

تن کامل برنامه شماره ۶۷۶

گنج حضور - پرویز شهبازی



سه شنبه ۲۱ شهریور ماه ۱۳۹۶

www.parvizshahbazi.com



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۹۲

آمد آن خواجه سیماترُش	وان شکرش گشته چو سرکا ترُش
با همگان رو ترُش است، ای عجب؟	یا که به بیرون خوش و با ما ترُش
از کرم خواجه روا نیست این	با همه خوش با من تنها ترُش
زین بگذشتیم، دریغست و حیف	آن رخ خوش طلعت زیبا ترُش
ای ز تو خندان شده هر جا حزین	وی ز تو شیرین شده هر جا ترُش
شاد زمانی که نهان زیر لب	یار همی خندد و لالا ترُش
گر ترُشی این دم شرطی بنه	که نبود روی تو فردا ترُش
بهر خدا قاعده نو مننه	هیچ بود قاعده حلوا ترُش؟
این ترُشی در چه و زندان بود	دید کسی باغ و تماشا ترُش؟
یوسف خوبان چو به زندان بماند	هیچ نگشت آن گل رعنا ترُش
تا به سخن آمد دیوار و در	کز چه نه ای، ای شه و مولا ترُش
گفت: اگر غرقه سرکا شوم	کی هلدَم رحمت بالا ترُش
می دهم عشق و ندیمی کند	غرقه شود در می و صهبا ترُش
دست فشان روح رود مست تا	میمنه که نیست بدان جا ترُش
بس کن و در شهد و شکر غوطه خور	کت نهلد فضل مؤفا ترُش



با سلام و احوالپرسی برنامه گنج حضور امروز را با غزل شماره ۱۲۹۲ از دیوان شمس مولانا شروع می‌کنم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۹۲

آمد آن خواجه سیمائش وان شکرش گشته چو سرکا تَرش

سرکا همان سرکه است که اخمو بودن و تَرش بودن قیافه من ذهنی را مولانا به سرکه تشبیه می‌کند. و می‌گوید آن خواجه سیمائش که قیافه‌اش یا صورتش اخمو است آمد و شکر او تغییر یافته و تبدیل به سرکه شده و مثل سرکه تَرش شده.

توجه می‌کنید مولانا راجع به یک نفر صحبت نمی‌کند که شما فکر کنید مثلاً مثال بزنید راجع به همسر من دارد صحبت می‌کند، با قیافه عصبانی از بیرون آمده یا من از بیرون آمدم خانه اخم کرده، یا موارد بخصوص زندگی ما را نمی‌گوید، بلکه وضعیت انسان را توصیف می‌کند.

این حالت اخمو بودن صورت انسان جمعی است و راجع به پدیده‌ای صحبت می‌کند که در انسان صورت گرفته، و آن عبارت از این است که انسان که از جنس هوشیاری است و هوشیاری همان جنس خدا است و ذاتاً از جنس آرامش است و وقتی ارتعاش می‌کند به حرکت در می‌آید شادی است، به یک علتی آمده به جهان وجود، در یک باشنده‌ای بنام انسان تَرش شده.

پس منظور از خواجه انسان است، نه اینکه آفاست. زن و مرد، زن و مرد هر جا هستند، رنگشان چیه، باورهایشان چیه؟ فرق نمی‌کند. یک اتفاقی افتاده و آن اتفاق این است که خدائیت و هوشیاری یا امتداد خدا که بینهایت است خودش را تعریف کرده توصیف کرده، معین کرده، محدود کرده، و افتاده توی جای کوچکی بنام ذهن.

پس از موقعی که ما بینهایت خودمان را با اسم خودمان که بصورت فکر به ما ارائه شده که بارها صحبت کردیم مساوی کردیم و شروع کردیم به تعیین و تعریف خودمان بوسیله فکر یواش یواش چیزی ساختیم بنام من ذهنی که از فکر ساخته شده و محدود است و بینهایت ما تبدیل شد به محدودیت و از آنموقع رو تَرشی و تلخی شروع کرده به کار.

پس از ابتدای من ذهنی که در آن ما بصورت هوشیاری شروع کردیم با تعریف کردن خودمان معین کردن خودمان با چسباندن خودمان به چیزها بصورت فکر، یعنی چسباندن خودمان به فکر چیزها، و این بافت ذهنی را بزرگتر کردن بصورت خودمان این بیماری و رو تَرشی شروع شده، و در ابتدای زندگی بعلت شکوفا شدن چهار بعد



ما، ما یک مقدار خوش بودیم. مثلاً جسم ما شروع کرد به رشد، فکر ما شروع کرد به رشد، دانش ما زیادتر شدن، و پول ما زیادتر شدن، و ما از این شکوفا شدن که هر چی شکوفا می‌شدیم باز هم با این شکوفایی هم هویت می‌شدیم، سبب شد که رو تَرُشی زیادتر بشود.

ممکن است بگوئید رو تَرُشی از کجا می‌آید؟ رو تَرُشی از اینجا می‌آید که من ذهنی که شروع می‌کند به بزرگتر شدن، یواش یواش شروع می‌کند به قضاوت بر اساس همین خوب و بدهای ذهن و مقاومت. مقاومت یکی از خصوصیت‌های مهم این من ذهنی است که در مقابل اتفاقات بوجود می‌آید، مقاومت سبب می‌شود که از آنور که شادی می‌آمد قطع بشود. و ما خودمان را فراموش کنیم از چه جنسی هستیم و از جنس بافت ذهنی بشویم. همه ما یعنی همه انسانها اینطوری هستند نه من و شما فقط، نه اهل یک کشور.

برای همین است که بارها گفتیم انسانها باید به هم کمک کنند و بتدریج که رشد کردیم، مقاومت زیاد می‌شود، توجه هم می‌کنید که هر چه که ما بهش چسبیدیم، بوسیله ذهن یا فکرمان اینها را تجسم کردیم. بنابراین هرچه شما با ذهنتان بتوانید تجسم بکنید از جنس گذرا است، اصطلاحاً بهش می‌گوییم آفل، آفل یعنی از بین رفتنی، پس ملاحظه می‌فرمایید که چرا سیمایمان تَرُش است.

ما رفتیم یک بافت ذهنی درست کردیم، فکر می‌کنیم آن هستیم، این بافت ذهنی از طریق چسبیدن ما به چیزهای آفل درست شده، فکر آفل است، مال دنیا پول چیزها آفل است و صورت ظاهری پدر و مادر ما دوستان ما بچه‌های ما همه آفلند، تمام اتفاقات آفلند، تمام حرفهایی که مردم می‌زنند کارهایی که می‌کنند و ما می‌بینیم اینها آفلند. تمام هیجانات مثل رنجش مثل خشم مثل درد آفلند ما با اینها هم هویت شده‌ایم. پس با آفل هم هویت شده‌ایم. پس این من ذهنی پایه درستی ندارد برای اینکه روی آفل‌ها است.

علاوه براین یک خاصیت مهمی هم دارد، این هست که قطع شده، توجه می‌کنید که بموازات رشد من ذهنی مقاومتش هم زیاد می‌شود، هر چه مقاومتش زیاد می‌شود یعنی مقاومت ما در مقابل چیزها زیاد می‌شود اتفاقات زیاد می‌شود رابطه‌مان با زندگی هم همانقدر قطع می‌شود. یک جا است که کاملاً جدا می‌شویم. بنابراین ما دلخوش می‌شویم به رشد چهار بعدمان مثل رشد بدنی‌مان رشد فکرمان، رشد قسمت‌های دیگر مادی‌مان مثل زیاد شدن پولمان یا بدست آوردن دانش‌مان، خوشیهایی که از بیرون می‌آید برای همین غزل دارد می‌گوید که: به بیرون خوش و با ما تَرُش، و خوشیهایی که از بیرون می‌آید آن هم متأسفانه گذراست، هر چیزی که ما با چیزهای گذرا سر و کار داریم می‌گیریم از آنها گذراست، یعنی نمی‌ماند. پایدار نیست، مثل اینکه چیزی می‌خوریم دوباره



فوراً گرسنه‌مان می‌شود. پس می‌بینید که قضاوت کردن براساس خوب و بدهایی که یاد گرفته‌ایم یعنی باورهای که بهشان چسبیده‌ایم و مقاومت کردن براساس آنها و ادامه چسبیدن به چیزهای آفل سبب رو تُرشی می‌شود برای اینکه شادی از آنور می‌آید و ما منفصل هستیم. جدا هستیم از خدا و زندگی و از اصلمان.

توجه می‌کنید که یک چنین بافتی در واقع خراب کار است، خراب کننده خود است. یعنی خود خراب کن است، هر فکری می‌کند، هر کاری می‌کند بخودش لطمه می‌زند. و طرح زندگی این است که این من ذهنی را بشکافد. بنابراین هر کاری می‌کند از تویش درد می‌آید، تا به انسان بفهماند که زندگی در ذهن چیزی نیست که برایش پیش بینی شده بوده و هر چه زودتر از این بافت ذهنی باید بیرون بیاید.

و حالا شما الان می‌دانید دیگر هر فکری می‌کنیم، هر کاری که می‌کنیم یا باید با پذیرش همراه باشد، هر اتفاقی که می‌افتد در زندگی ما هر لحظه با یک اتفاقی همراه است، یا باید با پذیرش همراه باشد، توام باشد یا با شادخواری یعنی شادی افزایی، تجربه شادی یا ذوق. زندگی ما در این جهان سه تا حالت خوب دارد و اولیش که ما متوجه نشدیم که اینطوری شدیم، یعنی من ذهنی درست کردیم، پذیرش است. اگر با پذیرش کار نمی‌کنیم اگر شادخواری نمی‌کنیم یعنی شادی از ما جریان ندارد و اگر ذوقی نداریم که از آنور چیزی بیاوریم به این جهان خردی و شادی، ما داریم درد ایجاد می‌کنیم.

پس شما اگر در ابتدای کار هم نیستید یعنی در این لحظه اتفاق این لحظه را نمی‌پذیرید صد در صد برای خودتان و برای دیگران درد ایجاد می‌کنید و شما سیما تُرَش هستید. بنا به تعریف هوشیاری تا زمانی که در این بافت ذهنی است سیمایش تُرَش است. و شِکَرش یعنی اصلش که از جنس شِکَر است و شادی است، تبدیل شده به سرکه و گفتیم این یک کار فردی نیست همه انسانها اینطوری هستند، همه انسانها باید به همدیگر کمک کنند، که بتوانند اول به منظور اصلیشان از زندگی نایل بشوند. منظور اصلی تمام انسانها یعنی همه ما، که آمدیم به اینجا، هوشیار شدن به حضور است. یعنی آمدیم رفتیم در خواب ذهن یعنی این هم هویت شدگی با اقلام ذهن را می‌گوییم به خواب ذهن فرو رفتن، برای اینکه هوشیاری در خواب چیزهاست.

مقصود اصلی ما این است که در این جهان، قبل از مردن و هر چه زودتر بهتر حتی در ده سالگی هشت سالگی و مولانا می‌گوید: مسیح در گهواره، یعنی زمان ندارد هر چه زودتر بهتر، از خواب ذهن بیدار بشویم. وقتی از خواب ذهن بیدار می‌شویم بیدار بمانیم. دیگر به خواب ذهن نرویم. در اینصورت دوباره همان حالت اولیه را دوباره هوشیارانه به خودمان می‌گیریم یعنی بینهایت می‌شویم و از جنس ابدیت می‌شویم. از جنس ابدیت شدن یعنی از



جنس زندگی شدن که همیشه زنده هست و نمی‌میرد. پس ما این خاصیت را داریم که وقتی از خواب ذهن بیدار بشویم، در این لحظه می‌توانیم بینهایت بشویم هوشیارانه در حالی که توی این بدن هستیم و هنوز چهار بُعد را داریم، و هم به این لحظه ابدی که از جنس زندگی است آگاه بشویم و آگاه بمانیم، بمانیم و دیگر به خواب نرویم، مثل سرکا تَرش نشویم.

در آنصورت چی می‌شود؟ در اینصورت وقتی شما به بینهایت و ابدیت خودتان و یا بینهایت و ابدیت خدا که هم جنس ما است زنده شدید در اینصورت مقصود اصلی شما، که ما همه شریکیم با مقصود بیرونی ما کارهایی است که در بیرون انجام می‌دهیم، کوپل می‌شوند، جفت می‌شوند وصل می‌شوند. و آن موقع است که ما می‌آییم در این لحظه مستقر می‌شویم و شادی و خرد زندگی می‌ریزد به کاری که انجام می‌دهیم و این عمل عمل بیدار است، عمل بیدار است.

عمل من ذهنی در خواب است. تمام اعمال من ذهنی که در خواب صورت می‌گیرد هم برای خودش درد ایجاد می‌کند هم برای دیگران، کسی که هنوز بیدار نشده از خواب ذهن، اولین کاری که باید بکند که شروع کند به بیدار شدن، پذیرش اتفاق این لحظه است، پذیرش اتفاق این لحظه را بینندگان ما با ذهن شان می‌فهمند! اغلب کسانی که زنگ می‌زنند صحبت می‌کنند پذیرش اتفاق این لحظه را متوجه نشده‌اند. یعنی معنی تسلیم را متوجه نشده‌اند. تنها راه تبدیل هوشیاری از سرکه به شکر یعنی این هویت بدلی و ذهنی ما به هویت اصلی ما تسلیم است. عملی است که اسمش تسلیم است. تسلیم پذیرش اتفاق این لحظه است توجه کنید پذیرش اتفاق این لحظه، پس بنابراین شما باید در این لحظه باشید. اگر شما با ذهن تان فکر می‌کنید که این اوضاع را باید بپذیرید، شما دارید با ذهن تان می‌پذیرید.

«چه کار کنم دیگر؟ باید بپذیرم دیگر»، شما دارید استدلال می‌کنید تسلیم پذیرش اتفاق این لحظه است قبل از قضاوت، قبل از قضاوت قبل از رفتن به ذهن و بد و خوب کردن، بدون قید و شرط، این اسمش تسلیم است. بنابراین وقتی صحبت تسلیم یا پذیرش می‌کنیم منظور ما اتفاقی است که در این لحظه می‌افتد، نه تعمیم اتفاقات بطور کلی، پس پذیرش اتفاق این لحظه معنیش این است که شما به حقیقت زندگی پی بردید یا حداقل فهمیدید. چرا؟ در این لحظه زندگی هست، یا خدا هست و اتفاقات. اگر شما در این لحظه بتوانید عکس بگیرید تمام کائنات هر چی که در جهان هست یک حالتی است. بنابراین شما هم یک حالتی دارید. از نظر جسمی از نظر فکری، از نظر حالی، از نظر سلامتی، از نظر پولی و اگر یک عکس بگیریم شما هم جزو اتفاق این لحظه هستید.



پس در این لحظه یک خدا داریم یکی اتفاقی که برای شما می افتد. این اتفاق وجود دارد و مقاومت در مقابل این اتفاق انکار این است. توجه می کنید! شما نمی توانید آنچیزی که وجود دارد انکار بکنید. انکار این نیست که شما به زبان بگویید که من قبول ندارم یک ذره مقاومت انکار است. مقاومت چه شرطی شده باشد یعنی اتوماتیک انجام بشود، چه دانسته باشد انکار است. یک ذره دانش ذهنی که من می دانم و من بیاید بالا انکار است.

انکار چی هست؟ انکار این است که این وجود در این لحظه نباید اینطوری باشد! در حالی که هست. در حالی که هست، شما با پنج تا حس تان و فکرتان از اتفاق پس از افتادن مطلع می شوید، پس بنابراین آن چیزی که هست در این لحظه شما بدون قید و شرط باید بپذیرید برای اینکه هست. برای اینکه از قبل هست و دست شما نیست. حالا پذیرش درست اتفاق این لحظه قبل از بد و خوب کردن و قضاوت کردن و بدون قید و شرط شما را تبدیل می کند. چرا؟ برای اینکه با مقاومت به اتفاق این لحظه شما مرتب از جنس جسم می شوید.

یعنی من ذهنی با مقاومت می بافد خودش را، و با عدم مقاومت یا با مقاومت صفر شما از گیر، از بند جسم شدن رها می شوید. شما باید کلید رها شدن از بند جسم شدن را پیدا بکنید. و هر چی که می بینید و از جنس آن می شوید آن مرکز شما می شود. اگر شما این لحظه حقیقتاً آن چیزی که هست را بپذیرید یک خرده هوشیاری تان آزاد می شود. آن هوشیاری می شود مرکز شما، با آن هوشیاری می توانید ببینید، آن هوشیاری هوشیاری خدایی است، هوشیاری از نوع جسم نیست.

پس ابتدا شروع می کنیم به پذیرش، اتفاق این لحظه را می پذیریم. اگر اتفاق این لحظه بپذیرید شما و از جنس هوشیاری بشوید که از جنس آن بودید از خرد آن هوشیاری که خرد خدا هم هست استفاده می کنید از بینش آن هوشیاری استفاده می کنید. در حل مسئله ای که الان اتفاق افتاده، اگر نه باید از راه حل های شرطی شده و یاد گرفته قبلی ذهنی استفاده کنیم.

حالا اگر شما بپذیرید، بپذیرید،... بپذیرید، هوشیاری زیاد می شود. هوشیاری که زیاد بشود یواش یواش می بینید که این جریانی که قطع شده بود از آنور، بلی دارد برقرار می شود. جریان خرد و متوجه می شوید هر موقع که می پذیرید شما در این لحظه هستید. هر موقع مقاومت می کنید در زمان هستید. در زمان هستید یعنی در گذشته و آینده هستید، در گذشته و آینده هستید در ذهن هستید. اگر در ذهن باشید و با الگوهای ذهنی عمل کنید شما به حضور نمی رسید. یعنی شما آزاد نمی شوید. در این میان حالا این مطلب را بدانید که شما وقتی آمدید بینهایت و ابدیت بودید و هوشیار بودید. دید زندگی را داشتید، این دید را از دست داده اید. وقتی بر می گردید که الان



دید من ذهنی را دارید دید جسمی را دارید مرکزتان از جنس جسم است، هوشیاری جسمی دارید درست نمی‌بینید. دیگر آن دید زندگی قبلی نیست. و اگر با این دید برگردید نمی‌توانید برگردید. و کسانی که این دید را دارند نمی‌توانند به شما کمک کنند.

زندانی مرگاند همه خلق یقین دان محکوم تو را از تک زندان نرهاند

می‌گویند مردم همه مرده‌اند توی ذهن شان، زندانی مرگاند در اینجا زندانی هستند، همه خلق یقین دان، محکوم تو را از تک زندان یعنی آن کسی که توی زندان است تو را از زندان نمی‌تواند رها بکند. وقتی شما مقاومت نمی‌کنید و حقیقت را می‌پذیرید. گفتیم پذیرش مربوط به این لحظه است، به این لحظه است همه فکر می‌کنند توی ذهن باید بپذیرند، پذیرش درست شما را از ذهن یک لحظه آزاد می‌کند. یک هوشیاری بوجود می‌آورد. هوشیاری حضور بوجود می‌آورد، این هوشیاری حضور مرکز شما قرار می‌گیرد. در یک جای دیگر مولانا می‌گوید:

هر چه صورت می‌وسیلّت سازدش زان وسیلّت بحر، دور اندازدش

یعنی شما با هر الگوی ذهنی با هر وسیله ذهنی بخواهید از ذهن خارج بشوید از این زندان، بحر یعنی فضای یکتایی از همان وسیله شما را دور می‌اندازد. پس ما بر می‌گردیم، اگر دید ذهنی داریم، نمی‌توانیم. چون می‌خواهیم دید را نگه داریم. کسی که دید ذهنی دارد یعنی مرکزش از جنس جسم است هم هویت شدگی است و می‌خواهد به اصطلاح به یک حضور ذهنی برسد. به یک خدای ذهنی برسد. خدای ذهنی توهم است، یعنی از یک نقطه‌ای از ذهن حرکت می‌کند می‌رود به یک نقطه دیگر ذهن به هیچ جا نمی‌رسد.

همین اتفاق در ابتدای زندگی ما می‌افتد. برای این که ما فوراً هوشیاری جسمی پیدا می‌کنیم. یعنی از این لحظه که یکی اتفاقش است و یکی فضای بزرگش است یعنی در این لحظه یکی اتفاق است یکی هم خدا، چیز دیگری نیست. بدن ما هم جزو اتفاقات است. فکرها هم جزو اتفاقات است. غیر از هوشیاری شما همه چیز جزو اتفاقات است. کسی که در این لحظه بینهایت را نمی‌بیند، خدا را نمی‌بیند، فقط اتفاق را می‌بیند و از جنس هوشیاری جسمی است زندگی را در اتفاقات جستجو می‌کند. و چون این اتفاق زندگی را نمی‌دهد هویت را نمی‌دهد خوشبختی را نمی‌دهد، فکر می‌کند این را باید پله کند در ابتدای زندگی برود به اتفاق دیگر برسد.

و علائم بیماری من ذهنی یکی این است که: منتظر باش تا زندگی شروع شود. منتظر باش تا زندگی شروع بشود یعنی زندگی در آینده است. و آن اتفاق هم می‌آید وقتی آن اتفاق می‌آید باز هم زندگی نمی‌دهد، چون زندگی در



اتفاقات نیست، دوباره آن را پله می‌کنیم بسوی اتفاق دیگر، بسوی اتفاق دیگر، همین طور وقتی اتفاقات می‌آید انهایی که منتظرش بودیم دوباره پله می‌کنیم، برای اتفاق دیگر، و یا نه آن اتفاق نمی‌آید اصلاً. و آن حس خوشبختی و حس شادی و حس آرامش نمی‌آید، و بنابراین یواش یواش ما فکر می‌کنیم که آدمهایی که دور و برمان هستند نمی‌گذارند. یا محیط نمی‌گذارد. یا مثلاً وضعیت اجتماعی نمی‌گذارد، وضعیت اقتصادی نمی‌گذارد ما به زندگی برسیم، در حالی که ما در ذهنمان اسیریم. سیمایمان هم همین طور تَرش می‌ماند، پس از یک مدتی انسان دیگر آدمها را و محیطش را مانع نمی‌بیند بلکه دشمن می‌بیند.

پس بنابراین در این سه تا حالت می‌ماند و در این لحظه دوباره یا اتفاقات را می‌بیند، پله می‌کند برای آینده یک عده‌ای هم دشمن می‌بیند یک عده‌ای هم مانع می‌بیند و اینها را باهم قاطی می‌کند و یک زندگی درست می‌کند که بنا به تعریف جهنم است. مقدار زیادی دشمن مقدار زیادی مانع مقدار زیادی پله برای آینده، کاملاً در زمان مستقر شده، بسیار تَرش است اخمو است، تلخ است، شاید پر از حتی بیماریهای جسمی است، ناراحت است، روابطش به هم خورده و تمام آثار من ذهنی و اینکه می‌گوید تَرش مثل ترس، مثل حسادت، مثل نگرانی از آینده، اضطراب و حس خبطهای گذشته، این که این دشمنان را که من انتخاب کردم اینها دوست نیستند دشمن هستند واقعاً دشمن من بوده‌اند از اول دشمن بودند، از اول مانع بودند، هیچ کس مرا دوست ندارد.

برای این که در مرکز این بافت جدایی وجود دارد. بر اساس هم هویت شدگی با چیزهای آفل درست شده، چیزهای آفل اصلاً چی هست؟ همه‌اش از بین می‌روند، و از بین رفتن آنها ما را تهدید می‌کند. گهگاه حس قربانی بودن می‌کند، که چرا این اتفاق نیفتاد؟ چرا آن اتفاق افتاد؟ چرا اینها را از دست دادم؟ نکند اینها را هم از دست بدهم؟ همان هم هویت شدگی‌ها را؟ بنابراین سیمایش تلخ است.

مرتب مقاومت می‌کند قربانی اتفاقات می‌شود به هر چیزی که مقاومت می‌کند قربانی آن می‌شود. آن شما را تسخیر می‌کند. قرار ما بر این بود که بصورت هوشیاری سابقون السابقون تاختن از کنار چیزها رد بشویم و آدمهایی که تَرش رو هستند ما را زمین نکنند، و از پهلویشان رد بشویم برویم. پس از یک طرف ما پذیرش را داریم، پذیرش مربوط به این لحظه است یارمان است از یک طرف پس از پذیرش شادی می‌آید پس از شادی ذوق می‌آید به محض این که شما در این لحظه مستقر بشوید از جنس این لحظه بشوید منظور بیرونیتان با درونیتان جفت می‌شود، خرد از آنور می‌آید عمل بیدار انجام می‌دهید، وارد فکر تان می‌شود عملتان می‌شود. از طرف دیگر اگر بخواهید در این لحظه زندگی را جسم ببینید زندگی را تبدیل به موانعی بکنید یا مسائل بکنید اینها تمام بشو



نیستند شما را گنج می‌کنند. هیچ خردی هیچ شادی از آنور نمی‌آید. دلخوش کرده بودید خودتان را به خوشیهای بیرونی الان هم آنها دیگر، چقدر دیگر ما بد دیگران را بخواهیم، فرض کنید آنها ورشکست بشوند ما خوشحال بشویم یا غیبت دیگران را بکنیم کوچک بکنیم، یا مثلاً بگوییم ما این را داریم پز بدهیم یک خرده خوشی بگیریم، اینها دیگر دوامی ندارند، چقدر برای بچه هایمان پز بدهیم، اینها هم چیزی نمی‌آورند. پس بنابراین آن ذات اصلی زود رو تُرشی من ذهنی با تمام مخلفاتش می‌ماند روی ما.

حالا موضوع انسان را متوجه شدیم و امروز ابیاتی از مثنوی خواهیم خواند و بلی که ببینیم که آیا شما می‌توانید معنی پذیرش اتفاق این لحظه را واقعاً در این لحظه تجربه کنید؟ می‌توانید بعد از این ذهناً نپذیرید، در این لحظه باشید اتفاق این لحظه را بپذیرید، صبر واقعی بکنید شکر واقعی بکنید، شکر واقعی صبر واقعی، رضای واقعی انسان را از جنس این لحظه می‌کند. هر چیزی که شما را بتواند بیاورد به این لحظه و از گذشته و آینده جمع بکند آن کار مفید است و گر نه مفید نیست.

بلی اگر یادتان باشد در جلسات گذشته مولانا این رو تُرشی را بصورت بیماری توصیف کرد. که من چند بیت از جلسات گذشته می‌خوانم. که یکی از آثارش ناشکری بود، برای اینکه این بافت ذهنی به هر چه بیشتر بهتر عادت کرده و می‌گوید پیغمبران آمدند اهل سبا که ما باشیم گفتند که نعمت زیاد شده که

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۷۰

که هله نعمت فزون شد، شکر کو؟ مَرکَبِ شُکرار بخسپد حَرِّکُو

یعنی بزرگان به ما گفتند که شُکرتان کو؟ و وقتی اسب شکر بخوابد آن را به حرکت در بیاورید. ولی ما چون شُکر را نمی‌شناسیم.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۷۷

انبیا گفتند: در دل علتی ست که از آن در حق شناسی آفتی ست

پیغمبران گفتند، بزرگان گفتند: در مرکز شما یک مرضی وجود دارد.

امروز مولانا آن را به عنوان رو تُرشی نشان می‌دهد به ما، رو تُرشی یا علت با قضاوت، بد و خوب کردن با مقاومت با هم هویت شدگی با چیزهای آفل یکی است. علت یعنی هنوز این هم هویت شدگی‌ها مرکز ماست، در مرکز ما یک مرضی وجود دارد، که این بافت، این مرض در حق شناسی آفت ایجاد کرده، یعنی ما از جنس هوشیاری



هستیم و باید هوشیاری بمانیم. و شکر ما این است که از جنس هوشیاری باشیم، ما از جنس خدا هستیم شکر ما این است که، شکر اصلی واقعی ما، این است که ما از جنس خدا باقی بمانیم. دیگر چیزی نمی‌خواهیم. چون همه چیز در آن هست. اما آفت افتاده به این کار، آفت همین من ذهنی است. یعنی به جان ما به صورت هوشیاری یک آفت افتاده، بلی.

و از علایم این رو تَرُش تعریف می‌کنیم امروز شما امکان دارد، شما خودتان را زیر نورافکن بگذارید و تَرُش رویی خودتان را آفت خودتان را، من ذهنی خودتان را و آسیبهایی که هر روز به خودتان می‌زنید یا به دیگران می‌زنید اهل خانواده می‌زنید ببینید. که آن چیزی که نمی‌گذارد شما خوشبخت بشوید، خودتان هستید. و این در مرکز شما است.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۷۹

چند خوش پیش تو آمدای مُصِرِ جمله ناخوش گشت و صاف او کَدَرِ

مُصِرِ انسانی است که به تَرُش رویی به قطع رابطه با خدا و جریان خرد از آنور اصرار دارد. چقدر فرصتها را ما از دست دادیم، چقدر می‌توانستیم ما در زندگی زناشویی قدر همسرمان را بدانیم، قدر بچه‌های کوچکمان را بدانیم با آنها بازی کنیم، حس خوشبختی کنیم، حس گرمای خانواده را بکنیم، که این من ذهنی نگذاشت دعوا راه انداخت، حواس ما به جمع کردن بود، فکر می‌کردیم که اگر پولمان زیاد بشود همه چیز درست می‌شود، غلط بود این. این از همین من ذهنی و هر چه بیشتر بهتر بود، اصلاً این اندازه نمی‌فهمید و نمی‌فهمد.

چند خوش پیش تو آمدای مُصِرِ، این از بیماری است، همه‌اش ناخوش گشت و صاف او یعنی آن شادی او کدر شد. چرا ما نتوانیم در خانواده شادی بوجود بیاوریم؟ شادی اصیل، چرا باید با خوشیها از خوشی که با موفقیت‌های بیرونی بدست می‌آید آن هم خوب است، باید موفق بشویم در بیرون ولی اصل موفقیت این است که این خرد، خرد زندگی که در این لحظه می‌آید برود آن تو که بادام پوک نکاریم. که فردا درد بوجود نیاید.

پس اولین کاری که باید بکنیم ما شخصاً این است که به حضور زنده بشویم که بتوانیم عمل بیدار انجام بدهیم. که این منظور اصلی ما یعنی به حضور زنده شده ما، به اعمال ما در بیرون بریزد، به فکرهای ما بریزد. فکرهای ما اعمال ما از آن خرد باردار بشود از آن خلایق باردار بشود. این طوری درست است، نه این که با من ذهنی برویم که موفق بشویم. خوب موفق می‌شویم، بعدش هم باید آشفته بشویم. شما می‌توانید تصمیم بگیرید در این لحظه



بگویید من در من ذهنی نمی‌خواهم مصر باشم. مصر (= اصرار کننده) کسی است که می‌گوید می‌دانم، قضاوت‌های خودش را اصل می‌داند، شما بجای قضاوت کردن در هر لحظه فضا را باز کنید. از خودتان بپرسید اتفاقات که می‌افتد من فضا باز می‌کنم یا قضاوت می‌کنم، بد و خوب می‌کنم و باهاش ستیزه می‌کنم. وقتی فضا باز می‌کنی خرد زندگی می‌ریزد به آن اتفاق، هر چی می‌خواهد باشد. شما با خوشرویی با خرد با اتفاقی که می‌آید روبرو می‌شوید. وقتی ستیزه می‌کنید با انرژی مسموم من ذهنی با او مواجه می‌شوید. درست نخواهد شد.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۸۰

تو عدو این خوشیها آمدی گشت ناخوش هر چه بروی کف زدی

پس ببینید این من ذهنی که مخرب است به این دلیل است که ما دشمن همه خوشیها هستیم. نمی‌دانیم و هر چه بهش دست بزنیم آن ناخوش می‌شود. می‌خواهید شما این طوری باشید؟ آیا ما نباید به همدیگر کمک کنیم، بلکه بتوانیم از این تَرش رویی و این بیماری نجات پیدا کنیم. گفتم اولین قدم پذیرش اتفاق این لحظه یا عدم انکار آن است، چیزی که هست شما با قضاوت و بد و خوب کردن و مقاومت کردن انکارش نکنید. این اتفاق در این لحظه است من فضا باز می‌کنم. فضا باز می‌کنم از این فضا که با پذیرش واقعی من می‌آید خرد می‌ریزد، شادی می‌ریزد، باهاش ستیزه نمی‌کنم. وگرنه به هر چه دست می‌زنم ناخوش می‌شود. یعنی ازش درد می‌آید. شما خوب توجه کنید به این مطالب مولانا، درست هستند اینها.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۸۱

هر که او شد آشنا و یار تو شد حقیر و خوار در دیدار تو

و نقص من ذهنی که حس ناقص بودن می‌کند به خاطر این که وصل نیست دیگر و این حس نقص هیچ موقع از بین نخواهد رفت مگر ما تبدیل بشویم. شما میلیاردها دلار پول هم داشته باشید حس نقص خواهید کرد. این گذاشته زندگی یا خدا توی این من ذهنی که کسی آنجا نماند، کسی توی این جهنم نماند. فکر کنید این جهنمش بهشت است. شما فکر نکنید آنهایی که پول دارند خوشبخت‌اند، من توی این زندگی هفتاد و دو ساله آدمهای پولدار خیلی زیاد دیدم. اگر خوشبخت بودند حضور را تجربه کرده بودند، اگر نکرده بودند، نبودند. این تجربه من است. پس بنابراین وقتی من ذهنی داریم هر کسی می‌آید با ما دوست می‌شود ما حقارت‌مان را ما حس ناقصی‌مان را می‌مالیم به آن، آن هم می‌شود حقیر، بعد می‌رویم بالای آن زیر پایمان له می‌کنیم تا برتر از آن باشیم. امروز اگر



مولانا بود می آمد با یک من ذهنی رفیق می شد، خوب من ذهنی می گفت که اولاً مولانا با من رفیق شد من با او مساوی هستم، پس از چند روز هم می آمد بالای شانه های مولانا، می گفت: من از این بزرگترم! تا خودش را بزرگ کند. شما ببینید این طوری هستید؟ اگر من ذهنی دارید این طور هستید. نمی توانید نباشید.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۸۲

هر که او بیگانه باشد با تو هم پیش تو او بس مه است و محترم

هر کسی با تو بیگانه باشد دشمن باشد از نظر تو مهم است. واقعاً ما این طوری هستیم در ذهن. مولانا می گوید که توجه کنید به این قسمت، این تُرّش رویی مسری است.

این هم از تاثیر آن بیماری ست زهر او در جمله جُفتان ساری ست

زهر او یعنی هر کسی من ذهنی دارد با چیزهای آفل هم هویت شده، آن هم هویت شدگی در مرکزش است. قضاوت دارد هر لحظه بد و خوب می کند، مقاومت دارد، این آدم زهر می فرستد به جهان، و هر کسی با او جفت بشود، این زهر سرایت می کند، این بیماری این ناخوشی پر از درد سرایت می کند به آن. تُرّش رویی یک بیماری است. می گوید این هم از تاثیر آن بیماری است.

همه این آثار و خیلی چیزهای دیگر مثلاً میل بقدرت، میل بقدرت تاثیر آن بیماری است خود آن بیماری نیست، حرص، هر چه بیشتر بهتر، میل به قدرت داشتن، اینها علائم آن بیماری هستند، خود بیماری نیست، خود بیماری هم هویت شدگی است. خیلی از مردم نمی دانند می روند یک باورها را می کوبند، مثلاً باورهای دینی را می کوبند، باورهای دینی بد نیستند هم هویت شدن با آنها بد است، وقتی باور که از جنس جسم است مرکز قرار بگیرد شما در زندان باور می روید. آن موقع زهر دارید. باورها برای این هستند که به ما کمک کنند ما از ذهن خارج بشویم. همین طور فکرها می بینیم مفیدند وقتی شما در ذهنتان می فهمید که « محکوم ترا از تک زندان نرهاند » پس می بینید کسی که غیبت می کند بدگویی می کند به دیگران، می گوید که این باورهایی که من با آنها هم هویت شدم بهترین باور است چه می خواهد دینی اش باشد چه اجتماعی چه سیاسی اش شما بگویید که شما توی زندان باورها هستید خدا حافظ شما. شما به من نمی توانید کمک کنید.

اصلاً صرف بدگویی یک نفر نشان بیماری است، هر کسی بدگویی می کند شما فرار کنید، آن نمی تواند به شما کمک کند. می خواهی هم رفیق بشوی بشو زهرش در تو ساری است. اگر با یکی جفت شدید، سرایت کرده، عین



این سرماخوردگی است. فولو هست ها!! می گویند پیش آدمی که فولو دارد بشینی بغل کنی آن را می گیری تو هم ویروس است.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۸۵

هر خوشی کاید به تو ناخوش شود آب حیوان گرسد آتش شود

یعنی هر خوشی که به ما می رسد ما ناخوشش می کنیم، شما نگاه کنید چه جوری من ذهنی آب حیوان (= آب زندگی) را از آنور می گیرد تبدیل به مانع می کند، تبدیل به دشمن می کند، تبدیل به درد می کند، تبدیل به حسادت می کند، تبدیل به اضطراب می کند، تبدیل به ترس می کند. مگر این هیجاناتی که شما دارید الان هیجانات منفی از جنس آب حیوان نیستند که تبدیل شدند به آتش درد، نیستند؟ از کجا آمدند؟ مگر ما نیروی زندگی را از آنور نمی گیریم؟

این لحظه زندگی یا خدا شما را زنده نگه می دارد. ما اینجا یک بافتی را گرفتیم می گوئیم هر چه از آنور می آید تبدیل کن به مفرغ، تبدیل کن به اضطراب، تبدیل کن به ترس، تبدیل کن به حسادت، تبدیل کن به حس نقص، تبدیل کن به حس خبط، تبدیل کن به احساس گناه، احساس کوچکی، تبدیل کن به دشمن. شما اگر دشمن می بینید اطرافتان تقصیر آن بافت ذهنی تان است که مرکزتان است. اگر مانع می بینید خدا دائماً جاری است شما بگذار جاری بشود. اصلاً یک چنین چیزی نیست که یکی جلوش وایستد فقط ما وایستادیم.

برای همین می گوید: آمد آن خواجه سیما تَرش، یعنی از نظر زندگی یک چیز بعیدی است، این چیه اصلاً؟ این چرا این جوری خلقت اینجا آمده کار کرده که؟ یک بافتی افتاده توی دل یک عده ای که اسمش انسان است، در حالتی که قرار بوده خدا در آنها بخودش زنده بشود. این هم ما نباید حس کنیم که یک اشتباه یزرگی داریم می کنیم. این طوری که ما سینه سپر می کنیم این باورها بهترین باورند ما بهترین آدمها هستیم، اصلاً بهتر از ما نیست

ما بهترین دین را داریم، اینطوری نمی تواند باشد، وقتی یک نیرویی جاری هست دائماً، شما وقتی می آید دائماً از آنور چرا راه را باز نمی کنید رد بشود از شما برود؟ بله این لحظه شما موازی بشوید، وارد چهار بعد شما بشود، شما فضا را باز کنید و جلوی هر اتفاقی که می آید بگویی بیا اینها را حل کن، بشور، دردهای من را بشور. چرا ما اقرار به اشتباهمان نکنیم، اگر شما آب حیوان را تبدیل به درد می کنید، شما خودتان را زیر نورافکن قرار بدهید. درسته که ما همه را نمی توانیم عوض کنیم خودمان را که می توانیم عوض کنیم.



بله توجه کنید که دفع این کوری دفع این رو تَرُشی دفع این بیماری به دست خلق نیست.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۲۱

دفع این کوری به دست خلق نیست لیک اکرام طبیبان از هُدی ست

فقط و فقط و فقط یک راه وجود دارد. تسلیم است، بزرگان مثل مولانا طبیبان به ما کمک می‌کنند، این حرفهایی که اینجا مولانا به ما می‌گوید از آنور آورده و جوری بغل هم چیده که وقتی اینها را می‌خوانیم، ما بیماریمان را تشخیص می‌دهیم و می‌فهمیم و معالجه‌اش می‌کنیم. زیر بار می‌رویم. و خلق یعنی انسانهای دیگر که من ذهنی دارند، بین انسانهای دیگر کسانی هم هستند که به حضور زنده هستند به بینهایت و ابدیت خدا در این لحظه زنده هستند، که اینها جزو طبیبان هستند، اینها به آنور وصل هستند. یعنی از هدایت زندگی استفاده می‌کنند و بخشش می‌کنند به ما. یکی‌اش همین مولاناست. بخشش طبیبان کمک طبیبان از هدایت خداست. می‌خواهد این را بگوید. دوباره یادآوری کنم

«محکوم تو را از تک زندان نرھاند»

و همینطور در درسهای گذشته داشتیم گفت که: یک کاروانی رسیدند به یک دهی و خیلی سرد بود و تمثیل همین تَرُش رویی ماست، انسانها بالاخره باشندند دیگر، اینها کاروان انسانها الآن خیلی سرد شده زمستان است، برای اینکه دلشان سرد است، دلشان هم هویت شدگی با چیزهای آفل است، در نتیجه سرد است. ارتعاش پذیرش، وقتی شما در این لحظه حقیقتاً اتفاق را این لحظه را می‌پذیرید، نه بوسیله ذهن بلکه قبل از رفتن به ذهن و انکار نمی‌کنید، یعنی مقاومت شما صفر می‌شود قضاوت شما صفر می‌شود و نمی‌آیید بالا و در سطح زمین می‌شوید یک لحظه یا از جنس بین دوتا صندوق می‌شوید بله، این حالت حالت هوشیاری است. این حالت، این می‌تواند رد بشود بسوی خدا، ولی این هوشیاری وقتی جذب یک چیزی بود، نمی‌توانست رد بشود.

برای همین گفت که در این زمستان، در این تَرُش رویی رسیدند به دهی، که ده همین ذهن است، دیدند یک در باز است، در این ده یعنی ذهن این لحظه باز است، ولی ما به این لحظه نمی‌آییم که پخش در زمان هستیم. گفتند برویم این تو و از درون صدا آمد گفت که:



هم برون افکن هرآنچ افکندنی ست درمیا با آن که این مجلس سنی ست

این کاروان انسانی رسید به یک دهی دیدند یک دری باز است، گفتند برویم تو، اینها با بار و بنه با هم هویت شدگیها می خواستند بروند، صاحب خانه گفت که نیا این مجلس مجلس بالایی است بلندمرتبه‌ای است. هم برون افکن هرآنچ افکندنی ست، هرچیزی که با ذهن می توانی تجسم کنی و بهش چسبیدی بیانداز، لخت بیا. پس تسلیم یا پذیرش اتفاق این لحظه شما را راه می دهد چرا؟ آن که می خواستی مقاومت کنی و نیفکنی، می افکنی.

هم برون افکن هرآنچ افکندنی ست درمیا با آن که این مجلس سنی ست

فضای یکتایی سنی است یعنی بلندمرتبه است، با چیزهایی که چسبیدیم نمی توانیم برویم و پذیرش اتفاق این لحظه صرف نظر از راهنمایی بزرگان در درون، راه را به شما نشان می دهد. و شما می دانید اینها فرکانس ارتعاشی مختلفی دارند، وقتی می پذیری حالت خوب می شود. پس از یک مدتی که می پذیری می پذیری می پذیری می روی جلو، شادی شروع می کند، شادی زندگی اصیل زندگی که حق شماست و از جنس شماست شروع می کند از شما عبور کردن، خوب این شادی از شما عبور می کند فرکانس بالایی دارد سرد نیست مثل آن کاروان انسانی که رسیدند به آن ده، سرد بود، گفت در این برد العجوز یعنی سرمای سخت ما بیاییم اینجا رخت بیفکنیم، خلاصه این تَرش رویی ما همان سرمای سخت زمستان است، یک سوراخی هست یک دریچه‌ای هست اینجا بنام این لحظه تا اینها را نیندازی زمین نمی شود.

و شما می گوئید چه جوری بیاندازم؟ با تسلیم، تسلیم دوباره پذیرش اتفاق این لحظه است نه با ذهن، شما با ذهن می کنید این کار را، نکنید با ذهن، صبر با ذهن هم تحمل است. صبر با ذهن نمی شود. صبر بی ذهن. صبر این نیست که شما بد و خوب کنید، قضاوت کنید، مقاومت کنید، بعدهم بگوئید که چاره ندارم دیگر چیکار کنم باید صبر کنم دیگر، این صبر است؟ صبر نیست. پس ما فهمیدیم دفع این تَرش رویی به دست خلق نیست دفع این بیماری ذهنی ما به دست مردم نیست. به دست زندگی هست، به دست خداست به دست طبیبان است. اگر طبیبان هم معالجه می کنند بخاطر اینکه از آنور کمک می گیرند.

ولی شما خودتان را می توانید به آنور وصل کنید با پذیرش اتفاق این لحظه و شما پس از مدتی شادخواری یا شادی فزایی، بلی، آن چیزی که از درونتان می جوشد می آید بالا مثل چشمه است، این شادی زندگی، هر چه هم هویت شدگی هایتان بیشتر می ریزد، بیشتر می جوشد می آید بالا درسته، پس از یک مدتی ذوق پیدا می کنید.



پس از یک مدتی متوجه می‌شوید که کار شما این است که از آنور خرد را از آنور عشق را و از آنور لطافت را بیاوریم می‌ریزیم به این جهان، یک کاری در این جهان می‌خواهید انجام بدهید ذوق است این.

مثلاً شما می‌بینید که من ذوق این کار را دارم اگر ذوقش را نداشتم که این چندی است ششصد و هفتاد و شش تا برنامه است که اجرا شده است، ذوق نشان می‌دهد که یک نیروی دیگری کار می‌کند و این بخاطر چیزهای آفل نیست. چیزهای آفل نمی‌تواند شما را تشویق کند به ذوق، برای به دست آوردن چیزی نیست این، دارم مثال می‌زنم ها!!!

ما اینجا چیزهایی را که به دست آوردیم می‌گذاریم می‌رویم، بعضی از ما بزودی می‌گذاریم می‌رویم، باید متوجه باشیم، چقدر مانده دیگر؟ پس ذوق و بتدریج این فرکانس زندگی شدیدتر می‌شود و برد العجوز یعنی این تَرُشی از بین می‌رود. تَرُشی تا شادی زندگی نیاید از بین نخواهد رفت، تا زمانی که ما تو این ذهن هستیم ما نمی‌توانیم تَرُش رو نباشیم، نمی‌شود شما ستیزه کنی جلو شادی را بگیری براساس جدایی و هم هویت شدگی، زندگی شما درست شود.

برخی فکر می‌کنند می‌گویند که با پول با امکانات با عوض کردن محل زندگی یا جغرافیایی می‌شود، آخر جغرافیا شما حالا اینجا نباشی آنجا باشی چه فرق می‌کند که؟

بقول سعدی

اگر ز دست بلا بر فلک رود بد خوی ز دست خوی بد خویش در بلا باشد

یعنی به فلک هم برود این خوی بد را با خودش ببرد، این خوی بد نمی‌گذارد.

با همگان رو تَرُش استای عجب یا که به بیرون خوش و با ما تَرُش

می‌گویند این رو تَرُش دیدید که من ذهنی است، الآن شما هم وقتی حضور ناظر هستید از جنس زندگی هستید اگر هنوز این بافت ذهنی هست، این رو تَرُش شماست، شما فکر می‌کنید که این رو تَرُش که حواسش به بیرون است، چون هوشیاری جسمی دارد در بیرون با اجسام کار دارد، اگر هوشیاری حضور داشت که به درون نگاه می‌کرد،

می‌گویند که واقعاً این رو تَرُش، کسی که رو تَرُش است، با همه رو تَرُش است؟ یا که این که به بیرون نگاه می‌کند با بیرونیها خوب است؟ یعنی با اجسام دیگر خوب است، فقط ما که از جنس زندگی هستیم بد است. می‌خواهد



بگویند این پدیده‌ای که به صورت من ذهنی، حالا انسان را بگذار کنار، حالا این پدیده، یک چیزی است اینجا، درست شده بنام من ذهنی، که متاسفانه مرکز یک باشنده‌ای بنام انسان قرار می‌گیرد. این اصلاً می‌شود رو تَرش نباشد؟ با چیزهای بیرونی خوب است، فقط با ما که از جنس زندگی هستیم رو تَرش است؟ یعنی من ذهنی فقط دشمن زندگی است؟ بعبارت دیگر وقتی مرکز ما از جنس رو تَرشی است و بافت ذهنی است ما فقط دشمن خدا هستیم؟ یا دشمن بیرونی‌ها هم هستیم؟ می‌گوید که نه.

می‌خواهد بگوید که دشمن همه است، این بافت خود تخریب کن است، خود تخریب است، دائماً بر علیه خودش با کسانی که سروکار دارد، حرف می‌زند و فکر می‌کند و عمل می‌کند. بعضی موقعها دلسوز هم هست. ولی چون انرژی‌اش بد است انرژی‌اش از جنس انرژی خرد زندگی نیست، همیشه فاسد می‌کند. یک خانمی ممکن است فکر کند که خوب شوهر من عصبانی است، اخمو است، حتماً می‌رود بیرون بهش خوش می‌گذرد، با همه خوب است، خانه که می‌آید اخم می‌کند. یا آقا بگوید که همسر من با همه می‌گوید می‌خندد به ما که می‌رسد عصبانی است. نه با همه آنطوری است. یک کسی که از جنس زندگی است، با خدا و با همه آنطوری است، کسی که فضا را باز می‌کند. کسی که منقبض است مرکزش از جنس جسم است، با همه همانطور است، با خودش هم همانطور است، وقتی آدم به خودش رحم نمی‌کند به دیگران رحم می‌کند؟ پس ما داریم رو تَرش را می‌شناسیم. شناسایی مساوی آزادی است.

از کرم خواجه روا نیست این با همه خوش با من تنها تَرش

می‌گویند درست نیست اینکه فکر کنم که این من ذهنی فقط با من تنها، یعنی فقط با یکتایی دشمن است. چون وقتی ما انکار می‌کنیم وجود این لحظه را، اتفاق این لحظه را، هرچی که هست را، باشندگی این لحظه را، این لحظه چگونه هست را ما انکار می‌کنیم، گفتم انکار کردن هم همین ستیزه کردن و مقاومت کردن است. نگویند که من هیچ موقع انکار نمی‌کنم، شما به زبان که نیست که، همین که شما ستیزه می‌کنید یا مقاومت می‌کنید، اگر مقاومت نمی‌کردید، فضا را باز می‌کردید، اگر فضا را باز نمی‌کنید، صد درصد دارید مقاومت می‌کنید، نگویند نمی‌کنم، شما که هوشیار نیستید.

شما فکر می‌کنید من ذهنی به کارهایی که می‌کند هوشیار است؟ نه، مگر در شما عامل حضور، ناظر و تماشاگر ذهن وجود داشته باشد. رو تَرش، ذهن بدون ناظر است. وقتی ناظری رو تَرش را نگاه می‌کند، رو تَرشی‌اش کنترل



می شود اداره می شود، وقتی ناظر غایب است و جذب رو تُرشی است، نه دیگر، هرکاری دلش می خواهد می کند و آن موقعی است که فکرها می آید، ما را کنترل می کند و ما اسیر فکرها هستیم. لحظه به لحظه از ذهنمان می گذرد این فکرها، زنجیره فکرها و اینها اتوماتیک است، ما را زیر کنترل و سلطه گرفته است، ما اسیر فرمان هستیم این درست نیست.

کسی که بصورت ناظر ذهنش را می تواند نگاه کند، می تواند فکرهایش را ببیند. می تواند ببیند که ذهن من کارخانه فکر است همه فکرها جدی نیستند. ذهن همه کارخانه فکر است. بنابراین مردم حرفهایی که می زنند جدی نیست و نباید من برنجم، کسی که رو تُرش است، زن است یا مرد است، هرچی که همسرش می گوید آنها را جدی می گیرد. اگر ناظری به ذهنش نگاه می کرد، در او ناظر زنده بود می گفت:

بابا فکر است دیگر. حرف است دیگر. مردم حرف می زنند ذهنها کارخانه فکر هستند. می فکر تولید می کنند. من فکرهای خودم را جدی نمی گیرم. حالا اگر از ذهن من يك فکری گذشت. من باید دنبالش راه بیفتم بروم؟ نه من ناظرم اینکه اصلاً بطور هرز می گردد فکر تولید می کند.

می خواهد بگوید که ما که از جنس زندگی هستیم و خدائیت هستیم و از کرم خدا، این روا نیست که یک بافتی با همه خوش باشد، با ما خوش نباشد، همچون چیزی نمی شود. پس یا با همه خوش است یا با همه ناخوش است و من ذهنی با همه ناخوش است. یعنی شما هیچ موقع فکر نکنید این آدم با من ناخوش است، با بقیه می گوید و می خندد کیف می کند، نه همچون چیزی نیست، همچون چیزی نیست، خیلی موقعها شما می بینید همسران جدا شده رفته بسیار هم تلخ شده است. شما فکر می کردید فقط با شما بد است، نه، تلخ تر از آن موقع است. چرا؟ برای این که هنوز این بیماری دل را نگه داشته.

خیلی ها اصلاً خبر ندارند از این چیزها، که هم هویت شدگی وجود دارد، هوشیاری جسمی وجود دارد، زندان ذهن وجود دارد، تُرش رو هستند، فکر می کنند حق دارند تُرش رو هستند، فکر می کنند حق دارند که باید خودشان را مقایسه کنند. اگر کم در آمدند تُرش رو باشند. اگر بعضی موقعها زیاد در آمدند لبخندی بزنند. و شما می دانید این من ذهنی بعضی موقعها از بعضی چیزها خوشش می آید. آن خوش آمدن مخصوصاً چیزهای بد که برای دیگران اتفاق می افتد بسیار سطحی و زود گذر است.

مثلاً من ذهنی که خودش را همیشه مقایسه می کند با دیگران چون دیگر قطع شده با زندگی، یک موقع هست شما ریشه دار هستید بینهایت می دانید کی هستید احتیاجی به مقایسه ندارید، می دانید زندگی هستید از جنس



زندگی هستید از جنس خدا هستید، هویت خدا را دارید دیگر پس احتیاجی ندارید که خودتان را با کسی مقایسه کنید. یک موقع است که ریشه قطع است یک بافت ذهنی هستید، هیچ راهی ندارید که خودتان را با کسی مقایسه کنید. حالا می بینید یک کسی که خودتان را با آن مقایسه می کنید، دارد ورشکست می شود یواشکی خوشتان می آید، یک لبخندی می زنید خوب شد. چرا؟ برای این که این ورشکست بشود دیگر از نظر مالی شما بالاتر از آن هستید.

ولو این که فامیلتان باشد برادرتان باشد، نمی دانم باجناقان باشد! هر کی باشد. حتی بعضی ها خوشحال می شوند همسرشان، بعضی از همسرها می گویند ما زیاد در می آوریم، کارش را از دست داده، به چه خوب شد! حالا پول ما دارد می آید پایین، درآمد ما می آید پایین. چرا؟ می رود بالا. اصلاً برای من ذهنی مهم نیست ضرر به خود، می خواهد یک هویتی داشته باشد می خواهد مقایسه بکند بهتر در بیاید. کسانی که در خانواده اینطوری هستند یک جهنم درست می کنند. اگر قرار باشد ترس و کنترل و مقایسه باشد که هست آنجا دیگر زندگی نمی شود که، پس من ذهنی با همه رو تَرش است، زندگی شما از جنس یکتایی هستید فضا را باز می کنید فراوانی خدا می آید. می خواهید همه موفق بشوند، شما هم دارید موفق می شوید.

یادمان باشد من ذهنی منتظر یک اتفاق مهمی است در زندگی بیفتد تا خوشبخت بشود معلوم نیست آن اتفاق چیست. ولی کسی که از جنس حضور است یا حداقل اینقدر که بصورت ناظر به ذهن اش می تواند نگاه کند، و توانسته مدتی پذیرش اتفاق این لحظه را تمرین بکند، در اینصورت می داند بزرگی لحظه به لحظه ساخته می شود، شما مسئول کیفیت هوشیاریتان در این لحظه هستید که از جنس حضور است یا از جنس جسمی است؟ از جنس مسموم درد است؟ از جنس پاکی زندگی است در این لحظه. ریزه ریزه لحظه به لحظه شما اجازه می دهید خرد زندگی برود به عملتان و فکرتان، دارد بزرگی ساخته می شود.

بزرگی ریزه ریزه ساخته می شود. اینطوری نیست که شما ببندید بگویند که من دارم یک بزرگی یک چیز بزرگی می سازم! از کجا می سازی؟ این توهم است. موفقیت لحظه ای است اگر در این لحظه هم خط با زندگی هستی و این خرد عبور می کند و می ریزد به فکرتان و عملتان شما دارید موفق می شوید. و این موفقیت دارد ادامه دارد و از آنور می آید. چرا؟ برای اینکه فضا را باز می کنید. شما واقعاً دارید پذیرش را تمرین می کنید.

هر لحظه باز می کنید فضا را، خرد می ریزد، جاری است دیگر آن چیزی که جاری است می گذارید رد بشود. خدا عملاً جاری است از ما هر لحظه مگر نمی بینید که جاری است؟ اگر جاری نبود که زنده نبود! جاری است با همین



من ذهنی‌مان نمی‌گذاریم جاری بشود به این تمنان، چرا ما مریض جسمی می‌شویم؟ من ذهنی باعث می‌شود. مقاومت ما سبب می‌شود در این لحظه سلامتی زندگی برکت زندگی به جسم ما نریزد برای همین مریض می‌شود. چه کار داری بگذار بریزد. و این بریزد و فضا باز بشود شما از آن خوشیهای بیرون دست بر می‌دارید. شما روا می‌دارید همه موفق بشوند، همه شاد بشوند همه خانواده‌ها شاد بشوند از شما چیزی کم نمی‌شود. دیگر وقتی می‌روید عروسی، شادی است، موفقیت است، دیگر ناراحت نمی‌شوی. ولی این من ذهنی تنگ نظر است، کوچک است. ها!! چرا شادی می‌کند! تظاهر می‌کند! بهشان نمی‌آید، فردا بهشان می‌گویم وقتی به سختی افتادند. از این چیزها می‌زند.

زین بگذشتیم، دریغست و حیف آن رخ خوش طلعت زیبا ترش

می‌گویند مثل اینکه خیلی حرف داشت، بابا این بیرون چه جوری و تو چه جوری است و ستیزه می‌کند می‌خواسته توضیح بدهد شاید، می‌گویند بگذریم از این، اما واقعاً دریغ و حیف است که آن رخ خدایی ما بصورت هوشیاری در این لحظه می‌توانیم بینهایت بشویم و از جنس زندگی بشویم و پر از شادی بشویم، پر از آرامش بشویم، پر از عشق بشویم، پر از لطافت بشویم پر از فضا گشایی بشویم، بطوری که دیدار ما، هر کسی ما را ببیند دیدار ما خوش یمن است، طلعت (= صورت) ما مثل خورشید می‌درخشیم، رخ خوش دیدار یا رخ خوش صورت، که زیبا هم هست ترش باشد. انسان را می‌گویند. یعنی ما نمی‌توانیم بشناسیم این بافت هم هویت شدگی‌ها که در مرکز ما است، دل ما است دارد ما را ترش می‌کند. و یواش یواش روی خودمان کار کنیم، این کار را نمی‌توانیم بکنیم؟ حالا مردم را نمی‌توانیم عوض کنیم خودمان را که می‌توانیم عوض کنیم با این اطلاعات با این شناسایی‌ها و آگاهی‌ها، نمی‌توانیم؟

شما با صحبت امروز مولانا نمی‌توانید پذیرش را یاد بگیرید که مربوط به این لحظه هست و اگر حقیقتاً در این لحظه بپذیرید ما یک لحظه از ذهن خارج می‌شویم از جنس هوشیاری می‌شویم. و این می‌شود عینک دید شما، و این دید دید خداگونه است، در این برکتی است که می‌ریزد به فکرتان و عملتان این را، خیلی سخت است؟ شما نمی‌توانید که متوجه بشوید که اگر این بافت را نگه دارید و عوض نشوید انرژی که این دارد مسموم است، بی‌برکت است، انرژی جسمی است، و نمی‌تواند متمرکز به ثمر باشد. سخت است؟ سخت نیست. قبول این که شما خوش صورت هستید، خوش دیدار هستید، خوش یمن هستید، از جنس عشق هستید از جنس زیبایی هستید



سخت است؟ همه ما اینطوری هستیم همه ما از جنس زیبایی هستیم ولی تَرش رو شدیم. اگر همه می‌توانند بخندند چرا نخندند، نکند ما گریه را و تَرش رویی را ارزش می‌دانیم؟! شما می‌دانید؟ چون در غزل هم می‌گوید، می‌گوید که با اخم، با تَرش رویی به خدا نمی‌شود رسید. من نمی‌گویم، مولانا می‌گوید! من هم همین را می‌گویم، تجربه من هم همین است.

ای ز تو خندان شده هر جا حزین وی ز تو شیرین شده هر جا تَرش

پس ما از جنس چی هستیم؟ یک ذره روی خودمان کار کنیم به بی‌نهایت و ابدیت خدا زنده می‌شویم، با همین تسلیم! فضا باز می‌شود، هر جا که حزین هست، حزین یعنی آدم با حُزن، کسی که محزون است، غم زده است و البته حزن خاصیت باز هم انسان هاست. اگر یک کسی به بی‌نهایت و ابدیت خدا زنده بشود، محزون‌ها را زنده می‌کند، خندان می‌کند.

وی ز تو شیرین شده هر جا تَرش، یعنی تو از اصلی هستی، از خدایی هستی، امتدادِ باشنده‌ای هستی به نام زندگی یا خدا که شیرینی هستی اصلاً، ذات شیرینی است، هر جا تَرش باشد از تو شیرین می‌شود. می‌شود شما یک جوری باشید که هر جا بروید شیرینی را با خودتان ببرید؟ نه حزن را، نه تَرشی را. شما هر جا می‌روید شیرینی را می‌برید؟ هر جا می‌روید آنجا را خندان می‌کنید؟ باید اینطوری باشید! می‌بینید که این تَرش رویی یا بیماری را مولانا یک چیز سطحی می‌داند. سطحی یعنی اینکه چون با ما یکی نیست، می‌تواند از ما جدا بشود. و البته می‌دانید که، امروز هم گفت مولانا؛ این مُسری است. مسری یعنی چی؟ تَرشی؛

توجه کنید اینجا یک کمی در مورد ما انسان اشکال دارد و آن این است که آیا این تَرشی از مادر به بچه‌ای که در شکم هست منتقل می‌شود؟ به نظر می‌آید می‌شود. آیا مادری که به بچه‌اش شیر می‌دهد با نگاهش، با رفتارش، تَرشی را یعنی همان دردها را به بچه‌اش منتقل می‌کند؟ به نظر می‌آید می‌کند. ولی به فرض اینکه این تَرشی و این دردها در ذهن ما هست و از نسلی به نسلی منتقل می‌شود، از آدمی به آدمی منتقل می‌شود، این لحظه به نظر شما قدرت خدا بیشتر است؟ قدرت این لحظه بیشتر است؟ قدرت بودن بیشتر است؟ یا قدرت گذشته؟ معلوم است قدرت خدا. اگر شما در این لحظه یواش یواش به آن خدایت می‌توانید تبدیل بشوید، به او می‌توانید تبدیل بشوید و ریشه عمیق پیدا بکنید، آن چیزی که در شما به صورتِ حتی کُدرنی هست، حتی



بگوییم دی این ای است منتقل شده، حتی در طول هزاران سال زندگی انسانی، این تَرُشی در انسان تثبیت شده که ما تَرُشی جمعی داریم. ما دردهای جمعی داریم، یک دردی توی ما زندگی می کند الان توی کره زمین و مولانا به آن اشاره می کند. ما، دارد می گوید ما از جنس باشندهای هستیم که کُند و جسم و گذشته را همه را می تواند کنار بزند و جهان را خندان کند و شیرین کند، و حداقل شما می دانید این را، بارها گفتیم قدرت این لحظه از گذشته بیشتر است.

شما در این لحظه وقتی به این لحظه زنده می شوید، اتفاق این لحظه یا اتفاق بیست سال پیش، رنجش شما که در شما ذخیره است، نمی تواند جلوی این کار را بگیرد. کما اینکه امروز هم داریم گفت، می گوید که، اتفاقاً شاید بیت بعدی باشد. می گوید که شما هم می توانید خندان باشید و تَرُش را یعنی من ذهنی تان را نگاه کنید. هنوز من ذهنی تان بخواهد به تَرُشی اش ادامه بدهد ولی زیاد طول نمی کشد دیگر. پس بنابراین قدرت این لحظه، قدرت خدا، قدرت شما وقتی به او زنده می شوید خیلی، خیلی که نه! اصلاً قابل مقایسه نیست.

آن اتفاق بیست سال پیش، رنجش آن، درد آن، هر چی هست در شما، درد نسل های قبلی که منتقل شده به ما حالا هر چی است، برآیند همه دردها و تَرُشی ها در ما در مقابل قدرت خدا در این لحظه هیچ است. برای اینکه او از جنس ایلوژن است به اصطلاح توهم است، این یکی از جنس حقیقت است. این یکی از جنس زندگی است، آن یکی یک چیز، اگر باشد ذخیره شده در جسم است. بله همین است،

شاد زمانی که نهان، زیر لب یار همی خندد و لالا، تَرُش

می گوید خوشا به حال آن زمان که شما به این مرحله برسید، که نهانی زیر لب نه با حرف، یار بخندد و لالا تَرُش باشد. تمثیل همین لالا را می زند دوباره.

یادآوری کنم که قدیم ها خانواده ها دایه داشتند، لَله داشتند. اینها خانم های مُسن بودند و وقتی دختران دم بختشان می خواستند بروند بیرون، این لالا را با او همراه می فرستادند که پسرهای جوان مزاحم نشوند و بنابراین دختر و لَله با هم می رفتند و مادر دختر می گفت حواست به دختر باشد. و یک موقعی این دختر خانم از یک آقا پسر مثلاً خوشش می آمد، کار لَله این بود که ناسزا بگوید به پسر و عصبانی بشود و پسر را رد کند. حالا فرض کن که دختر خانم، یار، بخندد زیر لب و به آقا پسر یک علایمی بدهد که به فحش این زیاد اهمیت نده من از تو خوشم آمده، مثلاً برو مادرت را بفرست خواستگاری، خوشم آمد از تو. می گوید شاد آن زمان، ولی لَله هنوز دارد



فحش می دهد: برو گم شو برو، برو دنبال کارت خجالت بکش. حالا یعنی شما این قدر از طریق تسلیم هوشیاری آزاد کردید؟ و آزاد کردید بطوریکه این هوشیاری آزاد شده تبدیل به هوشیاری ناظر شده و لَله که همین من ذهنی هست و رو تَرُش است.

دارد هنوز ناسزاها را می گوید و شما دارید لبخند می زنید، برای اینکه یار در این مورد زندگی هست، خدا هست شما متوجه می شوید که دیگر ناسزاهای یا ادا و اطوار این لَله فایده ندارد، در آن مورد وقتی آقا پسر می بیند که دختر خانم دارد علامت می دهد و می خندد، دیگر به حرفهای لَله گوش نمی دهد، می فهمد که دختر خانم خوشش آمده. و ما هم وقتی ناظر لَله می شویم و اینقدر هوشیاری آزاد می شود، آزاد می شود که ناظر لَله می شویم و شادی می آید، بدون اینکه حرف بزنیم نهان زیر لب به کار من ذهنیتان می خندید؟

و یواش یواش لَله در تمثیل وقتی ببیند که دختر خانم خوشش آمده می آیند خانه می گویند، بابا خوب پسر فلانی هست و اینها خواستگاری می آیند و موافقت می کنند یکدفعه می بینید عروسی می شود آن لَله که فحش می داد الآن دارد سرویس می دهد و بشقابها را می چیند و نان می آورد و فلان، چای می آورد و می خندد. پس لَله هم می تواند بخندد.

یعنی ذهن شما وقتی حس وجود را از دست بدهد، می تواند منعکس کننده شادی اصیل شما باشد، پس شما دارید یواش یواش با زندگی یکی می شوید، در واقع شما می خندید به لَله تان، خدا دارد به شما می خندد، خدا از طریق شما می خندد، شما دارید بوسیله دید خدایی لَله را که تا بحال به فحش هایش اهمیت می دادید، شناسایی می کنید. که این کارش همه ناسزا گفتن و رد کردن پسرها بوده و تا بحال این لَله یا من ذهنی شما بنظر می آمد که شما لازم داشتید و خدمت به شما می کرد، لَله هم خدمت می کرد. پس از اینکه دختر خانم ازدواج کرد شوهر دارد، دیگر لَله به دردش نمی خورد. دیگر لَله رفت دیگر.

پس بنابراین مولانا می گوید یک زمانی می رسد بزودی، اگر شما به این برنامه گوش می کنید و دارید پذیرش حقیقی را تمرین می کنید، نه ذهنی را، پذیرش حقیقی پذیرش اتفاق این لحظه است، بدون قید و شرط قبل از رفتن به ذهن قضاوت کردن و بد و خوب کردن و مقاومت نکردن، پذیرش آن پذیرش، پذیرش است. وگرنه انکار اتفاق این لحظه است. یاد بگیرید شما انکار را، انکار خدا و یا زندگی این نیست که شما بگویید من خدا را قبول ندارم یا قبول دارم انکار نیست. انکار خدا مقاومت است، قضاوت است و هم هویت شدگی با چیزهای آفل است.



اگر شما می‌توانید خشمگین بشوید شما انکار می‌کنید و گرنه فضا را باز می‌کردید. خشمگین شدن و حسادت و ترسیدن اینها علائم من ذهنی است. علائم تَرُشی است. انسانی که از جنس بینهایت است خشمگین نمی‌شود فضا را باز می‌کند، خوب این کار آسان است؟ نه آسان نیست. من که نگفتم آسان است که، تمرین می‌خواهد. تمرین هم روی خود می‌خواهد.

هرکسی مسئول هوشیاری خودش است، هرکسی مسئول تمیزکردن دل خودش است از هم هویت شدگیها، هرکسی مسئول کیفیت هوشیاری است که الآن به فکرش و عملش جاری است و کیفیت آن هوشیاری تعیین می‌کند که آینده‌اش چی خواهد شد، آینده این کار چی خواهد شد. شما باید کیفیت هوشیاری‌تان را بسنجید در تربیت بچه‌تان، اگر از جنس حضور است خوب خواهد شد، اگر از جنس من ذهنی و ستیزه است و ترس و خشم و این کار را بکن، این کار را بکن و او را بصورت جسم می‌بینید خودت هم از جنس جسم هستی آخر و عاقبتش خوب نخواهد شد. آسان است عوض شدن؟ نه آسان نیست برای همین مولانا دارد می‌گوید که این تَرُشی را ما به ارث بردیم این تَرُشی در همه هست.

آیا تَرُش‌ها با تَرُشهای دیگر خوبند؟ نیستند که. شما فکر می‌کنید که من ذهنی با من ذهنی دیگر خوبند؟ اینها می‌گویند و می‌خندند و واقعاً وفادارند، دوستی شان پایدار است، اصلاً دوستیشان هیچ اساسی ندارد. دو تا تَرُش خوب دوست می‌شوند نه اصلاً دوستی شان ارزش ندارد. اگر این من در تخریب کار خودش است، مطمئن باشید که در تخریب کار رفیقش هم هست. می‌شود به رو تَرُش به من ذهنی اعتماد کرد یک سری را گفت؟ فاش نمی‌کند؟ معلوم است که فاش می‌کند، می‌خواهد تو را رسوا کند که خودش برود بالا، شما اگر به من ذهنی یک سری بگویید فوراً می‌رود فاش می‌کند. به محض اینکه با تو بگو مگو کرد، می‌رود به هزار نفر می‌گوید. به یک آدم زنده حضور، سَرَت را بگویی محال است سَرَت را باز کند، محال است در باره تو حرف بزند، اصلاً غیر ممکن است به شما لطمه بزند.

پس خوشا به حال آن زمانی که در زندگی ما پیش می‌آید که بطور پنهانی بدون اینکه به کلمه باشد، یار بخندد. یار بخندد یعنی ما بصورت هوشیاری بخندیم، از جنس هوشیاری بشویم. و تَرُش بودن لالا را که ذهنمان است ببینیم. مثلاً شما می‌توانید الآن یک چالشی پیش آمده و فکرش دارد شما را تسخیر می‌کند، می‌توانید این فکر را بگذارید کنار بگویید که من حالا درباره این بعداً فکر می‌کنم. یا فکر شما را تسخیر می‌کند؟ اگر از جنس ذهن باشید و تمرین نکرده باشید، فکر شما را تسخیر می‌کند.



اگر پذیرش را شما تمرین کرده باشید نه دو ماه سه ماه ها!! حالا یک سال یک سال و نیم دو سال تمرین کرده باشید هوشیاری ایجاد کرده باشید، براحتی می‌گویید که این مسئله پیش آمده است، من الآن می‌خواهم بخوابم. الآن با خانواده ام هستم می‌گوییم شام می‌خوریم، نشستیم صحبت می‌کنیم، راجع به این موضوع من فردا فکر می‌کنم. می‌توانید؟ اگر می‌توانید فکر روی شما سلطه ندارد. اینطوری نیست که شما قربانی فکرها بشوید.

یک چالشی پیش بیاید یک اتفاقی بیفتد، فکرش شما را بگیرد، دیگر ول نکند، حالا حول حوش آن بچرخ بچرخ، می‌خواهم یادم هست، پا می‌شوم یادم هست، ناهار می‌خورم یادم هست، با یکی حرف می‌زنم یادم هست، پس شما در تسخیر فکر هستید، تسخیر من ذهنی هستید.

ولی اگر یک هوشیاری ناظر دارد نگاه می‌کند می‌گوید این یک مسئله هست، این را من ایزوله می‌کنم می‌گذارم کنار و فردا ساعت سه بعدازظهر راجع به این فکر خواهم کرد. دیگر این قاطی کارهای من نمی‌شود الآن، این آن حالت را نشان می‌دهد. لالا می‌خواهد تُرشی بکند ولی شما اهمیت نمی‌دهید. لالا دائماً می‌خواهد تُرشی کند. در مورد لالا مولانا چیزهایی گفته است که اجازه بدهید برایتان سریع بخوانم. بعضی هایش را شاید قبلاً دیدید مخصوصاً این را که بسیار مهم است سریع می‌خوانم می‌گوید:

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۴۵

صبر کردن جان تسبیحات توست صبر کن، کان است تسبیح دُرست

پس‌ای کسانی که سه ماهه به این برنامه گوش می‌کنید عجله دارید، توجه کنید عجله شما استرس ایجاد می‌کند شما با ذهن پذیرش دارید، شما با ذهن حضور را تصور می‌کنید، می‌گویید حضور اینجا است من اینجا هستم، من باید زودی برسم اینجا، این شکافی که اینجا هست، چون نمی‌رسید دارد به شما فشار می‌آورد، این شکاف را پر کنید، زمان بین اش هست، می‌گویید من کی می‌رسم به این. حضور آن چیزی که فکر می‌کنی توی ذهنت نیست، فراموش کن آن را. تو فقط پذیرش را تمرین کن.

امروز دیدیم که خلق، کس دیگر، چیز دیگر، عامل دیگر، فکر شما، یادتان هست الآن خواندم دیگر، به شما نمی‌تواند کمک کند و گفتیم دیگر :

هر چه صورت می‌وسیلَت سازدش زان و سِلَت بحر، دور اندازدش



شما اگر با فکرتان با وسیلت فکرتان می‌خواهید به حضور برسید و فکر هم کردید، که حضور چی هست و تجسم کردید که حضور یعنی زنده شدن به خدا، آخر من کی به خدا زنده می‌شوم؟ پس این بینهایت کو؟ چرا نمی‌رسم؟ اینها استرس ایجاد می‌کند، نکن این کار را، این غلط است.

شما بگو دست من نیست، من فقط این چیزها را می‌خوانم و تسلیم را چیز می‌کنم و خیلی کارها را هم نمی‌کنم. مثلاً توقعاتم را صفر می‌کنم، توقعاتم را شناسایی می‌کنم، می‌دانم توقعات من، من را می‌برد به ذهن، توقعات من خواستن چیزی از کسی است، که او نمی‌تواند به من بدهد. مثلاً مادر توقعات ما از همسرمان خوشبختی است، تأیید ماست، عشق دادن به ماست که همه اینها باید درون ما باشد.

خوشبختی در این لحظه بودن است. حس هویت در این لحظه بودن و از جنس بینهایت بودن است، حس هویت شما می‌گویید ای همسر من بگو روزی چندبار من را دوست داری؟ که من یک حس اهمیت بکنم، حس تأیید بکنم، حس عشق بکنم، بگو دیگر. فایده ندارد این. شما اگر این توقعات ذهنی را شناسایی بکنید و اینها را واقعاً کنار بگذارید، پیش می‌افتید، شما دیگر شناختید مثلاً مقایسه نکنید،

هرموقع دیدید حسادت می‌کنید، بگویید من یک آدم منحصر به فردی هستم، می‌خواهم لحظه به لحظه کیفیت هوشیاریم را بسنجم از جنس حضور بکنم. و به این ترتیب بزرگی در زندگیم دارم ایجاد می‌کنم و دارم موفق می‌شوم و خوشبخت می‌شوم و زندگیم هم پربرکت دارد می‌شود، من با دیگران کاری ندارم و این صبر است. هر موقع در این لحظه شما کیفیت هوشیاری‌تان را از جنس حضور می‌کنید و می‌پذیرید و صبر می‌کنید، صبر ممکن است سخت باشد، ولی می‌دانید که این کیفیت هوشیاری حضور که می‌ریزد به عملتان، این کار را درست خواهد کرد. ولی حالا برای این کار من باید اجازه بدهم این ریزه ریزه، ریزه ریزه این بریزد. برای همین می‌گوید:

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۱۴۵

صبر کردن جان تسبیحات توست صبر کن، کآن است تسبیح دُرست

تسبیح یعنی عبادت، یعنی جان عبادت صبر است، همه عبادتها، می‌گوید صبر کن. یعنی شما می‌پذیری اتفاق این لحظه را، صبر می‌کنی، نه تحمل می‌کنی، نه می‌روی به ذهن، همه‌اش توی ذهن نمان. این چیزها را با توصیف ذهنی نکن. مثلاً تحمل صبر ذهنی است، شما یک حرفی می‌زنید حالا ما چیزی نمی‌گوییم، تحمل می‌کنیم، یک درشت تر هم می‌گویی تحمل می‌کنیم. تحمل یعنی من می‌دانم که چیزی نباید بگویم، ولی دارم خودم را می‌خورم



فشارم دارد می‌رود بالا، سومی را که می‌گویی منفجر می‌شوم. این صبر نیست این فساداری نیست، این تحمل است، تحمل مال ذهن است. صبر مال حضور است، مال گشایش فضا است، صبر کن که آن است عبادت درست.

هیچ تسبیحی ندارد آن درج صبرکن، الصبر مفتاح الفرج

یعنی هیچ عبادتی ارزش و مقامش به اندازه صبر نیست، درج یعنی درجه، ارزش مقام، صبر بکن برای اینکه صبر کلید رستگاری است، ببینید صبر با پذیرش همراه است، پذیرش اتفاق این لحظه نه با ذهن، نه با ذهن، بلکه اگر با ذهن بگویید که من پذیرفتم، من بد و خوب کردم دیگر کاری نمی‌شود کرد، پذیرفتم، این پذیرش نیست. اگر بروید به ذهنتان بد و خوب کنید یا بگویید بله دیگر پذیرفتم، ولی دارید ستیزه می‌کنید و مقاومت می‌کنید و یک من می‌گوید پذیرفتم، موقع پذیرش من صفر است، اگر من دارید و دانش دارید، یادتان هست گفت که:

ملائک گفتند ما علمی نداریم جز آن علمی که تو الآن به ما می‌دهی،

ما هم در این لحظه می‌گوییم ما علمی نداریم ما چیزی نمی‌دانیم. با پذیرش تو علمی به ما بده، با پذیرش علم می‌آید، پذیرش علم، پذیرش علم، پذیرش علم، اگر یک آدمی بلند شود و بگوید می‌دانم ولی می‌پذیرم این پذیرش نیست.

من چقدر باید راجع به این پذیرش صحبت کنم ولی یک عده‌ای باز هم با ذهن بیایند این را ارزیابی کنند و قضاوت کنند و نخواهند درست شناسایی کنند. من خواهش می‌کنم روی این تأمل کنید، که پذیرش چیه؟ تسلیم چیه؟ همینطوری نگوید تسلیم پذیرش اتفاق این لحظه است قبل از قضاوت بدون قید و شرط بله این را می‌دانیم.

نه، در این لحظه باید حاضر باشی، کیفیت هوشیاریت از جنس حضور است، این لحظه تو قدرت انتخاب داری، قدرت شناسایی داری، انتخاب می‌کنی که بپذیری، انتخاب می‌کنی که مقاومت کنی، مقاومت می‌کنی انکار می‌کنی اتفاق این لحظه را، باشندگی این لحظه را، این لحظه وجودش چه جوری هست. این لحظه یک کلاه دارد یک قیافه دارد، در واقع این لحظه خداست، این لحظه خداست، قیافه‌اش اتفاقش است. اتفاقش را نمی‌پذیرید، خدایش را هم نمی‌پذیرید. قیافه‌اش خوش آیند ذهن نیست. شما باید قضاوت را بگذاری کنار، ذهن را خاموش کنی، بعد بپذیری. اگر با ذهن می‌پذیری، خوب می‌گویی من الآن با ذهن می‌پذیرم آن را هم بپذیر، که با ذهن می‌پذیرم ولی می‌دانم که با ذهن می‌پذیرم، یواش یواش درست می‌شود این کار. هرچی را که نمی‌توانی بکنی آن را هم بپذیر، که



نمی‌توانم الآن بکنم. خواهی دید که یواش یواش هوشیاری زندگی کمک زندگی علم زندگی خرد زندگی به شما کمک می‌کند، چشمه‌ایان را باز می‌کند و شما درست می‌بینید. که این لحظه مقاومت می‌کنید انکار می‌کنید، باشندگی این لحظه را، باشندگی این لحظه یعنی اتفاق این لحظه چطور است؟ چطور را ذهن نمی‌پذیرد، بد و خوب خواهد کرد. شما نمی‌گذارید این بد و خوب کند، هر جور هست می‌گویید این هست، تا این را می‌گویید شما می‌بینید راه به آنور باز می‌شود. ولو اینکه لالا دارد فحش می‌دهد. این لله ما دست از ناسزاگویی بر نمی‌دارد از تَرش رویی بر نمی‌دارد اتفاقاً بیت بعدی همین را می‌گوید:

صبر چون پول صراط، آن سو بهشت هست با هر خوب يك لالای زشت

می‌گوید صبر مانند پل صراط است، می‌دانید که پل صراط طولانی ترین پل است بسیار نازک است. چرا نازک است؟ برای اینکه در این لحظه شما یک ذره مقاومت می‌کنی از روی پل می‌افتی پایین، زیرش جهنم است. دوباره می‌روی به ذهن، اینها را من نمی‌گویم اینها تعریف پل صراط است. دوباره می‌آیی روی پل. کی می‌آیی روی پل؟ وقتی که بپذیری. بپذیری دوباره می‌آیی روی پل، یعنی اینقدر باید بپذیری تا شناسایی کنی همه هم هویت شدگی هایت را، چرا می‌افتی پایین، جهنم یعنی ذهن؟ برای این که با ذهنت می‌پذیری.

اگر کسی می‌توانست لحظات را همینطور جلو برود و پذیرش حقیقی بکند به جهنم نمی‌افتاد. از روی این پل صراط می‌رفت و می‌رسید آنورش بهشت است. آن تهش بهشت است. چرا دراز است؟ برای اینکه هم هویت شدگی‌های ما زیاد است، آیا افتادن هم هویت شدگی‌های ما سرعت می‌گیرد؟ بلی که می‌گیرد. بتدریج که می‌رویم جلو و هوشیاری زیاد می‌شود در یک جایی می‌رود بالا، آن جایی که در واقع نقطه عطف بگویید هر چه می‌خواهید بگویید.

آنجا به بعد ما حس می‌کنیم که دیگر از جنس حضور ناظر هستیم و غزل گفت شاد زمانی که، وقتی خودمان را برقرار می‌کنیم به صورت حضور ناظر می‌بینیم هنوز ذهم ما دارد حرف می‌زند. لالا دارد حرف می‌زند، لالا بعضی فکرهای منفی می‌کند، لالا هنوز یادش است ۲۰ سال پیش چه کار کرده ولی شما اهمیت نمی‌دهید.

هست با هر خوب یعنی با هر زیبا روی یک لالای زشت. با هر انسانی که از جنس زندگی است و بینهایت است و ابدیت است یک من ذهنی هم وجود دارد برای این که از اول که آمدیم ما این را درست کردیم. دیگر لالا را توضیح دادم.



مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۱۴۸

تا ز لالا می‌گریزی، وصل نیست زانک لالا را ز شاهد، فصل نیست

تمثیل بسیار خوبی است، تا زمانی که از لالا می‌گریزی به خدا نمی‌توانی وصل بشوی، برای اینکه لالا چسبیده به زیبا روی است. یعنی چی؟ یعنی من ذهنی ما به ما که همان زیبا رو هستیم چسبیده، ما وقتی می‌کشیم عقب ذهن‌مان را نگاه می‌کنیم می‌گوییم: ای بابا عجب من ذهنی زشتی دارم من، چقدر چیزهای دروغینی اینجا هست. چقدر حسودم من! چقدر بدگویی می‌کنم! حالا همین هم باید بپذیری، هر من ذهنی داری شما ممکن است ببینید من ذهنی پر از رنجش دارید پر از کینه دارید پر از حسادت دارید پر از بدگویی دارید و هزار تا چیز دیگر دارید، نمی‌گریزید ازش. برای این که می‌دانید که شما لالا که نیستید. بلی. پس لالا را باید بپذیری تا به وصل برسی.

لالا را که می‌پذیری یعنی شما می‌پذیری می‌گویید خوب من حسادت می‌کنم، خیلی خوب من فهمیدم روا نمی‌دارم وقتی مردم موفق می‌شوند من ناراحت می‌شوم به مردم هم نمی‌گویم آبرویم می‌رود من روی خودم کار می‌کنم، اینها شناسایی است ولی نمی‌گریزم. من لالایم را بغل کردم حالا بصورت ناظر بهش نگاه می‌کنم. هر چه شناسایی می‌کنم می‌افتد، شناسایی می‌کنم می‌افتد، می‌بینم چقدر توقع دارم توی این لالا، اصلاً قسمت عمده‌اش توقعات من از همسر است، پدر و مادرم است، از بچه‌هایم است وقتی این توقعات می‌افتند کلی این لالا سبک می‌شود بهتر می‌شود. گفتیم لالا می‌تواند بعداً در خدمت شما باشد.

زانک لالا را ز شاهد، فصل نیست:

یعنی لالا چسبیده به شما، لاله چسبیده به شما، و شما نمی‌توانید بگویید که من این لاله را نمی‌خواهم. اگر بگویید که نمی‌خواهم در حالی شناسایی نکردید و اینها نیفتادند و آزاد نشدی شما به خدا نمی‌رسید. شما باید من ذهنی‌تان را بپذیرید که من این من ذهنی را دارم و می‌خواهم شناسایی کنم می‌خواهم رو کنم، توجه کنید به دو سه بیت قبلی، عجله نکنید.

اکثر مردم که شروع می‌کنند عجله دارند، عجله سبب استرس می‌شود می‌خواهند زود برسند. به قانون مزرعه توجه کنید. قانون مزرعه می‌گوید که یک درخت می‌کارم، آب می‌دهم کود می‌دهم حداکثر زحمتم را می‌کشم ولی نمی‌دانم این چقدر رشد خواهد کرد و چقدر سیب خواهد داد. در اینجا هم همین است شما می‌گویید من می‌پذیرم، می‌پذیرم و زندگی دارد روی من کار می‌کند. مولانا هم دارد روی من کار می‌کند. من مثلاً



برنامه گنج حضور را با تعهد نگاه می‌کنم. توجه کنید این برنامه هم طرح دارد. بعضی‌ها یک دفعه می‌آیند از یک جایی یک ده دقیقه نگاه می‌کنند می‌روند. نه، من پیشنهاد می‌کنم از اول تا آخر هر برنامه را نگاه کنید. از اول شروع کنید، از اول شروع کنید، از اول شروع کنید و چندین بار برنامه را نگاه کنید. این اشعار را زیاد بخوانید و بگذارید یک برنامه روی شما کار کند. این که شما یک ربع بیست دقیقه از آن برنامه، یک ربع بیست دقیقه از آن برنامه دیگر نگاه کنید این بدرد شما خیلی نمی‌خورد.

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۰

جز مقام راستی يك دم مه ایست هیچ لالا مرد را چون چشم نیست

مقام راستی مقام تسلیم است که هوشیاری شما از جنس حضور است و شما در آن موقع در این لحظه هستید، در این لحظه عمقی دارید برقرار شدید. می‌گویند یک دم در زندگی شما نباشد که در مقام راستی نباشی. مقام راستی مقامی نیست که شما در ذهنت درست می‌کنی. مقام راستی آن چیز نیست که ذهن تویش نیست، ذهنی تویش نیست، بلکه همه‌اش خداست، زندگی است و اصل شماست. هیچ لالا مرد را چون چشم نیست، یعنی؛ در اینجا مرد یعنی انسان، برای انسان هیچ لالایی بهتر از چشم حضورش نیست. توجه کنید! هوشیاری هم چشم دارد، امروز خواهیم خواند.

چه چیزی سبب دیدن می‌شود؟ این دیدن این چشم حسی می‌شود؟ جنس خود شما! اینها را قبلاً خواندیم. از جنسی که شما هستید این چشم می‌بیند. آیا جنسی که شما هستید اگر از این چشم استفاده نکنند، باز هم می‌بینند؟ باز هم می‌بینند! آیا می‌شود آن جنسی که ما هستیم، آن فضا آن عدم به جای این هم هویت شدگی‌ها مرکز ما باشد؟ بله! وقتی مرکز ما عدم باشد و اصل ما باشد، آن موقع فکر ما و مرکز ما درست می‌بیند یا الان؟ آن موقع! بیشتر مردم دلشان من ذهنی است. پس در مقام راستی نیستند، در مقام هوشیاری جسمی هستند، در مقام انتخاب راستی به وسیله ذهنشان هستند، باورهایشان را راستی می‌دانند. معتقداتشان را راستی می‌دانند. راستی آن است، که این لحظه از آنور می‌آید و شما هم خط با زندگی هستید در حال تسلیم هستید؛

اصلاً این تسلیم و پذیرش اتفاق این لحظه، لحظه به لحظه باید صورت بگیرد، البته بعداً که شما به خودتان زنده شدید، این دیگر اتوماتیک می‌شود و عادی می‌شود یعنی انسان‌هایی مثل مولانا یا شما که به حضور زنده هستید، دائماً در حال تسلیم اید، دائماً در حال فضاگشایی هستید و این جریان زندگی و خرد زندگی و عشق



زندگی و شادی زندگی از شما به بیرون در جریان است. پس در اینجا لالا هم که ذهن است، هیچ ذهنی هیچ من ذهنی که در مرکز انسان قرار می گیرد نمی تواند مثل مقام راستی باشد مثل چشمِ هوشیاری باشد.

کور اگرازند، پالوده شود هر دمی او باز آلوده شود

کور من ذهنی است. شما می آید من ذهنی را نصیحت می کنید، توجه کنید! مولانا شما را نصیحت می کند، یک ذره بهتر می شویم، ما نصیحت های مولانا را می شنویم با پند یک خُرده پالوده می شویم، پاکیزه می شویم، ولی من ذهنی را نگه می داریم. من ذهنی، یعنی اگر شما هم هویت با چیزها هستید، ستیزه دارید، قضاوت دارید و مقاومت دارید، یعنی من ذهنی را دارید و این مرکز شماست، شما نمی توانید کاملاً پاک بشوید، یک خُرده می شود بهتر شد تا زمانی که یادِ آدم است. دیدید که مثلاً ما کارهای بد می کنیم بالاخره ضرر می دهیم یا مریض می شویم،

موقعی که مریض هستیم یا چند روز بعد هم خیلی یک آدم مظلومی شدیم و سر به راه شدیم و می خواهیم دیگر همه اصول زندگی را رعایت کنیم. ولی پس از یک مدتی که حالمان خوب شد دوباره سرکش می شویم. چرا؟ برای اینکه من ذهنی هنوز آنجاست. این من ذهنی خودش خودش را جمع و جور می کند، پاکیزه می شود، بعد که دیگر دید نه واقعاً می تواند جولان بدهد، دوباره شروع می کند به آن کارها.

هر دمی او باز آلوده شود، نمی شود شما از یک طرف خودتان را نصیحت کنید پاک کنید، از یک طرف دم به دم آلوده بشوید! مولانا می خواهد بگوید چاره ای نداریم جز اینکه این بافت ذهنی را ما بکنیم بیاندازیم دور. و امروز هم دیدیم ما باید شناسایی کنیم، شما باید حوصله کنید. نمی توانید در عرض سه ماه از شرش خلاص بشوید! شما نمی توانید بگویید به عنوان من ذهنی، من ذهنی می آید بالا می گوید من می خواهم به حضور برسم هر جور شده. این طوری نیست! من استاد هستم! من این همه کتاب خواندم، چطور؟ همه اینها را می توانم بفهمم. با فهمیدن نیست! این قانون مزرعه است. گفت این به دست خلق نیست. این من ذهنی خودش محکوم است، تو را از تک زندان نرهاند.

گفت که از درون خانه صدا آمد، برون آفکندنی ها را، آن چیزی که آفکندی است را برون بیاندازید بعد بیایید تو. شما می گوید من را با این کتابها و با این دانشها و، چطور من نمی توانم؟ بابا متوجه نیستی، اینطوری نیست اصلاً! این یک حالت تسلیم دارد، این خدا روی آدم کار می کند، یواش یواش کار می کند. همین طور که ما



خودمان را آلوده کردیم، همین طور هم خودمان را پاک می کنیم. یک دفعه نمی شود ای کسی که عجله داری و زیر استرسی! با ذهن به سوی خدا می روی.

آدم تو نیستی کور از نظر لیک اذا جاء القضا عمی البصر

یعنی ای آدم، یعنی ای ما انسان ها که از نسل آدم هستیم، تو به لحاظ نظر کور نیستی، یعنی چی؟ یعنی ما می توانیم این بافت ذهنی را بشکافیم و شناسایی کنیم بیاندازیم دور و دوباره هوشیاری را عدم را مرکز خودمان بکنیم. یعنی به محض اینکه به بی نهایت خدا زنده بشویم، مرکز ما می شود خدا، ذهن خدا، فکر او، توجه می کنید. او می شود نظر. نظر توجه زنده است، نظر فکر نیست. اما وقتی قضا می آید چشم ها کور می شوند، ترجمه اش این است:

ای آدم! چشم دل تو کور نیست، اما همین که قضای الهی اقتضا کند چشم بینای انسان کور می شود.

حالا بقیه اش را هم بخوانیم دارد توضیح می دهد.

عمرها باید به نادرگاه گاه تا که بینا از قضا افتد به چاه

می گوید که کسی که دلش باز شده، به زندگی زنده شده، از خواب ذهن بیدار شده، می گوید عمرها طول می کشد که به ندرت یکی از اینها به چاه بیفتد یعنی دوباره به ذهن بیفتد، یک کار بدی بکند، هم هویت بشود با یک چیزی، یعنی آن کسی که بینا شده، با نظر زندگی می بیند، این آدم آدمی نیست که توجهش را یک چیزی در بیرون بدزد. مثلاً پول بدزد، یا جنس مخالف بدزد یا فرض کن مقام دنیا بدزد. توجهش را نمی تواند بدزد! چون از ذهن خارج شده. اما ممکن است می گوید که اتفاق بیفتد که این بینا هم از قضا، به مصلحت الهی به چاه بیفتد. شاید زندگی می خواهد یک کاری بکند. و مثالهایی هست در تاریخ ادبیات مثل پیر صنعان حالا به داستان آنها نمی پردازیم یک کسی که بینا بوده و دوباره سر یک چیزی به چاه افتاده ولی از چاه دوباره در آمده.

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۴

کور را خود این قضا، همراه اوست که مرا و را، اوفتادن، طبع و خوست

اما کسی که من ذهنی دارد من ذهنی مرکزش است، ذهن بدون ناظر دارد، این قضا یعنی قضا و قدر همراه او است. یعنی همیشه اتفاق بد خواهد افتاد. به عبارت دیگر شما به مصلحت خدا به راهنمایی خدا در این لحظه احترام نمی گذارید. من ذهنی یعنی چی؟ من ذهنی یعنی مقاومت، مقاومت یعنی چی؟ یعنی من قضاوت کردم. بد و خوب



کردم. قضاوت یعنی چی؟ یعنی من می‌دانم. من می‌دانم یعنی چی؟ یعنی من دانش دارم و من وجود دارم. پس حالا که این اتفاق افتاده در این لحظه من هم قضاوت می‌کنم هم مقاومت می‌کنم و هم انکارش می‌کنم. این کوری است. بنابراین کور می‌شوم.

دچار قضای الهی می‌شوم، به عبارت دیگر مصلحت ما این است که این اتفاق در این لحظه بیفتد و ما ازش یاد بگیریم، شما اگر اتفاق این لحظه را قبول کنید خرد آن لحظه که از آنور می‌آید سبب شناسایی خیلی چیزها می‌شود که ما آن را به ذهن نمی‌توانیم بگوییم. راه حل قضایا از پذیرش اتفاق این لحظه برای شما از غیب می‌آید از آنور می‌آید. راه حل را که ما نمی‌دانیم به ذهن شما هم نمی‌دانید. اما کور یعنی من ذهنی با مقاومتش با قضاوتش با این که می‌گوید من می‌دانم اتفاقات بد همراهش است. پس افتادنش طبع و خوی‌اش شده. یعنی باید بیفتد. هی می‌افتد هی می‌افتد در واقع لحظه به لحظه می‌افتد.

همین کار افتادن است کسی که نمی‌داند مصلحتش اتفاق این لحظه است و می‌تواند از اتفاق این لحظه یاد بگیرد و آن خرد کل دارد این، حالا بگویید خدا این اتفاق را برایش پیش می‌آورد. چون این نمی‌داند می‌گوید که آن یکی آن کس آن کس، روزگار این اتفاق را بوجود آورد. ولی پذیرش این اتفاق سبب شناسایی می‌شود، سبب خردمندی تو می‌شود، بی‌خردی تو سبب افتادن تو می‌شود. چقدر ما می‌افتیم؟ وقتی به حضور حالا به حضور نسبی، وقتی یک ناظر در ما زنده می‌شود و ذهن ما را نگاه می‌کند و آن ناظر با خردش ما را راهنمایی می‌کند ما کمتر می‌افتیم. مشخص است.

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۵

در حداثت افتد، نداند بوی چیست؟ از من است این بوی ز آلودگی است؟

می‌گوید در نجاست (ببخشید) در مدفوع می‌افتد کور (= من ذهنی) در اینجا حداثت همین دردهایش است و بوی بدش می‌آید. بوی بد رنجش، بوی بد کینه نمی‌داند بوی چیه؟ بو از خودش است یا از آلودگی است؟ ببینید شما وقتی ناظر دارید ذهن را نگاه می‌کند اتفاقات را می‌بیند شما می‌دانید که چه اتفاقی با چه الگوی ذهنی شما مربوط می‌شود، چه الگوی ذهنی این اتفاق را بوجود می‌آورد. شما چی می‌گویید همسران واکنش نشان می‌دهد؟ عصبانی می‌شود؟ شما رنجیده‌اید اگر توی من ذهنی باشید و ناظر نباشد نمی‌دانید تفاوت این رنجش با من ذهنی چیه؟ یعنی من ذهنی با رنجش بهم چسبیده است. هیچ گونه جدایی وجود ندارد. که این رنجش یک دفعه



می بینید وقتی حضور ناظر دارد نگاه می کند، متوجه می شوید که این رنجش از الگوهای مثلاً توقع شما بوجود می آید. کسی که نمی داند توقع دارد و رنجش هم دارد این دو تا باهم عجین هستند. اصلاً گیج شده نمی داند که چیه؟ جریان را نمی داند که چیه؟ وقتی بصورت ناظر نگاه می کند می بیند که این آلودگی و این من یعنی من ذهنی با این آلودگی هماهنگی دارد. باید اینطوری می شد با این توقعات این رنجش ها هم بوجود می آید با این کینه ها اینجور بادامهای پوک هم بوجود می آید با این کینه ها نمی شود صلح کرد.

اگر زن و شوهری باهمدیگر دعوای متعدد داشته اند نسبت به هم کینه دارند الان دارند آشتی می کنند می دانند که این آشتی سطحی است. برای این که آن کینه ها آنجا هست آشتی نیست این، آشتی موقعی هست که از جنس حضور بشوند کینه شان را ببندازند، رنجش کهنه را بیاندازند بعداً آشتی کنند. آن نمی داند که عامل بوجود آورنده چیه و بوجود آمده چیه.

خیلی ها مثلاً با میل به قدرت و حرص می جنگند. میل به قدرت و حرص و میل به آلوده کردن بیرون از این بافت است. شما باید بروید آنجا ببینید که چه چیزی سبب میل به قدرت می شود؟ در خانواده کنترل و ترس وجود دارد و مردم با کنترل و ترس مبارزه می کنند. کنترل و ترس از علائم بیماری است شما باید با بیماری سر و کار داشته باشید بیماری را ببینید.

بعضی ها با میل به قدرت می جنگند. شما میل به قدرت نداشته باشید چه در خانواده و چه در بیرون، ولی تا زمانی که من این من ذهنی را دارم نمی توانم میل به قدرت را از خودم دور کنم. میل به کنترل را نمی توانم دور کنم. اگر این کینه را نگه داشته میل به فاسد کردن در بیرون و ارتباط سطحی داشتن را نمی توانم عوض کنم. اگر بگویی آقا ارتباط سطحی نداشته باشید ارتباط عمقی داشته باشید. آقا اینجا این کینه است من نمی دانستم اینجا است! هست.

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۶

ور کسی بروی کند مُشکی نثار هم ز خود داند نه از احسان یار

متأسفانه من ذهنی همین طور است. می گوید اگر به این کسی که حالا اسمش را می گذارد کور، من ذهنی، چون واقعاً با باورها دیدن یعنی اگر کسی با چیزهایی هم هویت شود مرکزش از آنها باشد زندگی اش را حول محور آنها در آنجا مثلاً پول هست حول محور پول، مقام است حول محور مقام، زندگی اش را پایه ریزی می کند و سازماندهی



می‌کند. خوب زندگی‌اش خراب می‌شود. فقط اگر آنها باشند. می‌گویند اگر کسی بیاید کمکی کند و بوی مشکی بزند که این بوی کثافت کم بشود این من ذهنی این را از خودش می‌داند و نه از احسان یار.

این پیشرفته‌ها را این راهنمایی‌ها را ما از مولانا می‌دانیم یا از من ذهنی خودمان؟ شما اگر پیشرفت می‌کنید روز به روز زنده می‌شوید به خدا اینها را از من ذهنی خودتان می‌دانید یا از مولانا می‌دانید. قدرشناسی می‌کنید؟ شکر می‌کنید؟ اگر کسی به شما کمک می‌کند واقعاً این کمک موثر می‌افتد شما قدرش را می‌دانید؟ هر کی می‌خواهد باشد. من ذهنی می‌گویند نمی‌داند. و این یکی دیگر از علایم بیماری است و علایم تَرش رویی است. که ما پیشرفته‌ها را از خودمان می‌دانیم. یعنی از من ذهنی‌مان می‌دانیم. شما اینطوری نبینید این عیب بزرگی است برای این که دوباره متکی می‌شوید به من ذهنی‌تان.

وقتی ما آلوده‌ایم یا آن کور آلوده است یکی می‌آید یک کمی تمیزش می‌کند در این مورد اگر ما می‌بینیم که ما با من ذهنی هم هویت شدیم و توی این کینه است و رنجش است توقع است یکی می‌آید مقدار زیادی از اینها را می‌شوید می‌برد یعنی عطرش را می‌زند به ما، خوب شما نگویند که از خودم بودم. تشکر کنید قدردانی کنید تا باز هم بیشتر به شما بدهد. یعنی بیشتر دریافت کنید اگر بگویند که من کردم، عقل من بوده، دوباره می‌روید عقل خودتان دوباره من ذهنی خودش را می‌بافد.

یادتان باشد گفت دم به دم، دم به دم ما خودمان را آلوده می‌کنیم. این طوری نباشد که ما بیاییم یک سری نصیحت از مولانا قبول کنیم و یک کمی خودمان را پالوده بکنیم یعنی پاکیزه بکنیم بعد دم به دم دوباره آلوده بکنیم. این همان کار بی‌مزد است. ما باید هم هویت شدگی‌مان را بیندازیم دیگر هم هویت نشویم ما باید درد خودمان را بیندازیم درد جدید ایجاد نکنیم. شما درد جدید نباید ایجاد کنید. آن دردها را قبلاً نمی‌دانستیم ایجاد کردیم. حالا می‌اندازیم. یک درد جدید ایجاد نمی‌کنیم و کسی هم به ما کمک کرد قدردانی می‌کنیم.

پس دو چشم روشنی‌ای صاحب نظر مرترا صد مادرست و صد پدر

بنابراین چشم روشن حضور ما برای ما صد مادر و صد پدر است. یعنی از راهنمایی‌های ایزدی در این لحظه شما استفاده می‌کنید. هزار بار گفتم برای هزار و یکمین بار وقتی اتفاق این لحظه را می‌پذیرید شما بوسیله خدا راهنمایی می‌شوید. و آن هوشیاری که ایجاد می‌شود این نظر است. این چشمی است که درست می‌بیند آن تکه که این لحظه ایجاد می‌شود آن از نصیحت صد تا مادر و صد تا پدر بهتر است که آنها بر اساس ذهن شان شما را



نصیحت می‌کنند.

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۳۸

خاصه چشم دل آن هفتاد توست وین دو چشم حس، خوشه چین اوست

مخصوصاً چشم دل آزاد شده اگر دل که هفتاد رقم، هزاران رقم هم هویت شدگی داشته و اینها افتاده و بسیار ژرف بین شده الان دیگر، شما روز به روز عمقتان بیشتر می‌شود و بهتر می‌بینید هم جهان را بهتر می‌بینید هم ذهن خودتان را بهتر می‌بینید، هم زندگی خودتان را بهتر می‌بینید، هم همه را بصورت زندگی می‌بینید. من ذهنی مردم را می‌بینید دوباره اگر من ذهنی‌تان مانده باشد آن هم می‌بینید چقدرش مانده درست می‌بینید. پس ژرف بین هستید، هفتاد تو هم می‌تواند ژرف بین باشد هم این معنی را داشته باشد نه هفتاد واقعاً یعنی هزار تو، یک میلیون تو، یعنی بینهایت عمیق چشم دل شما. برای این که این دل دیگر آن دل نیست. و این دو چشم حسی ما ریزه خوار آن است. الان توضیح دادم به شما قبلاً که چی بود، گفتم که مگر دو چشم حس بوسیله اصل شما نمی‌بیند.

اصل شما سبب دیدن و شنیدن می‌شود قبلاً مولانا اینها را توضیح داده، حالا وقتی آن دل شما می‌شود دیگر شما احتیاج به تشخیص قضاوت ذهن و دیدن چشم خلاصه پنج تا حس و قضاوت‌های از پیش پرداخته شده ندارید. شما فکرتان این لحظه از آنور می‌آید و می‌دانید این پنج تا حس شما خوشه چین آن دل بزرگ است. متوجه شدیم که پس از تمرین پذیرش اتفاق این لحظه یواش یواش اصل ما حضور ما، یک زنده‌ای در ما، سر می‌زند و اداره امور ما را به عهده می‌گیرد و ما متوجه می‌شویم که از جنس او هستیم و او با من ذهنی با جنس مرده فرق دارد. از بیت ۵۴۷ دفتر سوم چند بیت برایتان می‌خوانم

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۵۴۷

بر امید زنده‌ای کن اجتهاد کونگردد بعد روزی دو جماد

به امید زنده‌ای که پس از دو روز جامد نشود، یعنی نمیرد، از دست نرود، تو کوشش کن. و این کوشش را الآن شما می‌دانید که چی هست، پس از یک مدتی تسلیم یعنی پذیرش اتفاق این لحظه شادی فزایی‌اش یا شادخواری بوجود می‌آید. بعد از آن هم ذوق بوجود می‌آید که شما می‌دانید چکار باید بکنید و عشق آنطرف، خرد آنطرف



وارد فکر و عمل شما می‌شود. پس ما الآن همه‌مان کار می‌کنیم کوشش می‌کنیم به امید آن زنده‌ای که از ما سر برون خواهد زد، ولی الآن برای برخی از ما هنوز خودش را نشان نداده است.

مونسی مگزين خسی را، از خسی عاریت باشد در او آن مونسی

می‌گویند که: برای دوستی، هم نشینی آن چیزی را که ذهنت نشان می‌دهد، یعنی خس را، آفل را انتخاب نکن. برای اینکه در این لحظه ما قدرت تشخیص داریم، اراده آزاد داریم و می‌توانیم انتخاب کنیم. شما انتخاب نمی‌کنید که رفیق بشوید با یک چیز آفل. یعنی نمی‌روید در ذهنتان، ذهنتان بشوید و ذهنتان رفیق بشود با تصویر ذهنی یکی، که می‌دانید آن آفل است، برای اینکه این دوستی و این مونسی عاریت است. موقتی است ادامه نخواهد داشت.

انس تو با مادر و بابا کجاست؟ گرجز حق، مونسانت را وفاست؟

می‌گویند که دوستی تو رفاقت تو با مادر و پدرت کجاست؟ چون آنها فوت شدند دیگر، وقتی فوت شدند، انس ما هم با آنها تمام شده است. می‌خواهد بگوید که شما انس یک چیز آفلی را که ذهن نشان می‌دهد، دل نبندید. فقط انس خداست که وفا دارد. یعنی شما باید آن زنده را زنده نگه دارید و آن زنده ریشه‌اش بینهایت است. می‌گویند اگر بجز خدا بجز حق مونسان دیگر وفادارند پس انس تو با پدر و مادر کجاست؟

انس تو با دایه و لالا چه شد؟ گرج کسی شاید بغیر حق، عضد

عضد یعنی بازو در اینجا به معنی تکیه و تکیه گاه هست. یعنی شما به چی می‌توانید تکیه کنید؟ به انس آدمها یا چیزها می‌توانید تکیه کنید؟ در من ذهنی ما این کار را کرده ایم. می‌گویند انس تو با دایه‌تان و لالایتان کجا رفته، شما بزرگ شدید نه دایه دارید نه لاله دارید، انس شان هم تمام شده است و کسی به غیر از خدا شایستگی تکیه گاه بودن به ما را ندارد.

توجه می‌کنید که در من ذهنی تکیه گاه ما جهان است. و در جهان تصاویر ذهنی یا بصورت فکر در آمده اشخاص است، ما متکی به اشخاص هستیم. دوستانمان، همسرمان، بچه‌هایمان، ما به خدا متکی نیستیم. اشکال هم همین است دیگر، در نتیجه انتظار داریم از آنها. می‌خواهد بگوید که هرچیزی که از ذهنت می‌گذرد از جمله آدمها نزدیکان شما و متعلقات شما، مثل پول مثل خانه، اینها نمی‌توانند تکیه گاه شما باشند. در حالیکه تکیه گاه ما در ذهن اینها هستند. می‌گویند اینها فرار هستند، شما می‌بینید که فکرها فرار هستند یعنی گذرا هستند، آفل



هستند، هیجان‌ات آفل هستند، قضاوت‌ها آفل هستند، خوش آمدن‌ها و بد آمدن‌ها آفل هستند، دردها آفل هستند، باورها آفل هستند، با اینها نباید انس بگیرد. اگر با اینها انس بگیرد یعنی بچسبید به اینها، اینها می‌شوند مرکز شما.

انس تو با شیر و با پستان نماند نفرت تو از دییرستان نماند

می‌گوید که: رفاقت و دوستی شما با شیر و پستان مادر نماند. یعنی گذرا بوده است این و نفرت تو هم از مکتب خانه، از مدرسه نماند. پس هم رنجشهای ما هم کینه‌های ما و هم نفرت ما تمام بدآیندهای ما، اینها از جنس گذرا هستند. ولی مردم با اینها زندگی می‌کنند. شما چی؟ آیا شما می‌خواهید به امید زنده‌ای کوشش کنید؟

بله این چند بیت را خواندم که بر امید زنده‌ای کوشش کن، چند بیت بعداً خواهم خواند، که به شما می‌گوید که آن کسی که می‌ترساند شما را و نا امید می‌کند دیو است. شما باید صبر کنید امیدوار باشید تا زنده در شما به جای این مرده من ذهنی خودش را نشان بدهد.

گر تُرشی این دم شرطی بنه که نبود روی تو فردا تُرش

می‌گوید اگر این لحظه تُرشی یک قراری با خودت بگذار که روی تو لحظه بعد تُرش نباشد. پس معلوم می‌شود که این تُرش بودن ما به انتخاب ما بستگی دارد و این دست ماست. وگرنه مولانا نمی‌گفت که شرط بگذار با خودت، می‌گفت محکوم هستی تُرش باشید تا آخر عمر هم باید تُرش باشید. یعنی ما قبل از اینکه بمیریم انتخاب می‌توانیم بکنیم از این تُرشی من ذهنی و بیماری من ذهنی رها بشویم.

و گفتیم چه جوری؟ شرط می‌کنیم با خودمان که پس از این اتفاق این لحظه را آن چیزی که هست را که حقیقت این لحظه هست با مقاومت و قضاوت انکار نخواهیم کرد. لحظه بعد می‌تواند روی ما خندان باشد با همان یک ذره هوشیاری که از پذیرش ما صورت گرفت.

بهر خدا قاعده نومه هیچ بود قاعده حلوا تُرش؟

می‌گوید: تو را خدا قانون جدید وضع نکن، از اول حلوا یعنی اصل شما که هوشیاری است شیرین بوده، از وقتی که بشر خودش را معین کرده به تعیین رفته، خودش را با فکرها مساوی کرده، بینهایت را کاهش داده به محدودیت کوچک، تُرش شده است. ما که در اصل حلوا هستیم، از جنس زندگی هستیم، از جنس نامیرایی هستیم از جنس شیرینی هستیم شادی هستیم آرامش هستیم، نمی‌شود تُرش باشیم، تلخ باشیم. شما شناسایی



می‌کنید که این که ما انتخاب کردیم دانسته یا ندانسته اخمو باشیم، دردمند باشیم، پر از استرس باشیم، پر از نگرانی باشیم، این انتخاب ماست؟ این قاعده جدیدی است که ما وضع کردیم. این قاعده خدا نیست، چون قانون خدا این است که ما از جنس شیرینی باشیم. چون از جنس او هستیم. چرا ما تلخی را و تُرشی را و اخمو بودن را در ذهن ادامه می‌دهیم؟ شما شناسایی می‌کنید که نهایت ما و عاقبت ما نباید من ذهنی می‌شد، بلکه در هفت سالگی، هشت سالگی، ده سالگی از این تُرشی ما بیرون می‌آمدیم. گفتیم از تُرشی از این سیستم ذهن که هم هویت شدگی با چیزهای آفل است، قضاوت براساس پنج حس و فکرهاست و مقاومت کردن است باید بیرون بیاوریم. نمی‌توانیم اینها را نگه داریم بعد بگوییم که نه راست می‌گویی، حلوا باید تُرش باشد، من هم این قانون را الآن لغو کردم، نمی‌توانی آنجا باشی و لغو کنی.

این تُرشی در چه وزندان بود دید کسی باغ و تماشا تُرش؟

می‌گویند که کسی که در چاه و زندان باشد، چاه و زندان ذهن باشد، تُرش می‌شود. پس بنابراین وقتی ما بافتیم این من ذهنی را، براساس هم هویت شدگیها و جدایی، افتادیم توی چاه. چاه با زندان فرق دارد. اولش افتادیم توی چاه. از چاه حقیقتاً یکی باید ما را در بیاورد. چاهی که پله ندارد به بالا، چاه حالتی است که کسی من ذهنی درست کرده و من ذهنی مرکز است و دارد بوسیله همین من ذهنی و قوانینی که واسه خودش وضع کرده که حلوا تُرش می‌شود، بدن خودش را فکر خودش را هیجانات خودش را خراب می‌کند، ولی متوجه نیست این. همین طوری که از چاه باید یک نیرویی صرف بشود که یک نفر را بکشی بالا و می‌بینید که مولانا ما را از چاه بیرون می‌آورد و بعضی موقع‌ها از چاه بیرون می‌آییم می‌افتیم توی زندانی باز هم فکرها یا چیزها، ولی زندان ساده تر است، اما زندان هم یکی باید بیاید ما را در بیاورد، یکی باید کمک کند، همین طور که امروز گفت که محکوم تو را از تک زندان نرهند، به هر حال می‌گویند که هر کسی توی چاه و زندان باشد، تُرش می‌شود. و کسی که از ایوان نگاه می‌کند به باغ، ایوان در اینجا از فضای بلند است، یعنی از بالای هم هویت شدگیها. وقتی شما هم هویت شدگیها را می‌اندازید با چشم حضور می‌بینید، این جهان زیبا دیده می‌شود. و این باغ و تماشا اصلاً تُرش نیست، اگر شما تُرش می‌بینید و این جهان را بد می‌بینید به خاطر اینکه با دید زندان و چاه نگاه می‌کنید، این را می‌خواهد بگوید. همه اینها وضعیت‌های ذهن هستند.



هیچ نگشت آن گل رعنا تَرش

یوسف خوبان چو به زندان بماند

می گوید یوسف وقتی زندان افتاد، که چاه و زندان هر دو مال یوسف است. این نشان می دهد که اول ما از چاه می آییم بیرون، بعد زندان می افتیم و زندان حالا ساده تر است، زندان اینقدر تاریک نیست و در چاه بمانیم امکان مرگمان هست، کسی به ما غذا نمی دهد. حالا زندان بالاخره زندانبان داریم به ما غذا می دهند از گرسنگی نمی میریم، آنقدر هم تاریک نیست. بله می گوید وقتی زندان بماند آن گل رعنا اصلاً تَرش نگشت.

می خواهد این معنا را برساند که شما در این لحظه با شادی می توانید به سوی خدا بروید، با غم نه. هر موقع غمگین می شوید، بدانید که دارید دور می شوید. یوسف هم امیدوار بود هم شاد بود، می دانست که از زندان آزاد می شود. گل رعنا در اینجا باز هم حضور را می رساند. هیچ نگشت آن گل رعنا تَرش.

کز چه نه ای، ای شه و مولا، تَرش

تا به سخن آمد دیوار و در

تا دیوار و در یعنی آدمهای دیگر یا همین دیوار و در هر چیزی در این جهان از این حضور می پرسد، که ای شاه و مولا برای چی تَرش نیستی؟ تو که در زندان مکانی هستی.

یادآوری کنم همینطوری که مولانا می گوید وقتی ما به حضور زنده می شویم تمام باشندگان به آن انرژی که از ما ساطع می شود احتیاج دارند و بوسیله آن نور می توانند خودشان را بشناسند و جهان منتظر است که ما به حضور عمیق زنده بشویم. پس می گوید ازش پرسیدند که چرا تو تَرش نیستی؟

کی هِلَدَمَ رحمت بالا تَرش

گفت: اگر غرقه سرکا شوم

گفت اگر من ذهنی بیاید و مرا نا امید بکند، درد مند بکند رحمت بالا یعنی خردی که از آنور می آید شادی که از آنور می آید، آرامشی که از آنور می آید، لحظه به لحظه می آید، نمی گذارد من تَرش بمانم ولو اینکه سرکه حمله کند.

تُرشی های من ذهنی فکرهای من ذهنی، القائنات کسانی که با من در زندان هستند. کی ها با ما در زندان هستند؟ تقریباً همه مردم با ما در زندان ذهن هستند.

و اینها دائماً ما را تحریک می کنند که بیشتر در زندان بمانیم و این محکومان ما را از زندان نمی توانند برهانند. بلکه سعی می کنند که زندانی ما طولانی بشود. زندانی در ذهن را داریم می گوئیم.



غرقه شود در می و صہبا ترش

می دهم عشق و ندیمی کند

پس می گوید که زندگی به من عشق می دهد و همراهی می کند. ندیم من می شود هم صحبت من می شود. پس معلوم می شود یوسف از جنس حضور بود، خدا می توانسته با او ندیمی بکند.

ندیمی خدا چیه؟ که شما بینهایت و ابدیت خودتان را در این لحظه حفظ کنید و از جنس این لحظه باشید. تا زمانی که در این لحظه هستید با خدا ندیم آید، همین که می روید به زمان از او دور می شوید. پس ما هم می توانیم با او ندیم بشویم. عشق یکی شدن با خدا است، ما با او با جسم نمی توانیم یکی بشویم. باید هوشیاری ما جدا بشود از هم هویت شدگی ها برود تماماً به او پیوندد با او یکی بشود. این عشق است، پس عشق می دهد از این حالت که من و او یکی بشویم، فوران شادی بوجود می آید، آرامش بوجود می آید، خرد بوجود می آید.

می گوید عشق می دهد هم صحبتی می کند با من بطوری که این ترش من یعنی ذهن من در می و شراب غرق می شود. می و شراب، آب حیات و شادی خصوصیت آنوری است، لطافت و شادی و عشق می و صہبا این است، آن چیزی که از آنور می آید، ذهن غرق می شود. یعنی من ذهن ام را در این فساداری قرار می دهم، من می شوم فضای در برگیرنده ذهن ام، این طوری می شود غرق در می و صہبا.

بلی اجازه بدهید چند بیت دوباره از مثنوی بخوانم. ببینید آیا مثل یوسف برای ما هم امکان دارد

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۱

رحمت کلی، قوی تر دایه ای است

زاری و گریه، قوی سرمایه ای است

دایه ما، لاله ما این من ذهنی است، از آن دست بردار نیستیم برای این که فکر می کنیم این از بین برود ما از بین می رویم. نگه می دارد ما را! ما اگر خودمان را مقایسه نکنیم، قضاوت نکنیم، بد و خوب نکنیم، چیزهای آفل را مرکز خودمان قرار ندهیم و بر حسب چیزهای آفل زندگی مان را سازماندهی نکنیم از بین می رویم. پس این من ذهنی دایه ما است، نیست اینطور.

و سرمایه ما هم همین دانش و می دانم من ذهنی است. که به رخ همه می کشیم که بهتر از تو بدم و می دانم. ولی یک چیز دیگر می گوید: می گوید زاری و گریه، زاری و گریه نشان فروتنی و تسلیم است در این لحظه، و گفتن نمی دانم و طلب است. و این که من به راهنمایی توای زندگی احتیاج دارم.

می گوید این سرمایه بسیار قوی است، در حالی که تا حالا ما فکر می کردیم من ذهنی سرمایه بسیار قوی است،



رحمت کلی یعنی رحمت و بخششی که از آنور می آید، قویتر دایه ای است، پس انرژی و خردی که از طرف زندگی در اثر تسلیم به ما میرسد دایه خوبی است؟ که از ما مواظبت می کند یا انرژی و خردی که از من ذهنی ما می آید؟ الان با این بیت شما متوجه می شوید که نه دایه قویتر رحمت خدا است، لطف خدا است، آبی که از آنور می آید، و این با همین پذیرش اتفاق این لحظه جاری می شود. الان دارد می گوید:

دایه و مادر، بهانه جو بود تا که کی آن طفل او گریان شود

مثال می زند، می گوید هم دایه هم مادر وقتی یک بچه را دارند بزرگ می کنند اینها دنبال بهانه می گردند تا طفل گریه کند تا بدونند. بدونند به او شیر بدهند. تا صدایش در می آید، بلند می شوند.

طفل حاجات شما را آفرید تا بنالید و شود شیرش پدید

می گوید: طفل چالشهای شما و نیازهای حقیقی شما را آفریده. پس معلوم می شود اتفاق این لحظه و چالش اتفاق این لحظه اگر شما بپذیرید و می دانید که او آفریده و الان از او طلب کنید راه حل را، شیر او یعنی شیر خدا و خرد او پدید می آید، واضح است دیگر. بنالید، عکس من خودم می توانم. وقتی شما حقیقتاً بگویی که نمی توانم و نمی دانم، می پذیرم که بندرت این اتفاق می افتد و داریم یاد می گیریم که خیلی تکرار کنیم. وقتی چالش می آید، شما می پذیرید و می گوید که بگذار بینم خرد زندگی در این لحظه چه چیزی را به من شناساند که تا حالا نمی دیدم.

امروز صحبت کور کرد گفت این نمی بیند. گفت خودش را آلوده می کند و نمی داند که این آلودگی از کجا آمده است، خودش را از آلودگی تشخیص نمی دهد. و کسی هم بخواهد یک ماده خوشبو بهش بزند می گوید: مال خودم بوده!

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۴

گفت: ادعوا الله، بی زاری مباش تا بجوشد شیرهای مهرهاش

می گوید خدا گفته مرا بخوانید، خوب مرا بخوانید یعنی چی؟ یعنی ای خدا بیا ولی من ذهنی را حفظ کنی؟ مرا بخوانید در عمل حقیقت بخشیدن به جریان عبور خرد زندگی از شما است، که در این لحظه وقتی اتفاق این لحظه را می پذیرید عملاً او را می خواهید. ولی وقتی انکار می کنی با ستیزه عملاً او را نمی خواهی ولو اینکه به زبان بگویی که می خواهم. شما باید متوجه ستیزه و مقاومت خودتان باشید و قضاوت تان، نمی شود شما به زبان بگویید



بلی من از خدا می‌خواهم کارهای مرا درست کند ولی در آن زیر یک من داشته باشید که هم می‌داند و نه زاری می‌کند و نه گریه می‌کند و نه تسلیم می‌شود.

همه اینها نشانگر تسلیم درست است، بی‌زاری مباش یعنی درست تسلیم شو! با ذهن تسلیم نشو. کسی که زاری نمی‌کند یعنی من را نکه می‌دارد، می‌گوید من این را نکه می‌دارم خوب این که دیگر زاری نیست. این که تسلیم نیست. این که راه نیست که! تا شیرهای مهرش بجوشد، دارد چه می‌گوید: دارد می‌گوید زندگی منتظر است، ما راه را باز کنیم تا او خردش را جاری کند.

گفتم مرا بخوانید: مربوط به آیه قرآن است که نشان می‌دهم.

خداوند فرمود: خدا را بخوانید و زاری و گریه را فراموش نکن. تا شیر مهربانی و رحمت حق جوشیدن گیرد.

قرآن کریم، سوره اسراء (۱۷)، آیه ۱۱۰

قُلْ ادْعُوا اللَّهَ أَوْ ادْعُوا الرَّحْمَنَ أَيًّا مَا تَدْعُوا فَلَهُ الْأَسْمَاءُ الْحُسْنَىٰ...

بگو که خدا را بخوانید به نام الله یا به نام رحمان. به هر کدام نام خوانید. او راست نام‌های نیکو...

دارد به این اشاره می‌کند.

هُوْی هُوْی باد و شیرافشان ابر در غمِ مانند، یک ساعت تو صبر

می‌گوید: نالیدن باد، باد که به شدت می‌وزد و ابر شیر افشان می‌کند، اینها همه می‌خواهند مسائل مولانا را حل کنند، تو یک ساعت صبر کن. در اینجا باد و ابر مربوط باز هم به شیرافشانی خداست. یعنی این اتفاقاتی که می‌افتد، که ما نمی‌پذیریم تمام این سر و صداها و تغییرات به خاطر این است که زندگی در فکر ما است، و می‌خواهد ما را زنده بکند و تو باید یک ساعت صبر کنی. دوباره برگشتیم به آنجا که شما باید پذیری و صبر کنی، پذیری و صبر کنی،...، پذیری و صبر کنی، و بینی که چه تغییراتی در زندگی تو پدید می‌آید، و تغییرات را پذیری و بینی و شناسایی کنی، تمام حواست هم به خودت باشد.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۶

فی السَّمَاءِ رِزْقُكُمْ نَشْنِیدَهِ؟ اندرین پستی چه بر چَفْسِیدَهِ؟

چسفیدن همین چسبیدن است، می‌خواهد بگوید که روزی ما در آسمان است، خوب اگر روزی ما در آسمان است، باید آسمان را در درون باز کنیم. می‌گوید تو نشنیدی که روزیتان! کدام روزی؟ این روزی این جهانی نیست، این خرد این هوشیاری این عشق در آسمانی است که در سینه ما در درون ما باز می‌شود.

می گوید این را نشنیدی خوب اگر شنیدی چرا پستی را در مرکز گذاشتی؟

مگر نشنیده‌ای که حق تعالی می‌فرماید: روزی شما در آسمان است؟ پس چرا به این دنیای بست حسیده‌ای؟

پس شما اجازه باید بدهید که آسمان در درون شما باز بشود. اگر باز نشود روزی شما قطع خواهد شد. و بتدریج که شما تسلیم می شوید و این آب می گذرد یعنی وقتی تسلیم می شوید ابر ایزدی می بارد و باد می وزد و باد نیروی آنوری هم می تواند باشد. دارد جنس ما را به ما نشان می دهد. و ما روز به روز بازتر می شویم و شما در قبل خوانده اید که باز کننده آسمانها و بر کننده آسمانها خدا است، آدمهای دیگر می توانند؟ نه نمی توانند.

قرآن کریم، سورہ ذاریات (۵۱)، آیہ ۲۲



و در آسمان است روزی شما و آنچه شما بدان وعده داده شده‌اید ﴿۲۲﴾

ترس و نومدیت دان آواز غول می کشد گوش تو تا قعر سُفول

خوب، در من ذهنی هم ترس داریم ما هم نومید هستیم. نومید هستیم برای اینکه بارها خواستیم همانطور که گفت:

هر چه صورت می‌وسیت سازدش

ما بوسیله فکر خواستیم به سوی او برویم کلی عبادت کردیم بوسیله فکر، کلی کار کردیم، ولی نرسیدیم. خیلی از ما انسانها نا امید هستیم که به او زنده بشویم و می ترسیم، می ترسیم بمیریم، می ترسیم بمیریم به او نرسیم. کسانی که در ذهن هستند از انواع و اقسام چیزها می ترسند. می ترسیم هم هویت شدگی هایمان را از دست بدهیم. می ترسیم به یک اتفاقاتی نرسیم که زندگی در آنهاست تا زندگی ما شروع بشود، می ترسیم اموالمان را از دست بدهیم، اشخاصی را که با آنها هم هویتیم از دست بدهیم.

این ترس جلوی ما را می‌گیرد. ترس و ناامیدی می‌گوید: آواز من ذهنی است غول است. غول در بیابانها به آمدها
آدرس غلط می‌دهد. و به این ترتیب اگر شما بصورت حضور ناظر، ترس و ناامیدیتان را نبینید و ندانید که این آواز
همین تُرُش رو است. این تُرُش رو که من ذهنی باشد حرف حسابش چیه؟ به ما می‌گوید تو نمی‌توانی، تو ناقصی،
تو لایق خدا نیستی، تو باید بترسی، تو باید ناامید باشی. ولی همین الان می‌گوید که خدا شبیه مادر است، منتظر
است که بچه گریه کند برود بهش شیر بدهد، دنبال بهانه می‌گردد. و شاید درست نخواستیم تا حالا. و این ترس و



نومیدی می گوید گوش تو را می گیرد تا قعر پستی می کشد. چقدر می خواهید بترسیم و ناامید باشیم برویم دیگر ته ته من ذهنی، ته ته جهنم.

امروز توی غزل به ما می گوید که شما با تَرش رویی و غم و غصه نمی توانید به زندگی زنده شوید. در مثنوی خواندیم امروز گفت: برای زنده ای کوشش کن، تمام کوشش هایت برای یک زنده ای باشد که آن زنده خودت خواهی بود. از این مردگی به آن زندگی کوشش کن. پس ترس آمد، مال من ذهنی است. ناامیدی آمد، مال من ذهنی است. یوسف ناامید شد نه؟ می ترسید؟ نه.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۸

هر ندایی که ترا بالا کشید آن ندا می دان که از بالا رسید

هر ندایی که مثل ندای یوسف است و شما را می کشد بالا، خوب یکی از آن نداها موقعی است که شما درست در این لحظه اتفاق این لحظه را می پذیرید و انکار نمی کنید. این ندا، این صدایی که از آنور می آید، صدای خرد، تو را بالا می کشد. بالا می کشد یعنی از جنس هوشیاری می کند. ندای ترس از من ذهنی است، ندای ناامیدی از من ذهنی است، ندای مقایسه از من ذهنی است، ندای توقعات از من ذهنی است، ندای یک چیزی که شما را خشمگین می کند از من ذهنی است.

اما ندایی که شما را بالا می کشد آن از طرف زندگی می رسد، پس در این لحظه شما آن ندا را می رسید و هر موقع اتفاق را می پذیرید، آن ندا را می شنوید، که دارد شما را می کشد. یک قسمتی شما را به شما نشان می دهد و شما آن را می اندازید. یک شناسایی به شما نشان می دهد. هر ندایی که یک شناسایی به شما نشان می دهد، شما یک ناجوری خودتان را می بینید و می اندازید یا حلش می کنید یا عوض می کنید یا آنطوری دیگر نیستید، مثلاً خیلی از شما بینندگان توانستید توقعاتتان را از بچه هایتان صفر بکنید. توقع تلفن زدن داشتید توقع سرزدن داشتید توقع پول دادن داشتید، توقع این داشتید که بیایند دست و پای شما را ماچ کنند، از شما قدردانی کنند، بگویند که شما چه پدر و مادر خوبی هستید ما را بزرگ کردید به اینجا رساندید، توقع شناسایی داشتید قدرشناسی داشتید، اینها را انداختید

روابطتان با آنها بهتر شد، خودتان هم خوشحالتان شدید. شما می خواستید آنها نمی دادند، بعد فهمیدید که این مونس ها، مونس های تقلبی بودند، این نداها نداهای خدا نبودند، نداهای شیطان بودند. فهمیدید اصلاً به اینها



احتیاجی نداشتید شما، فهمیدید که سر زدن بچه شما به شما، شما را حقیقتاً خوشحال نمی‌کند. ولی امتداد یافتن نقش مادری، شما را مجبور می‌کرد که وظیفه‌اش است باید بیاید به من احترام بگذارد قدر من را بداند. حالا می‌گویید نه، من مونسم خداست من به او زنده ام، بچه ام آمد به من سرزد می‌زند نزد نمی‌زند، من زندگیم را می‌کنم بعد هم خوشحالم تنها خوشحالم. بیاید مرا ببیند خوشحالم، نیاید ببیند خوشحالم. اگر بیاید عشق بهش می‌دهم می‌خندم لبخند می‌زنم، نیاید باز هم عشق بهش می‌دهم لبخند می‌زنم. هر موقع تلفن کرد با آغوش باز به تلفن جواب می‌دهم. اینطوری شدید، پس شما را به بالا کشیده، این شناسایی شما را بالا کشیده. همین شناسایی از همسران شما را باز هم بالا می‌کشد. شما اگر توقعاتتان را صفر کنید بالا می‌کشد، این ندای آنوری است. که می‌گوید توقع از من داشته باش، تو از من شیر می‌خواهی، تو از من خرد می‌خواهی، تو از من عشق می‌خواهی تو از من مونس می‌خواهی، تو مثل یوسف هستی، یوسف یک الگوست.

هر ندایی که تو را حرص آورد بانگ گرگی دان که او مردم درد

پس هر ندایی که تو را به حرص تشویق می‌کند می‌گوید تو برو بچسب به یک چیزی در بیرون و از آن هرچه بیشتر بهتر، بدان که این بانگ من ذهنی است که این گرگ به مردم رحم نخواهد کرد. که به خود تو هم رحم نخواهد کرد، تو را هم خواهد درید.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۶۰

این بلندی نیست از روی مکان این بلندی هاست سوی عقل و جان

می‌گوید این بلندی که می‌گوییم این جغرافیایی نیست، مکانی نیست، این بلندی بلندیهایی عقل و جان است، یعنی به لحاظ عقل و جان بلند است. خوب به لحاظ عقل و جان، خرد زندگی، ذهن خدا، تمام کائنات را اداره می‌کند. من ذهنی ما با عقلی که دارد ما را نمی‌تواند اداره کند. من ذهنی ما، ما را بدبخت کرده، واقعاً مثل گرگ دریده است.

شما نه به خودتان به آن کسانی که من ذهنی تمام و کمال دارند و در چاه هستند و خودشان را عاقل می‌دانند، ببینید که چند جور مرض گرفته‌اند، فکرشان چه جوری کار می‌کند، آیا خلاق هستند؟ چقدر زندگی دارند؟ چقدر تحرک دارند؟ روابط شان با مردم چه جوریه؟ با خودشان چه جوریه؟ آیا ترش روی هستند؟ یا دائماً می‌خندند؟ نرم هستند یا درشت هستند؟ خشمگین هستند یا نه نرم خوی اند؟ اینها را ببینید. فقط برای یاد گرفتن.



و عقل من ذهنی در پایین ترین درجه و عقل زندگی در بالاترین درجه. و ما می‌توانیم بارها گفتیم به خردی که تمام کائنات را اداره می‌کند، دسترسی پیدا کنیم. وقتی که از این عقل جزئی من ذهنی دست برداریم و ضررهای این عقل من ذهنی را شما دیده اید تا حالا، دیده اید چه کرده به شما، دیده اید که چقدر شما را به آینده امیدوار کرد، چقدر به شما گفت که در اتفاقات زندگی مثلاً ازدواج کنید، زندگی شروع می‌شود بچه دار شوید شروع می‌شود بچه‌ها بزرگ شوند شروع می‌شود، چه می‌دانم به سر کار بروی در کار موفق بشوی، شروع می‌شود، هیچوقت شروع نشد و در این فرآیند بادم پوک کاشتن، تمام زحمات ما هم هدر رفت. حتی بدن ما هم خراب شد اوقات ما تلخ شد. زندگی زناشویی ما رابطه ما با بچه هامان با همسرمان حیف شد. او خراب کرد عقلی که پائین ترین درجه را دارد.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۹۲

میمنه که نیست بدان جا ترش

دست فشان روح رود مست تا

می‌گویند که دست فشان یعنی شادی کن، تو شادی کن، شادی نمی‌توانی بکنی مگر یک جوری شادی زندگی را وارد زندگیت بکنی و آن از طریق تسلیم است. هیچ کس نباید فکر کند که از طریق روترسی و غمگینی و دردمندی و اینکه بگویی من ندارم، طلبکار بودن، گله کردن خشمگین شدن رنجیدن کینه داشتن می‌تواند موفق باشد، نه در این جهان نه به لحاظ رفتن هوشیاری به میمنه.

میمنه یعنی بهشت، یعنی موقعی که ما از جهان جدا می‌شویم و به بینهایت خدا زنده می‌شویم، این میمنه هست. در اینجا اسمش را گذاشته میمنه، که منظور می‌گوید اصحاب یمین یا اصحاب میمنه به معنی بهشتیان هست. پس بهشت همین بینهایت شدن شماسست، می‌گویند در میمنه که الآن آیه‌اش را به شما نشان می‌دهم، ترشی جا ندارد. یعنی اگر شما ترشی را حفظ کنید نمی‌توانید بروید به فضای یکتایی. با شادی باید بروید. و شادی را هم باید از آنور بگیرید. اینجا نمی‌توانید توی ذهن بمانید از کسان دیگر شادی بگیرید.

یادمان باشد که آن چیزی که ما از مردم می‌گیریم، خوشی است شادی نیست. خوشی چیزی است که از بیرون می‌آید، شما می‌توانید من ذهنی را حفظ کنید و از بیرون جستجوی خوشی کنید، مثلاً پولتان زیاد می‌شود خوشی می‌آید، لطیفه می‌گویند شما می‌خندید، این خوشی است. در تمام آن چیزهای مثلاً از خوردن لذت می‌بریم این خوشی است از بیرون می‌آید، از خوردن از سکس حتی این من ذهنی از اینکه به دیگران ضرر می‌خورد، خوشی



می آید. خوب الآن گفتیم اینکه مردم ورشکست می شوند خوشی می آید، اینها خوشی است که از بیرون می آید، نباید متکی باشیم به اینها، اینها زودگذر و سطحی است و ما را سیراب نمی کند به درد ما نمی خورد. پس دست فشان منظور این نیست که شما به بیرون نگاه کن یک جوری مثلاً شادباش، موفقیت را ببین شاد باش این شادی نیست، این دست فشاندن نیست. باید از آنور بیاید از آنور هم با تسلیم می آید. دست فشان روح رود مست تا میمنه که آنجا ترشی نیست در فضای یکتایی ترشی وجود ندارد، برای اینکه آن فضا از شادی درست شده است. اما میمنه، میمنه مربوط به آیات قرآن است چندانرا نشان می دهیم برایتان. که مثلاً سوره واقعه نگاه کنید آنجا چند جا آمده است همینطوری که روی صفحه می بینید.

می گوید که در آنجا، اینها را تندتند می خوانم برایتان فقط بشنوید خیلی چیزها شناسایی می کنید که چرا مولانا آیه قرآن را آورده است در این شعری که دارد می گوید: ترشی قدغن است ببینیم آیا قرآن هم همین را می گوید یا نمی گوید.

قرآن کریم، سوره واقعه (۵۶)، آیه ۲۵

لَا يَسْمَعُونَ فِيهَا لَغْوًا وَلَا تَأْثِيمًا

در آنجا نه سخن لغو شنوند و نه گناه آلود (۲۵)

در کجا؟ در همین فضای یکتایی در این لحظه نه سخن بیهوده من ذهنی، سخن لغو مال من ذهنی است. و هرکاری که من ذهنی می کند گناه آلوده است. برای اینکه از طریق هم هویت شدگی است.

قرآن کریم، سوره واقعه (۵۶)، آیه ۲۶

إِلَّا قِيلًا سَلَامًا سَلَامًا

جز یک سخن: سلام، سلام. (۲۶)

پس فقط یک سخن وجود دارد، یک کار وجود دارد، تسلیم تسلیم تسلیم تسلیم تا آخر. یعنی شما می پذیرید اتفاق این لحظه را تماماً و از جنس زندگی می شوید و زندگی حرف می زند و سخن لغو و بیهوده در این لحظه در زندگی شما وجود ندارد. بله بعد می گوید:

قرآن کریم، سوره واقعه (۵۶)، آیه ۲۷

وَأَصْحَابُ الْيَمِينِ مَا أَصْحَابُ الْيَمِينِ

اما اصحاب سعادت، اصحاب سعادت چه حال دارند؟



اصحاب سعادت چه حال دارند اصحاب سعادت همین اصحاب یمین هستند، همین اصحاب میمنه، حالا خودش می‌گوید:

□□□□ □□□□□□□□□□

در زیر درخت سدر بی‌خار» ۲۸«

ببینید دارد می‌گوید وقتی ما به حضور زنده می‌شویم که این حق همه هست و آسان هم هست و مولانا هم اشاره کرده است به این قسمتهای قرآن چندتاش را من برای شما می‌خوانم، پس شما وقتی به حضور زنده می‌شوید زیر درخت سدر بدون خار، یعنی این سایه که سر ما می‌افتد در حالت حضور، هیچگونه خاری توش نیست. اگر شما با سلام سلام سلام جلو بروید. اگر هر لحظه تسلیم باشید، بالاخره به جایی خواهید رسید که سایه خدا سرتان می‌افتد و این سایه خار ندارد. در زندگی شما هیچ ناهماهنگی وجود ندارد، برای اینکه ناهماهنگی‌ها از حرفهای بیهوده آن من ذهنی بوجود می‌آمد.

□□□□ □□□□□□□□□□

و درخت موزی که میوه‌اش بر یکدیگر چیده شده» ۲۹«

یعنی از اینجا به بعد بار بوجود می‌آورد. برای اینکه منظور اصلی شما که حضور بود و زنده شدن به حضور بود کوپلاژ می‌شود با عمل شما و فکر شما، پس از این شما میوه خواهید داد. میوه‌هایی که لحظه به لحظه بوجود می‌آید. یعنی خیلی پهلوی هم چیده شده، قبلاً چی می‌شد؟ قبلاً سه روز یکبار ما شاید با حضور عمل می‌کردیم، الآن شما لحظه به لحظه با حضور عمل می‌کنید این فکر شما و عمل شما بار بوجود می‌آورد؟ میوه بوجود می‌آورد؟ البته و این درخت موز همین حضور شماست، سایه‌اش هم بر سر شماست، که بسیار ممتد است.

□□□□ □□□□□□□□□□

و سایه دائم» ۳۰«

و سایه این حضور و خدا از سر شما دیگر کم نمی‌شود، منقطع نمی‌شود. قبلاً یک چیزی سایه می‌انداخت سر ما، سایه‌اش مصنوعی بود ولی موقتی بود. شما نگاه کنید که سایه و خوشی همه چیزهای آفل برای ما موقتی بوده

□□□□ □□□□□□□□□□

و آبی همواره جاری» ۳۱«

اگر منظور اساسی و اصلی شما که حضور است کوپلاژ بشود با فکر شما و به عمل شما و شما در این لحظه همیشه حاضر باشید و مستقر باشید و بینهایت باشید و آگاه به زندگی باشید این آب زندگی از شما جاری می‌شود یا

وَفَاقِهَةٌ كَثِيرَةٌ

فِي سَمُومٍ وَحَمِيمٍ

وَزَلَّ مَنْ يَحْمُومٌ

صفحه: ۵۱



دود سیاه مشخص است، دود هم هویت شدگی و دردهاست در ذهن، این تاریکی که ما در ذهن ایجاد کرده ایم که مولانا گفت: آنجا آدم مرض را از اثر مرض تشخیص نمی‌دهد. امروزه مردم می‌گویم آثار مرض را محکوم می‌کنند. می‌گویند آقا میل به قدرت نداشته باشید، شما می‌دانید میل به قدرت از کجا می‌آید اصلاً؟ از دود سیاه.

درست مثل اینکه یک نفر مریض بشود از علائمش تب باشد، بگویند آقا ما تب شما را محکوم می‌کنیم، آقا تب دست من نیست، تب دست این مرضی است که من دارم. بباید مرض مرا معالجه کنید. امروز روترشی و مریضی من ذهنی را ما مطرح کردیم چه آثاری دارد یک کمی البته، مولانا اشاره کرده بود اینجا هم ما برایتان خواندیم

لَا بَارِدَ وَلَا حَرِيمَ □□□□

نه سرد و نه خوش است ﴿۴۴﴾

سرد نیست واضح است، این بادها این انرژی که من ذهنی صادر می‌کند، هیچ خنک نیست، خوشایند نیست و اولش وقتی من ذهنی شکوفا می‌شود باید واقعاً مواظب باشیم. اول زندگی به نظر می‌آید که خوب است بعد به این ترتیب که ادامه می‌دهیم ما می‌بینیم که ما هم هویت شدگی و این کفر را ادامه دادیم.

إِنَّهُمْ كَانُوا قَبْلَ ذَلِكَ مُتْرَفِينَ □□□□

اینان پیش از این در ناز و نعمت بودند ﴿۴۵﴾

وَكَانُوا يُصْرُونَ عَلَى الْحِنْتِ الْعَظِيمِ □□□□

و بر گناهان بزرگ اصرار می‌ورزیدند ﴿۴۶﴾

حالا اینها را خواندم که ما اگر داریم می‌خوانیم اینها را دیگر به من ذهنی اصرار نورزیم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۹۲

بس کن و در شهد و شکر غوطه خور کت نهلد فضل مؤفا ترش

مؤفا یعنی وفا کرده شده کامل، تمام ادا شده و این فضل مؤفا جز حضور کامل ما نیست. می‌گوید که اگر ما بس کنیم، اگر ما ذهن را ساکت کنیم، ما در غسل و شکر زندگی یعنی در آرامش و شادی و عشق و لطافت زندگی غوطه می‌خوریم. فقط کافیه این ذهن را خاموش کنیم و خاموشی این ذهن را مولانا در غزل گفت:

خوشا بحال آن ساعتی که تو بتوانی به خودت بگویی من می‌توانم این فکر را بگذارم فردا در باره‌اش فکر کنم.



اگر شما این قدرت را پیدا کرده آید، پس نشان می‌دهد که حضور ناظر شما بر فکر شما همین لالا سلطه پیدا کرده است. پس شما می‌توانید بس کنید. در تمثیل جوحی شما می‌توانید از صندوقی به صندوقی نروید. و صندوقی خودش را به شما ارائه کرد می‌گویید من الآن توی این صندوق نمی‌روم می‌گذارم فردا صندوق را بررسی می‌کنم. بروی توش هی دورش می‌چرخ و آن می‌شود مرکز شما.

با خواندن ابیات غزل و تکرار آن و شناسایی من ذهنی و نا امید کردن آن و ترساندن آن و این که بقیه دردها که در ذهن می‌بینید بصورت حضور ناظر مال من ذهنی است و مال شما نیست. شما همین حضور ناظر هستید شناسایی کامل می‌شود. فضل مَوْفًا یعنی این بخشش که به ما کرده خدا که حضور ما باشد این کامل می‌شود. کت یعنی تُرّا، نَهَلْد فضل مَوْفًا تُرّش، که ترا فضل مَوْفًا تُرّش نمی‌گذارد، یعنی ما نباید بترسیم که اگر ذهن ما خاموش شود ما می‌میریم.

ما نباید بترسیم که اگر من ذهنی به صفر برسد ما می‌میریم. برای همین است کسی به ما توهین می‌کند مثلاً این فضل مَوْفًا یا حضور ما یا ناظر در ما که ناراحت نمی‌شود. خدا که ناراحت نمی‌شود. خدا می‌داند یا خدائیت ما می‌داند یا هر کسی از جنس خدا است، می‌داند که هر چیزی که گفته می‌شود بوسیله تارهای صوتی یک نفر ایجاد می‌شود. در تارهای صوتی یک نفر باری وجود ندارد، خوب می‌گویند، ولی گفتار مردم برای من ذهنی مهم است. یک حرفی همسران زده سی سال است یادتان است، رنجیدید فکر نکردید که یک فکر است فقط، ذهن فقط فکر تولید می‌کند. ذهن یک فکری تولید می‌کند بعد می‌آید، به زبان یک نفر می‌گوید بعد هم پشیمان می‌شود حالا یا نمی‌شود. این اثری ندارد.

آیا کسی به شما توهین کند بلافاصله جوابش را می‌دهید؟ برای این که از من ذهنی‌تان می‌خواهید دفاع کنید، کسی می‌تواند به زندگی به خدا توهین کند؟ نه. هر کسی بخواهد توهین کند به زندگی که البته ما می‌کنیم خدا بخودش نمی‌گیرد. ما همین که می‌گوییم می‌دانیم و اتفاق این لحظه را انکار می‌کنیم این یک نوع توهین است دیگر، چی می‌دانیم ما؟ یعنی چی ما می‌دانیم؟ اوست که الان زندگی را به روی ما باز می‌کند. نه که ما.

وقتی که ما باز می‌کنیم یعنی می‌دانیم پس من ذهنی ما بالا آمد. یکی منم یکی خدا، این توهین نیست؟ کاری نمی‌کند. می‌گوید عقلش نمی‌رسد، امتداد من رفته آنجا گیر افتاده، و دوباره امتحان می‌کند، هر لحظه صدا می‌کند. دوباره اتفاقات دیگر بوجود می‌آورد. گفت این ابر و باد که دارند هیاهو می‌کنند می‌خواهند کمک کنند به تو، بس کن! خاموش باش.



من ذهنیت را از کار بینداز، از این صندوق به آن صندوق نرو، در فاصله بین دو تا صندوق بمان نترس نمی میری. و ببین که چه شیرینی دارد. آنجا چه شکری است، که اگر تو بس کنی من ذهنی می میرد فضل مَوْفًا امروز گفت: تو بکوش که زنده را در خودت ببینی.

زنده یعنی به بینهایت خدا زنده شده به ابدیت خدا زنده شده همین فضلی است که همین هوشیاری است که به روز الست وفا کرده، به روز الست ما یعنی به روز الست چه جوری وفادار می شویم؟

می گوید خدا از ما پرسیده که تو از جنس منی؟ ما هم گفتیم آری یعنی بلی، خوب چرا الان بلی نمی گوییم همان بلی را الان باید بگوییم. بلی گفتن محکم معادل همین انکار نکردن چگونگی اتفاق این لحظه است، همین هست که است، این لحظه. یکی خودش است، یکی اتفاقش است، تو اتفاق را می بینی و انکار نمی کنی. فضل مَوْفًا یعنی فضلی که وفا کرده بطور کامل آشکار می شود. و ترا تُرْش نمی گذارد. اصلاً کُشش شهد و شکر و شادی و عشق و زندگی است.



مشخصات تلویزیون گنج حضور (در آمریکای شمالی) ماهواره Galaxy 19 Frequency: 12084 Symbol Rate: 22000 FEC: 3/4 Pol: Vertical	هم اکنون تلویزیون « گنج حضور » در اروپا و خاورمیانه (ایران) نیز قابل مشاهده میباشد. مشخصات تلویزیون « گنج حضور » در ایران و اروپا (Hotbird) Frequency: 11034 Symbol Rate: 27500 FEC: 3/4 Polarization: Ver
فرکانس تلویزیون گنج حضور خاورمیانه (از جمله ایران) ماهواره : Yahsat Frequency: 11766 Symbol Rate: 27500 FEC: 5/6 Pol: Vertical	کانال گنج حضور در تلگرام http://telegram.me/ganjehozourchannel  با ما در تلگرام در تماس باشید: +98 910 064 2600

لینک متن کامل برنامه‌های گنج حضور در تلگرام

<https://t.me/ganjehozourProgramsText>