زمانی که من می‌خواهم بیایم داخل خانه، البته من پایین هستم، بیشتر پیش مادرم هستم کارهای او را انجام می‌دهم، اگر بشود مثلاً بعضی موقع‌ها، گاهی اوقات که خانم پیش مادرش برود، من شاید بتوانم بروم آن‌جا برنامه را نگاه کنم.

به محض این که خانم بیاید من خاموش می‌کنم و از طریق گوشی‌ام گوش می‌دهم که می‌گویم خسارتی چیزی به او وارد نکنم. چون واقعاً من خسارت خیلی زده‌ام و الآن طی یک فرایندی متوجه شده‌ام که آقا باید نورافکن را روی خودم روشن نگاه دارم و همیشه روی خودم کار کنم.

و درصدد تغییر دیگران نباشم آقای شهبازی. و بله یعنی این را می‌خواستیم بگویم که کم‌کم به مرور زمان متوجه شدم. و خدا را شکر، خدا را شکر که درد می‌کشم آقای شهبازی، من ده سال و خرده‌ای دارم برنامه را نگاه می‌کنم، درد می‌کشم، درد هشیارانهمی‌کشم. و خدا را شکر به موقع شناسایی می‌کنم آقای شهبازی. سپاس‌گزارتان هستم.

قای شهبازی: عالی، عالی.



آقای رضا: قربان شما آقای شهبازی، یک مطلب دیگری هم هست می‌خواستم خدمتتان بگویم. من حقیقت شش سال قبل بود، من و حسین در مغازه نشسته بودیم، یکی از اقوام نزدیکمان آقای شهبازی، بعد یک خانه‌ای خریده بود در مشهد و این خانه را حاجی‌مان از این اقوام نزدیکمان خریده بودند. بعد من نمی‌دانم چطور بوده مثل این که بولشان را یک مقدار دیر داده بودند، چطور بوده.

خلاصه این آقا آمد مغازه و خیلی با توپ پر آمد و با ناراحتی، این قدر گفت، این قدر بد و بی‌راه به حاجی‌مان گفت، این قدر حرف گفت و من و حسین این‌جا در مغازه نشسته بودیم، این آقا فقط منتظر بود که ما یک چیزی، یک اشاره‌ای بکنیم که به حساب شروع کند به حرف گفتن و دعوا، یعنی می‌خواست گلاویز بشود آقای شهبازی. و ما خدا را شکر آن‌جا را هم می‌خواهم بگویم که واقعاً برنامه کار کرد و الآن در حال حاضر برای من رضا اصل، اصل اقدام و عمل است. یعنی باز این‌جا خودم را نشان دادم که آقا چند مرده من حلاج هستم.

و واقعاً درد کشیدم، نمی‌خواهم که غلّو کنم که آقا من نه، درد نکشیدم و این‌ها. و واقعاً درد کشیدم و حالم هم بد شد آقای شهبازی. واقعاً حالم بد شد و یعنی ذهن می‌گفت که حمله کن! حمله کن! و خدا را شکر که حمله نکردیم. به حساب صبر کردم، فضاگشایی کردم و این آقا تا جایی که دلش خواست، حرف گفت و داد و بیداد کرد و بعد از این که آرام شد، گذاشت و رفت.

و این را هم می‌خواستم آقای شهبازی بگویم، زمانی که شما به من این حرف را گفتید، می‌خواهم از من مودی خودم بگویم، این‌ها هرچه می‌گویم به خودم دارم می‌گویم آقای شهبازی، از من مودی مودی خودم بگویم که در هفت سال قبل، وقتی شما به من گفتید آقا برو روی نفست کار کن! تو این قدر می‌گویی آقای شهبازی، آقا رضا سلامتی این قدر که می‌گویی روی خودت کار کردی، چطور روی خودت کار کردی؟ برو روی نفست کار کن!

آقا من چهار ماه قهر کردم با برنامه، پنج ماه قهر کردم و این قدر مودی است این من من، یعنی این قدر این از هزاران ترند استفاده می‌کند که بعد از پنج ماه که زنگ زد، باز هم دنبال توجیه و بهانه بودم آقای شهبازی، چون از من پرسیدید از شما خبری نیست، ولی باز دوباره یک ترفندی دیگر برایم درست کرد که فقط توجیه و بهانه بیاورم که بگویم که آقا نه، من گرفتار بودم، چی بودم نتوانستم زنگ بزنم.

و واقعاً شهامتش را نداشتم، نتوانستم بگویم که آقا من به این دلیل با برنامه قهر کردم و نتوانستم صحبت کنم. همین آقای شهبازی، سپاسگزارم.

آقای شهبازی: خیلی زیبا، آفرین، خب خدا حافظی می‌کنم با شما.

آقای رضا: قربان شما. ببخشید زیاد صحبت کردم. خدا حافظ.



آقای شهمازی: خب این صحبت‌ها بسیار مفید است، شما متوجه می‌شوید که دوستان ما از چه مراحل رد می‌شوند در کارکردن روی خودشان، ساده نیست این پیشرفت.

توجه

خانم ویدا: آقای شهبازی من ویدا هستم از تهران خدمتتان زنگ می‌زنم.

آقای شهبازی: بله، بله.

خانم ویدا: خیلی خوشحالم از این‌که این وقت را به بنده دادید، به خاطر این‌که من هم سال‌هاست پشت خط هستم و نتوانستم با برنامه تماس بگیرم، ولی این برنامه‌ای که شما گذاشتید که به این صورت باشد که ما هم بتوانیم صحبت بکنیم، این باعث شد که من بتوانم امروز، الآن هم خیلی هیجان‌زده شده‌ام، بتوانم با شما صحبت بکنم.

آقای شهبازی: بله، یک نفس عمیق بکشید، بله صحبت کنید.

خانم ویدا: بله، چشم. بعد همین یک خانمی زنگ زدند که خیلی حالشان خراب بوده و به وسیله این برنامه خوب شدند، من هم واقعاً این قدر دردهایم شدید بود که اصلاً خُب جراحی قلب کردم، بعدش داروهایم خیلی زیاد بود که الآن یک چیزی حدود پنج سال است که داروهایم خیلی کم شده.

جز یک دانه قرصی که باید حتماً بخورم، بقیه، چهارتا قرصم را، این‌ها را، همه را دکتر گفت دیگر نیازی نیست بخوری و این‌ها برای من اصلاً واقعاً می‌گویم یک دری است به روی ما باز کردید.

یک بهشتی که آن قدر وعده می‌دادند، الآن من خودم و همه کسانی که می‌بینیم، بالاخره ما در یک گروه هستیم، آن وقت همه به اتفاق ما این چیز را داریم با هم دیگر که واقعاً بهشت را الآن ما، این چند سال که با شما هستیم، لمس می‌کنیم.

بعد من حالا یک دوسه‌تا از این، خیلی شعر حفظ کرده‌ام، ولی تا حالا هیچ گونه از این چیزهایی که نوشته‌ام را به خودم اجازه نداده‌ام این را پست کنم برای جناب زارع‌پور و این‌ها، ولی خُب حالا یک چندتا ابیات را گفتم برایتان بخوانم.

مردۀ خود را رها کرده‌ست او

مردۀ بیگانه را جوید رفو

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۱)

دیده آ، بر دیگران، نوحه‌گری

مدتی بنشین و، بر خود می‌گری

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۴۷۹)



بعد من آن برندی هم که شما گفته‌اید، واقعاً برای خودم یک برندِ خاصی دارم که این را، حتماً خیلی به من کمک می‌کند.

**گر بروید، ور بریزد صد گیاه
عاقبت بر روید آن کشته‌اله**
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۵۷)

**کشت نو کارید بر کشت نخست
این دوم فانی است و آن اوّل دُرست**
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۵۸)

**کشت اول کامل و بگزیده است
تخم ثانی فاسد و پوسیده است**
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۵۹)

بعد همین واقعاً نمی‌دانم دیگر چجوری تشکر کنم. فقط خیلی خوشحالم که توانستم که با این برنامه تماس بگیرم و تمام دوستانی که بالاخره تجربیات معنوی خودشان را چیز می‌کنند، من به دقت مطالعه می‌کنم. خیلی از آن‌ها واقعاً به دلم می‌نشیند. الآن نمی‌خواهم دانه‌دانه اسم ببرم، ولی خُب خیلی این‌ها کنارش، یعنی هرچیزی شما می‌گویید تمام این‌ها را من با تمام سلول‌هایم لمس می‌کنم.

هیچ وقت هم از آن موقع اصلاً نتواستم این برنامه را بگذارم کنار، این قدر این برنامه برای من خیلی چیزها را، خیلی مسائل را توانستم با این برنامه، خُب بقیه‌اش هم یک چیزهایی هست که طی این سال‌ها بالاخره باید به قول آقای چیز که الآن صحبت می‌کردند، خُب خیلی این من ذهنی به آدم حمله می‌کند و خیلی جاها هست که بعدش می‌آیم حرفی که زده‌ام، خُب خیلی پشیمان می‌شوم که چرا این حرف را زده‌ام، ولی خُب دیگر آن لحظه این کار را کرده‌ام و دیگر نمی‌خواهم باز هم به گذشته برگردم، بگویم خُب حالا من باید این‌جا خودم را شماتت کنم، ناراحت باشم، این لحظه‌ام را از دست بدهم. نه، دیگر یاد گرفته‌ام که در لحظه زندگی بکنم. دیگر من وقتتان را بیش‌تر از این نمی‌گیرم. خیلی هیجانی شدم که توانستم اصلاً تماس بگیرم.

آقای شهمازی: خیلی زیبا، خیلی زیبا، از کجا گفتید زنگ می‌زنید؟ فرمودید از کجا زنگ می‌زنید؟

خانم ویدا: من گفتم، ویدا هستم از تهران.

آقای شهمازی: تهران زنگ می‌زنید. عالی، عالی، خُب پس خواهش می‌کنم. خداحافظ شما.

خانم ویدا: خیلی ممنون، قربان شما، خداحافظ.



۲۰- سخنان آقای شهبازی

از این صحبت‌ها می‌بینید نتیجه می‌گیریم که اگر انسان متوجه بشود که در درون خودش یک بافتِ ذهنی وجود دارد، یک کسی وجود دارد که به او لطمه می‌زند و جلوی لطامات او را بتواند بگیرد، درست کردن این کارها خیلی آسان می‌شود.

الآن دیگر متوجه شده‌اید که چه کسی به شما ضرر می‌زند؟ خودتان. خودتان هم این خودِ اصلی نیست، بلکه خود مصنوعیِ من‌ذهنی است که دورانش موقت بوده، ولی طول دادیم ما خیلی.

الآن دیگر متوجه‌اش می‌شوید، جلوی ضررهایش را می‌گیرید. وقتی جلوی ضررهایش را می‌گیرید، می‌بینید که درست کردن کارها بسیار آسان می‌شود.

۲۱- خانم مریم از آمریکا

سلام مریم هستم از آمریکا، Irvine زنگ می‌زنم. فقط اجازه بدهید من نفس عمیق بکشم. چون وقتی وصل می‌شود، دچار هیجان می‌شویم و ضربان قلبمان بالا می‌آید. واقعاً باور نمی‌کردم، یعنی یک لحظه گفتم یعنی می‌شود بگیرد؟ و گرفت و امروز گرفت.

من نزدیک ۱۲ سال است که برنامه شما را گوش می‌کنم، بعد خیلی درد داشتم، خیلی زیاد! آن قدر درد داشتم که فقط دائماً از خدا می‌خواستم که یک کسی را بفرستد، من را نجات بدهد از دردهایم. دنبال استاد می‌گشتم، دنبال کسی بودم که من را نجات بدهد. خیلی درد داشتم.

شما خودتان می‌دانید چه می‌گویم. بعد شما پیدا شدید، شما پیدا شدید و دردهای من را درمان کردید، خیلی ترس داشتم. آقای شهبازی من زمانی که خودم را شناختم، در سن پانزده‌شانزده سالگی فقط یک آدم خشمگین بودم که دلم می‌خواست با همه دعا کنم.

دائم فقط می‌خواستم که یک نفر باشد که من با او دعا کنم، خیلی خشم زیادی داشتم. بعد کم‌کم آمدم بالا، دیدم چه قدر ترس دارم. ترس‌های خیلی زیادی داشتم. آن قدر ترس داشتم که این ترس‌ها تا همین حالا، یعنی تا همین شاید الآن هم گاه‌گداری سراغم می‌آیند.

من احساس بی‌ارزشی خیلی زیادی داشتم، احساس می‌کردم که اگر ازدواج کنم با کسی که ازدواج کنم، آن می‌تواند این احساس خوب را به من بدهد. می‌تواند من را باارزش کند، ولی ازدواج کردم دیدم نه، آن هم به من هیچ حس باارزش بودن را نداد.

بعد بچه‌دار شدم، زندگی‌ام بدتر شد. وقتی بچه می‌آید مشکلات بچه به مشکلات خودت اضافه می‌شود. زندگی‌ام از آن چیزی که بود بدتر شد، هم بچه داشتم هم کار می‌کردم. کار می‌کردم ولی خب کارم یک‌جوری بود که پول خوبی درمی‌آوردم، با پولم هم‌هویت شده بودم.

زمانی که آن موقع هنوز کارت نبود، هنوز پول بود پول می‌گرفتیم از...

[آقای شهبازی: قطع شد](#)



۲۲- خانم رها و مادرشان از بندر عباس

سلام آقای شهبازی، رها هستم از بندرعباس.

آقای شهبازی: سلام علیکم. خانم رها خوبید؟ همان رها هستید که پیغام می‌دهید، ویدئو می‌فرستید؟

خانم رها: بله

آقای شهبازی: آفرین، آفرین، خب، بفرمایید!

خانم رها:

ای لولیان لالا، بالا پریده بالا
وارسته زین هیولا، فارغ ز چون و چندی؟
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۴۹)

چه شکر فروش دارم که به من شکر فروشد
که نگفت عذر روزی که برو شکر ندارم
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۶۲۰)

حالا گوشی را می‌دهم به مادرم.

آقای شهبازی: آفرین، خیلی ممنون.

مادر خانم رها: سلام جناب استاد، وقتتان بخیر باشد.

آقای شهبازی: سلام. خوبید شما، چقدر زیبا خواندند دخترتان.

مادر خانم رها: ممنونم. خدا را شکر. خیلی خوشحال هستم. رها به هر صورت عاشق شماست، مرتب برنامه‌های شما را پی‌گیری می‌کند. شما حدود ده‌سالی هست که وارد خانواده ما شدید، خانه ما پر از عشق و صفا و لطف و مهربانی شده خدا را شکر.

راستش توقع نداشتیم بگیرد، دست و پایمان را یک کمی گم کردیم.

آقای شهبازی: آفرین، آفرین

خُب الآن خطا خلوت است، از بینندگان خواهش کردیم آنهایی که زنگ زده‌اند، نزنند تا آنهایی که زنگ زده‌اند، دوباره تماس بگیرند و ببینند می‌توانند تماس بگیرند؟ شما یکی از آنها هستید.

مادر خانم رها: بله، من حدود ده سالی هست که با شما آشنا شده‌ام و زمانی شما را پیدا کردم که در بدترین وضعیت روحی بودم در سن ۳۲ سالگی، زمانی که واقعاً همان توضیحاتی که شما می‌دهید، انسان به یک نقطه‌ای



می‌رسد می‌بیند به قولی ازدواج کرده، حالا به قول معروف بچه‌دار شده، پول دارد خیلی امکانات دارد که یک زمانی آرزویش بود به آن‌ها رسیده ولی خب حالش خوب نیست.

من واقعاً به آن نقطه رسیدم. اصلاً خوابم خراب شده بود، اوضاع روحی‌ام خیلی به هم ریخته شده بود، ترس‌ها و دردهای خیلی شدیدی داشتم. یک روز روی کاناپه دراز کشیده بودم و تلویزیون را، کانال‌های ماهواره را پایین و بالا می‌کردم، یک‌هو شما را دیدم و یک جمله‌ای گفتم که من یک لحظه انگار که این سلسله فکر من باز شد.

شما گفتید از دنیای بیرون چه می‌خواهید؟ و من فهمیدم که واقعاً علت تمام دردهای من این است که من دست‌گدایی‌ام را به سمت دنیا دراز کردم.

آقای شهسازی: آفرین

مادر خانم رها: و از دنیا می‌خواستم همه چیز را. و این حس نقص بود که من را آزار می‌داد، یعنی باورتان نمی‌شود، من در کشوی کمدم آن قدر طلا داشتم، یک وقت‌هایی که مثلاً حالا بخوام یک مقدار التیام بدهم این دردهایم را، می‌رفتم مثلاً این طلاهایم را برمی‌داشتم، دستم را می‌زدم زیر این طلاها و حکم یک مخدر را برای من داشت، ولی خب دیگر این اواخر آن هم حال من را خوب نمی‌کرد.

یعنی با خودم می‌گفتم کاش بتوانم تمام این‌ها را بدهم و من یک خواب راحتی داشته باشم.

آن قدر دیگر بعضی شب‌ها بی‌قرار می‌شدم و در خانه به قول معروف راه می‌رفتم و به همسرم و بچه‌ام نگاه می‌کردم می‌دیدم این‌ها در یک خواب عمیقی فرو رفته‌اند و حسرتشان را می‌خوردم. خیلی حسرت می‌خوردم، می‌گفتم خوش به حالشان، این‌ها الآن خوابیده‌اند ولی من نمی‌توانم بخوابم.

و این دردهای ذهنی خیلی شلاق می‌زد و خدا را شکر، دیگر کم‌کم برنامه شما را که پیدا کردم، آرام آرام آرام به یک آرامشی به قول معروف رسیدم که همیشه آرزوی من بود.

شاید جالب باشد برایتان استاد، من همیشه در ذهنم می‌گفتم من یک جایزه بزرگی برنده می‌شوم، خیلی شاید خنده‌دار باشد، حالا در ذهن خودم فکر می‌کردم مثلاً شاید بانک من حساب دارم، از بانک مثلاً یک جایزه یا یک پول خیلی بزرگ برنده بشوم.



بعد متوجه شدم که آن جایزه بزرگ همین برنامه گنج حضور بود، که واقعاً خداوند به من هدیه کرد وجود شما و دوستان عزیز که من لحظه لحظه دارم با آن‌ها زندگی می‌کنم و به زندگی من معنای دیگری دادید شما.

آقای شهمازی: آفرین ، الآن حالتان خوب است دیگر؟ صدایتان که خیلی سالم و بشاش است.

مادر خانم رها: خدا را شکر ، خیلی حالم خوب است استاد. واقعاً آن قدر انرژی در من آزاد شده ، یادم می‌آید ده سال پیش یک سنتور خریده بودم ، بعد می‌رفتم ثبت‌نام می‌کردم ، یک ترم می‌رفتم ، ول می‌کردم.

یعنی این من ذهنی اصلاً اجازه نمی‌داد من تا یک حدی جلوتر بروم. بعد دیگر خدا را شکر الآن موسیقی را شروع کردم ، یک حدود سه چهارسالی هست که دارم آرام آرام پیش می‌روم.

بعد گفته‌های شما را تبدیل به یک کتاب کردم ، چاپ کردم. اسم کتابم را هم گذاشتم «گذر از رنج با آموزه‌های مولانا» ، آن هم البته خب چاپ گسترده نبود ، حدود صد نسخه چاپ کردم که خدا را شکر خیلی استقبال خوب بود و به پاس به قول معروف رعایت قانون جبران.

آقای شهمازی: خب یک نسخه هم به ما می‌فرستادید خانم ، ما هم بخوانیم ، استفاده کنیم.

مادر خانم رها: اختیار دارید استاد ما دیگر خودمان که بزاعتی نداشتیم ، همه‌اش گفته‌های شما را به قول معروف در یک کتاب کوچک جا دادیم ، یک چکیده‌ای از صحبت‌های شما و اشعار مولانای عزیز.

آقای شهمازی: خب حالا سنتور را خوب می‌زنید شما؟

مادر خانم رها: والله خیلی حرفه‌ای نیستم ، حالا هنوز در حد مبتدی هستم. در حال حاضر فعلاً هم که آمادگی‌اش را ندارم ، یک کمی راستش دست و پایمان را گم کردیم ، ولی ان شاءالله در یک فرصت مناسب سعی می‌کنم یک قطعه را خوب خوب تمرین بکنم ان شاءالله بنوازم برای شما و دوستان عزیز.

آقای شهمازی: خیلی خب ، عالی عالی. خب اگر کاری ندارید دیگر با شما خداحافظی کنم.

مادر خانم رها: ممنونم از شما ، خدانگهدارتان



چقدر شنیدن قصه موفقیت شما خوب است واقعاً، لذت بخش است. من مطمئنم که همه بینندگان تحسین می‌کنند. هرکسی که کار کرده، قانون جبران را انجام داده روی خودش کار کرده، و موفق شده‌است.

این حالت‌هایی که مثلاً به‌عنوان نمونه ایشان توضیح دادند، که آدم حسرت می‌خورد یک خواب درستی بکند، آن هم در سی‌وچند سالگی، خیلی زیاد است منتها به این برنامه نمی‌رسد.

خُب این پیغام‌ها را از مردم ما گرفته‌ایم که این‌طوری بودم این‌طوری شدم، پس شما متوجه می‌شوید که چقدر این گفته‌های بزرگان نصیحت‌های آن‌ها، آموزش‌های آن‌ها برای ما مفید است.

حقیقت این است که بشریت از آن راه درست منحرف شده، ما هم که ابتدا زندگی را با تقلید شروع می‌کنیم ما هم به مسیر تخریب می‌رویم و اول خودمان را تخریب می‌کنیم.

تمام کسانی که چه به‌صورت جانی و فکری به خودشان لطمه می‌زنند، روحی به خودشان لطمه می‌زنند، مالی در بیرون به خودشان لطمه می‌زنند به‌محض این‌که متوجه بشوند که این من‌ذهنی است که تخریب می‌کند و این نباید باشد، این تخریب تمام می‌شود.

این شاهدان پیشرفت از بین مردم هستند که تک‌وتوک می‌توانند تلفن بزنند و قصه پیشرفتشان را بگویند. شما خواهش می‌کنم هرکه هستید غافل نشوید. مثل همین بینندگان به این پندهای مولانا گوش کنید.

ابیات بسیار بسیار خوبی را ما برای شما پخش می‌کنیم، حتی یک برنامه، همین برنامه ۹۲۷ ممکن است برای یک نفر کافی باشد، اگر درست گوش کند، درست عمل کند.

و حیف است که زندگی شما را من‌ذهنی‌تان خراب کند و شما متوجه نشوید. آن موقع می‌دانید که در ایران هم خُب خانواده‌ها خیلی کیپ هستند، به هم پیوسته هستند. یک کسی که حالش خراب می‌شود آن موقع بقیه هم ناراحت می‌شوند.

این‌طوری نیست که بگوییم یک نفر حالا بشود! نه، همه توجه می‌کنند مخصوصاً در خانواده نزدیک مثل یکی از بچه‌ها مثلاً حالش خراب بشود خُب پدر، مادر، بقیه بچه‌ها ناراحتند.



چقدر آسان می‌تواند آدم از راه اعتیاد برگردد به هر اعتیادی. مخصوصاً اعتیادهای مخرب مثل مواد مخدر نمی‌دانم سیگار و این جور چیزها، آدم می‌تواند برگردد. وقتی متوجه بشود که این من‌ذهنی‌اش است که او را وادار می‌کند و این راه، راه انحرافی است.

این به اصطلاح عمل ایشان که می‌گوید من دست می‌بردم زیر طلاهایم، خُب طلا هم خُب سنگین است می‌گوید به‌به این‌ها مثلاً طلاهای من است، من این قدر طلا دارم از آن طرف خوابم نمی‌برد! همه ما می‌توانیم یاد بگیریم. به‌جای طلا آدم بعضی موقع‌ها دانش دارد، ملک دارد، مقام دارد که یادش می‌آید به‌به‌به ولی از آن طرف خوابش نمی‌برد، ناراحت است.

علاج دارد، علاجش دست مولاناست، و شما. کار شما، پند مولانا، کار را درست می‌کند.

◇ ◇ ◇ پایان بخش دوم ◇ ◇ ◇

«تَقَب زدن از الگوی حسادت به فضای وحدت.»

بهترین نماینده من‌ذهنی در انسان الگوی حسادت است. او با هشیاری جسمی دو صورت، دو جسم را با هم مقایسه می‌کند و نتیجه می‌گیرد که کدام یک بهتر، برتر، مهم‌تر یا زیباتر است.

علت ابلیس اناخیری بدهست

وین مرض در نفس هر مخلوق هست

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۶)

ابلیس به خداوند گفت من از آدم که از گل ساخته شده بهترم. ولی مولانا می‌گوید ما در درون مجهز به هشیاری نظر هستیم. با هشیاری نظر می‌توانیم از دیدن حسادت در خودمان راهی باز کنیم به سمت فضای وحدت.

آن نظر که بنگرد این جرّ و مدّ

او ز نحسی سوی سعدی تقب زد

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۵۱)

جرّ و مدّ: کنایه از حالات خوشی و ناخوشی است که بر آدمی دست می‌دهد.

سعد: خجسته، مبارک، مقابل نحس

تقب: سوراخ و راه باریک در زیر زمین

با ناظر شدن به جرّ و مدّ یعنی رفت و برگشت ما بین من‌ذهنی و هشیاری حضور، می‌توانیم از هشیاری نحس یعنی از من‌ذهنی به هشیاری خوش‌شگون یعنی حضور نقب بزینم. نقب زدن یعنی در عمق زمین راه باز کردن.

در ادامه چند چراغ را که به من در مواجهه با الگوی حسادت کمک کرده‌اند به اشتراک می‌گذارم:

۱. نترسیدن از دیدن حسادت:

وقتی در خودم الگوی حسادت را دیدم هرچه که چشم و گوش حضور دارم به‌کار بگیرم و آن را مثل یک مادر و با آغوش باز، در آرامش نگاه کنم. من‌ذهنی فوراً می‌خواهد انسان را به دام ترس و ملامت خود بیندازد و بگوید خجالت بکش، چقدر بدبختی، تو حسادت کردی. این دقیقاً دام من‌ذهنی است. حسادت عادی‌ترین واکنش در



هر من‌ذهنی است. پس می‌توان به حسادت مثل نامه‌ای از طرف خداوند نگاه کرد که می‌گوید عزیزم این محدودیتِ من‌ذهنی را رها کن و بیا بالا.

۲. با «لا» کردن آنچه که نیستیم به فضای یکتایی هشیار شویم:

تصویرسازی، مقایسه، محدودیت، جدایی و قضاوت، تار و پود الگوی حسادت هستند. ما باید از یک نفر جدا باشیم تا بتوانیم به او حسادت کنیم. آیا ما می‌توانیم به خدا حسادت کنیم؟ آیا می‌توانیم به خودمان حسادت کنیم؟

هشیاری حضور ما را آگاه می‌کند که جدایی ما از انسان‌های دیگر یک توهم است. فرم جسمی انسان‌ها از یک‌دیگر جداست، ولی حقیقت و اصل ما آن فرم جسمی نیست بلکه خود زندگی است. خدا را با هیچ‌کس و هیچ‌چیز نمی‌توان مقایسه کرد، پس انسان‌ها را در حقیقت نمی‌توان با هم مقایسه کرد. اگر مقایسه کردم یعنی خودم را به جسمم کاهش داده‌ام. در این زمینه این ابیات به من بسیار کمک می‌کنند:

فاعل مطلق، یقین بی‌صورت است صورت اندر دست او، چون آلت است

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۷۴۲)

نکته کلیدی در آگاهی از فاعل مطلق است. یک زندگی است که با کن‌فکان همه‌چیز را ایجاد می‌کند، و او صورت جسمی ندارد. ولی همه صورت‌ها در دست او مثل یک ابزار هستند. پس وقتی زندگی در یک انسان خودش را بیان می‌کند و چیز زیبایی خلق می‌کند، این کار را در اصل خدا انجام می‌دهد، فاعل مطلق. و همچنین:

ز آن سوی کاندازی نظر، آن جنس می‌آید صور پس از نظر آید صور، اشکال مرد و زن شده

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۲۸۱)

این بیت می‌گوید آن هشیاری خالصِ خدایی است که همه صورت‌ها از جمله زن و مرد را خلق می‌کند. اگر خدا یا زندگی را در خود و انسان‌های دیگر ببینیم دیگر حسادت و حس جدایی از بین می‌رود. ۳. یادگیری به جای حسادت:

اگر من به پیشرفت معنوی یک هم‌سفر حسودی کردم، می‌توانم این حسادت را به یادگیری و طلب تبدیل کنم. می‌توانم شاگرد هرکسی شوم که پیشرفت کرده.



من ذهنی می‌گویند چرا من برتر نیستم یا مثل او نیستم؟! ولی حضور از دید فراوانی می‌گویند چقدر زیبا، خداوند انسانی پیشرفته را سر راه من قرار داده. بهترین نعمت در زندگی قرین شدن با انسان‌های بزرگ است.

هر که را بینی طلب‌کار ای پسر

یار او شو، پیش او انداز سر

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۴۶)

کز جوار طالبان، طالب شوی

وز ظلال غالبان، غالب شوی

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۴۷)

ظلال: سایه

مولانا می‌گوید هرکس را دیدی که طلب زنده شدن به حضور را دارد و در این راه پیشرفت کرده با او یار بشو و سرت را پیش او بینداز، شاگردی آن انسان را بکن. معیارهای ذهنی مثل سن و سواد ذهنی معنوی را در این کار نباید در نظر بگیریم، ما می‌توانیم شاگردی یک کودک را بکنیم. از هم‌نشینی با یک انسان طالب و کسی که به من‌ذهنی‌اش غلبه کرده ما هم طالب می‌شویم و غالب به من‌ذهنی‌مان. با این کار مطمئناً ما هم شروع می‌کنیم به پخش شراب زندگی.

آمد شرابی رایگان، زان رحمت، ای همسایگان

وان ساقیان چون دایگان شیرین و مشفق بر ولد

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۳۷)

مشفق: مهربان

هرکس به فرم خاص خودش زندگی را بیان می‌کند. خداوند بی‌نظیر است، و هر انسان زنده به حضور هم بی‌نظیر است. او را نمی‌توان با انسان دیگری مقایسه کرد.

که رفت در نظر تو که بی‌نظیر نشد؟

مقام گنج شده‌ست این نهاد ویرانم

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۴۶)



۴. مشارکت:

من در خودم شناسایی کردم که عمل مشارکت جلوی فعال شدن الگوی حسادت و جدایی را می‌گیرد. برای مثال اگر من هیچ‌وقت پیغام معنوی ننویسم و خدمتی هم در این زمینه نکنم احتمال این‌که به یک پیغام معنوی عالی حسادت کنم بیش‌تر است. ولی اگر به نوعی من هم زکاتِ روی خوب را بدهم و یک خدمتی در این راه کنم این کمک می‌کند تا با بقیه احساس یگانگی داشته باشم.

و در پایان فضاگشایی و ناظر بودن به الگوهای محدودیت ما را به فضای یکتایی وصل می‌کند.

حکم حق گسترد بهر ما بساط

که بگویند از طریق انبساط

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۶۷۰)

با عشق و احترام، سارا از آلمان.



۲۵- خانم سوده از آلمان با سخنان آقای شهبازی

با سپاس فراوان از آقای شهبازی و سپاس ویژه از دوستانی که برنامه‌ها را به صورت پی‌دی‌اف درمی‌آورند که به من در مرور ابیات برنامه‌ها بسیار کمک می‌کند. مثالی از «سر» و دیده شدن در محل کار یا جای دیگر، که با غزل ۲۹۱۹ و برنامه ۹۲۷ چراغ بسیار مهمی را در وجود من روشن کرد را به اشتراک می‌گذارم.

**گر سران را بی‌سری، درواستی
سرنگونان را سری درواستی**
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۱۹)

به انگلیسی در خیلی از مناطق کاری، چیزی که اسمش را گذاشته‌اند «visibility»، که ترجمه فارسی آن شاید باشد دیده شدن، به حساب آمدن، مطرح شدن یا خودنمایی، نقش بزرگی بازی می‌کند. در سازمان‌های بزرگ یا حتی در مراکز تحقیقاتی «visibility» یک گروه، پروژه یا برنامه‌ای می‌تواند نقش مهمی بازی کند برای شروع و یا ادامه سرمایه‌گذاری روی پروژه‌ای، کاری یا حتی قرارداد کاری شخص. این ارزش‌گذاری روی «visibility» به راحتی، به سطح شخص و تلاش و استفاده از هر چیزی، به خود مطرح می‌کشد. من از اشعار مولانا و به خصوص برنامه ۹۲۷ گنج حضور باز بیش‌تر آموختم که این «visibility» می‌تواند من‌ذهنی‌ام را بسیار قوی کند. در آن واحد این مار سمی «visibility» یا مطرح شدن یا خود مطرح کردن، مارهای سمی دیگری را هم به سمت خود جذب می‌کند. مانند، مار سمی نیاز به تأیید، مار سمی سکوت نکردن یا سکوت را شکستن و مار سمی صبر نکردن. حال من چگونه می‌توانم این شاه مار سمی خود مطرح کردن یا همان «visibility» را از خودم دور نگه‌دارم، در حین این‌که اکثر همکاران و رؤسای سازمان‌های بزرگ و مربوط به کار من، «visibility» را به‌عنوان یک ارزش و هدف جلوه می‌دهند. این‌جا درس مهم دیگر مولانا به داد می‌رسد:

**تا کنی مر غیر را حَبَر و سَنی
خویش را بدخُو و خالی می‌کنی**
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶)

**مردۀ خود را رها کرده‌ست او
مردۀ بیگانه را جوید رَفو**
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۱)



دیده آ، بر دیگران، نوحه‌گری
مدتی بنشین و، بر خود می‌گری
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۴۷۹)

و می‌شود اضافه کرد:

در گوی و در چهی ای قلتبان
دست وادار از سبال دیگران
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۵۲۲)

می‌نگر در خود چنین جنگِ گران
پس چه مشغولی به جنگِ دیگران؟
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۴)

آقای شهمازی: «جنگِ گران». گران یعنی، خیلی بزرگ، جنگِ خیلی سنگین، جنگِ عظیم. یعنی این‌همه که در درون تو چیزها، قسمت‌های مختلف تو با هم‌دیگر در تعارض هستند و جنگ می‌کنند. یعنی در درون خودت این جنگ را ببین، بعد آن موقع با دیگران، دیگر دعوا نکن. بهتر است که حواست به خودت باشد. این جنگ را بخوابان در درون خودت. جنگِ دیگر با دیگران شروع نکن. ببخشید.

خانم سوده: پس درس «من فقط باید حواسم به‌کار خودم باشد»، این‌جا به داد می‌رسد. من به این کاری ندارم که شاید همه کارمندان این سازمان برای «visibility» کار می‌کنند و با خود مطرح کردن، در پست و مقامشان رشد می‌کنند. البته این‌جا رشد در علامتِ نقل قول است، چون همان‌طور که آموختیم:

سرنگونی آن بُود کو سوی زیر
می‌رود، پندارد او کو هست چیر
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۷۰۶)

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

آن سپد، خود را چو پُر از آب دید
کرد استغنا و از دریا بُرید
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۲۲)



پس «بشکن ناموس صد من حدید را» که این «سر داشتن»، فقط و فقط به شکست هدف اصلی‌ات، آن هم به عدم زنده‌شدن ختم می‌شود و گیرِ مارهای سمی که به جانت می‌خواهند بیچند می‌افتی. و درضمن بیاد داشته باش که

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

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۳۸)

من از ارزش‌ها و درس‌های معنوی که گرفتم، به‌عنوان چراغ راهم استفاده می‌کنم و نه از تأییدخواهی هرگونه رئیس یا مقامی. و در آخر:

اختیار آن را نکو باشد که او

مالک خود باشد اندر اِتَّقُوا

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۴۸)

چون نباشد حفظ و تقوی، زینهار

دور کن آلت، بینداز اختیار

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۴۹)

با سپاس فراون، خدانگه‌دار.

آقای شهبازی: خانم سوده و خانم سارا از بچگی در آلمان بزرگ شده‌اند و مثنوی را به این زیبایی می‌خوانند. ما باید قدرشناسی کنیم. یک موقعی خدایی نکرده، ایراد نگیریم. همین‌که می‌خوانند و بدین صورت می‌خوانند عالی است.

گر سران را بی‌سری، درواستی سرنگونان را سری درواستی (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۱۹)

وقتی ما پا به این جهان گذاشتیم، «بی‌سر» بودیم. بعد از مدتی شروع به هم‌هویت‌شدگی کردیم و سرمان پر شد از شرطی‌شدگی‌ها، بایدها و نبایدها، اظهارنظرها، هم‌دردی با من‌های ذهنی دیگر، دردها، رنج‌ها، قضاوت، خشم، غرور و غیره.

«سر» ما در هر برهه‌ای از زمان چیزهای متفاوتی را به‌عنوان ارزش در نظر گرفته و ما را با آن‌ها سرگرم می‌کند. معیارهای من‌ذهنی مدام تغییر می‌کند و «سر» در ما حکومت می‌کند و ما را فریب می‌دهد. این «سر» همیشه ما را گمراه می‌کند زیرا هم‌هویت شده با من‌ذهنی، تا زمانی ادامه دارد که ما در گمراهی باشیم. من‌ذهنی در «سر» به‌طور مداوم خوشبختی و عشق را در هر برهه‌ای از زمان به‌صورت جایگاهی خاص و دست‌نیافتنی ما را شرطی می‌کند.

ارزش فضای گشوده‌شده بیش از هرچیز است زیرا کلمات و عبارات ساخته «سر» هم‌چون میله‌های قفس ما را احاطه و محصور کرده و در درد خود ننگه می‌دارد. حال باید در این لحظه اولین قدمی که برمی‌داریم این باشد، که این «سر» من‌ذهنی را بیندازیم و نابود کنیم و «سر» فضای گشوده‌شده و حضور را جای آن بگذاریم.

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

استاد، واقعاً برداشتن اولین قدم خیلی مهم است.

دو، سه روز پیش که رفته بودم برای خرید، همین که داشتم ماشین را پارک می‌کردم، زدم به سپر جلوی ماشینی که پارک کرده بود. وقتی پیاده شدم، دیدم سپر جلوی ماشینش، شکسته است. یک‌دفعه یک صدایی توی سرم پیچید که برو، این‌جا خلوت است، کسی نیست، کسی تو را ندیده است.

الآن باید سه، چهار میلیون خسارت بدهی. برو تا کسی ندیده است. و من‌ذهنی همین‌طور من را بازی و فریب می‌داد. یک لحظه یاد این بیت افتادم که می‌گفت: «نگر اولین قدم را که تو بس نکو نهادی»



به خودم آمدم که اولین قدمت را چطور می‌خواهی برداری؟ می‌خواهی فرار کنی یا تسلیم بشوی و این سر را بیندازی و فضا را باز کنی؟ که تسلیم شدم و همان‌جا ایستادم. حدود دو ساعت آن‌جا بودم ولی صاحب ماشین نیامد. من هم روی برگه‌ای نوشتم که من با ماشین شما برخورد کردم و با این شماره تماس بگیرید.

بعد از یک ساعت با من تماس گرفت و گفتند که باید شما را حضوری ببینیم. وقتی رفتم من منتظر هر واکنشی از آن‌ها بودم ولی به‌جای واکنش آن‌ها از ما تشکر کردند. و می‌گفتند کمتر کسی پیش می‌آید که خودش هم به ماشینی بزند و خودش را مقصر بداند.

این ماشین ما قبلاً سپرش شکسته بود و من آن‌جا قشنگ، دقیق خودم دیدم که ارتعاش تسلیم و فضاگشایی هم روی آن‌ها تاثیر بسیاری داشته است. ممنون از شما استاد.

آقای شهمازی: آفرین، آفرین، خیلی خوب، خیلی خوب، خیلی خوب. این‌طوری ما روی هم اثر می‌گذاریم. کس دیگری که نیست دیگر صحبت کند؟

خانم زربن: بله استاد دخترم هم هستند. می‌خواهند یک شعر برایتان بخواند.

دختر خانم زربن: الو سلام استاد، ... هستم، هفت ساله. می‌خواستم یک شعر از مولانا بخوانم:

یار در آخر زمان کرد طَرَبِ سازیی
باطنِ او جِدِّ جِدِّ، ظاهرِ او بازیی

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

استاد تمام شد.

آقای شهمازی: آفرین، آفرین. عالی بود. چه قدر زیبا خواندید. می‌خواهید یک بار دیگر بخوانید؟ یک بار دیگر بخوانید.

یار در آخر زمان کرد طَرَبِ سازیی
باطنِ او جِدِّ جِدِّ، ظاهرِ او بازیی

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



آقای شهمازی: آفرین، سنتان را هم بگویید چند سال است؟

دختر خانم زرین: هفت ساله.

آقای شهمازی: یک کودک عشق هفت ساله به این زیبایی غزل مولانا را می‌خواند، واقعاً خوشا به حال ما، شکر

خدا.

پیغام‌های تلفنی



بعد از تماشای پیغام بسیار زیبا و آموزنده آقای غلامرضا از خراسان رضوی متوجه شدم که من ذهنی موجودی نیست که به سادگی با چند ساعت در هفته گوش کردن به برنامه گنج حضور و در تماس بودن با دوستان گنج حضوری، انجام کارهای معنوی، نوشتن پیغام و انجام قانون جبران مالی دست سر از من بردارد.

بله درست است همه این‌ها راه‌هایی برای نرفتن به ذهن هستند، ولی کار اصلی و به قول خودمان شاخ گول را شکستن، تمرین مداوم روی خودمان و رها نشدن از برنامه است. از پیغام ایشان یاد گرفتم که من ذهنی هر ثانیه در کمین حمله به ما نشسته است.

دو هفته پیش بعد از حدود پنج ماه که به بهانه‌های مختلف ارتباط خودم را با دوستان غیر گنج حضوری ام قطع کرده بودم و فقط روی خودم کار می‌کردم به دلیل درخواست‌های زیاد آن‌ها برای دیدنشان رفتم. در جمع چهار نفره مان احساس غریبی داشتم. مدتی که دوستانم مشغول حرف زدن بودند، من هیچ حرفی برای گفتن نداشتم. من ذهنی‌ام مدام می‌گفت تو هم حرف بزنی چرا این قدر ساکتی؟! چرا هیچ نظری نمی‌دهی؟! یک چیزی بگو.

احساس می‌کردم هیچ‌کدام از حرف‌ها برایم جذابیتی ندارند، همان حرف‌هایی که تا چند وقت پیش برایم بسیار جذاب بود. ولی دوستانم با ذوق و شوقی حرف می‌زدند که باعث شد من ذهنی‌ام شروع به حرف زدن کند.

بعد از چند دقیقه احساس کردم در وسط میدانی هستم که ماشین‌ها از هر طرف با سرعت بالا و با صدای بوق وحشتناک از کنارم رد می‌شوند و من هر لحظه وحشت و ترس این را دارم که یکی از این ماشین‌ها مرا زیر کنند.

موقع شام برای این‌که حرف نزنم خودم را با خوردن غذا مشغول کرده بودم و دوستانم هم چنان در حال حرف زدن بودند. اصلاً حرف‌های دوستانم را متوجه نمی‌شدم انگار به زبانی حرف می‌زدند که من بلد نبودم. حواسم را به آن‌ها داده بودم تا شاید متوجه یک جمله از حرف‌های آن‌ها بشوم. در همین هنگام متوجه احساس عجیبی شدم که برایم تازگی داشت.

احساس کردم چیزی از وجودم از صندلی که روی آن نشسته بودم جدا شد و چیزی در درونم به آرامی و با مهربانی تمام می‌گوید خوب نگاه کن ریحانه عزیزم، این‌ها همه من‌های ذهنی هستند که حرف می‌زنند. آن قدر خودت را سرزنش نکن که چرا تو حرفی برای گفتن نداری و یا حرف‌های این‌ها را نمی‌فهمی. این‌ها قرین‌های تو نیستند عزیزم.



تازه به خودم آمدم که چرا من دیگر نمی‌توانم با دوستانم ارتباط برقرار کنم. حتی یک بار هم که با یکی از دوستانم چشم تو چشم شدم، به فاصلهٔ ثانیه‌ای رویش را از من برگرداند. این موضوع خیلی مرا ناراحت کرد، خلاصه سعی کردم که به بهانه‌ای سریع آن‌جا را ترک کنم.

در راه برگشت به خانه مدام خودم را سرزنش می‌کردم. و حتی آن شب از فکر این‌که چرا بین من و دوستان قدیمی‌ام این‌قدر فاصله افتاده نتوانستم بخوابم.

من ذهنی مدام می‌گفت، اشکال از تو هست، چند بار مسافرت، رستوران رفتند؟ دورهمی‌ها را کنسل کردی، و حالا انتظار داری قربان‌صدقه‌ات برونند؟ خب معلوم است از دستت ناراحت هستند. حالا هم دیر نیست، اشکال ندارد، برای این‌که دوباره همه‌چیز به حالت قبل برگردد سعی کن بیشتر با آن‌ها در تماس باشی.

چند روزی ذهنم درگیر این مطلب بود. تصمیم گرفتم با یکی از دوستان گنج حضوری‌ام در مورد این موضوع صحبت کنم. بعد از صحبت با او متوجه شدم کار خوبی کردم که از آن‌جا بیرون آمدم و دیگر تلاشی برای در تماس بودن با آن‌ها نکردم. زندگی به من نشان داده بود که آن‌ها نمی‌توانند قرین‌های خوبی برای من باشند.

حَقِّ ذَاتِ پَاكِ اللّٰهِ الصَّمَدِ

كِه بُوَد بَه مَارِ بَدِ از یَارِ بَدِ

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۶۳۴)

مَارِ بَدِ جَانِی ستاند از سلیم

یَارِ بَدِ آرد سوی نَارِ مقیم

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۶۳۵)

از قرین بی‌قول و گفت‌وگوی او

خو بدزد دل نهان از خوی او

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۶۳۶)

۲۸- خانم فرخنده از جوزان نجف آباد

در جایی مطلبی خواندم که در کشوری، برای شکار میمون‌ها، در تنهٔ درخت سوراخ کوچکی به اندازهٔ وارد شدن یک دست ایجاد می‌کنند و در آن تله‌ای همراه میوهٔ مورد علاقهٔ آن میمون قرار می‌دهند، به محض این‌که میمون دست خود را در آن سوراخ می‌کند و میوه را با دست خود می‌گیرد، تله دست او را می‌گیرد و هرچه تلاش می‌کند، نمی‌تواند دست خود را از سوراخ خارج کند. در صورتی‌که نمی‌داند به محض این‌که دست خود را باز کند و میوه را رها کند، آزاد خواهد شد. ولی برعکس بعضی از آن‌ها در نگه داشتن این میوه آن‌قدر سماجت می‌کنند، که دستشان توسط تله قطع می‌شود، و بدون دست فرار می‌کنند.

و این حکایت خیلی از ما انسان‌هاست که در فضای بستهٔ ذهن، دام‌های زیادی با دانه‌های فراوان مهیاست. حال ما باید بدانیم که ما چه چیزهایی را محکم در مشت خود گرفته‌ایم، و محکم به آن‌ها چسبیده‌ایم و رها نمی‌کنیم. رنجش است؟ رها کنیم. خشم و درد و ترس و حسادت است؟ رها کنیم. ثروت قدرت و شهرت است؟ رها کنیم. از این رها کردن‌هاست که بزرگ‌ترین قدرت که قدرت از دست دادن است، دست پیدا خواهیم کرد. در این وسط کار ذهن این است که با پُرننگ جلوه دادن چیزهای آفل و همانندگی‌ها، در دل ما ترس و رعب ایجاد می‌کند که رها نکن! تو از همهٔ این‌ها زندگی می‌گیری و زنده هستی و اگر آن‌ها را رها کنی، بدبخت و بی‌چاره خواهی شد.

در این وسط کار ما این است که فضاگشایی کنیم و در این فضای گشوده‌شده است که تمام چیزهایی که باعث به دام افتادن ما توسط صیاد من‌ذهنی است، شناسایی شده و آن‌ها را رها کنیم.

اگر تو عاشقی غم را رها کن

عروسی بین و ماتم را رها کن

تو دریا باش و کشتی را برانداز

تو عالم باش و عالم را رها کن

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۹۰۵)

ممنونم استاد.

آقای شهمازی: خیلی زیبا، آفرین، چه مثال خوبی زدید. کس دیگر هم هست صحبت کند؟

خانم فرخنده: تشکر می‌کنم. نه استاد.

آقای شهمازی: خواهش می‌کنم، خداحافظی می‌کنم.

خانم سعیده: سلام آقای شهبازی. خدا قوت. من سعیده هستم از ونکوور. می‌خواستم دو تا چیزی که شناسایی کرده بودم در خودم را بگویم.
آقای شهبازی: بفرمایید.

خانم سعیده: یکی‌اش در رابطه با این بود که تمرکز کردن روی اشخاص دیگر، نه فقط در رابطه با حالا حبر و سنی کردن آن‌ها، مثلاً یک شخصی که دارد یک پیغام معنوی‌ای را می‌دهد، متوجه شدم که ذهنم شروع کرده به تجزیه تحلیل ظاهر و جزئیات زندگی آن شخص و خیلی چیزهای دیگر. و متوجه شدم، یک‌هو یادم به این بیت افتاد که می‌گفت:

نچار گفت پس مرگ کاشکی قومم
گشاده دیده بُدندی ز ذوق آسارم
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۳۷)

به استخوان و به خونم نظر نکردندی
به روح شاه عزیزم اگر به تن خوارم
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۳۷)

بلیس‌وار ز آدم مبین تو آب و گلی
ببین که در پس گل صد هزار گلزارم
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۳۷)

بعد متوجه شدم که من نباید روی ظاهر و زندگی آن شخصی که دارد پیغام می‌دهد، تمرکز بکنم. حالا چه دوستانی که تماس می‌گیرند و حالا چه مولانا، این‌که حالا چه کسی بوده، زندگی‌اش چجوری بوده، چکاره بوده، مذهبش چه بوده، این‌ها همه‌شان دام‌هایی است که ذهن پهن می‌کند که آدم را در آن گرفتار بکند و آدم متوجه آن اصل و آن واقعیتی که آن شخص آن لحظه دارد می‌گوید نشود.

این را متوجه شدم و این‌که متوجه باشم که حالا این فقط مال پیغام‌های معنوی نیست، حتی اگر که یکی از دوستان من، اعضای خانواده من، همکار من، همسایه من، یک لحظه‌ای دارد با من یک حرفی می‌زند، حتی همان را هم من نباید ظاهرش را ببینم.



و باید متوجه باشیم که آن لحظه این خداست که دارد با من حرف می‌زند و این زندگی است که دارد اتفاق این لحظه را پیش آورده و من باید فقط متوجه آن اتفاق و آن لحظه باشم. نباید اصلاً به آن‌که حالا چه کسی است این شخص دارد با من حرف می‌زند، گذشته‌اش چه است و چه من از او می‌دانم توجه بکنم. فقط باید آن حرف را، شما یک مثال خیلی قشنگی زدید، گفتید انگار که دفعه اول است دارید آن حرف را می‌شنوید. این‌چوری باید گوش بدهید و این خیلی به من کمک کرد.

یک نکته دیگر هم که به نظرم آمد، در رابطه با عنایت زندگی بود. یک بیت هست که می‌گوید:

یک عنایت به صد گون اجتهاد جهد را خوف است از صد گون فساد (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۸۳۹)

این‌که آدم مورد عنایت زندگی قرار بگیرد، گاهی حتی می‌تواند که تمام همانندگی‌های آدم را از آدم بگیرد. می‌تواند به آنی آدم را به آن اصل خودش زنده بکند. و این خیلی مثل برنده شدن، یک جایزه بزرگ است دیگر که آدم مورد عنایت زندگی بگیرد.

و ممکن است همان لحظه که ما با من ذهنی می‌کنیم، گاهاً ما را به بیراهه‌هایی بکشاند که مثلاً یکی‌اش همین بود که من گفتم، مثلاً تمرکز بکنی روی پیر راه یا حالا آن عزیزانی که دارند پیغام می‌دهند یا حالا هرکسی و خیلی خوب است که آدم مورد عنایت زندگی قرار بگیرد.

بعد فکر کردم که آدم چچوری می‌تواند مورد عنایت زندگی قرار بگیرد و به نظرم راحت‌ترینش فقط همین است که آدم کمک بکند به همه مخلوقات، چه انسان، چه حیوان، چه طبیعت، چه هر چیزی که می‌تواند و هر وقتی که می‌تواند.

فقط نکته‌اش این هست که به هیچ عنوان به قول شما هیچ ارضای میل من‌ذهنی در آن کمک نباشد. به هیچ عنوان از طمع و حرص گرفته تا حقارت و کوچک شمردن آن حالا موجود یا آن شخص، که حالا این به کمک من نیاز دارد من باید، نه.

آن لحظه فقط آن کاری را که باید انجام بدهیم، از تمام صدق و خلوص و عشقمان، باعث می‌شود که ما یک زمانی، یک جایی مورد عنایت زندگی قرار بگیریم. آن‌جایی که خودش می‌داند.

و بعد از این هم نباید حتی مواظب باید باشیم که ذهن نیاید سراغمان که حالا پس من کی مورد عنایت زندگی قرار می‌گیرم. این هم دوباره باعث می‌شود که آدم وارد ذهن بشود. فقط باید آن چیزی که آن لحظه می‌دانیم باید انجام بدهیم را انجام بدهیم. و خوب چه از این کاری که شما انجام می‌دهید بهتر که کار را از ریشه درست می‌کند. این یک کمکی است به همه خلق جهان. خیلی ممنونم آقای شهبازی. لطف کردید.



۳۰- خانم فرزانه از فولادشهر اصفهان

حالا که زندگی نشان داده‌است که باید به او زنده شویم، من ذهنی این زنده شدن را وظیفه خود می‌داند و یک سری در ما ایجاد می‌کند که من در حال کار کردن روی خود هستم.

این فکر عمل‌های ما را در چارچوب فصل و وصل قرار می‌دهد در حالی که انسان همیشه خداست.

جناب مولانا در دفتر چهارم از بیت ۳۶۹۸ دارند که

پی، پیایی، می‌بر ار دوری ز اصل

تا رگِ مَرَدیت آرد سوی وصل

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۶۹۸)

این تعلق را خرد چون ره برد؟

بسته فصلست و وصلست این خرد

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۶۹۹)

زین وصیت کرد ما را مُصْطَفٰی

بحث کم جوید در ذات خدا

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۷۰۰)

می‌گویند ای انسان اگر از اصل دور هستی تو تنها مرتب فضاگشایی کن، تا جذبه تو را بکشد، نه این‌که به دنبال طرح ذهنی باشی و از یک فکر از پیش تعیین شده در ذهنت استفاده کنی.

ذهن «رحمتی، بی‌علتی، بی‌خدمتی» را نمی‌تواند بفهمد چون خارج از منطق با سر بودن است و تنها ما را محدود به جهت‌ها و حس‌ها می‌داند و همین هم بی‌قضاوتی و بی‌مقاومتی و فضاگشایی را پنهان کرده است.

پس حضرت رسول فرموده‌اند که اصلاً در ذات خدا فکر نکنید! چرا که با جست‌وجو قبله اصلی را فراموش می‌کنیم و درگیر ذهن می‌شویم و ذهن هم ما را دچار وصل و فصل می‌کند.

چرا ما در جست‌وجوی خدا می‌رویم و همین‌طور دچار تعجیل هم می‌شویم؟ انسان در پرده دردمند است و درد هم تولید می‌کند و به جای انجام واهمانش و شناسایی علت درد می‌گوید پس چرا من دیگر تبدیل نمی‌شوم تا

دردهایم تمام شوند که این جمله را من از خود هم شنیده بودم، یعنی تبدیل را برای رهایی از درد می‌خواهم.

و حالا دست به عمل‌هایی می‌زنیم که این عمل و آن عمل، درد مرا می‌توانند ببرند و مرا به خدا زنده کنند.

هریکی در پرده‌یی، موصول خُوست

وهم او آنست، کآن خود عین هُوست

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۷۰۳)



همه عمل‌ها اگر تنها فضاگشایی نباشند، پندار خدا می‌باشند و هر بار که با درد به سمت وصل حرکت می‌کنیم، دوباره باز می‌گردیم به آن درد چون من‌ذهنی هنوز باقی مانده است و در نتیجه دچار سرنگونی می‌شویم. جناب مولانا می‌گویند مست همانیدگی‌ها، تفاوت فضاگشایی و فضابندی را نمی‌داند، مثلاً تجربه‌هایی که در خود داشتم، این‌گونه بود که با پندار کمال به دیگران می‌گفتم که تو اشتباه می‌کنی و به آن‌ها درد می‌دادم و قضاوت‌های مختلفی می‌کردم و می‌گفتم این حضور است.

دست به حبر و سنی می‌زدیم که باز هم دیگران درد می‌گرفتند و می‌گفتم این حضور است. عیب بی‌حضور و قرین بد بر دیگران گذاشتم و گفتم این حضور است. می‌گفتم به من چه ربطی دارد، بر روی خودش کار کند و با این جمله به تصور فضاگشایی می‌کردم، ولی آن باز کردن پر عشق و دیدن جنس آن‌ها پس چه شد؟ فضا را باز کردن کجا رفت؟ غافل از این‌که همه این‌ها فضابندی بوده است و تنها سری در من ایجاد شده. حالا جناب مولانا می‌گویند:

فکر محدود بُد و جامع و فارق بی‌حد آنچه محدود بُد، آن محو شد از نامحدود (مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۹۰)

چند هفته‌ای است ابیات به من می‌گویند فکر محدودت را خاموش کن! و در عظمت فضای گشوده شده غرق شو!

همین‌طور برنامه ۹۲۷ از بُعدی دیگر به من گفت که درگیر محدودیت و چگونگی عدم نشو! از انسان عاشق بیاموز که می‌تواند دنیا را عوض کند ولی عاشق هم در قضاوت.

من‌ذهنی، طرح ذهنی را به حساب نمی‌آورد که در کدامین سرزمین در حال هلاک شدن هستند. انسان عاشق غیرت خدا را دارد که باید من‌ذهنی را رها کنی.

این‌که بیاموزیم عجله نکن! تو باید کار کنی تا وارد کارگاه شوی و پخته شوی و همین‌طور با فضاگشایی پی‌درپی از «سَعِيْكُمْ شَتَّى» نجات یابی.

۳۱- خانم مهردخت از چالوس

یک متنی داشتم خواستم خدمت شما و دوستان بخوانم. درمورد برنامه ۹۲۷.

انتخاب ما سر من ذهنی یا سری است که از فضای حضور می‌آید؟

ما در این جهان با همانیده شدن سر من ذهنی پیدا کردیم و با این سر که هر لحظه برای یک همانیدگی بلند می‌شود و درد ایجاد می‌کند، زندگی ما را خراب می‌کند. مولانای جان از ما می‌خواهد این لحظه ما سر خرد کل را با فضاگشایی بگیریم و سر من ذهنی را کنار بگذاریم.

امروز با این ابیات دیدم که چقدر من با سر من ذهنی‌ام خراب‌کاری کرده‌ام. درد ایجاد کرده‌ام یا کسی را به واکنش واداشته‌ام. با این سر من ذهنی همیشه عجولانه عمل کردم و توفقی در لحظه نداشتم و تأمل نکردم که خرد خداوند بیاید. با این سر من ذهنی‌ام دیگران را نصیحت می‌کردم که راه درست چیست. در اختلاف سطحی ذهنی، خودم را نگه داشتم.

با سر من ذهنی از همسرم زندگی می‌خواستم، توقع را در خود بالا می‌آوردم که باعث ایجاد رنجش در من می‌شد. با سر من ذهنی‌ام خرید می‌کردم، غذا می‌خوردم، حرص داشتم، شتاب داشتم، به خاطر پندار کمالم همه‌چیز را در نقص می‌دیدم و فکر می‌کردم همه‌چیز و همه‌کس کامل باشند، تا من بتوانم زندگی کنم. زندگی را در چیزهایی می‌دیدم که ذهنم و این سر من ذهنی‌ام به من می‌گفت و نشان می‌داد، حتی سر دیگران را هم قبول نداشتم و حرف حرف خودم بود.

این سر من ذهنی‌ام آبروی صد من حدید را برایم می‌خرید. با یک اشتباه فکر می‌کردم آبرویم پیش دیگران رفت، ولی حالا متوجه شدم که این آبرو، تصنعی است و آبروی اصلی مربوط به اصل ماست که هرگز به این فکرها بستگی ندارد. از این‌که این لحظه مرتب از فکری به فکر دیگر می‌پریم، یعنی سر من ذهنی‌ام باز فعال است که مرا به جهت‌های دنیایی می‌کشاند؛ با این جهت‌ها و سبب‌سازی‌هایی که در ذهن می‌کنم، فکر می‌کنم به آرزویم می‌رسم و خوش‌بخت می‌شوم، ولی حال متوجه شدم که خوش‌بختی در این جهت‌ها نیست، بلکه بیش‌تر باعث سرنگونی ما می‌شوند.

در برنامه امروز متوجه شدم که سر من ذهنی مرتب برای خود فصل و وصل ذهنی می‌سازد که با این سری کارها و عبادات به خدا وصل می‌شوم و اگر انجام ندهم، از خدا جدا می‌شوم، در صورتی که هشیاری در ما در واقع



خودش است و در این جهان هیچ موجودی نیست که به خدا وصل نباشد و این وابستگی دارای کیفیت نیست و در گفتار نمی‌گنجد، باید در عمل و با فضاگشایی این ارتباط را حس و لمس کرد.

در این مسیر یک راهنمای زنده‌شده به حضور می‌تواند کمک کند تا به این ارتباط پی ببریم، اما این پی بردن هم تشنگی ما را فرو نمی‌نشانند. باید از درون تجربه کرد.

بی تعلق نیست مخلوقی بدو
آن تعلق هست بی‌چون ای عمو
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۶۹۵)

زانکه فصل و وصل نبود در روان
غیر فصل و وصل ننَدیشد گمان
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم بیت ۳۶۹۶)

غیر فصل و وصل پی بر از دلیل
لیک پی بردن بنشانند غلیل
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۶۹۷)

غلیل: تشنگی شدید

هرچیزی را که با ذهن تجسم می‌کنیم مربوط به ذات خداوند نیست، پس با ذهنمان نمی‌توانیم خدا یا خود را بشناسیم. و این مطلب که همیشه به ذهن ما می‌آید چرا اطرافیان ما به این برنامه گوش نمی‌دهند، تا من ذهنی‌شان را عوض کنند و ما بیش‌تر وصلیم از توهمات ذهن ماست که فکرای بی‌اساس خود را خداگونه می‌پندارد.

آنکه در ذاتش تفکر کردنی‌ست
در حقیقت آن نظر در ذات نیست
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۷۰۱)

هست آن پندار او، زیرا به راه
صد هزاران پرده آمد تا اله
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۷۰۲)

تمام مسئله و دردهای ما از این است که مثل هاروت سر ذهنی خود را مهم دانستیم و سر و خرد کل را کنار گذاشتیم که همین باعث هبوط یا فرود آمدن ما در زمین ذهنمان شد و زندگی خود را سرنگون کردیم.



بود هاروت از ملاک آسمان از عتابی شد معلق همچنان

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۲۰)

سرنگون زآن شد، که از سر دور ماند خویش را سر ساخت و تنها پیش راند

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۲۱)

پس اگر ما سر من‌ذهنی خود را به‌کار ببریم و به این برنامه و به ابیات مولانای عزیز گوش دهیم، پیشرفتی در معنویت نخواهیم داشت. در این برنامه شما پدر بزرگوار، به چهار مورد تأکید کردند که این چهار مورد را این‌جا ذکر می‌کنم و این‌ها عبارتند از:

- ۱- اول موضوع سرنگون شدن است که اگر ما با من‌ذهنی خود جلو برویم، سرنگون خواهیم شد.
- ۲- بعد از دریافتن سر داشتن و اقتضای وضعیت نابسامانمان باید بی‌سر شویم، ولی بی‌سر شدن آسان نیست. چون بی‌سر شدن در ذهن صورت نمی‌گیرد که بخواهیم خود را جلوی مردم حقیر و کوچک کنیم و شرم داشته باشیم، بلکه سر نداشتن یعنی سر زندگی را داشتن، سر خرد کل را داشتن. این کار در این لحظه با تسلیم یعنی پذیرش اتفاق این لحظه که ذهن نشان می‌دهد بدون قید و شرط و قبل از قضاوت اتفاق صورت می‌گیرد.
- ۳- سر ایجاب می‌کند که ما با دیگران کار داشته باشیم و دیگران را عوض کنیم. ولی ما نباید دیگران را حبر و سنی کنیم و فقط روی خودمان کار کنیم و با سر من‌ذهنی خود بلند نشویم، بلکه به مولانای جان گوش کنیم و عمل کنیم.
- ۴- و مورد چهارم این‌که اگر ما با دیگران کاری نداشته باشیم، دیگران باز ما را رها نخواهند کرد. و آن موقع باید چکار کنیم؟ با سر من‌ذهنی عمل کنیم یا بی‌سر شویم؟ تا زمانی که من‌ذهنی داریم گرفتار می‌شویم و مثل روباهی هستیم که دمش را مایه نجات خود می‌داند و مکر و حيله دارد، درحالی‌که نجات ما با پای ماست که پا همان زندگی ماست، نه در زرنگی من‌ذهنی. ما با حیران کردن مردم و تأیید آن‌ها نمی‌توانیم به خداوند وصل شویم، این هم نوعی سر داشتن من‌ذهنی است که می‌خواهیم با حرف زدن در مورد معنویت و گرفتن تأیید، خود را معنوی نشان دهیم. حال اگر این مطالب را می‌نویسم فقط برای اجرای قانون جبران در قبال زحمات پدر بزرگوار است و الا با این همه سر من‌ذهنی هیچ ادعایی نمی‌توان داشت. ممنون از زحمات شما.

۳۲- خانم مژده از آلمان

سلام استاد. ماشاءالله ماشاءالله، ماشاءالله بیاید به جانتان. استاد خوش‌تیپم. مژده هستم از آلمان مزاحمتان می‌شوم.

آقای شهمازی: بله خانم مژده، خوبید؟ پیغام‌ها را می‌شنوید؟ خوشتان می‌آید از پیغام‌های مردم؟
خانم مژده: عالی است استاد. هر کدامشان واقعاً یک گنجی هستند. مرسی از وقتی که می‌گذارید، واقعاً از هر کدام یک شناسایی برای من ذهنی خود من می‌شود، خیلی مفید هستند، ممنون استاد.
غرض از مزاحمت، من این دو سه ماه اخیر خیلی درد آگاهانه می‌کشیدم، خیلی روزهای سختی را گذراندم، ولی الآن زنگ زدم که مژده بدهم که خدا را شکر که به من نشان داد خداوند، الگوهای اشتباه من ذهنی را در خودم دیدم، و الآن هم زنگ زدم زکات روی خوب را بدهم.
خیلی سخت بود این چند ماه اخیر برای من، ولی خیلی هم در تله کمال‌طلبی می‌افتادم، سرزنش، پس چه موقع می‌خواهی پاک بشوی، تو که داری این همه زحمت می‌کشی، ناامید می‌شدم، ولی آن بیت مولانا خیلی کمکم می‌کرد که بیت خودم هم بود:

خار در دل گر بدیدی هر خسی دست، کی بودی غمان را بر کسی؟

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۵۳)

و همین را هی می‌خواندم و دعا می‌کردم که خداوند دارد این‌ها را به من نشان می‌دهد، راه همین است دیگر، رسیدنی نداریم. باز در این تله می‌افتادم که پس چه موقع می‌رسم من، که باز این بی‌تی که شما هر هفته دارید تکرار می‌کنید، چقدر کمک کرد که

بی‌نهایت حضرت است این بارگاه

صدر را بگذار، صدرِ توست راه

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۶۱)

و یک تجربه چند ماه اخیر، استاد می‌خواستم به همه دوستان عزیزم همین‌طور که سارا جان الآن گفتند، واقعاً آن زمانی که یک چیزی می‌بینیم در خودمان، یعنی خداوند حالا با قضا و قدرش نشان می‌دهد، خیلی سخت است بعضی چیزهایش، ولی واقعاً نباید بترسیم.

یعنی همان لحظه باید واقعاً بدویم برویم دنبال آن بیت‌هایی که شما همیشه می‌گویید حفظ کنید برای نجات آن لحظه‌هایی که لازم است. واقعاً من تجربه‌ای که داشتم در این چند سال، چیزهایی که واقعاً نشانم داده، یعنی



یک لحظه یک ترسی می‌آید که اصلاً این قدر با یک ظرافت خاصی این من‌ذهنی کتمان می‌کند یک هم‌چنین چیزی درونش هست و خداوند هم که ماشاءالله صبرش زیاد است دیگر، آن لحظه ولت می‌کند.

این تجربیاتی بود که من خودم عملی انجام دادم و دیدم. ولی می‌آید آن، آن موضوع باز می‌آید حالا از یک طریق دیگر، از یک کس دیگر، در یک شرایط دیگر. واقعاً این است که نباید بترسیم.

شما این‌همه دارید زحمت می‌کشید که ما این‌ها را ببینیم و بیندازیم دیگر. نباید بترسیم، نباید خودمان را سرزنش بکنیم، چون که یک چیزهایی واقعاً خیلی بد هستند. من یک چیزهایی در خودم است که اصلاً فکرش را نمی‌کردم که یک هم‌چنین، حالا جنایت نیست، ولی این قدر سنگ‌دلی را وقتی در خودم می‌دیدم که اصلاً فکر نمی‌کردم یک هم‌چنین چیزی در من باشد.

و یک روزی استاد به یک عزیزی شما فرمودید که ما مثلاً اصولاً ما خانم‌ها یا آقایان فرقی نمی‌کند، ما دنبال یک عشق زمینی واقعی می‌گردیم که همه چیز خوب باشد، به هم‌دیگر عشق بدهیم، محبت کنیم، و شما گفتید که این اصلاً امکان‌پذیر نیست، چون ما همه‌مان من‌ذهنی داریم.

این چیزی بود که من در خودم واقعاً دیدم که واقعاً در من‌ذهنی، آدم دل ندارد. من این را واقعاً دیدم که دل نیست، واقعاً یک سنگ است و به‌خاطر همین است که تمام روابط، فرقی نمی‌کند حالا در هر نوعش، ولی حالا چون این یک مسئله خیلی شرطی شده مسئله ازدواج هست، حالا یک رابطه‌ای باشد چه برای خانم چه برای آقا، واقعاً من با تمام سلول‌های بدنم استاد این صحبت شما را واقعاً دیدم که، ولی خب شما هرچه می‌گویید من نمی‌دانم من‌ذهنی، اصلاً زیاد چیز نیستم، خیلی باید بگذرد که آن را واقعاً عملی ببینم و روی خودم کار کنم و ببینم این‌ها ...

شما همیشه می‌گویید علت بیماری با خود بیماری فرق می‌کند. به‌هر حال دعا کنید که این هشیاری من هی تیزتر و تیزتر بشود که ان‌شاءالله زودتر، نمی‌دانم یک خرده این کمتر بشوند، خیلی زیاد است، خیلی واقعاً راه سختی است، ولی ان‌شاءالله که خداوند کمک می‌کند، شما همیشه هستید استاد، صدر شما بی‌نظیر است.

اصلاً خود شما خیلی الگوی خوبی هستید برای من. من اصلاً خود شما هزار بار گفتم در همه تلفن‌هایم گفتم، اصلاً از آراستگی‌تان، از کارهایی که می‌کنید، اصلاً هرجایی که می‌خواهد پایم بلغزد، همان فقط خود شخصیت شما می‌آید جلوی چشم من، من از خیلی کارها نفی می‌شوم، همان درجا، واقعاً خدا را شکر می‌کنم.

چهار سال پیش استاد با شما تماس گرفتم، شما به من گفتید که خیلی من‌ذهنی سرکشی داشتی و حالا آن موقع لطف کردید گفتید داشتی، بعد من امسال که رفتم ایران چند ماه پیش، واقعاً خیلی چیزها در خودم دیدم، ولی



خواستم که چون این فیدبکی بود که از خانواده‌ام شنیده بودم، تا حالا هم این را به من نگفته بودند، خواستم هم به خودم تبریک بگویم هم به شما، واقعاً زحمت‌هایتان جواب می‌دهد.

من مامانم و...، امسال گفتند ما واقعاً دیگر به استاد شهبازی ایمان آوردیم، واقعاً داریم عملاً تغییر را در تو می‌بینیم، با این‌که باز من خودم خیلی چیزها را در خودم دیدم، خیلی الگوهای اشتباه من‌ذهنی را دیدم، ولی خواستم به شما بگویم ممنون مرسی استاد. واقعاً خیلی زحمت می‌کشید، خیلی زحمت می‌کشید، ولی به خدا دارد جواب می‌دهد، دارید می‌بینید دیگر از کوچک و بزرگ و من که چهل‌ویک سالم است، واقعاً دارد روی همه‌مان جواب می‌دهد.

و مسئله آخری که می‌خواستم بگویم، ببخشید هفت دقیقه شده استاد، من باز دوباره تماس می‌گیرم، ان‌شاءالله تجربیات بعدی را بعداً بیان می‌کنم.

لغزش‌گاه‌هایی که انسان را از زنده شدن به ذات اصلی خود باز می‌دارد:

۱- تمرکز بر روی دیگران:

این‌که به جای این‌که نورا فکن فقط و فقط بر روی خودمان باشد، نورا فکن را روی دیگران می‌اندازیم، حتی همسر، فرزند یا پدر و مادر. تا زمانی که تمرکزمان بر روی دیگران است و میل به تغییر و نصیحت دیگران داریم، از تغییر خود باز می‌مانیم و تبدیل شدن خود به ذات اولیه‌مان یعنی خداوند را به تعویق می‌اندازیم و در نهایت دچار درد می‌شویم.

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

مردۀ خود را رها کرده‌ست او
مردۀ بیگانه را جوید رَفو
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۱)

۲- رعایت نکردن قانون جبران:

رعایت نکردن قانون جبران در همهٔ زمینه‌ها، چه مادی و چه معنوی. توجه نکردن به قانون جبران، ما را از تبدیل شدن و به حضور رسیدن بازمی‌دارد. برای مثال چند بیت از ابیات مولانا را حفظ می‌کنیم و به همه می‌گوییم که مولانا بلدیم و این کار را تنها برای جمع کردن اعتبار و حیثیت بدلی و مصنوعی من ذهنی‌مان انجام می‌دهیم، نه برای تبدیل شدن و زنده شدن به ذات اولیه‌مان.

اگر کسی کاری برای ما انجام می‌دهد جبران نمی‌کنیم و یا این‌که موقعی که به برنامه گوش می‌دهیم جبران معنوی یا مالی نداریم. پیغامی نمی‌نویسیم و از لحاظ مادی جبران نمی‌کنیم.

خیره میا، خیره مرو، جانب بازار جهان
زآنکه درین بیع و شری، این ندهی، آن نبری
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۴۵۵)

۳- ادعا کردن و پندار کمال:

این‌که فکر می‌کنیم چون تا حدی به حضور رسیدیم و ابیاتی از مولانا بلدیم، کافی است و شروع به نصیحت و پند و اندرز دیگران می‌کنیم. نسبت به دیگران حس برتری می‌کنیم، درحالی‌که هر وقت حس برتری یا حقارت نسبت به

دیگران داریم، داریم می‌لغزیم، چون با من ذهنی می‌بینیم. چون قضاوت می‌کنیم و قضاوت هم مقاومت به همراه دارد، مقاومت به این‌که خودمان را از جنسِ الست و خداوند نمی‌بینیم و به همین ترتیب، الست را هم زیر پا می‌گذاریم. هر وقت ادعا کنیم نیروی قضا و کن‌فکان ما را امتحان خواهد کرد.

چون کند دعویّ خیاطی خسی افکند در پیش او شه، اطلسی

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۶۸۴)

اگر کسی در مقابل شاه یعنی خداوند ادعای خیاطی کند، ادعای بدم و می‌دانم کند، خداوند و زندگی پیش او اطلس خودش را می‌اندازد که خیاطی کند. در صورتی‌که ما با من ذهنی قادر به تبدیل شدن به هشیاری حضور نیستیم.

کی تراشد تیغ، دستۀ خویش را؟ رُو، به جراحی سپار این ریش را

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۲۲)

۴- عدم شکرگزاری:

انبیا گفتند: در دل علتی‌ست که از آن در حق شناسی آفتی‌ست

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۷۷)

همه هم‌هویت‌شدگی‌های ما با چیزها و انسان‌ها مریضی است که در مرکز ماست و ما را از شکرگزار بودن و تبدیل شدن به ذاتِ اولیه‌مان باز می‌دارد.

قدرشناسی به دو معنی است؛ یکی این‌که خودمان را از جنس خداوند ببینیم و لحظه‌به‌لحظه بخواهیم به او یعنی ذات اولیه‌مان نزدیک‌تر شویم و به زندگی زنده شویم. دومی به معنی قدرشناسی و شکر است. شکر بابت داشتن معلم معنوی، شکر به‌خاطر ابیات مولانا، شکر بابت برنامه گنج حضور و به‌خاطر وجود تک‌تک همراهان معنوی. قدرشناسی به‌خاطر خوب شدن وضعیت‌های بیرونی و درونی‌مان.

آیا من قدرشناس هستم؟ آیا همین لحظه قدرشناس زنده شدن به زندگی هستم؟ آیا قدر شادی و خوشی و آرامشی را که دارم می‌دانم؟ آیا در این لحظه حس رضایت دارم؟ آیا برنامه گنج حضور را هر هفته کامل نگاه می‌کنم؟ آیا به پیغام‌های همراهان معنوی‌ام گوش می‌کنم؟ آیا به نکاتی که از برنامه گنج حضور یاد می‌گیرم، عمل می‌کنم؟ آیا وقتی وضعیت‌هایم بهتر می‌شوند سرکش می‌شوم؟



آیا از امکاناتی که زندگی پیش رویم قرار داده استفاده می‌کنم یا نه، اجازه می‌دهم من ذهنی با کاهلی و نادانی‌اش من را به خودش مشغول کند و این‌طوری وضعیت‌های خویم را هم خراب می‌کنم و کارافزایی می‌کنم؟ اصلاً چرا قدرشناس نیستم؟ آیا طلب‌کارم؟ آیا حرص و میل به قدرت دارم؟

ناسپاسی و، فراموشی تو یاد نآورد آن عسل‌نوشی تو (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۰)

۴- واکنش و دست به کار شدن درحالی‌که فضا بسته شده است:

وقتی که می‌رنجم، می‌ترسم، حسادت می‌کنم، حرص می‌ورزم، قضاوت می‌کنم، پس فضا بسته شده، باید صبر کنم، پرهیز کنم از این‌که واکنش نشان بدهم. باید ناظر باشم، به قول سعیده جان «ناظر آرام باشم» و صبر کنم تا فضا باز بشود و هیجاناتم فروکش کند. هر وقت که توانستم در اطراف اتفاق این لحظه فضا باز کنم، برای بهتر شدن اوضاع دست به کار بشوم. چون اگر زمانی که فضا بسته‌شده وارد عمل بشوم، کاری نمی‌کنم جز کارافزایی و در نهایت دچار درد می‌شوم، پس باید ساکن بنشینم و ناظر باشم.

بر خارپشت هر بلا خود را مزن تو هم، هلا! ساکن نشین، وین ورد خوان: جاء القضا ضاق الفضا (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰)

وقتی قضا آمد، فضا تنگ می‌شود، یعنی وقتی اتفاق بدی می‌افتد، ساکت باش و خودت را به تیغ‌های جوجه‌تیغی یا من ذهنی نزن. هر وقت فضا گشوده بشود، راه‌حل مسئله از طرف زندگی می‌آید.
۵- ترس از شناسایی همانیدگی‌ها:

ترسیدن از شناسایی همانیدگی‌ها از من ذهنی می‌آید، چون با شناسایی و انداختن همانیدگی‌ها من ذهنی کوچک می‌شود، ولی ذات اصلی ما مشخص‌تر می‌شود. پس، از این‌که همانیدگی‌هایم را شناسایی کنم و بیندازم نترسم، چون آسیبی به من اصلی‌ام نمی‌رسد.

زخم پذیر و پیش رو، چون سپر شجاعتی گوش به غیر زه مده تا چو کمان خمانت (مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۲۲)

مولانا از زبان خداوند به انسان می‌گوید، به من ذهنی‌ات گوش نده، تو سپر شجاعت هستی، اصل تو از من است و تو از جنس هشیاری حضور هستی، من تو را به صورت کمان می‌کشم و تو مانند کمان خم شو و تسلیم امر کن‌فکان بشو، بگذار من از طریق تو فکر و عمل کنم.



**گل چه بُود؟ که کُل تویی، ناطق امرِ قل تویی
گر دگری ندانَدت، چون تو منی، بدانمَت
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۲۲)**

ای انسان تو نه تنها گل بلکه کُل هستی، یعنی از جنس من هستی و من می‌خواهم «امرِ قل» و فرمان قل را از طریق تو بیان کنم، اگرچه که من ذهنی تو را به صورت جنس من نمی‌شناسد. تو که امتداد من هستی این موضوع را می‌دانی که کل هستی، پس هر لحظه در اطراف اتفاق این لحظه فضا را باز کن تا خرد من، خرد زندگی را دریافت کنی و پخش کنی.

**تو چه دانی، تو چه دانی که چه کانی و چه جانی؟
که خدا داند و بیند هنری کز بشر آید
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۶۲)**

◇ ◇ ◇ پایان بخش سوم ◇ ◇ ◇

چکیدهٔ مثنوی:

در برنامه‌ای یادم است که آقای شهبازی فرمودند که سه بیت زیر خلاصه‌ای است از تمام مثنوی. یعنی اگر این سه بیت را خوب متوجه شویم و درک کنیم، انگاری که کل مثنوی برای ما زنده شده است:

چون ز مُرده زنده بیرون می‌کشد
هر که مُرده گشت، او دارد رَشَد
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۴۹)

چون ز زنده مُرده بیرون می‌کند
نفس زنده سوی مرگی می‌تَد
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۰)

مُرده شو تا مُخْرِجُ الْحَيِّ الصَّمَدِ
زنده‌یی زین مُرده بیرون آورد
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۱)

رَشَد: به راه راست رفتن

مُخْرِجُ الْحَيِّ: بیرون آورندهٔ زنده

یادم است در اوایل بارها برای حفظ کردن این ابیات مشکل داشتم، مُرده و زنده را جابه‌جا می‌گفتم، با این‌که فقط سه بیت است، ولی هنوز که هنوز است هنگام از حفظ خواندشان بعضی اوقات نیاز به تأمل دارم که اشتباه نخوانم.

با مراقبه‌ای که بر روی این ابیات داشتم، متوجه شدم که مولانا به صورت بسیار هنرمندانه و رمزگونه‌ای می‌خواهد به من بگوید که برای این‌که مُرده‌ات زنده شود، باید صبر کنی.

یعنی با ذهنت نمی‌خواهد تلاش کنی که مُرده را زنده کنی. بلکه بیرون آورندهٔ زنده از مُرده که همان یگانه پروردگار عشق و آگاهی است، با «بشو و می‌شودش» یا همان «کن‌فکان» کارش را می‌کند.

من فقط کارم صبر کردن و فقط روی خودم کار کردن است. منی که حتی موقع حفظ بیت، مُرده و زنده را جابه‌جا می‌خوانم و اشتباه می‌کنم و در مرحلهٔ ذهنی نیز لنگ می‌زنم، چگونه می‌توانم در عمل، به آنچه که در ذهن

نمی‌گنجد زنده شوم؟



در برنامه‌های اخیر توجهی به خصوص به تمرکز بر روی خود و حَبَر و سَنی نکردنِ دیگران، بی‌مرادی، و چیزی نخواستن از دیگران، شده است. از آن‌جا که سه بیت مذکور چکیدهٔ مثنویست، این مفاهیم را با تکرار ابیات در آن‌ها به صورت زنده مشاهده کردم.

تمرکز بر روی خود:

می‌فرمایند که کسی که مُرده است، زنده‌اش بیرون کشیده می‌شود. یعنی اگر کسی طلبِ درست شدن و اصلاح شدن و زنده شدن به اصلِ ذاتِ خویش را دارد، می‌بایستی اول مُرده شود. یعنی به من‌ذهنی‌اش آگاهانه بمیرد، تا خودِ زندگی او را زنده کند. نه این که منی که هشتمِ گروهی نهم است، مُرده دیگری رَفو کنم.

مُردهٔ خود را رها کرده‌ست او

مُردهٔ بیگانه را جوید رَفو

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۱)

می‌فرمایند: «چون»، یعنی حتماً. یعنی بدون شک و یقین از مُرده زنده را بیرون می‌کشد. پس اگر دیگران را حبر و سنی می‌کنم در اصل خودم را دارم بدخو می‌کنم و از عشق ایزدی خالی. چون این نفسِ زنده محکوم به مرگ است و من اگر کسی را نصیحت کنم، در اصل «منی» دارم که در کار خدا دخالت می‌کند. پس باید درد و رنج بکشد. پس باید اکنون این درد را آگاهانه بکشم و بر خود گریه کنم، نه این‌که از مُردن من‌ذهنی دیگران به نوحه بپردازم!

اگر کسی آگاهانه به من‌ذهنی خود بمیرد، رَشَد یا راهِ راست را می‌یابد، نیاز به نصیحتِ من ندارد. اگر هم آگاه نیست من که این آموزش‌ها را می‌بینم، پس آینه‌ای می‌شوم برای دیگران تا شاید با دیدنِ کار کردنِ من روی خودم، آن‌ها نیز آگاه شوند. اگر البته خودم با عنایت و لطفِ خدا بر روی خودم درست کار می‌کنم یا نه، بماند. بی‌مرادی:

من اگر از این آگاهم که رَشَد همان مُردن به من‌ذهنی‌ست و پس از این مرگ، تولدِ حضور در انتظارم است، پس اگر مرادِ این جهانی‌ام مُرد، می‌دانم که انرژیِ زندهٔ ایزدی و پاکِ عشق از آن طلوع خواهد کرد. حال می‌فهمم که در این دانه‌ای که در خاک می‌کنم، در اصل درختی نهفته است که می‌بایستی با صبر و رعایتِ قانونِ جبران و مزرعه بگذارم بار بدهد. این همان بهشتی است که در میانِ سختی‌ها نهفته شده است. رَشَد و قلاووزم هم خودم در درون یافته‌ام، چون آگاهانه به من‌ذهنی‌ام مرده‌ام.

نخواستن چیزی از دیگران:



مگر نه این است که پیغمبر فرمود که اگر جنت، بهشت، همان درختِ حضورِ نهفته شده در سختی‌ها را می‌خواهم، نباید از دیگران چیزی بخواهم؟ خُب! پس اگر منیت را زمین بگذارم و به من‌ذهنی بمیرم، در اصل رَشَدی یافته‌ام که همان جنت است. آن وقت است که قائم به ذاتِ خویش می‌شوم، آنی که در ذهن نمی‌گنجد.

بیرون آورنده زنده از مرده که همان صَمَد است، در من تجلی می‌کند. پس من برای این‌که صَمَد، خدای بی‌نیاز، درختِ حضورم را تنومند کند، بایستی از هیچ‌کس چیزی نخواهم.

چگونه می‌توانم اجازه تجلی صَمَد را در درونم بدهم درحالی‌که خودم نیازمند زندگی گرفتن از چیزها و یا وابسته به دیگران هستم؟ اوست که بیرون آورنده زنده از مرده است، پس می‌گذارم شخم بزند، بکارد، بروید و درو کند. حتماً محصول و میوه را هم با اصحاب سهیم خواهم شد.

سلام و عرض ادب و احترام دارم خدمت شما عزیز بزرگوار و تمامی دوستان حاضر.

گر سران را بی‌سری، درواستی سرنگونان را سری درواستی (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۱۹)

برنامه شماره ۹۲۷ و غزل شماره ۲۹۱۹ از دیوان شمس مولانا. شناسایی دیگری از سر و عقل محدود ذهن که از راه خود که راه جدایی و هرچه بیشتر بهتر، راه کاهلی، راه بی‌شکری و بی‌صبری است، انسان را در هر جهتی به بن بست می‌کشاند.

شناسایی سر و عقل محدودی که با بانگ زشت خود، مایه غم و خشم و کین می‌شود. آگاهی از این‌که سر و عقل محدود ذهن مورد اجابت و تأیید زندگی قرار نمی‌گیرد و قانون غیرت زندگی، عاقبتی جز سرنگونی برای آن ندارد.

بانگ زشتم مایه غم می‌شود مهر خلق از بانگ من کم می‌شود (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۹۷)

زشت آوازم به هر جا که رود مایه خشم و غم و کین می‌شود (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۹۸)

بانگ زشت، فکر و عملی‌ست که از سر عقل محدود ذهن برخاسته و آثار آن قطع شدن و کم شدن مهر و عنایت زندگی و کم شدن مهر و عنایت خلق را به دنبال دارد. آثار آواز زشت ذهن، داشتن سری است که با تصویر پندار کمال خود، خواستار و طالب زندگی و خوش‌بختی است.

اما اعتراف به داشتن سر ذهنی، ناظر و مراقب آن بودن با صبر و شکر و پرهیز و تمرکز روی خود، سرنگونی هرچه زودتر آن را به همراه خواهد داشت.

زشتی آواز کم شد زین گله خلق شد بر وی برحمت یک‌دله (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۰۰۰)

دیدن این سر، صادق بودن، اعتراف به آن و پرهیز از آن، رحمت و عنایت زندگی‌ست. رحمت و عنایتی که به یاری و کمک استاد و راهبری لایق، انسان را از خطر به دام افتادن در اسباب و علل رهایی می‌بخشد.



**بو که استادی رهاند مر ترا
و ز خطر بیرون کشاند مر ترا**
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۸۹)

تنها با کمک و یاری بزرگان است که لزوم شناسایی و انداختن سرِ ذهنی و دید آن، در اولویت قرار می‌گیرد.

**زاری می‌کن چو زورت نیست هین
چون که کوری سر مکش از راه‌بین**
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۹۰)

اعتراف به ناتوانیِ عقل محدودِ ذهن و تسلیم و فضاگشایی در برابر اتفاق این لحظه، ناله‌ای دلنشین از مرکزی‌ست که مورد مهر و رحمت زندگی قرار می‌گیرد.

**ای خدا سنگینِ دلِ ما موم کن
نالهُ ما را خوش و مرحوم کن**
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۹۲)

والسلام.

«سپاس‌گزاری»

سلام می‌کنم خدمت شما استاد گرامی و دوستان گنج حضوری. خواستم مطلبی برای تشکر از زحمات شما استاد گرامی بنویسم و تشکری از زحمات شما کرده باشم. امیدوارم که تک‌تک ما هم همانند شما همان‌گونه خالصانه تلاش کنیم و فعال باشیم تا شاید گوشه‌ای از زحمات شما جبران شود و نور خداوند در ما هم بیش‌تر اثر کرده و تابیده شود، که این تابش یکسان است و خدا فرق نمی‌گذارد و این ما هستیم که این فرق را ایجاد کرده‌ایم. امید که دریچه قلبمان را بازتر کرده باشیم.

کار شما را اگر بخوایم برایش مثالی بزنم، شبیه کار حضرت ابراهیم علیه‌السلام است. به این‌گونه که انتخاب خداوند این‌گونه بود که حضرت ابراهیم علیه‌السلام خانه خدا را با همراهی فرزندش حضرت اسماعیل علیه‌السلام بسازد.

سالیان دراز، قبل از حضرت ابراهیم علیه‌السلام، مصالح ساختمان از قبیل سنگ و خاک و غیره آن‌جا وجود داشتند. حتی آن سنگ حَجَرِ الْأَسْوَد که خود به تنهایی توضیح خودش را دارد، که حضرت زیر پایشان قرار دادند و قسمت‌های بالاتر خانه را ساختند، شاید بشود گفت که آن سنگ سیاه نماد من‌ذهنی ماست که برای ساختن و به اتمام رساندن خانه دلمان باید کاملاً آن را و خواسته‌هایش را به زیر پا بگذاریم تا خدا با ما قرین شود و خانه دلمان خانه خدا شود، که اگر این کار را نکنیم حتی اگر همه تلاشمان را هم بکنیم برای انداختن همانیدگی‌ها و من‌ذهنی، نمی‌توانیم ساختن این خانه دل را به اتمام برسانیم. باید کاملاً آن را به زیر پا گذاشت تا بتوانیم بالا برویم. به‌رحال الآن شما هم همان کار را برای ما انجام داده‌اید. شعرهای مولانا و بقیه شاعران، قبل از شما و ما، سالیان درازی آن‌جا بوده‌اند، ولی کسی به آن‌ها توجهی نمی‌کرد و خیلی راحت و بی‌خیال از کنارشان رد شده‌ایم.

اما شما آمده‌اید و آن‌ها را مانند آن حضرت که برای ساختن خانه خدا استفاده کردند، آن مصالح را در مغز ما جا دادید و خانه دل ما را بازسازی کردید و آن‌قدر خوب آن‌ها را در مغز ما جا داده‌اید که همه آن‌ها دیگر هیچ زمین‌لرزه‌ای نمی‌تواند این خانه را بلرزاند یا از جا بکند، اگر هم بلرزاند خسارتش هم جزئی است. آن هم مقصرش



خود ما هستیم که در عمل چگونه به این مصالح آب می‌دهیم. آب زندگی‌ای که اگر بر جانمان ریخته شود، ثبات را در ما و سازندگی و پایداری را در ما ایجاد خواهد کرد.

دیده‌اید به سیمان بعد از بنایی کردن آب می‌دهند تا محکم و سفت‌تر شود؟ ما هم به این مصالح و سیمان‌های ابیات مولانا و بقیه شاعران و بزرگان که شما در دل و جان و در مغز ما جاسازی کرده‌اید، باید با عمل آب زندگی بدهیم. همان آب حضور و فضاگشایی و پذیرش و تسلیم و صبر، تا محکم و با ثبات شویم. و هرچه تلاش بیشتری انجام دهیم، این سیمان‌ها تبدیل به بتن آرمه می‌شوند و ما با ثبات در عدم پا می‌گذاریم و حضور ناظر می‌شویم.

در بدن ما اندام، هرکدام یک جوری عرض اندام می‌کند به جز گوش که در همه لحظات بیدار و در آرامش مطلق در کار و فعالیت است. به این صورت که اندام‌ها وقتی که درد می‌گیرند عکس‌العمل دارند و فعالیتشان با حرکت و تکان دادن، انجام می‌شود. حتی مردمک چشم کوچک و بزرگ می‌شود، ولی گوش هیچ‌کدام از این حالات را از خود بروز نمی‌دهد و ثبات کامل دارد، حتی وقتی خواب هستیم اولین جایی که عکس‌العمل نشان می‌دهد و بیدار می‌شود، گوش است که ما را بیدار می‌کند و بعد بقیه اندام فعال می‌شوند.

در لحظات آخر عمر هم آخرین عضوی که از کار می‌افتد گوش است. پس می‌بینید که در کمال آرامش مطلق، جزو فعال‌ترین اندام، گوش می‌باشد و جزو اصلی‌ترین اندام برای رسیدن پیغام و یادگیری ما در هشیاری ما، ایفای نقش می‌کند، که خیلی مهم است که چیزی را گوش می‌دهیم، چگونه گوش می‌کنیم. آیا گوش کردن با عمل است یا بدون عمل؟

که همین گوش، شکل آن مانند دالانی است که به مغز راه دارد، که اگر آن دالان را محل عبور من‌ذهنی مثال بزنی، قابل توجه است که توجه کنیم هر چیزی که می‌خواهیم بشنویم، آن من‌ذهنی آن‌جاست که خیلی باید مواظب باشیم که آن مطالب را چگونه می‌شنویم، نه این‌که چه چیزی گفته می‌شود، نه! چه می‌شنویم مهم است، که همان در مغز ما حکاکی می‌شود و به عمل درآورده می‌شود. مثلاً همین‌طور اگر بگوییم در گوش دالانی وجود دارد که همانند این دالان، دالان ذهن است، در بدن ما این حالت مانند حضور خدائیت ما در ماست که آن در همه لحظات در ما وجود دارد و حیّ و حاضر است. و او هم مانند من‌ذهنی در ما وجود دارد. و این‌که گفتم کدامین حالت شنیدن را انتخاب می‌کنیم مهم است. آیا با من‌ذهنی گوش می‌کنیم یا با حضور؟ کدام را توجه داریم؟ حضور خدا را، یا ذهن و شیطان را؟



ای در هوس نشسته، وی هر دو گوش بسته
پنبه ز گوش برگش، تا دانی این شنیدن

پنبه اگر نکندی، پنبه دگر می‌فزا
ترجیع دیگر آمد، یک دم به خویش بازآ

(مولانا، دیوان شمس، ترجیع ۴۲)

مجموعه آثار
مجموعه آثار

«همانیدگی با باور»

در بین همانیدگی‌ها، همانیدگی با باور می‌تواند خیلی خطرناک‌تر و مخرب‌تر باشد. فرض کنیم یک نفر با پول همانیده است، خب می‌تواند پول به‌دست بیاورد و متوجه بشود که پول خوش‌بختی ندارد و بنابراین حرص او برای پول کم می‌شود. یا مثلاً یک نفر با رابطه همانیده است، می‌رود این کار را انجام می‌دهد و باز هم متوجه می‌شود خبری نیست و رها می‌کند.

یعنی پول و ماشین و خانه و طلا و جواهر، این‌ها یک چیز فیزیکی هستند و در جهان بیرون واقعاً وجود دارند و می‌توان آن‌ها را دید و حس کرد. همه می‌دانند پول چه هست، می‌دانند ماشین چه هست. ولی یک باوری که خرافات و غیرواقعی و من‌درآوردی است را چطوری می‌شود اثبات کرد که این خوش‌بختی ندارد و در آن زندگی نیست؟ همانیدگی با باور بند پنهان است و دیده نمی‌شود.

برای مثال:

فرضاً من با این باور همانیده هستم که من اگر به یک سنگ دست بزنم شفا پیدا می‌کنم و خوش‌بخت می‌شوم و به مرادم می‌رسم.

خب چجوری می‌شود به من فهماند که دارم اشتباه می‌کنم و در این چیز زندگی نیست؟ این باور، یک چیز من‌درآوردی و خرافات است و اصلاً وجود ندارد، چجوری می‌شود من را متوجه دید اشتباهم کرد؟

فرض کنیم به من بگویند که تو صد سال است که داری این سنگ را می‌پرستی، پس چرا وضع زندگیت خوب نیست و پر از درد هستی؟ حالا من اگر در خرافات غرق شده باشم، در جواب چه می‌گویم؟

باز هم چهار پنج‌تا باور من‌درآوردی دیگر می‌آورم و آن باور قبلی‌ام را توجیه می‌کنم. هرچقدر که از همه‌جا پیغام می‌آید که به من نشان دهد دارم اشتباه می‌کنم، باز با یک باور من‌درآوردی دیگر استدلال و توجیه می‌کنم.

مثلاً در جواب می‌گویم:



درست است که زندگی من خوب نیست، ولی اگر این سنگ را نمی‌پرستیدم، دیگر زندگی‌ام هزار برابر بدتر می‌شد. پس لطف این سنگ بوده که به من رحم کرده. یا مثلاً در جواب می‌گویم علت خرابی زندگی من این است که بقیه نمی‌آیند مثل من به این سنگ دست بزنند و به همین دلیل این سنگ از ما ناراضی است و به همین دلیل زندگی ما خراب است.

یعنی من این قدر زیاده‌روی کرده‌ام که دیگر در ذهن غرق شده‌ام و در هیروت زندگی می‌کنم و چشمانم از حقیقت کاملاً بسته شده. همه این‌ها هم همه‌اش به این خاطر است که من اشتباه متوجه شده‌ام، به خاطر کج‌فهمی است. بنابراین همانندگی با باور می‌تواند بسیار خطرناک باشد و در سطح بالاتر اگر کسانی مخالف باور ما باشند، ممکن است آن‌ها را بکشیم، چون آن‌ها مخالف باور ما هستند و ما باورهایمان را جای خدا گرفته‌ایم و اگر کسی به آن باورها توهین کند، خدای توهمی ذهنی‌مان به خطر می‌افتد، یعنی درواقع «هرچه بیشتر بهتر» ما به خطر می‌افتد.

مثال دیگر:

در یک خانواده یک نفر با این باور همانیده است که مثلاً همسر من باید فلان‌طور عمل کند و فرزند من هم باید به روش خاصی که من می‌گویم عمل کند. این شخص با این باور من‌درآوردی که جامعه به او یاد داده است همانیده است و همین باور باعث ایجاد هزاران درد و دعوا و مسئله در خانواده شده.

حالا اگر به او بگویند که باور تو باعث نابودی خانواده شده است، هزاران دلیل و استدلال می‌آورد که من اشتباه نمی‌کنم و تقصیر شماست که به حرف من گوش نمی‌کنید. هرچقدر به او توضیح داده شود قانع نمی‌شود و به باورش شک نمی‌کند، چون این باور بند پنهان است و آبروی مصنوعی است. آبروی مصنوعی اجازه نمی‌دهد آدم خم شود و خودش را کوچک کند.

و به همین صورت، هزاران باور من‌درآوردی را جامعه به ما تحمیل کرده در همه جنبه‌های زندگی. مثلاً در مدرک داشتن به ما گفته‌اند چون تو مدرک داری، پس یعنی همه‌چیز را می‌دانی. حالا این حرف از کجا آمده؟ آیا من‌درآوردی نیست؟

ممکن است یک نفر بگوید من آدم قانعی هستم و حرص و طمعی ندارم و اهل مادیات نیستم و در ظاهر بسیار خوب باشد، ولی کافی است کوچک‌ترین تیری به باورش بخورد، آن موقع می‌تواند خیلی خطرناک باشد. به همین دلیل همانندگی با باور خطرناک است.



حالا، همین باورهای همانیده و می‌دانم من ذهنی اجازه نمی‌دهند ما به حرف بزرگان گوش کنیم. و یا شعر مولانا را می‌خوانیم، ولی با باورها و می‌دانم‌های من درآوردی، تفسیر و استدلال می‌کنیم و آن را خرافات می‌کنیم.

مثلاً ممکن است من یک‌دفعه یک قانون من درآوردی از خودم دربیآورم و بگویم من چون مولانا می‌خوانم، پس یعنی می‌دانم و باید بروم بقیه را عوض کنم. یا مثلاً قبلاً به یک ساختمان دیگر دست می‌زدم، الآن فهمیدم که آن ساختمان نمی‌تواند من را خوش بخت کند، بنابراین می‌آیم و به ساختمان مولانا دست می‌زنم. یعنی خرافات را از یک‌جا به جای دیگر برده‌ام. بعد از مدتی خودم و بقیه وقتی می‌بینیم که هیچ نتیجه‌ای نگرفته‌ام، می‌گوییم پس مولانا جواب نمی‌دهد و اصلاً شک نمی‌کنیم که این را با باورهای قبلی خودمان تفسیر کردیم و انجام دادیم، نه براساس حرف‌های مولانا. به این صورت زنجیره خرافات قطع نمی‌شود، فقط از جایی به جای دیگر می‌رود، همه‌اش هم به‌خاطر همانیده بودن و دید من‌ذهنی.

همانیدگی با باور خطرناک است، چون باعث می‌دانم من ذهنی می‌شود و می‌دانم من ذهنی، اساس پندار کمال است. پندار کمال هم ضد عشق است. مولانا می‌گوید بدتر از پندار کمال دیگر نداریم، یعنی اصلاً زندگی نمی‌کنیم. اما مولانا امید می‌دهد، می‌گوید:

نی مشو نومید، خود را شاد کن

پیش آن فریادرس، فریاد کن

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۵۲)

کای مُحِبِّ عفو، از ما عفو کن

ای طبیب رنج ناسور کهن

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۵۳)

می‌گوید ناامید نشو و شروع به کار کردن کن و از خدا طلب کمک کن. خدا سرتاسر رحمت است، ولی برای این‌که خدا بتواند به ما کمک کند، باید ابتدا از هرگونه باور و دانش و می‌دانم ذهنی خالی و لخت شویم و شرم و حیای ذهنی را کنار بگذاریم.

**عاشقِ دلبرِ مرا شرم و حیا چرا بُود؟
چونکه جمال این بُود، رسم وفا چرا بُود؟**

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۶۰)

آقای شهمازی: بفرمایید.

خانم اکرم: سلام استاد، خدا قوت می‌گویم. وقتتان به‌خیر باشد. اکرم هستم از قزوین.

آقای شهمازی: بله، اکرم خانم، خوب هستید؟

خانم اکرم: خیلی ممنون، استاد، عالی. ممنون، شکر وجودتان، شکر وجود شما. استاد صدا خوب می‌آید؟

آقای شهمازی: بله، بله.

خانم اکرم:

بانگ آید هر زمانی زین رواق آبگون

آیت اِنَّا بَنَيْنَاهَا وَاِنَّا مُوسِعُونَ

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۹۴۸)

غزل ۱۹۴۸، برنامه ۶۱۱.

بانگ آسمانی را هر لحظه بشنو، که تو را دعوت به فضای گشوده‌شده، قلب صاف و پُرسعت می‌کند.

استاد یک شعری هم بعد از این غزل آمده. تقدیم می‌کنم به وجود نازنینتان.

آقای شهمازی: خواهش می‌کنم.

خانم اکرم: اسم شعر هست «وحی قلب».

هر نفس بانگی برآید از دلت

آسمان جاری شود در منزلت

رحمت او، بخشش او بی‌شمار

کل دنیا را کند او مُخلصت

نیست غیر از او در این دنیا بدان

وحی قرآن آمده بر محفلت

چون قرین حق شدی، قرآن رسید

آمده تا دردی بیارد پای مانده در گِلت



آمده درمان کند درد تو را
چاره آورده برای مشکل

چاره در بیچارگی جسم توست
درد از افکار مسموم سرت

چون به خاموشی رسید با امر حق
دم به دم رحمت بیاید بر درت

صبر و خاموشی برایت لازم است
تا رود آن ذهن کج فهم و خرت

ذکر و پرهیز از پیایی که شد
پله پله وا شود گوشِ کُرت

شکر حق در این قدم واجب شده
چون نشسته روح او بر این تنت

راضی و شاکر که او با تو یکی است
قُلْ هُوَ اللَّهُ وَ أَحَدٌ نُّورِ رَهَت

هست تو از نیستی نشأت گرفت
راه اینست تا بگیری در منت

چون که مُردی بر منت آغاز شد
و حی قلبی بر دل چون آهنت



نرم شد آن دل به نورِ وحی او
کل دنیا جا گرفت در دامت

کل دنیا پیش چشمت هیچ شد
جان شدی زیرا که افتاده سرت

آقای شهبازی، این برنامه جدیدتان که درمورد انداختن سر من‌ذهنی و درمورد این‌که تمرکز روی خودمان باشد، آن بیت‌هایی که گفتید حفظ کنید:

مُردهٔ خود را رها کرده‌ست او
مُردهٔ بیگانه را جوید رفو
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۱)

دیده‌آ بر دیگران نوحه‌گری
مدتی بنشین بر خود می‌گری
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۴۷۹)

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

می‌رود از سینه‌ها بر سینه‌ها
از ره پنهان صلاح و کینه‌ها
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۴۲۱)

پس تو را هر لحظه مرگ و رجعتی است
مصطفی فرمود: دنیا ساعتی است
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۱۴۲)

عقل قربان کن به پیش مصطفی
حَسْبِيَ اللهُ گو که اللهم کفی
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۰۸)



علتی بدتر ز پندارِ کمال
نیست اندر جان تو ای دُو دَلال

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴)

زهر به پیش او بَبَر تا کُنَدش به از شکر
قهر به پیش او بِنه تا کُنَدش همه رضا

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۴)

استاد، شکر، پرهیز، رضایت و صبر کردن،

صبر را با حق قرین کرد ای فلان
آخِرِ وَالْعَصْرِ را آگه بخوان

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۵۳)

صد هزاران کیمیا حق آفرید
کیمیایی همچو صبر آدم ندید

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۵۴)

صبر، قرین، حق، خدا، زندگی، همه یکی هستیم. یک قلب تپنده، یک هشیاری. استاد، من دیگر حرفی ندارم.

آقای شهمازی: عالی، عالی، ممنونم اکرم خانم. خداحافظ شما.

خانم اکرم: خیلی ممنون، خدا قوت می‌گوییم. خدا یار و نگهدارتان.

۳۹- خانم پریسا از کانادا با سخنان آقای شهبازی

آقای شهبازی من هفته گذشته یک پیامی داشتم در ارتباط با «پنهان‌پری» بود و این‌که چطور مثلاً راجع به تجربیات معنوی‌مان که آن‌ها را به کلام و صحبت درنیاوریم.

این‌که چطور آن ارتباط پیدا می‌کرد با داستان عایشه و حضرت رسول. یک قسمتش را هفته گذشته خواندم قسمت دومش راجع به این هست که این مسئله پنهان‌پری چطور ارتباط پیدا می‌کند با پندار کمال و کارگاه حق که آن را می‌خوانم.

این مسئله که «پنهان‌پری» در راه معنوی خیلی مهم است، باعث شده که مقداری تأمل کنم بر روی ابیاتی از مولانا که تأکید بر پنهان کردن کار خود از چشم من‌ذهنی دارند، و کم‌کم ارتباط بین پنهان‌پری، پندار کمال و کارگاه حق برای من مقداری روشن‌تر شود.

اولاً این‌که ما باید کار معنوی خود را از چشمان من‌ذهنی خودمان پنهان کنیم. درحالی‌که وقتی یک تجربه درونی را به کلام می‌آوریم، آن تجربه ناب و خالص را از فضای یکتایی بیرون کشیده، و به درون فضای ذهن می‌آوریم. آن وقت هست که چشم بد من‌ذهنی که در فضای ذهن است، آن تجربه را می‌بیند و خرابکاری می‌کند.

کار، پنهان کن تو از چشمان خود

تا بود کارت سلیم از چشم بد

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۰۱)

قسمت عجیب کار این است که پنهان‌پری فقط به این معنا نیست که ما در مورد کار معنوی خود به دیگران چیزی نگوییم، بلکه باید کار معنوی خود را از چشمان من‌ذهنی خودمان هم پنهان کنیم.

چه عجب گر سر ز بد پنهان کنی

این عجب که سر ز خود، پنهان کنی

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۰۰)

به‌عنوان مثال فرض کنیم که من نیایم و به کسی نگویم که فلان تجربه معنوی را داشتم، ولی مرتب در ذهن خودم آن را به یاد بیاورم و لذت و شیرینی آن را بخواهم با این کار برای خودم مرتب تداعی کنم. این کار من را از این لحظه درآورده و پرت می‌کند به گذشته که فضای ذهن است.



مثلاً فرض کنید من بهشت را دیدم، البته این را عرض می‌کنم که فرض کنید، نه این‌که واقعاً این اتفاق افتاده باشد، بعد بیایم راجع به بهشتی که دیدم صحبت کنم یا فکر کنم، خب این‌که دیگر خود بهشت نیست. این فقط یک تصویر ذهنی از بهشت است.

یا حالا فرض کنید من طلوع یا غروب فوق‌العاده زیبایی از خورشید را ببینم، حالا بیایم آن را به فکر و به حرف دریاورم. آخر چه فایده؟! این‌که خود غروب یا طلوع نیست دیگر، تنها یک تصویر خیالی از آن است. دیگر با آن تجربه ناب از آن لحظه طلوع یا غروب خورشید، فرسنگ‌ها فاصله دارد.

حالا این را در نظر بگیریم که من مرتب بیایم در مورد این تصویرهایی که در ذهنم ساختم فکر کنم و حرف بزنم، کم‌کم می‌روم به هپروت یک انسان معنوی کمال یافته. درحالی‌که مولانا می‌گوید، چقدر انسان‌هایی هستند که سرمست آتش دردهای خودشان هستند و دنبال درد بیشتر می‌روند، اما خودشان را نور مطلق می‌دانند.

ای بسا سرمست نار و نارجو خویشتن را نور مطلق داند او

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۳۶۶)

به همین راحتی ممکن است یک تجربه معنوی ناب تبدیل بشود به وسیله‌ای برای تشکیل پندار کمال. به‌طور کلی هرچیزی که از فضای یکتایی به فضای ذهن آورده می‌شود، قابلیت تنیدن و بافتن من‌ذهنی را دارد. برای همین است که پنهان‌پری این‌قدر اهمیت پیدا می‌کند.

پنهان‌پری یعنی فضا را باز کن و سکوت کن و حیران بمان. پنهان‌پری یعنی چیزی را از آن فضای ناب یکتایی به فضای ذهن نیاور. بگذار در همان جایی که به آن تعلق دارد، بماند. پنهان‌پری یعنی این‌که خودت را تسلیم فضای یکتایی بکن، در همان‌جا بمان، و درحالی‌که در آن فضایی یکتایی که «فضای مُزد» است هستی، و غرق شادی و عشق و خرد هستی، آن وقت یکی از همانیدگی‌هایت را از خودت بدزد.

خویش را تسلیم کن بر دام مُزد وآنکه از خود بی ز خود چیزی بدزد

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۰۲)



چرا که اگر تجربه معنویات را از فضای یکتایی به فضای ذهن بیاوری، آن وقت آن خَس فرومایه‌ای می‌شوی که ادعای خیاطی می‌کند و فکر می‌کند می‌تواند خودش را به زندگی زنده کند، خدا هم او را امتحان می‌کند و رفوزه می‌شود.

**چون کند دَعویَّ خیاطی خَسی
افکند در پیش او شَه، اطلسی**

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۶۸۴)

**که بَبَر این را بَعَلطاقِ فراخ
ز امتحان پیدا شود او را دو شاخ**

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۶۸۵)

پس از خدا طلب می‌کنم که هر موقع این ذهن من فعال شد و خواست بگویند که تو کسی هستی، خود خدا و زندگی من را عفو کند و در امتحانات زندگی دست من را بگیرد.

**پرده ای ستار از ما بَر مگیر
باش اندر امتحان ما مُجیر**

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۹۳)

**کای مُحِبِّ عفو از ما عفو کُن
ای طبیبِ رنج ناسور کهن**

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۵۳)

چرا که، به غیر از خضوع و بندگی و احساس نیاز به خود زندگی، هیچ چیز دیگری در این بارگاه اعتباری ندارد.

**جز خُضوع و بندگی و اضطرار
اندرین حضرت ندارد اعتبار**

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۲۳)

تنها وقتی که نیست می‌شویم و با من‌ذهنی بالا نمی‌آییم، تنها در همان موقع است که پنهان‌پری می‌کنیم و لاغیر.

**کارگاه صنع حق، چون نیستی‌ست
پس برون کارگه بی‌قیمتی‌ست**

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۶۹۰)

وقتی از پنهان‌پری درمی‌آییم، از کارگاه حق بیرون می‌شویم. کارگاه حق که در آن ما «لا» شده‌ایم و خودمان و تجربیات معنوی خودمان را به ذهن در نمی‌آوریم، تنها جایی است که می‌شود پنهان‌پری کرد.



اگر در این کارگاهِ حق صفر باقی بمانیم، با من‌ذهنی بالا نیاییم، و خودمان را تعریف نکنیم، تنها در آن فضا پنهان‌پری کنیم و سِرِ زندگی را با به کلام و فکر درآوردنِ آن فاش نکنیم، آن وقت خیلی زود به مراد خود که همان زنده شدن به زندگی‌ست، می‌رسیم.

گفت پیغمبر که هر که سِرِ نهفت

زود گردد با مُرادِ خویش جفت

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۶)

