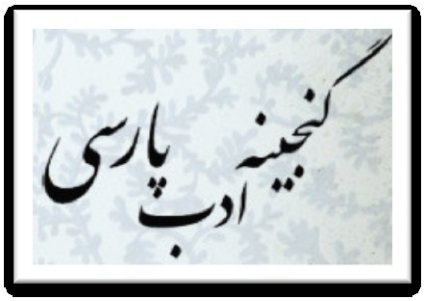
برنامه شماره ۶۰۹ گنج حضور

www.parvizshahbazi.com

www.ganjnama.com



اشعار برنامه ۶۰۹

مولوی، دیوان شمس، غزل شمارهٔ ۲۸۳۱

چو نماز شام هر کس بنهد چراغ و خوانی
منم و خیال یاری، غم و نوحه و فغانی

چو وضو ز اشک سازم بود آتشین نمازم
در مسجدم بسوزد، چو بدو رسد اذانی

رخ قبله‌ام کجا شد؟ که نماز من قضا شد
ز قضا رسد هماره، به من و تو امتحانی

عجبا نماز مستان، تو بگو درست هست آن؟
که نداند او زمانی، نشناسد او مکانی

عجبا دو رکعت است این؟ عجبا که هشتمین است؟
عجبا چه سوره خواندم؟ چو نداشتم زبانی

در حق چگونه کوبم، که نه دست ماند و نه دل؟
دل و دست چون تو بردی، بده ای خدا امانی

به خدا خبر ندارم، چو نماز می‌گزارم
که تمام شد رکوعی، که امام شد فلانی

پس از این چو سایه باشم پس و پیش هر امامی
که بکاهم و فزایم ز حراک[۱] سایه بانی

به رکوع سایه منگر، به قیام سایه منگر
مطلب ز سایه قصدی، مطلب ز سایه جانی

ز حساب رست سایه، که به جان غیر جنبد
که همی‌زند دو دستک که کجاست سایه دانی

چو شه است سایه بانم، چو روان شود، روانم
چو نشیند او نشستم به کرانه دکانی

چو مرا نماند مایه منم و حدیث سایه
چه کند دهان سایه؟ تبعیت دهانی

نکنی خمش برادر، چو پُری ز آب و آذر[۲]
ز سبو همان تلابد[۳] که در او کنند یا نی

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۵۱۸

تا نگیرد مادران را درد زَه[۴]
طفل در زادن نیابد هیچ ره

این امانت در دل و دل حامله ست
این نصیحتها مثال قابله[۵] ست

قابله گوید که زن را درد نیست
درد باید درد کودک را رهی است

آنک او بی‌درد باشد ره‌زن است
زانک بی‌دردی انا الحق گفتن است

آن اَنا بی وقت گفتن لعنت است
آن اَنا در وقت گفتن رحمت است

آن اَنا منصور رحمت شد یقین
آن اَنا فرعون لعنت شد ببین

لاجرم هر مرغ بی‌هنگام را
سر بریدن واجب است اعلام را

سر بریدن چیست کشتن نفس را
در جهاد و ترک گفتن نفس را

آنچنانک نیش کزدم بر کنی
تا که یابد او ز کشتن ایمنی

بر کنی دندان پر زهری ز مار
تا رهد مار از بلای سنگسار

هیچ نکشد نفس را جز ظِل[۶] پیر
دامن آن نفس‌کُش را سخت گیر

چون بگیری سخت آن توفیق هوست
در تو هر قوت که آید جذب اوست

ما رَمَیْتَ اِذْ رَمَیْتَ راست دان
هر چه کارد جان بود از جان جان

دست گیرنده وی است و بردبار
دم به دم، آن دم ازو اومید دار

نیست غم گر دیر بی او مانده‌ای
دیرگیر و سخت‌گیرش خوانده‌ای

دیر گیرد سخت گیرد رحمتش
یک دمت غایب ندارد حضرتش

ور تو خواهی شرح این وصل و ولا
از سر اندیشه می‌خوان وَالضُّحی*

* قرآن کریم، سوره الضحی(۹۳)، آیه ۱-۵

وَالضُّحَىٰ (١)

وَاللَّيْلِ إِذَا سَجَىٰ (٢)

مَا وَدَّعَكَ رَبُّكَ وَمَا قَلَىٰ (٣)

وَلَلْآخِرَةُ خَيْرٌ لَكَ مِنَ الْأُولَىٰ (٤)

وَلَسَوْفَ يُعْطِيكَ رَبُّكَ فَتَرْضَىٰ (٥)

ترجمه فارسی

سوگند به ابتدای روز (۱)

و سوگند به شب آن گاه که آرام گیرد (۲)

که پروردگارت تو را رها نکرده و مورد خشم و کینه قرار نداده است. (۳)

و بی تردید آخرت برای تو از دنیا بهتر است. (۴)

و به زودی پروردگارت بخششی به تو خواهد کرد تا خشنود شوی. (۵)

ترجمه انگلیسی

By the Glorious Morning Light, (١)

And by the Night when it is still, (٢)

Thy Guardian-Lord hath not forsaken thee ,nor is He displeased. (٣)

And verily the Hereafter will be better for thee than the present. (٤)

And soon will thy Guardian-Lord give thee) that wherewith (thou shalt bewell-pleased. (٥)

شاهنامه، بخش ۱، آغاز کتاب

به نام خداوند جان و خرد
کزین برتر اندیشه برنگذرد

خداوند نام و خداوند جای
خداوند روزی ده رهنمای

خداوند کیهان و گردان سپهر
فروزنده ماه و ناهید و مهر

ز نام و نشان و گمان برترست
نگارندهٔ بر شده گوهرست

نیابد بدو نیز اندیشه راه
که او برتر از نام و از جایگاه

یقین دان که هرگز نیاید پدید
به وهم اندر آن کس که وهم آفرید

سخن هر چه زین گوهران بگذرد
نیابد بدو راه جان و خرد

خرد گر سخن برگزیند همی
همان را گزیند که بیند همی

ستودن نداند کس او را چو هست
میان بندگی را ببایدت بست

خرد را و جان را همی سنجد او
در اندیشهٔ سخته[۷] کی گنجد او

بدین آلت رای و جان و زبان
ستود آفریننده را کی توان

به هستیش باید که خَستو[۸] شوی
ز گفتار بیگار[۹] یکسو شوی

پرستنده باشی و جوینده راه
به ژرفی به فرمانش کردن نگاه

توانا بود هر که دانا بود
ز دانش دل پیر بُرنا[۱۰] بود

از این پرده برتر سخن‌گاه نیست
ز هستیش اندیشه را راه نیست

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۸۰۲

چونک جزوی عاشق جزوی شود
زود معشوقش به کل خود رود

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۸۰۷

او بمانده دور از مطلوب خویش
سعی ضایع، رنج باطل، پای ریش

همچو صیادی که گیرد سایه‌ای
سایه کی گردد ورا سرمایه‌ای

سایهٔ مرغی گرفته مرد سخت
مرغ حیران گشته بر شاخ درخت

کین مُدَمَّغ[۱۱] بر کی می‌خندد عجب
اینت باطل اینت پوسیده سبب

ور تو گویی جزو پیوستهٔ کل است
خار می‌خور خار مقرون گل است

جز ز یک رو نیست پیوسته به کل
ورنه خود باطل بدی بَعث[۱۲] رُسُل[۱۳]

چون رسولان از پی پیوستن اند
پس چه پیوندندشان چون یک تن اند

(۱) حراک: حرکت، جنبش

(۲) آذر: آتش

(۳) تلابیدن: تراویدن، تراوش کردن

(۴) زَه: زاییدن

(۵) قابله: ماما

(۶) ظِل: سایه

(۷) سخته: ساخته شده، سنجیده، محدود

(۸) خَستو: معترف، اقرارکننده

(۹) بیگار: کار بی مزد و اجرت

(۱۰) بُرنا: جوان

(۱۱) مُدَمَّغ: کسی که به مغزش آسیب رسیده باشد.

(۱۲) بَعث: بعثت، برانگیختن

(۱۳) رُسُل: پیامبران، جمع رسول

بخش اول

چو نماز شام هر کس بنهد چراغ و خوانی
منم و خیال یاری، غم و نوحه و فغانی
مولوی، دیوان شمس، غزل شمارهٔ ۲۸۳۹
برنامه شماره ۶۰۹
بخش اول
پرویز شهبازی
گنج حضور

با سلام و احوالپرسی، برنامه گنج حضور امروز را با غزل شماره ۲۸۳۱ از دیوان شمس مولانا شروع میکنم.

»» چو نماز شام هر کس بنهد چراغ و خوانی ** منم و خیال یاری، غم و نوحه و فغانی ««

نماز شام یعنی موقع غروب، وقتی هوا شروع به تاریک شدن می‌کنه. مولانا به صورت نمادگونه صحبت می‌کنه. میگه همانطور که موقع غروب وقتی هوا تاریک میشه، هر کسی یه چراغی روشن میکنه و سفره‌ای پهن میکنه و این عادتِ تقریباً همیشگی روستاییان بوده یا شهرهای کوچک که شاید با چراغ نفتی کار میکردن. سفره را باز میکردن و چراغ را وسطش میذاشتن. پس از نماز شروع به خوردن غذا میکردن؛ این صحنه را شما تجسم کنید. بگین ما از جنس هشیاری هستیم و هشیاری خداییته و از جنس خدا است. همینکه وارد این جهان میشه، در واقع وارد ذهن میشه و ذهن، جهان هم‌هویت‌شدگی است و هم‌هویت‌شدگی، فضای تاریکیه.

بنابراین، مولانا به صورت نمادگونه میگه که هر کسی وارد این جهان میشه، یک چراغی روشن میکنه که چراغ ذهنشه؛ چراغ هشیاری جسمیه و سفره‌ای پهن میکنه که سفره ذهنش است. شاید هر کدام از ما در حالت فعلی یا تعدادی از ما در این حالت باشیم. یک شمعی روشن کردیم. آفتاب نیست، چون تاریک است. تاریکی هم از آنجاست که همینکه هشیاری وارد این جهان میشه، عجین میشه و میچسبه به مفهوم چیزهای این جهانی که در ذهنمان است و تاریک میشه. مولانا میخواد بگه که این جهان جای بیداری این هشیاری هست که داره میره جلو بچسبه به چیزها و جای بیدار ماندن؛ هشیاری میره به جهان از طریق ذهن و برمیگرده و موقعی که در جهان هست یه چراغی روشن میکنه که همین هشیاری جسمی ذهنی است. سفره‌اش هم سفره ذهن است.

شما بفرمایید که همچو چراغی دارین الان؟ فقط ذهنتون روشنه که روشنایی اون شبیه روشنایی شمع در برابر خورشید وجودتان هست که میگه این خیال یار است. چی میبینید در سفره؟ این سمبلیسم بسیار زیبا و قابل فهم است برای ما. چرا که شما تجسم کنید یه خانه روستایی، شب شده و یه سفره پهن کردن (حالا نون و پنیر و هر چی هست) و یه چراغ هم روشن کردن؛ یه شخصی میخواد نمازشو بخونه ولی در نمازش حضور نداره. حواسش به چیزهاییه که روی سفره است، به خوردن. ممکنه بترسه که دیگران یه موقعی زود برسن بخورن، منم باید بخورم. آیا شما همچو حالتی دارین؟ یه چراغ روشنایی شمع ذهن که بسیار ضعیفه، سفره این دنیا ولی دارین عبادت میکنین.

حالا، صحبت نماز است. علی‌الاصول انسان وقتی به صورت هشیاری میاد به این جهان، لازمه که بچسبه به چیزها ولی باید هر چه زودتر از خواب چیزهای این عالم بیدار بشه و روی خودش زنده بشه و این زنده شدن به خیال یار است. اینجا اسمش خیال یار است. خیال یار یعنی خود یار، یعنی هشیاری حضور. اگر انسان به هشیاری حضور زنده بشه، پس از اینکه به خواب چیزها رفت و از خواب چیزها بیدار بشه و بیدار بمونه، این

بیداری عین نماز است. برای اینکه خدا در شما همیشه به خودش زنده است و از اون فضا شما فکر میکنید و عمل میکنید و اوست که عمل میکنه، فکر میکنه و برکتشو به این جهان میزیزه، عشقشو به این جهان میزیزه یا به فکرها میریزه و باردار میکنه یا فکرهارو خلاق میکنه و در این حالت سفره مهم نیست؛ سفره این دنیا. مهم این است که شما به خیال یار زنده‌اید یا نه؟

پس شما به خودتون نگاه کنید و جواب بدین که آیا من به روشنایی جسمی قانعم و به سفره دنیا نگاه میکنم و فکر میکنم که به حضور زنده‌ام، ولی همش هشیاری جسمی دارم. حواسم به غذاهای این سفره است. از غذای این سفره میخوام بخورم در حالی که من خداییتم. باید از اونور غذا بگیرم، غذای من نور هست، غذای من عشقه، غذای من لطافته و خرد است. ولی چون من به سفره این جهان نگاه میکنم، میترسم کم برسه. از چیزهایی که در سفره هست، تایید و توجه و پوله که ما با اینا هم‌هویتیم.

گرچه که وضعیت فعلی انسان را مولانا در مصرع اول بیان میکنه، چو نماز شام هر کس، همینکه تاریک میشه، هرکسی سفره‌ای پهن میکنه و چراغی وسطش میذاره و شروع میکنه به نماز خوندن در حالی که حواسش به چیزهای سفره است (خوان یعنی سفره). البته همه انسانها باید اونجا برسن و هر چه زودتر هم باید به اونجا برسن. اما منم و خیال یاری؛ من هستم و خیال یار؛ یعنی من حواسم فقط به خیال یاره. یار در اینجا رمز خداست، زندگیه. در واقع هر کسی که تو ذهنشه و داره این حرفو میشنوه، باید بدونه که هر چه زودتر باید برگرده و به این هشیاری حضور، به خیال یار زنده بشه. خیال یار از چه جنسی است؟ بارها گفتیم از جنس بی‌نهایت است.

پس معلوم میشه وقتی منم و خیال یاری یعنی من مستهلک شدم در خیال یار. منم بی‌نهایتم. من میفهمم کی هستم. منم و خیال یاری. این خیال یار ابدیت هم است. ابدیت یعنی در حالی که ما الان در ذهن به سر می‌بریم و ذهن مثل زهدان هست، مثل یه رحم، رحم دوم ماست. امروز هم در قصه مثنوی خواهیم خوند که ما به تدریج از این رحم دنیا باید زاییده بشیم. شما که میشنوین یادتون میفته که من چیکار دارم میکنم. من هم از این سفره میخورم، این سفره غذاهایی داره که نیازهای روانشناختی من هست. وقتی من رفتم به جهان، یه تصویر ذهنی ساختم که فکر کردم اون هستم و این من ذهنی است و من ذهنی نیازهای روانشناختی داره.

امروز مولانا در همین سه بیت اول میگه که این تصویر ذهنی که از نگاه به سفره این دنیا و بسنده کردن به نور شمع هشیاری جسمی ذهنیه، این پر از هیجانات منفی است، مثل ترس، خشم و مثل حواس‌پرتی و نهایتش ناخوشبختیه. برای اینکه در مصرع دوم میگه که تا خیال یار در شما به شما زنده نشه، شما روی خوشبختی نمیبینید. منم و خیال یاری، غم و نوحه و فغانی. همه حواسم اگر الان در ذهن هستم اینه که از

ذهن بیدار شم، پس باید هویتم را از جهان بکنم و اگر این کار با غم و نوحه همراه باشه، یعنی با درد هشیارانه همراه باشه، بعداً فغان عشقه؛ بعداً اظهار عشق و خرد هست.

پس در مورد این بیت مولانا میشه یه کتاب نوشت. آیا شما پیغام مولانارو گرفته‌اید که اگر هم به سفره دنیا نگاه میکنید و شمع هشیاری جسمیتون روشن است. ولی میدونین که این غصه‌ها و غمها شمارو رها نمیکنه و هشیاری شما جسمیه و شما باید مسئولیت هشیاریتون رو برعهده بگیرین. بگین که این هشیاری جسمی که مرکز منه دائما ترس ایجاد میکنه، دائما اضطراب ایجاد میکنه، نگرانی ایجاد میکنه. چرا؟ میترسم این سفره‌ای که الان در این غروب پهن شده، تاریکیه، ذهنه. غروب از اونجا اومد که ما روشنایی بودیم، آفتاب بودیم، رفتیم به ذهن. بارها گفتیم که این کار لازم است. یعنی هشیاری که آفتابه، یعنی ما آفتابیم، نور میتونیم بندازیم، دائما از جنس خدا هستیم و خدا دائما بخشنده است. منتها ما ردش میکنیم.

امروز مولانا میگه: ز قضا رسد هماره به من و تو امتحانی. میخواد بگه که اون برکاتی که اون میفرسته، شما میتونین با موازی شدن با اون بگیرین. میتونین بذارین که او در شما نماز بخونه یا من ذهنیتون نماز میخونه؟ آیا حضوری در این نماز هست؟ نماز اونطوری که مولانا میگه به معنی اینکه شما دائما به هشیاری خدایی زنده بشین و هر کاری که دارین رو اون انجام بده، دائمی است. در مثنوی دفتر ششم میگه که: پنج وقت آمد نماز و رهنمون * عاشقان را فی‌الصلاه دائمون. یعنی عاشقان در نماز دائمی هستند، اما مردم پنج وقت نماز میخونن.

پس الان اگر هم در ذهن هستیم، به خودمون نگاه میکنیم و میگیم که ما باید به خیال یار زنده بشیم، ما باید عمق خیال یار را پیدا کنیم، ما باید وسعت خیال یار را پیدا کنیم. این هشیاری جسمی از ما از بین بره. وقتی هشیاری جسمی از بین بره، مقاومت ما در مقابل اتفاق این لحظه از بین میره. اتفاق این لحظه اهمیتش رو برای ما از دست میده. اتفاق این لحظه چیزی نیست که ما بگیریم ازش زندگی بخواهیم. برای اینکه زندگی در عمل و این لحظه درین خیال یار است. خیال یار فضای یکتایی است. خیال یار وسیع است و اتفاق در اون میفتد. امروز دوباره تکرار خواهیم کرد که در این لحظه، اتفاق این لحظه را به جای خیال یار گرفتن و از اتفاق این لحظه یا اتفاقات آینده زندگی خواستن غلط است.

ما باید یاد بگیریم که از ساخته دست خودمون زندگی نخوایم. ما به صورت اون آفتاب، به صورت اون هشیاری در رحم مادرمون اول سر درمیاریم. اگر فیلم ساخته شدن جسم انسان رو در شکم مادر ببینیم، سریع این هشیاری بدن مارو میسازه. این هم بسیار محیر الوقوع است؛ یعنی ما نمیتونیم تصور کنیم که هشیاری جسمی یا یه چیزی در این جهان همچین کاری رو میتونه انجام بده. در عرض نه ماه بدن را کامل میکنه. بعد از اون یه رحم دیگه‌ای میسازه و میره میچسبه به چیزهای فکری در ذهن و میره اون تو. هشیاریه که اون جسمو میسازه. ما هستیم. هشیاری ما هستیم. اونو میسازه، بعد من ذهنی رو میسازه، بعد

میره اون تو. اونجا میرسه مثل میوه، مولانا میگه. بعد خودش خودشو بیدار میکنه، اگر ما اجازه بدیم. اگر ما به سفره نگاه نکنیم. بعد وقتی بیدار کرد میکشه عقب و روی خودش قائم میشه. پس از اون زندگی میخواد عشقشو، برکاتشو که قابل تعریف هم نیستن به این جهان پخش کنه. ما هم وظیفه‌مون اینه و مسئولیتمون اینه. این فغان و این نوحه، فغان عشق است. پس از یکی شدن با زندگی، مجدد هشیارانه. حالا میگه:

»» چو وضو ز اشک سازم، بود آتشین نمازم ** در مسجدم بسوزد، چو بدو رسد اذانی ««

خب، شب است و سفره را پهن کرده‌اند. چراغ رو روشن کردن و باید نماز بخونیم. ولی الان چجوری میخوای وضو بگیری؟ در ضمن وضو شستشویی است که مسلمانان قبل از نماز انجام میدن. (برای اونایی که اینارو نمیدونن. خیلیا که به برنامه گوش میدن نمیدونن وضو چیه، نماز چیه، رکوع چیه.) چو وضو ز اشک سازم، میگه دو جور میشه وضو گرفت: یکی با آب بیرون که در اینجا معادل آبی است که از جهان میاد. وضو معناش این است که شما میخواین پاک بشین، از چی؟ از من ذهنی. آیا صرفاً دست و صورت و اینارو شستن کافی است؟ نه کافی نیست. وضو ز اشک ساختن یعنی با آبی که در اثر تسلیم و موازی شدن با زندگی از اون ور میاد و جاری میشه، شما کل چرک من ذهنی و دردهارو بشورید. در این حالت یه لطافت عشقی به شما دست میده و این گریه کردن معادل لطیف شدن است.

گریه کردن یعنی اینکه دل عدم شما که یار شده، خودشو داره از شما بیان میکنه و اینو مولانا به صورت گریه کردن و اشک بیان میکنه. چون اشک از نظر قدما به دل مربوط است. نه گریه برای اینکه ضرر کردم یا یکی فوت شد. این گریه، گریه شوق است. اگر یه نفر حقیقتاً و عملاً گریه هم بکند، اشکالی ندارد. بعضی از صحنه‌های زندگی که عشقی و لطیف است، مارو به گریه وامیداره. عرفا از این تمثیل استفاده میکنن. وقتی شما یک عمل فداکارانه عشقی میبینید، فوراً گریتون میگیره. این نشان میده که شما لطیف شده‌اید. پس شما در اون موقع وضو ز اشک میسازین. از آب حیات میسازین. شما اگر مدتی موازی با زندگی بشین؛ یعنی با اتفاق این لحظه آشتی کنید و این لحظه را بشناسید؛ در زمان نباشید، در گذشته و آینده. در این لحظه یه عمقی پیدا کنید؛ خواهید دید که در لحظاتی یا حتی چندین دقیقه شما فکر من‌دار نمیکنید. تمام ذهن شما خالیه و در اختیار زندگی قرار میگیره.

چو وضو زاشک سازم، بود آتشین نمازم؛ نماز من چطور میشه؟ نماز من عشقی میشه؛ نمازم آتشین میشه. این آتشین شدن نماز معادل این است که من هم شناسنده میشم و هم پر از عشق. عشق، حقیقتاً حس یکتاییه با خدا و پخش هر چه از اون ور میاد و همیشه این برکت زنده‌کننده است و سوزاننده ناهماهنگی‌هاست و شفادهنده دردهاست. شما این دردهاتون رو که میگین کینه و رنجش دارم، چطوری میتونید شفا بدین؟ فقط به این ترتیب که لطیف بشین. هر موقع شما موازی بشین با زندگی در این لحظه؛

یعنی اتفاق این لحظه رو مهم ندونین و از اتفاق چیزی نخواین، این آب زندگانی از شما رد میشه و شمارو خواهد شست. حتی الان بکشین عقب و ناظر فکراتون باشین و این کار رو مدتی ادامه بدین، از اون حالت نظارت شما که چسبیده به فکر و درد نیست، آفتاب شما اون برکات را میندازه به دردهاتون.

پس هم شناسایی داره توش، هم یک برکت شفابخش و این است که انسانهارو زنده میکنه. انسانهارو از چسبیدن به چیزها و زندگی خواستن از اونا بیدار میکنه. چرا مردم بیدار نمیشن؟ برای اینکه هشیاری جسمی دارن و غیر از جسم چیز دیگه‌ای نمیشناسن و از چیزها و اتفاقات و اون سفره زندگی میخوان و چیز دیگه‌ای نمیشناسن. در مسجد من میسوزد: الان بیشتر مردم در مسجد ذهن نماز میخونن. در مسجد ذهن نماز خوندن قبول نیست، برای اینکه در زمان است. انسان در گذشته و آینده است. یعنی نمیتونه حاضر و ناظر باشه در مقابل خدا.

در واقع، نماز اونطوری که اینجا صحبت میشه و حالت خاصش همین نماز خوندنه که عملاً روزی پنج وقت هست، ولی مولانا داره اونو تعمیم میده که شما همیشه باید در حال نماز باشید؛ یعنی همیشه باید وصل باشید. هیچ اتفاقی نباید شمارو دربیاره از این فضا و بفرسته به زمان در حالیکه ما همیشه در زمان هستیم، وقتی هوشیاری جسمی داریم. میشه شما واقعا نماز بخونین و حضور شما چنان قوی باشه که تو نماز درباره چیزی فکر نکنید که وقتی تموم شد چیکار میخوام بکنم! فردا میخوام چیکار کنم. پنج دقیقه دیگه چیکار کنم. الان دارم نماز میخونم همسرم کجاست و بچه‌هام چیکار میکنن. چی بگم به اونها؟ فردا به مدیرم چی بگم.

پس میگه در این مسجد میسوزه؛ در مسجد بسوزه، راه به فضای یکتایی باز میشه. مردم در این لحظه توانایی انتخاب دارن، یا برن مسجد ذهن یا برن فضای یکتایی. شما کدومو میپسندین؟ ولی با من نمیتونین وارد فضای یکتایی بشین. اگر در زمان باشین، نمیشه. ممکنه بپرسین چیکار کنم؟ هیچ کس نمیدونه چیکار کنین؛ فقط همین کار رو باید بکنین. مولانا میگه که شما با ترتیباتی که ذهن میده و در زمان میذاره، نمیتونید به حضور زنده بشین. بوسیله من ذهنی که یک قسمتش دردهاست، به دردهاش چسبیده و یک اتحاد شومی بین قسمت درد من ذهنی با خود من ذهنی است. یعنی هم‌هویت‌شدگی با باورها و فکرها، یعنی چسبیدن به فکرها من ذهنی رو بوجود میاره. این کار سبب درد میشه. با درد هم هم‌هویت میشیم. دردهای کهنه ما بسیار کمک میکنن به من ذهنی. من ذهنی دردشو رها نمیکنه. مگر شما متوجه بشین که نه تنها من باید هم‌هویت شدگی با باورهارو بِکَنم، بلکه دردهامم باید بندازم.

شما از خودتون بپرسین، دردها اگر بیفتن، چی میشه؟ شما آزاد میشین. درد چیزی نیست که شما احتیاج دارین. ولی درد، من هست، درد یه معنای دیگش هم خواستن تغییر شکل یافته است. خواستن رو میدونیم چی هست ولی رنجش خواستن تغییر شکل یافته است. من از یکی چیزی میخوام نمیده اونو، میرنجم. اون

رنجش در من میمونه؛ بعداً اون درد بالا میاد. این درد از اولش خواستن بوده. تغییر شکل داده به این صورت. بعد از این رنجش میاد، کینه میاد، میشینه در سر من و فکرهای منفی میکنم. چیکار کنم؟ گاه و بیگاه این دردها میاد بالا و میشینه در سر من و من فکرهای منفی میکنم. فکرای منفی سبب میشه که من هم‌هویت‌شدگیارو نبینم. چون هشیاری میاد پایین. پس میبینید که من ذهنی که اولش از هم‌هویت‌شدگی با باورها درست شده، بعداً یه یار شومی پیدا کرده و اون درد ماست. حالا شما درد رو با خودتون حمل میکنید، نمیتونید به خدا زنده بشین. شما باید وضو از اشک بسازین. نمازتون آتشین بشه، عشقین بشه. هر کسی میتونه در این لحظه این کارو بکنه. در مسجد ذهن بسوزه، خود مسجد ذهن بسوزه تا در دلتون خیال یار زنده بشه. خیال یار که به وسعت بی‌نهایت است، مسجد شماست.

چو بدو رسد اذانی: یعنی وقتی من صدای اذان رو بشنوم، چی میشه؟ الله اکبر میشه، خدا از هر چیزی که تو بتونی در ذهنت تجسم کنی، بزرگتر است (یه معنیش اینه). پس معلوم میشه که خدا در ذهن شما جا نمیشه. در نتیجه با آتشی که از اون ور میاد و با بینشی که از اون ور میاد میسوزه. یعنی درد شما شفا پیدا میکنه؛ از درد شما زندگی آزاد میشه. فقط با این بینش که من هر چی رو که فکر میکنم خداست، خدا از اون بزرگتر است. خدا در فکر نمیگنجه. اون چیزی که من در ذهنم ساختم، اون بت است.

بدو رسد اذانی یعنی در واقع وقتی صدای اذان به گوش کسی میرسه، باید عملاً بی‌نهایت شده باشه. بی‌نهایت بشه، اون ذهن که ابزار هست میفته کنار. ولی اگر من ذهنی داره حرف میزنه، یعنی داره نماز میخونه و آشکارا من در زمان هستم و دارم نماز میخوانم؛ یا فرض کنید که من زندگی میکنم ولی هیچگونه زنده شدنی در من به خیال یار نیست. من همیشه در زمان هستم؛ همیشه من ذهنیم بمن میگه که چیکار باید کنم. نه از اون ور خرد میاد، نه آب زندگی میاد، نه زندگی میاد و حواس من به دنیاست و نگاهم نیز به دنیا است. الان درست همون حرف رو میزنه:

»» رخ قبله‌ام کجا شد؟ که نماز من قضا شد ** ز قضا رسد هماره، به من و تو امتحانی ««

میگه من به کدوم ور نماز خوندم و نمازم قبول نشد و قضا شد. قضا شدن نماز یعنی نماز در وقت شرعی‌اش خوانده نشود. امروز راجع به این موضوع صحبت خواهیم کرد. گاهی اوقات مولانا با لفظ مرغ بی‌هنگام از این موضوع یاد میکنه؛ خروس بی‌محل. خروس صبح باید آواز بخونه، وقتی ظهر و عصر و اینا میخونه، میگه سر اینو باید برید و تمثیل میزنه که این همین من ذهنیه که در زمان است؛ خروس در واقع (یا مرغ بی‌محل و بی‌هنگام) هشیاری است که رفته به زمان و به جدایی افتاده. حالا یا ادعا میکنه که وصله یا نه همینطوری در زمان با من ذهنی یه سری کارارو میکنه و فکر میکنه که این وصاله و این کارها خدایی است. دستورات من ذهنی و دیو رو اجرا میکنه و فکر میکنه که اینا از طرف خدا میاد.

الان داره سوال میکنه؟ میگه رخ قبله‌ام کجا شد؟ یعنی جهت قبله‌ی من کدوم ور بوده که نماز درست و حسابی نبود. معلمومه که به دنیا بوده. وقتی شما در زمان هستی، وقتی در این لحظه حاضر نیستید، ناظر نیستین، وقتی بی‌من نیستین، وقتی درد دارین، وقتی خشمگینین، وقتی حسودین و به فکر بدی برای مردم هستین. وقتی مسئولیت هشیاریتون را در این لحظه بر عهده نمیگیرین، وقتی اصلاً مسئولیت قبول نمیکنین. وقتی نمیپذیرین که این انرژی بد رو به جهان میفرستم از طریق هشیاری جسمی و با فعال کردن دردها و درد به من برمیگردد. اون چیزی که در مردم میبینم، در خود من است؛ اینارو نمیدونید و فکر میکنید که با نگه داشتن این سیستم که همیشه چشمش به سفره است. اون سفره دنیاست (در بیت اول). آیا نماز شما قضا شده است؟ آیا شما این مسئولیت را میپذیرین که هر چی نماز خوندین تا حالا من ذهنی خونده، درد خونده، جدایی خونده، اعتراض و خشم خونده.

ز قضا رسد هماره (یعنی همواره). لحظه به لحظه هر لحظه. این قضا خداست، فرمان الهیست (قضای دوم) یعنی خدا هر لحظه شمارو امتحان میکنه. شمارو امتحان نمیکنه، خودش را امتحان میکنه. ما از جنس خودش هستیم. منتها یک مزیت داریم که از اون مزیت و استعداد درست استفاده نمی‌کنیم و اون قدرت انتخاب است؛ که به انسان داده شده و انسان گرامی داشته شده و انسان اصلاً خودش است. هیچ کس مثل انسان گرامی و عزیز و نزدیک به خدا نیست. اصلا خودشه، میگه من خودم میخوام بیام به جهان یک فرآیندی دارم، یه جریان هم‌هویت‌شدگی دارم، این خیلی خلاصست، شبیه نه ماه حاملگی در شکم مادر. خودم، خودم رو بیدار میکنم. تو این همه داد و بیداد نکن. این همه شکایت نکن. این همه به جدایی فکر نکن. تو من هستی و من تو هستم. این همه خدای ذهنی درست نکن. به من ذهنی توجه نکن، این تو نیستی.

این من ذهنی خدای ذهنی منعکس میکنه و از اون چیزهارو میخواد و شکایت میکنه و اون خدا تنبیه میکنه. در حالیکه خدا هر لحظه امتحان میکنه که ببینه شما پذیرا هستی مهرشو، عشقشو، خردشو. شما پذیرا هستی که با او یکی بشی یا این خواستن و این درد و این کنترل و مخصوصاً از بین دردها، ترس شمارو چنان گرفته که نمیتونید این بافت رو رها کنین. این بافت باید متلاشی بشه. بافت، سیستم ذهن است. من ذهنی یه سیستم داره، یه اوتونومی داره؛ میتونه خودش خودشو اداره کنه. از روی توقع، شکایت، رنجیدن، خشمگین شدن کار خودشو پیش میبره. یعنی این بافتی که بنظر میاد من اون هستم، به این سادگی نیست. در ضمن شما باید روی این موضوع وقت بذارین. ما یه بعد معنوی داریم، بعد معنوی چیه؟ همیشه اینو خوندیم. چهار بعد ما روی مولانا میگه مثل کاه است. این جسم ما روی یه آب است. روی یه فضاست. مثل کره زمین که در فضاست. جسم ما هم چهار بعدش، فکرهای ما، هیجانات ما، جسم ما و این جان حیوانی ما در اینه، تو این فضاست. حالا این تو یه چیزی گیر افتاده. هر چقدر هم اعتراض بکنه، مقاومت بکنه، ستیزه

بکنه و در اونجا به چیزهای آفل بچسبه و بترسه و جسم ببینه و این لحظه رو که همون فضاست، جسم ببینه، بدتر گیر میفته.

من ذهنی زندگی رو در عکس‌العمل نشان دادن میبینه، در واکنش نشان دادن، واکنش‌گرایی. واکنش نشانگر اعتیاد به جهان است. واکنش‌گرایی اعتیاد به واکنش است. یه عده‌ای فکر میکنن هر چه بیشتر واکنش نشان بدن، بیشتر زنده هستن و زنده‌ترن؛ اینطوری نیست. هر چه بیشتر واکنش نشان بدین، گیج‌تر میشین. دردهاتون بیشتر میشه؛ هشیاری میاد پایین؛ هشیاری حضور. تشخیص ضعیف میشه. فرض کنید کسی پر از رنجش، خشم و کینه و واکنش باشه، هشیاریش چقدر میاد پایین! تشخیص نمیتونه بده و گیج میشه. تو پیچ و تاب دردها و فکرها گیج میشه.

برای رهایی از این مخمصه باید وقت بگذارید. شما باید روزی حداقل یه ساعت، یه ساعت و نیم یا مولانا بخونین یا به گنج حضور گوش بدین. روی چهار بعد کار کنین. بعد فیزیکی به ما کمک میکنه. ورزش کنید تا حالتون خوب بشه. با فکر کردن و با خشمگین شدن نمیشه مسائل رو حل کرد. ورزش کنید تا بدن سالم باشه. بعد فیزیکی ماست. بعد فیزیکی سالم بشه، روی بعد ذهنی اثر میگذاره. ما فکرامون اون موقع مثبت‌تر میشه. این دوتا باعث میشه که ما به جای خشم که مال ذهنه از لطافت خودمون استفاده کنیم. جانمون بیشتر میشه. یواش یواش این بافت نرمتر میشه. این مارو سفت گرفته. تو یه عقده و گره گیر افتادیم. یواش یواش این باز میشه. ما انعطاف‌پذیر میشیم. ما نرم میشیم. ما به مردم توجه میکنیم. به اونا هم حق میدیم. فقط حق با ما نیست. به سهم خودمون توجه میکنیم که چقدر به خانواده درد تزریق میکنیم. چقدر زیر نام عشق ما مردمو اذیت میکنیم. اسمشو عشق میذاریم. به اینا توجه میکنیم.

میگه ز قضا رسد هماره؛ لحظه به لحظه به من و تو امتحان میرسه. امتحان میکنه زندگی مارو. وقتی این لحظه میاد، شما حاضرین که تسلیم بشین. این لحظه امتحان میکنه؛ امتحان اینه: حاضری که از اتفاقات این لحظه و گذشته و آینده که میخواد بیفته زندگی نخوای؟ حاضری با اتفاق این لحظه آشتی کنی؟ حاضری اتفاق این لحظه را بی‌قید و شرط بپذیری؟ حاضری این برکتی که من به تو میگم بپذیری و از این انرژی و این احساس که از اعماق وجودتون میاد، استفاده کنی؟ از این آرامش استفاده کنی، نه آرامشی که زیاد شدن پولت به تو میده. زیاد شدن دوستات به تو میده؛ بزرگ شدن خونت به تو میده؛ خدا میگه (امتحانش اینه) تو بیا به من زنده بشو که عمق بی‌نهایت داشته باشی. نیا قد بکشی و مقایسه کنی خودتو با مردم؛ به خاطر پولت یا مقامت قد من ذهنیت بلندتر از اونا باشه و این توهم هست. این من که الان ایستاده، در غزل داریم رکوع یعنی خم میشه این؟ بله خم میشه. خم میشه اگر شما هشیار باشین. اگر هم قدی داره بر اساس من ذهنی، روی چیزهایی ایستاده که در حال ریزش هستن. اینو شما باید ببینید. ببینید، خودتون متوجه میشین که من روی چی وایسادم. اینایی که وایسادم داره میپوسه. به نظرم میاد که من قدم خیلی بلند است. ذهن من اینطوری نشون میده.

بخش دوم

تا نگیرد مادران را درد زه
طفل در زادن نیابد هیچ ره
مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۵۱۸
برنامه شماره ۶۰۹
بخش دوم
پرویز شهبازی
گنج حضور

اجازه بدین برای اینکه غزل را بهتر بفهمیم، ابیاتی از مثنوی و مطلب کوتاهی هم از فردوسی براتون خواهم خواند. خود این ابیات مثنوی بسیار بسیار بیدار کننده است. اگر تازه شروع کردین به گوش کردن به این برنامه، مطمئن باشین که پس از مثلاً بیست جلسه، ادبیات این ابیات ساده‌تر میشه، چون مرتب تکرار میشن این واژه‌ها. یه مدتی صبر داشته باشین و به این کار ادامه بدین. سرخورده نشین که ادبیاتش سخته یا اولش ما متوجه نیستیم؛ بخواهیم که ساده‌تر از این گفته بشه. همانطوری که عرض کردم، یه عده‌ای موضوع رها شدن از من ذهنی رو بسیار ساده میگیرن. ما مدتها زحمت کشیدیم که یه من ذهنی دردناک درست کنیم. یه مدتی باید صبر کنید؛ اول باید ذهناً بفهمید و بدونید که جریان چیه و بعد از اون عمل کنید. این را بدانید که من ذهنی مرتب شمارو از این کار باز خواهد داشت.

اگر شما ترس دارین و اشخاص رو کنترل میکنید، همین یک خاصیت زندگی شمارو بر باد خواهد داد. شما نمیتونید حس خوشبختی کنید و زندگی دیگران را هم تلخ میکنید. می‌آرزه که بعد معنویتون رو تقویت کنید. می‌آرزه هم غلط است، اصلاً راه ما همینه. برای همین اومدیم که پس از یه مدتی که در ذهن یا سر این سفره پهن شده ما مینشینم، به خاطر دردهایی که ایجاد میشه ما برگردیم؛ امکان داره به شرطی که شما مطابق قانون جبران وقت بگذارید و زحمت بکشید. ما در جوامعی بزرگ شده‌ایم که اصل بر رقابت است، اصل بر داشتن است، اصل بر من ذهنی و قد کشیدن اون هست. این کار دردناک است.

من ذهنی در یک خانواده یا جامعه عشقی یا معنوی حتی باید در حداکثر هشت - نه سالگی تمام بشه. از اون به بعد انسان به معنویتش زنده بشه. همچون اتفاقی نمیفته؛ همچون چیزی را فعلاً در دانشگاه‌ها و مدارس درس نمیدن. شاید صد سال دیگه اقلامی که در دانشگاهها و مدارس درس میدن، عوض بشه و بشر متوجه بشه که بعد معنوی مهمه. از مطالعه فیزیک و شیمی و ریاضیات این چیزها بدست نمیاد. بلکه از درد و ناامیدی و سرخوردگی در زندگی شخصی و خانوادگی که چرا من مزه زندگی را نمیتونم بچشم، در حالی که از نظر مادی همه چی دارم و جواب دادن به این سوال و یک جستجوی هشیارانه و مسئولانه انسان رو به بعد معنوی میکشونه. متوجه میشه که خودشه که به خاطر داشتن یه سیستم من ذهنی در دلش این اوضاع رو ایجاد میکنه.

تا زمانی که این من ذهنی در دلشه و خدا در دلش نیست یا اون خیال یار در دلش نیست به وسعت بی‌نهایت، این خاصیت ادامه داره. شما نمیتونید ترس رو کنار بذارید؛ نمیتونید کنترل نکنید؛ شما نمیتونید دردمند نباشین؛ نمیتونید حسود نباشین مگر این دل مادی را بکنین بندازین دور. خودتون هم نمیتونین بکنین. برای اینکه من ذهنی خودش خودشو از بین نمیبره. این فضای درد ما وقتی شدید میشه، میسابه من ذهنی رو. ولی دکترها نمیذارن، ما فورا میریم دکتر. میگیم حالم خوب نیست. به ما قرص میده. اگر قرص هم نده، مشروب الکی هست، مواد مخدر هست، اینا نمیذارن. یعنی مشروبات الکی و مواد مخدر و قرص دکترها نمیذارن. یعنی اوناهم کمک میکنن. بهتر از اینه که حالا شما اینطوری که شب خوابتون نمیبره،

همرو هم آزرده کردین، حالا اینو بخورین، یه شش ساعت بی‌هوش بشین. بعدش هم هیچی. اینا دوای درد نیست. شما باید روی بعد معنویتان وقت بگذارید. اینطور نیست که شما دکتر هستین و برین هشت ساعت کار کنین و پول دربیارین، وقتی میاین به گوش کردن گنج حضور یا مطالعه کتاب معنوی یا تمرکز روی خودتون، برین بجاش سریال تماشا کنید. حالا هفته‌ای نیم ساعت کافیه! کافی نیست. کما اینکه هفته‌ای نیم یا یک ساعت ورزش برای بدن کافی نیست.

»» تا نگیرد مادران را درد زه ** طفل در زادن نیابد هیچ ره ««

میگه ما هم حامله هستیم. در من ذهنی، هشیاری ایزدی جذب شده. این باید یواش یواش خودشو بشناسه و زاییده بشه. تا مادران دلشون درد نگیره، درد زایمان نگیرن، طفل شروع نمیکنه به زاییده شدن. پس این دردهای شما هر چی هست، درد زایمان است. اگر شما درد دارین، زایمان شروع شده. مولانا میگه حرفهای من مثل قابله است. یکبار دیگه میگیم: خداییت رفته سر اون سفره نشسته، جذب ذهن شده، شروع کرده به جهان نگاه کردن و از چیزهای این جهانی اشتباهاً زندگی میخواد، یه تصویر ذهنی رو که اسمش من ذهنیه زنده نگه میداره. قسمت عمدش درد است، دردها شکلهای مختلف خواستن هستند. ما حامله هستیم. این هشیاری باید از اینجا بیرون کشیده بشه. تا شما آگاه نشین و خودتون به خودتون کمک نکنید، نمیشه شمارو زائوند. اصل شما، خداییت شما باید از این هم‌هویت شدگی زاده بشه. داره همینو میگه.

»» این امانت در دل و دل حامله‌ست ** این نصیحت‌ها مثال قابله‌ست ««

این امانت، عشق است؛ امانت، هشیاری است. امانت شما هستین که جذب جهان شدین. این من ذهنی که شده دل ما، درسته که من ذهنی مادی هست، ولی خود شما به عنوان هشیاری اون تو هستین. دل ما حاملست. این نصیحتها، این صحبتها که ما میکنیم در اینجا به نام گنج حضور، این هم ماماست. ما میخوایم شما بزائین. شما هم دردتون شروع شده وگرنه به این برنامه گوش نمیکردین.

»» قابله گوید که زن را درد نیست ** درد باید، درد کودک را رهی‌ست ««

قابله (ماما) به خانم حامله میگوید که درد نداری. البته همه ما درد داریم. دردهای ما بصورت غصه، استرس و نگرانی و هر چی که الان شما دارین به صورت کنترل، ترس. اینا درد زایمان است. ولی اینم تغییر شکل یافته، تغییر قیافه یافته درد خداست. یعنی یه منظوری داریم ما که تو هر کس گذاشته شده، توی همون هشیاریش که اون تا نره دوباره با خدا یکی بشه، مساله داریم ما. یعنی همیشه غصه خواهیم داشت و روی

زندگی را نخواهیم دید. زندگی ما برکت نخواهد داشت. مریض خواهیم شد. اشکال در زندگی ما بوجود خواهد آمد.

بنابراین شما اگر درد دارین الان، مثل غصه و اینا. این فکر رو بکنین، بگین این دردها اومده به من بگه که درد دیگه‌ای دارم و اون درد زنده شدن به زندگی است. من باید درد رو درست تشخیص بدم. اگر این دردرو درد بگیرم، ناله کنم که چرا من اینطوریم و نباید اینطوری میشدم، این نیست. یا اینکه با درد، درد بیشتری ایجاد کنید و روش اضافه کنید، این صحیح نیست. درد میتونه شفا پیدا کنه. شفا پیدا کردن از اونجا شروع میشه که شما اول مسئولیت هشیاری‌تون رو بر عهده بگیرید. بگین که من الان هشیاریم جسمیه. در این هشیاری جسمی، درد قاطی هست. من میبینم که هشیاریم خیلی پایینه. مثلاً وقتی اشکالی پیش میاد، همش یکی رو ملامت میکنم. مثل اینکه هیچ سهمی ندارم و اینا غلط است. حالا، شما درد دارین وگرنه به این برنامه گوش نمیکردین. ولی بدونین که درد شما زنده شدن به زندگی است. این درد یه منظور و قصدی داره. از شما میپرسم منظور شما از بودن در این جهان چیه؟ سر این سفره بشینید و از مردم تایید بگیرید؟ بگن پدر خوبی هستی؛ پدر بودن که تموم میشه، مادر بودن تمام میشه، معلم بودن تمام میشه، استاد بودن تمام میشه. ماما به خانم حامله میگه که درد داری؟ میگه نه ندارم. پس موقع اومدن بچه نیست.

»» آنکه او بی‌درد باشد، رهزنست ** زانکه بی‌دردی انا الحق گفتنست ««

اون کسی که درد نداشته باشه، معنیش این نیست که کسی زیر استرس نباشه. درد اینجا منظور است. یعنی اگر با این اشکالاتی که دارین، متوجه نیستین که باید به سوی برگردین، من چسبیدم به جهان، اینو متوجه نمیشین، شما رهزن هستید. مثلاً کسی دزدی کنه، اصلاً ندونه که دزدی میکنه؛ بگه مال مردم هم مثل مال منه دیگه؛ فرقی نمیکنه با هم میخوریم. رهزن خدا کسی است که راه خدا را میزنه. راه خدا را چجوری میزنن؟ زندگی را از اون ور میگیرن و تبدیل به درد و هم‌هویت‌شدگی میکنن. با عینک من ذهنی به جهان نگاه میکنن و از جهان تایید و توجه میخوان برای زندگی کردن. فکر میکنن برای زندگی کردن آدم باید خودشو با دیگران مقایسه کنه، توجه و تایید بگیره. این راه خدارو آدم میزنه. اصلاً ستیزه با اتفاق این لحظه، ستیزه با خداست.

ستیزه با اتفاق این لحظه یا مقاومت در مقابل اتفاق این لحظه که همه دارن، نشان این است که اونا بهتر میدونن. نشان این است که در غزل داریم که میگه تو پری از آب و آتش، نکنی خمش برادر. برادر، خواهر خاموش کن، یعنی ذهنتو خاموش کن. قضاوت نکن. برای اینکه از بد و خوب پر هستی. ذهن یه سیستم است که الگوهای بد و خوب داره. اتفاق میفته و اگه فایده داشته باشه میگیم خوبه و فایده نداشته باشه

میگیم بد است. ولی خدا با سیستم فکری ما کار نمیکنه. این خیلی ناقصه، این کوته‌بین است. این چیزهایی میبینه که اصلاً درست نیست.

شما اعتماد نکنید به من ذهنی. من ذهنی نیازهای روانشناختی داره. بدخواهی برای مردم چرا نیاز ماست؟ غیبت پشت سر مردم چرا نیاز ماست؟ چه فایده‌ای برای ما داره؟ هیچی. ولی برای من ذهنی نیاز است. خوشش میاد که مردم موفق نشن. یه اتفاق بدی براشون بیفته. چرا نفرین میکنیم ما که نفرین به ما برمیگرده. چون من ذهنی داریم. چرا برای همه عالم خوبی نمیخوایم؟ نمیتونیم بخوایم. برای اینکه این محدودیتیم. چرا دشمن داریم و برای دشمنانمان بد میخوایم؟ برای اینکه من ذهنی داریم و من ذهنی بر اساس دشمن کار میکنه.

خدا دشمن نداره و میخواد لطفشو به همه بیان کنه. گفت امتحان میکنه، هر لحظه که شما لطفشو قبول میکنی، خیلی سادست. خدا هر لحظه مارو که خودشیم، امتحان میکنه. میگه شعورش میرسه که من این لطف رو میدم، قبول کنه. ما با سیستم قضاوت و بد و خوب کردن این اتفاق رو هیچ موقع مناسب نمیدونیم. چرا؟ اشتباه اینجاست؟ اتفاق این لحظه رو ملاک میدونیم که به ما زندگی خواهد داد. اگر این لحظه که خیال یار است، این لحظه زندگیه، از ما پنهان بشه و به اون زنده نباشیم، هشیاری جسمی داشته باشیم، اتفاقشو میبینم. از اتفاق زندگی میخوام و اتفاق هیچ موقع زندگی نمیده. چون اتفاقات به ما زندگی ندادن، فکر میکنیم که بدشانس بودیم.

یکی از اتفاقات همین ازدواج بوده که از طرف مقابل زندگی میخوایم. در واقع من ذهنی ما از من ذهنی اون زندگی میخواد. من ذهنی اصلاً زندگی رو نمیشناسه. اون چیزی که به عنوان زندگی از او میخواد، اصلاً زندگی نیست. پس بنابراین همیشه ناراضی است، همیشه شکایت داره. هیچ موقع مسئولیت هشیاریشو بر عهده نمیگیره. برای اینکه اساساً هشیاری نداره. توهم است. خیلی اشکال داره این من ذهنی. نمیشه اینو جور کرد. آنکه او بی‌درد باشد، رهزنست؛ بی‌دردی اینه که من خدا هستم. الان داره میگه که انا الحق گفتن که من خدا هستم، فقط موقعی باید صورت بگیره که شما به خیال اون زنده شده بشین، عمق بی‌نهایت رو حقیقتاً حس کرده باشین.

»» آن انا بی‌وقت گفتن لعنت است ** آن انا در وقت گفتن رحمتست ««

این انا الحق گفتن یعنی بگیم من خدا هستم، موقعی بی‌وقته که هنوز در زمان هستیم. هنوز من ذهنی داریم و پر درد هستیم. چطور میگین که من به خدا زنده شدم؟ خود این سیستم فکری به علت اینکه جلوی خرد و عشق زندگی را گرفته، ایجاد مساله میکنه. یه سیستمی که اسمش سیستم من ذهنی است در دل ما، دائما انرژی بد میفرسته، بد میبینه و مساله‌ساز است، لعنت است. ما لعنتمان را خودمون ایجاد میکنیم. نه

اینکه خدا لعنت میفرسته. خدا رحمت میفرسته. ما تبدیل به رحمتش میکنیم. چرا؟ بی‌موقع میگم. ما در زمان هستیم. همه صحبت سر این است که این نماز رو گذاشتن تا به حضور زنده بشی، حداقل پنج دفعه در روز. بعد از اون همیشه زنده بشی. پس از یه مدتی که تکرار شد. دیگه فهمیدیم که حضوریم. میرم بیرون، درمیام. میرم جهان هم‌هویت میشم، دوباره حضور. پس از یه مدت دیگه فقط حضور. من فکرم میکنم و با مردم خرید و فروش هم میکنم، دو تا بعد دارم: یکی بعد حضورم که اصل من هست و یکی هم بعد مادی؛ که در ذهنم، من ندارم و با مردم مراوده میکنم. اما وقتی به زندگی زنده شدی، به خیال یار زنده شدی، در وقتش گفتن این رحمت است. چرا؟ برای اینکه از دلت دائما برکت و خرد و زیبایی و عشق و برکات مختلف که نمیدونیم چیه به جهان ساطع میشه و مردم آنتن دارن. ما میتونیم انرژی رو بگیریم. شما اولین بار که یکی رو میبینید و صحبت شروع نشده، بلافاصله بدون فعالیت ذهنی میتونید انرژی رو بگیرید. من از این زیاد خوشم نیومد یا خیلی خوشم اومد. وقتی صحبت شروع میشه ذهن میاد وسط و اون آنتن دیگه تعطیل میشه.

»» آن انا منصور رحمت شد یقین ** آن انا فرعون لعنت شد ببین ««

منصور اومد گفت: انا الحق یعنی من به خدا زنده شدم. پس به خیال یار زنده شده بود. اون رحمت شد. او یقین به جهان زیبایی و رحمت آورد. اما فرعون در قصه‌ها لعنت شد. همه به فرعون لعنت میفرستن. فرعون من ذهنی بزرگ بود. شما در این جهان همه منها رو جمع کنید، میشه یه فرعون بزرگ که یک فضای انرژی هم‌هویت‌شدگی همراه با درد است. همیشه چیزهای بد را بوجود میاره. نماینده فرعون بزرگ من ذهنی ماست. خلاصه اینکه هیچ چاره‌ای نداریم جز عوض کردن دلمان که الان مادی است. شما در این راه باید صبورانه کار کنید با تعهد. عمل کنید و نترسید. اگر اشخاصی هستند که رابطه زن و شوهری دارن یا دوست هستن، میتونن به هم کمک کنن. میتونن متواضع بشن و منو کوچک کنن. من ذهنی میگه اینکه نمیفهمه، با این مگه میشه همکاری کرد. نه. متواضع بشو.

اگر مَنت بیاد پایین و هشیارانه بتونی این منو در مواردی در کنترل داشته باشی و به حرفاش گوش ندی، میشه دو نفر با هم همکاری بکنن و به همدیگه بگن که وقتی شما اون حرفو میزنی، قسمت درد من ذهنی منو فعال میکنی. من متوجهم که الان یه قصه دردناک دارم. در من این قصه داره صحبت میکنه. این قصه اگر نبود، الان اگر یکی دو دقیقه هم خشمگین بشه، این خشم مستهلک میشه میره ولی این خشم با اون قصه مساله است. برای اینکه فوراً نوسان میکنه به قصه اضافه میشه. شما قصه که گذشته متحرک شماست رو باید بندازین، قصه دردمند را باید بندازین. قصه به‌ثمرنرسیدن را باید بندازین. قصه هیچ موقع به ثمر

نمیرسه. قصه همیشه ناقص میمونه. موقع مردن هم ناقص خواهد بود. میدونید چرا؟ ما میگیم این قصه باید بثمر برسه و ثمره‌اش هم از اتفاقات بگیره.

اتفاقات هیچ موقع شمارو بثمر نخواهند رساند. مطمئن، مطئمن باشید. برای اینکه اتفاقات تصویر ذهنی هستن. بثمر رسیدن یعنی به زندگی زنده شدن. تا زمانی که ما دل مادی داریم، لعنت رو خودمون به خودمون میفرستیم. لعنت چیه؟ فرض کنید هر لحظه یکی داره تلاش میکنه که اتفاق بد براش بیفته. تمام فکر و ذکر یک نفر دائما به اینه که اتفاق بد براش بیفته. این سیستم من ذهنی است. این کار بدون فلسفه و بدون دلیل نیست. این یه مکانیزم خدایی است. منتها ما متوجه نمیشیم، ما میگیم اشکالی نداره آدم خشمگین بشه. همه میشن. نه اینجور قضاوت و تشخیص غلط است. درد برای انسان ساخته نشده است. دردهایی مثل خشم، استرس، مثل نگرانی، ترس و کنترل این فیزیک را خراب میکنن و سفت میکنن؛ نمیذارن درست کار کنه. پس تا زمانی که دل ما هشیاری مادیه و به هشیاری حضور زنده نشدیم، ما داریم دائماً کوشش میکنیم که اتفاق بدی برای ما، خانواده یا دیگران بیفته. حالا من ذهنی نباید شمارو از این موضوع بترسونه. باید توجه کنید به خودتون که این موضوع جدی است و به خودتون برگردین بگین من چهل سالمه، پنجاه سالمه و موفق هم هستم، چرا من حس خوشبختی نمیکنم؟ روابط نزدیک من همه پر از درد است. آخه چرا؟ این قاعده خداست؟ نه نیست. این لعنت خود من است بر خودم در هر لحظه و رحمت حق هر لحظه امتحان میکنه که وارد وجود ما بشه و ما نمیذاریم.

»» لاجرم هر مرغ بی‌هنگام را ** سر بریدن واجبست اعلام را ««

لاجرم یعنی به ناچار هر مرغ بی‌هنگام را. مرغ بی‌هنگام چیه؟ یعنی به موقعش آواز نمیخواند. در فارسی ضرب‌المثلی هست که میگن خروس بی‌محل، یعنی اون خروس بدیمن است. خروس بدیمن، دل هم‌هویت‌شده ما با دردها و باورها است که در زمان میخونه؛ در سحر نمیخونه؛ نمیذاره سحر بشه؛ در سحر باید بخونه؛ یعنی شما باید در سحر بخونین. صبح نزدیکست خاموش، کم خروش * من همی کوشم پی تو، تو مکوش. نگذار من ذهنی بکوشه. اگر میبینی در زمان هستی، در گذشته و آینده هستی، این لحظه رو پله کردی برای رسیدن به چیزی در آینده و نگران هستی که بهش نرسی، شما در زمان هستین و مرغ بی‌هنگام هستید. من ذهنی دارین. نفس فعال دارین. قسمت مهمی از اون مطمئن باشین که درد است. به خودت بیا و به خودت نگاه کن. با کسی کاری نداشته باش. تمام نورافکن روی خودتون. بگو میخوام رو خودم کار کنم. برای اینکه صدای زندگی را اعلام کنم، خروس درست و حسابی در سحر بانگ میخونه. سحر یعنی روشن شدن هوای زندگی شما. یعنی خیال یار در شما به شما زنده میشه و وحدت بوجود میاد. این مرغ بی‌هنگام همین من ذهنی ماست.

پس اگر میبیند که مرغ بی‌هنگام هستید، امتحانش هم خیلی سادست، در زمان هستی یا نیستی، قصه دردناک داری یا نداری، قصه بثمر رسیده داری یا نداری. این لحظه از زندگی راضی هستی یا نیستی، این لحظه شکر میکنی یا نمیکنی. اگر شما در این لحظه خشمگین هستین، استرس دارین و ترس دارین، مرغ بی‌هنگام هستین ولی بدان که اصل تو مرغ بی‌هنگام نیست و مرغ باهنگام است. از توی این زهدان باید زاییده بشی و این کار هشیارانه صورت میگیره. شما به صورت هشیاری ناظر به ذهنت نگاه میکنی بدون ملامت. این لحظه شما میتونی ملامتو بندازی دور. نه خودتو ملامت کنی که چرا اینکارو کردم، چرا سه سال پیش این کارو کردم؟ چرا با فلانی دعوا کردم؟ تمام شده دیگه. الان میتونی حضور ناظر باشی، حضور ناظر مَنِش صفره، متواضع است. از همه میتونه معذرت بخواد. به همه میتونه بگه که روی خودم کار میکنم؛ من نقص دارم، من هم‌هویت‌شدگی دارم، من درد دارم. هیچ پنهان هم نمیکنم.

یکی از اشکالات من ذهنی پنهانکاری است. برای اینکه یه تصویر ذهنیه که ما اینو درست کردیم، زیباترش کردیم برای مردم. این بدرد نمیخوره. همیشه آدم میتونه بگه که یه مقدار از حرفهای من که گفتم دروغ بوده. من اونطوری نیستم که تا حالا نشون دادم. هیچ اشکالی نداره. شما میگین که من میخوام خودم باشم و برای مردم زندگی نمیکنم، پس هر چقدر که منصفانه و براستی هستم (اونطوری که هستم)، اونطوری نشان بدم. هر کی هم خواست که به من بگه که شما این خاصیتهارو داری و نمیدونی، میگم نه ندارم؛ واقعاً هم ندارم؛ اگر ندارم که ندارم دیگه. با شناخت این بی‌محلی خروس، این مرغ بی‌هنگام متلاشی میشه. آوازش ضعیف میشه، آوازش دردناکه، آوازش گول‌زننده است. شما فرض کنید که این خروس ساعت چهار بعد از ظهر آواز میخونه که صبح است. کجای این صبح است؟ اشتباه میکنی. سیستمت بهم خورده. برای اینکه زندگی خودشو اظهار بکنه، اعلام بکنه یعنی شما خودتون رو بیان کنید، باید سر این من ذهنی کوبیده بشه.

»» سر بریدن چیست کشتن نفس را ** در جهاد و ترک گفتن نفس را ««

سربریدن که میگه واقعا سری نیست که ببری. یعنی شناسایی میکنی، میگی که من این دردم نیستم. این رنجشها به درد من نمیخورن. شما نگو که این رنجش‌هارو بندازم چی میشه! چی میشه؟ مستهلک میشه میره. از توش زندگی آزاد میشه. من برای مردم این همه از دردهام صحبت کردم. اگه دردهام بریزن، اون موقع راجع به چی صحبت کنم؟ میگن دردهات چی شد پس. این همه مظلوم‌نمایی کردم. مردم ترحم کردن به من. اینا همه توهم بوده. نفست باید بمیره. یعنی من ذهنی باید متلاشی بشه. متلاشی شدن من ذهنی همانو و زنده شدن به خیال یار همان، زنده شدن به بی‌نهایت همان. تشخیص اینکه من این بارو حمل میکنم و باید بندازم، منو میسوزونه همانو و افتادنش همان. ترک میکنم نفسو و در این راه کوشش میکنم. یه عده‌ای کوشش نمیکنند، فکر میکنند شوخی است. ما در خانواده‌هایی بزرگ شدیم که ممکنه زور گفته

باشن، رنجونده باشن مارو. بچه بودیم اون موقع نتونستیم جواب مردم را بدیم. نتونستیم ببخشیم و بلد نبودیم. اینا روی هم انباشته شده. یادمون باشه کم طول نکیشده که ما یه من ذهنی دردمند درست کردیم. شما نخواین که با هیچ و پوچ و با نیم ساعت گوش کردن به گنج حضور این بریزه. یا یه کسی بیاد به شما چیزی بگه یا مثلاً سه ساعت برین با روانشناس صحبت کنین و اونم بگه این کارو نکن، اون کارو بکن، تموم بشه بره. شوخی نگیرید اینو. اینکه میگین نفس، من ذهنی اصلاً نباید شوخی گرفت. مهم‌ترین کار ماست این. چرا؟ چون نمیذاره زندگی کنیم.

»» آنچنانکه که نیش کزدم برکنی ** تا که یابد او ز کشتن ایمنی ««

نیش کژدم رو بکنی، دیگه نمیتونه کسی رو بزنه. بنابراین میتونه راه بره و حتی به رختخواب یکی بره. چون نمیتونه نیش بزنه، مردم هم نمیکشنش. پس این خاصیت دردزایی ما یک سیستم ذهنی است و شما نمیتونید تظاهر کنید که من این کارو نمیکنیم. این کارش دردزایی است. گفتم چرا؟ این یه فلسفه داره: برای اینکه این درد قراره که زیاد بشه و متلاشی کنه اینو. ولی در جامعه امروزی از بس که به ما قرص میدن، ما به اونجا نمیرسیم. در هر شب در کره زمین، میلیونها لیتر مشروب الکی مصرف میشه. چرا؟ چون نمیتونن نیش کژدم را تحمل کنن. ولی بجای بیهوش شدن و رفتن به فضای یکتایی، نیش رو نگه میدارن و کژدم رو یه ذره بی‌حس میکنن. فعلاً کژدم نمیتونه تکون بخوره. ولی بالاخره که به هوش میاد. بیت بعدی هم همین مطلب را میگوید:

»» برکنی دندان پرزهری ز مار ** تا رهد مار از بلای سنگسار ««

قدیم در روستاها مار میدیدن، سنگ مینداختند تا بکشن. ما هم که یک سیستم من ذهنی داریم در دلمون، مرتب از طرف مردم سنگ میاد، سنگسار میکنن مارو. ما میریم پشت سر مردم، بد میگیم، بدخواه هستیم، جلوی خودمون را نمیتونیم بگیریم، جلوی حسادتمان را نمیتونیم بگیریم. اصلاً از قیافمان پیداست که ناراحت هستیم دیگران موفق شدن. محدودیت در دل ما است. کمیابی داریم ما، کم میبینیم. فکر میکنیم دیگران موفق میشن سهم مارو خوردن. با یک چنین دندان ماری که میخواد آسیب بزنه، سنگ میاد. سنگ همین حرفهای بدی است که به من ذهنی شما میخوره؛ ضررهایی است که اونا به شما میزنن. چرا؟ چون شما ضرر میزنین. دندان پر زهر داری، باید بکنی تا مردم سنگسارت نکنند.

»» هیچ نکشد نفس را جز ظل پیر ** دامن آن نفس‌کش را سخت گیر ««

نفس را فقط سایه پیر میکشد. اینجا پیر ما واقعا مولانا است. مطمئن باشین که اگر متعهد باشین، روزی یه ساعت، یه ساعت ونیم همین برنامه رو گوش کنید و شعرها رو حفظ کنید و یادداشت بردارین و بعضی جاها که بنظرتون مهمه یادداشت کنید و عمل کنید و صبر کنید. از بعضی دواها که شمارو بیهوش میکنه یا از بعضی برنامه‌ها مثل برنامه‌های تلویزیونی احتراز کنید، شما به زودی در زیر سایه مولانا که پیر است، آزاد می‌شوید. میگه دامن آن نفس‌کش را سخت گیر. ما سخت نمیگیریم؛ هفته‌ای یک ساعت به برنامه گوش میکنه یا فقط برنامه زنده‌رو گوش میکنه. در طول روز چندین دفعه به برنامه گوش کنید. این برنامه بوسیله تفلن‌های وصل شونده به اینترنت قابل دسترسی است، در وبسایت هست. سیدی‌هاش هست. همیشه آماده است. اونجا هم برنامه تصویری و هم برنامه صوتی هست. این شعرهارو بخونین، اینقدر بخونین که حفظ بشین. یه برنامه اجرا میشه در هفته، دهها بار شعرهاشو بخونین که حفظ بشین و بیفته در جان شما زنده بشه.

»» چون بگیری سخت آن توفیق هوست ** در تو هر قوت که آید جذب اوست ««

اگر سخت بگیری، اگر دامن پیر رو سخت بگیری، آموزش پیر رو سخت بگیری، اگر من رو بیاری پایین، این توفیق خداوندی است. (هو یعنی خدا) هر قوتی از انرژی معنوی و شادی و آرامش که در شما زنده میشه، هم توفیق هوست و هم جذب اوست. جذب او جذب خدا هم است. یعنی یک نیرویی که خاصیت جذب‌کنندگی شدیدی داره، این هشیاری شمارو هی میکشه، دائما دعوت میکنه که بیا به سوی من. اونجارو رها کن. ما نمیشنویم. الان که شنیدین که خبری در اون هم‌هویت‌شدگیا نیست و نیازهای روانشناختی نیازهای واقعی شما نیستند، میتونید دستتون رو شل کنید. اگر شما بدونید که هر چیزی که بهش چسبیدین، اینا آفل هستن؛ یعنی گذرا هستن و به زودی از بین میرن یا از بین رفتن، شما به مُردش چسبیدین، به خیالش چسبیدین، دستتون شل میشه. دستتون شل بشه، هشیاری زیاد میشه. وقتی میفته دیگه برنمیداریم. بالاخره میفته. چرا؟ زندگی هم میخواد که بیفته. زندگی داره به ما میگه که اون چیزایی که در بیرونه بهش چسبیدی، اینا آفل هستن و من نیستم. به اونا نچسب.

بخش سوم

ما رَمَیْتَ اِذْ رَمَیْتَ راست دان
هر چه کارد جان بود از جان جان
مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۵۳۰
برنامه شماره ۶۰۹
بخش سوم
پرویز شهبازی
گنج حضور

»» ما رَمَیْتَ اِذْ رَمَیْتَ راست دان ** هر چه کارد جان بود از جان جان ««

ما رَمَیْتَ اِذْ رَمَیْتَ یعنی تو تیر نینداختی وقتی تیر انداختی، من انداختم. آیه قرآن هست که بارها خوندیم. وقتی شما موازی میشین با زندگی، معادل هیچی نخواستن از اتفاق این لحظه است. معادل این است که من اگر قضاوت میکنم، برای اینکه ذهن من میگه این بد هست، این قضاوتو نمیکنم دیگه. صرفنظر کردم از بد و خوب کردن. حالا که موازی شدم و این معادل تسلیم هم است. تیر میندازه خدا. یعنی زندگی مکرر انرژی و برکتشو میفرسته. فکرایی در من بوجود میاد که ناشی از اون میشه. او داره فکر میکنه، من نمیکنم. من ذهنی رفته به کنار. میگه این درسته، راسته این. یعنی اگر شما موازی با زندگی بشین، زندگی از طریق شما تیر میندازه. این تیرها نه تنها فکر خلاق است، نه تنها خرد هست، بسته‌های انرژی زنده‌کننده هم هست، بسته‌های انرژی شفابخش هم هست، بسته‌های شناسایی هم هست. لحظه به لحظه از شما عبور میکنه.

میگه این راست است که خدا از طریق شما تیر می‌اندازد. تا حالا تیرهارو ما انداختیم. چون دل ما من ذهنی بوده و من ذهنی ما تیر انداخته، من ذهنی ما فکر کرده، ولی من ذهنی ما همیشه بر اساس هیجانات تصمیم میگیره، بر اساس خشم. شما ممکنه بگین که من اینطور نیستم، درد و انباشتگی آن در ما وجود داره. شما میل به اوقات تلخی را در خودتون ببینید. ممکنه شما نداشته باشین، برای اینکه سالها روی خودتون کار میکنین. ولی آدمی که تازه شروع کرده باید میل به اوقات تلخی رو در خودش ببینه. اگر داره، اعتراف کنه. میگه اون موقع جان ما هر چی میکاره از جان جان است.

جان جان همون زندگیه یا عارف یا پیر هست. پیر کیه؟ بارها گفتیم، پیر: مولانا، عارف بزرگ، انسان کامل که در این لحظه مقاومتش در برابر زندگی صفر است. به بی‌نهایت زندگی زنده شده است. بسیار بسیار عمیق است. فقط این بی‌نهایتهاست که در انسانها با هم فرق دارند. یکی خیلی عمیقه، یکی یکم کمتر از اون. ولی نهایت نداره این عمق. انسان هم که به حضور زنده میشه، یواش یواش این عمق زیادتر میشه. پس جان جان اون جانی هست که به جان ما جان میده. این جان حیوانی ما؛ این جانی که الان ما باهاش سروکار داریم، اونو یک جان دیگه بهش جان میده و اون میتونه جان زندگی باشه. وقتی موازی هستیم، اون چیزی که ما میکاریم از جان هست، جان دیگه‌ای که از این جان حیوانی ما نیست، از من ذهنی ما نیست.

»» دستگیرنده ویست و بردبار ** دم بدم، آن دم ازو اومید دار ««

دستگیرنده فقط خداست. باید موازی باشی و او بردبار است. یعنی صبور است. بردبار یعنی بار شمارو برمیداره. زندگی دلش میخواد بار شمارو از روی دوش شما برداره. او میدونه چجوری و شما نمیدونید چجوری. حالا به یه توافقی برسیم که شما نمیدونید چجوری خودتون رو آزاد کنید، زندگی میدونه. پس شما موازی بشین و کاری نداشته باشین. دم به دم، لحظه به لحظه. آن دم، دم مسیحیایی و زنده کننده. اینطوری دم میکنه زندگی به شما. از او امید داشته باش و یاری را از او بخواه.

»» نیست غم گر دیر بی‌او مانده‌ای ** دیرگیر و سخت‌گیرش خوانده‌ای ««

غم نیست اگر بدون او مدتی مانده‌ای؛ مدت درازی مانده‌ای. دیرگیر و سخت‌گیرش خوانده‌ای. میگه که اون دست منو دیر میگیره و سخت‌گیره. ما اینطوری میگیم دیگه. برای اینکه با چشم من ذهنی میبینیم. برای اینکه به کارمون ادامه میدیم ما و به کار درد ایجاد کردن و گره ایجاد کردن و به هشیاری مادی ادامه میدیم. با من ذهنی میخوایم خودمون رو خلاص کنیم. نیازهای روانشناختی ما فعال است. ما دعا میکنیم. ما با من ذهنی دعا میکنیم، چی میخوایم از خدا، از خدا نمیخوایم. اگر شما یه تصویر ذهنی دارین، از یه تصویر ذهنی بزرگتر که بنظر شما خدای ذهنیه میخواین. این دعا کردن بی‌موقع هم درست مثل انا بی‌موقع گفتن است. صبر کنید تا به حضور برسید. دیرگیر و سخت‌گیرش خوانده‌ای؛ او دیرگیر و سخت‌گیر نیست و ما بلد نیستیم. بهترین چیز اینه که ما چیزی نخوایم و فقط موازی باشیم با زندگی و قضاوت هم نکنیم، ببینیم چجوری اون تغییر میده. اگر چیزی رو از شما گرفت، اعتراض نکنین. اگر اعتراض کردین و دردتان آمد و این سبب منِ بیشتر شد، اشتباه دارین میکنید. پس قضاوت من ذهنی داره کار میکنه.

»» دیر گیرد، سخت گیرد رحمتش ** یک دمت غایب ندارد حضرتش ««

میگه رحمتش دیر میگیره و سخت میگیره. البته توجه کنید که ما خیلی راه اومدیم که تونستیم من ذهنی دردمند درست کنیم. خیلی زحمت کشیدیم و من فکر میکنم که رها شدن خیلی ساده‌تر است. در واقع این شناسایی که من این همه درد مثل کینه و رنجش را با خودم حمل میکنم؛ انداختنش چقدر طول میکشه؟ یک لحظه. ولی ما به اون درجه بیدار نمیشیم و به اون درجه شناسایی نمیکنیم که اون چیزی که من حمل میکنم، بدرد نمیخوره. بله به این علت که ما با من با او برخورد میکنیم. در واقع با من با خودمون برخورد میکنیم. ولی او از درگاه خودش یک لحظه هم شمارو بیرون نمیکنه. دائماً در آغوش او هستی.

»» ور تو خواهی شرح این وصل و وَلا ** از سر اندیشه میخوان والضحی ««

میگه که اگر شرح این زنده شدن به زندگی و این دوستی رو که خدا فقط با خودش دوسته. شما از جنس خودش هستین. خدا عاشق خودشه، پس خدا عاشق خودش در شماست. میخواد خودشو آزاد کنه و هیچ موقع این تصور که من تنها هستم، با من دشمنه، منو از نظر انداخته، اینا همه تصورات من ذهنیه. میگه از سر اندیشه و به صورت ژرف این سوره والضّحی را بخوان. این سوره را قبلاً توضیح دادیم، ولی دو سه آیه اولشو من برای شما دوباره توضیح میدم.

* قرآن کریم، سوره الضحی(۹۳)، آیه ۱-۵

وَالضُّحَىٰ (١)
سوگند به ابتدای روز (۱)

یعنی همین موقعی که هشیاری بیدار میشه و صبح شما شروع میشه

وَاللَّيْلِ إِذَا سَجَىٰ (٢)
و سوگند به شب آن گاه که آرام گیرد (۲)

یعنی شبی که شما باشید و به آرامش برسید. شب که ما باشیم الان در من ذهنی، میتونه از جهل من ذهنی بیاد بیرون. در این لحظه به او زنده بشه و در شب دنیا ما به آرامش او برسیم

مَا وَدَّعَكَ رَبُّكَ وَمَا قَلَىٰ (٣)
که پروردگارت تو را رها نکرده و مورد خشم و کینه قرار نداده است. (۳)

پس این تصور که خدا مارو رها کرده و مارو مورد خشم و کینه قرار داده و ممکن است از ما انتقام بگیره، غلط است. گرچه که ابتدای این سوره را به حضرت رسول نسبت داده‌اند که مدتی آیه‌ها نمی‌اومد. یه عده میگفتن که این دیگه قطع شده و رسول خدا دیگه نمیپذیره باهاش صحبت کنه، وحی کنه؛ ولی این در مورد همه است. مولانا در مورد همه اینو بکار میگیره. میگه اگر بنظر شما میاد که خدا با شما دشمنه. لطفشو به شما نمیکنه، دیر میگیره، توجه کن که چقدر زحمت کشیدی تا من ذهنی دردمند درست کنی.

وَلَلْآخِرَةُ خَيْرٌ لَكَ مِنَ الْأُولَىٰ (٤)
و بی تردید آخرت برای تو از دنیا بهتر است. (۴)

یعنی این لحظه این سفره دنیا را رها کنی و بری به کجا؟ به فضای یکتایی که برای تو بهتر است.

وَلَسَوْفَ يُعْطِيكَ رَبُّكَ فَتَرْضَىٰ (٥)

و به زودی پروردگارت بخششی به تو خواهد کرد تا خشنود شوی. (۵)

پس اگر شما همینطور موازی ادامه بدی و حواست به خودت باشه و با دیگران کاری نداشته باشی، مرتب تسلیم بشی، هر موقع با اتفاقات این لحظه دعوا کردی و ستیزه کردی، مقاومت کردی، دوباره آشتی کنی؛ بزودی خواهی دید که مرتب این انرژی از شما عبور میکنه. وقتی انرژی از شما عبور میکنه، چون قضاوت نمیکنی، شما مشاهده کننده این عبور انرژی از خودتون هستین و به زودی به درجه‌ای از زنده شدن به خیال او خواهید رسید که بسیار بسیار خشنود خواهید شد.

اجازه بدین چند بیتی از فردوسی بخونم که همین را میگوید. علت اینکه این ابیات رو میخونم اینه که متوجه بشین که از چیزی که خودتون ساختین نخواین به شما بگه که شما کی هستین. از گشتن دنبال خودتون دست بردارین در ذهن. با جستجو و گشتن دنبال خودتون یا خدا در ذهن به جایی نخواهید رسید. برای اینکه دنبال چیزی میگردین که خودتون ایجاد کردین. حتی مولانا میگه که این حماقت است که بشر بهش دست زده. هشیاری با جستجو در فکرها نمیتونه خودشو پیدا کنه. چون این کار اونو در ذهن نگه میداره. نمیذاره بیرون بریم. ما خودمون رو موقعی پیدا میکنیم که بدونیم از این سیستم ذهن که با گذشته و آینده (با زمان) و یه تصویر ذهنی کار میکنه دست برداریم، بوسیله او یا در او جستجو نکنیم. چون جستجو کننده خودش هست. جستجو کننده خود هشیاری شما است که دنبالش میگرده. متوجه شدن اینکه شما دنبال خودتون در جهان جستجو نکنین، خیلی مهم است. جستجو متوقف میشه. گشتن متوقف میشه. شما میتونید اعلام خودمختاری کنید. بگین که من هشیاری هستم و تا به حال دنبال خودم در جهان میگشتم و بعد ازین نمیگردم. بنابراین فردوسی هم با نام خدا آغاز میکنه. با نام خدا یعنی زنده شدن به خدا.

»» به نام خداوند جان و خرد ** کزین برتر اندیشه برنگذرد ««

یعنی از ذهن کشیدن بیرون و زنده شدن به او که در ذهن هیچگونه منی نیست. ذهن ساده شده و اون چیزی که اون موقع در ذهن نوشته میشه، خرد است. خرد یک عنصریست، یک عقلی است که از اون ور میاد. یک رهنمایی است که این لحظه از اون ور میاد، در حالیکه شما من ندارین. اگر من داشته باشین، خرد نمیاد. جان هم همینطوره. جان و خرد یعنی زنده شدن به جان اصلی و خرد خدایی، با هم هستند. فردوسی میخواد بگه که در ذهن که ابزار فکر ما است، بالاتر از این نخواهد گذشت. امروز چند بیت می‌خونیم؛ داره میگه که شما با چشمهاتون و ذهنتان دنبال خدا نگردید. نمیتونید پیدا کنید. اون چیزی که شما ساختین در ذهنتون به نام خدا و توصیفش می‌کنید، غلط است و خدا نیست. تنها راهش اینه که بهش زنده بشین. پس بهترین اندیشه موقعیست که موازی باشین، در ذهن من وجود نداشته باشه و زندگی بوسیله شما بیندیشه. اون موقع ذهن شما بهترین خرد را خواهد نوشت و از این بالاتر دیگه نمیتونیم بریم. یعنی هنوز با این خرد نمیتونیم برگردیم اونو بشناسیم. تنها راهش اینه که خودش میگه از این کار دست برداری و به او زنده بشی و اعتراف کنی که تو او هستی و به او زنده بشی.

»» خداوند نام و خداوند جای ** خداوند روزی ده رهنمای ««

میگه یک خدایی وجود داره که همه مکانها و هر چی که شما میتونین دربارش فکر کنین، در اوست. او بوجود میاره و روزی هم از اون طرف میاد. پس داره اشاره میکنه که برای روزی به این جهان نگاه نکن و به

او نگاه کن. ماحصل اینها دوباره موازی شدن با زندگی است. مخصوصاً من این قسمتو برای این میخونم که شما از ساخته دست هشیاری به عنوان هشیاری که شما باشین، نخواین به شما زندگی بده. سیستم ذهن ساخته دست هشیاری است. یعنی هشیاری میاد به این جهان و میره میچسبه به این جهان. چون هی عوض میشن این فکرها، یه تصویر ذهنی میاد، این تصویر ذهنی من ذهنیه. شما به عنوان هشیاری ازو نمیتونین بپرسین که خدارو به من نشان بده و من رو به هم نشان بده. این غلطه. امروزه شاید ۹۸ درصد بشر روی زمین این موضوع رو متوجه نمیشن. هشیاری دنبال خودش میگرده از طریق فکر کردن و نمیتونه پیدا کنه. برای اینکه اندیشه چیزی است که هشیاری میسازه. هشیاری از ساخته دست خودش نمیتونه بپرسه که به من بگو من کی هستم؟ ما داریم هر لحظه این کارو میکنیم.

»» خداوند کیهان و گردان سپهر ** فروزنده ماه و ناهید و مهر ««

ممکنه کاملاً این ماه و ناهید و مهر سمبلیک باشند. پس به آسمان که نگاه میکنید، فضارو میبینید و چیزهای چرخنده. خودش میگه خدا از ناچیز، چیز آفرید. این نه‌چیزی اصل فضا و اصل ما هم هست. هشیاری نه‌چیز است، چیز نمیتونه اونو بشناسه. فقط توجه کنید که فعال کردن ذهن و گشتن در جهان، گشتن در ذهن است. این یک ابزار بقا است، نمیتونه خدا یا اصل شمارو بشناسه. این رو خوب بدونید، این فضاست که دربرگیرنده چیزهای چرخنده است، ذهن ما چرخنده است، فکر ما تغییرکننده است، در اون فضا است، در فضای یکتایی است و روشن کننده ماه و ناهید و مهر. ناهید همان زهره است. ممکنه سبملیک باشه، ماه ممکنه ذهن ما باشه، ناهید خدای شادی بیرون باشه. مهر، خورشید و تابش اون باشه که ذهن رو فعال میکنه. اینا ممکنه سبمیلیک باشن و به این معانی باشن یا نه در همون معانی خودشون (در آسمان) بدونیم.

»» ز نام و نشان و گمان برترست ** نگارنده برشده گوهرست ««

بنابراین خدا یا اصل شما نشان نداره و از جنس فکر نیست، از جنس چیزی که نشان داشته باشه نیست، از جنس لفظ نیست، از جنس ماده نیست و از اینها برتر است. شاید برشده گوهر، گوهر بالا آمده باشه، گوهر بالا آمده اصل ما است. هشیاری که از جهان میاد بالا، بعداً گوهرهارو همون چهارتا عنصر میگیره که چهار تا خاصیت ما مثل فکرهای ما، هیجانات ما، جان ما و فیزیک ما، این چهار تا بهم بافته میشن. هر چی که اندیشه در مورد این چهار بعد بکنیم، باز هم به جایی نمیرسید. من فقط اینارو میخونم. بالاخره شما ببینید که با فکر، اندیشیدن و کمک گرفتن از ذهن و مخصوصا سیستم من ذهنی شما نمیتونین خودتون را بشناسین. بنابراین از اون نپرسین که من کی هستم. از اون نپرسین که به من هویت بده. سیستم ذهن

چیزهای تو سفره را نشان میده مثل پول، مثل مقام و روابط. میره سر اون چیزها. از اونها شما هویت نگیرین. هویت شما خداییت و زندگی است. بنابراین بوجود آورنده، نگارنده و کَشنده (ترسیم کننده) این گوهر برشده است. گوهر برشده را میتوان حضور انسان نامید؛ گوهری است که میاد و میره به جهان میچسبه و بالا میاد از جهان. این گوهر خود خداست که در انسان به خودش زنده میشه.

»» نیابد بدو نیز اندیشه راه ** که او برتر از نام و از جایگاه ««

اندیشه به او راه ندارد، یعنی خدا را اندیشه نمیتواند بشناسد. برای اینکه او برتر از جا و نام است. اندیشه فقط با الفاظ و مفاهیم و چیزهای مادی کار میکند.

»» یقین دان که هرگز نیابد پدید ** به وهم اندر آن کس وهم آفرید ««

پس ما به صورت هشیاری امتداد او میایم جسممون رو در شکم مادرمون میسازیم. در عین حال در بیرون ذهنمون رو میسازیم، وهممون رو میسازیم. اون چیزی که من ذهنی فکر میکنه، وهم است. وهم موقعی است که در ذهن ما حس وجود باشد، حتی موقعی که حس وجود با شناسایی‌های ما به طور کامل کَنده میشه، در ذهن که خرد نوشته میشه بوسیله او، اون وقتی نوشته شد، جامد شد، اونم نمیتونه بشناسه. یعنی نویسنده در ذهن ساده خود شما هستین و او. ولی شما نرین اون نوشته شده‌ها رو فعال کنین. بر حسب اونا برگردین او را توصیف کنین. این غلط است و امکان نداره و سبب اتلاف وقت میشه. آفریننده وهم خود شما، هشیاری یا خدا است. یعنی ما برای شناخت خدا باید خودمون رو بشناسیم یا برای شناخت خدا باید خودمون رو بشناسیم. فرق نمیکنه.

»» سخن هر چه زین گوهران بگذرد ** نیابد بدو راه جان و خرد ««

هر چه که شما صحبت کنید و سخن بگید از این گوهران، جان و خرد به او راه پیدا نمیکنه. اینجا گوهران چه بگیم گوهرانی که بالا اومدن، حضور انسان، یعنی حضور انسان هم هر چی صحبت کنه، اونایی که تبدیل شدن به او و ذاتاً خودشون رو شناختن که امروز مولانا گفت ظل پیر. پیر، انسانی که به بی‌نهایت و ابدیت خدا زنده شده یا چهار گوهری که خودش میگه و توضیح دادم. خلاصه جان و خرد به او دسترسی پیدا نمیکنه.

»» خرد گر سخن برگزیند همی ** همان را گزیند که بیند همی ««

یک نوعی از خرد که جامد شده میشه عقل. اگر با عقل هم‌هویت نشی، باز هم بهر حال اون نمیتونه بشناسه و چیز نوشته شده و چیز یادگرفته شده و باور نمیتونه خدارو بشناسه. اگر بخواد بشناسه همیشه یه بت درست میکنه، یه من ذهنی درست میکنه برای خودش. بر اساس من ذهنی یه خدا منعکس میکنه در آسمانها و یه جایی. این خدای ذهنی خدا نیست. داره همینارو میگه. کسایی که در این زمینه دارن صحبت میکنن و به توصیف خدا میپردازن، فردوسی هم میگه که دارن وقت تلف میکنن و این بیگاری است. میگه اگر خرد سخن بگزیند، خرد نه اون چیزی که الان از اون ور میاد، اون چیزی که نوشته شده در ذهن شما اگه بخواد حرف بزنه که در این صورت اون چیزی را که میبینه میگزیند.

»» ستودن نداند کس او را چو هست ** میان بندگی را ببایدت بست ««

میخواد بگه که اگه ما بخوایم فکر کنیم، همیشه راجع به چیزی فکر میکنیم که دیده شدنی است. یعنی این حسهای ما و ذهن ما میتونه اینارو ببینه. به صورت مفهوم میتونه دربیاد، به صورت دام میتونه دربیاد، به صورت جا میتونه دربیاد. بنابراین ما خدارو نمیتونیم تعریف کنیم و فقط باید به بندگیش میان ببندیم.

»» خرد را و جان را همی سنجد او ** در اندیشه سَخته کی گنجد او ««

میگه او هست، هشیاری هست، خداییت هست که خرد و جان را می‌سنجد. یعنی مورد سنجش قرار میده. پس اینکه میاد به این جهان از اون ور و روی ذهن ما نوشته میشه. گفتیم اگر ذهن ما صاف باشه و من توش نباشه، این از جنس خرد و شناسایی است. مربوط به این لحظه است و اگر این بمونه کهنه میشه. اوست که این لحظه (خرد هم لحظه‌ای است) جان و عقل رو میسنجه. در این فضا است. همه چی ماده است، همه چی فرم داره، ذهن ما فرم داره، فکر ما فرم داره، درد ما فرم داره. فیزیک ما فرم داره. همه اینهارو از جمله خرد و جان رو که خیلی معیار قرار دادیم، اون مورد سنجش قرار میده. بنابراین شما از خرد و جان نمیتونین بپرسین که خدا کیه. در اندیشه سَخته: یعنی اندیشه ساخته شده که جامد شده، اندیشه هم یک طرفش خداست و یواش یواش میاد بالا، روی ذهن ما جامد میشه. ما این جامد شده‌ها رو میبینیم. باید بری ته با او یکی بشی. با جامد شده‌ها نباید هم‌هویت‌بشی بشی. ولی او میسنجه و او میتونه اندازه بگیره. اوست که میدونه در این لحظه چه چیزی خوب است و نه قضاوت ما.

»» بدین آلت رای و جان و زبان ** ستود آفریننده را کی توان ««

پس داریم متوجه میشیم که با این ابزار فکر و جان و زبان، این چیزهایی که در سیستم ذهن در اختیار داریم، یعنی خودمون ساختهایم، آفریننده رو نمیتونیم بستاییم، نمیتونیم تعریف کنیم.

»» به هستیش باید که خستو شوی ** ز گفتار بیگار یکسو شوی ««

پس باید به خود او زنده باشی و از طریق زنده شدن اقرار کنی. خستو یعنی اقرار و اعتراف کردن و در اینجا به معنی زنده شدن به او است. اگر ما نتونیم با اون چیزی که خودمون ساختیم و از او میپرسیم که بمن بگو من کی هستم و تا حالا متوجه نشدیم که این غلط بوده، ادامه بدیم این راه رو؛ این کار، کار بی‌مزد و گفتار بیهوده است. گفتار بی‌مزد (بعضی نسخه‌ها هست گفتار بیکار که هر دو به یک معنی هست) رو کنار باید بگذاری. پس ما چاره نداریم. جز اینکه الان تو ذهن هستیم، ذهن رو خودمون درست کردیم، من ذهنی رو خودمون درست کردیم، توهمات رو خودمون درست کردیم. در بالا بیتی بود که گفت: این دو بیننده نمیتونه او را ببینه.

»» پرستنده باشی و جوینده راه ** به ژرفی به فرمانش کردن نگاه ««

به ژرفی به فرمان او نگاه کردن یعنی در این لحظه واقعاً با اون یکی شدن. ژرف نگاه کردن یعنی با عینک من ذهنی نگاه نکنی و تفسیر نکنی. با او یکی باشی و راه رو از او بجویی. راه رو او به تو نشان خواهد داد و به فرمانش که در شعر داشتیم قضا. میگه قضا هر لحظه تورو امتحان میکنه که الان فرمانش چی هست. اگر موازی باشی با او و قضاوت نکنی، میتونی این کارو بکنی. به ژرفی نگاه کردن یعنی با عمق و تامل نگاه کردن. فقط عینک ذهن نباید در چشمان تو باشه. باید با او یکی بشی و او از طریق تو عمل کنه.

»» توانا بود هر که دانا بود ** ز دانش دل پیر برنا بود ««

بنابراین هر کسی که به او زندست در این لحظه، پس با او موازی است و در حالت تسلیم هست، داناست و داناییش از اونجا میاد. بنابراین این دانا اون دانایی نیست که ما یه سواد دائره‌المعارفی داریم و باهاش هم‌هویت شدیم. وقتی که دانش ما از عمق بی‌نهایت میاد و به ابدیت او هم زنده شدیم، پس نمیترسیم و ذهن ما نمیتونه مارو جذب کنه و دوباره دربیاره از این عمق، در این صورت ما به زندگی زنده هستیم، برنایی ما، جوان بودن ما چقدر است؟ واقعا صفر. عمر ما صفره همیشه چون به طوری ابدی به زندگی در این لحظه زنده هستیم. از این دانش ایزدی که عمقش بی‌نهایت هست، ما همیشه جوان هستیم. این جسم ما است که

پیر میشه. ما توانا هستیم. چرا؟ برای اینکه خردی که همه این کائنات رو اداره میکنه، پشت ماست. آیا این خرد میتونه مسائل کوچک مارو حل کنه. بله. میتونه دردهای مارو شفا بده؟ بله میتونه به شرطی که ما این موازی شدن با زندگی رو در این لحظه که معادل آشتی با اتفاق این لحظه است، معادل کنار گذاشتن قضاوت بد و خوب ماست، اجرا کنیم.

میگن یک آقایی در قرعه‌کشی یک اتومبیل شیک برد. همه جمع شدند و گفتند: به‌به، خوشا به حالت! چقدر خوب بود این اتفاق. او گفت: **شاید!** بر اساس اتفاق خوب قضاوت نمیکرد. دو سه روز بعد یه راننده مست با ماشین کوبید به وسط ماشین این شخص و دچار آسیب شدید شد و در بیمارستان بستری شد. فامیل و دوستانش اومدن، گفتند: این قرعه‌کشی و بردن این ماشین چه اتفاق بدی بود. ببین تورو به چه روزی انداخت! گفت: **شاید!** یعنی قضاوت نمیکرد. موقعی که در بیمارستان بود، خانه‌اش که در مکانی لغزنده بود، لغزید و کل خانه به ته دره رفت. اگه اونجا بود حتما میمرد. مردم دوباره جمع شدن، گفتن خوشا به حالت. این تصادف عجب چیز خوبی بود، تورو نجات داد. اگه خونت بودی که رفته بودی ته دره، مرده بودی. گفت: **شاید!** معنیش چی هست؟ معنیش اینه که شما در مورد اتفاق این لحظه قضاوت نمیکنی. خوب و بد نمیکنیم. در غزل هم داریم که نکنی خمش برادر، چه چیزی نمیذاره ما خاموش کنیم؟ قضاوت و بد و خوب. ذهن شرطی شده، میخواد بگه این بد است. از دست داره میده. یه چیزی که زیاد میشه، خوبه. خیلی سطحیه این که ما میگیم بده، خوبه. از بدها حالمون بد میشه و از خوبها خوشحال میشیم. هر دو سطحی هستن.

این سیستم بد و خوب ذهن رو شما باید بشناسین، بذارین کنار. شما موازی بشین، یه چیزی میره و یه چیزی میاد. هی فرمها در حال رقصند. شما در این حالت قشنگ میبینی که چه چیزی میره و چه چیزی میاد. وقتی میاد ازش استفاده میکنی و آگاه هستین که هر چیزی هم که میاد در حال تغییر است، در حال از بین رفتن است. من نباید بهش بچسبم. پس نمیچسبم یا چسبیدن خیلی شل هست. اون چیزهایی هم که در گذشته چسبیدیم مثل دردها، اونا هم میفتن و اون موقع اگر این قضاوت از بین بره و این چسبیدن شل بشه، مقاومت کم میشه. شما میگین برای چی مقاومت کنم؟

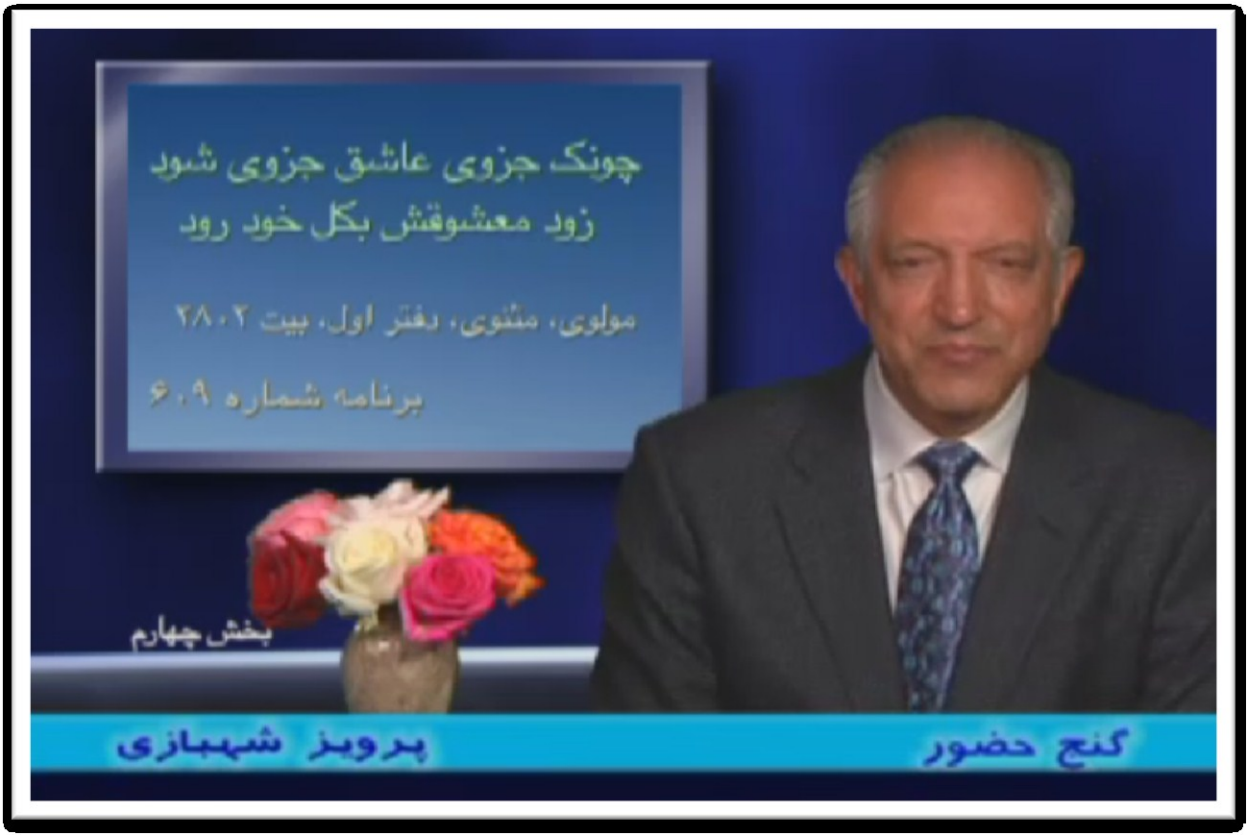
مقاومت نشانگر این است که من یه من دارم، من عقل داره و بر اساس اون عقل من قضاوت میکنم. وقتی قضاوت نکنم، دیگه عقل این دنیایی ندارم. شما تماماً در اختیار خدا قرار میگیرین. این خوبه برای شما. خرد کل میتونه از طریق شما عمل کنه. معنیش این نیست که یه عده‌ای میخوان من ذهنی رو نگه دارن، میخوان برن بخوابن. میگن حالا که اینطور شد، ما میریم میگیریم میخوابیم خونمون! نه، این انرژی و این آب زندگانی باید به کار بره. شما باید روزی ۱۶-۱۷ ساعت کار کنید، اگر میخواین موفق بشین.

موفقیت عبارت از این است که در این لحظه خرد زندگی میره به فکر خلاق شما. شما باید بتونید فکر کنید، فکر بکنی، عمل هم بکنی و کاری هم داشته باشی. حالا ما موازی هستیم با زندگی دیگه. زندگی خودش ... اینم من ذهنیه، من ذهنی رها نمیکنه. یه عده‌ای فکر میکنن باید بگیرن بخوابن و کار نکنن و تنبلی بکنن برای اینکه موازین دیگه. کجا موازین؟ اینکه خودش ستیزه است. هر کسی کار نکنه، تنبلی بکنه و بگه خدا درست کنه، خدا درست نمیکنه. خدا از طریق جریان پیدا کردن به فکر و عمل شما کارارو درست میکنه. نه اینکه بگین به ما گفت که برین بخوابین.

»» از این پرده برتر سخن‌گاه نیست ** ز هستیش اندیشه را راه نیست ««

یعنی ما دائماً موازی باشیم، به بی‌نهایت خدا و ابدیت خدا زنده باشیم. ذهن ما صافِ صاف باشه و هیچ منی نباشه. در اونجا زندگی بتونه بنویسه. دیگه از این بالاتر ما نمیتونیم بریم. البته زنده هستیم به او، ولی به فرم دیگه نمیتونیم. فقط او میتونه از طریق ما حرف بزنه، عمل کنه، فکر کنه. سخن و تعریف آخرش همین است. بهترینش همین است که عارف و بزرگانی مثل فردوسی و مولانا نوشته‌اند.

بخش چهارم


چونک جزوی عاشق جزوی شود
زود معشوقش بکل خود رود
مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۸۰۲
برنامه شماره ۶۰۹
بخش چهارم
پرویز شهبازی
گنج حضور

اجازه بدین چند بیت از مثنوی براتون بخونم. بعد غزل رو سریع صحبت خواهیم کرد.

»» چونکه جزوی عاشق جزوی شود ** زود معشوقش بکل خود رود ««

این بیت از دفتر اول مثنوی شماره ۲۸۰۲ است. بیت مهمی است، اگر معنیش رو خوب دریابیم. جزو همین من ذهنی است. عقلش هم عقل من ذهنی است. هر کسی که وارد این جهان میشه، اول میره به ذهنش. اونجا یه عقلی پیدا میکنه که عقل من ذهنیه. در اینجا اسمشو گذاشته جزوی. اگر دو تا من ذهنی عاشق هم بشن، معشوق اصلی اونا میره به سوی کل. این بیت تقریباً مشابه قانونی در فیزیک است که مشاهده‌گر جنس شخص یا جسم مورد نظارت را تعیین میکند. اگر کسی من ذهنی داشته باشه، معنیش اینه که در مرکزش هم‌هویت‌شدگی با فکرها و دردها وجود داره، طوری که دیگران رو میبینه میخواد اونارو از جنس خودش بکنه. پس اگر شما روی خودتون کار میکنید، بدونین که منهای ذهنی که اینجا اسمش جزو یا عقل جزوی هست در اطراف شما خواهند بود. اینا که به شما میرسن، تک به تک میخوان شمارو از جنس خودشون بکنن.

اگر شما تازه ریشه میدوانین و آزاد میشین و حس میکنین که دارین پیشرفت میکنین، بایستی به قول مولانا: چراغ است این دل بیدار * به زیر دامنش میدار؛ باید از این سرمایه بوجود آمده محافظت کنین. امکان اینکه عقلهای جزوی اطرافتون بخوان شمارو تصویر ذهنی ببینن و از شما بعنوان من ذهنی استفاده کنن برای منظورهای خودشون کاملاً پیداست. این امکان وجود داره و در عمل صورت میگیرد. چرا آزادی اینقدر مشکلتر میشه؟ برای اینکه روی خودتون اگر شما کار میکنید، در جامعه میگردین، کار دارین، در خانواده زندگی میکنید، دوستانی دارید، فامیلهایی دارید، این آدمها با من ذهنیشون میتونن روی شما اثر بذارن و شمارو از اون حالت دربیارن. برای اینکه اونا طوری که شمارو میبینن میخوان جنس شمارو تعیین کنن. چون از جنس من ذهنی هستن، شمارو من ذهنی میبینن.

اگر شمارو در روز صد نفر من ذهنی میبینند و میخوان مشخصات و خصوصیات من ذهنی رو در شما بیدار کنن، شما بالاخره بیدار میشین. یه کسی درد لازم داره، شما هم روی خودتون کار میکنین و یه خورده ریشه دوانده‌اید، یه عمقی درست کردین ... مگر اینکه شما عمق بی‌نهایت داشته باشین. اگر عمق بی‌نهایت داشته باشین، مستقر باشین در فضای یکتایی و نیاین بیرون، نمیتونن کاری بکنن. اون موقع شما روی اونا اثر میگذارین. هر چقدر اونا بخوان شمارو از جنس خودشون بکنن، نمیکنن. کمااینکه خدارو نمیشه از جنس من ذهنی کرد. عارفی مثل مولانا را هم نمیشه، فردوسی رو هم نمیشه، بقیه بزرگان را هم نمیتونیم. ولی آدم معمولی رو خیلی راحت میتونیم. همسرمون رو میتونیم. ما میدونیم چی بگیم که همسرمون عصبانی بشه. ما نمیدونیم من ذهنیمون میدونه. مثلاً راجع به فامیلهاش صحبت کنیم، این آدم عصبانی میشه. ما استفاده

میکنیم از این موقعیت برای درد ایجاد کردن در خودمون یا دیگران از شما استفاده میکنن. در نتیجه مشکل میشه پیشرفت.

اگر بیدار نشده باشین، شما میخواین من ذهنیتونو مردم تقویت کنن یا دیگران میخوان شما تقویت کنین. میگه از جنس من بشو. یه کسی مشکلاتشو میاره برای شما. شما میبینی این آدم مسئول نیست. مسئولیت هشیاریشو بر عهده نداره. مثلاً شروع میکنه میگه بدبختی از این بالاتر میشه که آدم با همچون مرد یا زنی ازدواج کرده باشه و این همه اذیت کنه و این همه نفهمه و رفتارشو رعایت نکنه. این آدم مسئول نیست. خیلیا مسئولیت امور مادیشون رو بر عهده نمیگیرن. اگر کسی شروع کرد از دل‌دردهاش و از این مرکز که درد داره درد بگه، شما میتونین گوش ندین. گوش دادن و از ریشه درآمدن همکاری نیست یا عشق نیست. عشق این نیست که ما دردمون رو بدیم به دیگران یا دیگران به ما بدن.

اگر شمارو از ریشه دربیارن، اصل شما میره به سوی کل. اگر کسی در اختیار زندگی باشه، میخواد در خدمت معشوقش باشه، میخواد در خدمت خدا باشه لحظه به لحظه، به درد من ذهنی نمیخوره. من ذهنی میگه از جنس من شو، درد ایجاد کن، بیا غیبت کنیم، بیا حرفهای منو بشنو که همه منفی هستن، بیا انرژیتو بده به من. ولی انسان عارف که انرژیشو تلف نمیکنه. کارش اینه که انرژی خلاق و عشقو حداقل سطل به سطل از اونجا برداره بیاد بریزه به این جهان. کاری به دردهای شما نداره. شما نمیتونی از او سواستفاده کنی. ولی ما در اون سطح که نیستیم. بنابراین شما اگر من ذهنی میبیند، باید احتیاط کنید، باید تیز باشین، باید ناظر رفتارهای او و خودتون باشین که وقتی ایشون این حرف رو میزنن، شما چی میگین. آیا این آدم داره من ذهنی شمارو بیدار میکنه، دردهای شمارو بیدار میکنه؟ الان شاید شما هم دردمند بشین، الان حالتون خوب بود، داره بد میشه. به خاطر سایه این موضوع را دارم میخونم که در ادامه ابیات است. ولی این مطلب، مطلب بسیار مهمی است.

شما میگین چیکار کنیم؟ ما مشکل رو نمیبینیم، چون من ذهنی مشکل را پنهان میکنه. ما یه خانواده تشکیل میدیم با دو عقل جزیی، با دو درد. دوباره دردهارو زیاد میکنیم، دردهارو میریزیم به رابطه و رابطه دردناک میشه. رابطه همراه با ترس و کنترل میشه و وابستگیهای بسیار بسیار مخرب پیش میاد. ما هم‌هویت میشیم با طرف مقابل. نه تنها با دردهای خودمون بلکه با دردهایی که در رابطه است و مشترک هستیم. گاهی اوقات ما عاشق دردمون میشیم. یعنی یه دردی رو ارتعاش میکنیم، از جنس دردی هستیم، اینو در یکی میبینیم خوشمون میاد. از درد او خوشمون میاد. باید ببینیم که آیا این عشقه یا من این شخص رو دوست دارم که باهاش اوقات تلخی کنم و یه مقدار ازش انرژی بد بگیرم؟ این درد در خانواده‌ها است.

این مشکل وجود داره و با درس فیزیک، شیمی، پزشکی و حتی روانشناسی نمیشه این دردهارو علاج کرد. شما اگر در یک رابطه باشید، گاهی اوقات از این رابطه‌ها (که مولانا بهش میگه نسبت مثل برادر، خواهر و ...)

دائماً ممکنه سنگ میاد. اگر تماماً دندان زهرمون رو میکشیدیم، سنگ نمیومد. ولی ما که همرو نکشیدیم، ما هم اشکال داریم. بنابراین بسیار مهمه که در خانواده جمعاً به این موضوع آگاه باشیم و جمعاً مواظب باشید. حداقل در یک خانواده کوچک (زن و شوهر و دو تا بچه) اینهارو رعایت کنید. بدونید که این کار، کار مشکلی است؛ دیده نمیشه. در یه خانواده، ممکنه چهار نفر زندگی کنن که هر چهار تا لحظه به لحظه بخوان برای خودشون مساله ایجاد کنن و خواهان ایجاد حوادث بد برای خودشون باشن. باید هشیار باشیم، همکاری کنیم، تواضع داشته باشیم، همدیگر رو قبول داشته باشیم.

اینکه ما بگیم من پنجاه سالمه و بچه‌ام بیست سالشه، اون چی میفهمه. اینطوری نیست. شما میتونید از بچه سه ساله زندگی رو یاد بگیرید. ببینید اون چقدر خوشحال هست و چقدر میل به بازی داره. چقدر عشقو بیان میکنه؛ چقدر تحرک داره و شما ندارین. شما جدی هستین. شما به باورهای خودتون چسبیدین، فکر میکنید این چیزهایی که در ذهن دارین و از طریق اونا میخواین خدارو بشناسین، اینا وحی منزل است که فردوسی گفت اگه وحی منزل هم باشه، وقتی روی کاغذ هم اومد جامد شد بدرد نمیخوره دیگه. گفت شما از اینا نپرسین که من کی هستم. دو دیده‌ات و چشمت را نرنجان، ذهنتو اذیت نکن، خودت اذیت نکن. کار بیهوده و بی‌مزد نکن. اینقدر گفتگو نکن. اینقدر باورهاتو فعال نکن. بهر حال، اگر دوست دارین برین اطراف این بیت را بخونید. انشالا یه روزی مفصل در این خصوص صحبت خواهم کرد.

شما از خودتون بپرسین که من با چه کسایی برخورد دارم؟ نگین اینها جدایی و بی‌عشقی است. ما به هر کسی که وابسته هستیم و ازش سواستفاده میکنیم، اسمشو گذاشتیم عشق. هر کسی اجازه بده ما بهش درد بدیم، میگیم این گذاشته که من بهش عشق بدم؛ عشق نیست این؛ شما هم نباید بذارین که زیر نام عشق به شما درد بدن. یه کسی مسئولیت‌پذیر نیست و من ذهنی داره؛ همش ملامت میکنه؛ روی شما اثر مخرب خواهد گذاشت. اینکه بگیم ما با هم دوست هستیم، فامیل هستیم، خب دوستی برای حمایت، ساپورت، برای مهرورزیه؛ آدم بشینه دلخوشی داشته باشه، یه چای و ناهاری بخوره با هم؛ در اونجا بگیره مثلاً بخنده، نرمش باشه، شادی باشه، دوست داشتن باشه. انرژی سنگین رنجش نباشه، رنجشهای پنهان نباشه، بد آمدن نباشه. من با تو ناهار میخورم، ولی واقعاً از تو بدم میاد. این که عشق نیست.

بهر حال اگه دو تا من ذهنی که عقل جزوی هستن بخوان عاشق هم بشن، خیلی گرفتاری هست. اول باید به یه درجه‌ای به حضور زنده بشین. از اون زندگی شما نمیتونین نتیجه بگیرین. خیلی باید مواظب باشین. شما خودتون رو استاد نبینین. بیست ساله، بیست و پنج ساله و سی ساله که بلدیم و اصلاً از اول بلد بودیم. بلوغ جسمی که نیست. بلوغ عاطفی و بلوغ روحانی رو احتیاج داریم. به درجه‌ای باید این چهار بعد در آغوش خدا باشه و شما از او خبر داشته باشید. یک آرامشی باید در زیر این فکرها باشه که اون آرامش بهم نخوره. اون آرامش رو همیشه باید با خودتون داشته باشید. معتاد به واکنش نباشین. اگر درد آشکارا دارین، میبینید

استرس دارین، عصبانی میشین، نگران هستین، فکر نکنین با یکی دیگه که اونم اینطوریه زندگی کنین همه چی درست میشه؛ نمیشه. برای همین لازمه که روی خودمون کار کنیم.

من مدتها نمیفهمیدم که چمه. کتاب خونده بودم، یه مقدار پول هم داشتم، امکانات مادی داشتم، جسماً هم چیزیم نبود. سواد خوب، پولم که داریم، از نظر جسمی هم که مساله نداریم. پس من باید خوشبخت باشم! من ذهنی میگه مردم مقصرن نمیفهمند. آخر سر به این نتیجه میرسیم که اشکال در ماست، در این مرکز است، پنهان است. نمیبینیم. یک پیری باید اینو نشون بده. در مورد من همین مولانا بمن گفت که اشکال داری و اشکال در تو است. سواد زیاد اشکاله، نمیذاره. یه کسی دکتره و مقدار زیادی هم کتاب خونده، ولی تو این کتاب نیست. کتاب خوندن در امور این دنیا کمک میکنه. دانش داشته باشی کارارو پیش میبره. بلدی کارارو چجوری انجام میدن، چجوری فروش میکنن، چجوری حسابداری میکنن، چجوری شرکت‌داری میکنن و ... ولی زندگی کردن یک بینش و بیداری معنوی میخواد که مردم اصلاً بهش اهمیت نمیدن.

خیلی از جوونا ممکنه فکر کنن که اگر پول داشته باشن، سواد هم داشته باشن و یه حرفه هم بلد باشن، همسر و بچه هم باشه، دیگه ... باید خیلی مراقب باشی. شما یه زندگی ایجاد میکنی با دو تا من ذهنی. مرتب درد میریزه به اینجا و پس از یه مدتی رنجشهای پنهان بوجود میاد. اشکال رو در چهل، پنجاه سالگی میبینین شما. از همین حالا متوجه بشین که اشکال در شماست و مسئولیت را بر عهده بگیرین و کسانی که حمله میکنن به شما به عنوان عشق و دردشون رو میریزن در شما، بهشون مودبانه بگین که اینکارو نکنید. مواظب باشید که از منتون نباشه. ما هم من داریم. یکدفعه اینطوری که میگیم شاید شما بگین آها فهمیدم، اینطوری نیست که ما من داشته باشیم و همه کارو خودمون بکنیم و دوباره بگیم که این مردم نمیذارن، من باید از اینها دوری کنم. خود دوری مساله است. این کارو نمیشه حل کرد، فقط باید به حضور زنده شد. فردوسی گفت جان و خرد رو فقط اون میسنجه که خیلی مهمه، ولی مردم این موضوع رو اصلاً مهم نمیدونن. اگه کسی این کارو بکنه، چجوری میشه:

»» او بمانده دور از مطلوب خویش ** سعی ضایع، رنج باطل، پای ریش ««

ما میمونیم از مطلوب خویش. مطلوب ما زنده شدن به زندگی است. در غزل داشتیم که به خیال خدا زنده بشی. کوشش ما ضایع شده، این همه رنج هم که بردیم، درد هشیارانه و آگاهانه نبود، از روی نظارت نبود، باطل بود و بیخودی رنج بردیم. بدن ما هم خراب شده است. (ریش یعنی زخمی) پای‌ریش، خارهای زندگی رفته به پای ما. عذاب کشیدیم، هنوزم درد داریم، نمیخوایم اینطوری باشه. اولین کاری که میکنیم، اگر شما عقل جزوی (من ذهنی) دارین، نورافکن باید روی خودتون باشد. کاری به همسر و بچه و بقیه نداشته باشید.

»» همچو صیادی که گیرد سایه‌ای ** سایه کی گردد ورا سرمایه‌ای ««

مثل صیادی که سایه مرغی رو بگیره که مرغ رو بالای شاخه درخت نشسته و سایش افتاده زمین. یه کسی میخواد مرغ عشق رو بگیره، به خدا زنده بشه، سایه رو گرفته. سایه افتاده بر روی زمین. این درست نیست.

»» سایه‌ی مرغی گرفته مرد سخت ** مرغ حیران گشته بر شاخ درخت ««

مرد، انسان سایه مرغ زندگی را گرفته که سایه خودش است، سخت. اول سایه خودمون رو میگیریم. شما یه شیشه بذارین، آفتاب از اون ور میتابه، پشتشو رنگ کنین، بلافاصله سایه میندازه، این رنگ علامت یا سمبل مقاومت است. مقاومت میکنیم در مقابل اتفاق این لحظه با خوب و بدی که ذهن بهش مجهز شده و این خوب و بد را از جامعه، از خانواده، از مدرسه و از مردم یاد گرفته‌ایم. چه چیزی خوبه و چه چیزی بد است؟ که خدا با تصمیماتی که میگیره به بد و خوب شما نگاه نمیکنه. او به صلاح شما زندگی شمارو تغییر میده. باید اجازه بدین. قضاوت سبب مقاومت میشه، مقاومت سایه میندازه و سایتون رو ببینید، بغل میکنید در حالیکه زندگی به شما میخنده، این مردرو نگاه کن. سایه رو گرفته. مرغ حیران گشته بر شاخ درخت، سمبلیک است. مرغ اونجا نشسته و ما رفتیم سایشو بغل کردیم. سایه تکون بخوره، ما هم دنبال سایه میریم.

»» کین مدمغ بر کی می‌خندد عجب ** اینت باطل اینت پوسیده سبب ««

این شخصی که مغزش آسیب دیده، به چی میخنده. شگفتا! ما وقتی به مفاهیم ذهنی میچسبیم که سایه‌های ما هستند، همون چیزهایی که تو سفره و اینا هست میخندیم. کسی به خاطر چیزی ما را تایید کنه، میخندیم، خوشمون میاد یا نه؟ میگه مرغ سایه رو گرفته، خوشحال است. این مغزش خراب شده. به چه سبب تو میخندی؟ سببت توهمی است، بر حسب معیارهای ذهنیه، سایه است و توهم. میخندم چون مردم گفتن پدر خوبی هستم. میخندم چون گفتن استاد هستم. میخندم چون مردم توجه دارن به من. میگه این پوسیده سبب هست. تو به سایه چسبیدی. اون طرف سایه اینه که به زندگی زنده بشی. حالا اگر این شیشه‌ای که اینجا گذاشتیم هیچی نداشته باشه، نور رد میشه. اینم اثر داره، اینم سایه داره. این سایه، سایه خداست. عارف و پیر سایه خداست، یعنی شما میتونید سایه خدا بشین. اثر داره در جهان؟ سایه‌اش این‌بار اثر نیکش هست. یه موقع هست شما مقاومت میکنین، سایه میندازین و میگیرین سایه‌رو. عاشق سایتون میشین.

امروز در غزل میگه سایه باید از حساب برهد. فردوسی گفت شما از این من نخواهید. یعنی از چیزی که خودتون ساختین، نگین من کی هستم؟ در غزل هم میگه تو به رکوع سایه منگر، به قیام سایه منگر. از سایه

جان نخواه. از سایه قصد نخواه، یعنی از سایه نپرس که من برای چی اومدم. سایه چی میگه؟ سایه میگه برای این اومدی که منو نگه داری. یعنی اعتراض کن، مقاومت کن، سایه من‌دار، هر کسی که به سایش بچسبه. شما پشت به آفتاب کن، یه سایه داری، عاشق سایه‌ات بشو. هی سایه دراز میشه و کوتاه میشه ولی شما آفتاب رو نمیبینی. شما باید آفتاب رو ببینین.

»» ور تو گویی جزو پیوسته کلست ** خار می‌خور، خار مقرون گلست ««

اگر میگی که این جزو یعنی من ذهنی پیوسته کل است. من ذهنی چسبیده میگه نه اینطوری نیست. پس اون موقع خار بخور، برای اینکه خار هم چسبیده به گل هست. این خیلی مهمه، در داستان بقال و طوطی مثنوی (که بخشی از آن خوانده شده) دو تا مطلب بسیار مهم بود: یکی این بود که این عقل من ذهنی، این هشیاری جسمی و هشیاری خداییت، هشیاری حضور هی قاطی میشن، ولی خدا بینشون حائل گذاشته و اینا قاطی قاطی نمیشن. یعنی درسته که ما عقل جزوی داریم، عقل من ذهنی داریم، این من ذهنی بوسیله خدا و زندگی از اصل ما جداست. مثل آب و روغن میمونه و حتی میگه مثل آب و روغن هم نیست. اینا جداست. فقط ما به جهان نگاه میکنیم و با اصرار و درد این هشیاری جسمی رو نگه میداریم. این کار درست نیست. فقط به یه آگاهی احتیاج داریم. وقتی این دو تا جدا هستن، یادتان هست که در جلسات قبل مولانا گفت: بحر شیرین و بحر تلخ در میان * در میانشان برزخ لایبغیان.

در شما هم بحر شیرین هست که حضوره و هم بحر تلخ که میانشان یه حائلی است که اینا با هم قاطی نمیشن. در یه جایی مولانا با استفاده از یه آیه قرآن گفت که خدا هر چیزی را در شما بخواهد محو میکند و خودش را مستقر میکند. یعنی هر چی که این بحر تلخ و هشیاری جسمی داره توش، اونارو به شما میشناسو و محو میکنه. اون تصمیم میگیره و شما در این باره اصلاً حرف نزنید. هفته گذشته داشتیم، خیلی مهمه. یعنی شما میگین بعد از این من قضاوت نمیکنم. خدا هر چه را میخواد محو کنه و هر جور میخواد خودشو مستقر کنه، ما دیگه حرفی نمیزنیم. هر موقع هم حرف زدیم، معذرت میخوایم.

میگه اگر تو میگی که خیلیا میگن: من ذهنی هم جزو ماست؛ نه. اگه اینطوریه پس تو خار بخور، چون خار پیوسته گل است. گل حضور شماست. من ذهنی خاره. هست در عمل و این درسته که بعضی مواقع بوجود میاد، ولی ما اون نیستیم. حالا چی میاد؟ که شما همیشه در زنده شدن به خدا و نه گفتن به اون هستین. این نه گفتن دینامیک است، پویاست. شما دائماً به جهان نه میگین. این حالت ما است. ما نمیتونیم به طور کامل مستقر بشیم در این لحظه برای اینکه ضعیف هستیم. ما میریم جهان ولی یکدفعه یادمون میفته و برمیگردیم. به هرچی که میخواد مارو بکشه به جهان میگیم نه؛ از جمله به اون عقلهای جزیی که مارو میخوان بکشن به جهان میگیم نه یا حضورمون بسیار تیز است.

»» جز ز یک رو نیست پیوسته به کل ** ورنه خود باطل بدی بعث رسل ««

همین حرفی که زدیم، بحر شیرین و بحر تلخ در میان * در میانشان برزخ لایبغیان. یعنی جز همسایه کل است. یعنی من ذهنی و هشیاریش همسایه حضور است. من ذهنی در آغوش حضور است. اعتبار داره ولی مهم نیست. جز به طور کامل پیوسته به کل نیست. درسته که من در ما بروز میکنه، ولی چاره نداریم، بعضی موقع کشیده میشیم به جهان. ولی در اصل جزو ما نیست. ایده‌ال اینه که ما چنان مستقر بشیم در این لحظه که اصلاً تکان نخوریم. یعنی هر اتفاقی افتاد مقاومت نکنیم. برکت بی‌مقاومتی در ما جاری بشه. بی‌مقاومتی به اتفاق این لحظه برکت داره، خوشگون است و نیک فرجام. برای اینکه سبب عبور خرد میشه، سبب بروز عشق میشه، سبب بروز انرژی میشه که دائما میخواد کارهارو بهتر کنه و ما نمی‌فهمیم. بوسیله من نمیتونیم اندازه بگیریم. فردوسی گفت خرد رو اون میسنجه. ور نه خود باطل بدی بعث رسل؛ وگرنه که که مبعوث شدن پیغمبران معنی نداشت. اگر پیغمبران اومدن که انسانهارو هشیارانه از من ذهنی آزاد کنن، اگر من ذهنی جز چسبیده به کل بود که پیغمبری معنی نداشت.

» چون رسولان از پی پیوستنند * پس چه پیوندندشان چون یک تند ««

میگه پیغمبران در پی اتصال هستند؛ یعنی انسانهارو از منیت و ذهن درمیارن و میبرن به فضای یکتایی. کارشون اینه. اگر عقل جزوی و من ذهنی داشتن عین رسیدن به وصال بود، یکی شدن به خدا بود، پس پیغمبری به چه دردی میخوره؟ پس دیگه چیرو میخوان ارتباط بدن.

الان دیگه این ابیات معنی‌دار شد برای ما.

»» چو نماز شام هر کس بنهد چراغ و خوانی ** منم و خیال یاری، غم و نوحه و فغانی ««

»» چو وضو ز اشک سازم، بود آتشین نمازم ** در مسجدم بسوزد، چو بدو رسد اذانی ««

گفت اگر این پیغام به من برسه که خدا از جنس بی‌نهایت است و در ذهنش نمیگنجه، (اذان اینو میگه) تمام ذهن من فرو میریزه. بنابراین مسجد ذهن میسوزه و مسجد فضای یکتایی و مسجد اصلی درست میشه.

»» رخ قبله‌ام کجا شد؟ که نماز من قضا شد ** زقضا رسد هماره، به من و تو امتحانی ««

بعد میگه قبله ما کدوم طرف بود که نمازم قضا شد و از قضا همواره امتحان میشیم یعنی خدا مارو امتحان میکنه.

»» عجبا نماز مستان، تو بگو درست هست آن؟ ** که نداند او زمانی، نشناسد او مکانی ««

میگه نماز مستان. کدوم مستان؟ مستانی که به حضور زنده‌اند، به خدا زنده‌اند. تا نشوی مست خدا * غم نشود از تو جدا. مستی که به بی‌نهایت خدا زنده شده و به ابدیت خدا زنده شده، در این لحظه به این لحظه زنده هست، بنابراین در زمان نیست. پس این آدم همیشه در حال نماز است. شما بفرمایید که این درسته؟ نه زمان میشناسه نه مکان میشناسه. یه قصه‌ای خوندیم که عایشه به حضرت رسول گفت که شما هر جا که میاد، نماز میخونی! اینجا بچه‌ها کثافت‌کاری میکنن و ... گفت نه، من اینجا نماز نمیخونم. من در زمان و مکان نماز نمیخونم.

پس کسی که در این لحظه زنده شده به زندگی و از این لحظه ابدی تکان نمیخوره، یعنی به زمان نمیره، حقیقتاً نماز او درست است. مولانا خیلی پوشیده و غیرمستقیم حرف میزنه. کسی که مست خدا باشه و در این لحظه به ابدیت خدا زنده باشه، ترس نداشته باشه، کنترل نداشته باشه و چشمش به سفره دنیا نباشه، وقتی الله اکبر را میشنونه و به عمق بی‌نهایت زنده بشه، آیا نمازش درسته؟ بله، فقط نماز او درست است. چون در زمان و مکان نماز نمیخونه.

بخش پنجم

عجبا دو رکعت است این؟ عجبا که هشتمین است؟
عجبا چه سوره خواندم؟ چو نداشتم زبانی
مولوی، دیوان شمس، غزل شمارهٔ ۲۸۳۱
برنامه شماره ۶۰۹
بخش پنجم
پرویز شهبازی
گنج حضور

»» عجبا دو رکعت این؟ عجبا که هشتمین است؟ ** عجبا چه سوره خواندم؟ چو نداشتم زبانی ««

این نمازی که من میخونم درسته؟ شگفت‌انگیزه؛ یادم رفته دو رکعت خوندم یا هشتمین است؛ تو نماز کدوم سوره را خواندم! چون من که زبان نداشتم. یعنی ذهن من نماز نمیخوند. خدا برای خودش در من نماز میخوند. بنابراین من اصلاً یادم نیست. توجه میکنید که مولانا داره میگه که مسئولیت ما، ماموریت ما و منظور ما چی هستش؟ منظور ما اینه که از زمان جمع بشیم و بیام به این لحظه و زنده بشیم و در زمان و مکان نماز نکنیم و این هشیاری را با خودمون همیشه حمل کنیم. میشه شما به حضور، به این آرامش ابدی و به این عمق زنده بشین و این جاذبه‌های این جهانی و وسوسه‌های این جهانی و حتی تحریکات دوستانتون شمارو از ریشه درنیاره. اولش باید کار کنید. زحمت داره، توجه داره، تمرکز داره.

مولانا میگه این مهمترین کار ماست، این اولین کار ماست و این منظور اصلی زندگی ماست و در این منظور همه انسانها شریک هستند. همه انسانها اول باید به حضور زنده بشن. بعد شروع کنن به اهداف این جهانی. ولی ما باز به حرف من ذهنی گوش میکنیم. میگیم باید من همه اون سفره رو پر کنم، وقتی پر شد با من ذهنی، با زرنگی؛ بعدش به حضور برسم. ولی تا سفره از اون سایه‌ها پر بشه، ما اینقدر درد ایجاد کردیم که نمیتونیم اصلاً به حضور برسیم. برای همین است که باید این موضوعات رو به بچه‌هامون و جوانها بگیم. اونا متوجه میشن، چون نزدیکن به زندگی، هنوز خیلی دور نشدن؛ معتاد به درد نشدن، معتاد به به عکس‌العمل و واکنش نشدن. زندگی رو در واکنش نمیبینن. زندگی رو هنوز در مقایسه اونطوری نمیبینن. ما به اونا اصرار میکنیم، تو باید بهترین باشی، من میخوام پز بدم، چرا بیست نگرفتی! من باید برم به همسایم بگم که بیست گرفتی و .... ما داریم از اونا سواستفاده میکنیم. بهشون میگیم من ذهنی مارو بزرگ کن با مقایسه. گفت که من ذهنی عاشق من ذهنی بشه، ما به عنوان من ذهنی عاشق من ذهنی بچه‌مون هستیم؛ میگیم یه کاری کن که من احساس بزرگی بکنم؛ چون من ذهنی تو جزو من است. من روی تو حساب میکنم. آبروی مارو نبری.

»» در حق چگون کوبم که نه دست ماند و نه دل؟ ** دل و دست چون تو بردی، بده ای خدا امانی ««

در خدارو چجوری بکوبم؟ که نه دست مونده نه دل. برای اینکه دل ما که من ذهنی بود رو برد و خودشو مستقر کرد. پس ما در خدارو نمیتونیم بکوبیم. برای اینکه دل و دست مارو تو بردی. اونجاهم که میشمرد که بعضیا میشمرن. میگه آقا پنج تا با سه تا میشه هشت تا. حالا دو تا میمونه. وقتی نگاه میکنه و به هوش ذهنی نباشه، میگه حالا این حرکت هشتمین است یا واقعاً دومین. برای اینکه حضور میخونه و حساب نمیکنه. در پایین میگه سایه نباید نماز بخونه، سایه نباید عبادت کنه، سایه نمیتونه در خدارو بزنه، من ذهنی

نمیتونه در خدارو بزنه. این راههایی که ما پیدا کردیم برای زدن در خدا، غلط هستش. اصلاً ما در خدارو از کجا پیدا کنیم؟ بهترین کار اینه که در مسجد ما بسوزه.

در حق چگونه کوبم: اصلاً چجوری میشه کوبید. کجاست در حق؟ این من ذهنی که راجع به نیازهای روانشناختی صحبت میکنه، راجع به تایید و توجه و نیازهای شهوتی و این چیزا صحبت میکنه. چیز دیگه‌ای نداره بگه. نه دستم مونده و نه دلم برای اینکه تو دست و دل رو بردی. دست یعنی همه ابزارهای مادی من رفته. اینا پیغام هستش برای شما. شما با هیچ ابزار من ذهنی نمیتونین خدارو ببینین. آخر سر باید همه این ابزارهارو بدین ببره و نمیتونید بفهمید چجوری میبره. گفت خدا هر چقدر بخواد محو میکنه و خودشو مستقر میکنه و ریشه و اصل دانش (عِندَه اُمّ الکِتاب) پیش اون است. دانایی پیش خداست و شما با ذهنتون قضاوت نکنید. این صحبتها مثل قابله میمونه. راست میگه مولانا. شمارو آرام میکنه. شما میگین من که کاری از دستم برنمیاد، پس بهتره خاموش کنم، قضاوت کم کنم، خوب و بد کم کنم، اعتراض کم کنم، شکایت کم کنم، کمتر بخوام، چون هرچی میخوام از بیرون میخوام. از کسی خوشبختی نخوام، توقعاتمو به صفر برسونم. اینا خیلی مفید هست.

بده ای خدا امانی: توجه کنید که مولانا داره به شما میگه که خدا امان نمیده؛ البته به اندازه کافی امان داده. خب نُه ماه تو شکم مادر میمونیم. چقدر باید تو شکم ذهن بمونیم؟ نه سال، هشت سال، پنج سال؟ شصت سال که نمیشه موند! اصلاً ما با ابزار غلط رفتیم به سوی خدا. همش سایه بوده و توهم بوده. ولی چرا میگه اینو؟ هر موقع شما با اتفاق این لحظه مساله داری با قضاوتت، شما درد خواهی کشید. هر چی مقاومت کنی، بدتر میشه. حافظ میگه: گفت آسان گیر بر خود کارها * کز روی طبع سخت می‌گیرد جهان بر مردم سخت‌کوش. جهان سخت میگیره برای کسایی که سختکوشن یعنی مقاومت میکنن. شما هر چی بیشتر مقاومت میکنین، جهان بیشتر مقاومت میکنه. شما یا موازی هستی، در هر سنی هر چقدر پایینتر، موازی باید باشی ولی اگر جلوی زندگی وایسادی با مقاومت، امان نمیده و قانون زندگی میگه که درد بوجود خواهد اومد. با درد ممکنه هم‌هویت بشین.

شما به بچه‌هاتون میتونید یاد بدین که شما درد بوجود خواهی آورد و با درد هم‌هویت نشو. درد رو جزو خودت نکن. رنجشو نگه ندار. خشمگین شدی اینو یه جوری از خودت بنداز. این فایده نداره. آدم خشمگین قوی نیست. عصبانی مزاج قوی نیست. اونی که داد و بیداد میکنه قوی نیست. اونی که انعطاف داره قوی هست. خدا از جنس انعطاف است. خرد کل از جنس انعطاف است. ببینید خدا چجوری مارو هدایت میکنه: شما امروز میگین من الان دو ساله رفتم دانشگاه میخوام حسابداری بخونم، میگه بخون. بعد دو سال میگی نه خوشم نمیاد و میخوام برم مثلاً مهندسی بخونم. یه سال هم مهندسی میخونی میگی نه خوشم نمیاد میخوام برم دکتر بشم. زندگی نمیگه که مارو مسخره کردی. بالاخره یه جا برو دیگه. بیا برو دکتر بشو. هیچی نمیگه به شما. حالا انرژی رو من میدم ببر در این مسیر، انتخاب کن. چقدر انعطاف داره. ما باشیم یا

پدر و مادر اون آدم باشیم میگیم یا مارو مسخره کردی یا خودتو. یعنی چی! کی گفته شما این کارارو بکنی. ولی خدا اینطوری حرف نمیزنه. امان میده به شرطی که اجازه بدی باهاش موازی باشی. اگر نوک به نوک دراومدی بدون که درد ایجاد خواهد شد.

»» به خدا خبر ندارم، چو نماز می‌گزارم ** که تمام شد رکوعی، که امام شد فلانی ««

من خبر ندارم وقتی نماز میگزارم. کی رکوع تمام شد؟ رکوع اون حالتی است که ما در نماز خم میشیم و علامت تواضع و خم شدن در برابر زندگیست و در ادامه اون سجده است که هفت قسمت بدن ما (پیشانی، کف دو دست، دو زانو و دو شست پا) در روی زمین است و نشان تسلیم کامل است؛ یعنی من از خودم هیچ اختیاری به لحاظ منم ندارم. ولی از این قد راست من ذهنی خم شدن، مهمه. ما خم نمیشیم. خم شدن برای نماز در عمل نشانه خم شدن شما در برابر خدا باید باشه که نیست. مولانا میگه من وقتی رکوع میکنم، دیگه اصلا تمام نمیشه. کی تمام میشه؟ یه بار رکوع کردم در زندگیم، یکبار تسلیم شدم همینطوری تسلیم موندم. نمیدونم کی تمام میشه؟ هر کسی که به حضور زنده شده، امام من است.

میخواد بگه که من در همه زندگی رو میبینم. مخصوصا انسانهایی که به زندگی زنده هستن. انسانی مثل مولانا به جهان نگاه میکنه، زندگی رو میبینه. باید یه عمقی داشته باشین که اونجا برسین. البته باید روی خودتون کار کنید. در ضمن این غزل رو اینقدر باید بخونین تا در شما زنده شود. بسیار غزل ظریف و تو دست نیا است. صحبت کنیم خراب میشه. شما باید بهش زنده بشین. میگه من ذهن ندارم که تشخیص بدم چه کسی با چه مشخصاتی امام شد. پشت سر کی نماز میخونم؟ پشت سر زندگی. همه از جنس زندگی هستند. رکوع من هم تمام نمیشه. از وقتی که خم شدم، همینطور خم موندم. همینطور در حال سجده هستم. یعنی من هر جا میرم و هر کاری میکنم، موازی با زندگی هستم. با هیچ چیزی ستیزه ندارم. من کاملاً بی‌مقاومت هستم. آفتاب زندگی می‌تابه، شیشه من پشتش رنگ نداره، صافه و رد میشه همش.

»» پس از این چو سایه باشم، پس و پیش هر امامی ** که بکاهم و فزایم ز حراک سایه‌بانی ««

حراک یعنی جنبش و حرکت. میگه بعد از این مثل سایه میشم. پس و پیش هر امام. هر امام یعنی کسی که به زندگی زنده شده. علی‌الاصول همه انسانها به زندگی زندن، منتها در خیلیا به صورت قوه است. دوباره برمیگردم به اینکه دو تا بحر در ما است و این دو با هم قاطی نمیشن. پس ما هم به زندگی زنده‌ایم، یعنی ما به خدا زنده‌ایم؛ منتها این بحر تلخ غالب است. ما همش به بحر تلخ نگاه میکنیم. یعنی به هشیاری جسمی. در غزل گفت که سفره پهن شده، چراغ هست اون وسط و چراغ نفتی است. چراغ نفتی با خورشید خیلی فرق داره. من با نور خورشید نمیبینم، با نور ذهنم میبینم. کنار اون نماز میخونم، حواسم همش به سفره

است. نکنه دیگران ببرن و فکر میکنم غذا محدود هست. ما اینطوری هستیم. فکر میکنیم اگه دیگران موفق بشن، سهم مارو بردن. جهان رو محدود و کمیاب میبینیم.

میگه بعد از این مثل سایه میشم. پس دیگه پس و پیش امام فرقی نداره. من سایه اون هستم؛ یعنی سایه زندگی هستم که بزرگ میشم و کوچک میشم وقتی او حرکت کنه. تمام انسانها یک نفر هستن. یک زندگی است. فرض کن همه به زندگی زنده بودن، به حضور، همه به عمق بی‌نهایت. چه فرقی با هم داشتن؟ فقط فرقهای بدنی و سطحی داشتن. در اصل ما یک نفر هستیم. این قدر فرق‌های سطحی مثل باورها، مذاهب و چیزهای سیاسی و همه اون دردها هم‌هویت‌شده‌ایم که ما به جدایی افتادیم. میگه نَه یه نفر بیشتر نیست. زندگی پس و پیش نداره. بعداً میگه این سایه‌بان همین خداست. که بکاهم و فزایم ز حراک سایه‌بانی: پس سایه‌بان انسانی است که پیره و به زندگی زنده شده یا زندگیه. هم روشنی داره و هم سایه داره. این سایه، سایه آرامش و شادی است. میگه من با حرکت او حرکت میکنم. در زیر هم اینو تایید میکنه. الان به شما میگه که:

»» به رکوع سایه منگر، به قیام سایه بنگر ** مطلب ز سایه قصدی، مطلب ز سایه جانی ««

این بیت خیلی مهمه. به رکوع خودت بنگر. وقتی سایه داری؛ سایه چیه؟ من ذهنی، شما به خم شدن و بلند شدن اون منگر. وقتی ما خودمون شدیم، امروز از فردوسی خوندیم که از چیزی که درست کردی ازش زندگی نخواه. از او نخواه به تو بگه که کی هستی. این یه سیستمی است که تو بوجود آوردی و هر لحظه هم تو بوجود میاری. هر لحظه متوقف کنی اون بوجود نمیاد. وقتی شما مقاومت را به صفر برسونید، سایه اونطوری که من داشته باشه دیگه وجود نداره.

میگه از سایه من‌دار، از من ذهنی نخواه که رکوع کنه. اگر رکوع کرد به اون نگاه نکن، اون رکوعش تقلبی است. به قیامش هم نگاه نکن. ما چیکار میکنیم؟ ما خم میشیم تا بلکه قیام ما قیامت زندگی باشه. یعنی ما روی پای زندگی راست بشیم. ما برای چی رکوع میکنیم، برای چی رکوع و تعظیم میکنیم و تسلیم میشیم؟ بلکه وقتی هی تسلیم میشیم، زندگی میاد. مولانا گفت یکبار رکوع کردم، نمیدونم کی تموم میشه این. شما میتونید این کارو بکنید؟ اگر به رکوع سایه و به قیام سایه ننگرین، به رکوع و اصل خودتون نگاه میکنین که دائماً در حال تسلیم است و به بی‌نهایت قیام کرده؛ یعنی به خودتون زنده شدین شما.

از این سایه هم منظور و قصد زندگی رو نپرس. از من ذهنی نپرس که برای چی اومدم اینجا؟ اینجا من چیکار میکنم؟ برای اینکه اون به تو میگه اومدی انباشته کنی، هر چه بیشتر بهتر، مقایسه کنی. اون حرفاش اینطوریه و بلد نیست من ذهنی. مطلب ز سایه قصدی؟ نپرس از من ذهنی که قصدم چیه؟ اون ممکنه به تو بگه که قصدت اینه که به خدا برسی. الان داری تسلیم میشی ولی تسلیم من ذهنی موقعی درسته که صفر

بشه، منفجر بشه و هیچی ازش نمونه. اگه اونطوری بگه راست میگه ولی هیچ موقع این کارو نمیکنه. کی تراشد تیغ دسته خویش را؟ رو به جراحی سپار این ریش را. یعنی زخمو بِبَر به دست جراح قابل بسپار.

مطلب ز سایه جانی؛ ما مدتهاست از سایه‌مون زندگی میخوایم، مدتهاست از سایه‌مون میپرسیم که من کی هستم؟ مدتهاست که جستجو میکنیم؟ این جستجو یعنی از سایه پرسیدن، سایه وقتی بزرگ میشه ما خوشحال میشیم، سایه وقتی کوچیک میشه ما غمگین میشیم. سایه به سایه‌بان ما مردم بستگی داره، مردم اگر مارو تایید کنن، سایه بزرگ میشه و مارو تکذیب کنن سایه کوچک میشه.

در تمثیلی مولانا گفت که مرغ در بالا میپره و سایه‌اش در زمین حرکت میکنه. یه ابلهی صیاد این سایه میشه. وقتی سایه بزرگ میشه، خوشحال میشه که مرغ بزرگی گرفتم. وقتی سایه کوچیک میشه، غمگین میشه. هر دو سایه هست. مطلب ز سایه جانی که سایه‌ات جان نمیده. مدتهاست که ما از سایه که اقلام اون سفره هست، مفهومشو در ذهن چسبیدیم، دنبال هویت هستیم، دنبال زندگی و خوشبختی هستیم. یکی از اون سایه‌ها همسرمون است. ما دنبال خوشبختی گرفتن و زندگی گرفتن از همسرمون، مقاممون، بچه‌مون هستیم.

»» ز حساب رست سایه، که به جان غیر جنبد ** که همی زند دو دستک، که کجاست سایه‌دانی ««

شما اگر از سایه قصد نطلبید، جان نطلبید و هیچی نخواین از سایه، یعنی از من ذهنی نمخواین، در نتیجه از من ذهنی آزاد میشین. من ذهنی از حساب میرهه. چرا ما زیر این فشار هستیم؟ چون از ذهنمون میپرسیم من کی هستم؟ حساب کن ببین من چه اندازه هستم. حساب اون هم مثلاً پولهارو رو هم میذاره، مقامشو میذاره و هر چی که باهاش هم‌هویته، میگی تو این هستی. ولی اگه شما الان این چیزهارو ازش نخوای، چی میشه؟ از حساب میرهه، خوشحال میشه، آزاد میشه و من میفته. چرا؟ چون از حساب رسته و به جان غیر میجنبه، به جان زندگی میجنبه. گفت بعد از این من سایه هستم پس و پیش هر امامی. پس هر کی زندگیه، من سایه او هستم. یعنی سایه من هیچ اختیاری نداره. اگر بخوای از سایه بپرسی، سایه قویتر میشه. شما یه شیشه بذارین و از اون سمت که آفتاب میاد رنگ کنین، هر چقدر بیشتر رنگ کنید، رنگ ضخیمتر بشه، سایه بهتر میشه. چرا؟ چون مقاومت بیشتره. از سایه حساب بخواهی، سایه قویتر میشه.

از سایه زندگی بخوای، سایه میگه من زندگی رو در واکنش میبینم. هر چقدر از من بیشتر بخوای، من معتادتر میشم به واکنش. واکنش مارو گیج میکنه. شما کسایی رو که معتاد به واکنش هستن، ببینید. چجورین اونا؟ خودتون رو ببینید. چقدر معتاد به واکنش هستین؟ به درجه‌ای که شما از سایه حساب میبرین. ولی شما میگین الان هیچ رنگی پشت این نیست. من کاری به سایه‌ام ندارم و در نتیجه نور رد میشه و آثار نیکش در زندگی شما، آثار خلاقش در فکرهای شما سایه هست. سایه ما در انعکاس سخن

عشق است. سایه حافظ چیه؟ از صدای سخن عشق ندیدم خوشتر * یادگاری که درین گنبد دوار بماند. پس انعکاس سخن عشق یا عشق در این جهان سایه است. سایه ما با خدا یکی شده است. سایه دست میزنه و بشکن میزنه. دنبال چی میگرده؟ دنبال سایه‌دان میگرده. سایه‌دان مثل قندان که سایه رو در آغوش بگیره.

ببینید چقدر قشنگ میگه مولانا. میگه اگر شما ولو اینکه من دارین، مَنِتون در فضای یکتاییه. شما فضای یکتایی هستین، شما فضای یکتایی باشین، از این منتون، از این سایه‌تون حساب نخوان. این میرهه و شروع میکنه به شادی کردن. اونم آزاد میشه. اونم دچار چیزی شده که نباید میشد. دائماً بشکن میزنه، دست میزنه که سایه‌دان کو؟ برای اینکه سایه هم از سایه‌دان انرژی خوبی میگیره.

شما میخواین در این جهان آثار داشته باشین، یعنی اثر داشته باشین و اثرگذار باشین؟ مقاومت را به صفر برسانید. خواهید دید که هر فکری که میکنید و هر عملی که میکنید، یه سایه‌ای میندازه که این نیک و ماندگار است. توش درد نیست. چون از سایه شما چیزی نمیخواین. از سایه نمیپرسین که حساب کن من کی هستم. در نتیجه این سایه دنبال سایه‌دان است. یعنی مزاحم شما نیست که بیاد دل شما بشه. سایه هم همین فضارو میخواد. معنیش اینه که حتی منِ ما هم موقعی که آزاد میشه، اون هم میره دنبال آسودگی خودش. دردها هم میرن به جایی که باید برن، شما درد نداشته باشین درد کجا میره؟ چی میشه و چه بلایی سرش میاد. شما نگران این نباشین. برای اینکه درد با شما هماهنگی نداره. اونم میره جای خودشو پیدا میکنه در این کائنات.

»» چو شه است سایه‌بانم، چو روان شود روانم ** چو نشیند او نشستم به کرانه دکانی ««

میگه وقتی سایه‌بانم خداست، شاهه، زندگیه، اگر او روان بشه، من هم روانم. اگر بنشینه من هم مینشینم. منتها در کجا؟ در ساحل یا کرانه کائنات. در فضای عشق، در کرانه دریایی یکتایی و عشق. قصه دکان و طوطی یادتان هست که بقالی بود و طوطی داشت سبز بود. این همون دکان است. دکان در اینجا یعنی کائنات. منتها من در کرانه‌اش نشسته‌ام. داره میگه که من در کرانه دریای عشق نشستم. من با او یکی هستم، میخواد از من روان بشه، خوب روان میشم. اگر بنشینه، من هم مینشینم. پس من با ذهنم هیچ اختیاری ندارم، هیچ تصمیمی نمیگیرم و من میدونم این کار مشکل هست. برای همین باید روی خودمون کار کنیم ولی غیر ممکن نیست.

»» چو مرا نماند مایه منم و حدیث سایه ** چه کند دهان سایه؟ تبعیت دهانی ««

ولی اگر سرمایه یا مایه نماند، من میشم قصه‌ی زندگیم که همیشه دردناک هست. قصه بثمر نرسیدگی که داره میره به آینده بثمر برسه. حدیث داره سایه. یعنی اگر مایه حضور نداشته باشم، این حضور میتونه بی‌نهایت باشه، اگر من کَنده شدم از بی‌نهایت و کوچولو شدم، هیچ سرمایه حضور ندارم، در اینصورت فقط قصه زندگی دارم، قصه دردناک زندگی من که هیچ موقع به ثمر نرسیده و هیچ موقع به ثمر نخواهد رسید. برای اینکه میخوام در زمان با توهمات به زندگی برسم، به ثمر برسم. اگر سرمایه حضور نداشته باشم، منم و حدیث سایه. اما دهان سایه، دهان من ذهنی چه حرفایی میزنه؟ حرفهای قصه رو که ما میگیم ما گذشته متحرک هستیم. اگر شما داستان زندگی دارین، این داستان را باید تمام کنید و بیندازین. این داستان به ثمر نخواهد رسید، اینطوری که داره میره. شما باید مایه و سرمایه حضور را زیاد کنید.

شما باید قصه را رها کنید، قصه یه مقدار حرکتی داره (معادل انگلیسی آن Momentum است.) که داره میره به آینده. ببینید چقدر ما علاقه داریم بریم به آینده. میگه من در کرانه دریای عشق نشستم. اگر خدا از طریق من روان بشه، من هم روان میشم. اگر نخواد روان بشه من هم در کرانه دریای عشق در آرامش نشستم تا هر موقع خواست روان بشه. ولی اگر این سرمایه را نداشته باشم، این حضور را نداشته باشم، من فقط حدیث تلخ سایه هستم چون از حساب نرسته. سایه همون قصه زندگی ماست و دهانش فقط تبعیت از یه دهان دیگه رو میکنه. فقط تقلید میکنه. گفتگوی دهان من ذهنیرو میکنه. یعنی هشیاری من چون عمق نداره، رفته حرفهای یه قصه ناتمام رو همیشه داره میگه. قصه دردهای گذشته رو داره میگه. میگه این دردهای من کی به نتیجه میرسه؟ کی من کامل میشم؟ هیچ موقع، هیچ موقع.

»» نکنی خمش برادر، چو پری ز آب و آذر ** ز سبو همان تلابد که در او کنند یا نی ««

میگه برادر، ای دوست من خاموش نمیکنی. چرا؟ برای اینکه پر از دویی هستی، پر از بد و خوب هستی. آذر یعنی آتش با آب ضد هست. سیستم ذهن دویی است، هر حادثه و قصه‌ای را بد و خوب میکنه که همیشه قصه ما بد است. هر کسی قصه داره، قصه‌اش بد هست، تلخه، ظلمه. آیا میشه ما خاموش کنیم و حرف نزنیم، ساکت باشیم؟ دقت کنید در قضاوتها. قضاوتها از بد و خوب کردن میاد.

قصه اون مردی که اتومبیل را برده بود یادتان باشد. هنرش این بود که تن به قضاوت من ذهنی نمیداد. به خوب و بد من ذهنی تن نمیداد. وقتی تن نمیده، قصه میفته. قصه با گفتگو ادامه داره. شما میتونی تصمیم بگیری من دیگه راجع به اون چیزهایی که قبلاً حرف میزدم نمیخوام حرف بزنم. من اگر بثمر نرسیدگی دارم، همرو میندازم. چون میدونم به ثمر از طریق زمان نخواهند رسید. انسان بثمر رسیدنش، زنده شدن به زندگی در این لحظه است، عمق در این لحظه است. من ذهنی خودشو بثمر نمیرسو، اگه بثمر برسه که دیگه

من ذهنی وجود نداره. من ذهنی همیشه باید شکایت کنه، ناراضی باشه و همیشه باید خشمگین باشه، پر از هیجانات منفی باشه وگرنه دیگه من ذهنی نیست.

میگه در کوزه همان هست که توش ریختی؛ در کوزه همان برون تراود که در اوست. در این کوزه چی ریختی؟ زهر. بنابراین از این کوزه با گفتگوی تو درد بیرون میاد. یه موقعی تو این کوزه که در بیت اول گفت: منم و خیال یاری، غم و نوحه و فغانی؛ خیال یار ریختی اینجا، فضای درون گسترده شده و بی‌نهایت شده؛ یا نه کوچیکه و پر از درد هست. هر چی ریختی، اون بیرون میریزه. چیز دیگه‌ای بیرون نخواهد ریخت.

کانال گنج حضور در تلگرام

http://telegram.me/ganjehozourchannel

با ما در تلگرام در تماس باشید:

+98 910 064 2600

To order newest Ganj e Hozour CDs or DVDs, from every part of the world.

In Iran Please Contact:
Telegram: 910-064-2600
Office: (0990) 194 4103

Please contact
(818)970-3345
(818)224-4164
in USA, or email address:
shahbazi@rapidtest.com

Support Ghanje Hozour from IRAN

Hesabe Sepehr / Bank Saderat
Acc.No. 0209825346002
Card .No. 6037 6915 7381 4480
Masoud Nonezhad

بانک صادرات
حساب سپهر
شماره حساب: 0209825346002
شماره کارت: 6037 6915 7381 4480
به نام: مسعود نونژاد

Support Ghanje Hozour from Europe and U.S.A:

WELLS FARGO BANK
6001 Topanga Canyon Blvd, Woodland Hills , CA
91367 USA.
Beneficiary Name: TREASURE OF PRESENCE FOUNDATION, INC.
Account #: 9375957264 Routing: 121000248
Swift #WFBIUS6S

Also you can support us by
Credit Card (Visa or MasterCard)
Or
send Cash or Check to this address:
Parviz Shahbazi
P.O.BOX 745 Woodland Hills, CA
91365 U.S.A