



بربین این فتح ز استفتاح تا کی؟  
 ز ساقی مست شو، زین راح تا کی؟  
 مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۶۵۴

قصه بط بچگان کی مرغ خانگی پروردشان  
 مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۶۶

**برنامه ۵۰۸**

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۶۵۴

ببین این فتح ز استفتاح تا کی؟  
ز ساقی مست شو، زین راح تا کی؟  
در این آقداح صورت راح جانی است  
نظاره صورت آقداح تا کی؟  
چو مرغابی ز خود برساز کشتی  
صداع کشتی و ملاح تا کی؟  
تو سبّاحی و از سبّاح زادی  
فسانه و باد هر سبّاح تا کی؟  
نَفَخْتُ<sup>(۱)</sup> فیه جان بخشی است هر صبح  
فراق فالقُ الاصبّاح<sup>(۲)</sup> تا کی؟  
چو جان بالغان لوحی است محفوظ  
مثال کودکان ز ألواح تا کی؟  
چو فرموده‌ست رزقت<sup>(۳)</sup> ز آسمان است  
زمین شوریدن ای قلاح تا کی؟  
از آن باغ است این سیب ز نخدان  
قناعت بر یکی نُفّاح تا کی؟  
جراحت راست دارو حُسنِ یوسف  
دوا جستن ز هر جراح تا کی؟  
ز هر جزوت چو مطرب می‌توان ساخت  
ز چشمت ساختن نّواح تا کی؟  
چو نفسِ واحدیم<sup>(۴)</sup> از خلق و از بعث  
جدا باشیدن ارواح تا کی؟  
دهان بر بند در دریا صدف وار  
دهان بگشاده چون تمساح تا کی؟  
دهان بر بند و قفلی بر دهان نه  
ز ضایع کردن مفتح تا کی؟



\*

(۱) سوره (۱۵) حجر، آیه ۲۹

فَإِذَا سَوَّيْتُهُ وَنَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُوحِي فَقَعُوا لَهُ سَاجِدِينَ.

پس آن گاه که او را آراسته و پیراسته کردم و از روح متعلق به خود در او دمیدم. در برابرش به سجده افتید.

ترجمه انگلیسی

"When I have fashioned him (in due proportion) and breathed into him of My spirit, fall ye down in obeisance unto him."

(۲) سوره (شماره ۶) انعام، آیه ۹۶

فَالِقُ الْإِصْبَاحِ وَجَعَلَ اللَّيْلَ سَكَنًا وَالشَّمْسَ وَالْقَمَرَ حُسْبَانًا ۚ ذَلِكَ تَقْدِيرُ الْعَزِيزِ الْعَلِيمِ.

[هموست که] شکافنده صبح است و شب را آرامبخش گردانده است، و خورشید و ماه را شماری مقرر داشته است، تقدیر خداوند پیروزمند دانا چنین است.

ترجمه انگلیسی

He it is that cleaveth the day-break (from the dark): He makes the night for rest and tranquillity, and the sun and moon for the reckoning (of time): Such is the judgment and ordering of (Him), the Exalted in Power, the Omniscient.

(۳) سوره (شماره ۵۱) الذاریات، آیه ۲۲

وَفِي السَّمَاءِ رِزْقُكُمْ وَمَا تُوعَدُونَ.

روزی شما و آنچه به شما وعده داده می‌شود، فقط در آسمان است.

ترجمه انگلیسی

And in heaven is your Sustenance, as (also) that which ye are promised.

(۴) سوره (شماره ۳۱) لقمان، آیه ۲۸

مَا خَلَقُكُمْ وَلَا بُعْتُكُمْ إِلَّا كَنَفْسٍ وَاحِدَةٍ ۗ إِنْ اللَّهُ سَمِيعٌ بَصِيرٌ

آفرینش شما (در آغاز) و زنده گرداندن شما (در انجام) جز همسان (آفرینش و زنده گرداندن) فردی نیست. خداوند شنوا و بینا است.

ترجمه انگلیسی

And your creation or your resurrection is in no wise but as an individual soul: for Allah is He Who hears and sees (all



things).

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۱

کوزه چشم حریصان پر نشد تا صدف قانع نشد پر در نشد

سخنانی از مقالات شمس تبریزی

از عهد خردگی این داعی را واقعه‌ای  
 عجب افتاده بود، کس از حال داعی واقف  
 نی. پدر من از من واقف نی؛ می‌گفت: تو  
 اولاً دیوانه نیستی، نمی‌دانم چه روش داری  
 تربیت ریاضت هم نیست؛ و فلان نیست.  
 گفتم: یک سخن از من شنو، تو با من چنانی  
 که تخم بط را زیر مرغ خانگی نهادند، پرورد  
 و بط بچگان برون آورد؛ بط بچگان کلان تَرَک  
 شدند، با مادر به لب جو آمدند، در آب در  
 آمدند. مادرشان مرغ خانگی است، لب لب  
 جو می‌رود، امکان در آمدن در آب نی.  
 اکنون ای پدر! من دریا می‌بینم  
 مرکب من شده است، و وطن و  
 حال من این است. اگر تو از منی  
 یا من از توام، درآ در این دریا؛ و  
 اگر نه، برو بر مرغان خانگی.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۶۴

یک گزی ره که بدان سو می‌روی  
 همچو گز قطب مساحت می‌شوی  
 وانک لنگ و لوک آن سو می‌جهی  
 از همه لنگی و لوکی می‌رهی

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۶۶

قصه بط بچگان کی مرغ خانگی پروردشان

تخم بَطی گر چه مرغ خانه‌ات



کرد زیر پر چو دایه تربیت  
مادر تو بَطَّ آن دریا بدست  
دایهات خاکی بد و خشکی پرست  
میل دریا که دل تو اندرست  
آن طبیعت جاننت را از مادرست  
میل خشکی مر ترا زین دایه است  
دایه را بگذار کو بدرایه است  
دایه را بگذار بر خشک و بران  
اندر آ در بحر معنی چون بَطَّان  
گر ترا مادر بترساند ز آب  
تو مترس و سوی دریا ران شتاب  
تو بَطَّی بر خشک و بر تر زنده‌ای  
نی چو مرغ خانه خانه‌کنده‌ای  
تو ز کَرَمْنَا بنی آدم شهی  
هم به خشکی هم به دریا پا نهی  
که حَمَلْنَاهُمْ (۵) علی الْبَحْرِ بجان  
از حَمَلْنَاهُمْ علی الْبَرِّ پیش ران  
مر ملایک را سوی بر راه نیست  
جنس حیوان هم ز بحر آگاه نیست  
تو بتن حیوان بجانی از مَلْک  
تا روی هم بر زمین هم بر فلک  
تا بظاهر مِثْلُكُمْ (۶) باشد بشر  
با دل یُوْحَى إِلَيْهِ دیده ور  
قالب خاکی فتاده بر زمین  
روح او گردان بر آن چرخ برین  
ما همه مرغابیانیم ای غلام  
بحر می‌داند زبان ما تمام  
پس سلیمان بحر آمد ما چو طَیْر  
در سلیمان تا ابد داریم سَیْر  
با سلیمان پای در دریا بنه



تا چو داود آب سازد صد زره  
 آن سلیمان پیش جمله حاضرست  
 لیک غیرت چشم‌بند و ساحرست  
 تا ز جهل و خوابناکی و فضول  
 او به پیش ما و ما از وی ملول  
 تشنه را درد سر آرد بانگ رعد  
 چون نداند کو کشاند ابر سعد  
 چشم او ماندست در جوی روان  
 بی‌خبر از ذوق آب آسمان  
 مرکب همت سوی اسباب راند  
 از مَسَّیْبِ لَاجِرَمِ محروم ماند  
 آنک بیند او مُسَّیْبِ را عیان  
 کی نهد دل بر سببهای جهان؟

(۵) سوره (شماره ۱۷) اسراء، آیه ۷۰

وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْبُرِّ وَالْبَحْرِ وَرَزَقْنَاهُمْ مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَىٰ كَثِيرٍ مِّمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلًا.

به راستی که فرزندان آدم را گرامی داشتیم و آنان را در خشکی و دریا [بر مرکب] مراد روانه داشتیم و به ایشان از پاکیزه‌ها روزی دادیم و آنان را بر بسیاری از آنچه آفریده‌ایم چنانکه باید و شاید برتری بخشیدیم.

ترجمه انگلیسی

We have honoured the sons of Adam; provided them with transport on land and sea; given them for sustenance things good and pure; and conferred on them special favours, above a great part of our creation.

(۶) سوره (شماره ۱۸) کهف، آیه ۱۱۰

قُلْ إِنَّمَا أَنَا بَشَرٌ مِّثْلُكُمْ يُوحَىٰ إِلَيَّ أَنَّمَا إِلَهُكُمُ اللَّهُ وَاحِدٌ فَمَنْ كَانَ يَرْجُوا لِقَاءَ رَبِّهِ فَلْيَعْمَلْ عَمَلًا صَالِحًا وَلَا يُشْرِكْ بِعِبَادَةِ رَبِّهِ أَحَدًا

بگو: جز این نیست که من مانند شما بشری هستم که به من وحی می‌رسد که خدای شما خدای یکتاست، پس هر کس به لقای (رحمت) پروردگارش امیدوار است باید نیکوکار شود و هرگز در پرستش خدایش احدی را با او شریک نگرداند.

ترجمه انگلیسی

Say: "I am but a man like yourselves, (but) the inspiration has come to me, that your Allah is one Allah: whoever expects to meet his Lord, let him work righteousness, and, in the worship of his Lord, admit no one as partner.

\*

با سلام و احوالپرسی برنامه گنج حضور امروز را با غزل ۲۶۵۴ از دیوان شمس مولانا شروع می‌کنم:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۶۵۴

ببین این فتح ز استفتاح تا کی؟

ز ساقی مست شو، زین راح تا کی؟

**فتح**، یعنی گشایش.

یعنی برکت و سعادت که این لحظه از جانب زندگی، به سوی هر انسانی پیموده می‌شود.

ولی همانطور که خواهیم دید، این گشایش، این برکت، این خرد، این موهبت و عشق، وارد سیستم فکری و بدنی و

عمل ما نمی‌شود!

برای همین مولانا می‌گوید: ببین این فتح.

معلوم می‌شود که ما، شراب ایزدی را که این لحظه، زندگی به ما می‌دهد، نمی‌بینیم و پس می‌زنیم!

استفتاح هم یعنی طلب فتح کردن. طلب گشایش کردن.

به عبارت تا کی توجه کنیم.

مولانا می‌پرسد: " تا کی می‌خواهید شراب و موهبت زندگی را که هر لحظه، که این لحظه، به سوی شما جاری می‌شود، پس بزنید!؟ "

پس، زندگی این لحظه، گشایش همه امورات مان، از جمله امور مادی مان را، به ما اهداء می‌کند ولی ما این موهبت

ها را نمی‌بینیم و نمی‌گیریم و همواره آنها را از جهان مادی طلب می‌کنیم!

مولانا دعوت مان می‌کند:

" تو به جای اینکه، به ذهن ات که مقولات و جذبها و تسهیلات و امکانات بیرونی را تجسم و عرضه می‌کند،

مراجعه کنی و از آنها شراب زندگی، فتح را بخواهی، بیا از ساقی بگیر "

ساقی رمز خدا، زندگی، رمز **بودن**، است. ز ساقی مست شو، زین راح تا کی؟

راح یعنی شراب.



چقدر می خواهی بعنوان هشیاری، در ذهن ات در جا بزنی و از اجسام و فرم های ذهنی ات، مثل: پول و همسر و بچه و دوستان ات، ... زندگی و گشایش بخواهی؟!، همان که خدا، در این لحظه به سوی تو سرازیر کرده و آنها را پس می زنی!.

ما، به دیگران نگاه نمی کنیم، خودمان را زیر نورافکن قرار می دهیم و از خود می پرسیم:

آیا من، گشایش و شرابی را که این لحظه، زندگی به اموراتم، به فکر و اعمالم می ریزد، می پذیرم؟ یا نه؟ رد می

کنم؟، اگر حالم خراب است و حس جدایی و گم شدگی در فکرها و حس بی برنامه گی و بی نظمی و آشفتگی در

کارهایم را دارم، اگر اضطراب و غم دارم، حتماً گشایشی را که این لحظه زندگی به من اهداء می کند، پس می زنم!.

زیرا فتح و گشایش و شرابی که از سوی زندگی می رسد، حامل شادی، آرامش و حس هویت واقعی ست.

مولانا می پرسد: **زین راح تا کی؟**

تو تا کی؟ نمی خواهی متوجه شوی که این موهبت ها، از مقولات ذهنی نمی آید؟

گشایش هایی مثل: حس زنده بودن، حس خوشبختی، حس آرامش، حس هویت واقعی، از جهان بیرون کسب نمی شود؟

تو نمی توانی جوهر زندگی را که ذات خودت در ذهن و در اجسام، از جهان بیرون، تقاضا و جستجو کنی!.

بنابراین درک این مهم،، پایان همه انتظارات و توقعات و دعوها ست.

مثلاً، خانمی، به شوهرش معترض می شود:

،، تو چطور؟!، و چرا؟!، نمی توانی خوشبختی و شادی یک زن و دو بچه ات را تأمین کنی؟!، ،،

" هیچکس نمی تواند. این آرامش و شادی حقیقی، همین الان از سوی زندگی به شما داده می شود ولی شما آنها را

تشخیص نمی دهید، نمی گیرید، رد می کنید و از همسر، از فرم های بیرون، طلب شان می کنید! "

حالا چرا برکات زندگی را از همسران طلب می کنید؟

برای اینکه به ذهن رفته آید و یک من جسمی، یک من ذهنی، که هشیاری جسمی دارد ساخته آید.

این من ذهنی، این هشیاری جسمی، می داند که شادی و خوشبختی و آرامش وجود دارد، اما چون غیر از جسم نمی

تواند ببیند، همسر و فرزند و دوست را هم جسم می بیند و نیازهایش را از آنها طلب می کند و از اینکه همسر، فرزند،

دوست، نمی تواند انتظارات او را برآورده و تأمین کند، سرخورده می شود. احساس غم و بدبختی می کند.

**تا کی؟** می خواهید به این انتظارات توهمی و در این اشتباه ادامه دهید؟!.

از خود می پرسیم. هر کسی باید از خودش بپرسد. قلم و کاغذ برمی داریم. نور افکن را روی خودمان می اندازیم و

می گوئیم:

- من چند سال دارم؟

- چه انتظاراتی از دیگران دارم؟

- تا کی؟ می خواهم به توقعاتم از دیگران ادامه دهم؟

- آیا سرخوردگی های امروز من، مربوط به توقعاتی نیست که از دنیای بیرون داشته ام؟

- چه؟ و از کی می خواهم؟





- الان برای اینکه از خواب ذهن بیدار و از ساقی شراب بگیرم و مست شوم، چکار باید بکنم؟
- چه موقع باید شروع کنم؟
- آیا درخواست از دیگری و از جهان بیرون را به اندازه کافی تجربه نکرده ام؟
- اگر مثلاً، سی ساله شده ام، پس موقع آن است که اینکار را بکنم.
- اگر شصت ساله شده ام، دیر هم شده.
- آیا طی این چهل سال، پنجاه سال، شصت سال، که آرامش و خوشبختی و زندگی را از دیگران تقاضا می کردم و آنها نتوانستند این خواسته ها را برایم تأمین کنند، ندادند و در نتیجه حیرت زده و آشفته و خشمگین و بی قرار و کسل شدم، رنجیدم و درد بدوش کشیدم، کافی نیست!.
- تا کی؟ می خواهم در این توهم و عدم تعادل ادامه دهم؟
- شما حتماً از خود بپرسید.
- اگر این سوال ها را از خود نکنید، اگر به ته قضیه نروید و نفهمید که در اشتباه هستید، فایده ندارد. نگویید:
- چرا دیگران خوشبخت اند، من نیستم؟
- چرا دیگران اینکار را می کنند؟
- همه از همسرشان این ... توقعات را دارند، من هم دارم.
- همه اینطورند، من هم مثل بقیه ...
- شما از کجا می دانید که دیگران خوشبخت اند؟ از کجا می دانید که دیگران هم دعوا ندارند؟
- همه اینطورند، من هم مثل بقیه، که راح عرفان نیست، راح خودشناسی، راح مست شدن از ساقی نیست!.
- راح اشتباه است!.
- هر کسی که می خواهد به خدا برسد باید:
- خود را مجرد و تنها کند و روی خود کار کند.
- دائم خود را زیر سوال ببرد. دائم ذهن خودش را تماشا کند.
- بعنوان هشیاری ناظر خود را عقب بکشد و ببیند من ذهنی او چه می کند؟
- چه چیزهایی را از چه کسانی می خواهد و چرا خودش آنها را تأمین نمی کند؟
- آیا توقعاتش را از دیگران و از جهان بیرون به صفر رسانده؟ مخصوصاً چیزهایی را که دیگران نمی توانند به او بدهند؟.
- دیگران می توانند یک خانه برای ما بخرند و ما در آن بنشینیم، اما نمی توانند به ما حس خوشبختی دهند، نمی توانند به ما خرد و حکمت و مقیاس و معیار و فراست و قوه درک و حس هویت و حس زنده بودن، حس حال خوب دهند.
- این حس ها از درون خود آدم باید بجوشد و بالا بیاید.
- به ما پولی بدهند، یک کادوی خوب بدهند، طلا جواهری برای خود بخریم، چند ساعتی خوشی حاصل از بدست آوردن آن، به ما دست می دهد، زیرا شعار برجسته من ذهنی:



، هر چه بیشتر، بهتر ،، است، اما کمی بعد، اثر این خوش حالی از بین می رود و برمی گردیم دوباره به همان حس جدایی از زندگی و حس افسردگی و حس پز مردگی و بی حالی و حس نقص من ذهنی.

از خودتان باید سوال کنید:

- آیا من هم من ذهنی دارم؟ آیا می توانم من ذهنی خود را تشخیص دهم؟

- آیا من هم حس نقص می کنم؟ آیا می توانم حس نقص، خود را ببینم؟

- آیا می توانم با من ذهنی خود، با حس نقص خود برخورد کنم؟

من ذهنی فکر می کند که اگر کارهای نا تمام، تمام شوند و توقعاتی را که از دیگران و از جهان بیرون داریم برآورده شوند، به خوشی و آرامش حقیقی می رسیم.!

در این اقداح صورت راح جانی است

نظاره صورت اقداح تا کی؟

شما وقتی عقب می کشید و ذهن تان را تماشا می کنید (بارها گفتیم) از جنس زندگی هستید. از جنس جان هستید. اقداح یعنی، قدح ها.

هر انسانی، یک قدح، یک جام شراب است. شراب ایزدی در آن ریخته شده. این شراب ایزدی، جان او، روح اوست. زندگی ست. شراب ایزدی استعدادی ست که انسان با آن پُر شده.

شرابی ست که دوران غوره گی را طی کرده و پخته و به وضعی مست شونده و مست کننده رسیده.

همه ما از جنس زندگی هستیم منتهی با جسم و فکر و هیجانان مان، هنوز در ذهن گیر کرده و مانده ایم.

قدح: جسم تان، ترکیب فکرهای تان، هیجانان تان، و جان شما را نشان می دهد. (همان چهار بُعدی که قبلا در مورد آنها صحبت کردیم: بُعد فیزیکی، بُعد فکری، بُعد هیجانی و بُعد معنوی و جان).

پس، می توان گفت: قدح، آئینه شماست. تصویر چهار بُعد خود را در این قدح می بینید.

وقتی ما به آدم ها نگاه می کنیم، اول جسم شان را می بینیم، کمی که حرف می زنند، طرز فکرهای شان را می بینیم.

مدتی با آنها زندگی کنیم، یکدفعه متوجه می شویم که اینها خشمگین و عصبانی هم می شوند، داد می زنند، هیجانان

منفی و دردهای شان را می بینیم.

بعضی ها تا همینجا بسنده می کنند، ولی در درون این قدح، پشت این صورت، زندگی، یک فرشته ست.

ما انسان ها را مجسمه می بینیم و مجسمه توصیف می کنیم! برای اینکه من ذهنی مان از جنس جسم، از جنس

هشیاری جسمی ست. دیگران را هم با چشم هشیاری جسمی، بعنوان صورت و فرم می بینیم. در باره آنها صحبت و

قضاوت می کنیم، ... زیرا خود شما هم برای خود، مجسمه و تصویر ذهنی هستید. چقدر؟

تا کی؟ می خواهید به آدم ها نگاه کنید، فرشته بودن شان را انکار و آنها را مجسمه ببینید؟!

تا کی؟ می خواهید چنین نگاهی داشته باشید؟!

تا کی؟ نمی خواهید متوجه شوید که از جنس زنده زندگی هستید و در این جنس و در این قدح ست که ساقی شرابش را

جاری و خالی می کند؟! و علت پس زدن این شراب، مقاومت و اعتراض شما، با اتفاق این لحظه ست.



تا کی؟ با اتفاق این لحظه، مقاومت و ستیزه می کنید؟!.

می دانیم که من ذهنی از وضعیت ها و فرم ها و صورت های بیرونی شراب زندگی می خواهد. حال آنکه، رویداد و اتفاق این لحظه، نمی تواند به شما زندگی دهد!.

،، وضعیت فعلی، صورت قضایا، شکل دوست من، فکر رئیس من، قیافه همسر من، اخلاق فرزندم، ... بر وفق خواسته های من نیستند، نمی خواهم اینطور باشند ،،  
چرا نمی خواهی اینطور باشی؟ چرا ناراضی هستی؟  
،، برای اینکه انتظارات و توقعاتم را تأمین نمی کنند ،،

"توقعات و انتظارات تو، خوشبختی و شادی ست که هیچ عنصر بیرونی، نمی تواند آنها را برای انسان تأمین کند".  
پس ما حالا، متوجه یکی دیگر از عیب های خود می شویم:

به آدم ها که نگاه می کنیم، چون خودمان از جنس مجسمه هستیم، آنها را هم مجسمه می بینیم.

اما وقتی، نورافکن روی خودمان است، مهم نیست که نگاه دیگران چگونه ست، ما فقط به نوع نگاه خود تمرکز می کنیم و از خود می پرسیم:

،، اگر فرشته گی، اگر زندگی زنده را را در انسان ها نمی بینم، پس معلوم می شود که خود هنوز هشیارانه، از جنس زندگی نشده ام، باید روی خود کار کنم ،،

روی خود کار کردن، یعنی چه؟

آیا از هم هویت شدگی با داده های این جهانی، از خواستن ها و نیازهای کاذب روانشناختی مثل تأیید طلبی و پیروز از بحث وجدل بیرون آمدن و از نیاز به مقایسه و دانش مند تر، پول دارتر، خوشگل تر، عاشق تر، معنوی تر، خداپرست تر بودن، از شوریدن زمین ذهن، از دنبال دیگران راه افتادن و مثل همه بودن، و ... هشیارانه، پرهیز می کنم؟  
آیا واقعا "خودم زیر نورافکن خود هستم، یا نه؟".

،، چون دیگران دروغ می گویند، پس من هم دروغ می گویم. چون دیگران زرنگ اند، من هم باید زرنگ باشم، ... ،،  
این تا کی؟ های خود، باید جواب دهید. خودتان می توانید جواب خودتان را بدهید. هیچکس نمی تواند جواب شما را بدهد. اینکار مستلزم ارزش گذاشتن روی خود است:

،، من فقط یک مقلد نیستم که هر کاری مردم کردند، دنبال شان راه بیفتم!، من ارزش دارم ،،

بقول مولانا:

،، از جنس خدا، از جنس زندگی هستم. این خدایت هشیارانه می خواهد در من زنده شود، بنابراین مهم است که تمرکز روی خودم باشد. برای خودم ارزش قائلم. فکرها و رفتارهایم، زیر کنترل و نفوذ خودم هستند، آنها را از فکر و رفتار دیگران عاریه نگرفته و تقلید نکرده ام ،،

چو مرغابی ز خود برساز کشتی

صداع کشتی و ملاح تا کی؟

مرغابی، روی آب شنا می کند. خودش کشتی و هم کشتیان است.



صداع، یعنی دردسر، رنج و زحمت.

ما بعنوان هشیاری، سوار کشتی ذهن شده ایم. ملاح و رئیس آن کشتی، هر جا دلش خواست، کشتی اش را می کشد و می برد.

ذهن به مثابه کشتی ست و منِ ذهنی هم کشتیانی ماست. دردسرش را از زمانی که خودمان را شناخته ایم، بدوش می کشیم.

منِ ذهنی ما ادعا می کند که: ,, من تو را اداره می کنم، خوشبخت ات می کنم، ... ,,

برای کشتیانی نابخردانه و ابلهانه اش، مُزد هم می گیرد. مُزد او تمامِ زندگی، تمامِ شادی و تمام آرامشِ ماست.

این کشتیانی که سوار کشتی اش شده ایم، برکت و استعدادهای خدایی مان را حیف و میل می کند!

باید قاطعانه بگوییم:

،، من اصلاً" نمی خواهم در کشتی تو سوار شوم، کشتی ات که فقط یک پوسته ست، ارزانی خودت، من مرغابی ام و قرار بود در ده سالگی، از این کشتی به درون آب بپرَم، جانِ من در فضایِ یکتاییِ این لحظه می تواند شنا کند ... ،،. شما بعنوان ناظرِ ذهن تان می توانید عقب بکشید و به فکرهای تان نگاه کنید، آن ناظر، اصلِ شما، حضورِ شما، همان هشیاری و شما هم همان هستید.

وقتی دوباره جذبِ ذهن می شوید، آن توقعات، دردها و ناراحتی ها شروع می شود. این کشتیانی، با توقعات و رنجش ها و انتظارِ اش، چه بلاهایی که سر ما نیاورده!.

عده ای هم قایقِ شان را روی کشتی ما گذاشته و سوارِ کشتی ما شده اند، از منِ ذهنی ما تقلید می کنند.

" آیا این درست است؟ نه "

شما بعنوان یک مرغابی، بگویید:

،، من، شناگرِ فضایِ یکتاییِ این لحظه، می توانم از این کشتی به درون آب بپرَم و شنا کنم ،،.

و این زاینده شدن از همین منِ ذهنی، گنده و مستقل شدن از مادر دوم مان است.

بیشتر انسان ها، درست در لبه کشتیِ ذهن هستند، کمی پایِ شان را به آب می زنند، ولی می ترسند به درون آب بپرند و دوباره به درون کشتی برمی گردند. کشتیانی هم دوباره طلبِ مُزد و کرایه می کند. کرایه اش هم همین زندگی زنده در لحظه ست. کرایه اش، ستیزه با این لحظه، ستیزه با خداست.

گفتیم: ستیزه با این لحظه، ستیزه با خداست. قیافه این لحظه، اتفاق آن است.

کرایه این کشتیانی، تبدیل فضای لایتناهی ای که ما از جنسِ آن هستیم، به لانه ای تنگ و تاریک و محدود، در همین کشتی ست!.

تو سبّاحی و از سبّاح زادی

فسانه و باد هر سبّاح تا کی؟



سَباح یعنی شناگر. ما شناگریم. مادر ما هم که زندگی، خداست، شناگر بوده. ما خداییت، امتداد خدا هستیم و درک این صورت مسئله خیلی مهم است. شاید هر جلسه باید تکرار کنیم که ما از جنسِ **زندگی**، از جنسِ **هشیاری**، از جنسِ **خدا** هستیم. اما ضرورتاً!:

- وارد **ذهن** می شویم.

- **جنب** اقلام ذهنی می شویم.

- یک تصویر ذهنی از خود، بنام **منِ ذهنی** درست می کنیم.

- این **منِ ذهنی**، یک **منِ توهمی** و **شبحی** فکری ست، که وجود ندارد.

هشیاری فکر می کند که مثل خودش را ساخته!

خیلی مهم است که بدانیم: مثل و مانند هشیاری که اصل ماست، در این جهان، وجود ندارد.

هشیاری، خدا، مثل و مانند ندارد، اما ما مثل و مانند آن را که همین **منِ ذهنی** ست، می سازیم. البته، وجود همین **منِ ذهنی**، طی مدت کوتاهی، برای زندگی قابل قبول، و همانطور که گفتیم لازم هم هست، زیرا ما، مانند میوه، به درخت جهان می چسبیم و زندگی ما را می پزند. اما وقتی میوه این درخت رسید، باید اجازه دهیم، که چیده شود.

بعنوان هشیاری، که خودش، خودش را شناخته، روی خود قائم شود.

هم ما و هم زندگی، هشیاری شناگر در فضای یکتایی هستیم. ولی ما، به چه کاری مشغولیم؟

در ذهن، به حرف و قصه مشغولیم! افسانه شناگرها را نقل می کنیم!

مثلاً" از مولانا تعریف می کنیم.

در حالیکه ما آثار مولانا را مولانا را می خوانیم تا شناگری **خود** را بشناسیم! متوجه شویم که از شناگر زاده شده ایم، شناگریم، الآن هم شنا بلدیم اما از ترس حاضر نیستیم سیستم کنترل و ترس را از دست بدهیم.

چرا می ترسیم، چرا کنترل می کنیم؟

چرا همسرمان، بچه هامان، دوستان مان، همه اوضاع را باید زیر کنترل داشته باشیم؟! چرا همه حواس ما به کنترل است؟!!

چرا نمی خواهیم سکان کنترل را رها کنیم و فکر می کنیم که دنیا را ما اداره می کنیم و اگر سکان کنترل را رها

کنیم، دنیا خراب می شود!.

**نه.** "چنین چیزی نیست".

ما از سباح ها، از شناگران مصنوعی یا حقیقی، صحبت می کنیم، ولی چون با ذهن صحبت می کنیم، حقیقی اش را هم مصنوعی می کنیم.

کسی که خودش شناگر نباشد، ولی از مولانا، از ابیات او، البته نه برای بیدار کردن خود، بلکه فقط برای اینکه

بصورت افسانه داستانسرایی و مطرح کردن خود، صحبت کند: ,, عجب شناگری بوده !!!, این فلانی یا مولانا ... ,,،

چه فایده دارد؟!!



ما بعنوان شناگر، این ابیات را برای تمجید مولانا، وصف اینکه پسر کی بوده و چند بیت شعر گفته، از کجا به کجا رفته، عجب شاعر معروفی بوده، عجب تبحری و عجب توان و حضوری داشته و ... نمی خوانیم.

"نه. شناگر تو هستی. شناگر شخص شماس است."

شما می گویند:

«، شناگر من هستم، مولانا را هم به این منظور می خوانم که قابلیت شناگر بودن خود را بهتر بشناسم. نمی خواهم باشنده ای، مرا پشت خود سوار کند، من خود، شناگرم. از شناگری افسانه و داستان هم نمی گویم»، پس ما از شناگران، فقط تعریف و تمجید و صحبت نمی کنیم.

مثلاً، ما در این برنامه، اشعار مولانا را می خوانیم، پند می گیریم، آموخته ها را به زندگی روزمره خود اعمال و به زندگی مان پیوند می دهیم. توجه می کنیم که هر بیتی در عمق چه پیامی دارد.

هر بیت چه پیامی برای شخص من دارد و آن پیام را چگونه باید در تغییر خود بکار گیرم؟

نَفَخْتُ<sup>(۱)</sup> فِيهِ جَانِ بَخْشِي اسْتِ هَر صَبْحِ

فِرَاقِ فَالِقِ الْاِصْبَاحِ<sup>(۲)</sup> تا کی؟

این دو آیه از قرآن است.

<sup>(۱)</sup>سوره (۱۵) حجر، آیه ۲۹

فَاِذَا سَوَّيْتُهُ وَنَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُوْحِي فَفَعُّوا لَهٗ سَاجِدِيْنَ.

پس آن گاه که او را آراسته و پیراسته کردم و از روح متعلق به خود در او دمیدم. در برابرش به سجده افتید.

ترجمه انگلیسی

"When I have fashioned him (in due proportion) and breathed into him of My spirit, fall ye down in obeisance unto him."

پس، خدا هر صبح، هر سپیده دم، در هر آغاز، از نفس جانبخش خودش در ما دمیده.

(یاد آر، آنگاه که پروردگارت به فرشتگان گفت: من از گل خشکیده برگرفته از لجنی بویناک، بشری می آفرینم).

هر گاه اندام او را به سامان آورم و از روح خود در او بدمم، جملگی در برابر او به سجده در آید.

پس هر انسانی در آستانه صبح است. ابتدا هم گفت: ببین این فتح!

این لحظه، این دم، لحظه فتح، صبح بیداری، مرحله پرداخته شدن شما، وهله رسیدن غوره گی شما، وزش رایحه گلزار فضای یکتایی شما، هنگام تبدیل ست.

صبح، فاصله بین تاریکی ذهن و روشنایی هشیاری حضور است.



همه ما، جهش زندگی، از گِل خشکیده ایم. زندگی جمادی و نباتی و حیوانی خود را پشت سر گذاشته ایم و پس از سالیانی دراز که در مقیاس عمر کائنات، دمی و لحظه ای بیش نبود، از زندگی پر سلولی ناآگاه و ناهشیار نیز عبور کردیم.

در مبارک صبحی، زندگی، خدا، هشیاری، از روح خود، بر اندام به سامان آورده، ساخته و پرداخته مان، دمید بنحوی که گِل خشکیده، این اندام به سامان آمده، با کشف قوانین حاکم بر جهان هستی، بسیاری از موجودات خلقت را رام و در تسخیر و به تصرف خویش در آورد. ...

اینک، بعنوان برترین مخلوقات، که برگزیده زندگی، خداست، دارای دو هشیاری ست، در این دم، در این صبح گشایش و پیروزی، در این لحظه، آگاه، مجهز به دو هشیاری جسمی، فیزیکی و هشیاری حضور هستیم. ولو اینکه من ذهنی داریم، در صدی هم هشیاری و آگاهی حضور داریم. ولی این بیداری و حضور ما محسوس است. صبح است، خورشید در حال طلوع است.

یعنی شما هم طلوع خورشید را می بینید، هم یک مقدار تاریکی را. اما بعد از مدتی خورشید را بیشتر و بهتر از تاریکی می بینید.

از صبح به بعد، دم خداوند، دنباله خداوند، جان و رایحه و برکات خداوند، رشته حضور خداوند، لحظه به لحظه بوسیله ما تجربه می شود.

این دم، عبور انرژی از ما، یا عبور زندگی، خدا، از ما، بصورت یک واقعیت زنده و روان تجربه می شود. به این صورت نیست که:

،، من در ذهنم یک من ذهنی دارم و یک خدای ذهنی هم ساخته و من بنده، او را می پرستم، " نه " .

این نفس و این خرد و این برکت و این گشایش، این هشیاری، هر لحظه، این لحظه، جاری ست، عبور می کند و ما تماشاگر او هستیم.

خدا برای من، یک واقعیت زنده و ملموس است و نه یک موضوع موهوم در ذهن.

او گشاینده صبح ها، گشاینده صبح ماست.

ما الآن در تاریکی ذهن هستیم.

بعضی از ما اضطراب و غم داریم، کینه و رنجش داریم، ذهن مان دائم، معتاد گونه، حرف می زند، این لحظه آگاه به یک فکر، لحظه بعد به یک فکر، لحظه بعد به یک فکر، ... همراه با این فکرها یک سری غم زنده می شوند که ما را گیج کرده اند. شب است.

چه کسی شما را از این شب به صبح می برد؟ اسمش را گذاشته: فَالِقُ الْإِصْبَاحِ. خدا. به شرط اینکه تسلیم باشیم.

تسلیم مقوله ای ذهنی نیست. بودن، در این لحظه ست. همیشه این لحظه، همیشه صبح است.

همه ما که سن مان بالاتر از ده، دوازده سال است، می توانیم روشنایی صبح، انرژی خورشید، سبکی رهایی و آگاهی و حضور، روشنایی خدا، را تجربه کنیم. شراب زندگی را بنوشیم.



حالا کسی که حسِ فراق، حس جدایی از زندگی، از خدا می کند، این فراق و جدایی با گشاینده صبح را تا کی؟ باید ادامه دهد؟!.

شما تا کی می خواهید بر مبنای ترس و خشم منِ ذهنی بگویید: ,, من یک بنده هستم، خدا بیاید کار مرا درست کند,,! تا زمانی که شما این منِ ذهنی را حفظ می کنید، چگونه خدا کار شما را درست کند؟! در شما نفوذ کند؟! بهتر از این که گفته: **بین این فتح!**.

آیا شما می خواهید **این لحظه**، اتفاق این لحظه را که قیافه و ظاهر این لحظه ست، بپذیرید تا صبح را ببینید؟ اگر صبح را، گشایش و فتح را نمی بینید، صبر کنید و تسلیم شوید. صبر کنید.

امروز در مثنوی خواهیم خواند که اگر دخالت نکنیم، اگر تسلیم شویم، ما را در خشکی، یعنی در ذهن، هدایت می کند. هر کاری که با دخالت منِ ذهنی انجام گیرد، به درد شما نمی خورد.

هر فکری، چه برای ساختن چیزی در جهان بیرون و چه در اندیشه به خدا رسیدن، که با منِ ذهنی می کنید، به نتیجه نمی رسد جز اینکه به درد منجر می شود.

ولی اگر به اتفاق لحظه اعتراض نکنیم، در اتفاق لحظه دخالت نکنیم، با اتفاق لحظه موازی و راضی باشیم و نگوییم: ,, این اتفاق چیست، من خوشم نمی آید ,,، واکنش نشان ندهیم، ستیزه نکنیم، بتدریج متوجه می شویم که ما به مواردی آفل چسبیده ایم و آنها هم از بین می روند. پس حالا خود را از چسبیدن به آنها باز می کنیم.

بیشتر مخالفت ها و مقاومت ها و اعتراضات ما به اتفاقات و به وضعیت ها و شرایط و صورت ها و فرم ها، به این دلیل است که مطابق خواسته های منِ ذهنی ما نیستند و یا بر اساس قضاوت مان، از آنها زندگی می خواهیم، در حالیکه همه آنها در حال از بین رفتن اند!.

اجازه نمی دهیم که زندگی، ما را در خشکی که همان ذهن است، جلو ببرد. برای همین می گوید: " جدایی از گشاینده صبح، تا کی؟ ".

همانطور که خدمت تان عرض کردم، ترجمه آیه ۲۹ از سوره شماره، ۱۵ قرآن که کمی پیش آورده شد، در همین رابطه ست:

پس آنگاه که او را آراسته و پیراسته کردم و از روح متعلق به خود در او دمیدم، در برابرش به سجده افتید. **وَنَفَخْتُ فِيهِ**، مربوط به همین آیه ست.

(امروز به شما نشان خواهم داد که چگونه می توانید در وب سایت گنج نما، با توجه به شماره سوره و آیه، این مطالب را بررسی کنید. خدمت تان گفتم که در سایت گنج نما که با زحمت زیادی هم ایجاد کردیم، یازده ترجمه فارسی و هفده ترجمه انگلیسی هست که با این آدرس ها به راحتی می توانید به آنجا مراجعه و تحقیق بیشتری کنید، محقق باشید).

سوره ۶ آیه ۹۶ و بقیه آیه را نیز بخوانید. به تکرار این آیه ها در مثنوی و در دیوان شمس آورده شده اند، ما هم آدرس آنها را می گذاریم، بعنوان محقق به آنها مراجعه و آن ترجمه ها را ببینید که در این یازده ترجمه چه نوشته شده و آیا این ترجمه ها با هم تفاوت دارند؟ آیا ترجمه ها با نظر مولانا فرق می کنند؟ در زمینه ای که مولانا صحبت می کند، معنی این آیه را چه پیشنهاد می کند؟





همین آیه ای را که آورده خیلی قشنگ است. که شما بدانید شکافندهٔ صبح، زندگی ست و ما با منِ ذهنی، با آن ستیزه می کنیم و جدا از او هستیم. تا زمانی که:

- بر گذشتهٔ خود تأسف می خوریم،
- من و خدا، من و مردم، دو کیفیت، دو جوهر جدا از هم بنظر می رسیم،
- خدا را در ذهن محبوس و فرماندهی فکر و عملِ مان را به منِ ذهنی سپرده ایم،
- در دوگانگی با زندگی، با جهان هست، بسر می بریم،
- انسان ها را زندگی نمی بینیم،
- زندگی را در لحظه حس و تجربه نمی کنیم،
- تماشاگرِ آسمانِ روی سر هستیم و درونِ مان را آسمان نکرده ایم،
- نقشِ عدمِ آگاهی، عدمِ بیداریِ خود را در بوجود آوردنِ رنجش ها و بوجود آوردنِ دردهای مان نمی بینیم،
- متوجه نقشِ خود در ایجادِ وضعیت ها و شرایطی که در آن بسر می بریم، نشده ایم،
- چشمِ منِ ذهنی را کور و با چشمِ هشیارِ حضور نگاه نمی کنیم،
- منیتِ کاذب خود را به صفر نرسانده ایم،
- " مثل همه " گفتن، مثل همه خریدن، مثل همه دوییدن، مثل همه بودن را، عیب و نقصِ خود تلقی نکرده ایم،
- می خواهیم دیگران را عوض کنیم،
- اصول را به فرزندانِ مان یاد نداده و بعد آنها را در افکار و گفتار و رفتار خود مسئول و آزاد نمی گذاریم،
- ترس و تردید، الگوها و باورها را به کناری پرتاب نکرده ایم،
- بودن را به داشتن و چسبیدن به فرم ها ترجیح نداده باشیم،
- زمینه و مبنای ارتباطات و وابستگی های مان، عشق و روحِ فضای یکتایی نباشد،
- با صبر و پرهیز و شکر، تسلیمِ اتفاق لحظه، که زندگی ترتیب آن را داده نمی شویم،
- شکافته شدن صبح، که نهان را بیرون می ریزد و فرا رسیدنِ فتح را، که شفابخشِ زخم ها و دردهای ماست، شاکر نباشیم و نبینیم،
- خود مرهم و شفابخش نشویم،
- سر تعظیم و تسلیم، در برابر عظمت و پیچیدگی و شکوه کائناتِ در رقص، فرود نیاورده ایم،
- خدا را در خود و خود را در خدا، حس و تجربه نکرده ایم،
- طلوع حضور را در لحظه، حس و تجربه نکرده و او را در آینده می بینیم،
- صاف و زلال نشده و بدون ترس، در لحظه، به درونِ اقیانوسِ حضور، به فضایِ یکتایی نپریده ایم، ...

همچنان از زندگی، از خدا، جدا خواهیم ماند، با او یکی خواهیم شد، به وحدت خواهیم رسید، نفسِ شادی و آرامش و برکتِ خدا، شرابِ ایزدی را که هر لحظه، این لحظه، به ما پیموده می شود، در ما جاری ست، پس می زنیم!



(۲) سوره (شماره ۶) انعام، آیه ۹۶

فَالِقُ الْإِصْبَاحِ وَجَعَلَ اللَّيْلَ سَكَنًا وَالشَّمْسَ وَالْقَمَرَ حُسْبَانًا ذَلِكَ تَقْدِيرُ الْعَزِيزِ الْعَلِيمِ.

[هموست که] شکافنده صبح است و شب را آرامبخش گردانده است، و خورشید و ماه را شماری مقرر داشته است، تقدیر خداوند پیروزمند دانا چنین است.

ترجمه انگلیسی

He it is that cleaveth the day-break (from the dark): He makes the night for rest and tranquillity, and the sun and moon for the reckoning (of time): Such is the judgment and ordering of (Him), the Exalted in Power, the Omniscient.

چو جان بالغان لوحی است محفوظ

مثال کودکان ز ألواح تا کی؟

- ما بعنوان هشیاری جذب ذهن می شویم.
  - از ذهن خودمان را عقب می کشیم.
  - به فضای یکتایی می رویم.
  - ذهن، پوسته مانند، می افتد. عقل و علم ذهن از بین می رود.
- این بدان معنی نیست که آدرس خانه مان را فراموش می کنیم، اطلاعات ذهن مان برجاست، اما منتیت از آن زایل می شود و هم هویت شدگی آن، صفر، یا کم می شود. هر چند هم که شود، به نفع شماست.
- بالغان آن کسانی هستند که به کمال رسیدند.
- معنی کمال هم این است که انسان از ذهن خودش را زایانده. اجازه داده که زندگی، او را در خشکی ذهن جلو ببرد و به اقیانوس یکتایی بیندازد. این انسان کمال یافته، ترس ندارد.
- یکی از مواردی که شما باید تمرین کنید، مقابله با ترس است. باید به چشم های ترس نگاه کنید و در آب بپرید. اگر ذهن ما را می ترساند: ,, مواظب باش، کنترل را از دست نده ,,
- بدانید که ترس و کنترل، قضاوت و ستیزه، مقاومت و چسبیدن به جهان بیرون، من ذهنی را تقویت و زنده نگه می دارد. ترس از دست دادن کنترل من ذهنی، من ذهنی را زنده نگه می دارد.
- ما می دانیم که من ذهنی، بر اساس هم هویت شدگی با جهان بیرون دوام می آورد، اما مقولات جهان بیرون از بین رفتنی اند، هر لحظه که یک مقوله از بین رفتنی، می خواهد از بین برود، ما را می ترساند.
- برای اینکه نترسید، باید هویت تان را از آنها بکنید.
- بمحض اینکه بخواهید هویت تان را از مقولات از بین رفتنی جهان بیرون بکنید، من ذهنی مانع می شود، شما را به عناوینی می ترساند.
- باید به چشم های ترس نگاه کنید و در آب بپرید و دست تان را از روی آن مقوله، آن فرم و صورت، بکشید.



پس، بالغان، آن کسانی که از ذهن زاییده شده اند، به فضای یکتایی رفته اند، به لوح محفوظ تبدیل شده اند.

لوح محفوظ یعنی علم خدا. یعنی دیگر علمِ ذهن، علمِ منِ ذهنی نیست.

بعنوان مثال به همین مولانا نگاه کنید.

مولانا باید این حال و پروسه را تجربه کرده باشد که این چنین می تواند آن را بیان کند! قبل از ایشان چنین بیانی خلق نبوده. اگر کسی این حالت، این وضعیت، این کیفیت، این مدار را طی نکرده باشد، این پروسه را حس و تجربه نکرده باشد، نمی تواند اینگونه، بنویسد!

حالا ما این مطالب را می خوانیم و می توانیم جایی دیگر مطرح کنیم.

اصلا" یکی ممکن است که بگوید این مطالب را من می گویم و از ذهن اش هم بیاورد، ولی آن کسی که اول این مطالب را بیان کرده، از کسی یاد نگرفته.

پس شما باور کنید که یک لوح محفوظ که جان ما باشد، پس از رفتن به فضای یکتایی وجود دارد.

این امکان وجود دارد که خردِ زندگی از ما بیان شود، به شرط آنکه ما شرابِ مقولاتِ دنیای بیرون را ننوشیم.

معمولا" ما دنبال فکرها و حرف ها بلند شده و راه می افتیم. واکنش نشان می دهیم. ترس، مهمترین هیجانِ منِ ذهنی ست. ترس ما را کنترل می کند.

بیشتر کسانی که با ایمیل یا بعضی از مواقع تلفنی با من تماس می گیرند، واقعا" در **آنجا**، در صبح هستند. اگر یک سانتیمتر جلوتر بروند، می رسند، زنده می شوند، ولی می ترسند!

لوح ذهن را بصورت تخته سیاه یا طبق امروز، تخته سفید، فرض کنید. لوح ذهنِ کودکان، ابتدا خالی و پاک است اما رفته رفته، لوح ذهنِ شان از حکاکی ها و نوشته ها پُر می شود.

ما هم حکاکی ها و نوشته ها و الفاظ و اثراتِ گذاشته شده روی ذهنِ مان را می خوانیم، با آنها بازی می کنیم، با آنها کُشتی می گیریم.

من می گویم: ,, بیشتر دارم، بهتر دارم، سریعتر، عمده تر، بزرگتر، جلوتر، برتر، ... ,,

شما می گوید: ,, من بالاتر، خوبتر، نیکوتر، ارجح تر، رایج تر، عالی تر می دانم، من ... ,,

با هم مثل کودکان بگومگو و بازی می کنیم. تا کی؟

هر کسی باید از خود بپرسد: تا کی؟

هر کسی باید علاج وضع خود کند.

پس، شما اگر از کُشتیِ ذهن متولد شوید، لوح محفوظ می شوید.

می تواند این معنی را هم بدهد که علمِ ذهنی و آدم های بیرون، به شما دسترسی ندارند.

اگر کسی علم خدا را داشته باشد، زنده به خدا باشد، از ایرادها و انتقادها و به هر چه که آدم های بیرون به او نسبت می دهند، واکنش نشان نمی دهد. محفوظ است. پس، طبق بیاناتِ مولانا، این امکان وجود دارد.

چو فرموده ست رزقت<sup>(۳)</sup> ز آسمان است

زمین شوریدن ای قَلاح تا کی؟



کی فرموده؟ نشان از قرآن می آورد: رزق و روزی ما از آسمان است. کدام آسمان؟ همین آسمان؟

" نه ". این یکی از مطالبی ست که خیلی تکرار می شود. حتی در اشعاری که امروز برایتان خواهم خواند، سه بار تکرار شده. که روزی ما، از آسمان است.

مولانا مرتب این آیه را تکرار می کند. بعضی از آیه های قرآن، در ابیات مولانا مرتب تکرار می شوند. شما اگر آثار مولانا را مطالعه کنید، متوجه خواهید شد که چند قصه در میان، به اینکه روزی ما و هر چه که به ما وعده داده شده، از آسمان است، اشاره می کند.

منظور از آسمان، همین آسمانی نیست که بالای سر داریم، همین آسمانی نیست که از باران آن زمین سیراب، و گندم رشد می کند، " نه ".

منظور، آسمان درون است. همین فضای یکتایی ست.

ما خود، کشتی من ذهنی مان را ساختیم، سپس اصل بی نهایت مان را، به حرص و به من، کاهش و تنزل داده، کوچک کرده، داخل آن کشتی شدیم.

این هم یکی از معجزات است:

چگونه ست که ما، بی نهایت بزرگ، وارد ذهنی اینچنان محدود و کوچک شدیم!

و باز می توانیم از کشتی کوچک من ذهنی بطور کامل پیاده و در اقیانوس یکتایی و وحدت، شناور شویم.

اگر این کنترل را، که همه ما بخاطر ترسیدن، به آن آلوده شده ایم، رها کنیم، می توانیم هر چه زودتر، از این کشتی پُر تلاطم و آشفته، به هشیاری حضور زنده شویم.

همه ما می ترسیم. هر کسی که می ترسد، عده ای یا بخشی از جهان مادی را کنترل می کند.

اگر شما کنترل نکنید معنی اش این نیست که پول تان را می خورند و هر کسی هر کاری که بخواهد در رابطه با شما می تواند انجام دهد، " نه ".

کنترل، به اصطلاح، روش ذهن است.

کنترل، در جهت ایجاد مانع در مسیر تغییر است.

ما وضعیت ها را محکم گرفته و می خواهیم مانع تغییر شویم زیرا ذهن تغییر و از دست دادن را دوست ندارد. ولی از آنجا که همه چیز شامل تغییر و در حال از دست رفتن است، ذهن مقاومت می کند.

خردمندی و جاری شدن برکت زندگی، از خدا، از زندگی ست، این لحظه به جای اینکه عقل ترس به فکرهای تان بریزد، بگذارد که خرد و موهبت خدا در امورتان جاری شود.

برکت و خرد خدایی را که هر لحظه، این لحظه به سوی شما روان است، دریافت کنید. پول تان هم زیاد می شود، رابطه تان با همسران بهتر می شود، با خرد و عشق با جهان برخورد می کنید. همه به شما کمک می کنند، همه شما را دوست دارند.

این بد است؟!.



اگر آنچه را که محکم گرفته اید رها کنید، آن بی نهایتی تنزل یافته و کوچک شده، باز می شود، تبدیل به آسمان می شود و آن منِ ذهنی را هم اگر هنوز آثاری از آن باقی مانده باشد، در بر می گیرد. پس آنگاه، متوجه می شوید که آسمان شده اید و فکرها به مثابه ستاره ها هستند. ممکن است بعضی از این ستاره ها (فکرها)، من داشته باشند، اما بتدریج، من از آنها گرفته می شود، شما خردمند شده گسترده‌گی و فضا‌داری و آسمانی بودن خود را با ریشه بی نهایت عمیق در این لحظه، حس می کنید، ... چون ما از جنس خدا هستیم و خدا دو خاصیت بی نهایت و ابدیت دارد، ما هم همان دو خاصیت را داریم. اگر کنترل را رها کنیم، آسمان می شویم.

" نترسید، آسمان می شوید، تمام فکرهایتان را می بینید، فکر خردمندانه را تشخیص می دهید. دردهایتان را می بینید، که بوسیله انرژی ای که از آسمان درون تان به آنها می ریزد، شفا پیدامی کنند، دردهایتان را رها می کنید ".

الآن که در ذهن هستیم، دائم آن را به هم می ریزیم.

آن را می کنیم، این فکر را بالا می آوریم، این فکر رفت، باز زمین ذهن را می شورانیم و آن یکی فکر را بالا می آوریم. باز ذهن را به هم می زنیم و فکرها را قاطی و فکری دیگر را بالا می آوریم.

دائم ذهن را می کنیم و این و آن فکر را بالا می کشیم، ...

مولانا پرسید: این زمین شوریدنِ فلاح (کشاورز) تا کی؟

دو نوع می توان زمین ذهن را شخم زد:

- هنوز در ذهن باشیم و ذهن را بشورانیم،
- از ذهن زاییده شده و آسمان شویم و روزی مان از آن آسمان برسد.

خرد، خلاقیت، شادی، آرامش، گشایشی که بیت اول از آن نام برد، از آن آسمان است. تا این آسمان در ما پدید نیاید، ما نمی توانیم آرامش پیدا کنیم. شما راجع به آسمان، زیاد بحث نکنید.

### ره آسمان درون است پر عشق را بجنبان      پر عشق چون قوی شد، غم نردبان نماند.

نردبان همان موضوعاتِ ذهنی ست و آسمان در درون ماست به شرط آنکه با آب خرد این غبارها را از خودمان بشوییم.

دل و جان با آب حکمت ز غبارها بشوید      هلا تا دو چشم حسرت سوی خاکدان نماند.

با همین انرژی که از این آسمان می آید، دل و جان مان را از غبارها بشوییم.

غبارها چه هستند؟

غبارها، هم هویت شدگی با وضعیت های گذرای این جهان است. غبارها هم هویت شدگی با دردها و چسبندگی به دردهاست.

دل و جان با آب حکمت ز غبارها بشوید      هلا تا دو چشم حسرت سوی خاکدان نماند.

ما چشم حسرت داریم و خاکدان همین جهان است.



تا چشم حسرت ما سوی خاکدان مانده، ما نمی توانیم، دل مان را آسمانی کنیم.

ما چشم مان به این خاکدان است و در حالیکه باید چشم مان به آن برکات باشد.

هشیاری جسمی همه برکات را در این جهان می بیند.

پس ما زمین را نمی شورانیم. اگر کسی خواست راجع به خدا، راجع به این و راجع به آن بحث کند، می خواهد زمین

ذهن مان را بشوراند، ما بحثی نداریم، بحث نمی کنیم، زمین را برای چه بشورانیم؟! زمین ذهن را بشورانیم در آن

می مانیم. ما باید از زمین شوریده ذهن، به آن فضا رویم.

اگر کسی آسمان شود، در آنصورت از آنجا، خلاقیت را در زمین ذهن می تواند بکارد، حالا آن شخم زدن خوب است،

ذهن که ساده شد، شخم بزن، فکرهای خوب بکار.

ولی ذهنی که پُر از من و پُر از درد است، چیزی در آن نمی توانید بکارید!

شما تخم بد، فکر بد را که از زمین شوریده من ذهنی حاصل شود، در زمینی مشابه بکاری، چه نتیجه ای می دهد؟!.

(۳) [سوره \(شماره ۵۱\) الذاریات، آیه ۲۲](#)

وَفِي السَّمَاءِ رِزْقُكُمْ وَمَا تُوعَدُونَ

روزی شما و آنچه به شما وعده داده شده، فقط در آسمان است.

### ترجمه انگلیسی

And in heaven is your Sustenance, as (also) that which ye are promised.

پس، مخزن و آبشخور نصیب و بهره، سهم و روزی ما، انرژی و ظرفیت و توان، پیوند و وصلت با بی نهایتی و

ابدیتی که به ما نوید داده شده، همه در آن فضای یکتایی، در **آسمان** فضا دار درون ما، آسمان **بودن** ماست که صورت

و نقش می بندد و به سیستم فکری و بدنی و عملی، به امور و به انجام دادن های مان جاری می گردد.

فُرم ها، وضعیت ها، نقش ها، پیدایش های گذرا و از بین رفتنی جهان بیرون، نمی توانند خوشبختی و روزی ما،

منتخب محبوب را، تأمین و ضمانت کنند.

الحاق و تلفیق آگاهانه امروز ما، به اصل اولیه خود، به **او** ست، که می تواند، از تشنت ها و پریشانی های موجود

رهایمان سازد.

با رها کردن آگاهانه خود، از بند هستی مجازی، من ذهنی خود ساخته ست که می توانیم زبان گویا و دست و پا و

تجلی بخش شعور لایزال باشیم.

با رها کردن خود، از توسن سرکش نفس های توهمی و تصویری ست که می توانیم به آسمان درون خود راه یافته و

روزی نهاده شده مان را برگیریم.

در گستره آسمان **درون**، به سبب آگاهی و هشیاری و رای فرم و افلان، روزی ما، جز افتناع، جز عدم نقصان، جز

تسلیت و آرامش خاطر، جز سکون و صلح، سلامتی و سامان و آسودگی، نیست.



از آن باغ است این سیب زرخدان

قناعت بر یکی تَفَاح تا کی؟

آن باغ یکتایی منشأ همه امکانات و منشأ همه زیبایی هاست.

همه زیبایی ها، از **آنجا** می آید.

تمام زیبایی هایی که شما در جهان فرم می بینیم و به آنها چسبیده ایم، زیبایی سیب زرخدان که به آن قناعت می کنیم، از آن باغ آمده. (سیب زرخدان، قسمت برجسته چانه ست که سمبل و نماد زیبایی معشوق زمینی یا عرفانی ست).

مولانا یادآوری مان می کند:

" بیدار شو، این زیبایی ها، از **آنجا**ست "!

پس منبع همه زیبایی ها، آن فضای یکتایی ست.

زیبایی های جهان فرم که به آنها محکم چسبیده اید، ناپایدارند.

این زیبایی ممکن است مربوط به خود انسان، مربوط به یار انسان، مربوط به یک مجسمه یا یک نقاشی یا هر مقوله ای دیگر که با آن هم هویت و آلوده شده ایم باشد، که همان تفاح است.

شما می گوئید: ,, من مطمئن نیستم باید این وضعیتی را که الآن به آن چسبیده ام رها کنم، از این کنترل دست بردارم، پس روزی من چه می شود؟ ,,

روزی شما در مقولات ناپایدار جهان بیرون نیست. روزی شما در جهان نهفته درون شماس. به استخراج آنها بروید. قناعت کردن بر مقولات ناچیز و کوچک و از بین رفتنی، حیف است تا کی؟ می خواهید آنچه را که خود به فراخی و فراوانی مالک هستید، ملتسانه و زار، از جهان جسم و ماده بیرون، تقاضا کنید؟!.

قناعت را در دو معنی بکار می برد:

- اگر شما در وضعیت فعلی، در وضعیت جدایی و هم هویت شدگی، از پایگاه من ذهنی، چسبیدن به یک یا چند امکان و فرصت هایی را که زیبا، قضاوت کرده اید، راضی هستید و آنها را می پذیرفته و کافی دانسته و می گوئید:

,, من به این امکانات و فرصت ها و تسهیلاتی که بدست آورده ام، قانع ام، همین ها برایم کافی ست، با من کاری نداشته باشید ,,

باید بدانید:

از آنجا که این امکانات و فرصت ها و تسهیلات، در تغییرند و شامل از بین رفتن می شوند، حاصلی جز غم و افسردگی و عدم تعادل و اضطراب و نگرانی، در بر ندارند و بالاخره چنین وضعیتی شما را از پا در خواهد آورد. پس به زیبایی ها و محصول ناپایدار، قناعت نکنید. هر چه بیشتر متوجه این مهم شوید، بهتر است.

- اما اگر انسان بواقع تسلیم شود و به آنچه که هست بسنده کند و طلب زیادتز و بیشتری از جهان مادی نداشته باشد و توقعات اش را به صفر برساند و بند نافی را که به من ذهنی اش بسته، ببرد و بخواهد با دهان هشیاری خود نفس بکشد و غذای آسمانی را طلب کند و می گوید:



«، قبلاً شادی را از جهان بیرون می گرفتم، الان شادی اصیل خودم را می خواهم، به هر چه که از جهان ماده دارم، راضی ام ...».

یک هم یک نوع قناعت است که بر اساس نیازهای روانشناختی کاذب نیست.

وقتی خودمان را زیر نورافکن قرار می دهیم، یکی از وظایف مان این است که نیازهای حقیقی و نیازهای کاذب خود را بشناسیم: «، آیا این ... نیاز حقیقی من است؟».

غذا نیازی حقیقی ست. آیا ما غذا برای خوردن نداریم؟

مسکن و لباس نیازهای حقیقی اند. جسم سالم و غذای خوب خوردن، از جسم مراقبت کردن، نیازهای حقیقی اند. تأیید دیگران، نیاز روانشناختی ست.

آیا بحث و جدل کردن و پیروز درآمدن، نیاز حقیقی ست؟

" نه ". نیاز روانشناختی، نیاز غیر حقیقی ست. نیاز توهمی، نیاز من ذهنی ست. زمین ذهن و من ذهنی را شوریدن است.

در مقام هشیاری، با آگاهی هشیاری، هر نیازی که من ذهنی به شما القاء می کند، نپذیرید:

«، چه نیازی به این ... دارم؟!، این ... را نمی خواهم، ضروری نیست، احتیاجی به آن ... ندارم، ...».

" این همان قناعت هم هست ".

کسی که نیازهای روانشناختی خود را بشناسد، متوجه توهمی بودن آنها می شود و دنبال شان نمی رود.

«، آیا من مجبورم، دروغ بگویم که کمی پول بگیرم؟»، " نه ". نیاز ندارم.

من ذهنی نیاز دارد. زیرا به هر حال، چیزی را که ممکن است زندگی در آن باشد، به خود اضافه می کند.

برای من ذهنی، هر جسمی که به ما اضافه می شود، خوب است و در آن زندگی هست. بعضی موقع ها عقلش نمی رسد و دردها را هم بعنوان دست آورد خوب، به خود اضافه می کند!.

اگر غیر از این است، پس چرا ما رنجش ها و دردها را نگه داشته و با خود حمل می کنیم؟ بنابراین از نظر من ذهنی نگه داری و حمل درد چیز خوبی ست!.

آیا از نظر عقل سلیم، حمل رنجش، حمل کینه، حمل اندوه و غم، خوب است؟ " نه ".

پس وقتی بوسیله من ذهنی زیر فشار قرار می گیریم، فوراً برانگیخته نشویم و با تأمل، بگویم:

«، باید بررسی کنم که آیا واقعا این نیاز را دارم، آن را می خواهم، ...؟».

خیلی از چیزها را ما واقعا نیاز نداریم، نمی خواهیم، برایمان ضروری نیستند، اما باز دنبال آن می رویم!.

مهم است که در مقام هشیاری، عقب بکشیم و به نیازی که من ذهنی به ما تحمیل می کند، نگاه کنیم.

جَراحتِ راستِ دارو حُسنِ یوسف

دوا جُستن ز هر جَراحِ تاکی؟

من ذهنی به مثابه یک زخم است. هشیاری، به یک زخم چسبیده!.

هشیاری بعنوان یک به اصطلاح بی فرمی، گویی خاری به پایش فرو رفته.





این جراحی ← همان رنجش ها، کینه ها، دردها، هم هویت شدگی ها، حس جدایی از جهان و از خود و از خدا و زندگی و از همه کس و از همه چیز است.

ما بعنوان یک گمشده در جهان، مانند کودکی که در پارک در خیل جمعیت، مادرش را گم کرده، دنبال او می گردیم و هیچکس را نمی شناسیم. این همان زخم و جراحی است.

این زخم من ذهنی را کی شفا می دهد؟  
حُسنِ یوسفِ خودمان.

یوسف، نماد هر چیز خوب مثل: خرد، زیبایی، عشق و لطافت است. یوسف اصل ماست.

در داستانِ یوسف، برادرانش او را به چاه انداختند.

در داستانِ ما نیز، این رویه، تکرار شد. ما به چاه فکر افتاده ایم.

چه کسانی ما را به چاه فکر انداختند؟  
برادران و خواهر و مادر و فامیل و معلم مانِ مان، ما را به چاه فکر انداختند.

چگونه؟

هم هویت شدگی و شرطی شدن ها را به ما آموختند. به چاه هم هویت شدگی ها افتادیم.

اگر اجازه بدهیم، اگر تسلیم شویم، مقداری نمادِ حُسنِ یوسف، مقداری هشیاری حضور در ما زنده و بیدار شود. مانند داستانِ یوسف، که همیشه تسلیم است، کاروانی می رسد، دلو و سطلِ نجات را به داخل چاه می اندازد تا ما را بیرون بکشد.

آیا بعداً "یوسف به زندان هم می افتد؟" بله "

کی آن را از زندان در می آورد؟  
همان "زندگی".

پس قرار است که یوسفِ ما از چاه در آید. "درمانِ زخمِ شما هم، یوسفیت خودتان است، دنبال داوایی که هر جراح می دهد نروید".

امروزه ما، یوسف مان در چاه است و زخم داریم.

زخم های ما آذیت مان می کنند، شب خواب نداریم، آرامش نداریم.

منظور از هر جراح در اینجا، دکترهای معمولی هم هستند. دکتر زندگی داریم که وقتی از ذهن زاده شویم، به او تبدیل می شویم، نور او به منِ ذهنی ما می تابد و دردها و زخم های ما را شفا می دهد.

همینکه با این لحظه موازی و **تسلیم** شوید، این نور از شما که فقط هشیاری جسمی نیستید، رد می شود، عبور می کند. خدا برای شما واقعیت پیدا می کند و می توانید دردها و زخم های تان را شفا دهید.

بتدریج حس می کنید که میل دارید رنجش هایتان را بیندازید، بیخود و بیهوده بودن آنها را می بینید. هم هویت نمی شوید. کینه ورزی نمی کنید. در حالیکه قبلاً" در کینه توزی اصرار داشتید.



سه سال پیش کسی پول شما را نمی داد، زیر اضطراب شدید می رفتید، الآن همان حالت را ندارید. واکنش نشان نمی دهید، چاره از درون تان می رسد.

دوایی که امروزه به ما پیشنهاد شده، قرص های مُسکن، مشروبات الکلی، مواد مخدر است!

هر شب، چندین هزار گالن مشروبات الکلی مصرف می شود، چرا؟

برای اینکه مردم فکر می کنند که با مصرف مشروبات الکلی، با مصرف آرام بخش ها و مواد مخدر، خود را گم کردن در هیاهوی مصرف و تماشای سریال های تلویزیونی و تبعیت از انواع و اقسام مُدهای روز، ... می توانند جراحات خود را درمان کنند! نه. " نمی توانند ".

جَراحتِ راست دارو حُسنِ یوسف، داروی شفا بخشِ زخمِ ما، حُسنِ یوسفی خودمان است. تا کی؟ شما می خواهید از بیرون، از هر کسی بپرسید: ,, چکار کنم؟ ,,

او نمی داند. او هم مثل تو.

بعد با هم می نشینند و درد دل می کنند. درد آن یکی هم بیشتر!

آیا زخم ها و دردها به اینصورت درمان می شوند؟ تا کی؟

اینها درس هایی ست که مولانا به ما می دهد و چون شما خردمندید، وقتی می پرسید تا کی؟، تا کی؟، تا کی؟...

هر کدام از این ابیات، تغییری را به شما پیشنهاد می دهد و شما آن رهنمودها را بکار می برید و تغییر انجام می گیرد.

اگر آرام باشید و بصورت ناظر فکرتان را نگاه کنید، حتماً چاره را می بینید. می دانید باید چکار کنید.

شما می دانید باید چکار کنید، لازم نیست کسی به شما بگوید چکار کنید. این ابیات را به تکرار بخوانید، خواهید دید که هر بیتی برایتان ارمغانی دارد.

زِ هَر جُزوت چو مطرب می توان ساخت

ز چشمت ساختن نَوّاح تا کی؟

بینید مولانا چه می گوید!

ما طوری ساخته شده ایم که هر جزو ما، هر سلول ما، هر ذره ای از وجود ما، می تواند شادی و طراوت زندگی را مرتعش کند.

هر سلول ما، بوسیله هشیاری، بوسیله بی فرمی زندگی، می داند که این بدن، ۹۹،۹۹٪ خالی ست. در این خلاء نمی دانیم چیست؟! هر سلولی پُر از خلاء ست.

اگر ما بوسیله ذهن مان مسائل کوچک بیرونی را مطرح نکنیم و جدی نگیریم و در ذهن باقی نمانیم و هشیارانه از ذهن

بیرون بیاییم و هشیارانه در این لحظه به حضور زنده شویم و به ذهن برنگردیم، من نسازیم، واکنش نشان ندهیم، هم

هویت با مقولات بیرونی که فکر می کنیم به ما زندگی می دهند، نشویم، هر سلول ما یک مطرب می شود و شادی

طبیعی و حقیقی زندگی در ما شروع به ارتعاش می کند و کُل این مجموعه تبدیل به یک آنتن شادی می شود.

شما یک آنتن شادی و آرامش بخشی در جهان هستید.

حال، ما چه کردیم؟ ما از چشمان من ذهنی پُر درد و نوحه گر به جهان نگاه می کنیم!



بعضی از ما دائم آماده دعوا هستیم!

شما به چشم بعضی نگاه کنید، منتظرند چیزی بگویند، تا دعوا راه بیندازند. مثل اینکه از پشت آن چشم ها، آدمی پُر از درد و پُر توقع به جهان نگاه می کند. دنبال چیست؟

دنبال درد است. شما به خودتان نگاه کنید و از خود پرسید:

، آیا در این جهان من نوحه گرم؟ عزاداری راه انداخته ام؟ نوحه سرایی می کنم که مردم بگریند؟، به هر کسی که می رسم، غصه ها و درد دلم را می گویم؟، من ذهنی ام مرکز و دلم شده؟، به آنتن پخش درد تبدیل شده ام؟، وارد هر خانواده که می شوم کدورت ایجاد می کنم؟، بین دو دوست را به هم می ریزم؟، حرف اینجا را به آنجا می برم؟، غیبت می کنم؟، رازهای مردم را با مقداری هم دروغ اضافه و فاش می کنم؟، دنیا را به هم می ریزم؟، ...  
خودم هم نمی دانم چرا؟

" بله. در اینصورت شما درد دارید و درد ایجاد می کنید! "

من بعنوان کسی که زیر نظر و نورافکن خود هستم، بسیار مهم است که بدانم و آگاه باشم:

، از صبح که راه می افتم، چه می کنم؟ ،،

آیا امروز، درد ایجاد کردم؟ مردم به من چه می گویند؟ آیا می خواهند با من معاشرت کنند؟ از دیدن من شاد می شوند؟ اگر هر جزو شما، هر ذره شما، آنتن شادی ست، مطمئن باشید که مردم شما را دوست دارند و با دیدن شما شاد می شوند زیرا مردم دنبال این برکت اند.

اما چه کسی می تواند شادی را در جهان پخش کند؟

همه این این استعداد را دارند. اما انسانی که از ذهن زبیده شده باشد، می تواند براستی آنتن شادی باشد.

آیا مولانا این مطالب را برای یک نفر می گوید؟ " نه "

همه ما این پتانسیل و استعداد را داریم ولی خفه اش کرده ایم.

پس یاد می گیریم:

ما نوحه گر نیستیم. نمی خواهیم درد و غم در جهان پخش کنیم. اگر هم نوحه گر بودیم، از این به بعد نمی خواهیم به این رویه ادامه دهیم.

ما ساقی هستیم و شادی در جهان پخش می کنیم. شادی ست که زخم ها را شفا می دهد. پخش آرامش است که به

درمان دردهای جهان کمک می کند. انسان ها می خواهند در یک به اصطلاح فضایی آرام باشند.

ما خود، وقتی زیر نورافکن خود هستیم متوجه می شویم که چه چیزهایی ما را تحریک می کند.

اگر تلویزیون، ما را تحریک می کند. اگر حس می کنید: ،، بعضی از برنامه های تلویزیونی را که نگاه می کنم، ناراحت می شوم و واکنش نشان می دهم ،، پس نگاه نکنم! ،،

این برنامه تلویزیونی یا این سریال، مرا به ماده و جسم می کشاند، به واکنش نشان دادن، حسادت ورزیدن، برانگیخته شدن حس خشم ام، کنترل همه چیز و اطرافیان را بدست گرفتن و ... تحریک می کند. وضعیت قصه سریال را با



وضعیت خود مقایسه می‌کنم، می‌ترسم. نگران می‌شوم. احساس کمبود می‌کنم، مرا به بیشتر خواستن، بیشتر و ... تشویق می‌کند. انتقال این حس‌ها به زندگی روزمره شخصی خیلی بعید نیست!

کسی را که من ذهنی دارد، بزرگ نشان می‌دهند و این بزرگنمایی را مثبت و پیشرفت و خواستنی، جلوه می‌دهند. "وقتی شما به این سری داده‌ها نگاه می‌کنید، معلوم است که تحریک می‌شوید، خُب نگاه نکنید!"

فردا، اگر معتاد نگاه کردن به این برنامه‌ها شدید و چشم‌های تان روزه‌خوان، نوحه‌خوان شد، گله و شکایت نکنید! برای اینکه این جهان پُر از من ذهنی ست. من ذهنی یا درد پخش می‌کند، یا نفاق انگیز است و جدایی را تبلیغ و تشویق می‌کند.

من ذهنی، عشق و لطافت، اعتدال و صمیمیت را نمی‌شناسد. زیرا بر اساس جدایی و هم‌هویت‌شدگی ایجاد شده. از ذات آن، خواستن بیشتر، مقایسه و حسادت، برمی‌خیزد.

حس جدایی، مقایسه، حسادت، کار اصلی من ذهنی ست. شما برای چه باید آن برنامه یا آن وضعیت را دنبال کنید! از آشفته‌گی دوری کردن هم یک نوع پرهیز است و سلامتی روان و تن را تضمین می‌کند.

،، وقتی می‌بینم، آشفته می‌شوم ،،.

خُب نمی‌بینم!

انسان تأثیر پذیر است. تلقین و تکرار، می‌تواند روی ما اثر بگذارد.

یادمان باشد، هر چیزی که می‌بینیم، می‌خوانیم، عمل می‌کنیم، روی ما اثر می‌گذارد. هیچکس نمی‌تواند بگوید: ،، من آنچنان قوی هستم که دیدن هر برنامه‌ای روی من اثر ندارد، خودم را حفظ می‌کنم ،،!

این را هم بگوییم: این بدن، فولاد نیست. عبارت "تا کی؟" را که بکار می‌برد، بی‌معنا نیست.

اگر کسی مریض شده و دل درد و روده درد و معده درد و سرطان و یا بعضی دیگر از امراض را دچار شده، باید مواظب خودش باشد.

ما از ده سالگی به بعد شروع به جذب اضطراب‌ها و غم‌ها می‌کنیم، مگر بدن چقدر مقاومت دارد؟

شما متوجه خواهید شد که آدم‌هایی که زیر فشار روحی هستند، پس از مدتی هشیاری شان پایین می‌آید و دیگر گیرایی ذهنی ندارند. نباید فشار آورد. چقدر باید بترسیم!

آیا خشم و ترس مفیدند؟

نه. اینها کیفیت‌های انسان نیستند، من ذهنی، عادی بودن این وضعیت‌ها را به ما تلقین کرده: ،، چون شامل همه

شده، چون همه همینطورند، همه خشم و ترس و حسادت و کینه و رنجش و توقع دارند، پس این حالت‌ها عادی ست!.

"نه". اینطور نیست. این هیجانات، کاهش‌دهنده میزان هشیاری حضور انسان اند. بیداری انسان را به تعویق می‌اندازند. عادی نیستند. ما عادی‌شان کرده ایم.

چو نفس واحدیم<sup>(۴)</sup> از خلق و از بعث

جدا باشیدن ارواح تا کی؟

این بیت هم برگرفته یکی از آیه‌های قرآن است.



همه ما، همه انسان ها، یک هشیاری اند. از یک هشیاری خلق شده و به این جهان آمدم، همان هشیاری بدن من را، مغز شما را ساخته و پرداخته و همان هشیاری می تواند عقب بکشد و قضیه بعث، برانگیختن، را تماشا کند. منظور از بعث، برانگیختن و بیرون بردن ما انسان ها بوسیله زندگی، خدا، از ذهن است. ما باید نسبت به من ذهنی خود ساخته، فنا، و بر مبنای هشیاری بنا شویم. ما یک هشیاری بیشتر نیستیم. هشیاری در این شش میلیارد انسان، همان هشیاری در یک انسان است. فرقی نمی کند، همه یک هشیاری اند. اتفاقاً، جسم و ظاهر همه ما هم یکی است. همه ما انسان ها به یک صورت ساخته شده ایم. همه دست و صورت و یک مغز داریم. در همه انسان ها من ذهنی بر اساس هم هویت شدگی با جهان بیرون و حس جدایی از زندگی ساخته شده و خاصیت اش، خواستن، حرص، هر چه بیشتر بهتر، است. من ذهنی چینی، با من ذهنی امریکایی، با من ذهنی ایرانی، عرب، روس، یکی است. مثل دکتری که در چین تحصیلات پزشکی را سپری کرده باشد، می تواند در امریکا طبابت کند. دکتری که در امریکا تحصیل پزشکی کرده می تواند در خاورمیانه طبابت کند. کسی که دکتر روح باشد، یک انسان معنوی، چینی، ایرانی، از امریکای جنوبی، فرقی نمی کند، نور حضورش می تواند روی ما اثر کند. حالا که همه جا یک هشیاری است، در تمام آدم ها، یک هشیاری است، در من همان هشیاری، در شما همان هشیاری، در دیگری هم همان هشیاری است، پس چرا این ارواح، این روح ها، از هم جدا هستند؟! به خاطر وجود من ذهنی است و ما این عجوبه را شناسایی می کنیم. وقتی از ذهن زاینده شویم و به فضای یکتایی رویم، در همه اشخاص آن روح واحد و مشترک را می بینیم. یکتایی زندگی را می بینیم. متوجه می شویم که ناسازگاری و ناهمگونی انسان ها، ظاهری و سطحی است. مولانا چه می خواهد بگوید؟ می خواهد بگوید: اگر ما دانا بودیم، آدم ها را اذیت نمی کردیم، درد ایجاد نمی کردیم، شلاق نمی زدیم، نمی کشتیم، به نوع بودن شان اعتراض نمی کردیم، می فهمیدیم که در واقع ما غلط تربیت شده ایم. ما، هشیاری خدایی را تحریف کرده و به انحراف کشیده ایم، بد تربیت شده ایم، اشتباه کرده ایم، وگرنه همه یک هشیاری، همان هشیاری هستیم.

(۴) سوره (شماره ۳۱) لقمان، آیه ۲۸

مَا خَلَقَكُمْ وَلَا يَعْتَكُمُ إِلَّا كَفْسٌ وَّاحِدَةٌ ۗ إِنَّ اللَّهَ سَمِيعٌ بَصِيرٌ

[يك تن نیست، که خدا شنوای بی‌ناست. آفرینش و برانگیختن شما [در نزد ما] جز مانند [آفرینش

ترجمه انگلیسی



And your creation or your resurrection is in no wise but as an individual soul: for Allah is He Who hears and sees (all things).

هشیاری، زندگی، خدا، دل تاریکی را شکافت، به روشنی روز رسید.  
از عمق هشیاری جسمی و منِ ذهنی، از فرم عبور کرد، در هشیاری حضور زنده شد.  
ذهن چموش، رام و در تسخیر خرد لایتناهی در آمد و قایق طوفان زده جسم، به ساحل امن حضور رسید.  
از برودت و انجماد زمستان، به عطش اشتیاق تابستان، از دل خاک سیاه و سرد، به لطافت و رایحه گل، از کمر پدر، به جنین راه یافت.

دانه نیکی ای پرتاب شده در دجله ای دور، در خوشه ای از هفتاد برکت، باز گشت.  
بی نهایت کوچکی شد و در بی نهایت محدودیتی، تلیق، ابدیت را در فرم (سنگ و درخت و حیوان) تجربه کرد و در انسان، دوباره بپا خاست... و براستی که زندگی، هشیاری، خدا، شنوا و بیناست.  
صبحگاهان، پیش فراوانی، این فتح، این حضور بیدار را تجربه کردند.

دهان بر بند در دریا صدف وار

دهان بگشاده چون تمساح تا کی؟

ما کجا هستیم؟

همه در دریای یکتایی هستیم.

صدف با قطره ای باران که در دهانش می چکد، دهانش را می بندد و قانع می شود.  
ما هم با وجود اینکه منِ ذهنی داریم و هشیاری مان در ذهن گیر افتاده، اما بوسیله فضای یکتایی، در دریای وحدت و یگانگی، محاصره شده ایم.

اگر مثل صدف، خردمندانه، دائم از جهان بیرون نخو/هیم، به جان مان قانع باشیم، این جان، به مرواریدی یکتا تبدیل می شود. مروارید، سبب یکتایی و اتحاد ما با زندگی ست، به شرطی که ذهن را خاموش کنیم. دهان بر بندیم. ذهن را خاموش کنیم.

حداقل، سرعتش را پایین بیاوریم!.

اگر نمی توانیم ذهن را خاموش کنیم و با سرعت زیاد فکر می کنیم، درد ایجاد می کنیم، فکر می کنیم، درد ایجاد می کنیم، فکر می کنیم، درد ایجاد می کنیم... هر فکری به دردی و به یک موضوع حل نشده مربوط است، دقت کنید که مولانا چه می گوید.  
شما الآن می دانید چرا اینقدر تند تند فکر می کنید.

چرا این لحظه یک فکر، لحظه دیگر یک فکر، لحظه دیگر ...

،، چرا من نمی توانم پنج دقیقه آرام باشم و فکر نکنم؟ چرا؟،،

برای اینکه فکر، مربوط به مقولات بیرونی ست. تا زمانی که منِ ذهنی فکر می کند که در مقولات بیرونی برکت و گشایش وجود دارد، زندگی وجود دارد. تند تند فکر و قضاوت می کند، مبادا منفعتی باشد و آن را نبیند!.



شما اگر بطور قطع و یقین شناسایی کنید که زندگی، خوشبختی، شادی، در جهان بیرون نیست، در **درون** شماست، سرعت فکرتان پایین می آید. آرام می شوید.

پس، " دهان مان را می بندیم. این مروارید می رسد. می پزد "

تمساح همیشه دهانش باز است. منتظر گنجشک، ماهی، پرنده، اردک، ... ، منتظر شکار بیرونی ست و من ذهنی نیز با حرف، دنبال شکار است.

اما متوجه نیستیم که وقتی شکار می کنیم، خودمان شکار می شویم!

هر کسی بعنوان هشیاری، برای شکار بیرون می رود، فکر می کند شکار کرده، حال آنکه خودش شکار شده!

ما دیگر نمی خواهیم مثل تمساح، دهان مان را باز نگه داریم. شناسایی کرده ایم.

### مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۱

کوزه چشم حریصان پُر نشد

تا صدف قانع نشد پُر دُر نشد

چشم آزمندان هر گز سیر نمی شود. هر چه زر و سیم بیندوزند، پریشانی خاطرشان برطرف نمی شود و هر روز آتش حرص و آزشان تیز تر می گردد. به عنوان مثال: صدف تا قانع نباشد و از قطرات فراوان باران به چند قطره اکتفا نکند، هر گز درونش پُر مروارید نمی شود.

ما حرص را شناختیم. متوجه شدیم که حرص متعلق به من ذهنی ست. حرص از هم هویت شدگی و زندگی خواستن از وضعیت های جهان بیرون می آید. حرص معادل شعار: ,, هر چه بیشتر بهتر است ,,

چون شما آگاه شده اید، فهمیده اید که گشایش، این لحظه بوسیله زندگی به شما داده می شود، مثل صدف، دیگر حرص ندارید و قانع شده اید، پُر دُر خواهید شد.

دهان بر بند و قفل بر دهان نه

ز ضایع کردن مفتاح تا کی؟

دهان را بر بند و قفل اش کن.

ما چه می کنیم؟

مفتاح، کلید است. کلید همان خرد، شراب و برکتی ست که از سوی زندگی، از فضای همه امکانات، می آید و ما آنها را برای بوجود آوردن یک من توهمی، ضایع و تلف می کنیم، آنها را در ذهن مان، در من ذهنی، سرمایه گذاری می کنیم. من ذهنی که برمی گردد و با زندگی، با خدا، می ستیزد!

حال آنکه، از این کلید، از این گشاینده، از این راهنما، باید حراست کنیم.

چگونه؟

- هر چه بیشتر در پذیرش اتفاق این لحظه تسلیم باشیم.

- توقعات خود را از جهان بیرون و از انسان ها شناسایی و به صفر برسانیم.



- از آدم های دیگر زندگی نخواهیم و مقولاتی را که تا بحال از دیگران می خواستیم، شناسایی کنیم.
- تشخیص دهیم که رنجش های مان از دیگران بر چه اساسی ست؟ از آنها چه می خواستیم، چه انتظاراتی داشتیم؟
- دیگر آنها را نخواهیم.
- اصرار نداشته باشیم که وضعیت ها به گونه ای دیگر باشند، چون وضعیت ها نیستند که به ما زندگی می دهند، ... اینها ضایع کردنِ مفتاح است.
- شعری را قبلاً خواندیم که گفت:

انصتوا یعنی که آبت را به لاغ  
هین تلف کم کن که لب خشک است باغ  
انصتوا یعنی ساکت باش. ساکت باش، امر است.

آب زندگی ات را بیهوده تلف نکن زیرا باغ لب خشک است و خشکیده!

امر قُل زین آمدش کی راستین  
کم نخواهد شد بگو دریاست این  
وقتی شما این من ذهنی را کنار گذاشتید و این پوسته افتاد و بسوی فضای یکتایی رفتید و بقول مولانا، از جنس لوح محفوظ، شدید، حالا بگویید. دریاست این. کم نخواهد شد.

" **انموقع بگو**، نه وقتی من ذهنی داری! "

تا زمانی که من ذهنی حرف می زند زندگی حرف نمی زند.

طبق غیرتِ زندگی:

تا زمانی که ما بعنوان من ذهنی حرف می زنیم زندگی از طریق ما حرف نخواهد زد. یا ما بعنوان من ذهنی حرف می زنیم، یا زندگی حرف می زند. **انتخاب کنید.**

\*

اجازه بدهید که قصه ای از مثنوی برایتان بخوانم که تیترا آن هست:

قصه بَط بچگان کی مرغ خانگی پروردشان.

در ابتدای این قصه، توضیحی هست مبنی بر اینکه:

مولانا این قصه را بر اساس نوشته یا گفتارِ شمس تبریزی که در ابتدا معلم مولانا بود نوشته. من آن نوشته جالب را برایتان می خوانم:

از عهدِ خردگی این داعی را واقعه ای عجب افتاده بود. کس از حال داعی واقف نی. پدر من از من واقف نی.

میگفت: تو اولاً دیوانه نیستی، نمی دانم چه روش داری تربیتِ ریاضت هم نیست، و فلان نیست.

گفتم: یک سخن از من شنو، تو با من چنانی که تخم بط را زیر مرغ خانگی نهادند، پرورد و بط بچگان برون آورد، بط بچگان کلان تَرک شدند، با مادر به لب جو آمدند، در آب در آمدند. مادرشان مرغ خانگی است، لب لب جو می رود، امکان در آمدن در آب نی. اکنون ای پدر! من دریا می بینم مرکب من شده است، و وطن و حال من این است.  
اگر تو از منی یا من از توام، درآ در این دریا، و اگر نه، برو بر مرغان خانگی.





\*

مولانا، دیوانِ شمس را به اسم شمس نوشته و یا به او تقدیم کرده، می گوید:

در خردسالی، یعنی از ده، دوازده سالگی، این داعی، این دعا کننده (شمس)، را واقعه‌ای عجب رخ داده بود. این عجب واقعه‌ای که رخ داده بود، همین به حضور زنده شدن اوست.

کسی به حال من واقف نبود، برای اینکه من در بیداری، در حضور بدم و مردم من ذهنی دار درک ام نمی کردند. پدرم نیز، از حالت های من آگاه نبود. می گفت:

تو که دیوانه نیستی، تربیت ریاضت و فلان هم نیست، ولی نمی دانم چه روشی داری! (البته در بعضی از نسخه ها آمده: ترتیب ریاضت).

به هر حال، پدرش می گفته تو که دیوانه نیستی، اما آنطور که همه رفتار و عمل می کنند، عمل نمی کنی!، نمی دانم چه روشی داری؟

پس طبق این نوشته:

حتی پدر، مادر یا فامیل کسی که به حضور زنده می شود، نمی توانند حال او را درک کنند چون با دیدن ذهنی نگاه می کنند.

شمس به پدرش می گوید: از من سخنی بشنو. رفتار تو با من، مثل این است که یک تخم مرغابی را زیر یک مرغ خانگی بگذارند.

تخم مرغابی را زیر مرغ خانگی گذاشتند. مرغ، تخم ها را پروراند و بچه مرغابی ها را از تخم، از پوسته شان، بیرون آورد.

اینجا مرغ خانگی سمبل دنیا یا من ذهنی ست و بط بچه یا تخم بط ما هستیم که بصورت هشیاری جذب ذهن می شویم. وقتی جوجه ها بیرون آمدند، فکر کردند که مادرشان همین مرغ خانگی ست.

بچه مرغابی ها بزرگ شدند و با مادر به لب جو، لب آبی که در اطراف قلعه من ذهنی بود، رفتند. به فضای یکتایی نزدیک شدند.

جوجه ها وارد آب شدند اما مادرشان، مرغ خانگی کنار جوی آب حرکت می کرد و توان رفتن در آب را نداشت.

شمس به پدرش می گوید: اکنون ای پدر، من، جوجه مرغابی هستم و دریا را می بینم. دریا وطن و اسب من است، در ریاست که حس امنیت می کنم. اگر تو از منی یا من از تو هستم وارد این دریا شو وگرنه به کنار مرغان خانگی برو.

پس ما جوجه هایی هستیم که دنیا یا ذهن یا من ذهنی ما را پرورده و الآن با مادرمان که دنیاست سر آب، لب جو، لب فضای یکتایی هستیم. می دانید که مرغ خانگی نمی تواند در آب رود.

من ذهنی لب لب آب می آید ولی از آب می ترسد و جوجه ها را هم از نزدیک شدن به آب می ترساند ولی چون جوجه مرغابی میل به آب دارد و آب را می شناسد، در آب می رود.

پس، در ما یک من ذهنی وجود دارد که دنیا را نشان می دهد.



دنیا و منِ ذهنی و عواملِ شان، ما را که همگی، جوجهٔ مرغابی بیرون آمده از تخم هستیم و لبِ دریا می‌گردیم، - می‌ترسانند. ولی بعضی از ما خود را به آب می‌زند و شنا می‌کند. برای اینکه شناگری را بلدیم. ولی دایهٔ ما که منِ ذهنی ماست نمی‌تواند در آب رود، شنا بلد نیست. اگر در آب رود دیگر وجود نخواهد داشت. (این موضوع مهمی ست). منِ ذهنی نمی‌تواند در آب یکتایی رود. نمی‌تواند شنا کند، شناگری را بلد نیست. با گسترهٔ وحدت کاری ندارد.

ما می‌دانیم تا زمانی که در منِ ذهنی هستیم و از جهان بیرون حس امنیت می‌خواهیم، جهان، این حس امنیت را به ما نخواهد داد مگر اینکه به فضای یکتایی برویم. در اینصورت هم دایه، ما را می‌ترساند. دایهٔ ما این دنیاست: ,, نه اینکار را نکنی! ,, ,, نه اینکار را نکنی! ,, خودش هم نمی‌تواند در آب بپرد!.

شما به منِ ذهنی، پدر، مادر، دوستان، اطرافیانِ تان می‌گویید:

" اگر تو از من و یا من از توام، با من به دریا بیا وگرنه، کنار مرغان خانگی برو."

پس، شما بعنوان بچه مرغابی، پشتِ سرِ مرغ خانگی که ذهن است و این دنیا، راه افتاده اید ولی رویهٔ ذات و اصل - خود را فراموش نکرده اید.

شش میلیارد انسان، همه جوجه مرغابی اند. دریا و شناگری را می‌شناسند، بلدند. مادرشان که دنیاست، مانع رفتن آنها به دریا می‌شود و آنها را می‌ترساند در حالیکه اینها میل به دریا دارند.

یکی از آن جوجه‌ها بیدار می‌شود و به دنیا به پدر، مادر، یا هر کسی با هر قیافه‌ای که مانع رفتن او به دریا را ایجاد می‌کند، و او را می‌ترساند، می‌گوید:

" اگر تو از من و من از توام، تو هم به دریا بزن." من در دریا حس امنیت می‌کنم.

مانند مرغابی از خود کشتی بساز و اینقدر کرایه و دردرسِ ملاح، کشتیبان را نکش. وگرنه برو کنار مرغان خانگی.

پس: ما بچه مرغابی هستیم، میل به دریا داریم، شنا بلدیم، اما مرغ خانگی که دایگی مان را کرده، مادر خود می‌دانیم و هنوز دنبال او راه می‌افتیم و حرف‌های او را تکرار می‌کنیم. در حالیکه شنا بلدیم.

\*

این دو بیت را هفتهٔ قبل خوانده‌ام. در این دو بیت مولانا می‌گوید:

هر چه بیشتر بسوی دریا می‌روی، معیار خودت می‌شوی.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۶۴

یک گزی ره که بدان سو می‌روی

همچو گز قطب مساحت می‌شوی



به اندازه یک مترکه بسوی یکتایی می روی، در طریق زندگی، خدا، گام برمی داری، به اندازه همان یک متر، قطب و راهنمای خودت می شوی. خودت خالقِ فکرهایت می شوی و تعلیماتِ مادر دنیا را دنبال نمی کنی. متوجه می شوی که دنیا، دایه ست. مادر اصلی شما نیست. مادر اصلی شما همان زندگی، خداست.

وانک لنگ و لوک آن سو می جهی

از همه لنگی و لوکی می رهی

لنگ و لوک یعنی، ما درست و حسابی و سریع نمی توانیم بسوی زندگی، فضای یکتایی برویم.

اگر یکی از این جوجه مرغابی ها، بخواهد به سوی دریا رود، بقیه جوجه مرغابی ها که فکر می کنند که آن مرغ خانگی مادر آنهاست، دنبال آن راه می افتند و نمی خواهند به طرف دریا بروند.

چون از همان بدو تولد، چشم شان را که باز کردند، مرغ خانگی را پرورش دهنده خود دیدند.

ما وقتی چشم مان را در این جهان بازمی کنیم، با حس ها و قضاوت های فکری مان، با این جهان هم هویت می شویم و این جهان را مادر خود تلقی می کنیم و متوجه نیستیم که دنیا مادر اصلی ما نیست و دایه ماست و باید از آن جدا شویم و رهاش کنیم!.

ای کسی که لنگ و لوک (خودش را روی زمین می کشد)، لنگ لنگان به آن سو می روی، از همه لنگی و لوکی های من ذهنی رها می شوی.

پس ما، اگر به سرعت نمی توانیم به سوی فضای یکتایی رویم، افتان و خیزان باید حرکت کنیم.

غزل امروز هم همین مطلب را بیان کرد.

شما باید خودتان را زیر نورافکن قرار دهید و بررسی کنید:

- نسبت به شش ماه پیش، کجا هستم؟
- آیا پیشرفت کرده ام؟
- آیا توقعاتم کمتر شده؟
- با چه مقوله های آفلی، هم هویت ام؟
- آیا از جوهر و روح زندگی، کمتر حس جدایی می کنم؟
- آیا انسان ها را که نگاه می کنم، زندگی را در آنها می بینم؟
- آیا رابطه ام با همسر و با بچه هایم، با خواهر و برادر و دوستانم، با رئیس،م، بهتر شده؟
- آیا فضا گشا هستم؟ واکنش های منفی و رنجش هایم کمتر شده؟
- آیا هنوز حالت سخت گیری دارم و همه چیز را سفت و جدی می گیرم؟
- آیا من و حرص، به کنترل در آمده اند؟
- آیا هر روز "لا" می کنم؟
- آیا هر روز و پیوسته روی چهار بُعد فیزیکی، فکری، هیجانی و جان معنوی خود، کار می کنم؟
- تا چه حد به جان واقعی من اضافه می شود؟



- آیا هر روز و پیوسته، قانون جبران، مزرعه، صبر، پرهیز، شکر، تعهد و هماهنگی را رعایت می‌کنم؟ بدون اینکه خود را مورد شماتت و ملامت قرار دهید، این حالات و خصوصیات را در خود، نگاه بررسی و کنید. نه اینکه خودتان را زیر نورافکن قرار دهید و بگویید: «، پیشرفت ام چقدر کم بوده!». ،، ملامت نداریم. محکوم کردن و ایرادگیری نداریم. هر قدر که می‌توانیم تسلیم می‌شویم. زندگی و میل درونی، ما را به سوی دریا می‌کشد. در ضمن، آن قسمتی را که کمی قبل خواندم نشان می‌دهد که میل به دریا، میل به یکتایی و رفتن از من ذهنی، عقب کشیدن از دنیا، در ذات ما وجود دارد. کی ما را به عقب نکشیدن از دنیا، عقب نکشیدن از من ذهنی، تشویق می‌کند؟ همین عوامل جهان بیرون، عوامل مرغ خانگی. مرغ و جوجه های دیگرش. شش میلیارد انسان این دنیا، جوجه مرغی اند اما بقیه، از جمله حیوانات، جوجه های مرغ خانگی هستند که دنیا را بعنوان مادر اصلی خود می‌شناسند. امروز هم مولانا این موضوع را تأیید و تأکید کرد و ما می‌دانیم که این دایه، مادر اصلی ما نیست. پس، برای رهیدن از لنگی و لوکی ذهنی، باید به آن سو رفت.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۶۶

تخم بَطّی گر چه مرغ خانگی

زیر پر خویش کردت دایگی

طبع و میلی که در تو نسبت به دریا وجود دارد، ناشی از سرشت طبیعی مادر توست. (تو فطرتاً از عالم روحانی و ماوراء جسم و ماده هستی، اما موقتاً در کالبد عنصری، جسمی، گرفتار آمده ای).

پس ما تخم مرغ آبی هستیم گر چه مرغ خانگی ما را زیر بال و پر خودش دایگی کرده.

برای اینکه تا چشم مان را به روی این جهان باز کردیم، با حس هایی مثل دیدن و شنیدن و با چسبیدن به ارزش هایی مثل باورها و دردها و اجسام و وضعیت هایی که دیگران در بیرون ارزش نام گذاری کرده و به ما القاء کردند، بزرگ شدیم.

مادر تو بَطّ آن دریا بدست

دایه ات خاکی بد و خشکی پرست

مادر تو مرغابی دریاهاست.

مادر اصلی ما جوجه مرغابی ها، بط دریا یکتایی، زندگی، خداست. اما دایه ای که پرورش مان داده، از جنس خاک شیفته خاک و از جنس فرم است و فرم، هشیاری جسمی ست و جسم و خشکی پرست. هشیاری بی فرم، بی فرمی را می‌پرستد.



پس ما از دایه که فکر کردیم مادرِ اصلیِ ماست، آموزش های بدی گرفتیم. البته، به آسانی از بین بردنی اند.

میل دریا که دل تو اندرست

آن طبیعتِ جانت را از مادرست

طبع و میلی که در تو نسبت به دریا وجود دارد، ناشی از خوی و سرشت طبیعی مادر توست. (گرایش های معنوی تو نشان می دهد که از این جهان نیستی).

دلِ ما، مرکزِ ما، بسوی یکتایی کشیده می شود. تحریکات بیرونی، رادیو تلویزیون، مردم، آی بدو بدو، مثل همه بودن هر چه بیشتر بهتر، ما را به خشکی می کشد!

میل خشکی مر ترا زین دایه است

دایه را بگذار کو بدرایه است

اما میلی که اینک تو به خشکی داری، ناشی از پرورنده توست. پرورنده ات را رها کن که او بد اندیش است.

میل اصلی ما به دریاست. اما تمایل کنونی مان به خشکی، از این دایه ست.

دایه، منِ ذهنی، دایه این دنیا است که به آن نگاه می کنیم و با آن هم هویت می شویم.

آن جوجه که از تخم در آمد، پذیرفت که مرغ خانگی مادر اوست، ول نمی کند. پر و بال و پایش را می پرستد، دنبالش راه افتاده و هر چه که می گوید حرف ها و رفتارش را تکرار می کند.

ما نیز مانند همان جوجه، بمحض دنیا آمدن، دنیا را بعنوان پروراننده و همتای اصلی خود دیدیم. دنبال آن راه افتادیم،

با هر مقوله اش هم هویت شدیم، رهایش نمی کنیم، و دل بستگی و حرص مان نسبت به داده های آن بیشتر و بیشتر می شود. اما هر چه منِ ذهنی یادمان داد و به اجرا درآوردیم، درد ایجاد کرد.

" باید این دایه را رها کنیم زیرا هر فکری که می کند بر اساس منیت است و درد ایجاد می کند "

دایه را بگذار بر خشک و بران

اندر آ در بحر معنی چون بطن

دایه را در خشکی عالم ماده رها کن و خود به سوی جهان ماورای ماده بشتاب و مانند مرغابیان دریای معرفت و معنویت شناور شو.

دایه را باید بگذاریم. ولی آیا ما دایه را به راحتی می توانیم بگذاریم؟

مثل این است که به شما بگویند: آن موردی را که فکرمی کنی در آن زندگی ست و با آن هم هویت شده ای، آن توقعی را که داری، آن نفس غیر مخالف روح و جوهر زندگی را رها کن.

آیا شما به سادگی آن را رها می کنید؟

اگر به شما بگویم که از جهان مادی توقعات تان را به صفر برسانید، شما که به این سادگی اینکار را نمی کنید!

شاید هم اینکار را بکنید، توقعات تان را از جهان مادی به صفر برسانید، امتحان کنید.

دایه را در خشکی بگذارید.

یعنی ما حس هویت مان، سنگینی مان را از ذهن بیرون می کشیم و به فضای یکتایی می رویم.



نگران نباشید که دایه چه می شود، آن که به شما مهری ندارد، شما را خیلی اذیت کرده. آیا مادر دنیا ما را اذیت نکرده؟ هر چه گفت، عمل کردیم اما جز سرخوردگی، به ما نداد. از بس به ما درد داده که بعضی ها از آن سیر شده اند.

شما جوجه مرغابی هستید، چکار دارید که اگر بروید، این مرغ چه می شود؟ دایه را بگذار بر خشک و بران، مانند مرغابی ها در بحردریای معنی، دریای یکتایی اندر آ.   
گر ترا مادر بترساند ز آب   
تو مترس و سوی دریا ران شتاب

اگر دایه ات، تو را از آب بترساند، به خود ترس راه مده و به سوی دریای بیکران معنویت شتاب کن. معلوم می شود که این دایه، ما را خواهد ترساند و این نقطه ضعفی ست که بیشتر مردم در آن گیر کرده اند. همینکه کنترل را رها نمی کنند، همینکه توقع را صفر نمی کنند، همان که آفل را چسبیده و ول نمی کنند، همان که درد و رنج را چسبیده و نمی اندازد و فکر می کند که مقوله مهمی ست:   
,, اگر رنجش ام را ببندازم، رویش زیاد می شود، باید جوابش را بدهم، ... ,,   
حالا، اگر شما از خشکی ذهن بیرون و به سوی فضای یکتایی رفتید و دایه ای که حتما" شما را خواهد ترساند، قصد شما را کرد، به حرفش گوش نده و با شتاب و عجله به سوی دریا برو. این شتاب مثبت است.   
این شناسایی کلی و یکدفعه سعادت بزرگی ست:

،، برکات خواستن از این دایه تا بحال اسیرم کرده و همیشه هم سرخورده شده ام، سن ام به پنجاه، شصت، هفتاد سالگی هم رسیده و باید خود را از این مخمصه رها کنم، ولی مرا می ترساند ،،:   
,, تنها و بی کس می مانی، کنترل را از دست می دهی، ندار می شوی و ... ,, " نه ". نترس.

تو بَطی بر خشک و بر تر زنده ای   
نی چو مرغ خانه خانه گنده ای

مولانا در اینجا نکته ای بس مهم را بطور فشرده بیان کرده و می فرماید:   
" ای انسان، تو همان مرغابی هستی که هم در خشکی و هم در دریا زندگی می کنی. تو مانند مرغ خانگی نیستی که لانه ای گندیده داشته باشی ".

ما مرغابی هستیم. می توانیم هم آگاه به ذهن، آگاه به زمان باشیم و هم هشیاری حضور داشته باشیم. هم می توانیم جهان مادی را ببینیم، هم در آن واحد بر دریای یکتایی، آگاه و هشیار باشیم و این تر است. آنجا کارها را حل و فصل کنیم، ولی بیشتر انسان ها از بُعد معنوی شان خبر ندارند و فقط بُعد مادی دارند.   
ماهم، مثل مرغ خانگی که در لانه اش زندگی و هم کثافت می کند، تمیزش هم نمی کند، با رنجش ها، خشم ها و دردهای مان زندگی می کنیم.

ولی ما می دانیم، همانطور که شمس به پدرش گفت:



«، دریا خانهٔ آمن و مرگب من است. اگر از جنس من هستی وارد آب دریا شو وگرنه معلوم است که تو هنوز به هشیاری تبدیل نشده ای.»

آیا ممکن است که پدری من ذهنی داشته باشد ولی پسر یا دختر او به حضور زنده باشد؟ " بله ".  
نمونه زیاد هست.

تو ز کَرْمَنَا بنی آدم شهی

هم به خشکی هم به دریا پا نهی

بنا به قول حق تعالی: " ما آدمی زادگان را گرامی داشتیم "، تو پادشاه به شمار می روی زیرا هم در خشکی گام می نهی و هم در دریا.

(۵) [سوره \(شماره ۱۷\) اسراء، آیه ۷۰](#)

وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَرَزَقْنَاهُمْ مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَى كَثِيرٍ مِمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلًا

به راستی که فرزندان آدم را گرامی داشتیم و آنان را در خشکی و دریا [بر مرکب] مراد روانه داشتیم و به ایشان از پاکیزه‌ها روزی دادیم و آنان را بر بسیاری از آنچه آفریده‌ایم چنانکه باید و شاید برتری بخشیدیم.

[ترجمه انگلیسی](#)

We have honoured the sons of Adam; provided them with transport on land and sea; given them for sustenance things good and pure; and conferred on them special favours, above a great part of our creation.

ما شما (انسان) را گرامی داشتیم. به این معنی که انسان امتداد خود اوست. ما از جنس هشیاری، زندگی، خداییت، گرامی داشته خدا، شهریار هستیم. مثل مرغابی، پا در خشکی و هم در دریا می گذاریم. هم می توانیم در این جهان کار کنیم و می توانیم دقایقی به ذهن برویم. یک لحظه، نیم دقیقه خشمگین شویم، واکنش نشان دهیم، ولی فوراً به فضای یکتایی برمی گردیم.

به سبب جوهر خداییت و کیفیتی که در ذات مان داریم، مجاز نیستیم رفتارمان را بر مبنای من ذهنی مان ادامه دهیم. مثل مرغ خانگی کثافت کاری کنیم و در کثافت ها بلولیم!

مرغابی کمی در خشکی راه می رود، پر هم می زند، اما شب حتماً باید در دریا بخوابد. خشکی جای امنی برای او نیست. روباهی، گربه ای او را خواهد خورد.

ما حرف مرغ خانگی، حرف دنیا را گوش نمی کنیم. دنیا باید زیر فرمان ما باشد. نه پول و نه آنچه را که ذهن بدان کیشش دارد، نمی تواند ما را از دل به دریا سپردن باز دارد.

که حَمَلْنَاهُمْ (۵) [علی البخر بجان](#)

از حَمَلْنَاهُمْ [علی البخر پیش ران](#)



" آنان را بر دریا حمل کردیم ". (قسمت های مختلف آیه قبل هستند).

از عالم خاک و ماده درگذر و به سوی دریای معنی بشتاب. تو باطنا" به آن جهان تعلق داری، از جهان ماده در گذر. وقتی هشیارانه به جان، به هشیاری، **زنده** می شویم، با آن جان، روی دریا می توانیم راه برویم.

کدام دریا؟

دریای یکتایی.

قسمت دوم آیه می گوید: ما او را در خشکی راه بردیم.

(مولانا از این آیه استفاده می کند): زندگی مرکبی برای ما درست کرده. اگر اجازه دهیم، در ذهن هدایت مان می کند و به دریا می برد، آنجا، با **جان** مان می توانیم شنا کنیم!.

پس ما، چوب لای چرخ زندگی نمی گذاریم و اجازه می دهیم که از ذهن عبورمان داده و به دریا هدایت کند، ببرد. به دریا هم که رسیدیم، شنا را بلدیم.

وگر خضری در اشکستی به ناگه کشتی تن را در این دریا همه جان ها چو ماهی آشنایستی

اگر خضری (سمبل زندگی جاودانه سمبل انسانی که کشتی تن را بشکند)، به ناگه در آن دریای یکتایی، کشتی تن را بشکند، جان، از قبل شناگری را بلد است.

مر ملایک را سوی بر راه نیست

جنس حیوان هم ز بحر آگاه نیست

فرشتگان و ملائک که از جنس هشیاری بی فرم اند، راهی به سوی خشکی ندارند و جنس حیوان هم از دریا آگاه نیست. (فرشته و حیوان، موجوداتی تک ساحتی اند، ولی انسان موجودی دو ساحتی ست زیرا مجموعه ای از مادیت و معنویت است. به خشکی ذهن و به دریای حضور راه دارد).

هشیاری اگر وارد فرم انسانی نشود، به خشکی راه ندارد. حیوان هم بصورت غریزی و فطری، به زندگی، به خدا وصل است. هشیارانه، به سوی یکتایی راه ندارد.

پس، جنس حیوان از دریا، ز بحر، آگاه نیست. فقط انسان می ماند، غیر از انسان، هیچ موجودی آگاهانه و انتخابی، به قلمرو یکتایی راه ندارد.

تو بتن حیوان بجانی از ملک

تا روی هم بر زمین هم بر فلک

ای انسان، تو از حیث جسمانی شبیه حیوانی.

به تن، به جسم، حیوان هستیم، غذا می خوریم، تولید مثل می کنیم، ...

اما به جان، از هشیاری و از فرشته گان هستیم. بدلیل همین کیفیت برتر است که می توانیم هم روی خشکی و فرم راه برویم و هم بر آسمان، بر زندگی، در یکتایی، سیر کنیم.

زمین فرم است، یعنی ما می توانیم بوسیله ذهن، که جهان را به ما نشان می دهد، روی جهان کار کنیم، در عین حال فلک، زندگی را ترک نکنیم، همینکه بارها گفتیم:





" ما می توانیم دو نوع هشیاری داشته باشیم ". شما خودتان را امتحان کنید، دو هشیاری دارید؟ یا فقط همین هشیاری جسمی را دارید؟ فقط فکرها تند تند از ذهن تان می گذرند؟  
یا در شما بُعد معنوی هم باز شده که فکرها را تماشا می کند و فکرها تابع او هستند. فکرها از آن پایگاه ایجاد و به عمل تان جاری می شوند.

اگر بُعد معنوی در شما تثبیت نشده، باید روی خودتان کار کنید.  
مولانا می گوید، از نظر هشیاری، ما دو بُعد داریم:

تا بظاهر مَثَلُكُمْ (۶) باشد بشر

با دل یُوْحَىٰ إِلَکَیْهِ دیده ور

حضرت رسول را مثال می زند. (سوره کهف. آیه ۱۱۰).

به ظاهر، آن بصیر و روشن بینی که به او وحی می شود، مانند همه شما آدمیان، آدمی معمولی بوده است.  
حضرت رسول می گوید: من هم مثل شما بشر هستم، فقط به من وحی می شود.

پس، ظاهر انسانی که به او وحی می شود و انسانی که به او وحی نمی شود، یکی ست ولی به لحاظ دید، دل یکی آن وحی را می بیند و دیگری تشخیص اش نمی دهد. وحی برکتی ست که از بُعد یکتایی می آید.  
آیا بُعد یکتایی فقط برای پیغمبران و برای اولیاء و برای آدم های خاصی ست؟ " نه "

ما هم می توانیم از عالم غیب، از عالم اسرار، از عالم پوشیده، سر در آوریم. می توانیم پیام آن فضا را با آنتن های حسی تطهیر و تعالی یافته، تهذیب شده خود، دریافت کنیم.

این ویژگی برجسته انسان است که در عین جسم و در عین قالب و کالبدی خاکی و زمینی بودن، می تواند با جهان نادیدنیِ اعلی در ارتباط باشد اما این مهم، آنتن های صیقل یافته و روح های منزّه را می طلبد.

پرهیز و تسلیم و تعظیم در مقابل غیرت زندگی ابزار این لقاء هستند.

قبل از ما بزرگان، بودا، مسیح، زرتشت، محمد و مولانا و عارفان مان این مرتبه، این علو را تجربه کرده اند، یعنی به هشیاری حضور زنده شده اند.

از آنجا که فقط یک هشیاری در جهان وجود دارد، همان هشیاری در من و ماست، صبح فتح، صبح بیداری و زنده شدن ما نیز دمیده. ما هم استعداد و ابزار این زنده شدن را در دسترس داریم.

با کمک راه دان، معلم معنوی، ما هم می توانیم با شکستن زندان ذهن و تن، با فضای وحدت در مراوده باشیم، شادی و خرد را صفات ناب و پاک را از آنطرف دریافت و در این جهان بریزیم.

همین من ذهنی هم می تواند ساده شده و در اختیار ما، در اختیار زندگی قرار گیرد و به گنج حضور زنده شود.  
برای چه اینها را می خوانیم؟ برای اینکه این بُعد در شما هم زنده شود.

شش میلیارد انسان، بُعد معنوی دارند و می توانند به بُعد معنوی شان زنده شوند.

با دل یُوْحَىٰ إِلَکَیْهِ دیده ور شوند.

(۶) سوره (شماره ۱۸) کهف، آیه ۱۱۰

قُلْ إِنَّمَا أَنَا بَشَرٌ مِّثْلُكُمْ يُوحَىٰ إِلَيَّ أَنَّمَا إِلَهُكُمُ إِلَهٌ وَاحِدٌ فَمَنْ كَانَ يَرْجُوا لِقَاءَ رَبِّهِ فَلْيَعْمَلْ عَمَلًا صَالِحًا وَلَا يُشْرِكْ بِعِبَادَةِ رَبِّهِ أَحَدًا  
 بگو: جز این نیست که من مانند شما بشری هستم که به من وحی می‌رسد که خدای شما خدای یکتاست، پس هر کس به لقای (رحمت) پروردگارش امیدوار است باید نیکوکار شود و هرگز در پرستش خدایش احدی را با او شریک نگرداند.

ترجمه انگلیسی

Say: "I am but a man like yourselves, (but) the inspiration has come to me, that your Allah is one Allah: whoever expects to meet his Lord, let him work righteousness, and, in the worship of his Lord, admit no one as partner.

زیبایی بیان مولانا در این است که تکه ای از آیه قرآن را برجسته می کند تا شما به آن توجه کنید. واقعا هم وقتی به آن توجه می کنیم، روح آن آیه و آن غزل، در ما زنده می شود. غزل روح دارد، قصه روح دارد. اگر غزل را زیاد بخوانید و روی آنها تمرکز کنید، روح او در شما زنده می شود. می بینید که مولانا با زیبایی تمام روح این آیه ها را بیرون کشیده و با قصه عجیب کرده و شما که این غزل ها و این قصه ها را می خوانید، این روح در شما زنده می شود و این روح است که شما را می تواند از خشکی ذهن به سوی دریای یکتایی هدایت کند.

روح هم با دل شما کار می کند. ذاتا دل شما به سمت روح، به سمت جوهر زندگی، به فضای یکتایی کیشش دارد. اتفاقا شما که به این برنامه مرتب گوش می کنید، دلیل و نشانی ست که این روح، در شما زنده شده. این کیشش در شما وجود دارد و گر نه گوش نمی کردید.

رمزی، تراوشی، فطرتی، در شما این دانش را می شناسد.

همان است که زنده می شود و دل و دید و روح و درون شما را هدایت می کند. والا اینجا، دانش ذهنی بدر نمی خورد، بکار نمی آید.

آیا این قصه و این غزلی که خواندیم فقط مشتی حرف و واژه، دانش و الفاظی خشک و نازا، بی روح و تهی و پزولیده ست؟! " نه "

می بینید که ابیات غزل و مثنوی، شما را لطیف می کند، لطافت و ملاحظت شما را به خودتان نشان می دهد. متوجه می شوید که چه چیزی را باید در خود عوض کنید.

در حالیکه نرم و لطیف و تلقین پذیر هستید، در آرامش، خودتان، تغییر صحیح و غیر قابل اعتراض را در خود ایجاد می کنید.

قالب خاکی فتاده بر زمینروح او گردان بر آن چرخ برین

انسان کامل، جسم خاکی اش روی زمین است، در حالیکه روح او بر اوج افلاک سیر می کند. پس، قالب خاکی ما، فکر ما، جسم ما، روی زمین است اما روح ما گردان در آسمان بالاست.



امروز مولانا، آسمان بالا را، آسمان محفوظ، علم خدا، علم زندگی نامید. علمی که از برگرفته از دانش ذهنی، دانش جهانی و اکتسابی نیست.

ما همه مرغابیانیم ای غلام

بحر می‌داند زبان ما تمام

ای جوان، ای دوست، همه ما، مرغابی، مرغ آبی هستیم و دریا، فضای یکتایی، زبان دل ما را کاملاً می‌داند.

پس سلیمان بحر آمد ما چو طیر

در سلیمان تا ابد داریم سیر

سلیمان، رمز زندگی، رمز دریای یکتایی، رمز خداست و ما مانند پرندگان، مانند مرغابیانی هستیم که تا ابد در سلیمان سیر می‌کنیم.

در این چند قصه ای که خواندیم، مولانا، عبارت سلیمان را بارها، بکار بُرد.

سلیمان، نمود یک انسان کامل است. انسانی که کاملاً از ذهن متولد شده و دیگر ذهن، نمی‌تواند او را جلب و جذب کند. یعنی در او، ثقلِ ذهن و این جهان، به صفر رسیده.

البته ما نباید کمال طلب باشیم، همانطور که مولانا تشویقِ مان کرد، گفت:

"یک متر هم جلو بروی، به اندازه یک متر مساحت می‌شوی، معیار سنجش زندگی خودت می‌شوی، خودت هادی خودت می‌شوی".

ما نمی‌توانیم در فضای یکتایی نباشیم، آنجا سیر نکنیم، الآن هم بالقوه، همانجا هستیم.

ولی الآن بالفعل، بعنوان یک باشنده محدود، در ذهن هستیم. وقتی از ذهن متولد شویم، بی‌نهایت فضا گشا، در سلیمان سیر می‌کنیم.

با سلیمان پای در دریا بنه

تا چو داود آب سازد صد زره

همراه با سلیمان، قدم در دریای یکتایی، در دریای روح بگذار. سیر و سلوک معنوی را آغاز کن، تا آب دریا همچون حضرت داوود صد نوع زره برایت بسازد.

طبق آیه ۱۰ و ۱۱ سوره سبأ، حضرت داوود از آهن، زره های جنگی می‌ساخته. منظور از زره ساختن دریا، شاید این باشد که هر گاه سطح آب دریا ملایم و آرام باشد از کنار ساحل و یا از ارتفاعی مناسب، همانند حلقه های بی‌شمار به نظر می‌رسد که ذهن خلاق مولانا آن را به زره های در هم بافته شده تشبیه کرده است.

بدین ترتیب می‌توان گفت که هر گاه شخص سالک همراه پیری راهدان در دریای معنویت، در فضای یکتایی شنا کند، آرام و آرام مسافت ها را در می‌نوردد.

حرکت امواج و قطرات آب نیز، که روی دریا می‌ریزند، مثل زره می‌شوند. تو بیا به سلیمان، به مولانا، به یک انسان کامل، یک معلم معنوی که هدایت می‌کند، وصل شو.



می بینید که مولانا در بعضی از گفته هایش تأکید کرده که شما در حال تسلیم، به استاد درون که خدا، زندگی ست، وصل هستید، بگذارید هدایت تان کند.

" تو بیا با او پا به دریا بنه "

اگر به یک معلم معنوی بیرونی خوبی که پیدا کردن او بسیار سخت است، دسترسی داری، پا به دریا بگذار تا آن داوود (پدر سلیمان)، برایت زره درست کند.

صدمه به زره راه ندارد. آسیب به زره اثر نمی گذارد.

رها کردن من ذهنی و هم هویت شدگی ها با دنیای فانی، رها کردن مرغ خانگی و گام نهادن در جهت وحدت با زندگی و شناوری در فضای یکتایی، زره مطمئن و مستحکمی ست که مانع تأثیر گذاری شماتت ها، قضاوت ها، فوت و فن و تزویر، نظر و دانش و ملامت های من های ذهنی می شود.

شما فقط متولد شوید، دیگر با ذهن محاسبه نکنید ،، آخر این یکتایی چه مشخصاتی دارد؟، من چگونه می شوم؟، ... ،، در آن حال، ذهن هم به ما کمک می کند که هویت مان را با آگاهی از جهان بیرون بکنیم.

وقتی نترسیدیم و هویت مان را از جهان بیرون کنسیم، دست مان را ول کردیم، یکدفعه می بینیم که در حال شنا کردن هستیم.

بحر هم زبان ما را می داند. به فضایی ملحق می شویم که در آن حس امنیت می کنیم.

، چگونه متوجه این حس امنیتی که در ما نهادینه شده شویم؟ ،،

- مردم به شما کم لطفی می کنند، اما به شما بر نمی خورد!.

- مردم به شما ضرر می زنند، واکنش نشان نمی دهید، از شما کم نمی شود.

- مردم طبق محاسبه خود، به شما ضرر می زنند، خرد زندگی برایتان افزایش ایجاد می کند.

- از اینطرف کمی را از دست می دهید، از آنطرف فراوانی برایتان ایجاد می شود.

- خیال تان راحت است. مثل داوود، زندگی برایتان زره می سازد. آسیب ناپذیر، از جنس خدا، از جنس ابدیت می شوید.

آن سلیمان پیش جمله حاضرست

لیک غیرت چشمبند و ساحرست

آن سلیمان، نزد همگان حضور دارد. ولی غیرت چشم ها را می بندد و جادو می کند.

پس، چه خدا، چه سلیمان بیرونی، پیش همه حاضر است. مخصوصاً " سلیمان زندگی، بودن، ما را محاصره کرده.

با پذیرش اتفاق این لحظه که اسمش تسلیم است، شما هشیارانه به او وصل می شوید و این انرژی و خرد شروع به

عبور از امور شما می کند. بزودی وضعیت های بیرونی شما را سامان می دهد.

اما، اگر شما هنوز در ذهن باشید و هنوز با چشم و عقل من ذهنی ببینید و فکر کنید و به عقل من ذهنی آویزان باشید و

رهایش نکنید و شما بخواهید حرف بزنید، تسلیم نباشید، زندگی غیرت دارد.

قانون غیرت زندگی این است که:



تا زمانی که من ذهنی داری، نمی توانی خدا را ببینی و نمی توانی به فضای وحدت بروی.

نمی گذارد.

نمی گذارد که فرم وارد فضای وحدت شود، اما همینکه از فرم زاییده شدید، به آنجا راه دارید.

تا زمانی که من دارید، در مقابل رویدادهای این لحظه مقاومت و ستیزه می کنید، به آنجا راه ندارید.

این قانون غیرت زندگی ست. غیرا به درون خودش راه نمی دهد. این غیریت یت را، شما باید از خودتان پاک کنید، یعنی از من ذهنی زاییده شوید.

دایگی دنیا را ول کنید و بصورت جوجه مرغابی در آب پپرید و بدانید که تا زمانی که اینکار را نکردید، نمی توانید سلیمانی را که همیشه جلوی چشم های ماست، ببینید. پس سلیمان، همیشه، جلوی چشم های ماست.

تا ز جهل و خوابناکی و فضول

او به پیش ما و ما از وی ملول

بنابراین، به سبب نادانی و غفلت و بیهوده گویی های مان، در حالی که سلیمان نزد ماست، ولی از او خسته و - افسرده ایم. (منظور از سلیمان، عشق الهی ست).

ما از جهل و از خوابناکی، گرفتار و محزون، رنجیده و مأیوس ایم.

جهل، دانش من ذهنی ست و خوابناکی ما، خواب ذهن است.

ما که بعنوان هشیاری، در ذهن به خواب رفته ایم، حرف ها و عمل مان، مثل حرف ها و عمل های کسی ست که در خواب است.

حرف و عمل بر مبنای دانش ذهنی و در خواب، فضول و بیهوده گویی ست.

ما چه می گوئیم؟!.

اگر اجازه نمی دهیم که زندگی از طریق ما حرف بزند و خرد و برکت اش را به فرمان بریزد، بر اساس من ذهنی حرف می زنیم، که بیهوده گویی ست.

همه حرف هایی که من ذهنی در اثر تسلسل فکری معتاد گونه، و پی در پی می زند و امان نمی دهد، همان بیهوده

گویی و فضول و تکراری ست! حرف هایی که بر اساس انتظارات و خواستن ها و نیازهای من ذهنی زده می شود. سلیمان پیش ماست و ما ملول هستیم.

جالب نیست که متوجه شویم: " این لحظه، زندگی زنده ست و ما در این لحظه، ملول و بی حال هستیم؟! اصلا" ملولی و اضطراب و نگرانی ما، به این دلیل است که ما در این لحظه، از خدا هم ملولیم!.

هر کسی که ملول و افسرده ست، از خدا ملول است، نمی تواند او را ببیند. من ذهنی اش نمی گذارد.

به حرف مرغ خانگی، به حرف دایه دنیا که شما را از رفتن به دریا منع می کند و می خواهد که دنبال آن برویم،

گوش ندهید. دنبال مرغ خانگی راه بیفتیم که به خانه پر کند آن برویم!.

دریا را رها کنیم و به لانه مرغ خانگی برویم!.

" تو نمی توانی به دریا بیایی، من که می توانم به دریا بروم ".



تشنه را درد سر آرد بانگ رعد

چون نداند کو کِشانَد ابرِ سَعَد

تمثیل می زند: غرشِ رعد، تشنه را دچار سردرد می کند، اما او نمی داند که آن صدای مهیب، ابر سعادت را در پی خواهد داشت.

(عقلی که نتواند از حیطه محسوسات در گذرد، ناگزیر نمی تواند ماورای محسوسات را درک کند. در نتیجه سطحی بین و صورت پرست می شود).

تشنه، دنبال آب است. ما بصورت هشیاری در ذهن، تشنه هستیم. بانگ رعد، سمبل ندای سلیمان، ندای معلم معنوی ست. به ما اعلام می کند:

" به وضعیتی که داری نگاه کن، حمل این دردها، این هم هویت شدگی ها، غلط است، نباید به آنها چسبید ". این بانگ رعد است.

کسی که با جهان مادی و با غصه هایش هم هویت است و این رفتار را:

,, چون همه نگرانند و همه هم هویت اند و همه اضطراب دارند و همه قرص آرامبخش می خورند، و ... ,, درست تلقی می کند، تذکرات و هشدارهای یک معلم معنوی، در رابطه با وضعیت ها و حالت ها و موضع گیری ها و شرطی شدگی های غلط، برایش همچو رعد، مهیب و هولناک است و آن را به درد سر دچار می کند!.

نمی خواهد بشنود.

برای همین است که عده ای از شنیدن حرف های مولانا لذت نمی برند:

,, سرم برد گرفت ,,

چرا؟ زیرا با هزار مقوله هم هویت اند و از آنها شیرۀ زندگی را می خواهند و آن مقولات هم در ذاتش شان زندگی نیست، نمی توانند توقعات این فرد را برآورند. اینان عصبانی می شوند:

,, این حرف ها چیست؟!، به علت بدست نیآوردن هاست که بدبخت هستیم، ... ,,

حرف مولانا، برای این نوع آدم ها سردرد می آورد. نمی خواهند بشنوند.

اما باید بدانند، متوجه شوند که با رهنمودهای مولانا، ابر پُر برکت رُشد و زایش باریدن خواهد گرفت.

حال، این تشنه، حواس اش به جوی است. برای اینکه هنوز در هشیاری جسمی ست و می خواهد ببیند از جوی چه عبور می کند!.

دنبال آب است، اما حواس او به آب جوی پُر لجن است.

به آب پاکیزه و زلالی که از آسمان می بارد، نظر ندارد!.

چشم او ماندست در جوی روان

بی خبر از ذوق آب آسمان

آن تشنه کام، چشم بر آب جویبار دوخته بی آنکه طعم آب آسمان را چشیده باشد. نمی داند که ما که در ذهن هستیم و با دانش جهل، با دانش من ذهنی، هم هویت ایم.



(اسیران در کمند محسوسات نمی توانند از لذت های عالم روح با خبر شوند).

نمی داند که این استاد معنوی، مولانا، یا موقعی که تسلیم هستیم و خرد زندگی از درون، بر ما بانگ می زند، دل می داند که فلان کار غلط است، اما از بی حوصله گی دنبال همان من ذهنی و دنیا، همان مرغ، راه می افتیم.

چشم او ماندست در جوی روان بی خبر از ذوق آب آسمان

این تشنه، منتظرِ رد شدنِ آب از جوی نشسته! آبی که از شیارهای قدیمی کنده شده در ذهن، عبور می کند! چرا به جوی نگاه می کند؟

بخاطر هشیاری جسمی که دارد.

این تشنه، از حضور، که آب شده و بصورتِ وقایع اتفاق افتاده و جاری شده، می خواهد بنوشد، از وقایع می خواهد رزق بگیرد، در حالیکه باران دست اول از آسمان می بارد.

بارانی که از آسمان می بارد، صاف و زلال است؟ یا بارشی که از پشتِ بام و از ناودان عبور کرده و در جوی راه افتاده؟ از کدامیک باید بنوشیم؟

البته، " از همان آبی که دست اول ساقی به ما می رساند "

حال، از شما می پرسیم:

چشم شما کجاست؟ آیا چشم شما دنبال وقایع است؟

یعنی: شما از هشیاری و آب خالصی که پس از آمدن، به ذهن برده و گل آلودش کرده اید، می خواهید برداشته و

بنوشید؟ یا می خواهید، بصورت هشیاری از ذهن زاینده شده و ناظر و تسلیم، از آب دست اول آسمان بنوشید؟ بستگی به میل شما دارد.

مَرکب همت سوی اسباب راند

از مَسبب لاجرم محروم ماند

آن تشنه کام، چون همه همت و تلاش خود را صرف علل و اسباب کرده، ناگزیر از مسبب الاسباب محروم مانده.

کسی که در فضای یکتایی است، می داند که مسببی وجود دارد. مسبب همه سبب ها، زندگی، خداست.

کسی که آرام است و در حال تسلیم، بهترین فکر و بهترین عمل را انجام می دهد. از خردِ زندگی بهره می برد. مطمئن

است: "، زندگی بهترین تصمیم را جلوی رویم می گذارد و هر واقعه ای، بهترین واقعه ای است که می تواند برایم رخ

دهد، از رویدادها درس می گیرم و تسلیم اتفاق لحظه هستم. بودن ام را با این لحظه، از دست نمی دهم.

پس، آنکه حواس اش به آب گل آلود جوی است، مرکب همت را بر علل و اسباب و روی وقایع رانده است:

،، آن واقعه، این موضوع را بوجود می آورد، اگر آن اتفاق نیفتاده بود، ... ،،،،

باید بپذیریم که یک مسبب، یک سبب ساز، یک فضایی هست، که ما را محاصره کرده، وگرنه هنوز مسبب را

نشناخته و اساس را یاد نگرفته ایم.

هر کسی که سی سال چهل سال اش شده و به این موضوع کمی فکر کند، می فهمد که:



وقایع به ظاهر منفی، که در آنها دست نداشتید و اتفاق افتاد، درست است که ظاهری سخت و منفی داشته اند، ولی چقدر پُر برکت بوده و عمق داشته و مطلبی را به ما فهمانده اند!

تغییر مسیر و عوض شدن جریان زندگی مان، نه تنها واقعه ای بد و نحس نبوده، بلکه خیلی هم خوب و مثبت بوده. این واقعه را مسیبی جلوی پای ما گذاشته!.

کسی که مرگب همت، در فضای یکتایی رانده، می داند که مسبب، این اتفاقات را رخ می دهد. ولی آن کسی که حواس اش به وقایع است، وقایع را عامل اصلی می بیند و می گوید:

,, اگر این ... کار را بکنیم، آن طور می شود، اگر آنطور عمل نکرده بودیم، اینطور نمی شد، ... ,,  
" شما از کجا مطمئن اید؟ "

تا زمانی که ما به فضای یکتایی نرویم و از خرد آن فضا، آن مدار برای سامان دادن به وضعیت های بیرونی مان، به زندگی مان استفاده نکنیم و به استفاده از دانش من ذهنی مان اکتفا کنیم، همان مقولات دردناک را به گونه ای دیگر، ترتیب خواهیم داد.

در جامعه ای هم که قرار است نظم و سامان برقرار شود، باید تعداد زیادی از مردم به حضور زنده شوند، از خرد فضای یکتایی استفاده کنند. با دعوا و با کُشتن و نزاع و بحث و جدل کار درست نمی شود.

آنک ببند او مُسبب را عیان

کی نهد دل بر سببهای جهان؟

آن کسی که مُسبب الاسباب را آشکارا مشاهده کند، کی ممکن است که به سبب های این جهانی توجه کند و دل ببندد؟!.

هر کسی که در فضای یکتایی ست، مسبب را عیان می بیند، چنین کسی بر سبب های جهان، دل می نهد؟! " نه "

ولی ما آنقدر جلب و جذب جهان بیرون هستیم، که سبب الاسباب را نمی بینیم!.

چیزی را که با آن هم هویت ایم، سبب اصلی اتفاقات و رویدادها و وضعیت های زندگی مان می دانیم!.

به درجه ای که وضعیت ها و مقولات بیرونی را سبب و عامل اصلی اوضاع و احوال و شرایط زندگی مان می دانیم، به همان درجه در اشتباه هستیم.

اتفاقاً این طرز نگاه، نمی گذارد که از مقولات بیرونی دست برداریم.

ما هم هویت با وقایع، هم هویت با وضعیت ها و صورت ها و نمادها و فرم های بیرونی بر اساس دانش ذهنی و

بیشتر از عقل من ذهنی مان برای حل چالش هایی که مواجهیم، استفاده می کنیم.

از مسبب خبر نداریم!.

شما بعد از این، بوسیله **تسلیم**، می توانید مسبب را بعنوان پارامتر اصلی به زندگی تان وارد کنید.

ببینید چه می شود؟.

آنموقع دیگر زرنگ نیستیم.

یکی از مشخصه های این من ذهنی، خصیصه زرنگی موزیانه اش است.

فکر می کند می داند، می شناسد، خوب محاسبه کرده، ... !.





شما یک متر با دانش من ذهنی به اصطلاح، جلو می روید، اما یکدفعه می بینید که ده متر از آن هدف دور افتاده اید. درد ایجاد کرده اید. این نشان می دهد که به دانش هم هویت شده ذهنی (جهل دانش من ذهنی ست)، نباید اعتماد کنیم. بلکه در آرامش و با **تسلیم** اجازه دهیم که دانش از **آنطرف** بیاید. امروز مولانا به شما ثابت کرد که دانش حقیقی، دانش بیدار کننده، از **آنطرف** می آید. همین گفتار هم بصورت های مختلف این موضوع را ثابت می کند. این دانش بیدار کننده، از جای دیگری می آید. برای اولین بار تجربه و روی کاغذ نوشته می شود و شما را به این **مهم** می باوراند که:

**منبع خلاقیتی وجود دارد که از جهان مادی نیست. (از آنطرف می آید).**

