



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره 1045

بگردان ساقیا آن جام دیگر
بده جان مرا آرام دیگر
به جان تو که امروزم ببینی
که صبرم نیست تا ایام دیگر
اگر یک ذره رحمت هست بر من
مکن تأخیر تا هنگام دیگر
خلاصم ده خلاصم ده خلاصی
که سخت افتاده‌ام در دام دیگر
اگر امروز در بر من ببندی
درافتم هر دمی از بام دیگر
مرا در دست اندیشه بمسپار
که اندیشه‌ست خون آشام دیگر
می خام ار نگردانی تو ساقی
مرا زحمت دهد صد خام دیگر
بگیر این دلّی اگر چه وام دارم
گرو کن زود بستان وام دیگر
بنه نامم غلام دردنوشان
نمی‌خواهم خدایا نام دیگر

*

مولوی، مثنوی معنوی، دفتر اول، بیت 2066

اُستن این عالم ای جان غفلتست
هوشیاری این جهان را آفتست
هوشیاری زان جهانست و چو آن
غالب آید پست گردد این جهان
هوشیاری آفتاب و حرص یخ
هوشیاری آب و این عالم و سَخ

*

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره 637

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

*

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت 2763

نردبان خلق این ما و منی ست
عاقبت زین نردبان افتادنی ست
هر که بالاتر رود، ابله‌تر است
کُاسْتُخْوَان او بَتَّر خواهد شکست

*

حافظ، غزلیات، غزل شماره 178

صوفیان واستدند از گرو می همه رخت
دلق ما بود که در خانه خمار بماند

*

با سلام و احوالپرسی برنامه گنج حضور امروز را با غزل شماره 1045 از دیوان شمس مولانا شروع می‌کنم.

بگردان ساقیا آن جام دیگر

بده جان مرا آرام دیگر

پس مولانا می‌گوید ای ساقی الان می‌ای می‌خورم که این می‌با مذاق من سازگار نیست پس جامی یا شرابی از نوعی دیگر به من بده.

پس معنی اش این است که الان شراب ذهن را می‌خورم. شرابی که الان می‌خورم یا زندگی که می‌گیرم یا هویتی که می‌گیرم از ذهنم می‌گیرم که در واقع از جنس رویدادهاست. چون من از جنس رویداد نیستم به من شرابی بده که با ذات من سازگار است. معنی اش این است که شرابی که ما الان می‌خوریم ما را مست نخواهد کرد. آنطوری که الان زندگی می‌کنیم با ذات ما و سیستم ما سازگار نیست (الان صحبت خواهیم کرد)؛ و به جان من یک آرامش از نوع دیگری بده. در پایین این غزل یک بیت هست که می‌گوید:

مرا در دست اندیشه بمسپار

که اندیشه ست خون آشام دیگر

معنی اش این است که من الان در دست اندیشه گرفتار شده‌ام ولی اندیشه یک بی‌رحم دیگری است. آیا معنی اش این است که ما نباید اندیشه کنیم؟ نه! معنی اش این نیست.

و می‌بینید که مولانا به نمایندگی از طرف انسان، اصل انسان که هشیاری ست دارد صحبت می‌کند. پس "مرا" همان هشیاری ایزدی ست، که دارد صحبت می‌کند. فعلاً ما هم در دست اندیشه گرفتاریم.

امروز ما این موضوع را با کمک گرفتن از نشانه‌های نوروزی یعنی آن اقلامی که در سفره نوروزی می‌گذاریم، می‌خواهیم بیان کنیم و ببینیم که این سمبل‌ها چه قدر به ما کمک می‌کنند که اصلاً بفهمیم که ما داریم چه کار می‌کنیم و چه باید بکنیم؟ چرا در دست اندیشه اسیریم؟ و چه طور می‌توانیم از دست اندیشه خلاصی

پیدا کنیم؟ در یکی از بیت ها می گوید: "خلاصم ده خلاصم ده خلاصی". یعنی مرا آزاد کن. "که سخت افتاده ام در دام دیگر".

هشیاری مراحل مختلفی را از بدو تولدش، از بدو آمدن به جهان وجود پیموده و الان در یک مرحله ای است که اسمش را مرحله ی اندیشه و گیر کردن یا به زندان افتادن در ذهن می گذاریم. ومولانا در این غزل که هم معنا با قصه ای هم هست که داریم می خوانیم، به ما دارد می گوید که در کار جدا شدن از ذهن و زنده شدن به هشیاری حضور و تجربه کردن حضور نباید تأخیر کرد.

امروز صحبت خواهیم کرد و شما هم از خودتان بپرسید: ما چرا اینقدر زنده شدن به هشیاری حضور را عقب می اندازیم؟ برخی از ما که ذهناً فهمیده ایم جریان چیست، باز هم عقب می اندازیم.

مولانا در این غزل و در قصه ای که می خوانیم... که این قصه به این ترتیب شروع شد: (فقط کمی از آن را یادآوری می کنم. چون اگر امروز رسیدیم خواهیم خواند.)

گفت که یک باشنده ای، که بعداً فهمیدیم این باشنده انسان ست، در سر راه باشندگان دیگرکه از آن راه عبور می کردند خار کاشت و مردم یعنی بقیه موجودات به او گفتند که این خار به پای ما فرومی رود و لباس های ما را هم پاره می کند تو بیا این را بکن ولی گوش نداد. حاکم به او گفت، گفتیم حاکم رمز زندگی یا خداست، به او گفت که این خار را بکن، گفت باشد می گنم... نکنند! عقب انداخت! یک روز خیلی جدی به او گفت که باید این خار را بکنی. این باشنده که انسان باشد جواب داد گفت که (به زبان قصه دارم می گویم) ای عمو، بین ما زمان خیلی زیاد است.

یعنی این انسان که این درخت خار را در سر راه خودش و هم نوعانش و بقیه باشندگان کاشته... شما ممکن است بپرسید چرا بقیه باشندگان؟ برای اینکه این انسان به یک من توهمی تبدیل شده و این من توهمی دائماً انرژی مسموم کننده از خودش صادر میکند و اثر مخرب روی بقیه انسان ها و نباتات و جمادات و حیوانات می گذارد. گفت که تو این را بکن. گفت زمان خیلی زیاد است برای اینکه در زمان بود!

درست مثل ما که یک من توهمی داریم که براساس گذشته تشکیل شده و چون به ثمر نرسیده با عجله دارد به آینده می رود تا به ثمر برسد و این لحظه را که زندگی ست می پوشاند و کارش این ست که با این لحظه بستیزد و بپوشاند. داریم این را می گوئیم. سوال سر این است که شما از خودتان بپرسید چرا من رها شدن از این قضیه را و کندن خار را به عقب می اندازم؟

ومولانا در آن قصه (که امروز بقیه اش را خواهیم خواند) گفت که این کار، کندن خار دو راه دارد. یکی اینکه یک تیر برداری و یکدفعه بکنی یا اینکه نه اگر این را نمی توانی تو این خار را به درخت گل، به گلبن وصل کن. امروز گلبن را تعریف خواهیم کرد. گلبن همان هشیاری آزاد شده از فرم های فکری ست.

امروز همه این ها را به کمک سفره نوروزی توضیح می دهیم و امیدوارم که جا بیافتد.

قبل از اینکه شروع کنم به اقلام نوروزی اجازه دهید 3 خط هم که مربوط به هشیاری است، برای اینکه هشیاری دارد صحبت می کند، از مولانا برایتان بخوانم:

مولوی، مثنوی معنوی، دفتر اول، بیت 2066

اُستن این عالم ای جان غفلتست
 هوشیاری این جهان را آفتست
 هوشیاری زان جهانست و چو آن
 غالب آید پست گردد این جهان
 هوشیاری آفتاب و حرص یخ
 هوشیاری آب و این عالم و سَخ

*

"وَسَخ" یعنی چرک، مثل چرک دست.

می گوید که ستون این عالم، عالمی که ما در ذهن ساختیم- که عالم واقعی نیست- ای جان، غفلت ست. و غفلت هم عبارت از این ست که شما از پشت عینک چیزها ویا یک باور جهان را ببینید. و هشیاری که همان هوشیاری حضور باشد، آفت این جهان است، این جهانی که ما الان می بینیم.

(برای کسانی که برنامه را نمی بینند و گوش می کنند عرض می کنم که) روی میز یک شمع و آئینه هست، یک تنگ که تویش ماهی ست، و پشت این ها یک بطری شراب هست. این چهار قلم جزو اقلام سفره ی نوروزی ست.

همینطور که می بینید در سفره نوروزی در واقع این شمع، سمبل نور ایزدی ست. یعنی نور ایزدی، نور خدایی به صورت هشیاری (که الان داریم در موردش صحبت می کنیم) به جهان وجود می تابد (و امروز ما راجع به انسان صحبت می کنیم) بنابراین به وجود انسانی می تابد و این قرار است که منعکس شود. منعکس شود، یعنی انسان، همانطور که این آئینه را می بینید، این هشیاری حضور را دریافت می کند و یک چیزی در خودش به وجود آورده به نام ذهن و الان تماماً این نور ایزدی که اسمش هشیاری یا هشیاری حضور است (روی صفحه هم نوشته شده) که گفت "هوشیاری زان جهانست" یعنی هشیاری از آن جهان است و وقتی که غالب شود این جهان پست می شود. همین را اصلاً می خواهیم توضیح دهیم.

و بعد هم می گوید که هوشیاری مثل آفتاب است و "حرص" - حرص یعنی تمایل شدید ما به رفتن به آینده و به ثمر رسیدن در آنجا و تماماً در آن فکر بودن و در نتیجه در زمان بودن و پوشاندن این لحظه، این حرص است. - می گوید که هوشیاری مثل آفتاب است و حرص مثل یخ است. اگر به حرص بتابد می تواند ذوبش کند. و بعد می گوید هوشیاری آب است و این عالم مثل چرک بدن است پس بنابراین آب چرک را می شوید (داریم توضیح می دهیم).

همانطور که می بینید این آینه، شمع را منعکس می کند برای اینکه آینه کاملاً صاف است. اگر به جای این آینه یک آجر می گذاشتیم، شمع یا نورش منعکس نمی شد؛ تماماً جذب آجر می شد. ولی چون آینه است، شفاف است می خورد به سطح آینه و نور شمع منعکس می شود.

ذهن انسانی هم همینطور است. الان برخی از ما که من ذهنی داریم، هوشیاری خدایی به ذهن ما می تابد و مثل آجر، ذهن تمام این هوشیاری را جذب می کند و با این کار یک چیزی با اقلام مختلف به وجود می آید که به اصطلاح، پویاست. از این پویایی یک من ی ایجاد می شود، یک وجودی ایجاد می شود که اسمش را من ذهنی یا نفس می گذاریم. عرفا گفته اند که شما بیابید سطح آینه تان را صیقل دهید.

حالا فرض کنید که این هوشیاری حضور که به وجود شخص شما می تابد اصلاً جذب ذهن نشود. کی جذب ذهن نمی شود؟ وقتی شما به آن چیزهایی که الان چسبیدید، آن ها را رها کنید. چه چیزهایی را چسبیدید؟

چیزهایی که در ذهنتان با آن ها هم هویت شدید. یعنی به ذهنتان رفتید، چیزهایی را تجسم کردید، به صورت تصویر ذهنی، و به آن ها حس وجود دادید و چسبیدید به آنها به طوری که این انرژی یا هوشیاری خدایی که به ذهن شما می تابد به جای منعکس شدن به وسیله ی آن چیزهایی که شما به آن ها حس وجود دادید تماماً بلعیده می شود. آن ها ممکن است بچه تان باشد، بدنتان باشد، ممکن است باورهایتان، مقام اجتماعی تان، اتومبیلتان باشد و یا هر چیزی ممکن است باشد، هر چیزی که برای شما خیلی مهم و جدی است. و هوشیاری خدایی حضور که به ذهن شما می تابد، یک راست جذب آن فرم ها می شود و چیزی منعکس نمی شود.

حالا برای اینکه منعکس شود شما باید یکی یکی از آن ها را رها کنید. وقتی رها می کنید این نور خدایی یا هوشیاری به سطح آینه شما می خورد و برمی گردد.

فرض می کنیم شما به جایی برسید که از تمام چیزهایی که بهشان چسبیده اید دست بردارید، معنی اش این نیست که آن ها را دور بیندازید، معنی اش این است که از آن ها هویت نگیرید، به طوری که این هوشیاری حضور، که سمبلش این شمع است که می تابد، دیگر جذب آن ها نشود؛ جذب آن ها نشود، همه منعکس می شود. اگر این هوشیاری حضور به مقدار زیادی منعکس شود، وقتی منعکس می شود، این هوشیاری، هوشیاری خالص است. بنابراین فرض می کنیم که صد درصدش منعکس شود، وقتی صد درصدش منعکس شد، آنجا یک وجود دیگری که وجود ندارد، نمی توانیم با چشم ببینیم به وجود می آید که آن شما هستید؛ هم شما هستید و هم خداست.

پس هشیاریِ خدایی به صورت این شمع به آئینه ی وجود شما می تابد، شما چیزی را جذب نمی کنید، دیگر آجر نیستید، آئینه شدید؛ از شما منعکس می شود و یک وجودی به وجود می آورد که در واقع خودش براساس خودش زنده است؛ و شما به او زنده می شوید. اسم این گنج حضور است، هشیاری حضور است، زنده شدن به حضور است. به محض اینکه این اتفاق بیافتد، این ماهی به وجود می آید. ماهی سمبل شنای شما در اقیانوس وحدت است. می بینید که چه قدر آزاد دارد شنا می کند؟ و در فضای یکتایی آزادانه شما دارید شنا می کنید؟ آزاد شدید. از چه چیزی آزاد شدید؟ از خودتان و از فرم های فکری.

پس هشیاری به آئینه ی شما خورد، جذب ذهن نمی شود برای اینکه هویت تان را از چیزهای بیرونی کنید و در نتیجه توی ذهن نمی رود؛ که قبلا می رفت و من می ساخت. قبلا زندگی جدی شده بود، چیزها و رویدادها جدی شده بود شما با آن ها هم هویت شده بودید. الان یک وجود دیگری پیدا کردید. این وجود همان هشیاری خدایی منعکس شده از آئینه ی وجود شماست که در واقع این ماهی شناور در آب سمبل او است.

حالا یک چیز دیگری مانده است و آن این است که وقتی این اتفاق بیافتد این وجود بی فرم که اتحاد شما و زندگی است، گنج حضور، و ذاتش شاد و آرام است و خرد است، خرد از او سرچشمه می گیرد، مست است؛ مست به آرامش است. ذاتاً مست خداست و شراب (که این پشت گذاشتم) سمبل آن است. بنابراین یک مستی پنهان، نه مستی شراب و عرق کشمش، نه!، بلکه این مستی موقعی در شما ایجاد می شود که شما و رای اندیشه بروید. الان معنی پیدا می کند اینکه می گوید تو مرا در دست اندیشه بمسپار.

وقتی هشیاری حضور که از طرف خدا، از طرف زندگی می تابد و جذب ذهن می شود، در آنجا اندیشه تولید می شود منتها اندیشه من دار تولید می شود. حالا که هشیاری حضور از آئینه ی وجود شما منعکس شده و مستی در وجود شما به وجود آمده است که همان انرژی و هشیاری از آنجا آمده است؛ یعنی در غزل هم داریم که می گوید:

"می خام ار نگردانی تو ساقی" این همان می خام است. چرا خام است؟ برای اینکه انرژی این هشیاری به آئینه ی وجود شما می خورد، توی ذهن نمی رود که تغییر شکل بدهد که شما آن را تجربه و حس کنید بلکه برمی گردد. برمی گردد روی خودش زنده و هشیار می شود بنابراین خام است و به جهان وجود نرفته است. آن شرابی که اول گفت که این را دیگر نمی خواهم، این با من سازگاری ندارد، شراب خام یا می خام نیست. چرا می خام نیست؟ شما چطور خوشحال می شوید؟

شما می گوئید من نگاه می کنم اگر روزی که پول درآوردم خوشحال می شوم. اگر بچه ام نمره خوبی گرفت خوشحال می شوم. اگر هم پول در نیآوردم غمگین می شوم. اگر چیزی از من کم شود غمگین می شوم، چیزی به من اضافه شود خوشحال می شوم. خوب این شراب خام نیست. این شراب هشیاری حضور رفته توی ذهن با چیزهای ذهنی هم هویت شده، یک ترشچی، یک نشتی، یک چیزکوچکی از آن... الان بویش می آید؛ بوی شراب می آید خودش رفته است. برای اینکه همه این ها صرف من می شود، صرف من ذهنی می شود،

صرف منیت می شود. وقتی اجر می شویم، که مولانا بارها آهن و آئینه را که قدیم آئینه را از آهن می ساختند. شما الان یک آهن کدر را جلوی این شمع بگذارید هیچ چیزی منعکس نمی شود ولی قدیم آهن را می سابیدند و آئینه درست می کردند، آئینه می شد.

الان شما فرض می کنیم که این لحظه شروع می کنید، یا یکدفعه، خیلی کار بعیدی نیست شما یکدفعه تصمیم بگیرید که هر چه هم هویت شدگی دارید، به هر چه در جهان مادی چسبیدید برای شما جدی است و آن دل شما شده است، خودتان و هویتتان را از آن ها بکنید، یکدفعه؛ می شود... و یکدفعه این اتفاق می افتد؛ منعکس می شوید، شما منعکس نمی شوید، هشیاری خدایی به آئینه شما می خورد و در شما منعکس می شود، این ماهی به وجود می آید به فضای یکتایی می روید، با خدا یکی می شوید.

حالا در اینجا که با خدا یکی می شوید، خدا یا زندگی الان عملاً به فکرها و اعمال شما جریان پیدا می کند. ذهن از بین نمی رود. الان ذهن در خدمت این هشیاری حضور درمی آید برای اینکه دیگر در آن من ندارد. قبلاً آهن تیره یا اجر این ها وارد ذهن می شد و من درست می کرد و این من برمی گشت با زندگی ستیزه می کرد و از چیزهای بیرونی هویت می خواست، از خدا هم بی خبر بود برای اینکه با خدا می جنگید. چطور می جنگید؟ یعنی با این لحظه می جنگید.

وقتی شما اجر شوید، مثل اجر یا آهن تیره همه این هشیاری تابیده شده به وجود شما را جذب کنید، یک من درست می کنید، این من برای اینکه خودش را حفظ کند باید برگردد این لحظه را که خود زندگی است، این شمع الان این لحظه می تابد، این لحظه است که این شمع یا هشیاری زندگی به وجود شما می تابد، در آینده گذشته نیست. ولی همینکه شما این هشیاری تابیده را به وسیله ذهنتان جذب می کنید، یک من درست می کنید و این من برای اینکه خودش را حفظ کند برمی گردد این لحظه را می پوشاند. برای اینکه این من در آینده و گذشته کار می کند؛ این لحظه را نمی شناسد. این لحظه خود زندگی ست. این هشیاری حضور وقتی زنده می شود، همیشه در این لحظه ست، این لحظه را می شناسد و ذهن را می بیند؛ ذهن ابزار می شود.

بنابراین هشیاری حضور روی خودش زنده شده و شما او هستید، دارد به ذهن نگاه می کند، از ذهن جدا شده برای اینکه منعکس شده است. منعکس شده است معنی اش این ست که شما هشیاری را جذب نمی کنید و با آن من درست نمی کنید و یا به چیزها به وسیله ی آن نمی چسبید. علامتش این ست که شما منفصل شوید.

منفصل شوید یعنی از چیزهای بیرونی که الان چسبیدید جدا شوید. الان ببینید چه چیزی برای شما خیلی مهم است؟ هر چیزی در جهان بیرون مهم است احتمال دارد که شما در جهان به آن چسبیدید و آن دل شما شده است. شما حول و حوش آن چیزی که الان دل تان شده و چیز بیرونی ست زندگی تان را سازمان می دهید. اجازه نمی دهید زندگی روی شما کار کند. برای اینکه این جریان ادامه پیدا کند و شما این من را حفظ کنید باید برگردید با زندگی بجنگید؛ نه اینکه بجنگید، این لحظه را باید بپوشانید برای اینکه وقتی شما من دارید یعنی از جنس فرم می شوید، به زمان می افتید.

پس اینطور بگوییم، وقتی هشیاری خدایی به آینه ی وجودی انسان می تابد و جذب نمی شود، منعکس می شود و انسان وارد فضای یکتایی می شود، زنده می شود، به ذهنش نگاه می کند. حالا خردمند شده، ذاتش مست است. خرد از ذاتش به ذهنش جریان پیدا می کند. ذهنش دیگر من ندارد. ذهنش این خرد را فرمول بندی می کند به صورت حرف و نوشته درمی آورد. حالا به عنوان هشیاری حضور، این لحظه زنده هستید. این لحظه که زندگی ست پوشانده نشده است. ولی وقتی تماماً جذب ذهن می شوید، تبدیل به فرم می شوید، تبدیل به یک من توهمی و جسمی می شوید که از فکر ساخته شده و وقتی شما تبدیل به فرم شدید، درواقع شما دارید هشیاری را که بی فرم است به فرم تبدیل می کنید؛ به محض اینکه تبدیل به فرم یا مکانش می کنید به زمان می افتید. زمان یعنی گذشته و آینده.

و این فرم که فقط زمان را می بیند، نمی تواند این لحظه را ببیند. اصلاً زندگی اش بستگی به این دارد که این لحظه را ببوشاند. برای اینکه اگر این لحظه پوشیده نشود وجودش از بین می رود. خیلی مهم است که شما به این توجه کنید.

حالا برخی از ما خودمان را از خیلی از فرم های ذهنی آزاد کردیم و به تدریج که خودمان را آزاد کرده ایم یک مقداری هشیاری حضور در ما به وجود آمده، انباشته شده است. پس وضعیت ما ممکن است که اینطور باشد که یک مقدار من داریم یک مقدار هم بی فرم هستیم. می دانیم که من داریم، آگاه هستیم.

مثلاً وقتی خشمگین می شویم، ذهن ما، ما را خشمگین می کند، یک مقدار هشیاری حضور داریم، می دانیم که داریم خشمگین می شویم ولی به طور کامل این خشم ما را از جا نمی کند و بردارد ببرد. دیده اید بعضی ها خشمگین می شوند و یکدفعه از جا کنده می شوند و اصلاً در خشم گم می شوند. اگر شما به این برنامه گوش کرده اید و سی دی هایش را زیاد گوش کرده اید در شما هشیاری حضور به وجود آمده است. وقتی خشمگین می شوید یعنی هنوز من دارید یک مقدار هشیاری حضور هم دارید کاملاً کنده نمی شوید؛ وسط خشم می بینید که می دانید که خشمگین هستید و باید برگردید. وقتی می بینید و می دانید که خشمگین هستید کاملاً خشمگین نیستید. وقتی می ترسید، می دانید که می ترسید کاملاً نمی ترسید، صد در صد نمی ترسید. این خیلی خوب است.

این همان قصه که قبلاً خواندیم گفت که یک عربی بود سوار شتر شده بود، 2 تا جوال داشت روی شتر انداخته بود. یک طرفش گندم بود و طرف دیگر ریگ بود. یک فیلسوف نمایی آمد و گفت که این چیست که داری می بری؟ گفت یک طرفش گندم و یک طرفش ریگ است. گفت که ریگ را چرا می بری؟ گفت چه کار کنم؟ فیلسوف نما گفت شما بیا گندم را نصف کن، ریگ را دور بریز و هم شتر سبک شود و هم جوال سبک شود. گفت به به به! چه قدر خوب است! این یعنی چه؟ یعنی من و شما الان هم من داریم و هم هشیاری حضور داریم ولی با این هشیاری حضور این من را متعادل می کنیم. یکی به ما بگوید که این هشیاری من دار را یکدفعه دور بیانداز، خیلی خوب است، اگر بتوانیم! ولی ما ذهناً نگوییم.

ما می گوئیم این شمع به آئینه ی وجود ما می تابد و 30 درصد بر می گردد خوب حالا ما 30 درصد هشیاری حضور داریم؛ یکی بیاید بگوید که خوب 100 درصد برگردان. خوب در گفتن خیلی راحت است. فیلسوف هم به او گفت اینکار را بکن. بعد عرب برگشت گفت که تو چقدرش را برمی گردانی؟ گفت هیچ! گفت آهان! تو راه خودت را برو، تو بدشگون هستی. برای اینکه بار تو تماماً ریگ است. اگر همه ی بارت ریگ باشد دیگر تعادل به هم خورده و اصلاً تو قسمت گندم نداری.

بیشینه ی ما انسان ها شترمان فقط ریگ دارد. یعنی یکی از جوال ها پر از ریگ است و آن طرف که باید گندم، یعنی هشیاری حضور باشد، صفر است، خیلی کم است در نتیجه شتر و بارش به یک طرف، به طرف ریگ کج شده است. مولانا گفت که باید این دوتا را متعادل کنی.

حالا صحبت سر این است که ما این متعادل کردن را و به طور کلی ما این هشیاری ایزدی را که به آئینه ی وجود ما می تابد چه کار کنیم که (البته ما مثل آن فیلسوف نمی گوئیم) به مقدار زیادی این نور را منعکس کنیم؟ و چرا ما این را به تأخیر می اندازیم؟ و چرا میل داریم این را به تأخیر بیاندازیم؟ و این سوال را می کنیم، من از شما می کنم، چه چیزی نمی گذارد شما به گنج حضور زنده شوید؟ چه چیزهایی برای شما مفید است؟ شما فکر کنید.

حالا این سه سطر مولانا از مثنوی سطر 2066 دفتر اول، الان معنی دار است. اول معنی این را بفهمیم:

" اُستن این عالم ای جان غفلتست

هوشیاری این جهان را آفتست

هوشیاری زان جهانست و چو آن

غالب آید پست گردد این جهان

هوشیاری آفتاب و حرص یخ

هوشیاری آب و این عالم و سَخ"

*

می گوید که ستون این عالم غفلت است. شما متوجه شدید که غفلت به چه معنی است. در سمبلیسم سفره نوروزی، این شمع به وجود شما می تابد و آجر ذهن ما که من تویش هست همه را جذب می کند. وقتی ما به عنوان هشیاری به ذهن می رویم و با چیزهای ذهنی هم هویت می شویم در واقع جهان را از پشت عینک آن ها می بینیم، این غفلت است.

هشیار شدن یعنی چه؟ یعنی منعکس شویم، به هشیاری حضور زنده شویم، بعد به جهان نگاه کنیم.

بعد می گوید "هشیاری این جهان را آفت ست". آنچه‌ی که ما الان در حالت گم شدگی در ذهن می بینیم، جذب ذهن شدیم، من درست کردیم، حالا این من ی که ما درست کردیم که شما هم این من را می شناسید، این من در واقع هیجان غالبش ترس است - شما در خودتان ببینید - حس عدم امنیت ست و خشم است، مادر خشم هم ترس است؛ پس ترس است. ترس، دید ما را کج و معوج می کند. ما وقتی می ترسیم نمی توانیم درست ببینیم.

چرا می ترسیم؟ برای اینکه هویت ما، رفتیم توی ذهن، با چیزها که به خودمان اضافه کردیم هم هویت شدیم، تمام فکروذکر ما این ست که آنچه که داریم حفظ کنیم، آنچه که نداریم به آن اضافه کنیم. ترسمان از این ست که نکند آنچه که داریم از دست بدهیم، و ترسمان از این است که نکند آنچه‌ی که باید به خودمان اضافه کنیم اضافه نشود!

حالا این نیازها از کجا می آیند؟ نیازها از اینکه ما اجازه دادیم که آجر ذهن ما همه ی این هشیاری را جذب کند و این من را درست کند. اگر همان ابتدا، قبل از ورود به ذهن منعکس می شدیم هیچ کدام از این ها پیش نمی آمد. ولی تجربه به ما نشان داده که هرچیزی که به وجود می آید مثل اینکه از بین می رود. خیلی از آنچه‌هایی که قبلاً شما از آن ها هویت می خواستید الان رفته اند؛ یا از بین رفته یا از شما جدا شده رفته و دردش به جا مانده. ترس شما بیشتر شده که آن ها که رفتند نکند که این ها هم بروند حالا اگر این ها رفتند من چه کار کنم؟ چرا شما اینطوری زندگی می کنید؟

شما می دانید که اگر قبل از ورود به ذهن منعکس شوید و به هشیاری حضور زنده شوید، ذاتاً شاد، ذاتاً آرام، ذاتاً زیبا، ذاتاً امن، و آن فضا فضای امنیت است؛ و تنها فضای امنیت همان فضاست که در آن فضا، ما با زندگی متحد هستیم و خرد زندگی هر لحظه در اختیار ماست که به فکرهای ما که به وسیله ی همین ذهن می خواهد درست شود و هم اعمال ما جریان پیدا کند. این رابطه ی بین بودن و شدن است. این رابطه ی بین انجام دادن و بودن ست. بودن، یعنی شما به عنوان هشیاری حضور در آیینی و وجودتان منعکس می شوید و روی خودتان زنده می شوید، این بودن است؛ شما هستید. در نوشته های عرفانی و مذهبی هم خدا به می گوید فقط باش. باش یعنی همین باش به صورت زندگی باش. که گفتیم به محض اینکه شما منعکس شوید، به ذهنتان نروید و از فرم های ذهنی detached شوید، منفصل شوید، این هشیاری منعکس می شود و این ماهی به وجود می آید که شناگر است و ذاتتان مست است و پراز خرد و پراز امنیت است. تنها در آنجا امن هستید. در آن حالت شما از آن چیزهایی که به خودتان اضافه کردید و انباشته کردید حس هویت و وجود نمی گیرید، الان می گیرید. شما اگر در آنجا بمانید حس امنیت و شادی نخواهید کرد.

الان دارد آن عالم را تعریف می کند. می گوید که ستون این عالم غفلت است. همین عالمی که شما اگر کاملاً به حضور زنده نشدید، الان در ذهنتان می بینید و می گوید که آن هشیاری ایزدی این جهان را آفت است. اگر شما منعکس شوید، برگردید، آفت آن جور دید هستید. می گوید که هشیاری از آن جهان است و این هشیاری قلبی، هشیاری ذهنی، از این جهان است.

"هوشیاری زان جهان ست و چو آن

غالب آید پست گردد این جان"

"غالب آید" یعنی به شما غلبه کند. شما به جای اینکه به هوشیاری ذهنی هشیار باشید به آن هشیار باشید، "پست گردد این جهان"، این جهان پست می شود. نه که شما واقعا جهان را نمی خواهید بلکه زیبایی های جهان را می بینید، جهان را آنطور که هست می بینید، واقعیت ها را می بینید؛ کج و معوج نمی کنید ببینید.

ما پراز انتظار هستیم، انتظارات مختلف. این انتظارات از کجا آمده اند؟ این انتظارات، توقعات، انتظارات من ذهنی است. این انتظارات هرکدام برای خودش نیرو دارد و وقتی برآورده نمی شود در شما ترس و رنجش ایجاد می کند؛ همه ی این ها به درد هایتان اضافه می شود همه اش مربوط به این جهان است یعنی این جهانی که ما الان با آن آشنا هستیم و با آن زندگی کردیم.

"هوشیاری آفتاب و حرص یخ". هوشیاری مثل آفتاب است. کدام هوشیاری؟ همان که منعکس می شود و شما او می شوید؛ آن موقع حرص نمی ماند. شما اگر اجازه دهید قسمت اعظمی از این هوشیاری از ذهنتان منعکس شود و شما به او زنده شوید بعداً برگردید به منتان نگاه کنید به خوتان می خندید. می بینید آن حرص بچه گانه بوده، بچه گانه هم نه، بچه که حرص ندارد!، احمقانه بوده است. به خودتان می خندید می گویند که این چه کاری بود که من می کردم؟ همه اش در فکر یک چیزی..دوتا چیز.. این چیز... آن چیز... این نشده آن یکی.. مرتب می خواستم این ها را به خودم اضافه کنم و متوجه نبودم که اضافه هم که می کنم دردم را اضافه می شود. من از آن ها زندگی نمی گیرم. این چه کاری بود؟ هوشیاری مثل آب است و این عالم، آن که شما الان می بینید مثل و سَخ است، مثل چرک است.

حالا این طرز دید که حقیقتاً مربوط به ایران قدیم است و قدمت چندین هزار ساله دارد و گاهی هم این معانی را ایرانیان قدیم پوشانده اند در اثر حمله این و آن تا از بین نرود گرچه که در طول زمان این معانی پوشیده شده و شاید علت این که هفت سین به وجود آمده و ما همه ی حواسمان به سنجد و سمنو و سیب و اینجور چیزهاست برای این بوده که حقیقتاً این معانی پوشانده شوند و برای ایرانیان حفظ شوند.

و آیا این معنی که الان صحبت کردیم که هوشیاری ایزدی در آینه ی وجود ما منعکس می شود و ماهی به وجود می آید و ما آزادانه در فضای یکتایی شنا می کنیم و ذاتمان مست می شود و این ذاتِ مستی، خرد را و انرژی زنده ی زندگی را از زندگی می گیرد و در جهان پخش می کند، فقط مربوط به سفره ی نوروزی است؟ نه، در سفره ی نوروزی هست و معنی عمده اش ست و بسیار بسیار هم مهم است که ما این معانی را بفهمیم، به صورت ساده شده ست. برای اینکه در سفره ی نوروزی سبزه و تخم مرغ هم هست. سبزه سمبل زندگی گیاهی ست. در روی این زمین سه جور باشند هم زندگی می کنند. یکی جانوران هستند که تخم مرغ سمبلش است، یکی نباتات هستند که سبزه سمبلش است و یکی هم جمادات هستند که در قدیم سنگ یا یک جماد سرسفره می گذاشتند.

پس معنی سفره نوروزی این است که هشیاری ایزدی که به صورت این شمع در آیینی وجود انسانی می‌تابد، انسان در فضای حضور، وحدت، شنا می‌کند، ذات مست خودش را تجربه می‌کند و از آنجا انرژی زنده کننده و خرد را می‌گیرد و در جهان هم برای انسان ها، هم گیاهان، هم جمادات که در سفره نوروزی مان هست و هم برای جانوران پخش می‌کند. و این سه طبقه موجود که جان دارند یعنی نباتات، حیوانات و جمادات، منتظر این زنده شدن از انسان هستند. به نظر من می‌آید. در این سفره سنجد، سیب معنی ندارد.

خیلی جالب است که این را هم بگوییم که در حوالی ایران کشورهای دیگر که به زبان فارسی صحبت نمی‌کنند مثل مثلاً آذری ها، آنچیزهایی که در سینه و سفره فارسی زبانان هست به ترکی یا آذری آن نیست، مثلاً در آذری به جای سنجد، سوجوق (شیرینی خوشمزه ای که تویش گردو هست) می‌گذارند که با سینه شروع می‌شود یا چیزهای دیگر که با سینه شروع می‌شوند. و معلوم می‌شود که این سینه، و هفت سینه یک روپوش بوده، به نظر من می‌آید، شاید هم غلط باشد. من از سنجد مثلاً هیچ معنای عرفانی یا مربوط به زندگی نمی‌توانم بگیرم درحالی که خیلی قشنگ شما می‌بینید که شمع، آیینی، ماهی و شراب، انسان را نشان می‌دهد؛ انسان باید اینطور باشد.

حالا این را هم بگوییم که اگر یک عده ای با این معنا ستیزه می‌کنند آیا دین، این را نمی‌گوید؟ دین هم همین را می‌گوید. مثلاً اکثر بینندگان ما مسلمان هستند؛ آیا دین اسلام، همین معنا را نمی‌گوید؟ حتماً همین را می‌گوید. دین مسیحیت این را نمی‌گوید؟ حتماً همین را می‌گوید. آیا بودیسم همین را نمی‌گوید؟ عیناً همین را می‌گوید. شما اگر خوب دقت کنید، به زبان های مختلف همه ادیان همین را می‌گویند.

در اسلام مثلاً اصطلاح **اِرْجعی** را داریم. **اِرْجعی** یعنی برگردد. یعنی این نور شمع در آیینی وجود انسانی می‌تابد ولی بر نمی‌گردد؛ خدا یا زندگی دائماً انسان را صدا می‌کند که تو که من تو را فرستادم، رفتی توی ذهن از ذهن برگرد من منتظرت هستم. کجا برگردد؟ برگرد روی خودت زنده شو.

اصلاً شما وقتی از این آیینی برمی‌گردید و جذب ذهنتان نمی‌شوید، اصطلاحاً می‌گوییم که شما زمان را نفی می‌کنید. زمان یعنی گذشته و آینده. کسی که به صورت نور به ذهنش می‌خورد و به ذهنش نمی‌رود، معنی اش این است که به زمان نمی‌رود، برای اینکه به ذهن برود، یا به گذشته می‌رود و یا به آینده. زمان که می‌گوییم یک چیز فلسفی نیست، چیز مشکلی نیست. گفتیم کسی که توی ذهنش می‌رود یعنی در واقع به صورت هشیاری حضور به ذهنش می‌رود و با ذهن هم هویت می‌شود، تبدیل به مکان و فرم می‌شود. مکان یعنی فرم، جسم، چیزی که شکل دارد.

ذات ما از جنس فرم نیست، از جنس مکان نیست بنابراین از جنس زمان هم نیست. و هر چه که می‌تواند به مکان بیافتد، یعنی می‌تواند فرم داشته باشد، به زمان هم می‌تواند بیافتد. مکان و زمان همیشه دو روی یه سکه اند.

پس بنابراین ما که به ذهنمان می رویم، تبدیل به فرم می شویم و به زمان می افتیم، یعنی به گذشته و آینده. به عبارت دیگر، ما گذشته ی ناراضی هستیم بنابراین از جنس گذشته هستیم، از جنس آینده هستیم برای اینکه دائماً میل به آینده داریم که آنجا برویم به یک جا، به یک چیزی برسیم. شما به خودتان نگاه کنید. شما منتظر نیستید؟ منتظر یک رویداد؟ منتظر کسی؟... نباشید! برای اینکه این رفتن به زمان است.

دارم می گویم که هیچ تناقضی بین مثلاً اسلام و این آیین قدیمی ایرانی وجود ندارد، این ها فقط سطحی ست.

خود کلمه ی "لا اله الا الله" که هسته ی مرکزی اسلام است، نفی مکان است. دارد می گوید که تو از جنس مکان نیستی، خدا از جنس مکان نیست، خدا نمی تواند جسم باشد. هیچ خدایی در بیرون نیست و شما که از جنس خدا هستید، شما نمی توانید فرم باشید. نفی مکان ست بنابراین نفی زمان هم هست.

"لا اله" یعنی من نفی می کنم که یک چیز دیگری غیر از خدا بشوم، من این را انکار می کنم. درست موقعی که وارد آینه می شود، وارد آجرِ ذهن می شود این را بگویند می تواند برگردد، وارد ذهن نشود و تبدیل به "الا الله" شود. "الا الله" چیست؟

"الا الله"، همین این نور شمع به آینه می خورد، برمی گردد بیرون و روی خودش زنده می شود؛ این همان "الا الله" است. نفی زمان و نفی مکان. در مورد آن اصطلاح، نفی مکان می کنی وقتی کسی نفی مکان می کند، نفی زمان هم می کند.

حالا این مطلبی که الان می گوئیم مشکل فلسفی ست؟ نه. هیچ فلسفه ای ندارد بسیار ساده ست. معنی اش این ست که شما به خودتان می گوئید خوب الان یک اتفاقی افتاده شما شروع می کنید به ناراحت شدن، همین لحظه به خودتان می گوئید من از جنس اتفاق نیستم. تمام شد! من از جنس اتفاق نیستم، بنابراین برای اتفاق ناراحت نمی شوم. من برای چیزی که به فکرم، به ذهنم می آید ناراحت نمی شوم. یعنی چه؟ یعنی نفی مکان. من از جنس رویداد نشدم. من از جنس جسم نشدم. ماشینم را یکی آمده زده است، من می خواهم الان جیغ و داد کنم، نمی کنم؛ برای اینکه من از جنس ماشین نیستم. من چرا جیغ داد کنم؟ من هشیاری حضور هستم؛ هشیاری حضور که آسیب پذیر نیست!

شما اگر در آینه منعکس شوید یا نفی کنید و بگوئید "لا اله" یعنی من از جنس خدا هستم، خدا هم از جنس جسم نیست، نمی روید جسم بشوید؛ بنابراین مکان را نفی می کنید و زمان را نفی می کنید و از همان درِ ذهن برمی گردید؛ وارد آن نمی شوید. از درِ ذهن برمی گردید یعنی هر چیزی که شما را دعوت می کند... حالا ماشین تان را زدند می خواهید عصبانی شوید، دارند دعوت می کنند به مکان بروید، نمی روید، دیگر نمی روید. چیزی به شما نشان می دهند به نظر می آید که اگر این کار را بکنید اینقدر به تو اضافه می شود، یکدفعه می بینید این من ذهنی دارد باد می کند، بادش را خالی می کنی، دوباره جمع می شوی، وارد آن نمی شوی. کسی از شما تعریف می کند یک کار خوبی کردید، شما انتظار شناسایی ندارید؛ می دانید که شما نکردید اگر کار واقعا خوب بوده است، آن هشیاری کرده است. بنابراین می گویند به به به! چه قدر آدم مهمی هستی، چه

باسوادی، مثل اینکه اصلاً به شما نمی گویند واقعا هم به شما نمی گویند، به او دارند می گویند که کرده است؛ ولی من ذهنی به خودش می گیرد.

ببیند که چقدر من ذهنی به ما لطمه می زند و ما آگاه نیستیم.

وقتی از جنس هشیاری حضور شویم به ذهن نگاه کنیم یکدفعه متوجه می شویم که رویدادها از جنس گذرا هستند. چیزها از جنس نابود شدنی هستند و ما نیستیم بنابراین برای نابودی آن ها ما ناراحت نمی شویم.

ما می بینیم که هر چیزی که ذهن ما نشان می دهد در بیرون است، این ها همه دارند می گذرند. حالا تا زمانی که هستند لذتشان را می بریم، وقتی که رفتند، تمام شدند. ولی ما این را چگونه تشخیص می دهیم؟ برای اینکه از جنس مُردنی نیستیم، از جنس آن هشیاری منعکس شده هستیم. وقتی از جنس ازلی ابدی هستیم جنس گذرا را زود تشخیص می دهیم. ولی از جنس رویداد، از جنس گذرا هستیم، نمی فهمیم. دوتا قطار که با سرعت 40 کیلومتر دارند موازی هم می روند، کسی که توی این قطار نشسته به آن یکی قطار نگاه می کند مثل اینکه نمی فهمد که دارد می رود ولی اگر کنار خیابان ساکن باشد و این با سرعت 40 کیلومتر می رود می فهمد که این دارد می رود.

شما باید ساکن شوید. ساکن، هشیاری حضور است. غیر ساکن، در حال گذر، چیزهای ذهنی ست.

پس تمام کار ما این است که ما خودمان را از ذهن بیرون بکشیم، آن چیزهایی که چسبیدیم را رها کنیم، یکی یکی آن ها ما را رها کنند، ما به جایی برسیم که هشیاری حضور وقتی به ما می تابد تماماً جذب ما نشود. وقتی دیدیم که جذب کردیم و داریم فرم درست می کنیم، من درست می کنیم، نفی کنیم.. نفی کنیم.

شما وقتی زمان را نفی می کنید یعنی به گذشته و آینده نمی روید بنابراین در این لحظه حاضر هستید، این حاضر بودن در این لحظه، بودن در آنجا که هستید و نگاه کردن به آن کاری که می کنید، آنچه که می گویند، اتصال بین بودن و انجام دادن است؛ اتصال است. اتصال جهان پنهان و اینکه جهان پنهان چطور به عمل شما جاری می شود، بودن در این لحظه است؛ اتصال است.

اینکه خدا چطور در زندگی شما reality شود، واقعیت شود، الان خدا کارها را انجام دهد نه شما، این مستلزم این است که شما این لحظه به آن چیزی نگاه کنید که الان دارید انجام می دهید نه که در گذشته و آینده باشید و آن را انجام دهید! الان ما داریم صحبت می کنیم و شما هم دارید گوش می کنید من همه ی حواسم به این صحبت کردن است و شما هم همه حواستان اینجاست، اینجا هستیم. اینطور نیست که شما گوش می کنید و از آن طرف هم به فکر هستید فردا که ظهر به اداره می روم با فلانی صحبت می کنم، او این را می گوید، من این را می گویم. نه! در این صورت آن link، آن اتصال گم می شود. اگر این کار را بکنید خدا در زندگی شما یا زندگی عملاً کار دارد می کند. عملاً خردش به اعمال شما و به فکر های شما دارد می ریزد. نه اینکه خدا به

صورت یک مفهوم است در ذهن شما که یکی نفی اش می کند و یکی تأییدش می کند، یکی می گوید خدا هست آن یکی می گوید نیست، یکی می گوید اسمش الله است آن یکی می گوید نه! اسمش یَهُو است.

نه! خدا آنطور که من می گویم نیست، آنطور که شما می گوید نیست؛ این ها همه مفهوم است.

هر موقع شما بودن تان در این لحظه link شده، متصل شده به انجام دادن تان و به فکرتان و این هشیاری منعکس شده که اتحاد با خداست به شدن یا انجام دادن یا فکر کردن تان جریان دارد، آن موقع خدا یک reality است، یک واقعیت است، یک حقیقت است، دیگر مفهوم نیست.

در ادامه غزل، مولانا می گوید :

به جان تو که امروزم ببینی

که صبرم نیست تا ایام دیگر

پس به طور شاعرانه به ساقی می گوید تو همین الان مرا دریاب. این را کسی می گوید که باخبر است. شما هم که به این برنامه گوش می کنید و هشیاری حضور در شما آزاد شده ولی به طور کامل خودش را برقرار نکرده همین حرف را می زنید برای اینکه زندگی رو می شناسید. می دانید که زندگی در ذهن من دار جای خطرناکی ست و سبب ترس و حس عدم امنیت می شود، اینطوری حرف می زنید، و حقیقتاً می خواهد.

در طول غزل شاید من به بعضی الگوها اشاره کنم که اگر شما با زندگی همکاری کنید می توانید این الگوها را در خودتان به هم بریزید و از این الگوهای فکری دست بکشید به این ترتیب در رسیدن به حضور با زندگی همکاری کنید. گرچه که شما نمی توانید خودتان را به حضور برسانید ولی می توانید در این کار به اندازه ی توانتان همکاری کنید.

مثلاً آیا شما خودتان را شایسته ی زنده شدن به حضور می بینید؟ خودتان را شایسته این می دانید که این هشیاری خدایی در آینه ی وجود شما بتابد و تماماً منعکس شود و به خودش زنده شود و شما حس حضور کنید یعنی شما حس کنید که حاضر هستید و وجود دارید بدون استفاده از فکر و خدا هم از طریق شما حس حضور کند؟ می توانید؟ این به نظر شما شایستگی می خواهد؟

اگر شما خودتان را شایسته نمی دانید، بدانید که این قابلیت در شما وجود دارد و با شما زاده شده است. شما لازم نیست که صبر کنید تا شایسته تر شوید. اگر هم فکر ناشایستگی خیلی غالب است، خوب به خودتان چند روز 1000 بار بگویید که من شایسته ام، من حقیقتاً لیاقتش را دارم که به زندگی برسم. چند صد دفعه بگویید یاد می گیرید. یکدفعه حس می کنید که من ذهنی که همیشه از پایگاه نقص و کمبود عمل می کند برای اینکه ریشه ندارد، در هواست وقتی هشیاری حضور وارد آجر ذهن می شود، رابطه اش را با زندگی قطع می کند برای اینکه برمی گردد با زندگی ستیزه می کند، این لحظه را می پوشاند. درست مثل اینکه نقاش یک نقاشی

بکشد و زود مرکبش خشک شود، خوب خشک شد... نقاشی دیگر جان ندارد. آنطوری دیگر با نقاش ارتباط ندارد، با نقاش موقعی در ارتباط بود که این قلم هنوز کار می کرد... ما هر لحظه به زندگی می گوئیم تو برو دنبال کارت ما خودمان می دانیم؛ خوب خودمان اینطور درست کردیم دیگر: پراز ترس و پراز اضطراب.

اگر یک ذره رحمت هست بر من

مکن تأخیر تا هنگام دیگر

شما از خودتان بپرسید، شما باید رحم کنید. هیچ به خودتان رحم دارید؟

شما می دانید که بزرگترین ظلم ها را شما در حق خودتان می کنید؟ یک ذره به خودتان رحم کنید. خودتان را دوست داشته باشید، مواظب بدنتان باشید، مواظب احوالتان باشید. شما رحم کنید یعنی خدا دارد رحم می کند. رحم از آن فضا می آید. (پایین می گوید) من ذهنی بسیار بی رحم است. شما به عنوان من ذهنی نمی گذارید خودتان زندگی کنید و دیگران را هم نمی گذارید زندگی کنند. انسان ها را ببینید. انسان هایی که من ذهنی شدید دارند نه خودشان زندگی می کنند و نه می گذارند دوروبرشان زندگی کنند. شما آنطور نباشید. به خودتان رحم کنید.

"مکن تاخیر تا هنگام دیگر" اگر شما می گوئید به من رحم می کنی...

هشیاری دارد با خود اصل صحبت می کند؛ این ها را مولانا می گوید که ما بفهمیم جریان چیست. مولانا به زندگی نمی گوید برای اینکه اگر او نرسیده بود این حرف ها را نمی زد ما این ها را می خوانیم که اشکالاتمان را برطرف کنیم، بیدار شویم. بیداری هم یعنی جدا شدن هشیاری حضور یعنی آگاهی و هشیاری (که این همه صحبت کردیم) از فکر. یعنی ما که وارد آجر ذهن می شدیم مرتب تکه به تکه خودمان را آزاد می کنیم، برمی گردیم، برمی گردیم، برمی گردیم... "مکن تاخیر" نمی خواهیم در این کار تأخیر کنیم.

خلاصم ده خلاصم ده خلاصی

که سخت افتاده ام در دام دیگر

یعنی مرا آزاد کن.

هشیاری مراحل مختلفی پیموده است، در سنگ بوده، در جماد بوده، در نبات بوده است. هشیاری ست که دارد این مراحل را طی می کند، ما به عنوان هشیاری بالا آمدیم، بعد در حیوان بوده و بعد به انسان رسیده است و در یک دام دیگر افتاده است. آن دام، (دام را پایین می گوید) دام ذهن است.

"که سخت افتاده ام در دام دیگر". که بدجوری در این دام گیر کرده ام، هر انسانی.

گفتم شما فکر کنید چه دام هایی؟ برای اینکه بدانید، ببینید که هشیاری حضور که وارد ذهن شما می شود، یک راست کجاها می رود؟ درست مثل این شیارهایی ست که باران بالای کوه ایجاد می کند در واقع این همان شرطی شدگی هاست، شرطی شدگی های جایگیر شده در ما. باران می آید در طول سالیان یک شیارهایی را بالای کوه ایجاد کرده است، این دفعه که باران می آید یک راست از آن شیارها می رود. شما ببینید که آن شیارهایی که باران زندگی، هشیاری حضور، وارد شما می شود جذب ذهن شما می شود، به کجاها می رود؟ وارد چه کانال هایی می شود؟ بنویسید، مفید است، فکر کنید.

مثلاً یک راه برای اینکه این هشیاری حضور وارد ذهن نشود این ست که شما یک دفعه تصمیم بگیرید که من دیگر با دیگران کار ندارم. تمرکز من روی خودم است برای اینکه زندگی من در من زندگی می شود و هشیاری حضور در آینه ی من باید منعکس شود و از طریق من باید این خرد به جهان بیاید، من با دیگران کاری ندارم. نمی خواهم، درخت گلابی نیستم که به سیب دیگر بگویم چطور سیب بدهد، من با سیب او چه کار دارم؟ نمی خواهم به دیگران بگویم چطور زندگی کن. نمی خواهم نگاه کنم عصبانی شوم که آن ها چطور زندگی می کنند؟ چرا این کار را می کنند؟ می خواهم تمرکز را از روی دیگران و حتی چیزهای بیرونی بردارم. حالا اگر از چیزهای بیرونی و رویدادها نمی توانم بردارم حداقل بگویم اگر کسی از من پرسید من چه کار کنم؟-، من بگویم خودت می دانی، نگویم. اگر هم نپرسیدند هم اصلاً نگویم. چه کار دارم؟

درواقع هرکسی که تمرکزش و حواسش به خودش و به زنده شدن خودش نباشد به دیگران نگاه می کند.

این دیگران، یعنی انسان های دیگر، می توانند از آن کانال ها باشند که بیشترین هشیاری را جذب می کنند. اگر شما حواستان به این است که من باید به مردم یاد بدهم که چطور زندگی کنند و دنبالش باشید که اینطور بکنید و آنطور بکنید یا به دیگران نگاه کنید و بگویید، قضاوت کنید چرا این ها اینطور زندگی می کنند؟ مقدار زیادی از این هشیاری ایزدی جذب آجر ذهن شما خواهد شد و از آن کانال ها تلف خواهد شد.

و چه بسا، چه بسا شما با این اتلاف در زندگی دیگران تأثیرات بسیار منفی خواهید گذاشت برای اینکه خیلی موقع ها شما که به یکی می گوئید چه کار کن، او منتظر است، به عنوان من ذهنی به دنبال قطب می گردد که یکی بگوید چه کار کن که بگوید نمی کنم و شما را به عنوان قطب قرار بدهد که در همان بن بست باقی بماند. اگر شما نمی گفتید او خودش را آزاد می کرد، راه پیدا می کرد. چون شما می گویی این کار را بکن به عنوان ستیزه با شما، به عنوان اینکه من ذهنی اش را به وسیله ی قطب شما دائماً باید ترمیم کند، شما به عنوان من ذهنی یا قطب من ذهنی دارید عمل می کنید، این کار را نکنید. به علاوه بیشترین هشیاری حضور شما دارد حیف و میل می شود.

حالا شما ممکن است بگویید اگر بچه تان پرسید چه کار کنم؟ اگر بچه من از من بپرسد می گویم خودت فکر کن، اگر از من می پرسی، من اگر به جای شما بودم این کار را می کردم، باز هم خودت باید فکر کنی؛ من راه

حلم را می گویم. ولی ما نمی توانیم به عنوان درخت گلابی به سیب بگوییم تو شیره ات را از خاکت نکش من می کشم به شما می دهم. نه! او باید سیب خودش را بدهد؛ سیب او هم به گلابی من شبیه نیست.

من باید آینه ای بشوم که شادی را و خرد را از فضای حضور بیاورم و در جهان پخش کنم. آن شادی و خرد را به بچه ام هم می توانم بدهم، دارم پخش می کنم، به همه می توانم بدهم و هرچقدرش را هم گرفتند و استفاده کردند، کردند و من هم هیچ قضاوتی نمی کنم که دیگران چطوری زندگی می کنند یا نمی کنند. من همه ی حواسم به این است که این نورشمع از آینه ی من به طور کامل منعکس می شود یا نه؟ همه ی حواس من به این است. کاری ندارم دیگران چه کار می کنند. این می تواند مهم باشد. بنشینید نگاه کنید ببینید که این هشیاری حضور جذب آجر می شود در شما کجاها می رود؟ در شما کجاها می رود و تلف می شود؟

هرجا می بینید من ذهنی می خواهد تایید بطلبد، هرجا می بینید که چیزی از خودتان را به رخ مردم می کشید، نکشید. هرجا می دانید که شما جواب را می دانید، نگویید برای اینکه من ذهنی ست که دارد می گوید. آن خرد از یک فضای دیگری می آید، موقع اش را هم خودش می شناسد. شما به عنوان باد کردن من ذهنی نگویید. همکاری با زندگی یعنی همین. اگر شما این کارها را بکنید، همکاری می کنید. اگر نه قدم به قدم می خواهید این من را تقویت کنید شما نمی رسید. برای اینکه تا آخر زندگی شما این جذب ذهن خواهد شد و شما نمی توانید خودتان را از این دام رهایی بدهید باید همکاری کنید.

یادمان باشد که زندگی هر لحظه امتحان می کند ببیند می تواند خودش را به وسیله ی ما بیان کند یا نه؟ شادی اش را، سلامتی اش را، خردش را، هرچه که اسمش را می گذارید آیا به وسیله ی ما می تواند بیان کند یا نه؟ ولی ما جلوی ما ایستیم! ... همکاری می کنیم. اگر نمی توانیم خودمان را به حضور برسانیم، این من ذهنی نمی تواند ما را به حضور برساند من ذهنی نمی تواند این هشیاری حضور را بشناسد. تنها کاری که ما، آن قسمتی از ما که آزاد شده می کنیم، دم به دم این من ذهنی نگذاریم، تماشاایش کنید، کارهایی که می کند بگذاریم بکند و ما تمام حواسمان به این باشد که هرچه بیشتر این نور را منعکس کنیم.

اگر امروز در بر من ببندی

درافتم هر دمی از بام دیگر

اگر در روی من ببندی، هر دم من می آیم می خواهم به تو برسم عوضی بالای یک بام می روم. "بام"، بام فرم است. شما دیدید که ما برای اینکه به خدا برسیم، یعنی حواسمان نیست که ما دنبال زندگی هستیم، اسماً دنبال زندگی هستیم ولی نردبان گذاشتیم از پله های چیزهای مختلف دنیایی بالا می رویم که به زندگی برسیم.

هرکدام از آن ها ما را به زندگی نمی رساند، از آن بالا می افتیم پایین. مولانا می گوید که "هرکه بالاتر رود

ابله ترست ، گاستخوان وی بتر خواهد شکست " :

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت 2763

نردبان این جهان ما و منی ست

عاقبت این نردبان افتادنی ست

هر که بالاتر رود ابله‌ترست

گاستخوان وی بتر خواهد شکست

"این جهان"، شما بالای یک فرم می روید، در ذهنتان فکر می کنید که اینجا بروم که خودم را نشان دهم. وقتی از این نردبان بالا رفتم زندگی شروع خواهد شد... نمی گویم که نردبان را نروید، نردبان را به وسیله ی این فضا بروید.

شما فضای حضور را بسازید، از خرد آن استفاده کنید آن موقع از نردبان این جهان بالا بروید، اینقدر نمی روید که بیافتید. از نردبان نمی روید، خرد را می گذارید در جهان می فرستید، سازندگی می کنید، خلاقیت می کنید، پیشرفت می کنید، در هرکاری پیشرفت می کنید. وقتی پیشرفت می کنید، در اوج، هر لحظه می دانید که این شما نیستید؛ این اتحاد شما با زندگی ست که این ها را به وجود می آورد. شما چیزی نمی دانید حقیقتاً. از کجا بیاوریم؟ ما همین چیزهایی که از گذشته یادگرفتیم، این ها را ما دانش می دانیم؟

دانش اصلی آن ست که در اثر اتحاد با زندگی، مثل این ماهی، می تواند این لحظه از ما به عملمان جاری شود، آن دانش است. در آن خرد هست. خرد روی کاغذ نیست. خرد در گذشته و آینده نیست. خرد در این کتاب نیست. خرد این لحظه از شما جریان پیدا می کند. فقط از شما، این لحظه؛ اگر این لحظه حاضر باشید. خرد مثل عقل نیست، مثل دانش دایرة المعارفی نیست. خرد زنده ست. باید حاضر باشید.

ولی اگر حاضر باشید این لحظه زندگی تان با کیفیت می گذرد. اگر نه، برای رسیدن به زندگی باید از نردبان های مختلف بالا بروید وقتی به یک جایی رسیدید از آنجا پله ها همه می پوسد و از آنجا می افتید. چند بار هم که ما بیافتیم و دردمان بیاید دیگر گیج می شویم که شده ست. به این دل بستیم به ما زندگی بدهد، نداده... به آن دل بستیم زندگی بدهد، نداده است... این را به دست آوردیم زندگی بدهد، نداده... فکر می کردیم اگر بچه دار شویم زندگی مان شروع بشود، نشده... فکر کردیم اگر ازواج کنیم زندگی مان شروع شود، نشده... فکر کردیم

اگر بازنشسته شویم شروع می شود، نشده... فکر کردیم پولدار شویم شروع می شود، نشده... و این ها همه نردبان هایی ست که ما رفتیم و پوسیده بوده و حواسمان نبوده زندگی در این ها نیست.

زندگی این است که آینه را صاف کنی، به ذهنت نیروی و هشیاری ایزدی که این لحظه می تابد از شما به جای اینکه وارد ذهنت بشود، برگردد روی خودش زنده شود و دردیای بی کران یکتایی شنا کنید.

و این را هم بگویم اگر صد درصد انرژی حضور که به شما می تابد منعکس شود، این اقیانوس شعاعش بینهایت است. یعنی شما یکدفعه همه چیز را در جهان در خودتان جا می دهید:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره 637

در این بحر در این بحر همه چیز بگنجد

مترسید مترسید گریبان مدرانید

اگر همه هشیاری حضور که این لحظه به شما، به وجود شما، می تابد وارد ذهن نشود و برگردد، فضایی که ایجاد می شود که اسمش فضای پذیرش این لحظه است؛ تمام ادیان، تمام نژادها، تمام انسان ها، جا می شوند همه چیز در آنجا جا می شود و خرد هم از آن فضا صادر می شود. الان آن فضا را بستیم. آن فضا در برخی از ما واقعاً به صفر رسیده؛ به ذهن رفتیم، در گذشته و آینده هستیم.

مرا در دست اندیشه بمسپار

که اندیشه ست خون آشام دیگر

معنی اش دیگر کاملاً مشخص است. من الان گیر اندیشه افتاده ام. اندیشه بر من حاکم است، فکر می کنم، می ترسم! فکر می کنم، خشمگین می شوم! فکر به فکر دیگر وصل است. الان ببینید این لحظه در سر من یک فکری پدید می آید، مرا از جا می کند. لحظه بعد یکی دیگر. این کار از اختیار من خارج است.

اگر این نور در آینه ی شما منعکس شود و شما به این ماهی تبدیل شوید، اندیشه زیر کنترل و اداره ی شماست. هر موقع خواستی، فکر می کنی و هر موقع که نخواستی، فکر نمی کنی؛ می توانی ذهنت را تعطیل کنی. ذهنت یک فعالیت و سواسی، اعتیادآمیز، اجباری، ندارد. الان فکر در ما اجباریست. با همان مقدار حرکتی که می گفتم، این ذهن ما با یک سرعتی فکر تولید می کند. ما فکر می کنیم اگر فکر تولید نکنیم می میریم. ستون این وجود ما فکر است. اصلاً فکر فروبریزد، ما هم فرومی ریزیم. ببینید ما چقدر به فکر احتیاج داریم تا حس وجود کنیم؟ مولانا گفت که اُستن این جهان، اندیشه است، غفلت است.

غفلت، اندیشه ای است که زیر نظارت این هشیاری حضور نیست، این غفلت است. یعنی اندیشه های تکراری، بی مصرف. همین اندیشه هایی که بیشتر مردم می کنند. و وقتی ما اینجور اندیشه ی بی نظارت هشیاری حضور بکنیم و این اندیشه ها با خشم و ترس و رنجش هم همراه باشد، وای به حالمان!

برای همین مولانا می گوید:

"مرا در دست اندیشه بمسپار

که اندیشه است خون آشام دیگر"

من مطمئن هستم تک تک شما خون آشامی این اندیشه را حس کردید وگرنه این برنامه را گوش نمی کردید. متأسفانه و هزار متأسفانه مردم تا درد نکشند، گوش نمی دهند. انسان هایی مثل مولانا، حافظ، فردوسی، برخی از فلاسفه که آمده اند این ها را به ما گفته اند ولی ما باید آنقدر زجر بکشیم، درد بکشیم، گیج شویم، خشمگین شویم، و حتی (در آن قصه داشتیم) مریض شویم، سرطان بگیریم، سکنه کنیم، قسمتی از وجودمان را از دست بدهیم که بفهمیم که خدا دارد می گوید که این کارها را نکن، از این الگوها بیرون بیا، از ذهن بیرون بیا. ذهن جای اقامت تو نیست. تمام صحبت سر این است که ذهن جای زندگی نیست. فضای حضور جای زندگی شماست. فضای حضور است که امن است.

عده ای تصور می کنند که مثلاً ما در این برنامه می گوئیم اصلاً اندیشه نکنید. سرتان را پایین بیاندازید و همه کار بکنید و هیچ هیچ نیاندیشید. کی ما چنین حرفی می زنیم؟

وقتی اندیشه ی شما ناظر دارد، ناظر اتحاد شما با زندگی است که نور این شمع، هشیاری حضور، منعکس شده و از آینه برگشته در شما زنده شده است و او دارد فکر می کند. در آن فکر، خرد و برکت هست اینطور بگوئیم، برکت هم خیلی کلمه ی جالبی ست، دارید بادام مغزدار می کارید، گل رز دارید می کارید، اگر او زنده ست و شما دارید فکر می کنید، دارید فکر سازنده می کنید. فکر سازنده این نیست که بگوئید آقا فکر سازنده چیست؟ فکر سازنده که از گذشته نمی آید؛ فکر سازنده این است که شما اجازه دهید او فکر کند.

می دانید که یک کار غیر اصیل و منفی که ما می کنیم چیست؟ همیشه ما در من ذهنی می خواهیم رفتارهایمان را با یک تصویری که ایده آل است تطبیق دهیم. این زندگی غیراصیل است. شما در ذهنتان یک آدم ایده آل نسازید حتی مولانا. نگوئید آقا مولانا چطور زندگی می کرده من هم می خواهم مثل او زندگی کنم!

شما لازم نیست از یک تصویر ذهنی تقلید کنید. تقلید نکنید. این ضد تقلید است، این که ما در اینجا می گوئیم، خدا ضد تقلید است. خدا ضد چیزی نیست. این عمل، هشیاری حضور که بکر است گفت هشیاری خام است، می خام است، به آینه ی وجود شما می خورد و برمی گردد و روی خودش زنده می شود، این عنصر زنده ضد تقلید است. تقلید نمی شناسد. چرا تقلید کند؟ این زندگی کردن با بلد است؛ همین زندگی کردن را بلد است.

شما زندگی کردن را بلد هستید چرا باید خودتان را با یک تصویر ذهنی که در ذهنتان ساختید تطبیق دهید؟ آن زندگی مصنوعی ست، آن زندگی نیست که! شما را در من ذهنی محبوس می کند.

من ذهنی یک وجودی ست که این دفعه می گوید من باید این کارها را، آن کارها را، و... را بکنم که این خدایی باشد! کی چنین چیزی ست؟ موقعی خدایی ست که این هشیاری حضور در شما زنده شود و او کار کند، آن خدایی است؛ که این لحظه به لحظه می داند که چطور زندگی کند. او می داند، شما نمی دانید. اگر بخواهید تقلید کنید، این می شود از پیش ساخته! یک انسان خوب این ست که این کار را بکند، آن کار را بکند...، هر روز این کارها را می کند...! این که زندگی مصنوعی سطحی بی رمق است که این زندگی که کیفیت ندارد. این خشک است، پس از یک مدتی آدم خسته می شود؛ اصلاً می خشکد. این یعنی ستیزه با زندگی. ابداً خودتان را با یک تصویر ذهنی تطبیق ندهید.

می خام ار نگردانی تو ساقی

مرا زحمت دهد صد خام دیگر

می گوید اگر تو می خام را (که گفتیم می خام چیست)، نگردانی... می خام چیست؟ این هشیاری خدایی در آینه ی وجود شما برمی گردد، این می خام است. اگر تو به ما ندهی که تو باید همکاری کنی "مرا زحمت دهد صد خام دیگر".

"خام" کیست؟ خام انسان هایی هستند که در ذهنتان زندگی می کنند، به من زحمت می دهند. همینطور هم شده است. ما وقتی در ذهنمان زندگی می کنیم، از می خام خبر نداریم، می خام خدا را که هر لحظه به ما پیموده می شود رد می کنیم، صد خام دیگر، هزار خام دیگر... - که صد، اینجا علامت تکثیر و زیادی است، یعنی زیاد- انسان های زیادی که خام هستند می آیند و با ما حرف می زنند، کاری می کنند و ما واکنش نشان می دهیم، به زحمت می افتیم.

بگیر این دلُق اگر چه وام دارم

گرو کن زود بستان وام دیگر

"دلُق" چیست؟ دلُق می دانید که لباسی بود معمولاً از پشم و زبر یک عده ای، صوفیان، می پوشیدند و به دلیل اینکه من ذهنی لباس ناراحت کننده ای ست، به دلُق تشبیه کرده است. ولی این دلُق علامت تَشْخُص هم هست. آبروی ما هم در همان دلُق ست. تا زمانی که در من ذهنی هستیم، شما ببینید که چه قدر ما در آنجا آبرو داریم؟

آبروی اصلی را این فضای حضور دارد که واقعا آبرویش را، حیثیتش را از خدا، از زندگی می گیرد. ولی کسی که در ذهنش زندگی می کند برای خودش هزار جور آبروی مصنوعی دارد. دیدید که بعضی ها چه طور زندگی می کنند؟ همه اش پنهان کاری. این را دیگران نفهمند.. آن را دیگران نفهمند.. یک موقعی نفهمند که بچه ی من نمره بد گرفته... نفهمند من مریض هستم... نفهمند من با همسرم اختلاف دارم... نفهمند من می خواهم طلاق بگیرم... نفهمند، نفهمند، نفهمند... برای اینکه ما آبروی مصنوعی داریم. همه این ها توی این دلق جمع شده است. متأسفانه هزارتا چیز در این دلق هست.

وقتی هشیاری حضور جذب ذهن می شود، آنجا آبروی مصنوعی درست می کند، در این دلق. می گوید این را بگیر، به خدا می گوید. شما این را به ساقی بگویید، این را گرو نگه دار پیش تو باشد که پیش من نباشد. شما حقیقتا وقتی اجازه می دهید این نور ایزدی در آئینه شما منعکس شود، من شما در گرو خداست. این لحظه اجازه دهید همه این هشیاری منعکس شود. کاری با من تان نداشته باشید، آن همان خانه ی ساقی هست. می گوید این را گرو کن بستان یک وام دیگر. حالا "وام دیگر" چیست؟ وام از نوع دیگر، همان وام خرد، وام شادی ست.

ما برای این به اینجا آمدیم، شما این من ذهنیتان را خانه ی می فروش گرو بگذارید و پس نگیرید. مثل حافظ:

حافظ، غزلیات، غزل شماره 178

صوفیان واستدند از گرو می همه رخت

دلق ما بود که در خانه خمار بماند

*

حافظ می گوید همه صوفیان که دلق شان را، لباس شان را گرو گذاشته بودند و می گرفته بودند، به عبارت دیگر من شان را گذاشته بودند، نتوانستند تحمل کنند رفتند پس گرفتند. و به تاخیر می افتد. اگر ما دلق را گرو نگذاریم پیش خدا، به تاخیر می افتد.

شما فکر نکنید چه می شود.. شما همین دلق را گرو می فروش بگذارید تا به شما می بدهد. وقتی می می دهد یک وام دیگر، این وام همین وام خرد است شما به جهان می دهید. شما بدهی تان را به این ترتیب می پردازید. می گوید که یک وام دیگری از من بگیر، آن وام دیگر چیست؟ وام از جنس مادیات نیست بلکه وام از جنس شادی، از جنس خرد، از جنس عشق است. تو گرو بگیر این دلق بی مصرف را، ما دیگر فهمیدیم. وقتی من با تو متحد شدم در این دریای وحدت شنا می کنم، ذاتم مست است، از این مستی هی وام بده، هی به مردم بده!

بنه نامم غلام دُردنوشان

نمی‌خواهم خدایا نام دیگر

می گوید اسم مرا بگذار غلام دُردنوشان، نوکر دُردنوشان، نوکر شراب نوشان. دُرد همان قسمت لُرد شراب است که ته نشین می شود، یا به طور کلی شراب است.

پس ما آمدیم در این جهان که نوکر شراب نوشان شویم. اسم مرا نوکر شراب نوشان بگذار. چرا؟ برای اینکه من دائماً حواسم به این است که این هشیاری که از سوی زندگی می آید در آینه ی من منعکس شود و من حضور خدا را حس کنم و از آنجا شراب بگیرم. شراب مست کننده ی خدایی را به کسانی که می خورند سِرو کنم. که مولانا حقیقتاً این کار را کرده است. پس من نوکر شراب نوشان هستم. انسان نوکر شراب نوشان است. شراب نوشان هم بقیه ی انسان ها هستند و جمادات و نباتات و حیوانات.

می گوید "نمی‌خواهم خدایا نام دیگر". من سِمَت دیگری نمی‌خواهم. حقیقتاً هم این وظیفه ی اصلی ماست. ما الان دیگر فهمیدیم. بدون اینکه به تأخیر بیاندازیم، منتظر شویم، شما در این لحظه تصمیم می‌گیرید که غلام و نوکر شراب نوشان شوید و از زندگی این شراب را می‌گیرید و درجهان پخش می‌کنید.