



به ساقی درنگر در مست منگر  
به یوسف درنگر در دست منگر  
ایا ماهی جان در شست قالب  
ببین صیاد را در شست منگر  
بدان اصلی نگر کغاز بودی  
به فرعی کان کنون پیوست منگر  
بدان گلزار بی پایان نظر کن  
بدین خاری که پایت خست منگر  
همایی بین که سایه بر تو افکند  
به زاغی کز کف تو جست منگر  
چو سرو و سنبله بالاروش کن  
بنفشه وار سوی پست منگر  
چو در جویت روان شد آب حیوان  
به خم و کوزه گر اشکست منگر  
به هستی بخش و مستی بخش بگرو  
منال از نیست و اندر هست منگر  
قناعت بین که نرست و سبک رو  
به طمع ماده آبست منگر  
تو صافان بین که بر بالا دویدند  
به دردی کان به بن بنشست منگر  
جهان پر بین ز صورت های قدسی  
بدان صورت که راحت بست منگر

به دام عشق مرغان شگرفند  
به بومی که ز دامش رست منگر  
به از تو ناطقی اندر کمین هست  
در آن کاین لحظه خاموشست منگر

\*

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره 806

هر کسی در عجبی و عجب من اینست  
کو نگنجد به میان چون به میان می‌آید

\*

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره 637

در این بحر در این بحر همه چیز بگنجد  
مترسید مترسید گریبان مدرانید

\*

با سلام و احوالپرسی برنامه گنج حضور امروز را با غزل شماره 1044 از دیوان شمس مولانا شروع می‌کنم:

به ساقی در نگر در مست منگر  
به یوسف در نگر در دست منگر

مولانا یکی از مهم ترین اصول عرفانی و زندگی را که کاربردهای بسیار اساسی در زندگی ما دارد در همین یک بیت و همچنین در جاهای دیگر غزل امروز به ما توضیح می‌دهد.

می‌گویند به ساقی نگاه کن به مست نگاه نکن و به یوسف نگاه کن و به دست نگاه نکن.

همانطور که می‌دانید به قصه یوسف اشاره می‌کند. و اگر قصه یوسف را نمی‌دانید همینقدر بدانید که وقتی که زلیخا می‌خواست یوسف را به زنان مصری نشان بدهد، آن‌ها را دعوت کرد و زمانی که آن‌ها نشسته بودند و مثلاً پرتقال پوست می‌کنند و چاقو در دستشان بود، زمانی که یوسف از در وارد شد و چشمشان که به یوسف افتاد به جای پرتقال دستشان را بریدند. این قصه ست و مولانا از این قصه استفاده می‌کند.

علت اینکه اینچنین سمبلیسمی را به کار می برد در واقع جلب توجه ما به موضوع است. می گوید که اگر دستت را می بری (سمبلیک)، تو چشمت را از روی یوسف که سرچشمه ی زیبایی ست برندار. "ساقی" کسی ست که شراب می دهد و سمبل زندگی یا هشیاری است؛ به طور سنتی آن را خدا می نامیم.

"مست" فرم ما، وضعیت بیرونی ماست. و تمثیل این ست که ساقی دارد شراب می دهد و می گوید که تو به ساقی نگاه کن تا به تو شراب بدهد. شاید هم اشاره ای ست به رسمی که قدیم بوده که وقتی دُور می نشستند و هرکسی جام خودش را می آورد و ساقی که دُور می چرخید تا شراب بریزد هرکسی که به ساقی نگاه نمی کرد، او هم برایش شراب نمی ریخت.

و بنابراین اصل این ست. می گوید که به ساقی نگاه کن و به "مست" که فرم بیرونی ات است، ذهن تو ست که به تو نشان می دهد که وضعیت کارها چه طوری ست و من از نظر خودم و دیگران، چه طور به نظر می آیم؟ چه قدر مست هستیم؟ چگونه مست هستیم؟ به این نگاه نکن.

و حقیقتا این بزرگترین درسی ست که ما می توانیم یادگیریم؛ که چشممان را از روی ساقی برداریم.

در قسمت دیگر می گوید که تو به یوسف نگاه کن و به "دست" ت که دوباره سمبل وضعیت هاست و سمبل همان چیزی ست که در پایین اسمش را "قالب" می گذارد یا وجود روانشناختی شماست؛ به آن نگاه نکن. زیرا وقتی به یوسف نگاه می کنی، به زندگی نگاه می کنی، مست می شوی و قسمتی از آن را خواهی برید و خواهی انداخت؛ یکی از علت هایش این است.

اگر شما به من ذهنی تان یا فرم روانشناختی تان نگاه کنید که قسمت عمده اش از هم هویت شدگی و دردهای گذشته تشکیل شده، نمی توانید بیاندازید. اشکال کار ما هم همینجاست. ولی اگر چشمش به روی یوسف باشد، ( "یوسف" رمز زندگی و خداست) و زندگی را و شادی و هویت را از او بگیری، که البته از او هویت بگیری غلط است ولی حالا ما می گوئیم، برای اینکه ما از او هویت نمی گیریم، هویت مربوط به مست و من ماست؛ حس هویت کردن وقتی ما با زندگی یکی هستیم معنی پیدا نمی کند، ما هم از جنس زندگی می شویم و از جنس هشیاری یا بی فرمی می شویم.

بنابراین اگر شما به فرمتان نگاه کنید، چون فرمتان را جزو خودتان می دانید، نمی توانید از خودتان بیاندازید. شاید علتش این ست که شما خیلی چیزها را می خواهید از خودتان بیاندازید، مثل رنجش هایتان، خشم هایتان، مثل دردهایتان و شاید هم متوجه شده اید که خیلی هم هویت شدگی دارید، مثل برخی از الگوهای فکری که می خواهید از خودتان بیاندازید یا الگوهای عمل که شما مرتب آنها را عمل می کنید و دیگر نمی خواهید عمل کنید ولی نمی توانید بیاندازید.

چرا نمی توانید بیاندازید؟ برای اینکه به ساقی نگاه نمی کنید و از آن ها هویت می گیرید. اگر به ساقی نگاه کنید چون زندگی و شادی و آرامش و زیبایی وحس وجود را از او می گیرید، اولاً حالتان همیشه خوب است؛ همیشه آرامش دارید. برای اینکه وقتی به ساقی نگاه می کنید از جنس او می شوید. و وقتی از جنس او می شوید، جنس او شادی ست. گفتیم که شادی آرامش مرتعش ست پس ساقی از جنس آرامش است، از جنس هشیاری ست. بارها گفتیم که ذات هشیاری آرامش است و وقتی به حرکت درمی آید و پویا می شود، شادی می شود.

پس تا زمانی که به خدا، ساقی یا به زندگی نگاه می کنیم، ما حرکت می کنیم، شادی با ما ست. پس ما از وضعیت ها و شرایط و یا چیزی در بیرون و یا باورها و یا الگوهای عمل، هویت و زندگی نمی خواهیم. درست است. و چون ما از این ها زندگی نمی خواهیم، راحت می توانیم آن ها را از خودمان بیاندازیم. اصلا متوجه نخواهیم شد که این ها دارند می افتند، برای اینکه چیزی ست که به درد ما نمی خورد، فرض کنید که خشم هایتان، ترس هایتان، رنجش هایتان به چه دردتان می خورد؟ ولی شما نمی توانید بیاندازید. چرا نمی توانید؟ برای اینکه به مست نگاه می کنید. آنها جزو مست هستند (سمبلیک صحبت می کنیم)، جزو شما هستند.

شما مست هستید. یعنی قرار است که مست شوید؛ خدا دارد شراب می دهد، یعنی همین الان آب زندگی می دهد و شما قرار است مست شوید. شما به جای اینکه به ساقی نگاه کنید و مدام شراب بگیرید بخورید و کاری نداشته باشید که جزئیات چه می شود، حالا در بیرون چه اتفاقی می افتد؟ هر اتفاقی می خواهد بیافتد! اصل این ست که شما به ساقی دارید نگاه می کنید و شراب را از ایشان می گیرید. زندگی زنده را الان شما دارید زندگی می کنید. حالا بیرون کم می شود، زیاد می شود، چیزی می افتد، چیزی اضافه می شود، این ها جزئیات است.

انشتین می گفت: " من می خواهم ذهن خدا را بدانم، بقیه اش جزئیات است."

جزئیات یعنی چه؟ یعنی آنچیزی که در بیرون اتفاق می افتد.

ولی وقتی شما به ساقی نگاه می کنید و پر از آرامش هستید و به حرکت در می آید و شادی در درون شما زنده می شود و تمام اجزای وجود شما شروع می کند با شادی ارتعاش کردن، در بیرون هم همین را به وجود می آورید. برای اینکه بیرون، انعکاس درون است. بیرون انعکاس درون شماست. اگر شما می بینید که بیرونتان خراب است، معنی اش این ست که درونتان خراب ست و در بیرون منعکس شده است.

به طور معجزه آسا وقتی شما به ساقی نگاه می کنید و کارتان را دارید انجام می دهید و با جزئیات کاری ندارید، آن هایی که بد و ناجور هستند و به درد شما نمی خورند، می افتند؛ و خوب ها و نیک ها، آن هایی که با خرد زندگی هماهنگ ست، آن هایی که زندگی صلاح می داند که با شما باشند می مانند. شما نگران نیستید که چه چیزی به شما اضافه می شود و چه چیزی کم می شود؛ با خرد کل، با خرد زندگی و خرد خدا دارید کار می کنید؛ و بنابراین هرکاری که الان می کنید، یادمان باشد (بارها گفتیم) که ما این لحظه چیزی می کاریم، یک بادام کاریم، وقتی به ساقی نگاه می کنیم بادام سالم می کاریم و وقتی چشمتان را از روی ساقی برمی داریم و به مست نگاه می کنیم، در این صورت "من" پیدا می کنی و آنچیزی که می کاری پوک است. اگر با منیت، با من ذهنی می کاری، یعنی خود مست می کارد، عقلش عقل شرطی شدگی ست؛ عقلش آن چیزی ست که از پدر و مادرش، از معلمش، از فرهنگش یاد گرفته است، شرطی شده ست؛ عادت دارد.

چرا ما خشمگین می شویم؟ چیزهایی یادگرفته ایم، شرطی شدیم، و دیگران آنها را رعایت نمی کنند به ما برمی خورد، احساس خطر می کنیم، احساس ترس می کنیم. وقتی به ساقی نگاه می کنیم، به وضعیت ها نگاه نمی کنیم و جزئیات مهم نیست، هر اتفاقی که می افتد دیگر ما را نمی ترساند، ترس از بین می رود، هیجان ترس که هیجان اساسی من ذهنی ست. وقتی ترس به ما مستولی شود ما خودمان را گم می کنیم و نگاهمان کج و معوج می شود.

پس "به ساقی درنگر در مست منگر" اصلی ست که ما باید در هر لحظه که درواقع باید گفت در این لحظه رعایت کنیم.

وقتی رعایت می کنیم زنده در این لحظه هستید؛ زنده به زندگی هستید. زندگی از چشمان ما به دنیا نگاه می کند. ما دیگر نیستیم. آن "ما"ی من ذهنی، همان مای من ذهنی، مای حقیر، محتاج...

وقتی به مست نگاه می کنیم "من" پیدا می کنیم. حالا این "من" از پایگاه نقص، کمبود و نداری وحتى بی عقلی می بیند. برای اینکه رفتارش از روی واکنش است و واکنشش هم از روی شرطی شدگی اش است. شرطی شده است، یاد گرفته است که در اینجا اینکار را می کنند، اینجا عصبانی می شوند، در اینجا می رنجند، آدم باید این انتظارات را داشته باشد، اگر این انتظارات برآورده نشود باید عصبانی شده و برنجد، باید توقع داشته باشد. هزار تا چیز یادگرفته است. اینها اصلا هم به درد نمی خورند. اینها شاید یک زمانی مفید بوده اما الان به درد من نمی خورد. اینها کهنه ست. من باید نو شوم. هرلحظه من یک عقل نو می خواهم؛ عقل پنج دقیقه قبل من به درد الان من نمی خورد چه برسد به عقل دوهزار سال پیش!

وقتی به ساقی نگاه می کنم از جنس بی نهایت و فراوانی هستم، بنابراین حسادت از بین می رود و از پایگاه کمبود نگاه نمی کنم. به محض اینکه به مست، به وضعیت ها، به خودم، به من ذهنی نگاه کنم، من ذهنی زنده می شود؛ می گوید خوب من همه ش همین پول را دارم، دوروبرم همین ها هستند، کارم معلوم نیست چه می شود، نگرانم، خوب با این وضعیت من چطور عقل داشته باشم؟ از پایگاه نقص.

وقتی به مست نگاه می کنی احساس توانایی و شایستگی نمی کنی. شما به خودتان نگاه کنید. آیا شما شایسته شادی و آرامش و زندگی با کیفیت هستید؟ اگر به ساقی نگاه می کنید هستید. اگر به من ذهنی یا مست نگاه می کنید حتما می گوید که نه، نیستم. زیرا این من ذهنی به تو دارد می گوید که حالا بین این همه آدم هست چرا تو باید به گنج حضور بررسی؟ چرا تو باید به شادی بررسی؟ مگر می شود رسید؟ حالا چه کسی رسیده ست؟ من که اصلا شایسته اش نیستم. من که کتاب نخواندم. حالا من باید کلاس بروم، من باید این کار را بکنم، آن کار را بکنم تا... شایسته ی این کار شوم.

شما برای زنده شدن به زندگی لازم نیست شایستگی پیدا کنید. شایسته هستید. علت اینکه ما حس می کنیم که شایسته نیستیم این است که این وضعیت، یعنی وضعیت مست، وقتی به مست نگاه می کنیم، وقتی به دست نگاه می کنیم، وقتی به وضعیت ها نگاه می کنیم، ما نقص می بینیم. نقص ما را نگران می کند. یکی از اشکالات این کار این ست که وقتی ما به مست نگاه می کنیم آن دانش را که باید چیزها را ببینیم و قدرشان را بدانیم، نداریم.

اجازه دهید این طور سوال کنم، شما الان قدر آنچه‌هایی که دارید را می دانید؟ اصلا آیا آن ها را می بینید؟ اگر نمی بینید بدانید که دارید به مست نگاه می کنید و به ساقی نگاه نمی کنید. کسی که به ساقی یا زندگی نگاه می کند، از جنس هشیاری حضور است. از جنس دانش قدرشناسی است. بنابراین سلامتی را می بیند، این لحظه با کیفیت دارد زندگی می کند چون دارد به ساقی نگاه می کند و ساقی شراب را به او می دهد، زنده ست. بنابراین این لحظه حاضر است.

کیفیت زندگی در این لحظه بستگی به میزان حضور شما در این لحظه دارد. نمی شود که شما در گذشته یا آینده باشید، الان کیفیت زندگی داشته باشید. برای کیفیت داشتن زندگی در این لحظه شما باید حاضر باشید. شما موقعی حاضر هستید که به ساقی نگاه می کنید و درواقع ساقی ست که از طریق شما زندگی می کند. شما دیگر نیستید، با ساقی عجین هستید.

شما ممکن است سوال کنید که خوب ما این ها را فهمیدیم حالا ما چگونه به ساقی برسیم؟ من هرچه نگاه می کنم همه اش همین نقص هاست دیگر، وضعیتم را می بینم که ناقص است و خوشم نمی آید، از کارم خوشم نمی آید، از روابطم خوشم نمی آید، از این خوشم نمی آید، از آن خوشم نمی آید، عصبانی هستم، این ساقی کجاست که به او نگاه کنیم. اصلا ساقی کیست؟ چیست؟

خوب ما این سوالات را پرسیده ایم که به این روز افتاده ایم. این سوالات هم به جاست و هم بیجاست. شاید سوال به جاست زمانی که آدم شروع به جستجو کردن می کند ولی وقتی از طریق ذهن جستجو می کند باید بداند که پیدا نخواهد کرد. ساقی از جنس هشیاری ست. شما نمی توانید این سوال را پرسید که ساقی یا خدا چیست؟! به محض اینکه بخواهید به این سوال که خدا از جنس چیست و خدا کیست و چیست؟ و زندگی چیست؟ یا هشیاری چیست؟ پاسخ دهید دروغینش می کنید.

ذهن نمی تواند به این سوال جواب بدهد. ولی این سوال این فایده را دارد که می توانیم با زندگی همکاری کنیم که خودمان را به او تبدیل کنیم. شما باید خودتان را به زندگی یا خدا یا ساقی تبدیل کنید. به عبارت دیگر باید از جنس ساقی شوید که ساقی را ببینید. نمی شود شما از جنس همین ناراحتی ها و خشم و نگرانی شوید و ساقی را هم ببینید. حالا می گوئید که چه کار کنم؟

راهش بسیار ساده ست. شروع به موازی شدن با وضعیت فعلی کنید. یعنی وضعیت فعلی را، این لحظه را که برای شما خیلی بد است، هم روابط بد است، هم خانواده بد است، هم کار بد است، هم خشم دارم و هم رنجیده ام، هم مریض هستم، این لحظه همین فرم ها و وضعیت ها را بپذیرید. گرچه که من ذهنی می گوید همچنین چیزی را ما نمی توانیم بپذیریم.

شما موازی شوید. به محض اینکه موازی شوید، آن لحظه از جنس ساقی هستید. یک ذره ساقی را، آن جنسی که از جنس ساقی شده می بیند و شما باید این کار را ادامه دهید. ادامه دهید که جنس ساقی را در خودتان زیاد کنید. جنس ساقی در شما زیاد می شود، پس از جنس ساقی می شوید و آن جنس ساقی را می بیند. با آن جنس، با آن چشم، به ساقی نگاه کنید. هرچه قدر از جنس ساقی در شما زیاد می شود، همانقدر از ساقی آگاه می شوید.

پس شما در ذهنتان دنبال ساقی نگردید. با این چشم ساقی را نمی توانید ببینید. فقط باید از جنسش شوید.

پس به عبارت دیگر این بیت معنیش این است که از جنس ساقی شو. "به ساقی در نگر" از جنس ساقی بشو. فقط از جنس ساقی شوی ساقی را حس می کنی. ساقی را نمی توانی به چشم ببینی. ولی سمبلیک به زبان ذهن داریم صحبت می کنیم.

وقتی شما با این لحظه موازی می شوید، یعنی وضعیت این لحظه را می پذیرید، یک ذره فضا در درون شما باز می شود. الان فضا بسته شده ست. ما درست مثل اینکه به یک نقطه ای در سرمان تبدیل شدیم. جمع شدیم. فضا در درون ما باز می شود. این فضا از جنس بی نهایت است. از جنس خدا یا

ساقی ست، هرچه فضا وسیع تر می شود شما نوانایی روا داشت تان و پذیرش تان بیشتر می شود. به طوری که این فضا باز می شود و بینهایت می شود و شما می توانید همه چیز را در خودتان جا بدهید. مولانا می گوید:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره 806

هر کسی در عجیبی و عجب من اینست

کو ننگجد به میان چون به میان می آید

هرکسی یک عجیبی دارد؛ هر باشنده ای یک عجیبی دارد و عجب انسان، چیز عجیب غریب انسان هم این ست که آنچیزی که برایش در فرم جا نمی شود چگونه به میان می آید؟ به همین ترتیبی که صحبتش را می کنیم. فضا در درون باز می شود. با موازی شدن با این لحظه شما از جنس ساقی می شوید و از جنس ساقی بودن دست برنمی دارید.

کلید کار این ست که برنگردید به خودتان نگاه کنید و ببینید که خیلی خوب حالا ساقی به من شراب داده، بگذار بینم من چه قدر بیدار شدم؟ چه قدر مست هستم؟ مردم مرا قبول دارند یا ندارند؟ برای اینکه به محض اینکه برگردی به مست نگاه کنی دوباره مست را که درواقع داشت مست می شد، از جنس ساقی می شد، آن را می بندی.

من ذهنی دوباره شروع به مقایسه کردن می کند. شما را به چیزهای آدم ها، وضعیت های دیگر مقایسه می کند. یعنی فوراً یک تصویری پیدا می کند و می گوید تو این هستی.

یادمان باشد که وقتی می گوئیم "به ساقی درنگر"، شما این را ذهناً تفسیر نکنید. ما نمی گوئیم که شما بیایید بر طبق یک تصویر ذهنی زندگی کنید. بعضی ها می گویند که فهمیدم! من باید یک آدم مذهبی باشم. من باید کارهای خیر بکنم. این نیست. من باید یک تصویر ذهنی با یک مشخصاتی که در ذهنم هست آن را درست کنم و برطبق آن زندگی کنم. این ها زندگی غیر اصیل است. یا من برطبق تصویری که دیگران از من ساخته اند زندگی کنم؛ دیگران فکر می کنند من راستگو هستم، امین هستم، من اینطور هستم یا آنطور هستم، من باید جوری زندگی کنم که دیگران نگویند که من اینطور نیستم. این ها زندگی غیر اصیل است.

"به ساقی درنگر" از جنس باور نیست؛ از جنس ذهن نیست. اصلاً اگر ما در ذهن باشیم به ساقی نمی توانیم نگاه کنیم.

شما نمی توانید بگوئید من باورهای دینی یا عرفانی دارم، اصلاً از جنس باور نیست. ساقی از جنس باور نیست؛ خدا از جنس باور نیست.

دریچه به سوی خدا از راه تسلیم است. تسلیم یعنی پذیرش بی قید و شرط این لحظه. ما باید این را یادگیریم. **تسلیم!** فقط انسان تسلیم شده ست که قدرت معنوی دارد. انسان تسلیم شده این لحظه را همین هست که هست می پذیرد. لحظه ی بعد می آید همینطور هست که هست، لحظه ی بعد هم همینطور هست که هست... با این لحظه موازی ست.

شما ممکن ست بگوئید آقا این که نمی شود که... ما هر اتفاقی که می افتد همینطوری... نه!



وقتی شما موازی هستید، خرد زندگی شروع می کند از شما جاری شدن، وضعیت های بیرونی را شروع به عوض کردن می کند. اینطور نیست که شما به ساقی نگاه کنید و بگویید آقا من فرمان زندگی را رها کردم، این چه می شود؟ من همه اش به ساقی نگاه کنم...؟؟!!

شما به ساقی نگاه کنید خرد کل دارد کار می کند. مگر می شود به ساقی نگاه کنید و مثلا شما فقیر و بی چیز و مریض و یک گوشه ای بیافتید؟ چنین چیزی نمی شود. اگر شما حتی از نظر مادی ضعیف هستید حتما به ساقی نگاه نمی کنید، و گرنه خرد زندگی طوری می کرد که شما پولتان هم به اندازه ای که می خواستید می شد؛ نه اینکه هرچه بیشتر بهتر. هرچه زیادتر بهتر شعار آقای من ذهنی ست؛ من ذهنی می گوید " هرچه بیشتر بهتر".

شما در هر شرایطی که ذهن آن را خوب یا بد می داند، شما باید به ساقی نگاه کنید و به یوسف نگاه کنید ولو اینکه قسمتی از دستتان یعنی وجود مجازیتان، وجود روانشناختیتان دارد بریده می شود. ولو اینکه دردتان می آید.

شما نمی دانید کدام قسمت ها را باید بیاندازید. ما نمی توانیم با عقل جزئی و عقل من ذهنی بفهمیم کدام قسمت را باید نگه داریم و کدام قسمت را بیاندازید. بنابراین باید به یوسف نگاه کنید به دست نگاه نکنید.

اگر دیدید یک قسمت بیرونی شما کنده می شود، شما ناله و شکایت نکنید. چشمتان را از روی ساقی یا یوسف برندارید، و حتی نگویید حتما مصلحتم است، حالا من چیزی نمی گویم ببینم چه می شود. شما نمی توانید بفهمید. از خودتان پرسید ببینید آیا واقعا می دانید وقتی به ساقی نگاه می کنید به فرمتان نگاه می کنید کدام ها یا کجای وضعیت های زندگی شما ناجور است؟ کجا را می خواهید بیاندازید. نمی توانید؛ نمی شود.

شما وقتی با این لحظه موازی می شوید و ستیزه نمی کنید، برکتی از این عدم ستیزه به وجود می آید که این "برکت" (نمی دانم دیگر اسمش را چه بگذارم)، یک خوبی، یک نیکی از آن ذات، از این کار پیدا می شود که کل وضعیت های زندگی شما را تغییر می دهد. و آنچه‌هایی که می افتد می افتد و آنچه که می ماند، می ماند. شما همینطوری تسلیم شدید، زندگی می کنید و ربطی هم به دین و مذهب ندارد. با این لحظه ستیزه نمی کنید، یک دفعه می بیند از درون شما یک اصولی بیرون می آید که همان اسمش divine order یا نظم خدایی ست. نظم خدایی از درون شما بیرون می آید، از درون انسان تسلیم شده. نظم خدایی آنچیزی نیست که کتاب نوشته یا جامعه قبول دارد. نظم خدایی از اعماق وجود انسان تسلیم شده یعنی شما بیرون می آید وقتی به ساقی نگاه می کنید.

ایا ماهی جان در شست قالب

بین صیاد را در شست منگر

"شست" یعنی دام، تله و تور ماهیگیری.

پس معلوم شد که ماهی جان یعنی اصل شما.

ما همیشه به مست، به ذهن، به دنیا نگاه کردیم برای اینکه به ما یاد دادند که شادی از دنیا می آید. به ما یاد نداده اند که شادی از اعماق وجود ما بالا می آید. از ساقی می آید. همینطوری لفظاً گفته اند که "خدا بزرگ است". نه! خدا همین الان به طور عملی می خواهد به شما زندگی دهد نه به صورت تئوری، نه کتاب، نه باور. "خدا بزرگ است" نداریم!

شما الان با خدا موازی می شوید و به شما زندگی می دهد. ولی وقتی که به فرم، به مست و به وضعیت ها نگاه می کنیم ما چرا نگرانیم که یکدفعه فرمان وضعیت ها را رها کنیم و یکدفعه همه شیرازه ی امور از هم بگسلد! اگر به هم بریزد دیگر نمی توانیم درست کنیم، به زور درست کرده ایم! نه! درست هم نکردیم، زیر فشار هستی. اصلاً لازم نیست که زیر فشار باشی. به ساقی نگاه کن، بیرون هرچه می خواهد بشود، و بیرون خوب می شود.

ولی به ساقی نگاه نمی کنی که بیرون خوب بشود. شما نگویند که اگر شما به من قول می دهید، من به ساقی نگاه کنم. من شک دارم که یک موقعی... این نمی شود.

بارها گفتیم که ما ابتدا به این جهان می آییم و از ثانیه صفر شروع می شود، یک "من" روانشناختی درست می کنیم که بتوانیم باقی بمانیم. درست مثل اینکه اول کرم به وجود می آید و از درون کرم یک شاپرک، یک پروانه متولد می شود. ما هم من ذهنی درست می کنیم، "من" درست می کنیم نه برای اینکه تا لب گور این را با خودمان ببریم. از درون این باید ماهی جان بیرون بیاید. الان در شست است، یعنی در دام، در تور قالب است.

قالب همین فرم روانشناختی ماست. این را لازم داریم. کرم را لازم داریم که از درون آن پروانه به وجود بیاید. این کرم برای ده، دوازده، پانزده سالگی ست، برای هشت سالگی ست، اگر پدر مادر بیدار باشند می توانند به بچه یاد بدهند که جدایی اصل نیست عشق اصل است و به او عشق را یاد دهند ستیزه را نه، غیبت را نه، جدایی را نه.

شما ببینید که ما بچه هایمان را چگونه تربیت می کنیم؟! بچه هایمان نشستند غیبت مردم را می کنیم، بدی مردم را می گوئیم، توطئه می کنیم، با همدیگر ستیزه می کنیم، زن و شوهر باهم دعوا می کنیم، به هم فحش می دهیم، بچه ها هم نشستند و گوش می دهند. واضح است که اینجا... اونطور که قرار بود تا ده، دوازده سالگی ما کرم باشیم و بعداً از درون آن شاپرک بیرون بیاید، یعنی عشق در ما متولد شود، ما از طریق این عشق با هم متحد شویم، زن و شوهر ها انسانها، اصلاً کلیه ی روابط انسانی با هم... الان با دو تصویر ذهنی با همدیگر جدا هستند؛ که ما جدایی را یاد گرفتیم، ما جدا هستیم. جدا هستیم براساس موقعیت اجتماعی، خانواده، براساس دین، براساس روش ها و باورهای سیاسی و جداییمان را باید حفظ کنیم. اصل ما همین جدایی ست! نیست! نیست! این شست است.

می گویند به این نگاه نکن، صیاد آن بالاست. صیاد همان خداست. صیاد نظم خدایی ست. اگر آن نظم را رعایت نکنید، نظم هم در تو نیست، در من ذهنی نیست؛ نظم الان جاری ست. نظم باید اجازه دهی که جاری شود. نظم هر لحظه به یک صورتی است. نظم خدایی divine order الان در تو دارد جاری می شود. جلوی آن را بگیر. ولی وقتی تو، ماهی جان رفته درون تور، در اقیانوس یک تور ست که ماهی جان ما درون آن رفته ست و اصلاً اقیانوس را هم نمی بیند. در این تور این مدام دست و پا می زند.

حالا من و شما که این حرف ها را می شنویم، شما می توانید بالا را نگاه کنید؟ بالا هم نیست به طور سمبلیک بالا می گوئیم. می توانید ساقی را ببینید؟ صیاد را ببینید؟ صیاد تور دارد به صیاد نگاه کنید و شستش را ببینید؟

صیاد به شما می گوید که چه کاری کنید که در شست نیافتید. صیاد نیامده که شما را صید کند. البته صیاد جان شما را لازم دارد جان شما برای این ست که شادی ش را، عشقش را، زیبایی اش را به وسیله شما در این جهان پخش کند و این چه قدر با سفره نوروزی ما هماهنگ است.

شما یادتان می آید که در سفره نوروزی یک شمع هست، یک آینه و یک ماهی که داخل آب شنا می کند. و همین 3 تا درواقع همین معنی را می دهد.

شمع رمز روشناییِ زندگی، خدا، هشیاری و آینه همین فرم است (creation). پس روشنایی ایزدی، مخصوصا در انسان، به انسان می خورد و منعکس می شود. انعکاسش را شما می شناسید، درمورد انعکاسش بسیار صحبت کردیم؛ انعکاسش در شما همین هشیاری خالص حضور ست که در سفره نوروزی (که البته ما الان دیگر نمی گذاریم) سمبلش شراب ست. شراب رمز انسان ست. که انسان، وقتی می گوئیم انسان گفتیم که اول به صورت من ذهنی رشد می کند و از درونش این پروانه و شاپرک درمی آید. شاپرک، جان آزاد ست که در اقیانوس زندگی شنا می کند.

پس بنابراین هشیاری خدایی می آید، که شما باشید، منعکس می شود، مثل اینکه ما الان بیدار می شویم. الان در زندان قالب ست. وقتی هشیاری ایزدی می خورد، وقتی ما بیدار می شویم و به صورت هشیاری از فکر جدا می شویم، که گفتیم که بیدارشدن پروسس یا فرآیند جدا شدن هشیاری حضور از فکر ست؛ و شما حس می کنید که وجود دارید بدون استفاده از فکر؛ این همین تجربه ی حضور ست. وجود داشتن بدون استفاده از فکر؛ هشیار بودن بدون استفاده از فکر. این هشیاری خالص ست. که شمع و آینه و ماهی سمبل این هستند.

شمع به آینه که شما باشید می خورد و به صورت هشیاری خالص برمی گردد و به صورت ماهی در اقیانوس زندگی شنا می کند و شراب درواقع انسان مست ست. انسان مست، شراب را از خدا می گیرد و در این جهان پخش می کند.

روی سفره ما 3 چیز دیگر هم داریم: تخم مرغ، سبزی، جماد (سکه یا سنگ)؛ که نشان می دهد که ایرانیان قدیم می دانستند که اینها زنده هستند. سبزی سمبل نبات ست. نباتات که یک نوع زندگی ست. سنگ یا سکه که سمبل جماد یعنی زندگی جمادی ست. و تخم مرغ که سمبل زندگی جانوری ست.

پس می ببینید که چه قدر این غزل و علی الاصول معنای گنج حضور با سفره ی نوروزی هم هماهنگ ست.

پس انسان به عنوان میانجی، مست، مستی که الان به هشیاری ناب خدایی مست ست، از جنس خداست ولی در فرم ست. زندگی جانوری هم دارد که تخم مرغ سمبل آن ست. ولی اصل زندگی ماهی ست مثل ماهی در آب یکتایی شنا می کند.

پس شمع سمبل هشیاری خدایی، هشیاری کل ست که در آینه می افتد که الان در آینه ی شما منعکس شده ست و مقدار زیادی هشیاری حضور در شما به وجود آمده و این هشیاری حضور که ناب ست ، شما به صورت هشیاری حضور مثل ماهی در آب زندگی دارید شنا می کنید درحالیکه در تن هستید.

ایرانیان این موضوع را می شناختند. به اعتقاد من این هفت تا سین را که آوردند مثل سمنو، سیر و.. اینها روپوشی ست برای این معنای بزرگ. برای اینکه این معنای بزرگ که هشیاری ایزدی می تواند در انسان منعکس شود، که ادیان آمدند که همه اش این را توضیح دهند. دین ها همه اش همین را می گویند چیز دیگری نمی گویند.

هشیاری خدایی می آید در انسان منعکس می شود به صورت هشیاری حضور. این هشیاری حضور به صورت ماهی یعنی شما در حالی که فرم دارید، غذا می خورید، آب می نوشید می توانید حاضر باشید و به صورت ماهی در آب زندگی شنا کنید و شراب رمز مستی شماست. چون مستید، دائما به ساقی نگاه می کنید، ساقی شرابش را به شما می دهد و شما این شراب را در جهان پخش می کنید. خودتان می خورید و به گیاهان، جانوران یعنی به تخم مرغ که رمز زندگی جانوری ست، سبزه که رمز زندگی نباتی و سنگ یا سکه یا هرچه که می گذاری که رمز زندگی جمادی ست به آنها پخش می کنید.

مولانا بارها به ما گفته که این روشنایی، این هشیاری که در جهان پخش می شود به جانداران، باشندگان دیگر کمک می کند که آنها هم به هشیاری برسند.

پس سفره نوروزی هم مسئولیت مارا به عنوان هشیاری حضور به ما یادآوری میکند.

حالا مولانا در این غزل می گوید که "ایا ماهی جان در شست قالب" به شما می گوید. الان آن ماهی که باید آزاد شنا کند رفته و به جزئیات قالب، من روانشناختی که عمدتا هم هویت شدگی با باور و دردهای گذشته ست، چسبیده است.

یک چیزی که باید یادمان باشد این ست که باور اصل نیست. باور اصیل هم نیست. ما در فارسی داریم "باورمند". می گویم فلانی باورمند ست. باورمند یعنی یک انسانی که در زندان یا شست باور است. یعنی می تواند متعصب باشد. مگر اینکه انسان تسلیم باشد و حاضر باشد که همانطور که در پایین غزل می گوید که:

چو در جویت روان شد آب حیوان

به خم و کوزه گر اشکست منگر

این خم و کوزه همان قالب ها ذهنی، الگوهای ذهنی ماست. اگر کسی تسلیم باشد و در جویش آب زندگی روان است بنابراین نمی ترسد که این الگوهای فکری یا عملش بشکند. تعصب ندارد، دگم ندارد، نمی گوید همین هست که هست. چنین چیزی ما در اقیانوس زندگی نداریم.

بدان اصلی نگر کغاز بودی

به فرعی کان کنون پیوست منگر

پس می گوید که به آن اصلی نگاه کن که از اول بوده ای. ما از اول چه بوده ایم؟ هشیاری. ما هشیاری بوده ایم. به فرعی که همین الان به ما پیوسته نگاه نکن. این فرع چیست؟

ما این لحظه هم به صورت هشیاری خدایی به این جهان می آییم. از اول هم هشیاری خدایی بوده ایم. "فرع" من ذهنی ست، منیت ست. اینکه بعداً چیزی به اسم ذهن من دار به ما اضافه شده، آن فرع ست. بنابراین "بدان اصلی نگر" یعنی بازهم از جنس آن اصل شو.

شما نمی توانید به صورت فرع باشید یعنی من ذهنی باشید و به آن اصل هم نگاه کنید. این نمی شود. این اخیراً به ما پیوسته ست و این در زندگی شخص شما فرعی ست.

اصلاً اینطور بگوییم، برگردیم به زندگی خودمان، یکی اینکه باید در این لحظه باشیم، از جنس زندگی باشیم، یعنی بیدار شویم و بیدار بمانیم، یعنی از فکر و از ذهن جدا شویم و همیشه جدا بمانیم، با ساقی یکی شویم، با هشیاری یکی شویم، این مهم ترین و اصلی ترین و اولین چیز ماست.

دومین چیز عمل و فکر ماست. عمل و فکر ما نوکر این **بودن** ست. باید تابع این باشد. عمل و فکر ما نمی تواند اصل باشد. **بودن** اصل است و هشیاری اولین اهمیت را دارد؛ اولین منظور ست.

شما بگویید اول باید چکار کنم؟ اول باید اصل شوم، بعد فکر کنم.

وقتی اصل شویم، اصل کمک می کند، اصل فکر می کند، آگه فرع شویم، از فرع نمی توانیم به اصل برسیم. درست مثل این ست که بگویی من می روم نقاشی می شوم و بعد به نقاش نگاه می کنم. این نمی شود زیرا نقاشی جان ندارد؛ نقاشی عقل ندارد. عقلی دارد که اول، نقاش موقع کشیدن داده است. شما هم شرطی شدگی هایتان، یادگرفتگی هایتان، هرچه که از اینجا و آنجا یادگرفتید اصل نیستند، آنها فرزند. تمام عادت ها و راه و رسم ها زمانی درست هستند که با بودن شما جور دربیایند. بودن شما صادق ست، اصل واصل ست.

شما در این لحظه از راه همان **بودن** زندگی می کنید، این حضور است، حاضر هستید. وقتی آن هستید حاضرید. شما حاضر نیستید، زندگی و خدا از طریق شما حاضر است. منظور اصلی شما از آمدن به این جهان همین ست. این فرع این ست که می گوییم این را داشته باشم، آن را هم داشته باشم، این ها را روی هم بگذارم. هماهنگی و تعادل از این **بودن** می آید.

بنابراین "بدان اصلی نگر" باز هم یعنی از آن جنس شو که از اول بوده ای "به فرعی کان کنون پیوست منگر".

یادمان باشد که اگر شما حس حضور نکرده اید مدام باید تسلیم شوید تا میزان هشیاری حضور در شما زیاد شود و فضای درون باز شود. هرچه بیشتر برای آدم ها و باورها جا باز کنید و با این لحظه موازی شوید و تسلیم شوید این هشیاری ناب حضور بیشتر می شود. رواداشت پشت رواداشت. از هرچه که بدتان می آید برایش جا باز کنید، روا بدارید که آن، آنطور باشد.

به ساقی نگاه کنید؛ اگر ندارید، نمی بینید، پس تمام هم و غم تان را بگذارید که با وضعیت این لحظه را بپذیرید که فضا باز شود. کلید، رواداشت است. روادارید که دیگران هرکاری می خواهند بکنند، هرچور که می خواهند باشند؛ این فضای درون شما را باز می کند و گرنه بسته می شود.

اگر نگاه می کنید به چیزی و می گوئید آن چرا آنطور ست این چرا این طور است؟ و قضاوت می کنید و تفسیر می کنید و اسم می گذارید دارید فضا را می بندید. زندگی در درون شما باز نخواهد شد، شما زندگی نخواهید کرد؛ شما عمر را تلف خواهید کرد. اینها را برای همین می خوانیم.

کیفیت زندگی شما در این لحظه بستگی دارد به اینکه چه قدر حاضر هستید نه اینکه چه قدر در زندان باور ها هستید. اگر در زندان باورها هستید حاضر نیستید.

بدان گلزار بی پایان نظر کن

بدین خاری که پایت خست منگر

"گلزار بی پایان" موقعی که به ساقی نگاه می کنیم و مثل ماهی در فضا یکتایی شنا می کنید وقتی فرم ندارید نه اینکه بدن ندارید، در درون باز شدید و این فضا بی نهایت شد، لازم نیست بی نهایت هم شود، شما به اندازه ای که بیشتر از پنجاه درصد اگر حس کنید از جنس هشیاری حضور هستید ولو اینکه من تان را هم می بینید، من هم داشته باشید، شما از آن مرحله گذشته اید. شما می توانید گلزار را ببینید. شما می توانید گلزار را ببینید و به خارستان هم توجه داشته باشید ولی حواستان به گلزار باشد. خیلی موقع ها وقتی ما از این مراحل رد می شویم، گلزار را می بینیم، خار هم مارا رها نمی کند، ما پنج دقیقه حاضر هستیم، دو دقیقه غایب هستیم. وقتی که غایب هستیم می بینید که حالتان بد شد، استرس آمد. وقتی که استرس می آید یعنی این لحظه را دارید پله و وسیله قرار می دهید. این لحظه که زندگی ست نمی تواند وسیله باشد؛ اصل است.

شما به خودتان نگاه کنید، این لحظه نشسته اید، نمی گوئیم که برنامه ریزی نکنید ولی شما رفته اید در فردا که کسی را ملاقات خواهید کرد و دارید با او ستیزه و بگو مگو می کنید، مثل اینکه آنجا هستید. خوب شما این لحظه را پوشانده اید، این لحظه را پله قرار داده اید. از این لحظه به عنوان وسیله استفاده می کنید برای جنگیدن با یکی! این یعنی در خارستان بودن.

بزرگترین کاری که شما می توانید بکنید این ست که در این لحظه موفق شوید. اصلا تعریف موفقیت این ست که این لحظه با کیفیت کامل زندگی شود. موفقیت از جنس **بودن** است، از جنس **شدن** نیست. شما نمی توانید موفق شوید. مردم فکر می کنند موفق بودن یعنی اینکه حتما مقدار زیادی پول جمع کنی، به آنچه که می خواهی بررسی، مقدار زیادی دانش بیاندوزی، کارها را بلد باشی، آدم حسابی باشی، خانه بزرگی داشته باشی، همسر و بچه های موفق داشته باشی، این ها ممکن ست که نتایج فرعی موفقیت باشند ولی موفقیت یعنی اینکه این لحظه به طور کامل، با کیفیت توسط شما زندگی شود به طوری که این شادی زندگی به شما جاری شود؛ این موفقیت ست. شما غایب باشید کیفیت ندارد.

به علاوه گفتیم اگر غایب باشید شما بادام پوک می کارید. وقتی بادام پوک می کارید یعنی با منیت می کارید، اگر حاضر نباشید، از جنس زندگی نباشید، منیت دارد کار می کند. شما در این لحظه دو راه دارید. یا "من" ست یا اصل شما. یا به آن گلزار نظر می کنید که گل می کارید، مثل ماهی در آن افیانوس با خدا یا زندگی یکی شدید، حس **من** ندارید، گلزار را می بینی، بادام مغزدار می کاری و این در آینده برای شما در بیرون گل و بادام های زیاد می دهد و هر لحظه اینطور می کاری، بکار. شما هر لحظه گل رز

می کاری، خوب معلوم ست که تمام اطرافت گل رز می شود ولی اگر این لحظه با من می کاری ولو اینکه با قصد خوب می کاری باز هم درد ایجاد خواهی کرد.

مردم فکر می کنند که مهم قصد است. مهم قصد و انگیزه نیست. من انگیزه ام خوب ست ، شما را که کتک می زوم به این خاطر است که تو را دوست دارم، می خواهم آدم حسابی شوی، تربیت می کنم! **نه!** این لحظه شما نمی توانی با **من** ات یکی را بزنی، ملامت کنی، اذیت کنی، و فکر کنی داری تربیت می کنی، و خوبی اش را می خواهی.

اگر شما این لحظه را خودت با کیفیت و با عشق زندگی کردی، بله، داری تخم درستی می کاری. اگر این لحظه خودت از جنس عشق نیستی و با کیفیت زندگی نمی کنی نگو قصدم تربیت است و انگیزه ام خوب است. من انگیزه ام خوب است و حالا بد درآمده ست. انگیزه ام یعنی چه؟!

تنها چیزی که اگر در این لحظه بکاری محصول می دهد این ست که عشق بکاری. این مستلزم این ست که این لحظه را خودت با کیفیت زندگی کنی. اگر خودت درونت شاد نباشد، روشن نباشد، آرام نباشد، فکر می کنی چیزی را که با قصد خوب بکاری واقعا قصد خوب داری؟ این قصد خوب من ذهنی ست.

باید بدانیم که اگر در این لحظه ما **بودن** را تجربه نمی کنیم و با قصد خوب می کاریم یعنی کار یا فکری می کنیم، دستوری می دهیم، داریم درد می کاریم. از این کار درد به وجود خواهد آمد. این درد خودش را ادامه خواهد داد و یک روزی بالا خواهد آمد. این همان چیزی ست که در شرق به آن "کارما" می گویند و به صورت یک واکنش از شما بیرون خواهد آمد؛ و تا زمانی که به ساقی نگاه نکنی و این درد را و این حالت را شفا ندهی همینطور در تو باقی خواهد ماند.

از طریق ستیزه نیست که آلام مردم درمان می شود. این درد ها را باید با نگاه به ساقی، همان خدا و از طریق شما شراب به این جهان می آید و این دردها را شفا می دهد. شما باید شفا بخش باشید. نمی توانید با قصد و غرض خوب ایجاد درد کنید و بگویید غرضم خوب بود!

یک چیزی که مولانا در این بیت به شما می گوید این ست که شما به این خاری که الان پایت را زخمی کرد، منگر. "خستن" یعنی زخمی کردن.

من از شما سوال می کنم، چقدر توجه و انرژی شما جذب جبران کردن و عوض کردن و اسمش را بگذاریم در حالت غلیظش انتقام گرفتن، می شود؟ شما دنبال عوض کردن هستید؟ یکی به شما بدی کرده باید عوض آن را بکنید؟ اگر دارید اینکار را می کنید بدانید که دارید وقت تلف می کنید.

هر لحظه که شما اینطور زندگی می کنید، دارید درد می کارید، شما باید برگردید به ساقی نگاه کنید. چه کار دارید که کسی به شما ظلم کرده ست؟! رفت دیگر آن تمام شده ست. ما مرتب می شنویم که همسر این کار را کرده، فلانی این کار را کرده، من اینقدر پول داشتم از دست دادم و او باعث شد،... دیگر تمام شده است! برگرد به ساقی نگاه کن، ساقی، نور ساقی آن درد را شفا می دهد وقتی شما به ساقی نگاه می کنید، این لحظه با تسلیم زندگی می کنید. دارد می گوید که "بدین خاری که پایت خست منگر".

بارها گفتیم این خارِ من ذهنی، دیگران هم زخمی نمی کنند ما خودمان زخمی می کنیم. ما خار داریم، ما خودمان هستیم که سبب می شویم.

حالا اگر پایت را زخمی کرد به آن نگاه نکن، ملامت نکن، سوال و جواب نکن، فقط به ساقی نگاه کن، ساقی به تو خرد می دهد که هم زخمش را درمان کنی و هم این کسی که به صورت خار ست شاید تو او را هم درمان کنی. اول خارِ خودت را درمان کن. وقتی خارِ تو به گل تبدیل شد با گل ها می پیوندی؛ تو با آن خار چه کار داری؟

درست مثل این ست که مار پای کسی را بگزد و او دنبال مار کند که ببیند می تواند مار را بکشد؟ خوب زهر در تمام بدنش پخش می شود. اولین کار شما این ست که اول با ریسمان آن جا را ببندی که زهر به قلب و تمام بدنت بالا نرود و زهر را از آنجا بیرون کنی.

حالا زهر، همین خارِ منِ ذهنی ست. شما باید به هر صورتی با فضایی که در درون باز می کنی محاصره کنی، نگاهش نکن که مدام دم به دمش بدهی! به ساقی نگاه کن که فضا باز شود و بین که چه ناجوری هایی دارد. ناجوری های تو را نور ساقی ذوب می کند که نور ساقی همان هشیاری و خرد ست. همه این ها از اینجا شروع می شود که اگر با این لحظه موازی باشی، نور ساقی در این لحظه می آید و از جنس گذشته و آینده نیست.

همایی بین که سایه بر تو افکند

به زاغی کز کف تو جست منگر

شما ببیند اگر این هشیاری ناب در شما به وجود آمده، سایه اش را بر شما افکنده است... قدیم هما اگر سایه اش را روی کسی می افکند، هما مرغ افسانه ای است که اگر روی شانه کسی بنشیند، شاه می شود. سایه اش را روی شما افکنده است، شما شاه مملکت خودتان هستید. شاه همه ی اتفاقات، وضعیت ها و شرایط زندگی خودتان هستید زیرا به طور شخصی این هما سایه اش را روی شما افکنده است؛ انسان هستید. انسان دستیابی به آن خرد را دارد فقط کافی ست که خودش را از این هم هویت شدگی ها رها کند.

وقتی به این هما نگاه می کنید، این زاغ، همین من ذهنی اگر بپرد و رها شود و برود درحالی که شما به ساقی، به هما، نگاه می کنید ناراحت می شوید؟ دنبالش نرو. اگر دیدی دردهایت می ریزد نگو من این درد را لازم داشتم.

ما از بس با این دردها هم هویت شدیم و نشسته ایم و با مردم صحبت کردیم، فکر می کنیم که، و این هم به خاطر دم دادن به این من ذهنی بوده، فکر می کنیم که همین چیزهایی که ما در دست داریم که به عنوان ابزار استفاده می کنیم برای بزرگ کردن من مان، این ها را از دست بدهیم مردم چه می گویند؟ خودمان چه می گوئیم؟ هیچ!

شما وقتی به ساقی نگاه می کنید، در ضمن از شر این بلا که واقعا بلاست که "مردم چه می گویند؟" می رهید، مردم هرچه که می خواهند بگویند! شما اصیل می شوید. شما زندگی را دست اول تجربه می کنید.

ما از عقاید مردم حداکثر برای بهتر کردن من ذهنی یا برای تایید من ذهنی استفاده می کنیم.



آقا شما راجع به من چه فکر می کنید؟ بله... من فکر میکنم شما آدم مهمی هستید، با سوادید... من از شما به عنوان قطب برای تایید خودم استفاده می کنم، ... این به چه درد می خورد؟

شما وقتی زندگی این لحظه از طریق شما زندگی می شود، کیفیت دارید، شما به حرف مردم چه کار دارید؟ حرف مردم می تواند شما را عقب بیاورد. چون شما یک تصویر ذهنی درست کردید که درون تصویر ذهنی مقدار زیادی عقاید مردم که در مورد من چه فکر می کنند، چه می گویند، اگر من به گنج حضور برسم نکند عوض شوم و مردم نظرشان را در مورد من عوض کنند، بگویند که اینطور شده ام یا آنطور شده ام؟!

شما با این ها چه کار دارید؟ شما چند سال زندگی دارید باید اصیل زندگی کنید. بگذارید زاغ برود. این حرف مردم جزو این زاغ ست. تصویر ذهنی شما از خودتان است که تا به حال با آن زندگی کردید بگذارید این تصویر ذهنی بیافتد.

چو سرو و سنبله بالا روش کن

بنفشه وار سوی پست منگر

مثل سرو تو به طرف بالا برو، مثل بنفشه که پایین را نگاه می کند، به پایین نگاه نکن.

شما ببینید سبک می شوید بالا می روید؟ این گنج حضور درست مثل جلسه ی کاهش وزن است، وقتی با هم هویت شدگی هایمان زندگی می کنیم، یکدفعه اگر از مولانا می شنوید، این هارا می اندازیم، درست مثل اینکه وزنمان کم می شود. آن زاغ که از دستمان می رود به طرف بالا می رویم. صاف می شوی. سرو صاف است.

آیا شما راست هستید؟ یعنی قصداً راست زندگی می کنید؟ این چنین آدمی دروغ نمی گوید. شما حاضرید به خاطر خودتان و زندگی دروغ نگویند و دروغین هم نباشید؟ اگر به پایین نگاه کنید به وضعیت های زندگی، می گویی خیلی خوب حالا اینجا کج می کنیم چیزی گیرمان می آید، آنجا هم حالا یک دروغی.... مگر چه می شود؟ ولی وقتی بودنتان حاکمتان است، اصل این ست که راست باشید مثل سرو، اصل این نیست که چه قدر از شما آویزان ست از سرو هم چیزی آویزان نیست وگرنه نمی توانست راست بایستد.

چو در جویت روان شد آب حیوان

به خم و کوزه گر اشکست منگر

وقتی که الان تسلیم شدید و آب زندگی از شما شروع به جاری شدن کرد، یکدفعه دیدید که ذرات وجودتان شروع به ارتعاش به زندگی کرد و زندگی را حس می کنید، زندگی این لحظه کیفیت دارد صرفه نظر از بیرون که چه اتفاقی می افتد و دیگر به جزئیات بیرون اهمیت نمی دهید، زندگی در این لحظه برای شما مهم شد برای اینکه کیفیت دارد و این کیفیت را می بینید و قدر زندگی را می دانید، قدرشناسی می کنید از این حضور که از این جنس هستید.

بزرگترین قدر شناسی این ست که شما از جنس حضور باشید و بدانید و آن حالت را رها نکنید. بزرگترین قدرشناسی این ست که به ساقی نگاه کنید و رویتان را برنگردانید؛ هر اتفاقی که می خواهد بیافتد.

این بزرگترین قدرشناسی ست. همه ی قدرشناسی ها هم از آنجا می آید. شما از آن جنس نشوید چیزهای بیرونی را نمی توانید ببینید که قدرش را بدانید.

خیلی ها سلامتی دارند، دانش خوب دارند، خانه ی خوب دارند، ماشین خوب دارند، آب و هوای خوب دارند، جای خوب زندگی می کنند و درواقع همه چیز دارند، هیچ کدام را نمی بینند بعداً همه را از دست می دهند. چرا نمی بینند؟ برای اینکه به ساقی نگاه نمی کنند. اگر از آن جنس بودند این برکتی که الان ما داریم، این سلامتی، این آرامش، این شادی، این امنیت، این اتومبیل خوب که من سوار می شم این خانه خوب که زندگی می کنم، این آزادی که دارم، این شادی که از من بیان می شود، من قدر این را می دانم، این را رها نمی کنم، زندگی این ست، من زندگی را رها نمی کنم، من نگاه نمی کنم ببینم دیگران مستی من را تایید می کنند یا نه؟ اگر آنجا بروم، بیراهه رفتم و منحرف می شوم.

حالا می گوید وقتی در جوی روان شد، این الگوهای فکری، "خم و کوزه" باید بشکند. ما کوزه های مختلف داریم. این کوزه ی سیاستم ست، این کوزه ی دینم است، این کوزه ی عقاید خانوادگیم است، این عقاید علمی من ست، این ها را نمی گذارم بشکند! خوب اگر شما این ها را محافظت کنید که دیگر جو قطع می شود.

آب زندگی که در جوی شما روان شد، این ها باید بشکند، بگذار بشکند. اگر بشکست، منگر که این ها دارند می شکند اینها باید بشکند. بزرگترین کوزه شکن دنیا خداست، برای اینکه این جو را روان کند و شما را غنی کند باید کوزه ها را بشکند.

به هستی بخش و مستی بخش بگرو

منال از نیست و اندر هست منگر

هستی بخش و مستی بخش همان ساقی ست. هستی، این لحظه همان فضای بی نهایتی ست که باز کرده اید و شما آن فضا هستید؛ بر همه ی عقاید و باورها پذیرش دارید، همه ی باورها و عقاید در شما جا می شود:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره 637

در این بحر در این بحر همه چیز بگنجد

مترسید مترسید گریبان مدرانید

این را می دانید. می دانید که هستی را چه کسی می دهد. هستی آن چیزهایی نیست که ما در ذهنمان جمع کرده ایم و می خواهیم از آنها هویت بگیریم.

شما می دانید که اگر به مست نگاه نکنید و به ساقی نگاه کنید یأس تان تمام می شود. شما مرتب خواسته اید که از چیزها زندگی بگیرید، به شما نداده اند و مأیوس شده اید و وقتی آدم مأیوس می شود، ناامید می شود، می گوید که زندگی به درد نمی خورد درحالی که زندگی این لحظه تام و تمام در شما دارد زندگی می شود؛ اگر ببینیدش.

ما به وضعیت‌ها نگاه می‌کنیم و می‌گوییم ندارم، فلانی دارد، از نیست می‌نالیم و به هست نگاه می‌کنیم. "هست" کجاست؟ در آینده ست. "هست" کجاست؟ قرار است که کسی به ما بدهد. "هست" کجاست؟ اتفاقات باید بیاورند. پس یک اتفاقی باید بیافتد که من خوشحال شوم، من شاد شوم، اتفاق هم می‌افتد و من خوشحال نمی‌شوم برای اینکه... پایین این را توضیح می‌دهد:

قناعت بین که نرست و سبک رو

به طمع ماده آبست منگر

"قناعت" یعنی این لحظه شما چون به ساقی نگاه می‌کنید و شادی اصیل خودتان را حس می‌کنید، آنچه که وجود دارد، کم یا زیاد، لذتش را می‌برید؛ شکایت هم نمی‌کنید. همین را قبول می‌کنید، با آن هم موازی هستید. این قناعت ست.

مقایسه نمی‌کنید ببینید چرا فلانی فرش ده هزار دلاری دارد و من فرش پانصد دلاری دارم؟ اصلاً این را نمی‌بینید برای اینکه در درون آنقدر شاد هستید که اصلاً آن جزئیات را نمی‌بینید. حالا هرچه که هست در اینجا من از آن رضایت دارم. این قناعت ست. هرچه هست می‌پذیرم. اینقدر می‌پذیرم که درست مثل اینکه خودم انتخاب کردم. شما وقتی منوی رستوران را می‌گذارند و می‌گویند من این غذا را می‌خواهم، وقتی می‌آورند جلوی‌تان می‌گذارند که شکایت نمی‌کنید که این چه غذایی ست که من سفارش دادم؟

این لحظه را طوری بپذیر درست مثل اینکه تو خودت سفارش داده بودی.

این طمع و حرص آبستن ست، حامله ست. مقایسه می‌کند که در قدیم، بشر ابتدایی، مردش هم قوی بود و هم می‌توانست خوب بدود و خانم‌ها حامله می‌شدند و سنگین می‌شدند و نمی‌توانستند راه بروند. بشر اولیه که در کتاب‌ها می‌خوانیم که عقلش آنقدر نمی‌رسید که خانم‌ها را ملامت نکند که چرا حامله می‌شوید و نمی‌توانید بدوید. مثلاً حیوانات حمله می‌کنند و یا قبیله‌های دیگر حمله می‌کنند شما نمی‌توانید بدوید و ما را کُند می‌کنید.

ولی تمثیل مولانا می‌گوید که طمع و حرص حامله ست. ما وقتی منتظر یک چیزی در آینده هستیم که به ما زندگی بدهد، حرص آن را می‌زنیم و اگر آن نشود زندگی نمی‌شود، درست مثل حامله‌ها هستیم تا وقتی که آن زاییده شود. وقتی که زاییده شد می‌گوییم که این زاییده شده و دیگر زندگی شروع شد. ما انواع و اقسام انتظارات داشتیم: لیسانس مان را بگیریم، بچه مان زاییده شود، بچه مان بزرگ شود، بچه مان دانشگاه برود، بچه مان زن بگیرد، ... هیچ کدام از این‌ها ما را خوشحال نکرد. این بچه هم که زاییده شد ... البته منظور از بچه ... داریم سمبلیک صحبت می‌کنیم.

وقتی شما می‌خواهید به یک چیزی در آینده برسید که زندگی شروع شود مثل حامله‌ها هستید. حامله نمی‌تواند سبک باشد. سبک کسی ست که این لحظه آزاد ست. حامله آزاد نیست یک نفر را با خود می‌کشد که هرچه زودتر بزاید. شما دیده‌اید که ما با چه عجله‌ای به آینده می‌رویم که آنجا یک چیزی را بزیاییم که به ما زندگی بدهد. وقتی که زاییده شد مثل همون بچه، نگران این هستیم که نکند این را ببرند، نکند که چیزی بشود، تازه نگرانی آن نمی‌گذارد که ما زندگی کنیم.

ما آنچه که به دست آوردیم به ما زندگی نداده ست حالا نگران هستیم که آن را از دست بدهیم. خوب ما وضعیت بسیار مشکلی داریم.

چرا در این لحظه به ساقی نگاه نکنیم و به طور کامل زندگی را با کیفیت کامل زندگی نکنیم و به آینده نگاه کنیم که اگر این را به دست بیاورم زندگی شروع خواهد شد؟! و وقتی که این روش کار من باشد نسخه بسیار کاملی برای عدم موفقیت، عدم شادی است. برای اینکه می زاد، نگرانیش شروع می شود که چه طور مواظبت کنم؟ دردهای آن شروع می شود بعد می بینیم او این شادی را به ما نداده! دوباره برای یکی دیگر حامله می شویم... مدام حامله می شویم... حامله می شویم... که بلکه چیزی بزاییم که بلکه او مارا شاد کند تا لب گور.

ما نمی خواهیم اینطور زندگی کنیم.

تو صافان بین که بر بالا دویدند

به دردی کان به بن بنشست منگر

کاملاً معنی ش واضح شد. صافان انسان هایی بودند که به حضور رسیدند و پریدند. آن شاپرکی که خودش را از کرم رها کرد. یک عده ای هم دُرد شدند. دُرد همان لُرد شراب ست، ته شیشه ی شراب نشستند. صافی شراب، قسمت صاف شراب بالا می آید و لُردش می نشیند. شما می خواهید کدام باشید؟ مثل صافان که خودشان را از هویت های زمینی و مادی و از وضعیتها و از آن چیزهایی که چسبیده بودند رها کردند و بالا رفتند و صاف شدند، یا نه چسبیدگی شان را زیادتیر کردند. چیزها را به خودشان اضافه کردند و به آنها چسبیدند، به بچه، به مال دنیا، به سواد، به باور، باور مذهبی، به همسر چسبیده اند. هرچه که دیدند چسبیدند و لُرد شدند. کدام را می خواهید؟ تصمیم با شما ست.

جهان پر بین ز صورت های قدسی

بدان صورت که راحت بست منگر

اگر شما به ساقی نگاه کنید، در هر چیزی و در هر کسی زندگی را می بینید. یعنی بالقوه همه چیز صورت قدسی ست ولی حقیقتاً انسان هایی هم وجود دارند که مثل مولانا صورت قدسی به ثمر رسیده هستند؛ مثل حافظ، مثل خیلی از انسان هایی که الان در زمان ما زندگی می کنند و صورت قدسی اند. صورت دارند ولی مثل ماهی نروزی در آب یکتایی شنا می کنند. نمی پرسند که آب چیست؟! شما هم نپرسید که آب چیست؟! با آب یکی شوید. نپرسید که خدا چیست با موازی شدن با این لحظه با خدا یکی شوید. چون اگر بپرسید که آب چیست، ماهی اگر بپرسد که این آب چیست دیگر نمی تواند شنا کند؛ از آب بیرون می آید. ماهی نمی پرسد، می گوید که در آب شنا می کنند، شما هم در خدا شنا می کنید، با آن یکی می شوید، نمی پرسید چیست و کیست چون جوابش را پیدا کنید بلافاصله در ذهنتان خدای تصویری درست می کنید، که بشر کرده است. حالا همان صورت راه ما را می بندد. "بدان صورت که راحت بست منگر".

به ساقی نگاه کن، صورت های قدسی را بین. اگر صورت قدسی را بینی درواقع زندگی در شما زنده شده، ساقی از چشم شما نگاه می کند و قدسیت و پاکی و خلوص و نابی را در انسان های ناب می

بیند. البته شما اگر به ساقی نگاه کنید در همه می بینید. ممکن ست که همه شما را دشمن ببینند شما در آنها زندگی را می بینید. مثل مولانا.

مولانا زمانی این غزل را گفته که یکی از بدترین اعصار تاریخ بوده ست. زمان حمله ی مغول بوده، خبرهای بسیار بدی می آمده، مغول ها از سر انسان ها تپه می ساختند، خبر ها می آمد، ولی ببینید که مولانا هیچ فحش به مغولی نداده. چرا؟ دارد به ساقی نگاه می کند؛ می داند که برای حل مشکلات بشری باید انرژی ناب حضور را در جهان پخش کند. انرژی عشقی را باید در جهان پخش کند.

فحش دادن، بد گفتن، ستیزه کردن که راه را می بندد. همان صورتی ست که راه را می بندد. چه فایده دارد که انسانی که مثل مولانا دسترسی به آن عالم را داد و از آنجا می تواند انرژی را بگیرد و در این جهان پخش کند و دردها را شفا دهد، حالا باید این کار را کنار بگذارد و به مغول فحش بدهد؟! که نداده است! چرا بدهد؟ شما باشید می کنید؟

شما اگر در جویتان آب زندگی روان شده، شما نمی گذارید روان شود و قطع می کنید تا به یکی فحش دهید؟ که چه بشود؟ در حالی که می دانید که کسی که این غزل را گفته دارد می گوید که تو رویت را از او برنگردان. زندگی از آنجا می آید. زندگی که از بدگویی نمی آید. کسی که به یکی بدگویی می کند راه زندگی اش بسته ست و می خواهد که دیگران هم راه زندگی را برای خودشان ببندند. این راه است؟

"بدان صورت که راهت بست". صورتی که راه مارا بسته من ذهنی ست، منگر. شما نگاه کنید به من ذهنی، به ذهنت که من دارد، بلافاصله زنده می شود. انگار یک مرده آنجاست، شما نگاه کنید زنده می شود. برای اینکه شما زندگی هستید. شما می گوئید من زندگی را خودم نمی کنم می گذارم من بکنم! من ذهنیم، منیتم زندگی کند من نکنم. اگر اینطور می خواهی تا به حال همینطور کردی.

به دام عشق مرغان شگرفند

به بومی که زدامش رست منگر

"بوم" یعنی جغد.

چه کسانی در دام عشق می افتند و می مانند؟ چه کسانی بیدار می شوند و بیدار می مانند؟ چه کسانی وارد فضای یکتایی می شوند و خودشان را با زندگی یکی می کنند و از آن دام بیرون نمی آیند. چه کسانی به ساقی نگاه می کنند و هر کاری کنید چشمشان را از روی ساقی بر نمی دارند؟ این ها مرغان طرفه هستند. عجیب هستند، مرغان نادری هستند. هر مرغی اینطوری نیست. شما هم می توانید از این مرغ ها باشید.

مولانا این را می گوید که شما به هرکسی نگاه نکنید بگوئید که چرا این به دام عشق نیافتاده من بیافتم؟ نکنه سرم کلاه برود. نه! در دام عشق انسان هایی میافتند که طرفه هستند، نادر هستند، با دانش هستند، زندگی را می شناسند و ما هم این ها را می خوانیم که یکی از آن بالا نگاه کرده به زندگی می خواهیم بدانیم که ما هم می توانیم چیزی یاد بگیریم؟ اگر خوب گوش کنیم، اگر به حرف ها عمل کنیم، زندگی از جوی ما هم روان می شود. می گوید تو به جغدی که از دام عشق جست نگاه نکن.

به از تو ناطقی اندر کمین هست  
در آن کین لحظه خاموشست منگر

این بیت هم بسیار بسیار با معنی ست. به خودش و به من و شما می گوید که بهتر از ما که داریم صحبت می کنیم یک سخنگوی پنهان هست، در کمین نشسته که بهتر از ما حرف می زند و این همین هشیاری حضور هست، همان اصل شماست. ذهن نیست؛ من ذهنی نیست. خود زندگی ست. خود زندگی از ما بهتر حرف می زند؛ اگر ما حرف نزنیم.

ما هیچ موقع بیشتر و بهتر از موقعی که سکوت می کنیم خودمان نیستیم. اگر می خواهیم بینیم که کی خودمان هستیم، هرچه بیشتر سکوت کنیم، به خودمان، به اصلمان شبیه تر هستیم. برای اینکه وقتی سکوت می کنیم و ساکن می شویم زندگی از طریق ما حرف می زند.

الان هم دارد همین را می گوید. تکه دوم بیت دو معنی دارد. می گوید در این که این لحظه خاموش نشسته به خاموشیش نگاه نکن، او حرف خوبی ست، ناطق خوبی ست.

زندگی درست است که ساکن است، سخنگوی خوبی ست. شما نپرسید حالا کو زندگی؟ من حرف نزنم که حالا زندگی چه طور حرف بزند؟ در آن، در آن مطلب و حقیقت که الان این لحظه خاموش است، به او نگاه نکن.

یک معنی دیگرش هم این ست که (هر دو معنی یکی ست) تو داشتی حرف می زدی، زندگی داشت حرف می زد، این حرف ها را زندگی گفت، در حالی که تو حرف می زدی من ذهنی خاموش بود، به او نگاه نکن، اگر به من ذهنی نگاه کنی بیدار می شود.

شما هم اگر دیدید که زندگی از طریق شما حرف زد، به من ذهنی نگاه نکن. چون به من ذهنی نگاه کنی می گوید من می گویم. این ها را من گفتم. زنده می شود و می گوید بین چه حرف هایی زدم؟! ولی شما می دانید که این حرف ها را شما نمی زنید. اگر چیز خوبی گفتید یا نوشتید، فکر خوبی به ذهنتان آمد حتی در موفقیت به شما کمک کرد بدانید که شما نیستید. شما این را می دانید. ولی به آنکه الان آنجا خوابیده، به من ذهنی، نگاه کنی دم به دمش دهی، یکدفعه شما او می شوید و می گوید من کردم. ادعای این را می کند که من هستم که این ها را می گویم. بین چه غزل خوبی گفتم. مولانا اگر به این غزل نگاه می کرد می گفت چه غزل خوبی گفتم، دیگر غزل بعدی را نمی توانست بگوید.