

همانطور که با شما قرارمان هست، در خواندن غزلها و مثنوی مولانا هر کس تمرکزش روی خودش است و هر بیٹی را که می خوانیم، می بایستی توجه کنیم و از خود بپرسیم که "اجزای این بیت چه ارتباطی به من دارد"؟ فقط گوش کردن و معنی ادبی یا یک معادل فارسی ساده تر پیدا کردن برای غزلها یا ابیات مطلوب و منظور ما نیست. دوستانی عجله دارند سریع یک بیت را تمام و به بیت دیگر بروند، این کار، کار "من ذهنی" ست. مثلا "وقتی مولانا می گوید:

رسید آن شه رسید آن شه بیار ایوب را

فرورید ساعدها برای خوب کنعان را

شه رسید. اگر شاه برسد و من متوجه شوم که شاه رسیده، این رسیدن شاه در من چگونه تعبیر می شود؟ شاه کیست؟ اگر شاه برسد چه حالتی می شوم؟ آیا اصلا" حس می کنم که شاه رسیده؟ آرایش ایوان چیست؟ اصلا" ایوان کجاست؟ بریده شدن ساعد، یعنی چه؟ خوب کنعان کیست؟ چه ربطی به من دارد؟

بعد از اینکه در خود مرور و متوجه شدیم که: که این گفته ها در رابطه با من است، بعد باید وارد عمل شویم.

هدف این غزلها فهمیدن و افزودن به شما نیست، هدف آموزش اشعار مولانا نیست، بلکه خواندن این غزل باید چیزی را از شما بکاهد.

هدف "گنج حضور"، تبدیل هشیاری جسمی ما به "هشیاری حضور" است.

اگر در ما، تبدیل صورت نگیرد، هیچ کاری انجام نشده و خواندن غزلها بیهوده بوده. اگر با "من ذهنی" گوش دهید، عجله خواهید کرد. من ذهنی عجله دارد، اما باید با صبر و تأمل و آرامش بدانیم که عمق شعر می خواهد چه چیزی را مطرح کند؟.

رسید آن شه، رسید آن شه، بیار ایوب را ...

آن شاه که خدا، زندگی ست، در انسانها زنده شده. ما را به وصال رسانده.

خدا در درون شما، در زیر افکار شما، در هر انسانی، بصورت عدم، بصورت فضای یکتایی، باز است، شما این فضا را عمدا" می بندید.

چگونه این فضای باز را می بندید؟

آیا در درون شما، آن دریایی که می گوید: در این بحر در این بحر همه چیز بگنجد، باز شده؟

آیا شما برای هر نوع آدمی هر حرفی هر باوری هر نوع اتفاقی "جا" دارید؟ هر اتفاقی می افتد شما فضا باز می کنید و در شما "جا" میشود یا واکنش نشان داده و از جنس اتفاق می شوید؟ اگر فضا باز می کنید، پس رسیدن شاه را متوجه اید و تجربه کرده اید.

اگر واکنش نشان می دهید و از جنس اتفاق می شوید؟ پس هنوز در ذهن اید.

ایوان را آرایش دهید. ایوان بالاست. در سطح باغ نیست. این دنیا باغ و گلستان است و جهان فرم است. ایوان دل شماست. خدا در دل شما می نشیند، شما اول باید دلتان را تمیز کنید. وقتی مهمان می آید و شما باغی زیبا دارید و می خواهید مهمان را به ایوان ببرید تا باغ را تماشا کند.

اول باید آبپاشی کنید و تمام هم هویت شدگی ها را جارو کنید. تمام دردها و رنجش ها و غصه ها و شکایت ها و کینه ها را ببینید و پاک کنید. اگر زباله هایی را که در ایوان هست، نبینید، چگونه می توانید آنها را جارو کنید؟.

باید کنار کشید و ایوان را از دورتر نگاه کرد. به ذهن تان نگاه کنید. آن کسی که ناظر است شاه است.

از جمله خود شما.

در ضمن چه چیزهای دیگری می ببینید؟ استرس، اتفاق بد، شروع شدن زندگی در آینده، و ... اینها همان زباله ها هستند. وقتی که شروع

زندگی در اتفاقی در آینده ست، در جسمی خارجی ست، در مال دنیا ست، در کسی دیگر است، غلط است.

اول باید اینها را "لا" کرد. جارو کرد. حالا که معشوق می آید که در ایوان دل شما بنشیند، باید گل و گلدان (لطف و ایتار و توجه و

احترام)، هم گذاشت. و این تبدیل هشیاری ست. قبلا" همه ی حواس به زباله ها بود، حالا تمام حواس به شاه است. قبلا" هشیار و آگاه به جسم

و درد بودید و حالا به "او" نگاه می کنید. چون انرژی او در این لحظه به فکر و عمل و برخوردهای شما جاری می شود.

حالت ها، وضعیت ها، فرصت های زیبای زندگی در ایوان شماست. شاد هستید و در آرامش.

زلیخا، زنان مصری را که هم هویت با مسائل دنیایی بودند، برای خط بصری، برای تماشای یوسف جمع کرده بود. یوسف زیبا رو بود و زلیخا به او نظر داشت. یوسف خدائیت شما و کنعان سرزمین یکتایی ست. وقتی شما به خدائیت خود هشیار می شوید، زنان مصری مردم هستند. زنان مصری از دیدن یوسف چنان از خود بیخود شدند که بجای پرتقال پوست کنند، دست خود را می بریدند. بریدن دست یعنی بریدن تن، بریدن من ذهنی، بریدن اقلام من ذهنی. نگاه کردن به هم هویتی هاست. چه چیزهایی در جهان شما را به خود جلب و جذب می کند؟ شما را گرفتار و در آن بدنبال خود می گردید؟ آنها همان زباله ها هستند، در حالیکه شاه رسیده. اگر یوسف، یوسف ایت خود را نشناسیم و در زباله ها، یعنی در غم ها و غصه هایمان وول می خوریم. سطح ایوان بالاتر از سطح باغ قرار دارد. باغ جهان فرم و ذهن است و ایوان دل. پس، ما باید ذهن و وضعیت ها و اجسامی را که با آنها هم هویت شده ایم، رها و به ایوان برویم. چون معشوق می خواهد بیاید و در ایوان بنشیند. مهمان هم خیلی وقت است آمده. مهمان، شاه، خدا و دل همه ی ما انسانهاست. فضای یکتایی زیر فکرهای ماست. درک و فکرهایمان در همان جا تولید می شود. آن اقیانوس، آن فضای محاصره کننده، زندگی، خداست، که فضای کوچک فکر و ذهن ما را احاطه کرده. چهار بُعد خود را به خاطر داشته باشیم: سه بعد مادی و یک بعد معنوی. بعدهای مادی ما: بدن، فکر و ذهن. و هیجانها هستند. از بعد معنوی ما باید، انرژی زنده زندگی به این سه بعد جاری شود. همه هیجانها ما از فضای یکتایی زیر فکرهایمان تولید می شود و اثرش به بدن مان می ریزد. فکر و هیجان بر روی تن ما اثر می گذارد. در حالیکه با رسیدن یک فکر یا یک هیجان ما نباید بلند شویم بلکه باید بایستیم و با فاصله گرفتن از فکر و هیجان، آنها را تماشا کنیم.

چو آمد جان جان جان شاید برد نام جان

به پیشش جان چه کار آید مگر از بهر قربان را

منظور مولانا از جان جان جان، خداست. هشیاری حضور است. هشیاری از ابتدا هشیار بود. اما وارد زمان و فرم شد و گویی در حال تکامل است و هیچکس نمی داند چرا. هشیاری ابتدا وارد جماد مثلاً سنگ شد و بعد از پخته شدن وارد نبات (گیاه)، شد و بعد از پخته شدن وارد حیوان و در حیوان پخته و به انسان رسید. اما در انسان، در پیچاپیچ "ذهن" (بقول مولانا مثل زهدان مادر)، گرفتار شد. حال، بپر. ذهن انسان آخرین گیر هشیاری ست. جان جان جان شما هستید. ما هستیم. آن هشیاری هم خود همان هشیاری ابتدایی قبل از ورود به فرم است. نپرسید چرا؟ این سوال ذهن است و ما با ذهن خود نمی توانیم پاسخ آن را بیابیم. فکر قسمت کوچکی از کل هشیاری ست. حقیقت را تکه تکه می کند. تکه ها را می ببند، کل را نمی تواند ببیند. مثلاً قضاوت می کند. جان جان جان را نمی توان با فکر دید. باید احساسش کرد. وقتی خود زندگی، جان جان جان، آمده، دیگر نباید اسم جان را ببریم. منظور جانی که ذهن نشان مان می دهد. مثلاً وقتی تن مان درد می گیرد همان جان است اما جان جسمی ست، اما این جان جان جان، جانی ست که که از ذهن زاییده شده.

جانی که در تن است، جان ذهنی و جسمی ست. جانی ست که بستگی به چیزهای بیرونی دارد. جانی ست که از ضرر ناراحت می شود. از سود خوشش می آید. جانی ست هم هویت شده.

ذهن تماما" شرطی شده ست. به این معنی که: هشیاری وقتی وارد ذهن می شود، خاصیت هایی پیدا می کند. اگر هشیاری تماما" وارد ذهن شود، تبدیل به ایده هایی می شود که از قبل دارای خاصیت هایی ست. مثلا" مصرف فکری می شود که شما را خوشحال می کند یا فکری که شما را غمگین می کند. یکبار ضرر را به شما نشان می دهد. بار دیگر سود را نشان می دهد. شما را یکبار خوشحال و یکبار بد حال می کند.

وقتی شما در دل با خود حرف می زنید، فکرها خاصیت هیجانی دارند و دائم شما را زیر و رو می کنند و مرکز و یکتا بودن شما را به هم می ریزند. دل شما را پریشان می کنند.

اما آن جان جان جان، که شما هستید، خاصیت بینهایت فساداری و ابدیت دارد. این جان تنی، که با آن فکر می کنیم، مردنی ست و فقط به درد قربانی کردن می خورد. آیا شما آن جان جسمی تان را که با هم هویت شدگی ها ست قربانی می کنید؟

ذهن ما الگوهایی دارد که بوسیله ی آن الگوها، داشتن را زیاد می کند. ما با داشته ها و متعلقات مان هم هویت ایم. مالکیت ما به این ترتیب است که: شما تصویری ذهنی از خود دارید، چیزی را هم در بیرون، تجسم می کنید، آن چیز را با خود یکی، او را خود و خود را او می انگارید. حال اگر آن چیزی که فرم ذهنی آن را با فرم ذهنی خود یکی می بینید و با شما یکی شده، از جنس جامد مثل خانه یا زمین که به نظر می آید پایدار است و از بین نمی رود، باشد، خود را نیز مانند آن زمین و خانه پایدار می بینید. خیلی ها که صاحب زمین هستند چون من ذهنی شان جامد شده، فکر می کنند که پایدارند و نمی میرند. از باور مرگ خود تعجب می کنند.

پس ما، چون می خواهیم خاص باشیم و دیده شویم، با داشته هایمان هم هویت من ذهنی برجسته و مشخصی برای خود درست می کنیم. من ذهنی با "داشته" هایش جامد و خاص و هم هویت می شود.

اما من ذهنی خاصیت دیگری هم دارد و آن "خواستن" است. من ذهنی بیشتر می خواهد که بخواد، تا داشته باشد. یک خواستن داریم برای خواستن و یک خواستن هم داریم برای داشتن.

- خواستن برای خواستن، حرص است. هیچ من ذهنی، بدون الگوهای خواستن، نمی تواند زنده بماند.

- اگر شما تصمیم دارید من ذهنی خود را ضعیف کنید، " نخواهید".

- بعنوان هشیاری عقب بکشید و چیزی را که به آن چسبیده اید، ببینید، تشخیص دهید و بعد بعنوان هشیاری بگویید: " من این را نمی خواهم". آن چیز قدرتش را نسبت به شما، از دست می دهد.

چگونه ما خود را از آویزش و چسبیدن به خواست مان رها کنیم؟

وقتی که متوجه و آگاه می شوید می بینید که آویزش و چسبندگی وجود دارد، وقتی "خود" را در آنچه که به آن چسبیده اید، نبینید و "خود" را در آن جستجو نکنید، حرص کم می شود و بدین ترتیب می توانید: " قربان" کنید.

نگویید که من این بیت را فهمیدم. باید سه ماه روی آن کار کنید.

بدم بی عشق گمراهی در آمد عشق ناگاهی

بدم کوهی شدم کاهی برای اسب سلطان را

همه ی انسانهای بدون عشق گمراهند. وقتی شما آویزش هایتان را رها کنید، فضای زیر فکرها را باز کنید، آن فضا که هم شما هستید و هم معشوق، خدا، کل، شما را راهنمایی می کند. اما اگر کاملا" جذب ذهن و جسم باشید و زندگی زنده در این لحظه بوسیله شما هشیارانه تجربه نشود این فضا را می بندید.

وقتی آن فساداری در زیر فکرها وجود ندارد و جذب ذهن هستیم، گمراهیم. می ترسیم. می رنجیم. به چیزهای جهان مادی نگاه می کنیم و از آنها زندگی می خواهیم. من ذهنی ما را می ترساند:

اگر همسر تو برود یا بمیرد چه می کنی؟ اگر تنها بمانی؟ اگر اموالت را از دست بدهی؟ اگر مریض شوی و سرطان بگیری؟ شما می ترسید و با هم هویت شدن می خواهید آنها را دائم داشته باشید، زندگی و زنده بودن و امنیت خود را در آنها جستجو کنید. در این حالت من ذهنی شما را با دیگران مقایسه می کند، الگوهای حرص نیز بکار می افتند: من کم دارم. من ناقص هستم. نه اینکه نخواهیم و بدست نیاوریم، اما نه بصورت روانشناختی و حرص. باید آن فضای زیر فکرهایمان را باز کنیم و اجازه دهیم که خرد آن فضا ما را اداره کند، در زندگی مان توازن بوجود آورد. گاهی چیزی را می خریم اما رضایت آن کوتاه مدت است. در واقع خود را در آن چیز جستجو، اما پیدا نمی کنیم و باز چیز دیگر می خواهیم. و به همین ترتیب باز چیز دیگر می خواهیم و ... غرق در جامعه مصرفی. رونق جامعه مصرفی به این دلیل است که آدم ها در چیزهایی که می خرند خود را جستجو می کنند و نمی یابند و مجبورند چیزهای بیشتری بخرند.

خواستن، بدون کنترل و نظارت عشق، مرض است. گمراهی است.

خیلی ها نمی دانند چه دارند اما دائم می خواهند. درست مثل مرض تشنگی است. آب می نوشند اما نمی دانند چه مقدار می نوشند. فرایند تشنگی فرایندی درونی است. این حالت تشنگی که مربوط به فرایند من ذهنی است، همان خواستن ماست. خواستن در ما الگو دارد. این الگوها را باید ببینیم. شما باید ببینید چه چیزهایی را به خود می گوئید و می خواهید؟ آنها را پیدا کنید. مثلاً وقتی به خود می گوئید: من کم هستم، شرطی شدگی هایی است که شما را نسبت به دیگران کوچک و خوار نشان می دهد، باید ببینید که چه شرطی شدگی هایی در شما وجود دارد که شما را وادار به خواستن های روانشناختی می کند؟ شما را نسبت به دیگران خوار و کوچک نشان می دهد. البته ما به چیزها احترام می گذاریم و به چیزها نیاز داریم. اتومبیل را لازم داریم که ما را سر کار ببرد. به خانه و غذا نیاز داریم. هر چیزی ذاتی درونی ارزشمند دارد اما به شرطی که استفاده درست چیزها را بشناسیم، نه بصورت نیاز روانشناختی (نیاز کاذب)، و نه اینکه فقط بخواهیم. بخواهیم. بخواهیم.

اگر این زباله ها را جارو و "لا" کنیم و روی خودمان که خدا به درون دل مان آمده، کار کنیم، عشق درون مان زنده می شود. بقول مولانا، بعضی از ما مثل کوه به این جهان چسبیدیم و از آنها هویت می خواهیم. باید آنها را بشناسیم.

بدم بی عشق گمراهی در آمد عشق ناگاهی

بدم کوهی شدم کاهی برای اسب سلطان را

چه چیزی ما را مثل کوه سنگین کرده؟ مثل کاه باید بالا بیاوریم. اگر شما چیزهایی را در ذهن می بینید و خود را در آنها جستجو، اما نمی یابید، چرا و چقدر و تا کی؟ به جستجو ادامه می دهید؟ بعنوان یک ناظر، خود را عقب بکشید و ذهن را نگاه کنید، من ذهنی را بشناسید و الگوهای ذهنی ای که خود را در آنها پیدا نمی کنید، ببینید و تشخیص دهید و رها کنید.

مثل کاهی که اسب خدا خورد و هیچی نماند. (یعنی با خدا قاطی و یکی شدن). یعنی فضای بی نهایت و ابدیت را باز کردن.

اگر ترکست و تاجیکست بدو این بنده نزدیکست

چو جان با تن ولیکن تن نبیند هیچ مر جان را

این شاه مانند ترک ها و تاجیک ها غارتگر است. (تشبیه). خدا، غارتگر ذهن است. وقتی شما ناظر ذهن و فکرهایتان می شوید، الگوهای مورد پسند ذهن تان را شناسایی می کنید، و متوجه می شوید که این الگوها الگوهای نقص اند که با فعال شدن شان انرژی زنده زندگی شما را می گیرند.

مثلاً "الگوی حرص می گوید: تو کمی. من می خواهم. بیشتر می خواهم. این الگوی حرص را خدا، ناظر، می کند و دور می اندازد. مثل غارتگران ترک و تاجیک قدیم. به این غارتگر می گویند: من نزدیکم. من بنده ام. بنده کسی ست که موازی با زندگی ست و این لحظه با زندگی ستیزه نمی کند. زندگی این لحظه می آید و چون شما تسلیم هستید و اتفاق این لحظه را قبل از قضاوت کاملاً" می پذیرید، من ذهنی جلوی خرد زندگی را نمی گیرد، انرژی و خرد زندگی از فضای باز درون تان به فکر و عمل تان جاری می شود و به هر اتفاقی که می آید، جا می دهید و آن را می پذیرید. باصطلاح، فضا دارید. در این حالت می گویند: من، به خدا نزدیکم. حس می کنم از جنس خدا هستم. این فضا اصل شماسست و آن الگوها توهم اند.

وقتی تماماً" مجذوب ذهن هستید، جسم آید. ببینید خواستن و خواستن ما را به چه روزی انداخته! در این جهان، غذا و پوشاک و مسکن برای همه هست اما همین خواستن حرص آلود، باعث شده که انسانها فقط بخواهند و اضافه کنند. ندانند چقدر دارند و فقط بخواهند. این روح خواستن و خواستن و افراطی وارد شرکت های بزرگ چند ملیتی هم شده. اینها هم همواره می خواهند و به هر قیمت. کشتن آدم ها و ساقط کردن حکومت ها و مرگ و میرها اصلاً" برایشان مهم نیست. ما این موضوع را چگونه؟ و از کجا؟ بشناسیم که حد اقل در زندگی شخصی خودمان، خواستن های کاذب و چک نشده خود را افسار بزنیم؟ البته به کمک عارفان.

(شما) ترک تاجیک می شوید و اموال من ذهنی را غارت می کنید. آن معشوق غارتگر از همه چیز به ما نزدیک تر است مثل جان با تن. تن هم همین جان است. در تن ما جان هست. خدا اصل ماست تن ما هم، عدم، همان جان است. اما وقتی بخواهیم خدا را با ذهن بشناسیم، نمی توانیم. ما بعنوان تن، جان را نمی بینیم. مگر فضا دار شویم.

هلا یاران که بخت آمد گه ایثار رخت آمد

سلیمانی به تخت آمد برای عزل شیطان را

لطفاً" نگویند مولانا تکرار می کند.

ما **من** ی ذهنی داریم. الان با جسم ها و دردها هم هویت شده ایم. یک فضای یکتایی نیز زیر این من ذهنی (خداییت ما)، وجود دارد. حال، غیر از اینکه هم هویت شدگی با این اجسام و دردها را رها کنیم و همان فضا شویم، کار دیگری وجود ندارد و نمی خواهیم انجام دهیم. مولانا هم همواره همین موضوع را به صورت های مختلف تکرار می کند.

هلا ... ، دوستان، مردم آگاه شوید. بخت آمده در دل شما نشسته. موقع ایثار رخت است. موقع ایثار هم هویت شدگی ها. هم هویتی یعنی:

- ما بعنوان هشیاری، این خاصیت را داریم که اول وارد ذهن شویم و تصویری ذهنی از خود (با اسم گذاری مان) بسازیم: **من**.

- کلمه ی "**من**" را با اسم قاطی و یکی کنیم و بعد **من**، همین تصویر ذهنی درونی را، از طریق مالکیت چیزها، بزرگ و بزرگتر کنیم.

ابتدا با اسباب بازی هایمان هم هویت می شویم و بعد که بزرگ شدیم به خانه و همسر و مقام و اتومبیل مان و ... (من ذهنی). می چسبیم و

احساس وجود می کنیم.

همه صحبتی که ادیان دارند این است که می گویند: انسان بعنوان هشیاری و خداییت آمده و وارد ذهن، و با چیزها هم هویت شده. مثلاً" اسلام می گوید: "لا". آن چیزهایی که شما در بیرون می پرستید، خدا نیستند. همه آنها را باید رها و "لا" کنید. این ایثار مقدمه ست که **الا** الله در شما زنده شود. از لا به **الا** الله. نفی همه معبودها و خواستنی ها و جذبها و بت ها، برای رسیدن به **الله**. همان فضای یکتایی و باز. **اصل و کل جریان**: همین "لا" کردن، نفی کردن هر آنچه غیر اوست. مولانا هم همین مطلب را ده هزار بار به طرق مختلف اما با همین محتوا و جوهر مطرح کرده. تا زمانیکه این مهم صورت گیرد.

عملی کردن این مهم ظاهر را " ساده به نظر می رسد اما بسیار دشوار است. چون ما شرطی شده و به جهان بیرون نگاه می کنیم. همه در حال دویدن و اضافه کردن اند. همان برادران یوسف. که آدم را گمراه می کنند. تلویزیون هم مبلغ داشتن بیشتر و بیشتر داشتن است. در حالیکه اینها نیاز های روانشناختی و کاذب اند.

پاران من، موقع ایثار است. بخت و سلیمان آمده بر تخت نشسته، سلیمان خداست. در دل شما در ایوان شما، به تخت نشسته. دل شما را که قبلا " شیطان اداره می کرد، حال این سلیمان می خواهد (این من ذهنی، این شیطان را)، عزلش کند. آیا متوجه این مهم هستیم؟ شما هم اعتنایی نمی کنید. چرا اعتنا نمی کنید؟ چون هنوز به شیطان نگاه می کنید.

شیطان بزرگ، همان انرژی هم هویت شدگی با درد است که در ذهن ها زندگی می کند. مجموع دردهای عالم را که در ذهن ها زندگی می کنند جمع کنیم، شیطان می شود. نماینده اش شیطان کوچولو در من ذهنی ماست. سلیمان در دل شما نشسته. حال، شما باید بگویید: من سلیمانم نه من ذهنی، تا این شیطان را از پای بیندازید. باید بگویید: من "سلیمان" هستم نه "من ذهنی". تا این شیطان از کار بیفتد. هیچکس دیگر نمی تواند این کار را برای شما و بجای شما انجام دهد. مگر خود شما.

نور افکن را روی خود بیندازید. شما مقایسه نمی کنید. شما نمی ترسید. شیطان مقایسه می کند. شیطان می ترسد، شیطان درد ایجاد می کند. شیطان می گوید: ایثار نکن. هم هویت شدگی را از دست نده. رنج هایت را نینداز. اما شما هشیاری هستید. از جنس زندگی ابدی. شما بی نهایت هستید. شما سلیمان هستید. شما شیطان را عزل می کنید. به حرفش توجه نمی کنید. به هر چه که شما را می ترساند و از جنس شیطان است گوش نمی دهید.

اسلام به مسلمانان صریحا" اعلام می کند: هر کس که می ترسد و غمگین است دین و ایمان ندارد.

چرا؟ چون ترسیدن و غم داشتن، درد داشتن، اضطراب داشتن، کار شیطان است. هر کس که ایمان دارد نمی ترسد. دردمند هم نیست.

بچه از جا چه می پایی چرا بی دست و بی پایی

نمی دانی ز همد جو ره قصر سلیمان را

بچه ... پیر. همانطور که هشیاری از حیوان به انسان پریده. تو هم همان هشیاری هستی اما اینبار با اراده ای آزاد. چرا متوقف هستی؟ بچه. چرا اینقدر بی دست و بی پایی؟ ما از جنس هشیاری هستیم.

همین لحظه خود را کنار بکشید و ذهن تان را تماشا کنید. لحظه بعد ذهن، مرکز ثقل دارد، با ترسیدن، با دردمند بودن، شما را می کشد. هر چیزی شما را کشید، می گوید: بیا خودت را در من جستجو کن. تو نرو.

وقتی خود را عقب می کشیم و فکرمان را نگاه می کنیم، دیگر از جنس فکر نیستیم چون فکر آنجاست و ما عقب کشیده و ناظر فکر هستیم، پس از جنس زندگی ایم.

وقتی فکری مرا بسوی خود و هم هویت شدگی می کشد و من بر آن اشراف دارم و آگاهم و می شناسمش، به سمتش نمی روم. این آگاهی، آگاهی خدایی ست. لازم نیست با هم هویت شدگی کشتی گرفت و خشمگین شد، چون این نوع برخورد از من ذهنی و شیطانی ست. فقط آرام و با آگاهی و نظارت باید هم هویت شدگی را شناخت.

اگر نمیدانی چه کنی، از هُد هُد پیرس. هُد هُد سَمبل مرشد و مولانا و انسانی کامل است.

از عارفان پیرس. و عمل کن. قصر سلیمان (سمبلیک مان قصر یکتایی و قصر خدا)، همان فضای بازی ست که در درون باز میشود.

نمی دانید چه کنید؟ در درون شما دو راهنما وجود دارد: **من ذهنی** و **هشیاری ناظر**.

من ذهنی - که می خواهد هر کاری را انجام و در هر کاری دخالت کند. شما به او اجازه و راه دخالت ندهید و گوشه ای بنشانیدش.

هشیاری ناظر - که در اثر تسلیم یعنی پذیرش بی قید و شرط رویدادهای لحظه و صبر و شکر و رضایت در شما ایجاد شده. و البته کار و تلاش فراوان لازم دارد.

هر چند صحبت از رضایت و شکر می کنیم اما در ذات من ذهنی، یک نارضایتی وجود دارد. رضایت من ذهنی از داشتن چیزها بسیار کوتاه مدت است. مثلاً "وقتی یک تشنه، آب می خواهد، اگر نصف لیوان آب به او بدهیم، و بگوییم با همین نصف لیوان آب راضی باش، راضی نیست و باز آب طلب می کند.

چون در ذات من ذهنی نارضایتی وجود دارد، در هر بدست آوردنی باز راضی نمی شود.

من ذهنی ما را به خدا نمی رساند. فضای عشقی و هشیاری باز شده در درون، یا مرشد و انسان کامل و عارفان، می توانند یاری مان دهند.

بکن آن جا مناجاتت بگو اسرار و حاجات

سلیمان خود همی داند زبان جمله مرغان را

می خواهید مناجات و نیایش کنید در فضای هشیاری و یکتایی مناجات کنید و اسرار تان را آنجا بگویید.

من ذهنی سر ندارد. کسی که در فضای هشیاری و یکتایی حاجت می خواهد حاجتش سطح بالاست.

حاجات خود را از آنجا طلب کنید.

حاجت من ذهنی، درخواست تبدیل ماشین تویوتا به مرسدس بنز است یا چرا فلانی در مهمانی که گرفت دعوتم نکرد. مناجاتش هم این است که کاری کن مرا هم دعوت کنند.

اما از فضای یکتایی، نیاز شما نیاز روانشناختی نیست. نیاز شما آرامش برای بشریت است و حتی در آن فضا نیازهای مادی شما نیز بخوبی و برآورده شدنی ست. هر چیز نیک را می توان بدست آورد اما موضع درخواست شما از ایوان و دل است.

از خود بپرسید که دردهای من چیست؟ چرا اینقدر غمگینم؟ نیاز به حسادت؟ نیاز به تایید؟ نیاز به درد؟ نیاز به ایجاد درد؟ نیاز به ایجاد اغتشاش در زندگی مردم؟ نیاز به خرابکاری؟ ... دارم؟ این نیازها سطح پایین و از من ذهنی ست.

سخن بادست ای بنده کند دل را پراکنده

ولیکن اوش فرماید که گرد آور پریشان را

شما وقتی از ذهن زاییده می شوید، یکتا می شوید. تمام پراکندگی هایتان را که در هم هویت شدگی های مختلف سرمایه گذاری کرده اید جمع کنید، یکتا می شوید. همان فضای وحدت. وقتی در فضای ذهن که شرطی شده است سخن می گوئیم یا می شنویم، هر سخن با فعال شدن الگوهای ذهنی، ما را به جایی می برد که بی خاصیت نیست و خاصیت اش هم ایجاد هیجان است. خیلی از این الگوهای ذهنی وقتی که فعال می شوند به ما احساس نقص دست می دهند. اینها الگوهای خواستن هستند.

یکی ما را می ترساند. یکی خشمگین می کند. از یکی خوشمان می آید و از چیزی دیگر می رنجیم.

بهتر است آرام باشیم و سکوت کنیم. هیچ چیزی بهتر از سکوت که از جنس زندگی و اصل ما و خداست، نیست.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت شماره ۳۱

مولانا این قصه را از یکی از آیات قرآن اقتباس کرده.

خلیل از خدا می پرسد: قیامت چیست و آن را به من نشان بده.

خدا می گوید: این چهار مرغ را سر ببر و گوشتهایشان را مخلوط کن و هر قسمت را سر کوهی بگذار.

بعد دوباره آنها را صدا کن. شتابان به سوی تو باز آیند. به این ترتیب می فهمی که قیامت چیست.

مولانا این چهار مرغ را که چهار خاصیت من ذهنی ست و ظاهر را "ساختمان و محتوای آنها با هم قاطی هستند، به ما معرفی می کند.

شما اگر این چهار مرغ را بکشید (چهار خوی مذموم که عبارت اند از: حرص و شهوت رانی و جاه طلبی و آرزومندی های بی اساس)، و اصل خود را زنده کنید، ظاهرًا " باید معنی قیامت را که زنده شدن خود شما به زندگی، یعنی تبدیل هشیاری جسمی به هشیاری حضور است، متوجه شوید.

قیامت شما باید بوسیله ی خود شما کشف شود.

پس مولانا هم با حسام الدین صحبت می کند و هم با ما. می گوید:

تو خلیل وقتی ای خورشیدش

این چهار اطیار رهن را بکش

شما خلیل زمان اید، اگر این چهار خوی مذموم حرص و شهوت رانی و جاه طلبی و آرزومندی های بی اساس را از خود دور کنید، خورشید هشیاری شما که مانند خورشید است، می درخشد. ولی ما این فضا را نا آگاهانه بسته ایم.

زانک هر مرغی ازینها زاغ و ش

هست عقل عاقلان را دیده کش

هر یک از این چهار پرند، همچون زاغ، دیده ادراک و معرفت خردمندان را بیرون می آورد. دیده ادراک را کور می کند. زیرا عادت زاغ آن است که چون بر مُرداری نشیند نخست چشم او را در می آورد. این چهار مرغ راهزن را بکش. ببینیم که این مرغ ها سمبل چه هستند؟

چار وصف تن چو مرغان خلیل

بسمل ایشان دهد جان را سبیل

چهار صفت زشت جسم و تن، یعنی من ذهنی را مانند پرندگان ابراهیم خلیل ذبح کن. ذبح آنها باعث رستگاری انسان است. ذبح آنها، راه را به جان ما نشان می دهد. اگر این صفات در ما بمیرند، ما راه را پیدا می کنیم.

مولانا در غزل به ما گفت: قبل از اینکه عشق بیاید من کور و گمراه بودم. (سبیل یعنی راه).

تبدیل هشیاری جسمی به هشیاری حضور، در فرهنگ ها و در ادیان مختلف، اسم های مختلفی دارد. مثلاً: "بیدار شدن، رستگاری، آزاد شدن.

در دین اسلام، صراط مستقیم همان راهی ست که از درون باز می شود.

ذبح این صفات جسمی، راه را به جان، نشان می دهد.

ای خلیل اندر خلاص نیک و بد

سر ببرشان تا رهد پاها ز سد

ای خلیل دوران، ای ابراهیم زمان، برای نجات دادن رهروان خوب و بد، سر آن پرندگان را ببر تا پای روح انسان از قید و بند آن صفات مذموم خلاص شود.

انسان در هشیاری جسمی به تله افتاده. برای اینکه هشیاری جسمی به تله افتاده آزاد شود، سر اینها را ببر تا سد جلو پاها نباشد. پای ما را بعنوان هشیاری، اقلام من دهنی، سد کرده. یکی از همین چهار اقلام من دهنی، حرص است. که امروز در مورد آن صحبت می کنیم.

یکی از این مرغان، مرغابی ست که سمبل حرص است. دیگری کلاغ است مثلاً " سمبل آرزومندی.

کل تویی و جملگان اجزای تو

بر گشا که هست پاشان پای تو

ای انسان کامل، تو به منزله کُلی و سایر آدمیان به منزله اجزای تو. با ارشاد خود قید و بند صفات رذیله را از پای روح آنان باز کن. مولانا با حسام الدین یعنی در واقع با هریک از ما صحبت می کند. هر کدام از ما یک کل هستیم. هر یک از ما بمحض آنکه از ذهن زاییده شویم، و پراکندگی ها را گرد آوریم تبدیل به کل می شویم. همه چیز را در بر می گیریم. مولانا بعنوان منبع معنوی ما، این کار را تجربه کرده و نوشته و می گوید: کل تو هستی و بقیه اجزای تو هستند. وقتی از ذهن زاییده می شوی، یکتا می شوی، متوجه می شوی که با همه یکی هستی.

در همه زندگی را می بینی و همه اگر نیک می آفرینند یار تو هستند.

عده ای که ناآگاهانه درد می آفرینند، پای آنها بسته ست. پای آنها را باز کن چون پاهای آنها به مثابه پاهای خود تو هستند.

پس همه ی ما یکی هستیم. تا یکنفر مثل مولانا تبدیل به کل و متوجه می شود که همه، اجزای او هستند. همه جزء خدا هستند و ما با خدا یکی هستیم. آگاهانه.

پس وقتی هشیاری جسمی بطور کامل به هشیاری حضور تبدیل شود، به هر کسی که برسیم، اگر طالب باشند، می توانیم آنها را هم آزاد کنیم.

از تو عالم روحزاری می شود

پشت صد لشکر سواری می شود

به برکت ارشاد تو ای انسان کامل، جهان به روح ستان مبدل می شود. یعنی همه خلایق به مرتبه روحانیت می رسند و یک سوار یاور و پشتیبان لشکریانی می گردد.

تو، روحی که هشیارانه از خودش آگاه و شاد و هشیار است و آرامش دارد، می توانی روح ها را آزاد کنی. بنابراین فرض کنیم تمام انسانهای روی زمین، روح های آرامش یافته و شاد می شوند و زمین روح زار می شود. اما پشت صد لشکر، یک انسان کامل می تواند باشد. پس بسیار مهم است که ما تقلید نکنیم. واکنش نشان ندهیم. واکنش یک نوع تقلید است. اگر بگوییم این اینطور و آن آنطور است و من هم مثل بقیه، درست نیست. تو چرا سوار پشت صد نفر (پیشتاز)، نمی شوی. اگر از صد نفر تقلید کنی یک کل (طلایه دار)، نمی شوی.

ز آنکه این تن شد مقام چار خو

نامشان شد چار مرغ فتنه جو

زیرا این جسم، تن ذهنی ما، محل چهار صفت زشت است و این چهار صفت ناپسند و فتنه انگیز با نام چهار مرغ سمبلیزه شده است. این **چهار خُلق و خوی مذموم آدمی را به حسیض ذلت و سقوط می کشند.** حرص داشتن و دائم خواستن و ترس و نگرانی و نارضایتی و پرتوقعی و منیت خود را به رخ دیگران کشیدن، نمی گذارند زندگی کنیم.

آیا حس حقارت و حسادت و حرص و مقایسه و خواستن های ما فتنه جو نیستند؟ در دسر درست نمی کنند؟

خلق را گر زندگی خواهی ابد

سر ببر زین چار مرغ شوم بد

ای فاضل، ای انسان کامل، اگر می خواهی که انسانها حیات جاودانه، ابدیت و بی نهایتی را حس کنند و از جنس خدا شوند، باید سر این چهار مرغ زشت و منحوس را ببری.

انسانی که من ذهنی دارد و با چیزهای گذرای این جهان هم هویت است، ابدی نیست. می ترسد. از مردن می ترسد. همه ی ما از مردن می ترسیم چون با تن مان هم هویت ایم. مولانا از مردن نمی ترسد چون ابدیت را حس کرده و می داند از ماهیتی ست که مردنی نیست. اگر این چهار خُلُقِ شوم و بد را منتفی کنید، شما هم از جنس ابدیت می شوید.

بازشان زنده کن از نوعی دگر

که نباشد بعد از آن زیشان ضرر

پس از آنکه سر آنها را بُردی، دوباره آنها را زنده کن و حیاتی به آنها ده که به کسی زیان و ضرری نرسد. بعد از گذشتن از خلق و خوی مسموم و آسیب رسانِ من ذهنی، بعد از تولد از من ذهنی (زنده شدن به اصل و ذات ناب خود)، به خود و به دیگران، آسیب و زیان نرسد.

چار مرغ معنوی راهزن

کرده اند دل خلقان وطن

این چهار مرغ درونی و گمراه کننده معنوی نیستند ولی، پنهان در دل ما لانه کرده و خودشان را معنوی نشان می دهند. (هر چیزی که در دل ماست ما فکر می کنیم که معنوی هستند).

خیلی از ما، من ذهنی مان را مقدس می دانیم. مال دنیا را خوار می شماریم و بدون اتومبیل پیاده به سر کار می رویم. سالی یا دو سالی یک دست لباس می گیریم. اصلاً" پا برهنه هستیم و لباسهایمان ژنده ست. به جای کاخ در محلی دور افتاده زندگی می کنیم، اما حرص به خدا و به ثواب به کارهای مذهبی می زنیم.

حرص از سفت به نرم تبدیل می شود.

مادامی که ما هم هویت با چیزی هستیم، من ذهنی هم در درون ما باقی مانده. من ذهنی، این محتوا را اینجا رها و با محتواهای نرم دیگر هم هویت می شود. به کسی هم که (حرص معنوی می زند)، برای خدا حرص می زند اصلاً" نمی توان ایراد گرفت !!!

این چهار مرغ راهزن در دل ماست.

چون امیر جمله دلهای سوی

اندرین دور ای خلیفه حق توی

ای امیری که در این روزگار، سالار جمیع دل های سالم و معتدل تویی، ... اینجا منظور حسام الدین است و یا هرکسی که تبدیل شده و در این جهان، هشیاری جسمی و هم هویت شدگی و درد را رها کرده و پشت سر گذاشته و آگاه و یکتا شده. خوشا بحالش. او خلیفه و همکار و نماینده ی حق، خداست. برکت که از عشق می آید، بوسیله ی او در جهان بخش می شود. او نیکی می آفریند. عشق و برکت زندگی در فکر و حس و در هر کاری که انجام می دهد و در هر رابطه ای که قرار می گیرد جاری می شود. او امیر دلهای آزاد شده ست. مثل مولانا.

سر ببر این چار مرغ زنده را

سر مدی کن خلق ناپاینده را

این چهار مرغ زنده را سر بُر و خَلق را که عمری ناپایدار دارند حیات جاودانه عطا کن.
 لحظه ی "حال" ابدی ست. آیا می توانیم به گذشته و آینده نرویم و در همین لحظه ی حال بمانیم؟ هویت مان را از گذشته نگیریم؟ حس نارضایتی از گذشته نداشته باشیم و چشم از آینده ای که در آن این من ناراضی، به ثمر برسد، برگیریم؟
 اگر به این شرطی شدگی ها وصل نباشیم و در این لحظه بمانیم، سرمدی و پاینده می شویم. خلق ناپاینده ست.
 پس هر چه شما نگرانی و اضطراب و ترس دارید، حس عدم رضایت دارید، و حس عدم به ثمر رسیدگی دارید، حس نقص می کنید، به آینده نگاه می کنید، به همان درجه من ذهنی در شما زنده ست، بنابراین ناپاینده (ساخته شده از جسم)، و از بین رونده.
 چون جسم ها از بین می روند، کسی که با جسم ها هم هویت شده، احساس از بین رفتن می کند و به همین دلیل می ترسد.

بط و طاوست و زاغست و خروس

این مثال چار خلق اندر نفوس

این چهار مرف عبارتند از:

مرغابی و طاووس و زاغ و خروس، و هر یک از آنها مظهر یکی از صفات نفسانی در آدم هاست.
 پس مولانا، چهار خاصیت من ذهنی آدمها را هر یک، به یکی از این چهار مرغ تشبیه کرده.

بط حرصست و خروس آن شهوتست

جاه چون طاووس و زاغ امنیتست

مرغابی سمبل حرص، خروس سمبل شهوت، طاووس سمبل جاه و مقام، کلاغ هم سمبل آرزوها و امنیت و آینده ست. آرزوی درازی که امید ساز می شود.

منیتش آن که بود اومیدساز

طامع تابید یا عمر دراز

آرزوی زاغ از آنروست که دائما امید می پرورد و به جاودانگی و یا عمری طولانی طمع دارد.
 من ذهنی که با زمان گذشته و آینده کار می کند. امید ساز است. تصویری موهومی و توهمی ست. مثل اینکه گذشته تمام نشده و آینده هم آمده. از چیزی که ده روز دیگر می خواهد اتفاق بیفتد، چنان می ترسیم مثل اینکه همین الان اتفاق افتاده. و اتفاقی را هم که سی سال پیش رخ داده مثل اینست که همین الان اتفاق افتاده. همان غصه و غمی را که همان موقع متحمل شدیم باز همین حالا تجربه می کنیم. این من ذهنی ست.

من ذهنی با زمان روانشناختی کار می کند. و با شرطی شدگی: این باور ماست. این عقیده ماست و ... با من ذهنی همیشه زندگی در آینده ست. یا بهترین جای زندگی در آینده ست.

پس من ذهنی به آینده نیاز دارد. برای من ذهنی، مرگ انسان قابل قبول نیست. به همین دلیل بیشتر من ذهنی ها با زمین هم هویت می شوند.
 مثلا" فرد، هزار مترمربع زمین می خرد و ساختمانی هم در آن نیست اما با آن هم هویت می شود، چون زمین از بین رفتنی نیست: (این زمین مال من است).

در ابتدا، سرخپوست ها، نمی توانستند بپذیرند که انسان می تواند صاحب زمین باشد. برای آنها زمین برای کار کردن روی آن بود. نه برای صاحب شدن.

پس آرزوی دراز آهنگ که سمبل اش کلاغ است، عبارت از خاصیت امید سازی من ذهنی ست. اگر شما این خاصیت را بشناسید و می گویند: زندگی در این لحظه ست و همین الان می خواهیم زندگی کنیم، من آینده نمی خواهیم بسازم. اما مراقب باشید: هر چند متوجه شده اید که زندگی در این لحظه ست و نمی خواهید به آینده بروید، اما این کلاغ آینده رو، تمایل دارد برگردد. این کلاغ، یک کلاغ هم نیست بلکه چهل کلاغ است.

کلاهی دیگر، کلاهی دیگر، الگویی دیگر و الگویی دیگر، ... هزار کلاغ.

این لحظه تصمیم درست می گیریم و بعد فراموش می کنیم. از آدم معمولی بپرسید حالت چطور است؟ می گویند: تا بحال زندگی نکردم. اوضاع آنچنان خراب است که نمی توان زندگی کرد. امیدمان به آینده ست. کدام آینده؟ همان کلاغ دزد، همین الان هم می دزد.

بط حرص آمد که نوکش در زمین

در تر و در خشک می جوید دفین

مرغابی مظهر حرص است که همیشه منقارش در روی زمین در حال فعالیت است و در جستجوی غذایی ست که در جاهای تر و خشک پنهان است.

مرغابی حرص نوکش را در لجن زمین فرو می کند و خوب و بد را از آن بیرون می کشد. ذهن ما هم خوب و بد را برجسته و با آنها هم هویت می شود. از بد بدش و از خوب خوشش می آید. خوب را می خواهد به خود بچسباند و با بد ستیزه می کند. با هر دو هم هویت است. در این دوگانگی می خواهد گنج بیابد. ما هم مثل مرغابی، آیا منقارمان را همه جا فرو می بریم که از نیک و بدهایی که از آنجا می گیریم می خواهیم زندگی پیدا کنیم؟

یک زمان نبود معطل آن گلو

نشنود از حکم جز امر کلوا

گلو مرغابی، یک لحظه از خوردن نمی ایستد. دائم در لجن می چرخد. ما هم در موضع حریص، دائما می خواهیم و خوب و بد می کنیم. قضاوت می کنیم. از حکم خدا که گفت: بخورید و بیاشامید اما افراط و اسراف نکنید، فقط قسمت اولش را، خوردن اش را شنیدیم و گرفتیم.

افراط نکردن و تعادل را زندگی بوجود می آورد، کسی که زیر الگوهای نقص و عدم رضایت گیر کرده و مثل مرغابی فقط می خواهد، به این صحبت ها توجه ندارد. الگوهای نفس، عدم رضایت و فقط خواستن است.

همچو یغماجیست خانه می کند

زود زود انبان خود پر می کند.

اندر انبان می فشارد نیک و بد

دانه های در و حیات نخود

شخص حریص، مثل دزدی ست که دیوار خانه را سوراخ می کند و به درون خانه می رود و همه چیز را زیر و رو و با شتاب کیسه خود را پُر می کند.

ما مثل مرغابی، در این جهان، دائم، بد و خوب را جمع و وارد انبان و کیسه ی ذهن مان می کنیم و اصلا نمی دانیم چقدر داریم. (که البته درست نیست).

به عبارت دیگر، ما مثل دزدی (یغماچی)، هستیم که دیوار خانه ای را کنده و وارد شده و کیسه اش را بدون توجه، از هر آنچه که بدستش می رسد، تند تند از نخود و جواهر پر می کند.

ما هم دیوار ذهن و دیوار این جهان را کنده و وارد شدیم و مثل این دزد، تند تند در کیسه و جوال ذهن مان، از نیک و بد و هر چه گیرمان می آید می چپانیم و پُر می کنیم و با آنها هم هویت می شویم. دانه نخود و لپه و دانه های دُر*، خشک و تر فرقی نمی کند، از ترس رقیب و با عجله بار گیری می کنیم.

تا مبدا یاغیی آید دگر

می فشارد در جوال او خشک و تر

این کار را آزمندانه و شتابان انجام می دهد مبدا دزدی دیگر یا صاحبخانه سر رسد و مزاحم او شود. از اینرو تر و خشک و هر چه را که می یابد با حرص و ولع در کیسه اش پُر می کند. آیا شما هم همینطور؟

درد و خوشی و جک و موارد خنده دار و گریه دار و خواستن هایمان را با حرص و بدون آنکه بدانیم چه در کیسه می گذاریم، در انبان ذهن مان می ریزیم. فقط می خواهیم. (این درست نیست و از خاصیت من ذهنی ست).

آیا شما می ترسید که دیگران سهم شما را ببرند؟ عجله در پر کردن جوال تان دارید که اگر نجنبید دیگری آن را ببرد؟ یا به زندگی اعتماد دارید و می دانید که زندگی شما در درون شماست و دیگران نمی توانند آن را از شما بگیرند و ببرند. آیا فکر می کنید که با چیزهایی که دیگران می زنند و می برند، می توانند زندگی شما را هم که در درون خود شماست ببرند؟ نه.

آیا با وارد کردن خوب و بد، در گونی تان، زندگی را هم می گذارید؟ چون از آنچه که جمع می کنید یعنی با آنها هم هویت می شوید، بعداً زندگی می خواهید.

چیزی را تصور می کنید و بدستش می آورید و به تصویر ذهنی تان اضافه می کنید، اما در این اضافه کردن ها هم خشک است و هم تر. هم نخود است و هم جواهر (البته در چارچوب ذهن جواهر است). بعداً هم از نخود و هم از جواهر دزدیده شده زندگی می خواهید.

کار کردید و بدست آوردید و با آنها هم هویت شده اید. از این جهان چیزهایی برداشته و گفته اید: اینها مال من است و به من زندگی می دهد! من ذهنی هر چیزی را به جسم تبدیل می کند. شما همسر و فرزندتان را هم در کیسه و جوال تان می گذارید و با آنها هم هویت می شوید و از آنها زندگی می خواهید. این کار من ذهنی ست که بچه و همسرتان را هم تبدیل به جسم و در کیسه تان می گذارد. حال، در جوال و کیسه شما چه هست؟

می ترسید که رقیب چیزهای درون جوال تان را بگیرد؟ صاحبخانه هم که خداست دنبال این چیزهایی ست که جمع کرده اید.

وقت تنگ و فرصت اندک او مخوف

در بغل زد هر چه زودتر بیوقوف

چون وقت دزدی تنگ است و فرصت کم و او بیمناک، پس هر چه زودتر باید همه را زیر بغل بزند.

وقتی برای دزدی می روید، وقت کم است. هشتاد سال چیزی نیست، می ترسیم که نتوانیم این جوال را پر کنیم.

شما می دانید: چیزهایی را که دزدیده و در کیسه انداخته و با شتاب می روید، (یعنی محتویات ذهن مان)، بی توجه و و بی دقت و بدون شناسایی و بی وقوف بوده.

اعتمادش نیست بر سلطان خویش

که نیارد یاغیی آمد به پیش

او در عین حال به قدرت خود اعتمادی ندارد و از حمله دیگر سارقان آسوده خاطر نیست. و ما به خدا اعتماد نداریم. اگر اعتماد داشتیم، از رقیب نمی ترسیدیم. چون ترس ما از همنوع خود ماست که مبادا بیشتر بترسد. کسی که به سلطان، خدا اعتماد دارد اینهمه اسراف و عجله و خواستن فقط برای خواستن و اینهمه الگوی نقص و الگوی کم و کاستی ندارد. الگوهای کمی و کاستی، ما را به خواستن وادار می کنند. شما باید توجه کنید: آیا واقعا این الگوهای خواستن در شما هست؟ باید نخواست. از هر چه که خوشتان می آید، آن را نخواهید. ببینید چه می شود. چون از هر چه که خوشمان می آید، می خواهیم خود را در آن جستجو کنیم. گرفتار می شویم. به سلطان، خودت اعتماد کن. آنقدر حواسمان به پُر کردن کیسه خودمان است که اصلا "سلطان را از یاد برده ایم. اگر آن دزد بفهمد که سلطان وجود دارد اساسا" به دزدی نمی رود. کسی که از ذهن زاینده شده، به زندگی ایمان و اعتماد دارد.

لیک مؤمن ز اعتماد آن حیات

می کند غارت به مهل و با انات

اما شخص با ایمان و با اعتماد به جاودانگی زندگی (زنده و زنده کننده ست)، با صبر و آرامی از مواهب دنیوی بهره مند می گردد. بعضی از رفتارها واقعا "ما را به آن "حیات" می رساند. یک مومن چون به زندگی اعتماد دارد، با آرامش و وقار، پیوسته، با هشیاری حضور کار می کند. شتاب من ذهنی را ندارد.

ایمن است از فوت و از یاغی که او

می شناسد قهر شه را بر عدو

شخص با ایمان نه از فوت فرصت می هراسد و نه از حمله حرامیان یاغی، زیرا او از قهر و انتقام حاکم عادل بر دشمن خیر دارد. به پادشاهی حقیقی جهان اعتماد دارد و جهان آفرینش را بر مبنای عدل می شناسد و مطمئن است که هر کس چند روزی به ظاهر سمتی کند، سرانجام گلویش فشرده خواهد شد. این انسان مومن، فضا را در درون خود باز کرده، آرامش دارد و از بردن رقیب نمی ترسد و با "من" خود بدنبال چیزها نمی تود. توجه می کند. چک می کند و با نگاه تأمل و با چشم زندگی می بیند. نیک می آفریند و با آفریده ی خودش نیز هم هویت نیست. مومن در جوال چیزی ندارد. به خدا و به زندگی نگاه می کند. چون به آن حیات اعتماد دارد. از بردن دیگران نمی ترسد. می داند چیزی را که می خواهد به او می رسد. می داند که هر کس که با من ذهنی و با شتاب همه چیز را جمع می کند و در جوال می گذارد و می برد، عدو و دشمن با لحظه ست و سئیزه می کند. لحظه خدا، زندگی ست، قانون و غیرت زندگی، از او هر آنچه را که در جوال ریخته، پس می گیرد. مومن قانون زندگی را می شناسد. کسی که با عجله جمع می کند و من ذهنی دردمندی دارد، نگوییم: خوشبالحال. چون نمی تواند زندگی با کیفیتی داشته باشد. در این جوال چیزهای نیک و بد ذهنی ریخته، بادام پوک کاشته. این بادام پوک زندگی پوک می دهد.

ایمن است از خواجه تاشان دگر

که بیابندش مزاحم صرفه بر

شخص مومن در بهره مندی از مواهب دنیوی از طرف دیگر بندگان و همنوعان، احساس امنیت می کند و از این امر خیالش آسوده ست که کسانی بیابند و مزاحم او شوند و همه منافع را به خود اختصاص دهند.

مومن زنده شده به هشیاری، خاطر جمع و آرامش و ایمنی و حس امنیت (از خواجه تاشان = دو غلامی که یک آقا داشته باشند)، دارد. ما هم که بنده، خدا هستیم یک آقا داریم. از بقیه مردمی که بخواهند مزاحم شوند و منافع را ببرند، ایمن هستیم. (مومن زندگی خودش را می کند).

عدل شه را دید در ضبط حشم

که نیارد کرد کس بر کس ستم

او عدالت شاه حقیقی را در حفظ و نگهداری خادمان خود دیده و یقین پیدا کرده که هیچکس نمی تواند بر دیگری ستم کند. شما دیده اید، بعنوان حضور، شاه، خدا، زندگی، دوستداران و یاورانش را محافظت می کند، چون همه چیز در سیطره قدرت اوست. همه ما در درون 99، 99% فضای خالی هستیم. گاهی موج و گاهی جسم ایم. این فضا بر همه چیز، سلطه دارد. مومن می داند: همه ی کارها با انصاف و عدل در این جهان صورت می گیرد. (گر چه ظواهر امر طور دیگری ست). کسی بر کسی نمی تواند ستم کند. و اگر هم ستمی شود، بی جواب نمی ماند.

اگر این موارد را قبول دارید، باید در شما آرامش برقرار شود. بجای اینکه بخواهید حساب کسی را برسید، زندگی حسابش را می رسد. اصلاً می شود که ما حال کسی را جا نیاوریم و حساب کسی را نرسیم و انتقام نگیریم؟ چون این اعمال به ضرر خود ما خواهد شد. اگر کسی مومن است، به زندگی اعتماد دارد و می داند که زندگی او را محافظت می کند. نگران نیست که کسی از او چیزی بگیرد. نگران بردن صرفه ها و سودها نیست و احساس و اماندگی نمی کند. با تأمل و آرامش حواسش به کار خود است و در لحظه زندگی می کند و می داند که انرژی و برکت زندگی بر او جاری ست. از اعمال و کردار رقبا، نگران نیست. و نمی ترسد.

لاجرم نشتابد و ساکن بود

از فوات حظ خود آمن بود

شتاب نمی کند. آرام حرکت می کند و از اینکه نصیب و سهم او از دستش نرود، در نگرانی نیست. آیا شما از اینکه فرصت فوت شود و جیره شما را کسی دیگر ببرد می ترسید؟ ساکن نیستید؟ ساکن یعنی: در این لحظه حضور دارید. ساکن یکتاست. هم هویت بودن با جیره و ترس از اینکه دیگران آن را بگیرند، سکون و آرامش را از شما می گیرد. ساکن یعنی: آرامم و هیچ چیز آرامش ام را به هم نمی ریزد چون بینهایت ریشه دارم. واکنش و شتاب و عجله هم ندارم. به آینده نمی روم و از فوت جیره و سهم و آنچه که باید به من برسد، نگران نیستم. - زندگی در این لحظه زنده و کامل است و شما ساکن هستید و آرامش دارید و با کیفیت زندگی می کنید. سود و ضرر در سکون شما اثر ندارد.

شما در از بین رفتن آن سهم و یا لذت زندگی، در امن هستید. البته ما باید بیآفرینیم. باید کار کنیم. کار کردن از فضای حضور با کار کردن از فضای من ذهنی و شتاب و نگرانی و ترس و حس عدم امنیت و حس عدم به ثمر رسیدگی و حس عدم رضایت فرق دارد. - من زندگی ام و در همه زندگی را می بینم. - من یک فضاداری ام، همیشه برای اتفاقات فضا باز می کنم. - امن ام و خاطر جمع. حس امنیت را در این فضا حس می کنم. - از فضای حس امنیت می آفرینم، نه از فضای نگرانی و ترس و شتاب.

بس تانی دارد و صبر و شکیب

چشم‌سیر و مثرست و پاک‌جیب

شخص مومن در هر کاری بسیار آرام و صبور و بردبار است. بی‌نیاز و ایثار کننده و پاکدامن است. (رفع نیاز دیگران را به نیاز خود ارجح و ترجیح می‌دهد).

پس ما بعنوان مومن، تأنی و آرامش داریم. درنگ داریم. عجله نداریم. آرامیم و نگاه می‌کنیم. چشم‌سیر و ایثار کننده و پاک دل. پاک شده از هم هویتی‌ها. صبر داریم. **صبر، قانون مزرعه‌ست.**

مردم صبر ندارند.

چشم‌سیریم. چشم‌سیری همان **نخواستن** است. امتحان کنید.

دیده‌ی سیر است مرا جان دلیر است مرا

زُهره شیر است مرا زُهره تابنده شدم.

آیا شما در خودتان تأنی دارید؟ می‌توانید بایستید و با چشم خرد نگاه کنید که چه در جوال می‌گذارد؟ آیا می‌توانید از خود بپرسید: آیا من با خرد می‌آفرینم یا با من ذهنی و با درد می‌آفرینم و در جوال ام می‌گذارم؟ اگر با درد آفریدم، می‌توانم آن را ببینم و از جوال ام دور بیندازم؟

چرا اینقدر برای ما طول می‌کشد که به "گنج حضور" زنده شویم؟

برای اینکه جوال مان پُر از هم هویتی‌ست. آشغال در کیسه مان خیلی داریم و نمی‌بینیمش!.

آیا می‌توانیم مثل آن دزد که هر چه می‌بیند در گونی اش می‌ریزد عمل نکنیم؟ چون هر چه در آن بریزیم و با آنها هم هویت شویم، نهایتاً باید آنها را دور بیندازیم. چقدر ما درد در گونی مان داریم و نمی‌بینیمش و نمی‌خواهیم ببینیم؟!.

اگر عجله دارید نمی‌توانید داخل گونی تان را ببینید. شما اول باید بگویید: **من جوال دارم.**

در آن را باز کنید و **داخل گونی تان را ببینید.** دست در آن بچرخانید و بفهمید در عمق تاریک آن چه؟ چیزهایی؟ گذاشته‌اید و بیرون شان بکشید و دور بیندازید. ذهن ما تاریک است، برای همین:

به "حضور رسیدن" مان طول می‌کشد.

کاین تانی پرتو رحمان بود

وان شتاب از هزه شیطان بود

این آرامش روحی که در شخص مومن دیده می‌شود از پرتو الهی‌ست و آن شتاب و اضطرابی که در اهل دنیا دیده می‌شود از وسواس شیطانی.

این تأنی و درنگ و عقب‌کشیدن و دقت کردن و این نخواستن، از فضای حضور و پرتو خداست.

هر کس که در این جهان با آرامش نگاه می‌کند و می‌آفریند و با گونی اش هم هویت نمی‌شود، نور خدا روی او گسترده شده. از چشمهای او خدا می‌بیند. عشق، او را هدایت می‌کند.

اما این شتاب زده، که به دزدی رفته و دُر* و جواهر و نخود و همه چیز را تند تند جمع کرده و در گونی اش ریخته و از ترس صاحبخانه و یا رقیب با شتاب می‌خواهد از خانه بیرون رود، تحت تحریک شیطان است.

از خود بپرسید: آیا مرا پرتو خدا تکان می‌دهد یا تحریکات شیطان؟

زانکه شیطانش بترساند ز فقر

بارگیر صبر را بکشد به عقر

شیطان اهل دنیا را از فقر می ترساند و مرکب بُرداری را ذبح می کند.
 من ذهنی، شیطان، ما را از فقر می ترساند. تحریک می کند: باید جوالت پر باشد.
 این پر بودن جوال بعنوان نیاز روانشناختی، با داشتن ضروریات زندگی، فرق دارد. وقتی تعلقات تان را با چشم من ذهنی و هم هویت شدگی و نیاز روانشناختی نگاه و خودتان را در آنها را جستجو می کنید، با وقتی که اجسام و متعلقات را با دیدی برای گذران ضرورت زندگی می نگرید، تفاوت دارد. باید بتوانید فرق آنها را تشخیص دهید و بدانید:
 فقر، یعنی زمانی که ما به جوال نگاه می اندازیم و می بینیم که هیچی نداریم. البته ممکن است که میلیون ها دلار پول داشته باشیم، اما با آن هم هویت نیستیم.
 شیطان ما را از فقر می ترساند: ببینم جوالت را؟ چیزی که نداری! فردا تنها بمانی، مریض شوی، چه می کنی؟! بچسب به همه چیز.
 بخواه. جله کن. نگاه نکن، هر چه گیرت می آید در گونی ات بینداز.
 من ذهنی، صبر را نیز می کشد. **صبر یعنی پذیرش اتفاق لحظه**، ولو اینکه ذهن "نه" بگوید.
 اگر می خواهید به "**گنج حضور**" زنده شوید باید صبر داشته باشید. "عجله کار شیطان است".
 تائی و آرامش نور خداست.
 باید با صبر و آرامش به اندوخته هایمان نگاه کنیم، شاید با یک برآورد به این نتیجه برسیم که دیگر هیچ نمی خواهیم. همان هایی را هم که داریم زیاد است و دردمس دارد.
 به اندوخته هایمان نگاه کنید، مخصوصاً اگر سن تان بیشتر از پنجاه سال است. ممکن است که این نگاه کردن برایتان ایجاد شوک کند. در شما حس رضایت بوجود آورد حتی برای من ذهنی تان.
 ما مخلوطی از هشیاری و من ذهنی هستیم. بالاخره منطقی هستیم. با منطق ذهن هم ممکن است شوکه شویم. اما چون تأمل نداریم و نگاه نمی کنیم، آن الگوهای ناقص بودن، همیشه درکارند.
 می خوام، می خوام، اصلاً نمی گذارد که بفهمم چه؟ دارم. شیطان ما را از فقیری می ترساند.
 ما نباید از فقیری بترسیم. هر وقت من ذهنی شما را از تنهایی ترساند بدانید که شما از جنس زندگی هستید. اصل آرامش و زندگی شما در درون خود شماست. این لحظه، تام و تمام و کامل است. احتیاج به چیزهای داخل جوال ندارید. اگر هم کسی را مثل جسم، داخل جوال تان گذاشتید، از گونی در آورید. نجسبید و هم هویت نشوید. بدانید:
انسانها از جنس جسم نیستند و از جنس زندگی اند.
 گذاشتن یک نفر در جوال مان غلط بوده. بیدار می شوید و همه را از جوال در می آورید. آدم ها را نمی توانیم در جوال مان بگذاریم. این غلط است.

از نبی بشنو که شیطان در و عید

می کند تهدیدت از فقر شدید

از قرآن کریم بشنو که شیطان برای مضطرب کردن ات تو را از فقر طاقت فرسا می ترساند.
 شیطان و عده های بد می دهد. تحریک می کند: مریض می شوی و تنها جایی می افتی و کسی سراغت نمی آید و تنها می میری!
 مولانا گفت: الگوهای حرص، اگر بصورت شرطی شدگی و یا بصورت باور، بالا آمد و فعال شد و شما را ترساند، بگویید: نمی خوام خود با با هیچکس مقایسه کنم.

هر باوری که به شما گفت: کم دارید و ناقص اید، زندگی خود و دیگری را به جسم کاهش داد و اندوخته جوال تان را با اندوخته و جوال دیگران مقایسه کرد و چیزهای جوال را معادل زندگی دانست و جوال بزرگتر و بیشتر را نشان زندگی بهتر و بیشتر دید و باعث شد که غصه بخورید و باز هم بخواهید، بدانید الگوها و باورهای نقص فعال شده.

تا خوری زشت و بری زشت و شتاب

نی مروت نی تانی نی ثواب

از آنرو شیطان تو را از فقر می ترساند که تو از روی شتاب، روزی های ناپسند را بخوری و مطاع های نامطلوب را به یغما ببری. نه به جوانمردی توجه کنی و نه به بردباری و نه به اجر آخری! پس با شتاب، به هویت های کاذب و زشت تشویق می کند. و نه به مروت و نه به جوانمردی و تأمل و کنار کشیدن بعنوان ناظر برای نگاه کردن به کارهایمان و نه به فکر ثواب و ایجاد هشیاری و آزاد کردن خودمان. و نه آوردن فکر و انرژی غیبی به این جهان. زشت می خوریم و زشت می بریم و به عبارت دیگر نوکر من ذهنی هستیم.

لاجرم کافر خورد در هفت بطن

دین و دل باریک و لاغر زفت بطن

بناچار، کافر (آدم حریص)، با هفت شکم (حریصانه)، غذا می خورد، و نتیجه اینگونه خوردن اینست که دین و قلب اش لاغر و نحیف می گردد و شکم اش بزرگ و برآمده.

پس، آنکه حرص و من ذهنی دارد، هفت شکم می خورد و در دین و دل ضعیف در حالیکه من ذهنی قوی و جوال پر دارد. اگر ما دائم دنبال پر کردن جوال مان هستیم، زشت می خوریم و هویت کاذب کسب می کنیم. مستمر به فکر پر کردن جوال مان و درد و غصه و رنجش ایم و اینها تبدیل به کثافات، در این جهان ریخته می شوند. اولیاء و عارفان، در پی تمیز کردن این آلودگی هاینند. در این رابطه قصه ای است:

مهمان هایی بر حضرت رسول فرود آمدند. او در مسجد اعلام کرد که هر کسی مهمانی به خانه ببرد. هر کس مهمانی را به خانه برد. یکی از مهمان ها که زیاد می خورد و فربه بود ماند و کسی او را به خانه نبرد. پیامبر خودش آن شخص را به خانه برد. این شخص در منزل پیامبر، سهم شام همه را خورد و خوانید. یکی از اهالی خانه از لج، در اتاق او را از بیرون بست. این شخص که زیاد خورده بود و آرام و قرارش گرفته بود، می خواست درب را باز کند و به دستشویی برود. درب را که بسته دید به جای خود برگشت و خوابید. در خواب دید در خرابه ای ست. خودش را خالی کرد. صبح که بیدار شد، دید که کثافت همه جا را گرفته. با باز شدن درب فرار کرد و در رفت. گردنبنند و وسایل او جا مانده بود. حرص او را دوباره برگرداند. متوجه شد که پیامبر در حال شستشوی کثافات اوست. آن شخص از دیدن این منظره دگرگون شد ...

مولانا با این حکایت می خواهد به ما یادآوری کند: ما دائم به فکر پر کردن و انباشتن جوال مان هستیم. ناپاکی و پلشتی از آن به بیرون می ریزد. عارفان آلودگی ها و زنگارهای ما را می شویند و پاک می کنند. ذهن مان پر از غصه و درد و رنجش و فرم و هم هویت شدگی هاست و عارفان زحمت پاک کردن و زدودن آنها را می کشند.

دیدن این وضعیت ما را بیدار می کند. همانطور که آن شخص را بیدار کرد. آن شخص وقتی آن وضعیت را دید سرش را از شرم ساری و خجالت به در و دیوار می زد.

بقیه حکایت را میتوانید از مثنوی مولوی (استاد کریم زمانی)، مطالعه فرمایید. ...