

اجرا: پرویز شهبازی

با سپاس و قدردانی از اعضای گنج حضور، که با حمایت‌های مالی خود امکان تداوم این برنامه را فراهم می‌آورند. خوانندگان گرامی، آغاز حمایت مالی شما، علاوه بر رعایت قانون جبران نقطه شروع پیشرفت مادی و معنوی شما خواهد بود.



www.parvizshahbazi.com

گنج حضور

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۷۷

(۱) هم رنگِ جماعت شو، تا لذتِ جانِ بینی
در کویِ خرابات آ، تا دردگشان بینی

(۲) درکش قدحِ سودا، هل تا بشوی رسوا
بربند دو چشمِ سر، تا چشمِ نهان بینی

(۳) بگشای دو دستِ خود، گر میلِ کنارست
بشکن بُتِ خاکی را تا رویِ بتان بینی

(۴) از بهرِ عجوی را تا چند گشی کابین؟
وز بهرِ سه نان تا کی شمشیر و سنان بینی؟

(۵) نک ساقی بی جوری، در مجلسِ او دوری
در دورِ درآ، بنشین، تا کی دوران بینی؟

(۶) این جاست ربا نیکو، جانی ده و صد پستان
گرگی و سگی کم کن، تا مهرِ شبان بینی

(۷) شب یار همی گردد، خَشْخاشِ مخور امشب
بربند دهان از خور، تا طعمِ دهان بینی

(۸) گویی که فلانی را بُبرید ز من دشمن
رو ترکِ فلانی گو، تا بیست فلان بینی

(۹) اندیشه مکنِ اَلّا، از خالقِ اندیشه
اندیشه جانان به، کاندیشه نان بینی

گنج حضور

(۱۰) با وسعتِ اَرْضُ الله بر حبس چه چَفْسیدی؟

زاندیشه گِره گم زن، تا شرحِ جنان بینی

(۱۱) خامش گن ازین گفتن، تا گفت بَری باری

از جان و جهان بگذر، تا جان و جهان بینی

با سلام و احوال‌پرسی،

برنامه گنج‌حضور امروز را با غزل شماره ۲۵۷۷ از دیوان‌شمس مولانا شروع می‌کنم.

غزل اصلی_بیت اول:

مولوی، دیوان‌شمس، غزل شماره ۲۵۷۷

همرنگ جماعت شو، تا لذتِ جان بینی

در کویِ خرابات آ، تا دُرْدکشان بینی

پس امروز مولانا به ما توصیه می‌کند که ما هم‌رنگ جماعت بشویم، تا لذت جانی را که در ما مرتعش است ببینیم. و به کوی خرابات برویم و آن‌جا آن باشندگانی را که دُرْد می‌کشند، یعنی جام شراب را تا ته می‌خورند، حتی دُرْدش را هم می‌خورند، آن‌ها را ما ببینیم. با توجه به جامعیت گفتار مولانا یعنی این‌که وقتی ایشان صحبت می‌کنند، نه تنها کلیه افراد بشری بلکه تمام باشندگان را در بر می‌گیرد، همان‌طور که شما می‌دانید، هر کسی از فضای عشقی صحبت کند، خِرَدی که از او بیان می‌شود فقط معطوف به یک شخص یا جماعت خاصی نیست، بلکه جامعیت دارد.

یعنی حداقل تمام افراد بشری را در برمی‌گیرد یا تمام باشندگان را. در این‌جا جماعت یک گروه خاصی نیست، بلکه تمام باشندگانی که با ما همراه هستند را در برمی‌گیرد، مثل نباتات، حیوانات، جامدات. یعنی هر چیزی که فرم دارد جزء جماعت است. پس مولانا می‌گوید که: هم‌رنگ این‌ها شو تا لذتِ جانت را ببینی. ولی ما نمی‌توانیم با ذهن‌مان هم‌رنگ همه باشندگان شویم. برای این‌که هم‌رنگ آن‌ها شویم باید بی‌رنگ شویم.

گنج حضور

برای این کار باید در سکون حضور این لحظه جان خودمان را، آن یک زندگی را که در درون ما می‌تپد و این بدن ما را و تمام امور ما را اداره می‌کند، آن یک زندگی را حس کنیم. کما این که مولانا اشاره می‌کند لذت جانت را ببین. برای این که لذت جانمان را ببینیم باید حاضر باشیم. زندگی در این لحظه است.

پس در سکون این لحظه، ما آن فضای زنده را که ما را به حرکت درمی‌آورد و زندگی را در وجود ما می‌دَمَد و ما حرکت می‌کنیم، آن را می‌توانیم حس کنیم.

وقتی زندگی خودمان را حس کنیم و زنده به آن شدیم، می‌توانیم همان یک زندگی را در باشندگان دیگر مثل حیوانات و درختان هم حس کنیم و از جمله انسان‌های دیگر و اسم آن وحدت یا عشق است.

پس اگر بگوییم که خدا آن یک زندگی است که زیر تمام باشندگان عالم است، عشق؛ حس و بیداری به آن زندگی است.

عشق این است که ما بشناسیم و بدانیم که ما آن هستیم و آن را حس کنیم. نه این که ذهناً تصورش کنیم.

تصور ذهنی غیر از زنده شدن به زندگی است. پس وقتی ما آن یک زندگی را حس کردیم می‌توانیم هم‌رنگ همه جماعت بشویم. و با ذهنمان نمی‌توانیم. این آن ضرب‌المثل را هم به یادمان می‌آورد که خواهی نشوی رسوا، هم‌رنگ جماعت شو.

این جا مولانا عکس آن را می‌گوید: می‌گوید: هم‌رنگ جماعت شو.

در پایین می‌گوید:

« دَرکش قدحِ سودا، هِل تا پشوی رسوا »

یعنی تو این جام شراب جنون و عشق را سر بکش و بگذار رسوا بشوی که الآن صحبت خواهیم کرد. پس اولین چیزی که متوجه می‌شویم این است که ما با ذهنمان نمی‌توانیم با همه چیز هم‌رنگ شویم.

آن کاری که ذهن می‌کند مثلاً یکی می‌آید پیش شما و نشان می‌دهد که هم عقیده شماست و مثل شما لباس می‌پوشد و یا کارهایی می‌کند که شبیه کارهای شماست و شما فکر می‌کنید که هم‌رنگ شما شده؛ حقیقتاً هم‌رنگ شما نیست.

برای این که همان‌طور که خواهیم دید مولانا در پایین می‌گوید: او یک من‌ذهنی دارد که آن من‌ذهنی این آداها را درمی‌آورد. اگر قرار باشد هم‌رنگ واقعی بشویم، ما باید نور بی‌رنگ حضور بشویم و از طریق آن یک نور و آن یک زندگی با هم متحد بشویم. نه تنها ما

انسان‌ها باید آن‌طوری بشویم، باید از طریق حس آن یک زندگی با باشندگان دیگر هم هم‌رنگ یا حس وحدت بکنیم.

پس می‌گوید:

« کوی خرابات آ »

خرابات همان‌طور که می‌دانید یک محله‌ای بوده که آن جا شراب می‌فروختند و بقیه ابزارهای به اصطلاح فسق و فجور و کسی که آن جا می‌رفته خراب می‌شده، یعنی شراب می‌خورده و مست می‌کرده، بنابراین این شراب حالت مستی به او می‌داده و هم‌چنین از شکنجه‌ها و حيله‌ها و مکر من‌ذهنی‌اش موقتاً آزاد می‌شده. مولانا تمثیل می‌زند.

گنج حضور

پس بنابراین جایی که حقیقتاً می‌توان گفت خرابات؛ که ما آن‌جا به اصطلاح خراب می‌شویم، فضای بسیار عمیق بی‌ذهنی این لحظه است. خرابات جایی است که ما وارد می‌شویم، وقتی که همان‌طور که مولانا در آخر می‌گوید خاموش کن از این گفتن، ما از این گفتن یعنی گفت‌وگوی ذهنی یک لحظه خاموش شویم.

اگر ذهن ما خاموش بشود، آن فضایی که ما در آن قرار می‌گیریم، آن یک فضای بسیار عمیق بی‌ذهنی است. یعنی ذهن فعال نیست و من نمی‌سازد که آن فضا را به اصطلاح بپوشاند. در پایین اسم آن را ارض‌الله می‌گذارد. ارض‌الله یعنی زمین خدا.

« با وَسْعَتِ اَرْضِ اللَّهِ بر حَسِّ چه چَفْسیدی »

با این وسعتی که زمین خدا دارد تو چرا به حس چسبیده‌ای. حس کجاست؟ حس، فضای بستۀ من‌ذهنی است. پایین اسم آن را می‌گذارد عجوز یا بت خاکی.

به ما می‌گوید که: اگر تو در درونت بی‌ذهن باشی، آرام باشی، یعنی هر لحظه یک فکری در ذهنت پدیدار نشود که زندگیت را بدزدد، حس یک حالتِ بودنِ ریشه‌داری می‌کنی که در این حالت اسمش را می‌توانیم بگذاریم، آن حالت را زمین خدا و این حالت، حالتِ ریشه‌دار بسیار عمیق است و شما حس وجود را از چیزهایی که دارید یعنی از متعلقات یا هیچ فرم دیگری از بیرون نمی‌گیرید. بلکه این فضا به‌خودی‌خود به اصطلاح به شما حس وجود می‌دهد و شما روی پای خودتان قائم می‌شوید و این معادل همان حضور است. پس حضور یعنی آگاهی از بی‌نهایت حال یا بی‌نهایت این لحظه که عین فضای بی‌ذهنی است. در حالتی که ما حس حضور می‌کنیم یعنی حس می‌کنیم که این فضای بی‌نهایت عمیق هستیم، ذهن نمی‌تواند ما را بکشد و به خودش مقید کند.

یعنی چیزهایی که ذهن به ما نشان می‌دهد مهم نیست.

برای این که این‌قدر ما زنده به زندگی هستیم که نیازی نمی‌بینیم که از آن چیزهای بیرونی زندگی بیرون بکشیم. این موضوع را هم مولانا در سطرهای آخر به ما یادآوری می‌کند. می‌گوید:

« خاموش کن از این گفتن تا گفت بَرِ باری »

یعنی از این گفت‌وگویی که زندگی تو را می‌دزدد خاموش کن تا یک گفت خاصی را ببری که تا حالا ندیدی. یک خردی از تو بیان شود، یک زندگی از تو بیان بشود که تا حالا ندیدی. برای این که تا حالا ما بیان ذهنی خودمان را دیده‌ایم و این بیانِ ذهنی در واقع تکرار عقاید گذشتگان است و ما این‌ها را خلق نکردیم.

گنج حضور

غزل اصلی_ بیت یازدهم:

مولوی، دیوان شمس غزل شماره ۲۵۷۷

خامش کن از این گفتن، تا گفت بَری باری

از جان و جهان بگذر، تا جان و جهان بینی

یعنی تو از جانت که در واقع چسبیده به جهان که نه جانت را حس می‌کنی و نه جهان را می‌بینی، بگذر. تا یک‌دفعه جانت را ببینی، یعنی زنده بشوی به جانت. آن‌موقع جهان را ببینی. این دو مطلب با هم فرق دارد. در حالت فعلی ما جذب جهان هستیم. بنابراین ذهن ما جهان را به ما نشان می‌دهد و ما فقط فرم‌ها را می‌بینیم، جسم‌ها را می‌بینیم، از جنس جسم هستیم، برای این‌که از جنس فکر هستیم. هر لحظه در سر ما یک فکر پدیدار می‌شود و این فکر راجع به چیزی است و ما با آن فکر هم‌هویت هستیم. بنابراین از جنس فکر هستیم. فکر هم شکل دارد. فکر که در ذهن ما پدید می‌آید از جنس گنج‌حضور نیست، از جنس جان نیست. ولی چون ما به آن چسبیده‌ایم و با آن عجین شده‌ایم مولانا به می‌گوید:

«از جان و جهان بگذر»

جهان که شده جان تو از آن بگذر تا جانت را ببینی. آن‌موقع جهان را هم خواهی دید. یعنی ما ضمن این‌که فضای بی‌ذهنی را حفظ می‌کنیم و زنده می‌شویم به آن‌که این اسم آن همان ارض‌الله است و بسیار وسیع است. این وسعت به‌صورت ریشه بی‌نهایت حس می‌شود. ریشه بی‌نهایت معنی آن این است که اتفاقات و چیزهای بیرونی نمی‌توانند ما را از این بی‌نهایت ریشه در بیاورند. ما دیگر به حسی که هم‌هویت شدن با چیزها و رویدادها برای ما پدید می‌آورند نمی‌چسبیم. بنابراین وقتی ما به جان‌مان زنده می‌شویم، به خرابات می‌رویم و داریم لذت جان‌مان را می‌بینیم، هنوز جهان بیرون برای ما وجود دارد ولی جهان بیرون نمی‌تواند ما را مقید کند. نمی‌تواند ما را زنجیر کند. برای ما رویدادها دیگر آن‌طور مهم نیست. چرا؟ برای این‌که ما به اصل‌مان و به ذات‌مان زنده شدیم. یادمان باشد که اصل ما و ذات ما از جنس بی‌نهایت و ابدیت است. بی‌نهایت و ابدیت دو مشخصه خداست. ابدیت یعنی بی‌نهایت حال، بی‌نهایت این لحظه، حال. همیشه این لحظه است و شما نمی‌توانید از این لحظه خارج شوید و شما هم نمی‌دانید چرا همیشه این لحظه است. از این ما فرار نداریم. همیشه حول این لحظه اگر هم ما دور شویم فوراً به این لحظه می‌آییم. کما این‌که در پایین می‌گوید تا کی دَوَران بینی. ما چون فرم می‌شویم مرتب حول این لحظه به‌صورت یک قمر می‌چرخیم ولی خیلی نمی‌توانیم دور شویم. پس دو تا خاصیت خدایی به نام بی‌نهایت و ابدیت وجود دارد. این ابدیت از جنس زمان است و بی‌نهایت از جنس مکان است.

گنج حضور

ما فکر می‌کنیم این ابدیت و بی‌نهایت در بیرون وجود دارد و در بیرون به‌صورت ذهن ما، به‌صورت زمان و مکان نشان می‌دهد.

این مهم است که بدانیم و بفهمیم که ما از چه جنسی هستیم؟

ما از جنس ابدیت و بی‌نهایت خدایی هستیم. در درون‌مان این ابدیت و بی‌نهایت معادل دارد که اگر آن را ببینیم ذات‌مان را می‌شناسیم. این همه که می‌گوییم خودشناسی و خودشناسی؛ برای این است که ما بشناسیم از چه جنسی هستیم؟

ما از جنس ابدیت هستیم.

کی این را می‌شناسیم؟

وقتی به حال ابدی هوشیار بشویم. وقتی به حال ابدی هوشیار بشویم و فکر کنیم که آن هستیم دیگر حس مُردن نمی‌کنیم و بی‌نهایت خودش را در ما به‌صورت فضای بی‌نهایت عمیق بی‌ذهنی نشان می‌دهد. یعنی به‌محض این‌که شما ذهن را خاموش کنید نه به‌صورتی که الآن عرض کردم که هر لحظه یک فکر خودبه‌خود در ذهن ما پدید می‌آید و انرژی حضور را می‌دزدد و هوشیاری حضور را می‌دزدد؛ آن‌طوری نه.

ذهن خاموش بشود و شما آرام بشوید و یک‌دفعه متوجه بشوید که حس بی‌نهایت عمیقی به شما دست داد. یک حالتی که حالت ریشه‌دار است.

و در این حالت شما متوجه می‌شوید که عمق شما ریشه ندارد و شما از جنس بی‌نهایت هستید.

اما این فضای بی‌نهایت عمیق که در واقع اسم آن بی‌مکانی است و در واقع کوی خرابات است، در واقع ارض‌الله است. یعنی زمین خدا است. با بی‌زمانی یعنی با هوشیاری این‌که همیشه این لحظه است یکی است.

پس ما وقتی هوشیار شویم به این‌که همیشه این لحظه است و به عینه این را دائماً ببینیم چون همیشه در این لحظه زنده هستیم و چون همیشه در این لحظه زنده هستیم و لذت جان‌مان را می‌بینیم و بی‌نهایت عمق حس می‌کنیم، دیگر از این‌جا تکان نمی‌خوریم و رویدادهای بیرونی اهمیت‌شان را از دست می‌دهند. فرق نمی‌کند چه اتفاقی می‌افتد. یادمان باشد این فضا زاینده خرد است. تمام خردها از آن‌جا می‌آید.

هر چه که ما می‌گوییم و به درد می‌خورد و جامعیت دارد، یعنی تمام ابنای بشری را در برمی‌گیرد یا تمام باشندگان عالم را در برمی‌گیرد این خرد از آن‌جا می‌آید. تا ما به آن هوشیاری نرسیم، خرد از ما بیان نمی‌شود. پس بنابراین مولانا به ما گفت که:

«هم‌رنگ جماعت شو»

یک راه آن این است که شما با همه باشندگان عالم هم‌رنگ شوید. برای این‌کار گفتیم باید از ذهن خارج شوید. نمی‌توانید در ذهن باشی و به‌وسیله ذهنیت هم‌رنگ شوی. امکان ندارد.

شما به‌وسیله ذهنیت نمی‌توانی با درخت هم‌رنگ شوی. نمی‌توانی زندگی مرتعش در درخت را حس کنی.

نمی‌توانی زندگی درون خودت را حس کنی. برای این‌که ما همیشه در ذهن‌مان هستیم و این ذهن خشک است. برای همین است که بی‌رمقی و خشکی را ما حس می‌کنیم و زنده بودن زندگی را حس نمی‌کنیم. ولی راحت‌ترین آن رفتن به طبیعت است. شما ببینید که با نباتات، با درختان و گل‌ها مخصوصاً در این فصل می‌توانید ارتباطی برقرار کنید؟

متن برنامه شماره ۲۰۵

گنج حضور

نه این که با آن‌ها حرف بزنی، بلکه نگاه کنی به یک درخت ببینی چه قدر ساکن است، چه قدر برقرار است، چه قدر مستقر است و آرامش دارد. ببینی شما همان آرامش را در خودتان می‌توانید حس کنید؟ انسان‌های دیگر چالش برانگیز هستند. شما تصمیم می‌گیرید بروید با انسان‌های دیگر ارتباط برقرار کنید. چون آن‌ها از جنس من هستند، در شما من را برمی‌انگیزند. شما دارید سعی می‌کنید که خودتان را حس کنید و حفظ کنید، ولی آن‌ها می‌خواهند من خودشان را بزرگ کنند و شما را به چالش می‌طلبند. بالاخره من شما را تحریک می‌کنند و شما شروع به واکنش نشان دادن می‌کنید و من خودتان را بزرگ کردن و دفاع کردن از من خودتان. برای این که حس می‌کنید که آن‌ها به وسیله شما می‌خواهند من‌های‌شان را بزرگ کنند. از شما یک چیزی را طلب می‌کنند و آن قصد و حالتی که شما داشتید آن‌ها ندارند. بنابراین شما باید اجازه بدهید که هوشیاری حضور در شما خودش را مقداری مستقر کند و بعد با انسان‌های دیگر. یا اگر دیدید با انسان‌های دیگر برخورد می‌کنید و شما دارید از آن حالت هوشیاری حضور بیرون می‌آید، عقب بکشید و دوباره خودتان را در هوشیاری حضور برقرار کنید و بعد دوباره در حالی که این هوشیاری را حفظ می‌کنید با انسان‌های دیگر برخورد کنید. در حالی که لذت زندگی مرتعش در خودتان را دارید، آن هوشیاری را دارید، یعنی شما کوی خرابات را ترک نمی‌کنید و هر موقع من شما شروع به بزرگ شدن و دفاع کردن کرد، می‌دانید که دارید از مسیر خارج می‌شوید و دوباره به آن جا برمی‌گردید. مولانا می‌گوید:

غزل اصلی_ بیت دوم:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۷۷

دَر کَشِ قَدَحِ سِودا، هِلِ تا بِشَوِ رسوا

بَر بندِ دو چشمِ سَر، تا چشمِ نِهانِ بینی

پس این قدح سودا، سودا یعنی جنون و عشق. سودا همین شرابی است که زندگی به ما می‌دهد و ما می‌خوریم. هر لحظه از جهان پنهان می‌آید.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۱۴۵

عمر هم چون جوی نُونُو می‌رسد

مُسْتَمَرّی می‌نماید در جسد

گنج حضور

هر لحظه شراب جدید می‌آید. شما این قدح و پیاله شراب را می‌خورید. مولانا می‌گوید بخورید و بگذارید که رسوا بشوید. هِل یعنی بگذار تا رسوا شوی.

و این دو تا چشم سَر را ببند یعنی هر دو چشم را ببند. یعنی به وسیلهٔ من ذهنی نبین. به وسیلهٔ ذهنت نبین تا چشم نهانت را ببینی. به محض این که به وسیلهٔ فکرهایت نخواهی جهان را ببینی، زیر فکرهایت چشم دیگر شما که چشم همین هوشیاری حضور است، دارد می‌بیند. هوشیاری حضور هم همین چشم‌تان را می‌خواهد در اختیار بگیرد. برای این که در پایین می‌گوید که:

« اندیشه مکن اِلّا از خالقِ اندیشه »

خالق اندیشه قرار است از طریق شما اندیشه بکند.

آیا اندیشه جانان بهتر است یا اندیشه نان؟

نان سَمبل همه چیزهای تعلق داشتنی است.

شما وقتی می‌گذارید ذهن شما، و من شما از اندیشه‌تان یا از چشم‌های‌تان استفاده کند، همیشه می‌خواهید نان ببینید. ولی اگر اجازه بدهید آن فضایی که الآن صحبت کردیم، ذهن شما را در اختیار بگیرد، یک دفعه می‌بینید که این دفعه دیگر اندیشه نوعش عوض می‌شود. اندیشه آن چیزهای تکراری دنبال تعمیر و نگهداری من نیست. بلکه اندیشهٔ نویی است. پس می‌بینید که مولانا در این غزل راهنمایی‌های بسیار جالبی می‌کند.

می‌گوید:

« دَرکش قدحِ سودا هِل تا بِشوی رسوا »

یکی از عواملی که نمی‌گذارد ما به گنج حضور برسیم این حیثیت بدلی است که ما برای خودمان درست کردیم و اسم آن را آبرو گذاشته‌ایم. و متأسفانه ما ایرانی‌ها آبرو داریم و منظور از این آبرو چیزهایی است که برای خودمان درست کردیم که اسم آن آبرو است که یک حیثیت بدلی است که من ذهنی درست کرده و شروع به پنهان‌کاری و پنهان‌کردن می‌کنیم، و پنهان کردن تقریباً همه چیز از همه کس و یک هم‌چو وضعیتی نه تنها ارزش‌های دروغین را رواج می‌دهد، نمی‌گذارد ما به هوشیاری حضور برسیم. برای این که به محض این که ما چیزی را از دیگران پنهان می‌کنیم و این چیز بدلی و مصنوعی است، ترس به ما مُستولی می‌شود. برای این که هر چیزی را که ما پنهان می‌کنیم به نام آبرو، مردم نباید بفهمند که من با همسرم اختلاف دارم، مردم نباید بفهمند بچه من نمره بد گرفته، مردم نباید بفهمند بچه من از کنکور قبول نشده، مردم نباید بفهمند من در خانام فرش ندارم و گلیم دارم، برای این که موقعی که مهمانی دارم می‌روم فرش‌های مردم را می‌اندازم و وانمود می‌کنم که این‌ها فرش‌های خودم است و باید یک کارهایی بکنم که مردم این موضوع را نفهمند.

اگر بفهمند که این فرش‌های مردم بوده، من آبرویم رفته.

اصلاً اگر مردم بدانند که من فرش ندارم، من آبرویم رفته. مردم نباید بدانند.

گنج حضور

یعنی من اصلم را نمی‌خواهم نشان بدهم. معنی آن این است که من اصلم را دوست ندارم. اگر من اصلم را دوست داشتم، آن چه که هستم دوست داشتم را به شما نشان می‌دادم که چه هستم. چرا وانمود می‌کنم چیز دیگری هستم؟ پس من آن اصل خودم را دوست ندارم. اگر شما اصل خودتان را دوست ندارید، چه‌طور می‌خواهید اصل شما بروز کند؟ یعنی هر لحظه شما در سر اصل خودتان می‌زنید، پنهان می‌کنید و اصلاً ترس دارید که اصل و حقیقت شما بروز کند.

«هل تا بشوی رسوا»

یک زندگی دروغین چه لذتی به شما خواهد داد؟
مولانا می‌گوید:

«دَرکش قدحِ سودا»

اصل آن قدحِ عشق است. اگر شما به آن عشق زنده نشوید، این پنهان‌کاری‌ها و آبروداری‌ها و این‌ها چه فایده‌ای دارد؟ به شما که زندگی نمی‌دهد هیچ، شما را می‌ترساند که مبدا بفهمند و ما این قدر در تسلیم مقاومت می‌کنیم، به این بی‌آبرو کردن خودمان که در واقع از دست دادن آبروی بدلی است. این آبرویی نیست. آبرو را امروز مولانا گفت: آبرو این است که شما به زندگی زنده خودتان زنده شوید و از آن طریق به همه جهان به وحدت برسید. آن یک زندگی که جهان را اداره می‌کند، آن را در خودتان ببینید و بدانید که از آن جنس هستید و وقتی از آن جنس شدید، چه چیزی را می‌خواهید پنهان کنید؟ از کی، به چه دلیل، حالا چی بشود؟ اگر دیگران بدانند یا ندانند چه فرقی می‌کند؟ علت آن این است که این بت خاکی را که این‌جا مولانا می‌گوید و این عجز در پایین می‌گوید، یک قسمتی از آن همین حیثیت‌های بدلی است. ما نمی‌خواهیم آن‌ها را از دست بدهیم. فکر می‌کنیم این‌ها مهم هستند. از این‌ها زندگی می‌آید! از این‌ها زندگی در نمی‌آید.

«دَرکش قدحِ سودا، هل تا بشوی رسوا»

حالا شما ببینید می‌توانید بدون ترس و بدون محابا، پنهان‌کاری‌های‌تان را به مردم آشکار کنید. این سبب می‌شود، چه بشود؟ این پنهان‌کاری ما را بسته. دو دست ما را این‌طوری بسته. در پایین می‌گوید:

گنج حضور

« بگشای دو دست خود، گر میل کنارستت »

می‌خواهی خدا را بغل کنی باید دست‌هایت باز کنی.
می‌خواهی زندگی را بغل کنی،
نباید دست‌هایت را باز کنی؟

« و بربند دو چشم سر تا چشم نهان بینی »

چشم سر آن‌ها را می‌بیند و این حیثیت‌های بدلی را و با آن‌ها هم‌هویت شده.
اگر شما از بچه خودتان هویت نمی‌خواهید، نمی‌خواهید بچه‌تان به شما زندگی بدهند، شخصیت بدهند، چه کار دارید که ایشان چه کاره می‌خواهد بشود؟
بگذارید هر کاری که دوست دارد بشود. شما حمایتش کنید. عشق بدهید و حمایتش کنید و پول به او بدهید. غذا به او بدهید کمکش کنید یا هر چه که دلش می‌خواهد می‌رود می‌شود، ولی اگر دکتر نشود، مهندس نشود، یک شغل با آبرویی نداشته باشد، شما سرشکسته می‌شوید برای این که شما از او هویت می‌خواهید. هَلِ تا بشوی رسوا.

غزل اصلی_ بیت سوم:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۷۷

بگشای دو دست خود، گر میل کنارستت
بشکن بُت خاکی را تا روی بُتان بینی

دو دستت را باز کن.

اگر ما به زندگی زنده بشویم، مَرّه زندگی را بفهمیم، این رفتارهای مصنوعی را که به ما حیثیت بدلی میدهد کنار می‌گذاریم و دو دست خودمان را باز می‌کنیم و باز می‌شویم. ما تا باز نشویم، چون باید باز شویم که به آن وسعت ارض‌الله پی ببریم. تا زمانی که بستگی را ما ارزش می‌دانیم، نمی‌توانیم باز شویم.
خدا از جنس بی‌نهایت است.
شما هم از جنس بی‌نهایت هستید.
شما می‌خواهید کوچک بمانید، و آن با اصل شما مغایر است.
شما می‌خواهید با جسم‌ها هم‌هویت شوید چون جسم‌ها مُردنی هستند، شما هم حس مُردنی بودن بکنید، بترسید و این ترس سبب بشود که همه را آزار دهید و خودتان را هم آزار بدهید. این راه و رسم زندگی نیست.

گنج حضور

اگر شما به حضور برسید یعنی آگاه بشوید از این که همیشه این لحظه است و شما از آن جنس هستید و شما مرگ‌پذیر نیستید، یک‌دفعه می‌بینید که آن چه مرگ‌پذیر است از شما جدا است. برای همین است مولانا می‌گوید که:

« تا جان و جهان بینی »

شما متوجه بشوید که جان من نامیرا است و جهان دارد تَند تَند عوض می‌شود. ترس از بین می‌رود.

« بشکن بُت خاکی را »

بت خاکی؛ در پایین اسم آن را گذاشت عَجوز.

بت خاکی همان من‌ذهنی است.

بت خاکی این که ما در این لحظه فکر می‌کنیم. این فکر یک چیزی را در ذهن ما به ما نشان می‌دهد و ما با آن هم‌هویت می‌شویم،

عجین می‌شویم و آن چیز هوشیاری ما را می‌دزدد و با جهان یکی می‌شویم. آن جهان بُت ماست.

هنوز مولانا ما را به‌عنوان هوشیاری حضور بی‌نهایت عمیق در این لحظه می‌نامد. به ما می‌گوید بشکن.

یعنی تو می‌توانی بشکنی.

یک لحظه می‌توانی از آن جدا بشوی و ببینی که تو نیستی.

بشکن بت خاکی را یعنی بُت پرست نشو.

بت چیست؟ همین من‌ذهنی.

« تا روی بُتان بینی »

تا ببینی که زیبارویانی وجود دارند، این زیبارویان دوباره همان باشندگان هستند. برای این که شما اگر به جان‌تان زنده شوید خواهید

دید که؛ دُرْدِکشان وجود دارند، زیبارویان وجود دارند، زندگی مطبوع می‌شود، فرم‌ها مطبوع می‌شود، جهان برای شما به‌صورت بهشت

درمی‌آید، جهان ترسناک نیست.

جهان نعمت‌هایی دارد که شما قدردان آن می‌شوید.

اصلاً یک‌جور دیگری جهان را می‌بینید.

برای این که در پایین هم دارد می‌گوید:

« ز اندیشه گره کم زن تا شرح جنان بینی »

یعنی تو نیا از اندیشه گره بزنی و خودت را مثل گره بکنی، کوچولو بکنی تا باز شدن بهشت را ببینی.

تا وسعت شرح یعنی وسعت و باز شدن و انبساط و وسعت بخشیدن و عریض شدن بزرگ‌تر شدن فضای بهشتی را در خودت ببینی.

گنج حضور

غزل اصلی_ بیت چهارم:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۷۷

از بهر عَجوزی را تا چند کِشی کابین
وز بهر سه نان تا کی شمشیر و سَنان بینی

می‌گوید که: به‌خاطر یک عَجوز؛ عَجوز یعنی پیرزن زشت مکار جادوگر؛ که در واقع سَمبل من‌ذهنی است و مولانا این قضیه کابین، کابین یعنی همان مهریه معمولی که در ازدواج هست.

می‌گوید که: یک جوانی وجود دارد، یک پسر جوانی وجود دارد که با یک پیرزن زشت جادوگر ازدواج کرده و این پسر جوان، جوان است برای این که زندگی این لحظه نو به نو، جوان، تازه می‌خواهد در ما خودش را زنده کند. این همان جوان است.

پیرزن مکار جادوگر زشت این من‌ذهنی است که براساس هم‌هویت‌شدگی با جهان به‌وجود آمده.

این پیرزن در این زناشویی این پسر جوان با این پیرزن همه چیز را به‌عنوان کابین می‌خواهد.

کابین همان‌طور که می‌دانید وقتی زن و مرد با هم ازدواج می‌کنند مهریه یا کابین؛ پول یا طلا یا هر چیز دیگری است که مرد متعهد می‌شود به زن بپردازد. حالا این تمثیل را مولانا می‌زند.

البته ما چیزی برعلیه خانم‌های سال‌خورده نداریم. فقط تمثیل است. خانم‌های سال‌خورده تاج سر ما هستند. فقط تمثیل را داریم صحبت می‌کنیم. این جوان رعنا که عاشق پیرزن شده هم از جنس زن است و هم از جنس مرد. داریم تمثیل را می‌گوییم.

تمثیل گویاست. با توجه به قانون کابین یا مهریه، این مهریه چیزی است که مرد به زن بدهکار است.

حالا مردها نمی‌دهند و خانم‌ها هم نمی‌گیرند ولی به‌هرحال بدهی مرد است و هر لحظه خانم می‌تواند بخواند. حالا این پیرزن مهریه را می‌خواهد. مهریه نه‌تنها هر چه ما درمی‌آوریم در این من‌ذهنی سرمایه‌گذاری می‌کنیم، بلکه جان ما را هم می‌خواهد. زندگی ما را می‌گیرد. هیچ چیز به ما نمی‌دهد. حالا این پیرزن نه‌تنها هیچ خوشی به ما نمی‌دهد. سر و سِرّی هم با دیگران دارد.

به‌قول حافظ: که این عَجوز عروس هزار داماد است. این تمثیل گویاست.

حافظ، بیت نهم، غزل شماره ۳۷

مجو درستی عهد از جهان سُسْت نهاد

که این عَجوز عروس هزار دامادست

به‌محض این‌که با جهان هم‌هویت بشویم، این عَجوز متولد می‌شود.

این عَجوز جادوگر است برای این‌که نمی‌گذارد ما ببینیم. درست مثل این کارتون‌ها که بعضی مواقع یک دختر زیبایی را نشان می‌دهند و یک‌دفعه این دختر زیبا تبدیل به همان عَجوز می‌شود و خیام هم می‌گوید که:

گنج حضور

خیام، رباعی شماره ۴۵

گفتم به عروسِ دَهر کابین تو چیست

گفتا دلِ خرم تو کابین من است

یعنی اگر تو دلت را به من بدهی، دیگر دل خرم نخواهی داشت.
از رباعی که می‌گوید:

خیام، رباعی شماره ۴۵

می خوردن و شاد بودن آیین من است

فارغ بودن ز کفر و دین، دین من است

گفتم به عروسِ دَهر کابین تو چیست؟

گفتا دلِ خرم تو کابین من است

حافظ هم می‌گوید:

حافظ، بیت پنجم، غزل شماره ۱۱۲

خوش عروسی ست جهان از رَه صورت لیکن

هر که پیوست بدو، عُمَر خودش کاوین داد

از راه صورت یعنی وقتی ما صورت هستیم، از جنس ماده و فرم هستیم
برای این‌که هر لحظه یک فکری در ذهن ما ظاهر می‌شود و ما را می‌بلعد.
در نتیجه ما از جنس فرم می‌شویم.
فرم، فرم را می‌شناسد.
بنابراین از راه صورت ما یک عروسی را می‌بینیم.
خوش عروسی‌ست اما هر که دل به آن ببندد، تمام زندگیش را به‌عنوان کاوین داد.

گنج حضور

حافظ، بیت چهارم تا ششم، غزل شماره ۱۱۲

گنج زر گر نبُود کَنج قناعت باقی است

آن که آن داد به شاهان، به گدایان این داد

خوش عروسی است جهان، از ره صورت لیکن

هر که پیوست بدو، عمر خودش کاوین داد

بعد از این دستِ من و دامن سَر و لب جوی

خاصه اکنون که صبا، مژده فروردین داد

پس ما متوجه شویم که اگر به عروس جهان بپیوندیم، تمام زندگی و دل خوشمان را باید به عنوان کابین بپردازیم، ما از این کار حذر می‌کنیم و به حرف حافظ گوش می‌کنیم.
می‌گوید:

« بعد از این دستِ من و دامن سَر و لب جوی »

سَر و لب همان معشوق و لب جوی.

من درحالی‌که با یک دستم دامن معشوق را گرفته‌ام در لبِ جویی زندگی نشسته‌ام و همان‌طور که مولانا گفت: لذت زندگی را می‌چشم.
دیگر از این کار دست برنمی‌دارم.

« خاصه اکنون که صبا مژده فروردین داد »

خیلی هم به موقع است برای این که صبا، باد صبا دارد مژده فروردین را می‌آورد. همان‌طور که بهارِ نباتات می‌آید، شاید بهارِ دل شما هم رسیده. اگر بهارِ دل شما برسد، شما این باد صبا را حس می‌کنید.
این انرژی که از جهان غیب این لحظه می‌آید، شاید مژده فروردین شما را هم می‌دهد.
شاید بهارِ دل شما و رُز شما می‌خواهد باز بشود. رُز شما موقعی باز می‌شود که شما به عنوان شناسنده زندگی با زندگی در این لحظه ادغام می‌شوید. شناسنده و معشوق، شناسنده الآن شما هستید و معشوق خداست یا زندگی است. شما با هم یکی می‌شوید. یک‌دفعه حس می‌کنید که یک باشندگی در شما به وجود آمد.

غزل جانبی_ بیت یازدهم:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۹۳

گفت: مرا عشقِ کهن کز بر ما نقل مکن

گفتم آری نکنم ساکن و باشنده شدم

ساکن و باشنده؛ آیا شما می‌توانید ساکن و باشنده شوید؟ باشنده یعنی حس وجود براساس ادغام در معشوق می‌کنید. دیگر چیزی از شما باقی نمی‌ماند و حس می‌کنید که در این فضای بی‌فرمی و بی‌ذهنی این لحظه زنده شده‌اید و از آن فضا و جایگاه به جهان نگاه می‌کنید و جهان دیگر نمی‌تواند شما را بکشد. آن موقع جهان زیبا دیده می‌شود. جهان دیگر ترس ندارد. الان ترس نمی‌گذارد جهان را آن‌طور که هست ببینیم. پس این‌طوری مشخص شد که در حالت هم‌هویت‌شدگی با ذهن یا دنیا؛ ما با عجوزی زندگی می‌کنیم که هیچ مهر و وفایی به ما ندارد، یعنی همان من‌ذهنی. اصلاً شادی را نمی‌شناسد و به ما هم نمی‌خواهد شادی بدهد. ما هرچه که داریم در راه آن می‌پردازیم حتی خوشی زندگی خودمان را و عجیب است که متوجه این کار نیستیم. و مولانا اضافه کرد که:

«از بهر سه نان تا کی شمشیر و سنان بینی»

یعنی کار ما که فکر می‌کنیم اگر چیزهای مان را زیاد کنیم و با دیگران مقایسه کنیم، همین زیاد کردن به ما زندگی خواهد داد. این غلط است و در واقع جادوی این عجوز از آن جا است که ما عمیقاً به این باور معتقدیم که با زیاد کردن چیزها؛ زندگی هم زیاد خواهد شد. معنی آن این نیست که ما به متعلقات و مال دنیا علاقه نداشته باشیم و آن را تحقیر کنیم و از آن دوری کنیم. معنی آن این است که ما با این‌ها هم‌هویت نشویم و از این‌ها هویت و زندگی نخواهیم. بلکه زندگی را از زندگی بخواهیم. پس بنابراین هم به جان‌مان زنده بشویم و هم به جهان نگاه کنیم. در واقع مثل آن که در آن واحد؛ در دو بُعد زنده هستیم و زندگی می‌کنیم ولی می‌دانیم که اصل ما در واقع آن فضای عمق‌دار است.

و توجه می‌شویم که اگر این کار را ادامه بدهیم، مرتب شمشیر و سنان خواهیم خورد. یعنی با نیزه پهلوی ما را مرتب سوراخ می‌کنند. یعنی آزار و اذیت می‌بینیم. و آزار و اذیت فلسفه‌اش این است که ما را بیدار می‌کند.

اگر آزار و اذیت نباشد ما بیدار نمی‌شویم. پس به تدریج وقتی شمشیر و سنان، و بی‌مهری این عجوز رخ می‌دهد ما هم متوجه می‌شویم که اشکال کار ما کجاست و هویت‌مان را از این عجوز، از این هم‌هویت‌شدگی می‌کنیم. در این جا مولانا می‌گوید:

که حالا شما آن عجوز را دیدید؟

بُت خاکی را دیدید؟

بی‌مهری را به اصطلاح زخم نیزه او را دیدید؟

اینک یک ساقی بی‌جور وجود دارد. شما خواستی از او شراب بگیری، همراه شراب آزار و شکنجه بود. نمی‌شود شما از یک چیزی در بیرون هویت بخواهید و این آزار نداشته باشد.

غزل اصلی _ بیت پنجم:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۷۷

نک ساقی بی جوری، در مجلس او دُوری

در دُور درآ، بنشین، تا کی دُوران بینی

اینک یک ساقی بی جور وجود دارد. بی جور یعنی بی ظلم، بی آزار و اذیت. ساقی که باده می‌دهد. این ساقی زندگی است. در مجلس او دوری. در مجلس این ساقی یک عده‌ای نشسته‌اند، تو هم بیا در این دُور بنشین.

بنشین ساکن باش، باشنده باش، تا به تو هم شراب بدهد ساقی، زندگی دارد [شراب] می‌دهد. تا کی می‌خواهی دُور بگردی و نشینی این دُوران بینی؟ وقتی ما جذب ذهن می‌شویم و از جنس فرم می‌شویم، فرم مثل این آقمار که می‌دانید دور خورشید می‌گردند، ما هم دُور این لحظه می‌گردیم. دور این لحظه می‌گردیم درست مثل این که یک چراغی هست این جا؛ که شما نمی‌توانید دور بروید.

اگر دور بروید تاریک می‌شود و دیگر نمی‌بینید.

باید در حدود و شعاع این نور باشید. پس ما دُور این لحظه می‌گردیم تا زمانی که متوجه بشویم در این لحظه باشنده بشویم. یعنی در دُور بشینیم که ساقی به ما هم شراب زندگی بدهد. این فرم شدن ما؛ معادل به زمان افتادن هم است. این یک چیز فلسفی نیست. بلکه چیز ساده‌ای است. به زمان افتادن وقتی شما جذب ذهن می‌شوید فقط گذشته و آینده را می‌بینید.

یعنی وقتی از جنس فرم می‌شوید از جنس زمان هم می‌شوید. می‌بینید که الآن برخی از شما که هنوز بیدار به گنج حضور نیستید، اگر متوجه بشوید می‌بینید که به نظر می‌آید این داستان زندگی شما که از یک جایی شروع شده، یعنی از لحظه تولّد شروع شده، این ذهن شما رویدادها را پشت سرهم چیده و برای شما یک قصه درست کرده.

این قصه چون قصه هم‌هویت‌شدگی است، قصه به ثمرنرسیدگی شماست و شما با سرعت می‌خواهید به آینده بروید این قصه را به ثمر برسانید و تمام این توهم است. پس شما بین گذشته و آینده در حرکت هستید. دُوران می‌کنید.

پس دُوران بینی تا کی می‌خواهی بچرخی؟

بنشین، بنشین در دُور این ساقی.

در این لحظه برقرار باش.

پس دُور این ساقی کجاست؟

دُور این ساقی همین لحظه است.

شما در این لحظه اگر باشنده بشوید مرتب این لحظه شراب می‌ریزد و لحظه بعد هم شراب می‌ریزد. لحظه بعد هم شراب می‌ریزد. ولی لحظه بعد و این‌ها وجود ندارد. همیشه این لحظه است. ذهن فکر می‌کند که؛ چون ذهن لحظات را با رویدادها یکی می‌داند.

بنابراین قصه درست می‌کند. به نظرش می‌آید که قصه واقعی است. ولی در اصل همیشه این لحظه است و اتفاق این لحظه.

شما در عین حال که به زندگی زنده هستید متوجه می‌شوید که همیشه آن چیزی که الآن هست رویداد این لحظه است. یعنی هر چیزی که این لحظه اتفاق می‌افتد، آن هست که وجود دارد و زنده بودن زندگی شما.

گنج حضور

بقیه تمام شده. گذشته تمام شده و آینده هم نیامده. ولی ما آن را هم می‌بینیم. این‌طوری نیست که اگر زنده به زندگی بشویم یا گنج‌حضور بشویم جهان بیرون از یادمان برود. ضمن این‌که جهان را می‌بینیم به زندگی هم زنده هستیم. جهان فرم را می‌بینیم زمان را می‌بینیم می‌دانیم که چند وقت است این برنامه شروع شده و کی تمام خواهد شد. پس ذهن را می‌بینیم ولی زنده به زندگی هم هستیم.

پس اگر ما دَوَران می‌کنیم، باید بشینیم و ساکن بشویم. در دَوَر بشینیم تا بتوانیم شراب ساقی را بخوریم. وگرنه از شراب محروم می‌شویم. کسانی که دَوَران می‌کنند، یعنی با زمان هم‌هویت هستند، یعنی یک حس عمومی به‌ثمر نرسیدگی و نارضایتی و شکایت از زندگی دارند و فکر می‌کنند آینده باید یک‌جوری این‌ها را به رضایت روحی و روانی و به زندگی برساند. ولی به این ترتیب که این‌ها دارند می‌روند نخواهند رسید. من به شما قول می‌دهم که از این‌جا تا وقتی که ما می‌گیریم یک‌سری اتفاقات خواهد افتاد. این اتفاقات هیچ کدام حس به‌ثمر رسیدگی به شما نخواهند داد. تا زمانی که ما بمیریم.

هیچ در این اتفاقات حس زندگی و به‌ثمر رسیدگی وجود نخواهد داشت. معنی آن این نیست که ما لیسانس بگیریم، دکترا بگیریم، یک چیزی اختراع نکنیم، نه! برای این‌که ما به زندگی هم زنده بشویم باید زندگی خِرَدش را از طریق شما در جهان بیرون بیان بکند. شما باید یک چیزی اختراع بکنید. باید مثلاً یک سازی یاد بگیرید، یک زبان جدید یاد بگیرید، علم و دانش یاد بگیرید، تحقیق کنید و حالا هر کاری می‌خواهید بکنید. اصلاً شما می‌توانید بگویید من می‌خواهم الآن پول جمع کنم.

می‌خواهم با پول بازی کنم. ببینم پول چی هست و با آن چه‌طور می‌شود بازی کرد؟ ولی با آن باید بازی کرد نه این‌که جدی گرفت. اگر جدی بگیری یعنی از آن هویت می‌خواهی و چیزی می‌خواهی که او نمی‌تواند بدهد و شما همیشه سَرخورده خواهی شد. اصلاً جهان برای سَرخوردگی شماست.

این جهان این را هم بگوییم که وقتی صحبت جهان می‌شود منظور اصلی ما در این جهان در خود جهان نیست. بلکه در فرا روی از این جهان مادی است. یعنی ما باید به جهان پردازیم. جهان ما را سَرخورده بکند. از جهان فرا برویم. زنده بشویم به هوشیاری حضور. این هم یک مکانیزم است، یک راه است. حالا شما ممکن است بگویید؛ خُب خدا ما را نمی‌بیند؟ چرا از اوّل هوشیار به هوشیاری حضور نکرده، او که می‌توانسته؟ قضیه این‌طوری نیست. خدا شما را به‌عنوان امتداد خودش آفریده.

حالا ما این‌جا اختیار داریم و چشم داریم ببینیم که جهان ما را سَرخورده می‌کند و درد می‌بینیم و این مکانیزم رهایی را یاد می‌گیریم که ما دست‌مان را باز می‌کنیم و رها می‌کنیم و آزاد می‌شویم.

پس بنابراین غرض جهان فرا روی یعنی وَرای جهان رفتن است نه در جهان گیر کردن. نه این‌قدر ما جمع کنیم که مرتب سَرخورده‌گی خودمان را زیاد کنیم. درد و غم‌مان را زیاد کنیم. توجه باید بکنیم.

آن‌موقع وقتی ما وَرای جهان می‌رویم زندگی خودش را از طریق ما می‌شناسد و این قدر ما عظمت داریم و این قدر مهم هستیم و این غرض و این مقصود که جهان ما را سَرخورده بکند و ما جهان را رها بکنیم و وَرای آن برویم این قدر برای زندگی مهم است و برای ما هم باید مهم باشد.

الآن می‌گوید:

گنج حضور

غزل اصلی_ بیت ششم:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۷۷

این جاست ربا نیکو، جانی ده و صد پستان
گرگی و سگی کم کن، تا مهرِ شبان بینی

این جا یک معامله خوبی وجود دارد. آن معامله چیست؟

این جانِ ذهنی و مادی را رها کنی، یک جان را و صد جان بگیری. صد این جا در واقع معنای کثرت دارد. یعنی جان زیادی می گیری. ربا نیکو؛ می دانید که یعنی وقتی ما پول نزول می دهیم، آن ها وقتی پول را می دهند، باید چیزی را هم اضافه بدهند که در واقع بهره پول است و در اسلام حرام است. بنابراین می گوید ربا نیکو، این ربای نیکوی است. هم چنین معامله خوبی است. چرا که شما این جانِ ذهنی که مرتب نیزه می زند به پهلوی تان را می دهید و زندگی می گیرید. و حالا این زندگی را که ما چسبیده ایم و زندگیِ ذهنی است، دائماً مثل گرگ و سگ می پرد. گرگی و سگی کم کن یعنی بر اساس جدایی، تو من درست نکن که هر موجودی که می آید به حیطة هوشیاری تو ارزیابی کنی که این چه طور می تواند من را گسترش دهد.

هر کسی می آید به حیطة هوشیاری ما، ما می خواهیم نگاه کنیم ببینیم که این اصلاً به درد ما می خورد؟ این قصه زندگی ما را به ثمر می رساند؟ یا به قصه ما اصلاً نمی خورد؟ چه چیزی می تواند این به من بدهد؟

چطور می تواند من را بزرگ کند، زندگی من را می تواند بهتر کند؟

یعنی یک رابطه واکنشی شخصی شده با او برقرار می کنیم، همراه با قضاوت ها که اگر به کار ما نمی خورد می گوییم به قصه ما نمی خوری برو بیرون. این رفتار، رفتار عشقی نیست. دارد می گوید: گرگی و سگی نکن. کم کن یعنی اصلاً نکن. تا تو مهر ایزدی را ببینی. مهر ایزدی منتظر است تا تو این حالت را کنار بگذاری تا خودش را در تو بروز دهد. حالا به ما می گوید: که اگر هم گفتم گرگی و سگی می کنی نگران نباش. برای این که:

غزل اصلی_ بیت هفتم:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۷۷

شب یار همی گردد، خشخاش مخور امشب
بربند دهان از خور، تا طعم دهان بینی

چرا؟ برای این که شب، شب کی است؟ شب همین لحظه است وقتی که ما در ذهن زندانی شده ایم، شب است.

ولی شب یار می گردد. درست است که ما این حالت بی خبری را داریم و ناهوشیاری را داریم ولی می گوید یار دارد می گردد. شب یار همی گردد. شب یار می گردد تا ببیند تو بیدار هستی یا نه؟

متن برنامه شماره ۲۰۵

گنج حضور

خشخاش مخور. خشخاش همان میوه خشخاش است.
گاهی اوقات خشخاش مخور یعنی پوست خشخاش را می گرفتند و دم می کردند و خواب آور بود. یک عده ای می خوردند. می گوید این را نخور تو تا به خواب نروی.
حالا این پوست خشخاش، دم کرده خشخاش معنی اش چیست؟
معنی اش این است که ما هر لحظه؛ ذهن به ما یک چیزی می خوراند که ما را مدهوش می کند.
درست مثل جادوگری آن عجوز.
علت این که ما بیدار نمی شویم چیست؟
این همه ما از جهان بیرونی و از رویدادها آسیب می بینیم ولی بیدار نمی شویم. باید یک علتی داشته باشد دیگر.
مطلب مهمی را هم مولانا به ما گوشزد می کند که تو خودت را دست کم نگیر.
این را بارها ما گفتیم: که یک روزی باید باشد شما فرداً بشینید روی خودتان تأملی بکنید و بگویید من آدم با ارزشی هستم. من می خواهم به خودم نگاه کنم. من می خواهم روی خودم کار کنم.
من می خواهم مثلاً مواظب غذایم باشم، مواظب ورزشم باشم، مواظب هیجاناتم باشم، من می خواهم مواظب فکرایم باشم، علی الخصوص من لایق این هستم که این فضای حضور در من زنده شود و شب که یار می گردد یکی از آن ها هم من هستم. من هم اگر نخواهم، یار با من هم حرف می زند. این طوری نیست که یار فقط با مولانا حرف زده باشد.
این را به ما دارد می گوید مولانا که ما ارزش خودمان را بدانیم.

غزل اصلی _ بیت هفتم:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۷۷

شب یار همی گردد، خشخاش مخور امشب

بربند دهان از خور، تا طعم دهان بینی

چیزی نخور امشب تا ببینی طعم دهان اصلی تو چه طور است.
اگر ما چیزی نخوریم، طعم دهان اصلی همین فضای بی ذهنی ریشه دار است که طمع دارد، طعم زندگی دارد که طمع زندگی هم طعم دهان اصلی توست.
وقتی مرتب فکرای هویت دار می خوری، طعم دهانت تلخ میشود و از این جور فکرای می گوید این است:

گنج حضور

غزل اصلی_ بیت هشتم:

مولوی، دیوان شمس غزل شماره ۲۵۷۷

گویی که فلانی را، بُرید ز من دشمن

رو ترک فلانی گو تا بیست فلان بینی

یکی از فکرهای عمده ما این است که ما اولاً بر اساس جدایی من درست کرده‌ایم و به دشمن احتیاج داریم. این من ما روی هواست و ریشه ندارد، من ذهنی. فقط حس هویت می‌کند به وسیله ستیزه با مردم. دشمن احتیاج دارد. دشمن را می‌سازد. شما نگاه کنید ببینید که برای حس وجود به دشمن احتیاج دارید؟ اگر دارید، شما من ذهنی دارید. برای این که اگر زنده به حضور بودید با همه حس اتحاد و عشق می‌کردید. می‌گوید: تو یک دشمن ساختی و در ذهنت فلان چیز یا فلان کس را وصل کردی به خودت. یک تصویر ذهنی از خودت ساختی و یک تصویر ذهنی هم از فلان. فلان می‌تواند جای همه چیز بشیند. دشمن از من این را بُرید و شما واکنش به این نشان می‌دهد. تو یک دفعه ترک فلان را بگو تا بیست فلان بینی. بعضی نسخه‌ها هست؛ که تا هست فلان بینی. یعنی تو ذات فلان را ببینی. بیست فلان بینی بیست علامت باز هم کثرت است. یعنی تو زندگی را ببینی. تو ترک فلان را بگو. ترک فلان چیز را بگو. ترکش کن تا ببینی که خدا و زندگی در تو چه طور بیدار می‌شود. الان دوباره توصیه می‌کند که اگر ذهنت را می‌خواهی به کار بیندازی، اندیشه می‌خواهی بکنی فقط از خالق اندیشه، اندیشه بکن. اجازه بده زندگی از طریق تو زندگی بکند و فکر کند.

« اندیشه مکن الا از خالق اندیشه »

بعضی‌ها اندیشه را به جای ترس می‌گیرند در این جا. اندیشه مکن؛ صحبت ترس نیست در این جا. یادمان باشد که ترس یکی از ابزارهای من ذهنی است. ترس در فضای حضور وجود ندارد. اگر ما ترس داریم یکی از موانع رسیدن به خدا یا زندگی است یا زنده شدن به هوشیاری حضور یا زندگی است.

گنج حضور

غزل اصلی_بیت نهم:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۷۷

اندیشه مکن الا، از خالق اندیشه

اندیشه جانان به، کاندیشه نان بینی

می‌گوید: اگر جانان از طریق تو اندیشه بکند، این بهتر است که تو به وسیله من ذهنی راجع به چیزهای به دست آوردنی و نان و زیاد کردن آن‌ها و هویت‌خواهی و زندگی‌خواهی از آن‌ها به اصطلاح اندیشه بکنی.

غزل اصلی_بیت دهم:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۷۷

با وسعت آرض الله، بر حبس چه چفسیدی؟

ز اندیشه گره کم زن، تا شرح جنان بینی

وُسعت ارض الله را توضیح دادم. زمین خدا در واقع وقتی ما بی‌ذهن می‌شویم و حالت عمیق حس وجود پیدا می‌کنیم که به جسم‌های بیرونی و رویدادها بستگی ندارد، این حس وجود، این یک حس وجود داشتن و باشندگی است که در واقع میدان حرکتش زمین خداست. زمین خدا همان فضای بی‌کران این لحظه است که به صورت عمق بی‌نهایت حس می‌شود. پس با وسعت ارض الله به ما می‌گوید: در حالی که می‌بینی ارض خدا، زمین خدا این قدر وسیع است، شما چرا به فضای محدود ذهنت که مثل زندان است چسبیدی. چفسیدی یعنی چسبیدی. حالا تو بیا گره کم بزن. اندیشه گره زدن کار من ذهنی است. کارش این است که رویدادها را می‌گیرد و گره می‌کند و شما را در آن جا به تله می‌اندازد. این گره‌ها در واقع مسائل زندگی است. مسائل زندگی چیه؟ مسائل زندگی وضعیت‌هایی هست که یا شما نمی‌خواهید عوضش کنید یا نمی‌توانید عوضش کنید.

ولی در آن‌ها هویت وجود دارد. شما ببینید آیا وضعیتی در زندگی شما وجود دارد که انرژی شما را دائماً به صورت یک گره می‌بلعد؟ ولی نه می‌توانید عوضش کنید و نه می‌خواهید عوضش کنید. یا نمی‌توانید عوضش کنید یا نمی‌خواهید عوضش کنید.

اگر این طوری است این‌ها را رها کنید برود.

بگویید من که نمی‌توانم برایش کاری بکنم ولی ذهن رها نمی‌کند.

این‌ها محصولات و کمک‌های این عجز است که گره درست کند و شما را به تله بیاندازد. می‌گوید:

ز اندیشه گره کم زن تا شرح جنان بینی

اگر از اندیشه گره نزنی، گره کم زن باز هم یعنی اصلاً از اندیشه گره نزن تا باز شدن بهشت را همین لحظه ببینی. تا بهشت برای تو باز بشود.

غزل اصلی بیت یازدهم:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۷۷

خامش کن از این گفتن، تا گفت بَری باری

از جان و جهان بگذر، تا جان و جهان بینی

توضیح دادم این خط را. آخر سر می‌رسیم به این که ما باید ذهن‌مان را خاموش کنیم. یاد می‌گیریم که هر چه قدر کمتر حرف بزنیم، هر چه قدر از اندیشه گره نزنیم، هر چه قدر مسئله برای خودمان درست نکنیم، هر چه قدر آگاه باشیم که این من‌ذهنی دنبال دردسر و گره می‌گردد، دنبال این است که خودش را به یک وضعیتی بچسباند. از هر وضعیتی استفاده کند که خودش را بزرگ‌تر کند. یا نه؛ چیزها به او برمی‌خورد و می‌خواهد برگردد و واکنش نشان دهد و سگی و گرگی بکند. اگر آگاه باشید مواظب من‌ذهنی‌مان هستیم. اگر مواظب باشیم و من‌ذهنی‌مان را تماشا نکنیم، آن کارها را نمی‌تواند بکند. اصلاً خود تماشا کردن من‌ذهنی‌مان و رفتارهایش؛ نشان‌گر این است که یک بُعد در ما بیدار شده و این بعد، بعد حضور ماست. آخر سر به این نتیجه می‌رسیم که شما یک‌جوری باید هوشیاری حضور در خودتان ایجاد کنید و این را تقویت کنید. بارها گفتیم یک راه آن این است که شما از درون با این لحظه موازی بشوید. فقط این لحظه وجود دارد. این لحظه هر اتفاقی می‌افتد یاد می‌گیریم که همین است که هست. این لحظه. وقتی با آن هم‌خط می‌شویم این بُعد خودش را به ما نشان می‌دهد. این بعد خودش را به کار می‌برد تا اگر لازم است وضعیت را عوض بکند.

با تشکر از شما که به این برنامه توجه فرمودید و با تشکر از همکاران اتاق فرمان تا هفته بعد با شما خداحافظی می‌کنم.
خدا نگه‌دار