

برنامه شماره ۵۸ گنج حضور

اجرا: پرویز شهبازی

تاریخ اجرا:

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



حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۳۹۳

منم که شَهْرَه شَهْرَم به عشق ورزیدن
منم که دیده نیالوده‌ام به بد دیدن

وفا کنیم و ملامت کشیم و خوش باشیم
که در طریقتِ ما کافری ست رنجیدن

به پیرِ می‌کده گفتم که چیست راه نجات؟
بخواست جامِ می و گفت عیب پوشیدن

مرادِ دل ز تماشای باغِ عالم چیست؟
به دستِ مَرْدَمِ چشم از رخِ تو گل چیدن

به می پرستی از آن نقشِ خود زدم بر آب
که تا خراب کنم نقشِ خود پرستیدن

به رحمتِ سَرِ زلفِ تو واثقم، وَر نه
کِشش چو نَبُود از آن سو، چه سود کوشیدن؟

عِنان به می‌کده خواهیم تافت زین مجلس
که وعظِ بی‌عملان، واجب است نشنیدن

ز خطِ یار بیاموز مهر با رُخِ خوب
که گردِ عارضِ خوبان خوش است گردیدن

مبوس جز لب ساقی و جامِ می، حافظ
که دستِ زُهدفروشان خطاست بوسیدن

با سلام و احوال‌پرسی برنامه گنج حضور امروز را با غزلی از حافظ آغاز می‌کنم.

همان‌طور که می‌دانید گنج حضور زنده‌شدن به زندگی زنده و فعال این لحظه است؛ و ما می‌دانیم که این زندگی زنده و فعال این لحظه، آفریدگاری هم هست؛ و ما آن هستیم.

برای این که ما به آن زندگی زنده بشویم، و آفریدگاری‌مان را به کار بیندازیم، که بتواند کار بکند و ما از این کژیی و کج‌کاری رها بشویم؛ باید مسئولیت‌تغییر خودمان را بپذیریم.

به محض این که این مسئولیت را بپذیریم، این انرژی فعال و زنده در ما شروع می‌کند به کار کردن؛ و این انرژی آفریننده در این لحظه، به‌علاوه استعداد یا قدرت انتخاب در ما، - که در واقع نعمتی هست که ما داریم - و اگر در آن جهت کوشش کنیم، این نیرو و این توانایی انتخاب - که فاصله بین ما با حیوان هست - به کار خواهد افتاد.

به عبارت دیگر، از دو مطلب باید آگاه بشویم:

یکی این که مسئولیت حفاظت درون ما و تمیز نگه‌داشتن درون ما از کژیی من‌ذهنی، به‌عهده شخص خود ماست؛ بنابراین هر اتفاقی می‌افتد، این اتفاق یک علامت راهنمایی است که ما باید به خودمان برگردیم.

اگر ما می‌رنجیم، یا اگر خشمگین می‌شویم؛

همان یک علامت راهنماست که ما به خودمان نگاه کنیم، نه به دیگران.

همین‌طور که دیدید، حافظ در این غزل اشاره می‌کند به رنجیدن.

چه چیزی در ما هست که می‌رنجد و باعث می‌شود [که] ما برنجیم؟

آیا این من‌ذهنی نیست؟

چه چیزی در ما هست که حرف می‌زند، ولی عمل نمی‌کند؟

عنان به میکده خواهیم تافت زین مجلس

که وعظ بی‌عملان، واجب است نشنیدن

(حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۳۹۳)

می‌گوید ذهنه اسب را برمی‌گردانیم، و از این مجلس به میکده می‌رویم؛

برای این که گوش ندادن به موعظه یا گفتار بی‌عملان، واجب است.

یکی از آن بی‌عملان ممکن است خود ما باشیم، و این یک موضوع شخصی نیست؛ بلکه من‌ذهنی، هویت فکری - یعنی هم‌هویت‌شدن با ذهن - یک عارضه بشری است.

بنابراین این غزل هم برای شخص من گفته نشده، که من به خودم بگیرم و ناراحت بشوم؛ بلکه خطاب به تمام بشرها [انسان‌ها] است؛
بشر امروز دچار یک عارضه‌ای است، به نام هم‌هویت‌شدن با ذهن خودش، فکرهای خودش، باورهای خودش.

وفا کنیم و ملامت کشیم و خوش باشیم

که در طریقت ما کافری ست رنجیدن

(حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۳۹۳)

چه چیزی باعث رنجش ما می‌شود؟ - رنجش سبب خشم می‌شود -
چه چیزی باعث می‌شود ما برنجیم؟
انتظارات ما، توقعات ما.

توقع در ما یک باور است.
ما باور کرده‌ایم که این چیزهایی که ما باور داریم، حقیقت است؛
و با آن‌ها عجب شده‌ایم.

بنابراین وقتی مثلاً از یکی، یک چیزی می‌خواهیم؛
یا مثلاً [می‌گوییم] این قدر به من پول قرض بده، یا این کار را برای من انجام بده؛
آن توقع [در ما] به صورت باوری درآمده، که ما با آن هم‌هویت هستیم؛ عجب هستیم.
وقتی او این کار را انجام نمی‌دهد، به نظر می‌آید که این باور ما زیر پا له می‌شود،
و چون ما با این باور یکی شده‌ایم، مثل این است که ما داریم له می‌شویم.

بنابراین هم‌هویت‌شدن با باور،
و تبدیل شدن به یک فرم ذهنی و هیجانی - که بیشتر اوقات ما آن هستیم -
این عارضه ماست، که ما می‌خواهیم از آن خلاص بشویم.
امروز می‌خواهیم صحبت کنیم که چه جوری و چه راه‌هایی را حافظ و مولانا پیش پای ما می‌گذارند.

حتی در مکالمات روزمره، گفتگوی روزمره و تبادلات ذهنی روزمره، این اصرار را در ما ببینید؛ که چقدر ما میل داریم که همیشه حق با ما باشد، و حرف ما درست باشد، و دیگران حرف ما را بپذیرند. و این دیگران ممکن است که همسر ما باشد، بچه‌های ما باشند؛ یا بقیه اعضای خانواده باشند، و یا هر کس دیگری [باشد].

ما دوست داریم، حق با ما باشد؛ و به جای این که به یک مکالمه ساده و خوش آیند دست بزنیم، می‌بینیم که وقتی عقاید ما را قبول نمی‌کنند؛ چون ما با آن باورها و عقاید هم‌هویت شده‌ایم، انگار وقتی حرف ما را قبول نمی‌کنند و ما با مخالفت روبه‌رو می‌شویم، ما زیر پا له می‌شویم.

ما اصطلاحاً می‌رنجیم. رنجش یعنی ایجاد یک فرم ذهنی و هیجانی. ما خودمان را به یک جسم تبدیل می‌کنیم. مُنتها این جسم مثل میز یا مثل این دوربین، آهنی نیست؛ از فکر است.

البته ما می‌توانیم ببینیم، مشاهده‌اش بکنیم؛ همین که به فکرهای مان گوش می‌کنیم، داریم آن را می‌بینیم؛ ولی قابل لمس و (نمی‌دانم) انداختن به این‌ور [و] آن‌ور نیست؛ فرم یا نقش است.

در این جا حافظ می‌گوید «نقش»:

**به می‌پرستی از آن نقش خود زدم بر آب
که تا خراب کنم نقش خود پرستیدن**

(حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۳۹۳)

یعنی از طریق می‌پرستی، به این دلیل من نقش خود را به آب زدم؛ که نقش خودپرستی را - که در این مورد باورها هستند - من خراب بکنم.

و اگر ما می‌توانستیم این نقش خودپرستی را، این خود را، داشتن خود را،

که یک باشنده ذهنی-هیجانی است، از بین ببریم و خرابش کنیم؛ امروز خواهیم دید که این موجود، یک موجود زاید است و به درد نمی خورد؛ و نباید ما به آن بچسبیم.

پس تمام کار ما این است که یک جوری هوشیاری این لحظه را، - که در واقع همان زندگی زنده این لحظه هست - از باورهای مان بیرون بکشیم.

آن موقع خواهیم دید که ما آزاد شده ایم، گفت و گوها ساده می شود؛ و ما خودمان را سوار حرف مان نمی کنیم، به یکی بزنییم؛ که اگر مخالفتی شد، فکر کنیم ما افتادیم و شکستیم.

علی الاصول "دل شکستن"، این که ما می گوئیم دل مان شکسته شد؛ دل حقیقی نمی شکند، بلکه این من ذهنی ماست که می شکند. پس رنجیدن کار من ذهنی ست.

رنجیدن کار من ذهنی است، وفا نکردن کار من ذهنی است. ملامت نکشیدن، یعنی با ملامت برخورد کردن و شکستن و پریدن و واکنش نشان دادن، کار من ذهنی است. خوش نبودن هم کار من ذهنی است. و این که حرف می زنیم عمل نمی کنیم، آن هم کار من ذهنی است.

این که جهان زیباست، و [ما] این زیباییها را نمی بینیم؛ به این دلیل است که ما با یک هویت فکری هم هویت شده ایم، و آن هر چه که می خواهد می بیند؛ - و غالباً هم چیزهای منفی - و واکنشی با جهان برخورد می کند.

منم که شُهره شَهْرَم به عشق ورزیدن

منم که دیده نیالوده‌ام به بد دیدن

(حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۳۹۳)

پس می‌گوید: «من»؛

این‌جا می‌تواند حافظ خودش باشد، می‌تواند انسان باشد.

انسان سرآمدِ عشق‌ورزان است.

فقط انسان است که به معنای حقیقی عشق‌ورزی، می‌تواند عشق بورزد.

عشق در این معنا منحصر به انسان است.

و می‌گوید: من مشهور به عشق‌ورزی هستم؛

و آوازه‌ام در تمام جهان پیچیده است.

انسان هم می‌تواند این حرف را بزند.

انسان می‌گوید من باشنده‌ای هستم که عشق‌ورزی می‌کنم،

و من هستم که چشمانم را به بد دیدن، کج دیدن، آلوده نکرده‌ام.

آن باشنده‌ای در ما که کج می‌بیند، اصل ما نیست؛

بلکه یک چیزی است به نام من‌ذهنی که دنیا را کج می‌بیند.

به‌علت این است که این ساختمان فکری دارد

و این ساختمان فکری چون می‌ترسد از بین برود، احساس خطر می‌کند؛

همین ترس، دنیا را به او کج‌ومعوج نشان می‌دهد.

بنابراین کج‌کار است، کج‌بین است، بدبین است.

وفا کنیم و ملامت کشیم و خوش باشیم

که در طریقتِ ما کافری ست رنجیدن

(حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۳۹۳)

وفا کردن به اعتباری یعنی هم‌خط بودن با این لحظه؛
قهر نکردن و خیانت نکردن به زندگی،
و پشت‌نکردن به زندگی.

وفا کنیم و ملامت کشیم و خوش باشیم

که در طریقتِ ما کافری ست رنجیدن

پس ما وقتی تبدیل به انرژی زنده و زنده‌فعال این لحظه می‌شویم؛
وقتی این هویتِ فکری را از دست می‌دهیم و تبدیل به یک جوهر بی‌نام‌ونشان در این لحظه می‌شویم،
در آن موقع ملامت را به خود نمی‌گیریم.

در واقع اصلاً در یک واقعیتِ دیگری زندگی می‌کنیم.
ملامت را اصلاً حس نمی‌کنیم؛
ملامت یعنی این که تو کردی، تو گناه‌کاری؛ و تو نباید این کار را می‌کردی.

ملامت، کارِ من‌ذهنی‌است، و واکنش به آن هم کارِ من‌ذهنی‌است.
ملامت اصولاً ابزارِ من‌ذهنی‌است، که من‌های ذهنی را به هم بیندازد؛ من بگویم تو کردی، تو بگویی من کردم.
اگر من من‌ذهنی باشم، در مقابل ملامت واکنش نشان خواهم داد.

امکان ندارد یک نفر منیت داشته باشد و ملامت بکشد.
و ملامت‌کشیدن عبارت از این نیست که من بگویم شما من را ملامت می‌کنید، من حالا دارم حوصله می‌کنم، دارم تحمل می‌کنم؛
ولی یک‌روزی ممکن است کاسه صبرم لبریز بشود، و من منفجر بشوم. این ملامت کشیدن نیست.

بلکه ملامت‌کشیدن عبارت از این است که شما اصلاً ملامت را حس نمی‌کنید.
برای این که شما در طبقه بالا زندگی می‌کنید و ملامت از این زیر رد می‌شود.
اصلاً به شما بر نمی‌خورد. برای این که در یک فضای دیگری زندگی می‌کنید، و به این دلیل شاد هستید.

برای این که شما تبدیل به انرژی زنده این لحظه شده‌اید.
شما از طریق عشق و رزی تبدیل به عشق شده‌اید.

عشق و رزی، یعنی حس آن زندگی زنده در شما در این لحظه؛
یعنی شما می‌توانید الآن در واقع به اعماق وجود خودتان فرو بروید؛
و از سرتان که دائماً به فکر مشغول است، نزول کنید در اعماق جسم‌تان؛
و آن فضایی را که، آن حضوری را که، الآن به شما توانایی زنده شدن می‌دهد، زنده بودن می‌دهد؛
آن را حس کنید.

وقتی آن یک زندگی را در تمام سلول‌های‌تان که دارد می‌تپد، حس کردید، می‌توانید تبدیل به آن بشوید.
آن شکل ندارد، آن نام ندارد، نشان ندارد.
وقتی تبدیل به آن شدید، در این صورت همان انرژی را در یک انسان دیگر هم می‌توانید به اصطلاح حس کنید؛
و به آن انرژی آگاه بشوید.

بنابراین وقتی این انرژی را در خودتان و این زندگی - آن یک زندگی را، که تمام عالم را به وجود می‌آورد - در اعماق وجودتان حس
کردید، تبدیل به نیروی عشق شده‌اید.
و اگر همان انرژی را در یکی دیگر حس کنید، عشق و وحدت به وجود آمده؛
عشق و رزی یعنی این.

وقتی شما به این حالت درمی‌آیید، اصلاً ملامت را شما نمی‌توانید بشنوید.
نه این که نمی‌بینید؛ و کژکاری دیگران را نمی‌بینید، بدکاری دیگران را نمی‌بینید، بدبینی دیگران را نمی‌بینید؛
ولی خودتان نمی‌توانید بد ببینید، کژ ببینید،
و ملامت را هم حس نمی‌کنید.

اگر کسی آمد گفت تو کردی، تقصیر توست؛ این قدر به شما برخورد نمی‌کند.
چون دیگر جسم نیستید،
از آن فضا رد می‌شود، و به شما برخورد نمی‌کند.

مولانا می گوید:

من بی من و تو بی تو، در آییَم در این جو
زیرا که در این خُشک، به جز ظلم و ستم نیست

این جوی کُند غرقه، ولیکن نکُشد مَرَد
کو آب حیاتست، به جز لطف و کَرَم نیست
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۳۱)

یعنی من بی من بشوم،
تو بی تو بشوی،
ما در آییَم در این جو.

جو یعنی آبِ روان؛
کدام آبِ روان؟ همان آبِ روانی که خودش می گوید:

در وجود آدمی جان و روان

می رسد از غیب چون آب روان

(مولوی، مثنوی دفتر اول، بیت شماره ۲۲۰۲)

همان آبی که همان زندگی که الآن در شما دمیده می شود، و از شما می خواهد عبور کند؛
و شما با من ذهنی جلوی آن را گرفته اید، و به این دلیل ما مریض جسمی و روانی شده اید؛
«در این آب در آییَم» یعنی زنده شویم به او.

و برای این که در این «خُشک» - در این من ذهنی که الآن داریم زندگی می کنیم - غیر از «ظلم و ستم» نیست.
و وقتی که من بی من می شوم [و] تو بی تو می شوی، عشق شروع می شود؛
و عشق در کمال شدتش بروز می کند.

پس وقتی من بی من بشوم [و] تو بی من بشوی،
می بینید که این در واقع به نوعی عشق ورزیِ خدا به خداست، زندگی به زندگی ست؛
و عشق هم همان زندگی ست، ما در آن غرق شده ایم.

می گوید:

این جوی کُند غرقه ولیکن نکُشد مَرَد

پس این جوی غرقه می کند و مرد را یا انسان را نمی کُشد.

کو آب حیات است،

که آن آب زندگی است؛ غیر از آب زندگی چیز دیگری نیست.

کو آب حیات است، به جز لطف و گرم نیست

پس آن چیزی که الان دمیده می شود به ما - این عنصر خدایی - به جز لطف و گرم چیز دیگری نیست؛ ما باید در آن غرق بشویم.

وفا کنیم و ملامت کشیم و خوش باشیم

که در طریقت ما کافری ست رنجیدن

(پس در) این روش، که ما زندگی زنده در وجود خودمان را پیدا کنیم و به آن زنده بشویم؛ و از طریق خودمان به زندگی و خدا برسیم، این همان «طریقت» است.

که در این جور وجود داشتن،

رنجیدن که در واقع معادل است با تبدیل به یک نقش شدن، به فرم ذهنی و هیجانی شدن؛ به این ترتیب زندگی را و حتی خدا را انکار کردن؛ این کفر است.

پس وقتی ما می رنجیم و خشمگین می شویم؛

خودمان را تبدیل به یک نقش می کنیم، به یک فرم ذهنی می کنیم.

پس می گوید:

به پیر می‌کده گفتم که چیست راه نجات؟

بخواست جام می و گفت عیب پوشیدن

(حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۳۹۳)

پس از پیر می‌کده پرسیدم که راه نجات چیست؟ او جام می را خواست؛ و گفت که راه، عیب پوشیدن است.

یا بعضی جاها گفته اند راز پوشیدن.

حالا به کار ما بیشتر عیب پوشیدن می خورد.

«عیب پوشیدن» و «می را خواستن» همین چیزی بود که الان عرض کردم.

«می» آن انرژی مثبت و زنده‌ای است، که از حضور و زنده‌بودن زندگی این لحظه در وجود ما دمیده می‌شود؛ و «پیر» همان انرژی زنده است، که در درون ماست.

پیر در درون همه کس هست؛

یک استاد در جهان هست، آن هم در درون همه هست؛

و ما می‌توانیم از آن هر لحظه مشکل را بپرسیم.

و می‌گویند که آن همان انرژی است که من در وجود تو می‌دمم؛

این را بگیر و عیب را نبین؛

«عیب پوشیدن».

اگر کسی بتواند عیب را ببیند، دیگر نمی‌تواند بیوشاند.

این معنی‌اش این نیست که ما کج کاری را نبینیم، و چیزهای بد را در زندگی نبینیم؛

ولی این که برای ما خیلی مهم باشد، و ما از آن حس وجود بکنیم؛

اگر این [دیدن]، این طوری باشد دیگر نمی‌توانیم بیوشانیم.

اگر من از برشمردن عیب‌های شما، که به دنبال یک اصرار به قضاوت می‌آید، حس بزرگ شدن می‌کنم؛

دیگر نمی‌توانم این را بیوشانم.

عیب شما را نمی‌توانم بیوشانم؛

من یا باید عیب شما را نبینم، یا اگر ببینم برایم مهم نباشد؛

و این را فکر کنم که تو در یک مرحله خاص رشد هستی،

و این طبیعی است که شما این طوری حرف بزنی، و این طوری رفتار بکنی.

و این یک فضای پذیرش می‌خواهد، که آدم دیگران را در آن فضا قرار بدهد؛

و رفتارشان را همان طور که هست قبول کند، و آرامشش را حفظ کند؛

و اجازه بدهد در این فضای پذیرش آنها به رشد خودشان برسند.

مرادِ دل ز تماشای باغِ عالم چیست؟ به دستِ مردمِ چشم از رُخ تو گل چیدن

(حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۳۹۳)

می‌گوید منظور، منظورِ دل از تماشای باغِ این عالم، گلستانِ این عالم، چیست؟

منظورِ دل، نه منظورِ من‌ذهنی؛
من‌ذهنی اصلاً باغِ عالم را یک جهنم می‌بیند؛
باغِ عالم را باغِ عالم نمی‌بیند.

مرادِ دل - همان انرژیِ زنده در شما - از تماشای این جهان چیست؟
«به دستِ مردمِ چشم» یعنی به وسیله یا به دستِ مردمِ چشم،
«از رُخ تو گل چیدن».

یعنی در واقع شما یک آگاهی می‌شوید روی زندگی؛
این مردمِ چشم شما، مردمِ چشم شما،
از رخ همان معشوق زیبایی‌ها را می‌چیند و از این زیبایی‌ها برخوردار می‌شود؛
و مرادِ دل از این است.

پس مراد ما و منظور ما از به وجود آمدن،
- حالا صرف نظر از به اصطلاح کار کردن و جمع‌آوری یک سری مادیات، برای این که زندگی بیرونی ما بگذرد -
این است که به وسیله مردمِ چشم‌مان،

که در واقع همان آگاهی است که زندگی از خودش در ما دارد،
همان آگاهی حضور است؛
از روی همین حضور و زندگی، گل‌های زیبایی را یکی یکی چیدن و برخوردار شدن،
و آن انرژی را خوردن.
نه انرژی‌های منفی ملامت، عیب‌دیدن و خشم؛
این‌ها منظورِ دل از این جهان نیست.

به می پرستی از آن نقشِ خود زدم بر آب که تا خراب کنم نقشِ خود پرستیدن

(حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۳۹۳)

یعنی من همان انرژیِ زندهٔ این لحظه را می پرستم و تبدیل به آن شده‌ام. تبدیل به آن انرژی شده‌ام، تبدیل به حضور شده‌ام، [تبدیل به] حضورِ زنده شده‌ام؛ و بنابراین از این طریق توانستم این من‌ذهنی را، این نقش را، ذوب کنم. و «نقش خودم را بر آب زدم»، یعنی نقشِ خودم را در این آبِ زندگی غرق کرده‌ام؛

همان‌طور که مولانا می‌گفت:

این جوی کُند غرقه، و لیکن نکشد مرد

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۳۱)

این آبِ زندگی که ما در آن الان وجود داریم و هر لحظه ما را به وجود می‌آورد و خَلق می‌کند؛ ما می‌خواهیم من‌ذهنی در آن غرق بشود. به عبارت دیگر، نور آن را می‌خواهیم روی من بتابانیم و ذوبش کنیم و این از بین برود، این وجودش اضافی است؛ که تا من این نقشِ خود پرستی را الان که به من مُستولی است، خراب بکنم. به این دلیل نقش را در این آبِ کَرَم و بخشش غرق کرده‌ام، که از نقشِ خودپرستی خلاص بشوم.

و در این جریان می‌گوید:

به رحمتِ سرِ زلفِ تو واثقم ...

«واثقم» یعنی مطمئن هستم؛ به شَفقت و مهربانیِ سرِ زلفِ تو من مطمئن هستم.

برای این که مولانا هم گفت: این آب، این جوی، به جز لطف و کَرَم چیز دیگری نیست.

ما مطمئن هستیم که معشوق یا خدا و یا زندگی همه لطف و کَرَم است؛ بنابراین وقتی در آن غرق می‌شویم، این من‌ذهنی که در ما یک چیز اضافی است، از بین می‌رود؛ و زنده‌بودنِ زندگی آشکار می‌شود و آن لطف و کَرَم و آبِ حیات از ما شروع به فوران کردن می‌کند.

به رحمتِ سرِ زلفِ تو واثقم، وَر نه کِشش چو نَبُود از آن سو، چه سود کوشیدن؟

(حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۳۹۳)

آیا با کوشش‌های من‌ذهنی، این اقداماتی که ما می‌کنیم:

به الفاظ مشغول هستیم، همه‌اش فکر می‌کنیم حق با ماست، به دیگران ایراد می‌گیریم، و همه را می‌خواهیم زیر سلطهٔ باورهای خودمان در بیاوریم؛

از این طریق می‌توانیم به خدا برسیم؟ نه، نمی‌توانیم برسیم؛

و کِشش آن سو را از دست می‌دهیم.

کِشش چو نَبُود از آن سو، چه سود کوشیدن؟

می‌گوید: اگر از آن سو کِشش نباشد، کوشیدن ما چه فایده‌ای دارد؟

ولی حقیقتاً از آن سو کِشش وجود دارد؛

اصلاً به‌طور کلی ما وقتی آگاه می‌شویم که چیزی به‌نام من‌ذهنی وجود ندارد؛ این را رها می‌کنیم، می‌رود.

عنان به میکده خواهیم تافت زین مجلس

که وعظِ بی‌عملان، واجب است نشنیدن

(حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۳۹۳)

می‌گوید که دهانهٔ اسب‌مان را برمی‌گردانیم، از این جا می‌رویم به میکده.

یعنی از این مجلس به میکده می‌رویم.

از این مجالس من‌ذهنی؛ - مجالسی که هرکسی می‌خواهد بگوید حق با من است، و به‌حرف دیگران را هم گوش نمی‌کند، و حرف

می‌زند، عمل نمی‌کند - بهتر است که از این مجلس به کجا برویم؟ به میکده؛

میکده فضای زندهٔ این لحظه است، به این میکده برگردیم.

چون در سطرِ بعدی می‌گوید:

«مثل خط یار» ما باید حول چهرهٔ معشوق بگردیم. می‌گوید:

ز خطِ یار بیاموز مهر با رُخِ خوب که گردِ عارضِ خوبان خوش است گردیدن

(حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۳۹۳)

شما از خطِ دُورِ چهرهٔ یار باید بیاموزی.
خطِ یار یعنی همین به اصطلاح مرز بین صورت و مو، و موهای به اصطلاح نرمی که چهرهٔ یار را پوشانده و یک خطی ایجاد می‌کند.
این خط دائماً دُورِ چهرهٔ معشوق می‌گردد.

ما هم می‌توانیم مثل این خط دائماً دُورِ چهرهٔ معشوق بگردیم؛ ولی ما خیلی دور شده‌ایم،
و ما دُورِ خودمان می‌گردیم؛ ما خودپرست شده‌ایم.
پس بنابراین ما از زندگی بی‌خبر شده‌ایم، برای این که حول و حوش زندگی نمی‌گردیم.
هر چیزی که اتفاق می‌افتد، ما را باید دوباره مثل علامت راهنما به دُورِ این زندگی برگرداند؛
و [به] زنده‌بودن زندگی این لحظه و حس معشوق در این لحظه بکشانند و راهنمایی کند.

پس می‌گوید: ما واجب است که وَعَظِ بِي عَمَلان را نشنویم؛
یکی از آن بی‌عَمَلان ما خودمان هستیم.

[لازم است] به حرف‌های خودمان هم گوش ندهیم؛
برای این که وقتی با من ذهنی کار می‌کنیم، حرف می‌زنیم و عمل نمی‌کنیم؛ و نمی‌دانیم که چی می‌گوییم؛
به دلیل این که عمل نمی‌کنیم،
برای اینکه از بودن به دور هستیم.

و این معشوق همین بودن ماست،
همین بودن همه چیز است.

مبوس جز لب ساقی و جام می، حافظ که دست زهدفروشان خطاست بوسیدن

(حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۳۹۳)

و می گوید که:

در این دُورِ خطِ یار گشتن، و همیشه دُورِ معشوق گشتن و معشوق را مرکز خود قراردادن؛ این همان حالتی است که وجودِ جسمی شما هم از آن خَلق می‌شود، و شما هر حسِ بودنِ جسمی که بکنید، باید از آن خَلق بشود.

بنابراین شما همه‌اش لبِ ساقی و جامِ می را می‌بوسید؛
و دستِ زهدفروشان را - که ممکن است یکی خودمان باشیم -
زهدفروش است که دستِ زهدفروش را می‌بوسد، و برایش زهدفروش مهم است،

«زهدفروش» یعنی هم‌هویت‌شدن با یک باور، ممکن است باورِ مذهبی باشد؛
بالأخص در این جا ممکن است حافظ به آن اشاره کند.
ولی هر باوری، مثل باورِ علمی، باورِ سیاسی، که شما با آن هم‌هویت بشوید، و بخواهید زنده به آن شوید؛
و وجودتان را از آن بگیرید، حسِ وجود را از آن بگیرید؛
در این صورت مجبور هستید همان‌ها را به مردم بفروشید، به خودتان هم همان را بفروشید.

حافظ می‌گوید: دست این جور انسان‌ها را مبوس!

راجع به همین موضوع که صحبت کردیم، مولانا یک جور دیگری می‌گوید؛
برای تان می‌خوانم:

گرفت خشم ز بُستان، سَرِ خَرّی و بُرون شد
چو زشت بود به صورت، به خوی زشت فزون شد

چو دل سیاه بُد و قلب، کوره دید و سیه شد
چو قازغان تَهی بُد، به کُنچ خانه نِگون شد

چو ژبوه بود به جُنُبش، نبود زنده اصلی
نمود جُنُبش عاریه، باز رفت و سُکون شد

نیافت صیقلِ احمد ز کُفر بولَهَب آرچه
ز سَر کشی و ز مَکَرش، دلش قنینه خون شد

فُروگشَم به نَمَد دَر، چو آینه رُخ فِکَرَت
چو آینه بِنماییم، که رام شد، که حَرُون شد

منم که هَجُو نگویم، به جز خواطر خود را
که خاطرَم نَفْسی عقل گشت و گاه جُنون شد

مرا دَرَوَنه تو شَهْری جدا شَمُر به سَرِ خود
به آب و گل نشد آن شَهْرِ من، به گُن فِیکون شد

سخن ندارم با نیک و بد من از بیرون
که آن چه کرد و کجا رفت و این ز وَسوسه چون شد

خموش کن که هِجَا را به خود گَشَد دل نادان
همیشه بود نظرهای کَزَنِگر، نه کُنون شد

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۰۶)

همین طور که می بینید مولانا می گوید:

خמוש کن که هجا را به خود گشد دل نادان

همیشه بود نظرهای کزنگر، نه گنون شد

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۰۶)

یعنی خاموش باشیم که هجا؛ یعنی همین رنجش، فحش، دشنام؛

همین که یکی حرف می زند، یک رفتاری می کند؛ ما این را از هوا می کشیم به خودمان، و می رنجیم و توهین حساب می کنیم. می گوید:

هجا را به خود گشد دل نادان

دل نادان همان من ذهنی است که دل ما قرار گرفته، که ما را نادان می کند؛

و این نظرهای کزنگر همیشه بوده؛ می گوید این امروز به وجود نیامده [است].

گرفت خشم ز بستان، سر خری و برون شد

چو زشت بود به صورت، به خوی زشت فزون شد

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۰۶)

یعنی سر خری از بوستان خشم گرفت، و آمد بیرون.

و این درست است که انسان از بستان و زیباییها قهر کند و بیرون بیاید؟ و واقعاً ...

گرفت خشم ز بستان، سر خری و برون شد

خر [اگر] از بستان قهر کند و بیرون بیاید، چه جایی بهتر از بوستان؟

ولی اگر قهر کند، تبدیل به سر خر می شود؛ یعنی شعورش هم به اندازه سر خر می شود.

و مولانا دارد هشدار می دهد،

که وقتی ما خشم می گیریم و قهر می کنیم و کینه می ورزیم و می خواهیم انتقام بگیریم؛

در آینده این کار را می خواهیم بکنیم، در گذشته این طوری شده؛

شعور و دانایی ما اندازه سر خر می شود.

چو زشت بود به صورت ...

و [در] این [حالت] تبدیل به یک فرم یا نقش ذهنی_هیجانی می شویم، که وجودش زائد است؛ اصلاً نباید وجود داشته باشد.

چو زشت بود به صورت، به خوی زشت فزون شد
 صورتش زشت است، برای این که اصلاً نباید باشد؛ صورتش موجه نیست.
 مَنیّت و آن چیزی که از رنجش و غصّه و کینه به وجود بیاید، نقش ناخواسته و بی مورد و بی جهت و غیرموجه است.
چو زشت بود به صورت ...
 یعنی اصلاً نباید این وجود داشته باشد.

و آخر سر می گوید:

مرا درونه تو شهری جدا شمّر به سر خود
به آب و گل نشد آن شهر من، به گن فیکون شد
 (مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۰۶)

یعنی در درون من یک شهری جدا وجود دارد؛
 تو مرا یک شهری جدا بشمار، به حساب بیاور.

و قَسَم به سر خودم که این به آب و گل درست نشده؛
 با فرم های ذهنی درست نشده، با فرم های هیجانی درست نشده، با آب و گل درست نشده.
 یعنی این شهر زیبای من، با فرم درست کردن و الفاظ و به این چسبیدن و با آن هم هویت شدن، از این ها درست نشده [است].

به گن فیکون شد؛

«گن فیکون» یعنی هر چیزی که درُست می شود، از بین می رود؛
 و ما در واقع هر لحظه خَلق می شویم، و هر لحظه از بین می رویم.
 و آن جوهری که ما را خَلق می کند؛ هر لحظه ما را، وجود ما را، می بلعد.
 و این [یعنی] ما لحظه به لحظه در واقع [زیر و رو می شویم].

«گن فیکون» همان طور که می دانید [یعنی] زیر و رو شدن؛
 «گن» یعنی باش، «فیکون» یعنی پس می باشد؛
 این در اصطلاح یعنی زیر و رو شدن، هر لحظه زیر و رو می شویم.

این بنیان رندی است.

هر چیزی که به وجود می‌آورد، آن را ول می‌کنید؛
به آن نمی‌چسبید، براساس آن من درُست نمی‌کنید.

پس مولانا می‌گوید:

این شهر زیبای من که در آن زندگی می‌کنم - این زنده‌بودن زندگی این لحظه -
به آب و گل [دُرست] نشده، با فُرَم‌ها دُرست نشده؛
«به کُن فیکون» شده،
با زیر و رو شدن من به آن جا رسیده‌ام.

و حافظ در آن جا می‌گفت:

به می‌پرستی از آن نقشِ خود زدم بر آب
که تا خراب کنم، نقشِ خود پرستیدن

و این آب [را مولانا] گفت که:

کو آب حیات است و به جز لطف و کَرَم نیست

وقتی ما در آن غرق می‌شویم؛ چی می‌شویم؟

این من‌ذهنی می‌رود و آن چیزی که باقی می‌ماند، زنده‌بودن زندگی هست.

بَعْد می‌گوید:

چو دل سیاه بُد و قلب، کوره دید و سیه شد

چو قارُغان تَهی بُد، به کُنچِ خانه نِگون شد

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۰۶)

این من‌ذهنی را می‌گوید. من‌ذهنی قهر می‌کند، از زندگی، از بُستان، قهر می‌کند؛
و در نتیجه وقتی خشم می‌گیرد، شعورِ خَر را پیدا می‌کند.

گرفت خشم ز بُستان سر خری و برون شد

ما نمی‌خواهیم از بُستان قهر کنیم، از زندگی قهر کنیم، و بیرون از بُستان برویم.
می‌گوید: چون این دل سیاه و تقلبی بود؛ - قلب یعنی تقلبی -

چو دل سیاه بُد و قلب، کوره دید و سیه شد

ما وارد کوره می شویم؛

هر روز، هر اتفاقی، برای ما یک کوره است، [تا] بینیم ما تقلبی هستیم یا اصل هستیم؟

هر لحظه هستی این آزمایش را از ما می کند، زندگی از ما می کند؛

اگر خواستیم خدا از ما می کند.

ولی چون دل سیاه و قلب هستیم،

کوره دید و سیه شد

از کوره ما سیاه بیرون می آیم.

چو قازغان تهی بُد، به کُنج خانه نگون شد

مثل دیگ‌های بزرگ بود، که وقتی قدیم در این احسان و [شبیهِ به] این‌ها استفاده می کردند؛
می آوردند استفاده می کردند، وقتی استفاده تمام می شد، دَمَر می کردند توی کُنج خانه.

می گوید: این من‌ذهنی مثل این دیگِ خالی است؛

در نتیجه کُنج خانه ما - که زنده بودن این لحظه هست - دائم سرنگون است.

سرنگون است، دُرست هم هست.

برای این که روی او سیاه است؛

به علاوه دَرش را بسته، هیچی توی آن نمی رود؛ برای این که سرنگون است.

هرچی به ما می گویند، ما متوجه نمی شویم.

هرچی راجع به زندگی صحبت می شود؛

[به طور مثال] این اشعار مولانا بسیار بیدارکننده است، ولی ما حس نمی کنیم،

ما نمی گذاریم به اصطلاح توی اعماق ما جذب شود و به او زنده بشویم.

چو ژیهه بود به جُنش، نبود زنده اصلی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۰۶)

این مثل جیوه بود. جیوه از خودش حرکت ندارد، زندگی ندارد،

در جنبش مثل جیوه بود و زنده به یک اصلی نبود؛
خودش زنده نبود، این من‌ذهنی خودش زندگی از خودش ندارد.

نمود جنبشِ عاریه، باز رفت و سکون شد

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۰۶)

یعنی یک جنبشِ قرضی کرد، [جنبش] واکنشی کرد.
بینید ما این‌طوری هستیم؟ حرکت ما مثل جیوه است؟
تا یکی ملامت می‌کند، یک‌چیز بدی به ما می‌گوید؛ ما می‌پریم، جنبشِ عاریه داریم.
این من‌ذهنی همیشه جنبشِ واکنشی دارد.

باز رفت و سکون شد

دوباره رفت و سکون شد.

نیافت صیقلِ احمد ز کُفر بولَهَب آرچه

ز سرکشی و ز مکرش، دلش قنینهٔ خون شد

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۰۶)

همین‌طور که می‌بینید مولانا مجدداً من‌ذهنی و حضور راه، در قالب انسان‌ها به ما نشان می‌دهد.

می‌گوید: بولَهَبِ عموی پیغمبر بوده،

پیغمبر را نمادِ حضور و زندگی زنده می‌گیرد؛

و بولَهَبِ را که عموی پیغمبر بوده - همه‌اش ستیزه و مکر و انکار بوده - من‌ذهنی می‌گیرد؛

می‌گوید که همان‌طور که بولَهَبِ از کُفر، صیقلِ احمد را نیافت؛ - احمد یعنی پیغمبر اسلام -

و گرچه از انکار و سرکشی و زرنگی، از مکر، [از] همه‌اش به الفاظ مشغول شدن، و حسّ توهین کردن و همان را بیرون‌انداختن - که

کارهای من‌ذهنی است - دلش شیشهٔ خون شد؛

درست است که دل ما شیشهٔ خون شده؛

[ولی] معنی‌اش این نیست که از طریقِ دل خون‌شدن و رنج‌کشیدن و استرس‌کشیدن، ما به زندگی خواهیم رسید.

می‌خواهد بگوید این راهش نیست؛

راهش را دارد توضیح می‌دهد.

فُروگشَم به نَمَد دَر، چو آینه رُخ فِکرت چو آینه بِنمایم، که رام شد، که حَرُون شد

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۰۶)

می‌گوید من این هوشِ موجود در فکر را، مِثَل نَمَد به خودم می‌گشَم و مِثَل آینه می‌شوم.

این را بارها ما صحبت کرده‌ایم، که فکرها را مشاهده کن،

الان به فکرها را گوش بده، ببین چی می‌گویی؟

و به دنبالش چه احساسی، چه هیجانی به تو دست می‌دهد و چه کار می‌کنی؟

خودت را از فکرها بیرون بکش.

فُروگشَم به نَمَد دَر، چو آینه رُخ فِکرت چو آینه بِنمایم ...

مِثَل آینه نشان می‌دهم، چه کسی حَرُون - یعنی سَرکِش - است؟

و چه کسی رام است؟ چه کسی تسلیم است؟

اگر شما این کار را بکنید؛

اگر هوش را، هوش زنده این لحظه را که در فُرُم‌های فکری - باورها - سرمایه‌گذاری می‌شود، بیرون بکشید؛

این تبدیل به حضور می‌شود.

این حضور آینه‌ای است که به شما نشان می‌دهد، [که] چه موقع سرکش هستید؛ چه موقع تسلیم هستید.

تسلیم هستید، یعنی موازی با این زندگی هستید؛

یعنی این لحظه را هر جور که هست، این لحظه را، یا این چینی و آن چینی این لحظه را، هر طور که هست، قبول می‌کنید.

منم که هَجُو نگویم، به جز خَواطر خود را که خاطرَم نَفسی عقل گشت و گاه جُنون شد

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۰۶)

می‌گوید: من به غیر از ذَهَنیَّاتِ خودم، چیزی را بی‌معنی نمی‌دانم؛ چیزی را نَفی نمی‌کنم.

نمی‌گویم این‌ها حرف‌های بی‌هوده‌ای است، من اصلاً به کسی کاری ندارم، به عقاید مردم، دیگر کاری ندارم.

اگر هم دارم بد می‌گویم، و می‌گویم این‌ها حرف‌های بی‌معنی است؛
خاطره‌های خودم است، ذهنیاتِ خودم است، فرم‌های ذهنی خودم را دارم بد می‌گویم.

که چرا این‌ها را می‌گوید؟

برای این که وقتی با من ذهنی خودم دارم صحبت می‌کنم، گاهی جنون است؛
و گاهی هم وقتی با من ذهنی‌مان صحبت می‌کنیم، تصادفاً ممکن است حق با ما باشد.

بعضی موقع‌ها هم، شانس حق با ماست؛ و یک‌جوری حرف راست درمی‌آید.
ولی این راست‌بودن ممکن است تقلیدی باشد و اصیل نباشد؛
من ذهنی هیچ کاری نمی‌کند که به نفع ما باشد، یا حتی با راستی منطبق باشد؛
ما باید از این من‌ذهنی بیرون بپریم.

**مرا درونه تو شهری جدا شمُر به سرِ خود
به آب و گل نشد آن شهرِ من، به گن فیکون شد**

**سخن ندارم با نیک و بد من از بیرون
که آن چه کرد و کجا رفت و این ز وسوسه چون شد**
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۰۶)

می‌گوید من با نیک و بد از بیرون کاری ندارم.
ما هم می‌توانیم تبدیل بشویم، به این که با نیک و بد مردم، یا کارهای مردم، کاری نداشته باشیم.

هرکاری که در بیرون می‌بینیم،
ما را به درون‌مان هدایت کند؛ ببینیم ما چه تغییری باید در خودمان انجام بدهیم؟

هر چیزی باید ما را به مسئولیت خودمان بکشانند،
که ما الآن چه تغییری در خودمان می‌خواهیم بدهیم؟

پس من با نیک و بد از بیرون کاری ندارم،
و برایم هم مهم نیست که این چه کار کرد و کجا رفت؟
و یکی از وسوسه چه جوری شد؟ چه بلایی به سرش آمد؟

برنامه ما به پایان رسیده،
از شما تشکر می‌کنم که به این برنامه توجه فرمودید.

با تشکر از ایمیل عزیز در اتاق فرمان، با شما تا هفته بعد خدا حافظی می‌کنم.
خدا نگاه‌دار.

