



برنامه شماره ۳۸۶ گنج حضور

من غلام قمرم غیر قمر هیچ مگو  
پیش من جز سخن شمع و شکر هیچ مگو

سخن رنج مگو جز سخن گنج مگو  
ور از این بیخبری رنج مهر هیچ مگو

مولوی، دیوان شمس، شماره ۲۲۱۹

برنامه شماره ۳۸۶

من غلام قمرم غیر قمر هیچ مگو  
پیش من جز سخن شمع و شکر هیچ مگو  
مولوی، دیوان شمس، شماره ۲۲۱۹

نقشی که رنگ بست از این خاک بی وفاست  
نقشی که رنگ بست ز بالا مبارکست

مولوی، دیوان شمس، شماره ۴۵۱

برنامه ۳۸۶

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۱۹

من غلام قَمَرَم غیر قمر هیچ مگو  
پیش من جز سخن شمع و شکر هیچ مگو  
سخن رنج مگو جز سخن گنج مگو  
ور از این بی‌خبری رنج مَبَر هیچ مگو  
دوش دیوانه شدم عشق مرا دید و بگفت  
آدم نعره مزن جامه مَدَر هیچ مگو  
گفتم ای عشق من از چیز دگر می‌ترسم  
گفت آن چیز دگر نیست دگر هیچ مگو  
من به گوش تو سخن‌های نهان خواهم گفت  
سر بجنبان که بلی جز که به سر هیچ مگو  
قَمَری جان صفتی در رَه دل پیدا شد  
در ره دل چه لطیف است سَفَر هیچ مگو  
گفتم ای دل چه مَهست این دل اشارت می‌کرد  
که نه اندازه توست این بگذر هیچ مگو  
گفتم این روی فرشته‌ست عجب یا بشر است  
گفت این غیر فرشته‌ست و بشر هیچ مگو  
گفتم این چیست بگو زیر و زبَر خواهم شد  
گفت می‌باش چنین زیر و زبر هیچ مگو  
ای نشسته تو در این خانه پرنقش و خیال  
خیز از این خانه برو رخت ببر هیچ مگو  
گفتم ای دل پدري کن نه که این وصف خداست  
گفت این هست ولی جان پدر هیچ مگو

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۵۱

نقشی که رنگ بست از این خاک بی‌وفاست  
نقشی که رنگ بست ز بالا مبارکست  
هر دل که با هوای تو امشب شود حریف



او را یقین بدان تو که فردا مبارکست

بفزا شراب خامش و ما را خموش کن

کاندر درون نهفتن اشیاء مبارکست

\*

با سلام و احوالپرسی، برنامه گنج حضور امروز را باغزلی ۲۲۱۹ از دیوان شمس مولانا شروع می‌کنم:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۱۹

من غلام قمرم غیر قمر هیچ مگو

پیش من جز سخن شمع و شکر هیچ مگو

پس، مولانا بعنوان یک انسان، بعنوان یک زنده به هشیاری حضور که الگویی برای ماست، می‌گوید:  
من غلام قمر، غلام ماه شب چهارده هستم.

قمر، سَمْبُلِ زندگی، سَمْبُلِ خدا، سَمْبُلِ عشق و زیبایی ست و من انسان، رعیت و غلام عشق و زندگی ام. چرا مولانا عبارت غلام، بنده، را بکار می‌برد؟ (البته این تمثیل است). زیرا، یک غلام، دائماً توجهش به آقا و ارباب خود است که وی الآن چه می‌خواهد بگوید، دائم به دهان والا مقام خود، نگاه می‌کند. (تمثیل است). من هم بعنوان یک انسان، اگر بخواهم غلام زندگی شوم، ابتدا باید از جنس او شوم، نمی‌توان از جنس ذهن و زمختی و هشیاری جسمی بود اما غلام زندگی شد.

زندگی از جنس هشیاری بی‌فُرم است و ما وقتی بیشتر شبیه خودمان یا زندگی می‌شویم که از جنس خاموشی یا سکوت بشویم. هشیاری ذهنی، جسمی ما، ساکت شود و فروکش کند.  
حال، من اگر در آن وضعیت نیستم، حداقل از مولانا یاد می‌گیرم که هر چه سریع‌تر خود را از نوع وجود و هشیاری از جنس لطافت کنم.

حساس و گوش‌بزننگ، در صدمم ببینم که انرژی عشقی زندگی، از درون من، چه چیزی را می‌خواهد بیان کند و به چه طریقی می‌خواهد به پخش این انرژی و خرد و شادی زندگی در این جهان پردازد؟  
این عبور زندگی، ممکن است بصورت حرف و کلام نباشد بلکه بصورت ارتعاش انرژی زندگی صورت گیرد. یا بعکس، با رفتن و اقامت کردن در ذهن و ایجاد یک من توهمی به نام من ذهنی و تظاهر به اینکه من این من ذهنی هستم، بر اساس نیازهای روانشناختی و مصنوعی بخواهد حرف بزند و واکنش نشان دهد.  
امروز مولانا در مورد غیر قمر صحبت می‌کند.

پس، فعلاً" در رابطه با همین مصرع اول (نیم بیت اول)، ما می‌خواهیم ببینیم که من کی هستم؟  
من از جنس من مصنوعی در ذهن نیستم، من از جنس زندگی، از جنس هشیاری بی‌فُرم، از جنس هشیاری خدایی هستم. بنا براین، من غلام همان انرژی کل هستم. غلام غیر قمر نیستم.



غیر قمر چیست؟ غیر قمر، مقوله ای ست که ما اسیرش هستیم و دائما" به آن می پردازیم و حتما" باید چیزی بگوییم، اظهار نظری بکنیم!

پس می خواهیم بدانیم غیر قمر چیست؟

آیا غیر از قمری که در اینجا، رمز زندگی، رمز خداست، چیز دیگری هم وجود دارد؟  
ذهن ما می گوید: بله. حتما" وجود دارد.

ولی حقیقت این است که وجود ندارد.

نیاز به آب و غذا، نیاز حقیقی ست اما چیزی را که ذهن بعنوان نیاز به ما نشان می دهد، نیاز روانشناختی و مصنوعی ست. نیاز به خود اضافه کردن چیزهایی را که ذهن نشان می دهد، تا زندگی اضافه شود، نیازی روانشناختی و مصنوعی ست. حرص ورزیدن، رنجیدن، شکایت کردن، نیاز های روانشناختی اند.

غر زدن، ایجاد گرفتاری برای دیگران جهت خنک شدن دل، انتقام جویی، نیاز غیر قمر است، نیاز حقیقی نیست، نیاز روانشناختی ست. اصلا" وجود توهمی ما، غیر قمر است.

ما به ذهن که یک فضای مجازی ست، برای شناخت جهان، برای انجام کارها، برای بصورت مفهوم درآوردن چیزها و حتی برای اینکه در ابتدای زندگی مان از خود یک من ذهنی بسازیم، احتیاج داریم.

همچنین نیاز داریم که از دیگران هم، من دیگری بسازیم تا آنها را بشناسیم.

من باید بدانم که بلحاظ فرم و بلحاظ جسم، با تو فرق دارم، غذا را باید به دهان خودم بگذارم، این شناخت برای بقای من لازم است.

ما تفاوت یک ساختمان و عکس آن ساختمان را می توانیم تشخیص دهیم، اما حقیقتا" نمی توانیم تفاوت دو من را بعنوان عکس من در ذهن و من بعنوان هشیاری حضور بی فرم را تشخیص دهیم!!

اگر ساختمان عکس دارد، من هم عکس دارم. عکس من، من ذهنی ست، اما من حقیقی ام، جدا از ذهن است.

می دانم ذهن یک فضای مجازی ست. عکس من در این فضای مجازی، من حقیقی ام نیست.

نمی شود من ذهنی، یعنی عکس را بجای خود اصلی ام بگیرم.

چون من ذهنی ام از انبوه خصوصیات و هم هویت شدگی ها شکل گرفته، اگر کسی چیزی به او بگوید به او برمی خورد و یا احساس می کند که چیزی از او کم می شود و می رنجد.

اگر من، خود حقیقی ام را با او یکی ببینم، به اشتباه افتاده ام.

ما می خواهیم با بیدار شدن، مانع افتادن به این اشتباه شویم و خیلی هم ساده ست. پیچیده نیست.

عجیب است که ما باصطلاح انسان ها خیلی دیر می خواهیم از این اشتباه یا خواب بیدار شویم.

پس، غیر قمر مقوله ای مجازی ست. کیفیتی که در این لحظه وجود دارد و حقیقی ست، من هستم، هشیاری بی فرم، و نه عکس و تصویرم.

یک شعور و زندگی هم هست که از جنس من است و می خواهد از طریق من خودش را بیان کند و سخن عشق و شادی و زیبایی سر دهد.



اما زندگی چگونه؟ به چه صورتی؟ می خواهد از طریق من، خودش را بیان کند!

- وقتی با حفظ هشیاری و تمرکز و توجه خود روی لحظه، متوجه عدم گستردگی و زندگی حقیقی، در من ذهنی می شوید و به تله من ذهنی و مشتقاتش نمی آفتید،

- وقتی این لحظه با کیفیت بوسیله شما زندگی می شود، رو به آن لامکان و پای اینجا، در جهان مادی دارید، - یعنی با اتصال به شعور کل، خرد و انرژی و عشق و هشیاری زندگی را از گستره یکتایی گرفته، در جهان مادی پخش می کنید و تخم شادی و آرامش می کارید، زندگی، خود را بوسیله شما بیان می کند.

پس، من توهمی، می خواهم هیچی نگویم، ساکت شوم، تا اصل من، از طریق من، زندگی و تجلی و صحبت کند!

" تا زمانی که این من مجازی حرف می زند، به من حقیقی، مجال حرف زدن نمی دهد."

همینکه ما، بعنوان من توهمی و مجازی حرف می زنیم، من و من و من می بافیم، دیگر این من ها به اصل مان مجال ظهور و تجلی نمی دهد.

این من باید فرو کش کند. برای همین می گوید: **هیچی نگو.**

برای اینکار، ما نباید انواع من و لایه ها را ببافیم. اجازه دهیم من های تلنبارمان جویده شوند، مثلا " اگر نمی خواهیم ببخشیم، پس ببخشیم، اگر نمی توانیم باورهای دیگری را تحمل کنیم، پس تحمل کنیم، اگر نمی توانیم درمان را بیندازیم، پس بیندازیم. اگر دوستی، من ذهنی بزرگ دارد و نمی خواهیم از او جدا شویم، پس جدا شویم، نمی خواهیم مقامی را از دست بدهیم، پس از دست بدهیم، ...

ما بعنوان من توهمی چه می گوئیم؟ اگر همه را جمع بندی و نگاه کنیم، متوجه می شویم:

هر حرفی که می زنیم پیرامون شکایت و کمبود و نقص است و این خاصیت مهم من ذهنی ست که همواره به دنبال و رد یابی و کشف نقص و کمبود است.

حال، شما به راستی و بالفعل بگوئید:

من این من توهمی در ذهن نیستم، از این عکس و تصویر ذهنی، نمی توان انرژی زنده زندگی را گرفت.

بنابراین، دقت کنید، انرژی تان را در بافتن آن من ها سرمایه گذاری نکنید. در اینصورت، این من ذهنی، یواش یواش فروکش می کند و یکدفعه می بینید که شما دیگر میل به کشف نقص ها و سخن گفتن از آنها را ندارید. زیرا زندگی در این لحظه کامل است و شما هم بعنوان زندگی در این لحظه کامل هستید و نقص ندارید. قمرید. خود ماه شب چهارده هستید. ماه شب چهارده دیگر نمی تواند بزرگ شود، کامل است.

زندگی نمی تواند کامل تر شود چون کامل است.

شما هم بعنوان زندگی در این لحظه، خمیر مایه شادی و آرامش را از قبل دریافت کرده اید، حال، به هیچ چیز برای شاد بودن، برای آرام گرفتن احتیاج ندارید، ذات زندگی آرامش است و شما همانید.

ولی اگر حرف بزنید، من ذهنی را می بافید.

اگر من ذهنی را ببافید، من ذهنی دل شما می شود. اگر من ذهنی را نبافید، زندگی دل شما می شود.

در چند بیت بعد، مولانا به این دو دل اشاره می کند.



دلی را که بافته و تنیده ایم، دلی که هم هویت با فکرهاست و ما هر دم با حرکت هر فرم و وضعیتی که در رابطه با ماست، با آن برمی خیزیم، از ما می پرسد که آن یکی دل، که زندگی ست راجع به کدام ماه صحبت می کند؟ " از آنچه که اندازه تو نیست، در حد فهم تو نیست، بگذر هیچ مگو "

الآن، ما از این صحبت ها یاد می گیریم:

تا زمانی که در ذهن زندگی می کنیم و هنوز نتوانسته ایم از آن خارج شویم و به زندگی برگردیم و برای این - این بازگشت، مقاومت می کنیم، بقول مولانا، هر لحظه از عدم بلند می شویم و در یک صندوق فکری زائیده می شویم، فکرمان دائم عوض می شود، ... نخواهیم بفهمیم خدا چیست، زندگی چیست؟!.

ولو اینکه روزی متوجه می شویم که من این فکرها نیستم و ما در صندوق درد می کشیم، درون صندوق بسته ست و ما آزادیم. ما بحر بی پایانی هستیم که می توانیم با عدم و در عدم، و رای محدودیت جهان مادی و بدن، در خود ارتعاش زندگی را حس و تجربه کنیم.

زندگی خود را بصورت عدم و خلاء در تمام ذرات هستی نفوذ داده و در همه چیز، در درون ما و در بیرون، وسعت یافته. اما اینهمه را با دل ذهن، در محدودیت، نمی توانیم تجربه کنیم.

در خموشی، ارتعاش زندگی را حس و فرای من برویم. برای همین مولانا روی خموشی بسیار تأکید می کند. باید ذهن را خاموش کنیم و روی از جهان به سوی زندگی برگردانیم.

کسی که از فراز موج من فرو نشسته و در سطح خلاء و عدم رو در روی نیکبختی و اقبال قرار گرفته، شادی و آرامش حقیقی را تجربه می کند. اما وقتی بعنوان و در قالب من، بلند شویم، شادی و آرامش را از دست داده و دوباره به فرم برمی گردیم.

### خموش.

حرف بزنی دور می شوی و در آن حال، از خلاء زندگی نمی آوری از ذهن قاطی با هیجان می آوری!.

عصاره صحبت این است که:

من می توانم ساکت شوم، می توانم هیچی نگویم و بدانم از جنس زندگی هستم و این اصول را رعایت کنم و کاملاً در اختیار زندگی قرار بگیرم و منتظر دستور معلم و آقای زندگی باشم و دستورالعمل های او را به اجرا در آورم. حدس نمی زنم، نمی خواهم بفهمم که چه دستوری می دهد، ...

" و این موقعی ست که شما بطور کامل تسلیم هستید. تسلیم یعنی پذیرش اتفاق این لحظه قبل از قضاوت.

قضاوت یعنی موقعی که من ذهنی بیدار و فعال شده. قضاوت یعنی شما غلام قمر نیستید.

آیا ممکن است که آدم غلام غیر قمر، غلام دیو شود و فکر کند که غلام قمر، غلام خداست؟ بله "

الآن بشر در همین وضعیت است.

در ذهنش یک من ذهنی، و بر اساس آن هم یک خدای ذهنی ساخته و یکسری قاعده و مرام و حکم، در ذهنش ایجاد کرده و فکر می کند که این خدای ذهنی چنین قواعد و احکام و دستورالعمل هایی را داده و ما بعنوان غلام او اینکارها را باید انجام دهیم و اگر یکی این دستورالعمل ها اجرا نشود، باید تنبیه شویم!.



" اینطور نیست "

در دو بیتِ بعدی، مولانا یادآوری می کند که ما در ذهن، خیلی به شَر اصرار ورزیدیم.

سخت‌تر افشردهام در شَر قدم

که لفی خسرم ز قهرت دم به دم

از نصیحت‌های تو گر بوده‌ام

بتشکن دعوی و بتگر بوده‌ام

وقتی ما در ذهن باشیم، و تصورات خودمان را بعنوان انرژی زنده زندگی بگیریم، مانند این است که بگوییم:

,, عکسِ ساختمان، خودِ ساختمان است ,,!.

ما انسان ها این خاصیت را داریم. ما می توانیم خلق کنیم در نتیجه:

ما عکسِ خود را که همان منِ ذهنی، منِ توهمی ست، خود اصلی مان قلمداد کرده ایم!

یعنی، این منِ توهمی به پدیده ها و مقولات و وضعیت های این جهانی در ذهن، حس وجود داده، انبوهی از

چیزها را بصورت مفهوم در آورده و خود را با نخ های نامریی به آنها متصل و به این مجموعه جان داده.

این منِ توهمی، تصورات خودش را جدی می گیرد، می رنجد، می جنگد، شکایت می کند، بعضی موقع ها جنگ

را افتخار و برکت می داند!. (اشتباه ست).

یکی از موضوعاتِ غیرِ قمر، ستیره ست.

هر نوع مقاومت به رویداد و نپذیرفتنِ رویداد، غیر قمر است.

همه ما در غلامِ غیر قمر بودن، در ایجادِ شَر، اصرار ورزیده ایم.

حال، در حالِ بیدار شدن هستیم. سخت‌تر افشردهام در شَر قدم!

شَر چیست؟ هر من و هر لایه ای که منِ ذهنی می بافتد، شَر است، زیرا انرژیِ بد منِ یت، انرژیِ فُرم، انرژی

پیشانی و محنت، انرژیِ دردآلود، وارد آن می شود.

و هر چیزی که از بالا، در اثر تسلیم و پرهیز و صبر و شکر و موازی بودنِ مان با زندگی، در این جهان انرژی

ایجاد می کند، خیر است. برکت دارد.

اگر شما غلامِ قمر باشید، در این جهان هر چه می آفرینید، سعادت و جاودانگی و برکت در بر دارد. برای اینکه

انرژیِ زنده زندگی، در آن جاری می شود.

حال، شما در نظر بگیرید که با ارزش ها و معیارهای ذهن و در انباشتگی درد و اضطراب و با انواع و اقسام هم

هویت شدگی ها، بخواهید بیافرینید و در این تولید هم اصرار بورزید!، در این حالت، هر لحظه و دم به دم، در

زیانکاری و زیان رسانی به خود و دیگران هستید!.

این غلام دیو بودن است اما، خیلی ها این روش را غلام خدا بودن می دانند. " غلط است! "

که لفی خسرم، یعنی انسان در زیان کاری ست!، زیرا، " از تو جدا هستم! "

چرا جدا هستم؟ برای اینکه از این باشنده مفهومی که در ذهن ام ایجاد کرده ام، نمی توانم بگنم.



امروز مولانا با این غزل و قسمت هایی ساده از مثنوی، راهنمایی مان می کند که چگونه از ذهن بیرون بیاییم.

ای نشستہ تو در این خانہ پرنقش و خیال

خیز از این خانہ برو رخت ببر هیچ مگو

خانۀ پُر نقش و خیال، ذهن ماست. " شما در آنجا هشیاری جسمی دارید "

وقتی در خانۀ ذهن هستیم، هر طرفِ این خانہ را که نگاه می کنیم، عکس است.

غیر از عکس، غیر از فکر، غیر از مفهوم، چیز دیگری نمی توانیم ببینیم. بیرون رفتن از ذهن، برایمان دشوار

می شود. به همین دلیل، از نصیحت های او، از نصیحت های مولانا، از نصیحت های زندگی، گر هستیم.

ما سخنان بزرگان را نمی شنویم، تفسیر می کنیم.

همینکه به حرف در آییم و چیزی بگوییم، در حالِ بافتنیم.

ما ادعای بت شکنی می کنیم در حالیکه با گفتن، بت را می سازیم، می بافیم.

شما نمی توانید هر لحظه با قضاوت و گفتار، بت بسازید و ببافید.

از ذهن تان فکرها می گذرند و شما از حرکت فکرها، هویت می گیرید. همان هویتی که الآن می گیرید و می

سازید، بت است و شما بُت گرید.

نمی توانید اینکار را ادامه دهید و بعداً " هم بگویید: ,, من بُت شکنم ,,!.

بت بیرون نیست. بت اصلی در درونِ منِ ذهنی ست. ما از طریقِ منِ ذهنی، تمام چیزهایی را که به ذهن برده و

به آنها وصل شده ایم، می پرستیم.

" اگر به آن چیزهایی که چسبیده اید، حتی به قسمتی از آنها آسیبی برسد، جیغ تان در می آید و واکنش نشان می

دهید، پس همه آن وابستگی ها را می پرستید "

رویداد این لحظه برای شما مهم است. چرا؟ زیرا به یکی از آن قسمت های وابستگی شما اثر می گذارد!

رویدادی این لحظه، روی یکی از دلبستگی یا وابستگی های شما اثر می گذارد، آیا می توانید چیزی نگوید و

تسلیم باشید؟

این لحظه، یک محتوا و یک اتفاق دارد و یکی هم فضای این لحظه ست.

شما فضا هستید، اتفاق نیستید. می توانید این مورد را فهم کنید، ببینید و بپذیرید؟

اگر شما بخواهید از جنس اتفاق باشید، در اینصورت ادعای بت شکنی می کنید، در حالیکه بت ساز هستید.

به شعرمان برمی گردیم. پس:

ما غیر قمر را می شناسیم.

بمحض اینکه به غیر قمر مشغول می شویم، همین شناخت و شناسایی که " من الآن به غیر قمر مشغولم "، کافیست

تا شما را از غیر قمر جدا کند.

ما نمی توانیم از منِ ذهنی، یکدفعه بیرون بپریم. الآن، با یکدیگر فکر رد و بدل می کنیم. اما موقعی می رسد که

می گوییم: " فهمیدم ". من باید غلام زندگی باشم.





گفتن و به زبان آوردن اینکه: من باید غلامِ زندگی باشم، نباید غلامِ غیرِ قمر باشم، آدم نباید هیچی بگوید، و ... فکر است.

اما بین فهمیدن این فکرها، تا تبدیل شدن به غلامِ غیرِ قمر و حقیقتاً "به من ی که فرم ندارد و از جنس بی فرمی و در خدمتِ زندگی ست و غیرِ قمر را می بیند و قاطی داده های ذهنی نمی شود، فاصله هست. وقتی متوجه شویم که بین ما بعنوان هشیاری و غیرِ قمر و توهم، فاصله وجود دارد و ما از جنسِ غیرِ قمر و توهم نیستیم، در حالِ شکستن دیوارهایِ منِ ذهنی هستیم.

وقتی متوجه شدم: هیچی نباید بگویم، با گفتن می باقم، پس ساکت می مانم. خاموش می مانم. " نمی خواهیم این شناسایی ها فقط در حدِ فکر باشد "

مثلاً " چرا می گوییم: زمان غیرِ قمر است، زمان جزوِ ذهن است؟

زیرا، زمان یعنی گذشته و آینده. مفهوم گذشته و آینده فکر است. آیا شما تا بحال توانسته اید در این لحظه باشید و گذشته را تجربه کنید؟ آینده را هم عملاً " تجربه کنید؟

مفهوم گذشته و آینده فکر است، ابزارِ باشنده ای بنا می ذهنی، که آن هم از فکر ساخته شده.

هر دو غیرِ قمر و مجازی ست. شما اینها را می شناسید. این شناسایی به شما کمک می کند که از جنسِ مجاز نباشید. وقتی مجازی بودنِ گذشته و آینده را می بینید و به زندگی این لحظه، براسستی و حقیقی، قائم به ذات، زنده می شوید، زندگی در تمام ذراتِ وجودِ شما به ارتعاش در می آید. آرام می شوید.

اتفاقی که می افتد شما را از جا نمی کند. اتفاق را می بینید و می دانید که از جنسِ اتفاق نیستید. اتفاقات شما را از جا نمی کنند.

حال، اتفاق دیگری هم می افتد: شما دیگر غیر از سخنِ شمع و شکر، سخنِ نور و روشنایی و خرد و سلامتی و خلایق و شادی و زیبایی نمی گوید.

غیر از اینکه این لحظه زندگی از طریق شما، شیرینی و خردش را بیان کند، نمی پذیرید و شما این روشنایی را می شناسید.

همینکه این روشنایی می خواهد به موردی مجازی تبدیل شود، شما آن را دنبال نمی کنید.

چه چیزهایی شما را تحریک می کنند؟ جهانِ مجاز. جهانِ بیرون.

جهانِ بیرون به شما می گوید:

.. حرفی را که به شما می زنم، حرفی که به شما زده می شود، باید باعث ناراحت کردن شما شود، باید به شما بر بخورد!. چرا به شما بر نمی خورد؟ مگر غیرت ندارید!؟، شما باید عکس العمل نشان دهید، از شخصیت خود دفاع کنید، .. این اتومبیل را بخريد تا فردیت خود را ثابت کنید، این اتومبیل را افراد متشخص و سطح بالا سوار می شوند، پوشیدن این لباس، تشخص شما را نشان می دهد ..، ..

شما دیگر قبول نمی کنید، به آگهی ها دیگر توجه نمی کنید.

وسایل ارتباط جمعی را که می خواهد شما را هدایت کند، دنبال نمی کنید، چون: " بیدار شده اید "



وسایل ارتباط جمعی به شما می گویند:

„ بیایید عقاید مجازی ما را بخرید ..

بعضی از وسائل ارتباط جمعی، رویدادهای منفی را می فروشند، سخن رنج می فروشند.

شما می دانید: الآن بعضی از ما از جنس درد، رنج، هم هویت شدگی و ناله و از جنس شکایت شده ایم. ما خریدار و پخش کننده خبرهای بد هستیم، چون آنها را دنبال می کنیم و از همان جنس هم شده ایم.

پول می دهیم، به سینما می رویم، فیلمی را نگاه می کنیم که جنگ را شکوهمند نشان می دهد! عده ای، تعداد دیگری را می زنند، می کُشند، نابود می کنند و ما هم تماشا می کنیم و لذت می بریم! به دست هایی که به مخلوق خدا صدمه می رساند افسوس نمی خوریم! مرض داریم!.

فرض کنید از کره ای دیگر، باشنده گانی به اینجا بیایند و ما را ببینند، تعجب نمی کنند، نمی گویند که اینها چه موجوداتی هستند که سخت کار می کنند، به سینما می روند و فیلم عده ای از هم جنسان خود را می بینند که عده - دیگری را می کُشند و اینها هم نشسته و تماشا می کنند!؟!

هر روز عصر عده ای منتظر می شوند و وقت گرانبهاتر از طلای خودشان را صرف می کنند تا ببینند کجا؟ کی؟ مُرده! منتظر شنیدن اخبار می شوند، اگر نشوند، نگران می شوند! پس از آن جنس می شوند.

اصلاً این غزل هم در این رابطه هاست. ما از جنس توهم شده ایم. در حالیکه ما از آن جنس نیستیم. ما از جنس آرامش، زیبایی، شکر و عشق، از جنس زندگی هستیم. چرا ما فردا" و جمعا" ستیزه، و بالاتر از آن، جنگ را خوب و برکت!، می دانیم، به آن شکوه و جلال می دهیم!؟! برای اینکه خرده شیشه داریم، اشکال داریم.

اشکال مان را مولانا نشان می دهد. امروز به شما می گوید:

شما سخن گنج را بگو. سخن شمع و شکر و زیبایی و عشق و خلق برکت بر روی زمین را بگو، از سامان بخشی بگو زیرا زندگی از جنس شمع و شکر است. زندگی از جنس جنگ نیست. زندگی از جنس ستیزه نیست. هر کسی که ناله می کند، عزا می گیرد، غم و درد را اصل می گیرد، از جنس غیر قمر و مجازی ست. ما الآن به مجاز بیدار می شویم: درد و رنج و ستیزه، جزو زندگی ما نیستند. اشتباه بوده که این اقلام را به زندگی مان اضافه کرده ایم.

**سخن رنج مگو جز سخن گنج مگو**

**ور از این بی خبری رنج مبر هیچ مگو**

ما از جنس انتقاد، از جنس عیجوبی و عیب یابی و عیجوبی هستیم و این غیر قمر، غیر خدا و غیر توست. این غیر به ما غالب شده، حال، بیدار می شویم.

تو از درد نگو.

تو از این بی خبری؟ به خودت زحمت نده، هیچی نگو.



چرا به خودت زحمت ندهی؟ برای اینکه: اگر غلام قمر نباشی، غیر از سخن شمع و شکر و غیر از سخن گنج بگویی، زحمت می کشی، کاری می کنی ولی جز درد تولید نمی کنی!، پس، چرا زحمت می کنی!.

" شما حاضرید سخت زحمت بکشید ولی نتیجه نگیرید! "

موقعی که من توهمی و انمود می کند توست و تو می پذیری و به درد کشیدن و به ایجاد درد تن می دهی، موقعی که رنجش ات را تقویت می کنی بدوشش می کنی و نمی اندازی، موقعی که قهر را حق خود می دانی و دشمنی می ورزی و ستیزه می کنی، موقعی که می خواهی برتر باشی، ... غلام قمر نیستی. اینها مشخصه و معیارهای من ذهنی ست.

باید از آنها پرهیز کنی.

شما قلم و کاغذی بردارید و ببینید در شما؟ چه چیزی غیر قمر است؟ آنها را شناسایی کنید.

اساساً " قیل از اینکه ما یاد بگیریم که کارهایی را انجام دهیم، باید یاد بگیریم کارهایی را انجام ندهیم. یکی از آنها همین فعالیت ذهنی و حرف زدن است. حرف نزدن باید کاربرد عملی داشته باشد.

مثلاً " وقتی دو انسانی که با هم قهرند و می خواهند آشتی کنند، دست دادند یا یکدیگر را موقع آشتی بوسیدند، دیگر نباید به عقب برگردند:

،، حالا اجازه بده بگویم چکار کردید!، خیلی ظلم کردید، آیا آن کارهایی را که انجام دادید ... آن حرف هایی که پشت سرم زدید ... ، و ... ، ... ، ...

دوباره می بافید و به دردها قوام می بخشید.

" نگو. هر چه که می گوئید، می بافید! "

اگر شما می خواهید عشق بورزید، سالم باشید، پس، از موضع من ذهنی به کار و به بیان حقایق، نپردازید.

در این دو سطر دیوان شمس، از غزل شماره ۴۵۱ که برایتان می خوانم، مولانا تأکید می کند که اگر شما به اصل خود، به زندگی پیوند خورده اید، نقشی را که از بالا، از آنطرف الهام گرفته و در زمین خلق و ایفا می کنید، مبارک است.

### مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۵۱

نقشی که رنگ بست از این خاک بی وفاست

نقشی که رنگ بست ز بالا مبارکست

هر دل که با هوای تو امشب شود حریف

او را یقین بدان تو که فردا مبارکست

بفزا شراب خامش و ما را خموش کن

کاندر درون نهفتن اشیاء مبارکست

نقشی که بوسیله من ذهنی ساخته می شود، بی وفاست. البته نقش ها همه بی وفا هستند.

مولانا می خواهد بگوید که چه نقشی در این جهان برکت دار و شادی زاست. (مثل این غزل).



بعنوان مثال وقتی شما بچه تان را پرورش می دهید، آیا هر لحظه به او عشق می ورزید؟ یا انرژی تخریب کننده من ذهنی را به او القاء می کنید؟

اگر فضای خانوادگی به بحث و جدل و ستیزه آلوده باشد، زن و شوهر با هم در مقایسه و رقابت و جنگ قدرت بسر ببرند، انرژی مخرب خانواده روی همه اثر می گذارد.

لحظه را مسموم و آلوده می کند و در این میان بچه ای که رشد می کند و پرورش می یابد، بی وفا می شود. ما درد و بی وفایی را به بچه ها و به دیگران یاد می دهیم.

ولی وقتی انرژی زندگی از بالا جریان دارد و از شما عبور و بیان می شود، مبارک است.

مبارک، مثل قدم خضر. زندگی از طریق شما عبور و سیلان دارد، هر جا قدم می گذارید مبارک است و اتفاق های خوب می افتد. شر نمی تواند اتفاق بیفتد.

خیر از آنطرف می آید. اگر شما در شب این جهان، در ذهن هستید و میل دارید از ذهن خارج و با خدا همنشین شوید، فردا، روز است و برای شما مبارک.

این لحظه عشق بکارید، فردا روییدن گل ها و محصولاتش را ببینید.

چرا یک نفر همیشه شاد است؟ برای اینکه لحظه به لحظه، تخم گل شادی می کارد. به هر کس که می رسد، در وجود همسر و فرزند و دوست و مردم، تخم گل آرامش، تخم شادی می کارد. شادی می پراکند.

کسی هم که با من ذهنی اش فکر و عمل می کند، تخم پوک می کارد و هیچ محصولی جز درد برداشت نخواهد کرد.

**بفزا شراب خاموش و ما را خاموش کن**، آیا ممکن است در حالیکه در این جهان هستیم، خاموش باشیم؟ ما را خدا خاموش کند؟

شراب خاموشی، همین شراب زنده کننده ست و امروز مولانا به ما می گوید: **هیچ مگو**.

اگر شما می خواهید تغییری در جهان بوجود آورید، وضعیت های این جهانی، باید در شما جا شود و این همان مصداق فضا داری ست. ماه شب چهارده، فضا دار است.

شما می خواهید خودتان را امتحان کنید، از این لحظه به بعد، لحظه به لحظه خودتان را زیر ذره بین قرار دهید ببینید آیا برای رویدادها فضا باز می کنید یا نه؟

وقتی در درون فضا باز می کنید، هر وضعیتی را که به درون می آورید، چون، به درون فضا دار شما وارد شده، و الآن بوسیله فضا داری شما محاصره شده، غیر از خرد زندگی به این فضا نمی ریزد.

فضا داری شما یعنی اتحاد شما با زندگی و اتحاد و وحدت شما با زندگی همان عشق است.

عشق چیز دیگری جز بیرون آمدن شما از محدوده و حصار ذهن، جز پیوند با فضای یکتایی این لحظه، نیست!

از کجا می فهمیم که در وحدت با زندگی هستیم؟



از آنجا که همه وابستگی ها و دردها را می اندازیم، هر اتفاقی می افتد، برای آن اتفاق، در درون خود، فضا باز می کنیم. فضا دار می شویم. همه چیز را، همه باورها، همه ادیان، همه آدم ها با باورهای شخصی شان را در خود جا می دهیم.

شما کاری ندارید، فقط فضا باز می کنید.

هر سطری را مولانا، به هیچی نگو، ختم می کند. چون با گفتن، فضا را می بندید.

اولین قضاوت شما، مقاومت شما، شکوه و ایراد شما، رنجش و واکنش شما، فضا را می بندد. فضا بسته شود، شما کاری نمی توانید انجام دهید.

چیزی که می خواهیم یاد بگیریم این است که:

ما الآن ممکن است در وضعیتی باشیم که در ذهن و با من ذهنی مان زندگی کنیم، در این حالت، باید خویشتن داری مان را حفظ کنیم، ساکت باشیم، چیزی نگویم و از خدا هم بخواهیم که شراب خاموشی را به ما عطا کند: " من حرف نمی زنم، فضا را باز می کنم، اتفاق این لحظه را می پذیرم، واکنش های شرطی شده و انبار شده در ذهن را، واکنش هایی را که پدر و مادر و معلم ها و دوستانم و جامعه به من القاء کرده اند، یاد داده اند، نشان نمی دهم. می دانم که از طریق این فساداری، خرد خدایی، خرد زندگی، به وضعیت من ریخته می شود ". در رابطه با اتفاقی که می افتد، شما دو راه دارید:

۱- فضا باز می کنید. اتفاق را در هر فرمی و تحت هر عنوانی، در بر می گیرید.

اگر فضا باز کنید و اتفاق را بپذیرید و قضاوت نکنید، در اینصورت از خرد زندگی استفاده می کنید و با اتفاق این لحظه رفیق شده و وضعیت را به نفع خود تمام می کنید.

۲- با الگوهایی که از قبل در ذهن دارید، به این اتفاق واکنش نشان می دهید.

به ذهن می روید و با استفاده از الگوهای کلیشه ای که در ذهن دارید به اتفاق لحظه واکنش نشان می دهید. گنج و منگ و دردمند می شوید، خودتان را گم می کنید، اضطراب شما را در بر می گیرد، غم و غصه های قبلی نیز فعال می شوند، کاری نمی توانید انجام دهید، فضا را می بندید، ستیزه می کنید.

هر قهر و ستیزه ای گر چه ظاهرا " واکنش به اتفاق این لحظه ست ولی قهر و ستیز با زندگی هم هست! برای اینکه این لحظه زندگی ست ولی کلاه و قیافه آن اتفاق آن است.

شما با قیافه اتفاق بجنگید، به این معنی ست که با خود زندگی می جنگید. " اینکار را نکنید ".

**دوش دیوانه شدم عشق مرا دید و بگفت**

**آمدم نعره مزن جامه مدر هیچ مگو**

ما انسان ها بطور دستجمعی، طی نسل ها و هزاران سال دیوانه شده ایم. به این معنی که در ذهن جنون داریم.

در ذهن، هشیاری جسمی داریم. هشیاری جسمی، فقط جسم را می شناسد، فکر را که جسم است، می شناسد.

بنابراین، به سوی فکری و از آن به سوی فکری دیگر و فکری دیگر و فکری دیگر و ... می رود.

گیر افتادن در تسلسل فکرها، ما را در ذهن زندانی می کند. انسان ها دستجمعی اینکار را کرده اند.



پس برای من، بصورت فردی و برای بقیه انسان ها هم همگی، دستجمعی، دوش، شب بوده. (هزاران سال شب بوده)، برای شما هم از ابتدای زندگی تا به امروز اگر بیدار نشده اید، شب بوده. بشر، در طول تاریخ، همواره و تا بحال، بطور دستجمعی، در ستیزه و جنگ و یا در حال آماده شدن برای جنگ بوده. الآن هم تقریباً به همین صورت است!

هنوز آن دیوانگی مورد بازبینی عموم قرار نگرفته. انسان هایی مثل مولانا، قاطی تئاتر اوقات تلخی بشری نشده اند. مولانا خودش در زمان حمله مغول می زیسته، جنگ و ستیز و اوقات تلخی عمومی آن ناحیه را در بر گرفته بوده، اما مولانا قاطی آن وضعیت و اتفاقات نشده بوده.

اما چرا مولانا قاطی آن شرایط و اوضاع نشده؟

در حالیکه بعضی از شعرا، با کلام و قلم خود ستیزه می کنند.

بعنوان من ذهنی اینطور می فهمیم: ,, اگر من ایراد و ستیزه را به شعر در بیاورم، به هدف زده ام ,,!.

" اینطور نیست "

تشریح یک وضعیت بد، انتقاد از یک وضعیت بد، اوضاع را بدتر می کند.

عیب ها را گفتن، عیب ها را زیاد می کند. ما باید متوجه و فهم این موضوع باشیم که وقتی شما به ذهن می روید، ذهن، عیب ها و وضعیت ها و نقص - ها را نشان می دهد و با آنها ستیزه می کند، این جدل و ستیزه هم بعضی موقع ها بصورت دستجمعی صورت می گیرد، مثلاً "انقلاب می کند و جنگ راه می اندازد. تا بحال از هیچ جنگی، هیچ نتیجه مثبتی گرفته نشده.

حالا اگر شما سرخ مطلب را گم کنید، به ذهن می روید و وضعیت را می بینید و می خواهید، با شعر و با زبان سلیس، اوضاع بد را پر و بال داده و با دراماتیزه کردن اوضاع، وضعیت را تشریح کنید. در حالیکه اگر بیدار شویم، متوجه می شویم: ما باشنده ای هستیم که زندگی می تواند از طریق ما انرژی و لطافت و عشق و خرد ایزدی را به بیرون کانالیزه کند. موقعی هم هست که مانند مولانا بیدار می شویم.

مولانا، با اینهمه قدرت بیانی که داشته اما به سرودن یک غزل در نکوهش مغولان، تن در نداده. وقتش را تلف نکرده.

می گوید: الآن، خیر و برکت زندگی از من عبور می کند، من نمی توانم به وضعیت ها بپردازم و با آنها ستیزه کنم!.

الآن اگر شاعری، تمام توان و وقت خود را در تشریح وضعیت و بدی اوضاع، بکار برد، خوب است؟ نه. انرژی خود را تلف می کند!

ولی عشق شما را دیده و امروز مولانا گفت: پیراهنت را پاره مکن، جیغ و نعره مزین، عکس العمل نشان مده، سخن رنج مگو. جز سخن گنج مگو.



آیا ما می‌گوییم وضعیت‌ها درست‌اند؟ وضعیت‌ها نباید عوض بشوند؟ حتماً باید عوض بشوند. ولی من سوالم این است: وضعیت را چه عوض می‌کند؟ بدی و خرابی وضع را تشریح کردن؟ یا موازی شدن مان با آهنگ و برکت زندگی؟

جواب، برکت زندگی ست.

امروز مولانا به ما گفت: دوش دیوانه شدم. انسان در زندگی شخصی اش دیوانه می‌شود، مرض جنون، مرض من‌ذهنی می‌گیرد. ولی عشق به او می‌گوید:

نعره نزن، جیغ و داد نکن. پیراهنت را هم پاره نکن، من آمدم. ولی من از جنس گفتگو نیستم، هیچی نگو. گفتیم: انسان بنا به تعریف، فساداری ست و ستیزه، بستن فضاست. ستیزه یعنی: من، برای تو جا ندارم. آنقدر جا ندارم که وقتی تو را می‌بینم، از تنفر، دو دستی بر سر خود می‌زنم.

البته، این از مشخصه‌های من‌ذهنی ست که جا ندارد. فساداری و فضا‌گشایی، کار عشق، کار خداست. شما می‌خواهید بدانید که چقدر خدایی و خداگونه، چقدر شبیه اصل خودتان هستید؟ ببینید در روز، چقدر برای اشخاص و کارهایی که می‌کنند، فضا باز می‌کنید؟ چقدر می‌توانید فضا باز کنید؟ فضا را که باز می‌کنید، وضعیت‌ها به درون شما می‌آیند. مولانا می‌گوید: به اندازه‌ای که تمام کهکشان و هر چه در عالم هست، در شما جا می‌شود.!. (باورتان نمی‌شود؟).

**گفتم ای عشق من از چیز دگر می‌ترسم**

**گفت آن چیز دگر نیست دگر هیچ مگو**

یکی از اقلام غیر خدایی، غیر زندگی و غیر قمری ما، ترس است.

ترس، به این علت در ما ایجاد شده که ما خودمان را به اقلام این جهانی وابسته و دلبسته و متصل کرده ایم و چون بنا به تجربه همه چیزها از بین می‌روند، هیجانی بنام ترس در ما بوجود آمده.

همه این مقولاتی را که فکر می‌کنیم به وجود مان بسته‌اند و با آنها هم هویت شده ایم، مانند مثل پول مان، همسرمان، فرزندان مان، پدر و مادر مان، دوستان مان، مقام مان، متعلقات مان، حتی دردها مان، جزو متعلقات مان هستند و با کوچکترین تکانی که می‌خورند، می‌ترسیم. برای اینکه وانمود کرده‌اند که ما برابر با آنها هستیم و ما هم این ادعا و داده غلط را پذیرفته ایم.!.

اما الآن بیدار می‌شویم. اینها عکسی بوده که ذهن من، از من ساخته و الآن بیدار و متوجه می‌شوم که:

" من از جنس عشق، از جنس خدا، از جنس هشیاری بی‌فُرم هستم، من از جنس کل هستم و بنابراین نمی‌ترسم. کل این انباشتگی، مرا می‌ترساند. آیا اگر از ذهن بیرون بیایم، باز هم می‌ترسم؟ نه.

وقتی بیرون از ذهن هستم، می‌فهمم که من اینها نیستم، همه اینها هم از دستم برود، هنوز زندگی کامل کامل است. من به هیچ کدام از این جزئیات احتیاج ندارم که باعث شادی و آرامش ام باشند.

آیا ما این موضوع را متوجه می‌شویم؟



اگر شما می گویند: "نه، من برای شادی و آرامش ام به آنها احتیاج دارم"، پس شما نمی توانید آرامش داشته باشید. اگر شما به خاطر تعلقی، آرامش دارید، آن آرامش حتماً مصنوعی ست، اصیل و درونی نیست. هر کدام از این چیزها که از بین بروند (حتماً هم از بین خواهند رفت)، هر چیزی را که داریم، از ما بگیرند، ولی شادی و آرامش ما را که اصل ماست، نمی توانند از ما بگیرند. آن چیزی را که نمی توانند از ما بگیرند، همیشه کامل است. من (هنوز در ذهن هستم) به عشق گفتم: من از تو نمی ترسم از چیزی دیگر می ترسم. گفت: آن چیزی که از آن می ترسیدی، الآن (موقعی که از ذهن بیرون آمده باشیم) دیگر نیست. شما حتماً می توانید از ذهن بیرون بیایید. هر کسی، به دلیلی، لحظاتی از ذهن اش بیرون می آید. عشق، خدا، زندگی، گاهی اوقات با درد این مهم را به ما می فهماند. زندگی ناگهان، چیزی را که خیلی به آن افتخار می کنیم، از ما می گیرد و درست همین موقع ست خودش را به ما نشان می دهد! گاهی اوقات هم ده تعلق مان را با هم می گیرد. می خواهد خودش را آشکار کند. شما جایگزین سازی نکنید.

بعضی می گویند: "حالا که این دلبسته و مورد علاقه ام را گرفتم، این یکی را جای آن می گذارم"، نه. اینکار را نکنید. عجله نکنید. آرام باشید. به جای خالی آن، در آن خلاء، عشق با تو حرف می زند. وقتی بیدار نمی شویم، گوش دل و چشم بصیرت مان را بسته ایم، زندگی چاره ای ندارد، باید گلی یا دسته ای از گل ها باغچه زندگی مان را بچیند، چیزی یا چند چیز را با هم از ما بگیرد، تا گیج شویم و درمانی پیدا نکنیم ... ما همیشه در صدد یافتن درمان این جهانی بوده ایم: مقایسه یا جایگزینی! یعنی: "در ذهن بمان، این وابستگی ها را که فکر می کنی آنها هستی، نگهدار، بجای هر چیزی که گرفته شد، چیزی - دیگر بگذار. وصله پینه کن ..."

"همان آدم می شوید". و چون نسبت به رهنمودهای بزرگان کر بوده ایم، اینها را می گیرند! اینها را گرفتند تا بیدار شویم! حال، "وقتی چیزی را از دست می دهید، هول نشوید. چیزی نگویند. قضاوت و شکایت و ناله نکنید. نگویند به من ظلم شده. حرف نزنید. با وضعیت باشید، ببینید که از وضعیت چه پیغامی برای شما می رسد، آن پیغام را با گوش دل، بشنوید. ما استعداد شنیدنش را هم داریم".

من به گوش تو سخن های نهان خواهم گفت

سر بجنبان که بلی جز که به سر هیچ مگو

عشق به من گفت: هیچی نگو. جامه مَدَر، ناله و شکایت نکن، همینطور بمان، من به گوش تو پیام عشق و زیبایی و خرد زندگی را زمزمه و دم می زنم. اینها را که می شنوی، فقط با سرت تأیید کن. بله بگو. با سر، نه با زبان. زیرا اگر با زبان ات بله بگویی: "بله، بله، زندگی لطف کرده و به ما چیزهای خوبی داده و ما خیلی راضی هستیم"، ...





بیانگر این است که هنوز منِ ذهنی در حالِ کار و فعالیت است!

" اینها را نگوئید "، با عملِ تان جواب دهید.

گاهی اوقات وضعیت هایی برایتان رُخ می دهد که ظاهری خیلی تلخ دارد، عشق، چیزی را از شما می گیرد و در گوش تان می گوید: اینها را ول کن.

" چیزی نگو. تو در حالِ آزاد شدن هستی. سالم تر می شوی، از مخمصه ای، رهایی پیدا می کنی، عمق دار می شوی، قبلاً" سطحی بوده ای، سطحی بودن را رها می کنی ".

پس، شما اتفاق این لحظه را می پذیرید و بله می گوئید و قضاوت نمی کنید و حرف هم نمی زنید، می بینید که عشق، خدا، از طریقِ شما کار می کند. عشق، جز وحدت و جز یکتایی ما با زندگی نیست، یعنی خدا از طریق شما کار می کند.

یکی از آن چیزهایی که الان ذهن می خواهد بگوید این است که: من نمی فهمم، چطور این موضوع را بفهمم؟! برای همین است که می گوید: " اگر هم نمی فهمی اما چیزی نگو ".

معنی هیچ مگو، چیست؟ یعنی، ذهن تو سوال خواهد کرد!

### قَمری جان صفتی در ره دل پیدا شد

### در ره دل چه لطیف است سفر هیچ مگو

می خواهد از آن وصف ناشدنی توصیفی کند، وقتی ما به راه دلِ حقیقی می رویم، راه برایمان آشکار می شود. ما الان در ذهن، هشیاری جسمی داریم. یک موقعی می رسد که این هشیاری جسمی را از دست می دهیم، یعنی حاضر می شویم آن را از دست بدهیم و بی من، در وحدت با کل قرار بگیریم. تمام اتصالات به جهان بیرون قطع می شود.

بعدا" خواهد گفت: ما زیر و زبر می شویم. آرام شدن ذهن، از جنسِ زندگی شدن و تبدیل، مرگِ منِ ذهنی ست. ولی الان که در ذهن هستیم و هشیاری جسمی داریم، بنظرمان می آید که اگر هر لحظه به فکری مشغول نباشیم و اینکار با سرعتِ زیادی انجام نشود، زنده نیستیم!

زیر و زبر شدنی که صحبت آن را خواهد کرد، معنی تبدیلِ هشیاریِ ذهنی، جسمی ما به هشیاری نابی ست که تا بحال به این جهان ارائه نشده بوده. هشیاری درختی و حیوانی نیست، بُعدی ناب از هشیاری ست که زندگی برای بیان خود، برای متجلی شدن بوسیله آن، بدان نیاز دارد.

ما الان با هم قرار می گذاریم که متوجه باشیم، اگر ذهن مان آرام شد و به زندگی زنده شدیم، تعجب نکنیم.

اگر شادی زندگی شما بیشتر شود، حسِ امنیتِ بیشتری کنید، عبورِ برکتِ زندگی را که به فکرها و به اعمالِ تان می ریزد، حس کنید، وضعیت های اطرافِ تان بطور معجزه آسا رو به تغییر در جهتِ سامان گرفتن گذاشتند، شگفت زده نشوید و خودتان را گم و ناراحت نکنید.



ما وقتی در ذهن هستیم، هشیاری جسمی، دل ما شده و نحوه زندگی مان را بر اساس و گرد آن سازماندهی می کنیم. مثلاً "وقتی باورهای مان را تحقیر می کنند، از آنجا که جزو دل ما شده، احساس خواری و سرخوردگی می کنیم. مثلاً" وقتی تعریف و تمجید جزو دل ما شده، اگر تأیید نشویم، خرد می شویم. اما این دل مصنوعی ست.

وقتی از ذهن بیرون می آییم، غبار هیجانات، فریبندگی اجسام، که جلوی بصیرت ما را گرفته بودند، فروکش کرده، هشیاری زندگی، آرامش و زنده بودن، دل ما می شود و این دل حقیقی ماست. در این حالت، شادی و آرامش زندگی را نو به نو تجربه می کنیم، از گرفتن زندگی از جهان بیرون صرف نظر می کنیم، تأیید و تمجید و تعریف دیگران را نمی پسندیم، زنده به زندگی هستیم.

پس، در راه پیدا کردن دل حقیقی، دل اصلی مان، قمری (ماه شب چهارده)، جان صفتی، پیدا شد. یادمان باشد، ما نمی توانیم خدا را بوسیله ذهن توصیف کنیم. اگر کسی اینکار را بکند در همین نقطه، گیر می افتد. ذهن یک هشیاری دست دوم است. فکر وسیله خوبی برای راه انداختن امور این جهانی ست، فکر مفهوم می سازد، مثلاً "مفهوم گل، مفهوم درخت، مفهوم آدم.

از آدم یک جسم می سازد و خصوصیات بیرونی آن را به ما می شناساند. یا مثلاً "ما می دانیم درخت شاخ و برگ دارد، برگ خاصیت هایی دارد، ... اینها دانش ذهنی ست ولی همین ذهن که درخت و برگ و خاصیت آنها را می شناسد، زندگی زنده در درخت را نمی تواند حس کند ولی می تواند خاصیت های آن را بشناسد. (دقتر سوم):

داند او خاصیت هر جوهری در بیان جوهر خود چون خری

ما الان متوجه می شویم که سفر در راه دل، لطیف، خوب و قشنگ است، هیچی نگویید. بگذارید دل تان بتدریج به آن دل، تبدیل شود و این، از طریق هیچی نگفتن است.

اگر می بینید که ذهن ساکت و آرام می شود، باز چیزی نگویید. میداد، همان از دست رود.

اگر شما این لحظه آرام و از جنس زندگی شدید، لحظه بعد، محاسبه نکنید:

، این چه حالتی بود، همین را بنویسم ، ، .... " همینطور بمانید "

آن کار را ادامه دهید. این موارد را مولانا یادآوری مان می کند که یاد بگیریم و سوال نکنیم.

می داند ما اهل سوال هستیم. همه سوال دارند. اما سوال مفهوم و در رابطه با ذهن است. چیزی را که شما نمی توانید بشناسید، چرا می پرسید!.

محدوده ای بغایت کوچک و محدود، چگونه می تواند لایتنهای بی فرم و نامحدود را در قالب تصویر و جسم، بشناسد! از توضیحی که داده شود، چه می فهمید!.

" مرا با سوال بمباران می کنند: این سوال را جواب دهید، این یکی را هم، این یکی سوال را هم ... ؟. !"

سوالی نیست، شما نباید پرسید. سوال کردن، یعنی حرف زدن. سوال و جواب نداریم.



گفتم ای دل!، (وقتی ما حرف می زنیم، حتما" با دلِ ذهنی مان سرو کار داریم و حرف می زنیم). ما الآن می خواهیم از دلِ مان که ذهنِ ماست، بپرسیم:

**گفتم ای دل چه مهست این دل اشارت می کرد**

**که نه اندازه توست این بگذر هیچ مگو**

آن دلِ زندگی، به کدام ماه اشارت می کرده؟:

این چه ماه ی ست؟ (مولانا این مطلب را می گوید تا ما اینکار را نکنیم).

" این اندازه دلِ تو، اندازه دلِ ذهنی نیست، دلِ ذهنی پُر از فکر و پُر از جنس و پُر از جسم و پُر از فُرم و پُر از قضاوت و پُر از قالب های فکری ست، هر چه می بینیم در یک قالب می گذاریم! چیزی که در اندازه جا نمی شود، متعلق و در رابطه با ذهن نیست!، این اندازه تو نیست، از این بگذر ".  
توجه می کنید؟.

شما به ذهنِ تان بگویید: خواهش می کنم راجع به خدا، راجع به زندگی سوال نکن. آرام باش و حرف نزن. هیچی نگو، نپُرس، نترس.

البته ذهنِ من دار، می خواهد تبدیل به پوسته شود. این ذهنِ من دار هم چیزی می داند که ما را ول نمی کند. ولی چاره نداریم جز اینکه خودمان را ساکت کنیم و چیزی نگوییم ولو اینکه وضعیتِ فعلی مطابقِ قضاوتِ ذهنی، به ضررِ ماست، چیزی را از دست می دهیم، بلحاظِ ذهنی، وضعیت را دوست نداریم، اما هیچی نگو، مخصوصا" سوال نکن. نگو این چه ماه ی ست؟

اگر آدمی به هشیاری حضور، در آن فضای لایتناهی، زنده شود، نمی تواند چگونگی آن را توصیف کند! نپُرس. برای اینکه اگر بررسی و بخواهی تعریف کنی، همان نیست. هر چه بگویی آن نیست! اگر کسی با فضای حضور و یکتایی در ارتباط است، در هنگامه ای که این راز بر او کشف و آشکار می شود، دیگر نخواهد توانست با دست و زبان آن را توصیف و بیان کند. نمی تواند تجربه آن زندگی را بیان کند! **خموش. هیچ نپُرس.**

زبانِ حقیقی خدا، زندگی، سکوت است. تنها کلیدی که می تواند آدمی را در بازگشت به وطنِ اصلی خود هدایت کند. فقط سکوت است که می تواند منجر به آزادی روح آدمی و شکوه خداوندی شود.  
بهتر است چیزی نگویی.

آیا این چیزها را ما باید باور کنیم؟ ما نمی خواهیم فقط به فکر قناعت کنیم. ابتدای صحبتیم گفتم: همه اینها که می گوئیم، صحبت که می کنیم، فکر است، اما شعوری، یک هشیاری در شما وجود دارد، که او هم همین مطالب را می شنود و این تکرارها و تکرارها، به آرامی ترس شما را کم می کند. نترسید. نترسید و نترسانید.



شما فقط ترس و قضاوت را نگاه کنید. بدانید که این شعور، این هشیاری، پشت و پشتیبان شماست. چرا پشت شماست؟ برای اینکه خود "شماست". شما بعنوان زندگی می خواهید بوسیله " زندگی " از این ذهن بیرون کشیده شوید و متولد شوید، نترسید.

ما الآن در ذهن و پوسته هستیم که عقلش محدود است. شما نرسید چگونه می شود؟ نمی دانید. من هم نمی دانم چگونه می شود، ولی " می شود ".

مولانا، این گفتگوها را می کند و چندین مثال دقیق می زند، برای اینکه همین گیر و پیچ هاست که نمی گذارد از ذهن متولد شویم!

شما این غزل را اگر شصت، هفتاد بار بخوانید و نکات آن را در آورید و به عرایض بنده هم دقت کنید، خواهید دید که همین غزل سبب زایش شما از ذهن، سبب تبدیل شما می شود.

گفتم این روی فرشتهست عجب یا بشر است

گفت این غیر فرشتهست و بشر هیچ مگو

ما سوال می کنیم. همین من ذهنی، یا ذهن که دل ماست، از آن ماه، از آن دل، سوال می کند:

اینکه آمده؟! ... اینکه می خواهد بیاید؟! ... اینکه ...؟! ...

" اگر آمد، شما نخواهید که آن را تعریف و توصیف کنید، فقط اجازه دهید که از آن جنس، از آن قسم، از آن چیستی، بیشتر بیاید ".

شگفت زده شده ام، آیا این روی فرشته ست؟ یا بشر است؟

این هشیاری حضور، هشیاری زنده زندگی بوسیله شما، خود زندگی بصورت شما، غیر فرشته ست و بشر!.

هشیاری جسم ما و مغز ما را که بسیار بسیار پیچیده ست، ساخته که بتواند از آن طریق خود را بیان کند.

پس بنابراین، تا زمانی که ما در این جسم فیزیکی و در این جهان زنده هستیم، هشیاری از جسم ما و از مغز ما، برای بیان خودش و پخش یک نوع شعور متعالی و انرژی که اسمش انرژی حضور است، استفاده می کند. اگر ما نباشیم نمی تواند این مهم را به اجرا در آورد.

ما می خواهیم دهان و دست و پای زندگی شویم. شما اگر من نداشته باشید، باشند ای می شوید که زندگی بوسیله شما، خود را تجلی و ابراز می کند. برای همین به این جهان آمدیم.

برای مقایسه: ,, ده هزار دلار بیشتر از او دارم، خانه ما بزرگتر از خانه آنهاست، سوادش کمتر از من است، مقام بالاتر از اوست و ... ,, نیامدیم.

پس، زندگی خودش بلد است که چگونه شما را در زهدان ذهن، پخته کند، درد و غم و فکر ایجاد و شما را به آنها

متصل کند و بعد شما را از آنها کنده و با ایجاد درد - بیداری، درد - بیداری، درد - بیداری، ...

ضربه می زند که شما بیدار شوید.

با همکاری زندگی و شما که اراده ای آزاد دارید، شما از آنجا بیرون کشیده می شوید و این غیر انسان و فرشته

ست!.



هیچ چیزی در این جهان شبیه آن نیست و آن بوسیله انسان زنده، در این جهان، پا به عرصه وجود می گذارد. در این جهان هست. هیچ مگو. اگر بگویی از بین می رود.

اگر این چپستی، این کیفیت، در شما بوجود آمد، هیچی نگویید. اگر بگویید، از بین می رود. امکان این هم وجود دارد که به سراغ تان بیاید و باز ترک تان کند، سراغ تان بیاید و ترک تان کند، به امید آنکه انشاءالله دیگر نرود.

**گفتم این چپست بگو زیر و زبر خواهیم شد**

**گفت می باش چنین زیر و زبر هیچ مگو**

**گفت: من در ذهن هستم، بگو این چپست؟**

بیشتر مردم در همین کند و کاو ذهنی، گیر می افتند، بعضی می خواهند بوسیله فکر همه چیز را حل کنند و دون شأن شان است که کسی چنین رهنمودهایی بدهد. افسرده می شوند، راه زندگی را می بندند، فکر می کنند همه چیز را می شود فهمید! مولانا می گوید:

همه چیز را نمی شود فهمید. البته ما علم پزشکی، علم ریاضی، علم روانشناسی، علم گیاه شناسی و علوم دیگری داریم که خیلی خوب و معتبرند، و دانش در باره اجسام اند ولی خود زندگی را شناختن و منحنی آن را کشیدن و ... را نمی توانیم. زندگی را باید زندگی کرد.

مولانا دائم هشدار می دهد: هیچی نگو. همینکه می گویی و سوال می کنی، از آن فضا دور می شوی!.

آخر سر می گوید: هیچ نگو.

در حال زیر و رو شدن هستیم، چیزهایی که می دانستیم، از دستم می روند و نمی دانم چه کنم، زیر و زبر می شوم! ما بعنوان من ذهنی زیر و زبر می شویم، زیرا با ریشه ای کوتاه، نمی توان به عمق زندگی وصل شد. مثل گیاه هرزی که ریشه ای کوتاه دارد، باغبان زندگی با بیل آن را زیر و رو می کند تا ریشه آن بالا بیاید و سر آن به زیر زمین فرو رود و خشک شود.

" آخر من بفهمم کی؟ هستم! خودم را بشناسم! من این پوسته که تا بحال فکر می کردم هستم، نیستم! "

**گفت می باش چنین زیر و زبر هیچ مگو.**

اگر شما می بینید که زیر و رو می شوید، هشیاری تان در حال تبدیل شدن است (زیر و رو شدن یعنی تبدیل شدن هشیاری)، هیچ مگویید. بتدریج تبدیل می شوید.

خیلی از دوستان که این برنامه را دنبال می کنند، متوجه شده اند که اتفاقات قدیمی، آنها زیر و رو نمی کند، چون نسبت به قبل متحول و زیر و رو شده اند.

می دانند که از جنس اتفاق نیستند.

ما متوجه می شویم که دعوا نمی کنیم، میل به اوقات تلخی نداریم، در حالت عادی زن و شوهر فکر می کنند که

اگر دعوا نکنند، یعنی همدیگر را دوست ندارند، چون من ذهنی می پرسد: من از کجا بفهمم که زنده ام؟

بنابراین مقوله ای شبه زندگی، بنام واکنش می سازند!

واکنش ما، شبه زندگی است. زندگی نیست. چون ما زندگی را نمی شناسیم، شبه زندگی را بجای زندگی گذاشته ایم.



اگر دعوا و قهر نکنیم نمی فهمیم زنده ایم!

اگر ما در عشق با جهان برخورد کنیم: با عشق به محل کارمان می رویم، با عشق خانه می رویم، با عشق برای خرید به مغازه می رویم و جانانه، با نگاه خدایی با مغازه دار برخورد می کنیم، با عشق در خیابان راه می رویم. به همین ترتیب، در عشق و لطافت، در همه جا و به همه جا با دید و رفتار خدایی، نگاه و برخورد می کنیم. من ذهنی تحمل این نوع برخورد را ندارد.

من ذهنی می پرسد: من از کجا بفهمم اولاً " برترم؟ اگر برتر نباشم از کجا بفهمم که اصلاً" وجود دارم؟

اگر دعوا نکنم، از کجا بفهمم که هستم؟

" راست می گوید ". از کجا بفهمد!، برای همین است که دعوا می کند.

قهر، پوسته بیرونی ذهن را سفت می کند. قهر، یعنی من، جدا از تو هستم، هر چه جدا تر، پس بیشتر هستم. قهر یعنی من با تو فرق دارم. بیشتر انسان ها با نزدیکترین شان قهر می کنند. این از من ذهنی ست.

من ذهنی راههای عوضی، برای احساس زندگی دارد ولی دائم شعار بیجا می دهد:

،، من آرامش را دوست دارم، شادی را دوست دارم، می خواهم در جهان خلاقیت بکار برم، می خواهم برکت

زندگی را در جهان بیافشانم، خداپرستم ،،، ...

درحالیکه نمی تواند آرامش را تحمل کند. اصلاً" وجود من ذهنی برای این است که نمی تواند آرامش را تحمل کند.

عکس العمل و اوقات تلخی و قهر، که برای تثبیت وجود بر اثر جدایی ست، راه زندگی نیست.

شما به زندگی خودتان نگاه کنید، تجربه گذشته را یادتان بیاورید، ببینید اینطور بوده یا نه؟

مگر اینکه کسی در فازهای مختلف خودش اینها را یاد گرفته باشد و الآن خودش پخته شده باشد. فردی شصت

ساله، هفتاد ساله که به فراوانی، این موضوعات را دیده، همینکه این مطالب را (از مولانا) بخواند، متوجه می شود

که شبیه زندگی کرده، زندگی نکرده.

بنابراین اگر شما حالت زیر و زبر شدن را حس می کنید، هیچ مقاومت نکنید.

ای نشسته تو در این خانه پرنقش و خیال

خیز از این خانه برو رخت ببر هیچ مگو

در ابتدا هم گفتیم و مرتب تکرار می کنیم:

خانه پر نقش و خیال، ذهن است.

هشیاری که از جنس وحدت است، همینکه به این جهان می آید وارد ذهن می شود، برای اینکه جدایی را بشناسد و

برای اینکه بتواند در این جهان به زندگی ادامه دهد، به قالب فرم می رود.

اگر ذهن نباشد ما نمی توانیم این بدن را نگه داریم و هشیاری نمی تواند از این مغز و بدن، برای تجلی و بیان خود

استفاده کند.

وقتی شما از ذهن بیرون آمده و به هشیاری حضور زنده می شوید، برای شما فقط شادی ست که معنی دارد. برای

اینکه زندگی جز شادی، چیز دیگری نیست.



شما ممکن است بپرسید: اینهمه عزا و غصه خوردن و اینهمه به سرمان می زنیم و ناله می کنیم، از کجا آمده؟! از آنجا که ما بیش از حد در این ذهن مانده ایم.

وقتی وارد ذهن می شویم، پس از مدتی با انواع دردها درگیر می شویم، معنی درد این است که از اینجا بیرون برو!.

مولانا، می گوید: ای نشسته تو در این خانه پُر نقش و خیال، ...

چه کسانی نشسته اند؟ شما نشسته اید؟

بلند شوید و بیرون بروید.

خانه پُر نقش و خیال، ذهن پُر از فکر است، نقش هم، صورت است. پس ذهن، هشیاری محصور در ذهن که ما باشیم، فقط عکس ها و نقش ها و جسم ها و فکرها را می بیند. الگوهای ذهنی را می شناسد. الگوهای ذهنی را به خود مربوط و با آنها هم هویت می شود. اگر شما با باورهایی هم هویت اید، شما اگر باورهایی دارید که می گویند: اینها حقیقت است و غیر از اینها حقیقتی نیست، شما در ذهن هستید.

حقیقت در باور نمی گنجد. اگر می گنجید که ما بوسیله ذهن و باور می توانستیم خدا را بشناسیم، پس چرا می

گوییم: هیچ مگو!.

اگر ما می توانستیم بوسیله ذهن و باور خدا را بشناسیم که می گفت: بگو. خوب می گویی، بگو.

البته قبلاً" مولانا به ما گفت: وقتی با آن عدم، آن عدن و انبار و آن بهشت، متصل شدی، بگو و از خالی شدن ترس نداشته باش. ولی تا زمانی که در ذهن هستی، ساکت باش.

اگر از ذهن بیرون آمده ای، بگو. اما اگر هنوز در ذهن هستی، ساکت باش. قبلاً" تأکید کرده و من هم چند بار تکرار کردم.

پس، خیز از این خانه برو. رخت بپَر، یعنی بطور کامل وسایلی را جمع کن و از این خانه برو. نقل مکان کن.

هیچی هم نگو، برای اینکه اگر بگویی، می مانی: چرا بروم؟ پس این فکرها و باورها چه می شود؟ اگر از اینجا

بروم، دوستانم را از دست می دهم، فامیل ام را از دست می دهم!.

" هیچی از دست نمی دهی. از اینجا بیرون برو "

شما به حرف زندگی، به ندای زندگی گوش و دل و دیده بده. زندگی می سراید، تو هیچی نگو، از این ذهن بیرون

برو.

آیا شما، گوش می کنید؟ یا نه؟ بستگی به شما دارد.

اگر شما هنوز به درد کشیدن و عذاب و گرفتاری و غم و قهر و اضطراب بیشتر احتیاج دارید، که به خرابکاری

تان در این جهان ادامه دهید، پس بمانید.

ولی برای چه می خواهید اینکارها را بکنید؟ شما نمی خواهید با چند سالی را هم که مانده، جهان را آبادان کنید؟!.

ما معمولاً" تا چهل، پنجاه سالگی متوجه این موضوعات نمی شویم. برای اینکه جهان عشقی وجود ندارد، همکاری

نیست، جهان بر اساس رقابت و مقایسه و حرص بنا شده و به ما هم همین الگوها را منتقل کرده و یاد داده اند:



، تو باید به هر قیمتی شده از آن یکی جلو بیفتی ،،  
ایکاش در ده سالگی متوجه و بیدار می شدیم! ولی ما امروز می فهمیم که باید از این اتاق بیرون برویم.

\*

مطلبی هم از مثنوی برایتان می خوانم که به فهم این مطلب کمک می کند: ذهن پر از تصویر است.

الله زان دز ذات الصور

دور باشید و بترسید از خطر

رو و پشت برجهاش و سقف و پست

جمله تمثال و نگار و صورتست

همچو آن حجره زلیخا پر صور

تا کند یوسف بناکامش نظر

در دفتر ششم، مولانا از بُرجی تعریف می کند که اسمش: هُش رُبا یا هوش رُباست.  
هوش به معنی شعورِ زندگی و رُبا یعنی رُبودن، دزدیدن است. اگر درون این قلعه هوش رُبا که همین ذهن است، بروی، هوش ات ربوده می شود، برای اینکه وقتی به آنجا رفتی، هشیاری جسمی پیدا می کنی و فقط جسم می بینی، طلسم می شوی.

الله الله، مواظب باش، اینکار را نکنی. اگر فهمیدی که در ذهن، در قلعه هُش رُبا هستی، باید بیرون بپری! آن دژی ست که ذاتش از صورت است. از آن دور باشید و از خطر بترسید.  
پادشاه، خدا، به ما، فرزندان، نصیحت می کند: از این ذهن دور باشید، برای اینکه رو و پشت و سقف و کف اش همه از جنس صورت و فکر و نقش است. (مولانا هم به چهار عنصر تشکیل دهنده بدن، و پنج حواس جسمی و شش جفتی که در آن زندگی جسمی می کنیم، اشاره ها کرده) یعنی ما در ذهن جز نقش و فکر و فرم و خیال، هیچ چیز دیگری نمی توانیم ببینیم. بعد هم تمثیلِ اتاقِ زلیخا را می زند. زلیخا سَمبُلِ منِ ذهنی، یوسف سَمبُلِ زیبایی، عشق، سَمبُلِ هر چیزِ نیک در ماست.

زلیخا، می خواست به طریقی نامشروع (از نظر زندگی) یوسف را داشته باشد. یوسف تن در نمی داد.  
یوسف باید از اتاق و از این چاه بیرون می آمد، زلیخا دربِ اتاقی را که همه جا عکس خود را زده، بسته بود.  
یوسف به هر طرف که نگاه می انداخت، عکس زلیخا را می دید.  
ما هم در ذهن، به هر طرف که نگاه می کنیم، شما هم الآن هر فکری که می کنید، به یک جنبه ای از زلیخا - نظر می اندازید.

این زلیخا هم از شما ناکام است برای اینکه اصلِ شما، ما، بعنوان هشیاری حضور، می دانیم که زلیخا، منِ ذهنی، می خواهد نامشروع از ما استفاده کند و ما را در محفظه محدود و کوچک خود نگه دارد، ما با ماهیتی گسترده و عمیق و آزاد، نمی خواهیم این اجازه را به او بدهیم ولی زلیخا مسلط است.

زلیخا درب را بسته، قفل کرده و حکمرانی می کند و شما، یوسف، گرفتارِ اغواگری هایِ منِ ذهنی!.





فعلا" ما در ذهن هستیم و من ذهنی سلطنت می کند: برنج (می رنجید)، خشمگین شو (خشمگین می شوی)، بترس (می ترسید)، همینجا باش (چشم. می مانید).

شما الآن هر فکری می کنید، یا به هر طرف که نگاه می کنید، جنبه ای، صورت خاصی از زلیخا را می بینید. چرا زلیخا اینکار را کرده؟ برای اینکه تا بحال از شما ناکام بوده، برای اینکه بالاخره شما را وادار به تسلیم کند، بپذیرید که اصلا" زلیخا هستید! زلیخا را در آغوش بگیرید. هم هویت شدگی ها با جهان بیرون، از ما توجه می خواهند، ما را رها نمی کنند و تشنه توجه ما هستند، وضعیت های خواستنی، تمایل به دست آوردن ها، دوستان و زلیخاها... هر یک گوشه ای از دامن هشیاری ما را می کشند. " ولی ذات شما ایجاب نمی کند که با زلیخاها یکی شوید. بنابراین، عرصه دردناکی است. درب را بسته و توجه به خودش را طلب می کند و یوسف رد می کند. درد ایجاد شده. زلیخا رها نمی کند، شما درد می کشید ".  
ما چنین وضعیتی داریم. مولانا مثال می زند:

همچو آن حجره زلیخا پر صور

تا کند یوسف پناکامش نظر

کسانی که می خواهند این مطالب را بخوانند، به مثنوی دفتر ششم سطر ۳۶۳۵ مراجعه کنند.  
این قصه را قبلا" خواندیم.

فقط این را بفهمیم: اتاقی وجود دارد بنام ذهن، ما بعنوان هشیاری آنجا هستیم. من ذهنی درب را بسته و می گوید: تو باید با من باشی، بیرون نروی، درب را قفل کرده ام. ولی درب بطور معجزه آسا باز می شود. زندگی هم دنبال یوسف است که او را از اتاقی که زلیخا زندانی اش کرده، بیرون بکشد. بالاخره هم او را بیرون می کشند.

زلیخا کاره ای نیست. زلیخا کور و پوسته می شود.  
من ذهنی بالاخره دست از سر ما بر می دارد.

گفتم ای دل پدری کن نه که این وصف خداست

گفت این هست ولی جان پدر هیچ مگو

من گفتم:

" ای دل، تو پدری کن، چیزی به ما یاد بده، تو پدر ما هستی، آیا این وصف، این قمر، این جان صفت و اصل ما و این وحدت ما با خدا؟!، این خود خدا نیست؟!".

گفت: این هست، ولی تو را به جان پدر، یا جان من، هیچی نگو. اگر بگویی دوباره به آنجا می روی!.

یوسف از اتاق زلیخا، با سکوت می تواند بیرون بیاید، با حرف، بیشتر آلوده زلیخا می شود.

بهترین کار این است که یوسف در اتاق، اصلا" جواب زلیخا را ندهد. زلیخا هر چه می خواهد حرف بزند.

یوسف ساکت بماند. اگر ساکت بماند، بطور معجزه آسا، از آن درب آهنین، بیرون می آید.



شما هم به قَمَری، جان صفتی، که همان هشیاری حضور است، زنده هستید و بیشتر زنده خواهید شد و در اینصورت، جان پدر، حرف زدن را کنار بگذارید. اجازه دهید زندگی از طریق شما خود را بیان کند، شما دیگر حرف نزنید. هر کسی در هر مرحله ای که هست اگر کمتر حرف بزند، بیشتر سکوت کند، بیشتر به جنس و به چیستی خودش می تواند پی ببرد و بیشتر از جنس ذات و فطرت خودش می شود. هر چه بیشتر حرف بزند، از جنس زلیخا، از جنس من ذهنی می شود.

\*