

از بهر خدا عشق دگر یار مدارید	در مجلس جان فکر دگر کار مدارید
یار دگر و کار دگر کفر و محالست	در مجلس دین مذهب کفار مدارید
در مجلس جان فکر چنانست که گفتار	پنهان چو نمی ماند اضمار مدارید
گر بانگ نیاید ز فسا بوی بیاید	در دل نظر فاحشه آثار مدارید
آن حارس دل مشرف جان سخت غیورست	با غیرت او رو سوی اغیار مدارید
هر وسوسه را بحث و تفکر بمخوانید	هر گمشده را سرور و سالار مدارید
یاقوت کرم قوت شما باز نگیرد	خود را گرو نفس علف خوار مدارید
العزه لله جمیعا چو شنیدست	خاطر به سوی سبلت و دستار مدارید
چون اول خط نقطه بد و آخر نقطه	خود را تبع گردش پرگار مدارید
در مشهد اعظم به تشهد بنشینید	هش را به سوی گنبد دوار مدارید
انکار بسوزد چو شهادت بفروزد	با شاهد حق نکرت انکار مدارید
یک نیم جهان کرکس و نیمیش چو مردار	هین چشم چو کرکس سوی مردار مدارید
آن نفس فریبنده که غرست و غرورست	هین عشق بر آن غره غرار مدارید
گه زلف برافشاند و گه جیب گشاید	گلگونه او را بجز از خار مدارید
او یار وفا نبود و از یار ببرد	آن ده دله را محرم اسرار مدارید
او باده بریزد عوضش سرکه فرود شد	آن حامضه را ساقی و خمار مدارید
ما حلقه مستان خوش ساقی خویشیم	ما را سقط و بارد و هشیار مدارید
گر ناف دهی پشک فرود شد عوض مشک	آن ناف ورا نافه تاتار مدارید
چون روح برآمد به سر منبر تذکیر	خود را سپس پرده گفتار مدارید

با سلام و احوالپرسی برنامه گنج حضور امروز را با غزل شماره 655 از دیوان شمس مولانا شروع می کنم.

از بهر خدا عشق دگر یار مدارید در مجلس جان فکر دگر کار مدارید

بخاطر خدا عشق یار دیگر غیر از زندگی را در دل نداشته باشید. فقط یک یار و یک عشق وجود دارد که آن هم خداست. پروراندن عشق یار دیگر در دل غیر ممکن است و اگر بخواهیم این کار را ممکن کنیم باید با زندگی ستیزه کنیم بنابراین دائما" در زیر درد خواهیم بود. این جهان مجلس جان است و در این مجلس غیر از زنده بودن و زنده شدن به جان نباید کار دیگری انجام داد و حتی نباید فکرش را در سر بپرورانیم. خیلی از انسانها بخاطر رسیدن به خدا راه را اشتباه می روند و عشق یار دیگری را در دل می پرورانند و درد بسیار می کشند.

این لحظه که همه چیز در آن اتفاق می افتد اصل ماست. اتفاقات تجربه هستند و این تجربیات شامل تمام فکرها، هیجانها، دریافتهای حسی (دیدن، شنیدن،...)، قضاوتها، باورها و بدن ما هستند و ما تجربه کننده هستیم. اما ما این تجربه ها نیستیم. بنابراین رنج، خشم، درد و... از جنس تجربه هستند و این تجربه ها در حال گذرند اما اصل ما ثابت است.

ما هوشیاری هستیم و هوشیاری در فضای بی نهایت پذیرش این لحظه است. اگر ما با تجربه ها آمیخته نشویم و تجربه ها ما را از جا بیرون نیاورند می توانیم حضور را تجربه کنیم. اگر دردها ما را از جا بیرون می آورند و ما شروع به نالیدن می کنیم یعنی ما با چیزی هم هویت هستیم و آن چیز در مرکز ماست. اگر مرکز ما چیزی غیر از خدا باشد ما درد خواهیم کشید چون یار دیگری غیر از خدا انتخاب کرده ایم. اگر ما خود را از تجربه ها بیرون بکشیم فضایی بی نهایت وسیع در ما باز می شود که در آن فضا ما و خدا یکی هستیم. ما در این فضا حس می کنیم از جنس خدا هستیم و خدا هم از جنس ماست و قادر به تشخیص خود از او نیستیم که اینحالت فضای وحدت است. پس در اینحالت عشق یار دیگر در دل و فکر نداریم.

ما از جنس هوشیاری هستیم. بنابراین ما تجربه کننده هستیم و فکرها، هیجانها و بدن ما همه از جنس تجربه هستند و ما از جنس این تجربه ها نیستیم. ممکن است شما بپرسید هوشیاری چیست؟! شما این سؤال را نمی توانید بپرسید برای اینکه هر چیزی که جواب بدهیم با ذهن خواهد بود. در واقع با این سؤال اشتباه، خدا را به جسم تبدیل می کنیم و اشتباه انسان از همین جا آغاز شده که بدنبال جواب این سؤال گشته است. ذهن نمی تواند زندگی و خدا را بشناسد ولی ما می توانیم با هوشیاری همکاری کنیم. همکاری ما این است که آگاهانه خودمان را از ذهن آزاد کنیم و بدانیم که ما این تجربه ها نیستیم و به این تریبیتب بدتدیج به اصل خود تبدیل شویم. مولانا در دفتر سوم در داستان فیل تمثیلی می زند که یک نیرویی در طبیعت کار می کند که آن نیرو در ما هم کار می کند. میوه که در ابتدا نارس است محکم به درخت سیب چسبیده است و بتدیج که رشد می کند رنگ آن عوض می شود، شیرین تر می شود و آرام آرام زمانیکه کاملا" رسید و شیرین شد درخت را رها می کند.

انسان نیز در ابتدا که به این دنیا می آید بتدریج به ذهن می رود و مانند میوه کال به چیزهای دنیایی می چسبد اما قانون طبیعت که میوه کال را رسیده می کند در ما نیز شروع بکار می کند تا زمانی که ما بتدریج پخته شویم و از ذهن جدا شویم. رسیده شدن انسان همان دردهای اوست که با پذیرفتن و تسلیم هر لحظه بیشتر پخته می شود تا در نهایت کامل از درخت (ذهن) جدا شود.

ما درد می کشیم و با هر درد بطور فردی بیدار می شویم که زندگی اصیل از جنس تجربه نیست و دردهایی که در خود انباشته کردیم نیست بنابراین بتدریج درخت دنیا را رها می کنیم و از چسبیدن به چیزهای دنیایی جدا می شویم. وقتی مولانا درباره جدا شدن از دنیا سخن می گوید به این اشتباه نیفتید که منظور این است که خانه، ماشین، شغل خوب، مسولیت پذیری، همسر یا هر چیز دنیایی را نباید داشته باشید. منظور اصلاً "این نیست بلکه منظور هم هویت نشدن با آنهاست."

زندگی شما را به مرور زمان به بلوغ می رساند و از درخت دنیا جدا می کند و زمانی که از درخت دنیا جدا می شوید زندگی می تواند از طریق شما خرد خود را بیان کند و در این زمان کار اصلی شما که اثرگذاری بر روی دنیا است شروع می شود. خرد زندگی تبدیل به خلاقیت، عشق یا انرژی زنده کننده می شود و در اختیار همگان قرار می گیرد و به این ترتیب همانطور که میوه بعد از رسیدن به مصرف می رسد خرد الهی هم اینطور در دسترس دیگران قرار می گیرد و به مصرف می رسد. همانطور که میوه رسیده را انسان می خورد و در انسان تبدیل به جان می شود میوه ای که قبل از رسیدن قابل استفاده نبود. ما هم اگر هوشیار باشیم طوری فرزندانمان را تربیت می کنیم که زمانی که به سن 20 سالگی رسیدند از لحاظ عاطفی بالغ شوند و از دنیا جدا شوند.

در دنیای امروز فرزندان ما فقط رشد می کنند اما بالغ نمی شوند چون می آموزند که باید انباشته کنند و چیزی به خود اضافه کنند و هر چه بزرگتر می شوند تا سن 40 یا 50 و بیشتر هم می رسند باز هم همین طور زندگی می کنند و بدنبال اضافه کردن چیزها هستند. حتی بیشتر پدربزرگها و مادربزرگها هم هنوز همین شعار را می دهند که هر چه بیشتر بهتر پس بچه ها می آموزند که خود را با دیگران مقایسه کنند و از کسی جا نمانند و همیشه بدنبال بیشتر داشتن از دیگری باشند بنابراین این فرزندان همانند میوه های نارس تا سنین پیری باقی می مانند و خرد الهی هرگز از آنها بیان نخواهد شد و همیشه درد می کشند. عرفایی همچون مولانا به ما می آموزند که انسان همانند میوه درخت باید برسد. زمانی که رسیده می شوید آن فضا و خرد الهی نامتناهی را تجربه می کنید و با آن یکی می شوید و زمانی که این فضای یکتایی را تجربه کردید عشق یار دیگر را در دل نمی گذارید.

یک زن و مرد جوان با هم ازدواج می کنند که از یکدیگر زندگی بگیرند بعد از یک یا دو سال متوجه

می شوند که نمی توانند از هم زندگی بگیرند بعد فکر می کنند که بچه دار شوند و از فرزندشان زندگی بگیرند بچه دار می شوند، بچه ها بزرگ می شوند و می روند و آنها هم زندگی نمی دهند. بعضی ها هم به دنبال مقام و ثروت می روند تا زندگی را پیدا کنند اما بعد از رسیدن متوجه می شوند این چیزها هم به آنها زندگی نداد و خلاصه هر کس با چیزی دنیایی می خواهد به زندگی برسد اما غافل از اینکه زندگی در پخته شدن، جدا از شدن از دنیا، باز کردن فضا، یکی شدن با فضای حضور است و از درون هر انسانی می جوشد و در چیزهای بیرونی نیست. امروز هم مولانا گفت از بهر خدا عشق یار دیگر را در دل خود راه ندهید.

بعضی انسانها می گویند این جهان همه ظلم است و به ما زندگی نداد ولی مولانا می گوید این دنیا مجلس جان است و آدمها زمانیکه به حضور زنده شوند و در این فضای یکتایی با هم برخورد کنند از شراب این دنیا می خورند. از خودتان بپرسید شما به این دنیا چگونه نگاه می کنید؟! آیا از نگاه شما همه می خواهند از شما استفاده کنند، همه نامرد هستند یا این دنیا را مجلس جان می بینید؟! آیا فکر می کنید به هر کسی امید بستم به من زندگی نداد و همه انسانها بد هستند؟! غافل از اینکه تمام انتظارات شما از دنیا و انسانها بیهوده بوده است. شما انتظار داشتید کسی شما را خوشبخت کند اما نکرده است قرار نبوده کسی شما را خوشبخت کند آنکسی که در اشتباه هست شما نیست. پس تمام انتظارات خود را از بیرون و از انسانها بطور کلی کنار بگذارید چون متوجه شده ایم که از انسانها نمی توانیم زندگی و هویت بگیریم. این دنیا مجلس جان است و باید تمام فکر ما باشد که در این لحظه به حضور زنده باشیم و در فضای یکتایی باشیم و از آن فضا فکر و عمل کنیم.

بخش دوم

یار دگر و کار دگر کفر و محالست در مجلس دین مذهب کفار مدارید

یار دگر همان چیزهای دنیایی است. به محض اینکه ما بخواهیم از چیزهای دنیایی زندگی بگیریم من ذهنی بوجود می آید. برای اینکه شما باید تجسم کنید که از آن چیز زندگی می گیرید و چون اصل شما نمی تواند از این چیزها زندگی بگیرد و جسم نیست پس یک من توهمی بوجود می آید که بتواند از آن شیره بکشد. این تصویر ذهنی که با من توهمی بوجود می آید می تواند از همسر، فرزند، شغل، مقام، پول، اشنایان و دوستان باشد. مولانا می گوید یار و کار دگر کفر است و کفر یعنی پوشاندن. شما اگر بخواهید از چیزهای بیرونی زندگی بگیرید این لحظه را پوشانیده اید بنابراین در اصطلاح کافر شده اید و این کار محالست و نمی توانید این کار را بکنید.

شاید بگوئید ما تا بحال اینطور زندگی کرده ایم و محال نبوده است. بله اینطور زندگی کرده اید اما دائم درد کشیده اید. برای همین است که حتی اگر همه چیزهای دنیایی را داشته باشید همیشه درد همراه دارید.

مجلس دین یعنی این لحظه که ما با خدا یکی شده ایم و در اینجا منظور از دین مذاهب نیستند. با خدا یکی شدن با گفتن اینکه من خدا را قبول دارم و به او ایمان دارم اتفاق نمی افتد. تمام کسانی که از دنیا خودشان را جدا کرده اند، وارد فضای حضور شده اند، با آن فضا یکی شده اند، آن فضا دل آنها شده است و این فضا، فضای عشقی است و این لحظه انرژی عشقی و لطافت ارتعاش می کنند اینها در مجلس یکتایی دین هستند. خودشان را از این فضا تشخیص نمی دهند. مولانا در جایی می گوید:

ای دیدن تو دین من ای روی تو ایمان من. خدا را که با چشم نمی توان دید بلکه می توان با او در این لحظه یکی شد. بعضی ها وانمود می کنند این کار بسیار سخت است در صورتیکه این کار یک روند طبیعی است همانند رسیدن میوه. ما با پافشاری و اصرار خلاف جهت زندگی عمل می کنیم و همیشه در ستیزه هستیم تا زمانیکه بمیریم. بیدار شدن به حضور حتی به سواد هم نیازی ندارد شما تا کنون از چیزهای دنیایی زندگی خواسته اید اما حالا بیدار شوید چون متوجه شده اید که درد کشیده اید و این چیزها به شما زندگی نداده اند. رها کردن چیزهایی که به آنها چسبیده اید به سواد و کتاب خواندن نیازی ندارد. مگر میوه، کتاب خوانده که رسیده شده و قابل مصرف شده است!!

در مجلس دین مذهب کفار مدارید. مذهب کفار منظور کسانی که این لحظه، خدا و زندگی را می پوشانند و می گویند ما با خدا یکی هستیم و یک خدای تصویری در ذهن خود ایجاد کرده اند. اگر شما بر اساس باورهایتان من ذهنی دارید و فکر می کنید حرف شما از همه صحیح تر هست و بدنبال اثبات آن هستید شما مذهب کفار دارید. کفر داشتن یعنی ایجاد من ذهنی کردن و من ذهنی این لحظه را که زندگی است می پوشانند و ما در ذهن می مانیم. این امکان ندارد که ما هم با ذهن و هم با اصل خود که هوشیاری حضور است زندگی کنیم، فقط یکی از اینها می تواند در شما کار کند. زمانی هر دوی اینها می توانند وجود داشته باشند که ما در حال کار کردن بر روی خودمان باشیم و هر روز یخ من ذهنی آب شود و هوشیاری حضور ما خالص تر و بیشتر شود.

برای مثال، من ذهنی شما می خواهد خشمگین شود در اثر تکرار در نگاه کردن به ذهن بتدریج ذهن شما دیگر این کار را انجام نمی دهد و در سکوت باقی می ماند. خیلی مواقع ممکن است در وسط خشمگین شدن خود بیدار شوید و آرام بگیرید چون می دانید که نباید خشمگین شوید. خشمگین شدن یکی از ابزارهای من ذهنی است که باعث بزرگتر شدن من ذهنی می شود. من ذهنی خشم را دوست

دارد و آن را حق خود می داند و بعد هم آن را توجیه می کند. شما میدانید که خشم سازنده نیست. هیچ موقع خشم، ما را به نتیجه مناسب نمی رساند. هرگز خشم، درد، رنجش، توقع، حسادت نمی توانند چیزی را بکارند که آن چیز ثمره سالمی به شما بدهد. مولانا در غزل شماره 2165 می گوید:

بتی دارد در این پرده بتی زیبا ولی مرده مکش اندر برش چندین که سرد و زمهریر است او
دو دست و پا حنی کرده دوصد مکر و مری کرده جوان پیداست در چادر ولیکن سخت پیر است او
همه چیز در کل هست از جمله من ذهنی. من ذهنی هم تجربه زندگیست. این استنباط ذهن من دار
است که خدا بی نقص است و فقط ما نقص داریم که این استنباط ارسطو از خدا بود. افلاطون می گفت
خدا کل است بنابراین نقص هم در آن هست. ما باید توجه کنیم که نقصها واقعیت ندارند و تجربه هستند.
برای همین مولانا می گوید بت زیبارویی هست اما مرده است. ما فکر می کنیم این بت زیباروی یا
همان من ذهنی هستیم و من ذهنی را اساس قرار می دهیم و به دنیا می چسبیم. ما نباید به این من ذهنی
بچسبیم و باید خود را از آن بیرون بکشیم.

مکش اندر برش چندین که سرد و زمهریر است او. این مرده را اینقدر با خود به همراه مکش. تمام
توقعاتی که ما از دنیای بیرون یا اشخاص داریم و فکر می کنیم کسی ما را خوشبخت خواهد کرد توقع
مرده از مرده است. توقع یک تصویر ذهنی از تصویر ذهنی دیگرست. چرا ما متوجه نمی شویم که
فضای بی نهایت عمیق این لحظه اصل ماست. اگر شما خودتان را از چیزهایی که به آن چسبیده اید
جدا کنید این تهی بودن را درون خود حس می کنید که این تهی بودن اصل زندگی است.

دو دست و پا حنی کرده دوصد مکر و مری کرده جوان پیداست در چادر ولیکن سخت پیر است او
مری=حیله، بحث و جدل

شما باید تصمیم بگیرید یا چیزهایی را که در دنیا چسبیده اید نگه دارید و یا خوشبختی و شادی اصیل
را بخواهید. هر دو با هم را نمی توانید داشته باشید. این دلبر که در ذهن به آن چسبیده ایم که دو دست
و پایش حنا کرده است زیبا و جوان نیست. در قدیم خانمها برای زیبایی دستهایشان را حنا می گذاشتند
تا رنگ بگیرد. مولانا در اینجا دنیا را به حنا کردن دست و پا تشبیه کرده است که ما به آنها چسبیده ایم
و پر از مکر و حیله است. من ذهن همانند عروسی است که در زیر چادر است و به نظر جوان و زیبا
می آید اما پیر و زشت است. به قول سعدی که می گوید:

ای بسا قامت خوش که زیر چادر باشد گر باز کنی مادر مادر باشد

در ادامه مولانا می گوید:

در مجلس جان فکر چنانست که گفتار پنهان چو نمی ماند اضمار مدارید

اضمار = پنهان کردن

مجلس جان منظور این جهان است. اگر شما این دنیا را مجلس جان نمی بینید دید خود را عوض کنید. در مجلس جان فکر، عمل و گفتار یکی هستند برای اینکه با فضای یکتایی یکی هستید و فکر، عمل و گفتار شما از آن فضای یکتایی می آیند. من ذهنی یک فکری می کند اما یک چیز دیگری می گوید. ما درد و رنجشهای پنهان داریم. زن و شوهرها اینگونه هستند، آنچه در فکر دارند را پنهان می کنند و چیز دیگری می گویند چون خودشان نیستند بلکه من ذهنی آنهاست. دو باشنده مصنوعی هستند که در ذهن ساخته شده است که با هم زندگی می کنند پس فکر و حرفشان یکی نیست.

در مجلس جان هم که فضای یکتایی است چیزی پنهان نمی ماند و اگر شما چیزی هم نگوئید انرژی زنده کننده از طریق شما مرتعش می شود. اگر شما من ذهنی دارید پس درد و رنجش کهنه دارید و دائماً درد منتشر می کنید. انسانها درون خود را نمی توانند پنهان کنند چون هر چه در درون است به بیرون منعکس می شود. اگر درون شما پر از درد است شروع می کنید به قضاوت، بی ادبی، حسادت و توقع چون من ذهنی برای زنده ماندن نیاز به درد دارد. لازم نیست بگوئید در درون چگونه هستید پس از چند سال می بینید اطراف شما پر از چیزهای بد است. اگر شما در فضای یکتایی باشید هر حرفی می زنید و هر عملی می کنید همانند این است که یک گل رز می کارید و بتدریج اطراف شما گلستان می شود.

گر بانگ نیاید ز فسا بوی بیاید در دل نظر فاحشه آثار مدارید

فسا = بادی که از انسان در می آید.

اگر چنین بادی از انسان در برود و صدا هم نداشته باشد بوی آن می آید. ما نباید دل خود را یک نظر فاحشه آثار کنیم. اگر دل ما هر لحظه به یک چیز دنیایی می چسبد یا دل ما از دیگران انتظار، رنجش کینه و حسادت دارد این دل فاحشه است. ما باید چیزها را از زندگی بگیریم نه از بیرون. این نظر فاحشه آسا در اختیار زندگی نیست و ما گم شده ایم. ما به هر چیز بیرونی که می بینیم همانند فاحشه ها دل می بندیم. منظور این نیست که در مورد فاحشه ها قضاوت کنیم و یا بد بگوئیم بلکه اینها تمثیل هستند.

زمانیکه زن و شوهرها در خانه با یکدیگر دعوا می کنند، تصمیم می گیرند که جلوی بچه ها نشان ندهند تا آنها متوجه نشوند ولی با حالت قهر رفتار می کنند و فکر می کنند بچه ها آسیب نمی بینند. در

حالی که آنها انرژی مسموم کننده را در فضا پخش می کنند و بچه ها آن را می گیرند. بنابراین **گر بانگ نیاید ز فسا بوی بیاید**. این ارتعاش انرژی مخرب و منفی است که دیگران دریافت می کنند.

اگر من ذهنی را دل خود کنید دائم رنجش و خشم دارید که ابزارهای من ذهنی هستند. مگر امکان دارد مرکز شما پر از درد باشد و در بیرون زندگی خوبی داشته باشید. متوجه باشید چقدر تمثیل پر معنایی است که من ذهنی همانند آن باد، تجربه سبکی است که بویش می آید. شما نگاه کنید آیا این همه جنگ، کشت و کشتار بوی گند من ذهنی نیست؟!

آن حارس دل مشرف جان سخت غیورست با غیرت او رو سوی اغیار مدارید

هیچکس نمی تواند بگوید که من به جسم زنده نیستم. بعضی ها می گویند ما خدا را قبول نداریم و خدایی وجود ندارد ولی کسی نمی تواند بگوید من به جسم زنده نیستم و این زنده بودن اثبات وجود هوشیاری برتری است. زندگی نگرهبان و مراقب جان ماست. زندگی دائم می خواهد دل ما را به دست بیاورد و مرکز انسانها بشود. چه زمانی زندگی می تواند مرکز ما شود؟ زمانیکه ما از دنیای بیرون زندگی نخواهیم و آن را رها کنیم، هویت خود را از همه چیزهای دنیایی بیرون بکشیم، بدانیم که زندگی حافظ دل و مشرف بر جان ماست برای اینکه می خواهد جان ما زنده باشد. اگر جان ما زنده باشد تمام ذرات وجود ما از طریق زندگی شروع به ارتعاش می کنند و ما به زندگی زنده می شویم بنابراین بدن ما سالم می شود و عمل ما سازنده می شود. اگر عدم در دل ما قرار بگیرد زندگی و دنیای بیرون ما سامان می گیرد.

زندگی بسیار با غیرت است و اجازه نمی دهد به چیزهای بیرونی توجه کنیم و آنها را مرکز خود قرار دهیم برای همین است که درد می کشیم. با این غیرتی که زندگی دارد نمی توانیم رو به سوی غیر کنیم. درد زمانی بوجود می آید که ما از جنس غیر شویم. به محض اینکه ما با تجربه ها هم هویت شویم دردها شروع می شوند. تجربه ها می آیند، هر لحظه اتفاقی می افتد، ما بعنوان هوشیاری این تجربه ها را می گذاریم، ما تجربه کننده هستیم و همه این تجربه ها می گذرند و فرقی نمی کند که ذهن اینها را بد یا خوب می داند این تجربه ها گذارا هستند. به محض اینکه به یکی از این تجربه ها بچسبید و اجازه ندهید که آن تجربه عبور کند هسته من ذهنی تولید می شود و من ذهنی به دور آن بافتی از دردها را می تند. مولانا این را به بادی که از انسان در می آید تشبیه کرد.

چسبیدن به چیزهای دنیایی در مقام انسان نیست و انسان نباید اجازه دهد که من ذهنی دل او باشد. آیا این غیرت زندگی خوب است؟ البته که خوب است. زندگی می خواهد خرد خود را از طریق ما بیان کند همانند درختان و گلها که خداوند خود را از آنها بیان می کند اما ما اجازه نمی دهیم چون ما انسانها

قدرت انتخاب و اراده آزاد داریم. ما از درخت و حیوان بسیار بسیار بالاتر هستیم. چرا بالاتر هستیم؟ چون ما می توانیم اراده آزاد خود را بکار ببریم و آفریدگار شویم. در واقع ما آفریدگار هستیم اما درخت نمی تواند این کار را انجام دهد. ما می توانیم هوشیارانه بالغ شویم و هوشیارانه جهان را رها کنیم و به اصل خود بازگردیم. این استعداد را زندگی به ما داده است. مغز ما را زندگی ساخته است و می خواهد بهترین خرد خود را از ما بیان کند. پس آیا این زشت نیست که ما در من ذهنی زندگی بسازیم و خودمان را با دیگران از لحاظ مالی، تحصیلی و اجتماعی و غیره مقایسه کنیم و ریشه خود را از زندگی قطع کنیم؟! ما باید در جایی متوجه شویم که راه زندگی این نیست. بنابراین اگر خواهیم در من ذهنی بمانیم درد می کشیم و هر روز درد بر روی درد می گذاریم و زندگی اجازه نمی دهد که ما در ذهن بمانیم چون غیرت دارد. بعضی ها آنقدر درد بر روی درد گذاشته اند که این من ذهنی یکدفعه فرو ریخته است و آنها را بسیار گرفتار و بیمار کرده است. پس بهتر است قبل از این اتفاق ما خودمان را از دنیا جدا کنیم و به حضور زنده شویم.

هر وسوسه را بحث و تفکر بمخوانید هر گمشده را سرور و سالار مدارید

وسوسه فکری است که من ذهنی می کند تا چگونه چیزها را به خود اضافه کند و وسعت پیدا کند. وسوسه فکری است که از زندگی نمی آید و از ذهن می آید. اگر زندگی از طریق شما فکر کند شما دیگر بار و فشار ندارید همانطور که مولانا می گوید:

رفته ره درشت من بار گران ز پشت من دلبر بردبار من آمده برده بار من

اگر شما در فضای پذیرش و یکتایی این لحظه با زندگی یکی شده اید و زندگی از طریق شما فکر و عمل می کند پس همان زندگی بار شما را می برد. شما دیگر لازم نیست فکر کنید که فلان چیز چطور می شود؟ آیا اگر فلان حرف را بزنم فلانی ناراحت می شود؟ اگر نگم که همیشه فلان کس ناراحت میشه. فلان موقع فلان کس فلان رفتار را با من داشته و من باید عوض آن را انجام دهم. به من ظلم شده و من جبران می کنم. این فکرها بارهای خیلی سنگینی هستند. این مظلوم بودن من ذهنی و فکر اینک که من قربانی شده ام همه فکرهای من ذهنی هستند. این چیزها عنان فکر ما را به دست گرفته اند و درد بسیار به ما می دهد. فکر سازنده از فضای حضور می آید اما فکرهای بد از من ذهنی می آیند.

من ذهنی فکرهايش در یک چیز خلاصه می شود من برتر از دیگران هستم. باید یک طوری ثابت کنم که من برتر هستم. بعضی ها می گویند اگر تو پول بیشتری داری من تحصیلات بالاتری دارم. اینها همه بازی ذهن است و ما باید بیدار بشویم تا خودمان را از این من ذهنی بیرون بکشیم.

ما نباید هر گمشده ای را سرور و سالار بدانیم. ما نباید به کسی که خودش در ذهنش گم شده است و

فکر می کند آخرین کلام را می گوید گوش کنیم چون این شخص گمراه است. هر کسی که شما را به تواناییها و خرد خودتان هدایت می کند و یا زنده شدن به فضای یکتایی درون خودتان را به شما نشان می دهد این شخص به حضور زنده است. مولانا می گوید کسی که خود را بالاتر می داند و می خواهد دیگران به حرف او گوش دهند مقلد است و در این باره می گوید:

از محقق تا مقلد فرقه‌هاست کین چو داودست و آن دیگر صداست

محقق کسی است که از فضای یکتایی صحبت می کند و مقلد کسی است که تقلید می کند و من ذهنی دارد و با ذهن صحبت می کند. بنابراین کسی که محقق است همانند حضرت داود خوش صداست و صدایش از درون خودش می آید چون از فضای یکتای سخن می گوید اما مقلد فقط انعکاس صدای حضرت داود در کوه است چون از ذهنش می آید.

بخش سوم

بنابراین مولانا به ما توصیه کرد که محقق باشیم و مقلد نباشیم.

یاقوت کرم قوت شما بازنگیرد خود را گرو نفس علف خوار مدارید

مولانا در اینجا خواست ایزدی در این لحظه را به یاقوت کرم تشبیه کرده است که می خواهد حداکثر زندگی را در ما بدمد و اگر ما به آن دل بدهیم آسیب ناپذیر خواهیم بود. زندگی غذای شما را از شما نمی گیرد و هیچ وقت راه زندگی بخشی خود را بروی شما نمی بندد. شما باید به زندگی اعتماد داشته باشید بنابراین باید اعتماد به خود داشته باشید. برای همین من بارها پیشنهاد کردم که جلوی آئینه بایستید و به خودتان بگوئید: من انسان باارزشی هستم، من حق زندگی دارم، من قابلیت و استعداد زندگی دارم، من به خودم، اعماق وجودم و زندگی اعتماد دارم. من ذهنی مثل ابر در هواست و ریشه ندارد پس دائم می گوید زندگی کجاست؟ شما نمی توانید به زندگی اعتماد کنید، به چیزهای دنیایی بچسب و دستت به هر چیزی که می رسد آن را بگیر و از چیزهای بیرونی زندگی بخواه. شما به حرف ذهن گوش ندهید و به حرف مولانا گوش دهید که می گوید:

یاقوت کرم قوت شما بازنگیرد خود را گرو نفس علف خوار مدارید

نفس علف خوار من ذهنی است که دائم چشم به بیرون دارد. ما تا بحال از هر کسی و هر چیزی کمک خواسته ایم غیر از خدا. آن خدایی هم که شما در ذهن دارید و می گوئید خدایا کار مرا درست کن باز هم ذهنی و خدای ذهنی است. اگر بخواهید خدا به شما کمک کند باید این مانع و ستیزه را که با من

ذهنی ساخته اید رها کنید تا در بسته زندگی بروی شما باز شود.

العزه الله جميعا چو شنیدیت خاطر به سوی سبلت و دستار مدارید

العزه الله یعنی تمام بزرگی برای خداوند است. همه بزرگیها از خدا و از آن فضای یکتایی می آید هیچ بزرگی در بیرون نیست که از آنجا نیاید. اگر این را شنیده اید که همه بزرگیها از خداوند می آید پس منتظر چه چیزی هستید؟! خاطر خود را بسوی کسی که دستار بزرگتر و سیل بیشتر دارد نگذارید. خداوند از درون برای شما باز می شود کسی از بیرون نمی تواند برای شما بیاید. منظور این است که هیچ صاحب منصبی در بیرون وجود ندارد پس هیچ دستورالعملی را در بیرون قبول نکنید. در این لحظه زندگی می خواهد به ما نشان دهد که چطور زندگی کنیم. در واقع حالت ایده آل این است که هر انسانی به تنهایی باید روی خودش کار کند. این کار به نظر سخت می آید اما تنها راه چاره است.

این یک توهم است که ما فکر کنیم اگر یک ساختار اجتماعی یا حکومت را عوض کنیم یکدفعه همه وارد فضای یکتایی می شوند. زمانیکه انسانها من ذهنی دارند هر چقدر هم شما در بیرون چیزها را عوض کنید تغییری در درون انسانها صورت نمی گیرد و آن تغییر بیرونی بی فایده است. تغییر از بیرون به درون نیست از درون به بیرون است. اگر هر کسی بپذیرد که فردا فقط روی خودش کار کند تغییرات در درون انسانها بوجود می آید و زندگی در بیرون سامان می گیرد. درست است که این کار زمان می برد اما راه چاره دیگری وجود ندارد. هیچکس نمی تواند دیگران را تغییر دهد. اصلاً نباید دیگران را تغییر دهیم چون با این کار من ذهنی می سازیم. بنابراین دوتا من ذهنی می خواهند یکدیگر را تغییر دهند که نتیجه ای جز درد نخواهد داشت.

شما تا بحال توانسته اید کسی را عوض کنید؟! یک نفر را مثال بزنید که شما توانسته باشید او را تغییر دهید. با هر تکنیکی که به کار برده اید زور، کتک، اجبار، بحث و دعوا. اینکار امکان ندارد. بنابراین تنها راه این است که شما روی خودتان کار کنید حتی برای عوض کردن دیگران شما باید روی خودتان کار کنید. در این حالت بعد از مدتی شاید دیگران به شما بگویند شما بهتر شده اید زندگی شما شادتر شده است، شما چکار می کنید که زندگی شما تغییر کرده است؟ در این زمان می توانید بگوئید من یک چنین کاری را انجام می دهم و اگر شما هم مایلید می توانید اینکار را انجام دهید ولی من مسئول شما نیستم. یادمان باشد اگر ما خودمان را مسئول دیگران بدانیم درب خلاقیت زندگی را بر روی دیگران می بندیم. همانند این می ماند که یک درختی بخواهد بجای درخت دیگر میوه بدهد و از درخت دیگر آب و غذا بخواهد. هر درختی باید ثمره خود را بدهد. چنین چیزی امکان ندارد. هر درختی باید ریشه خود را داشته باشد و از ریشه خود آب و غذا بگیرد.

چون اول خط نقطه بد و آخر نقطه خود را تبع گردش پرگار مدارید

نقطه این لحظه است و این لحظه ما هیچ هستیم. اول که بدنیا می آئیم هیچ هستیم و در آخر هم که به جسم می میریم هیچ هستیم. انسان ذاتاً خلاق است. مثال پرگار که نوک آن در یک نقطه ثابت می ماند و دایره ای را خلق می کند. انسان هم نمی تواند خلاق نباشد. اگر نوک ثابت پرگار بر روی رویدادها باشد من ذهنی دایره هایی را می سازد و این دایره ها جهان شما را می شوند که پر از درد است. مولانا می گوید اول و آخر هیچ بوده، نقطه بوده بنابراین اول و آخر ما باید حول محور حضور دایره هایمان را بزیم چون قرار بر این است که ما هوشیارانه این دایره ها را بزیم. در هر حالی ما با آن فضای هوشیاری محاصره هستیم حتی زمانی که با من ذهنی این دایره ها را می زنیم و نمی توانیم از آن خارج شویم فقط با ستیزه و به زور می خواهیم در ذهن بمانیم برای همین این همه درد می کشیم. ما نمی توانیم از نفوذ زندگی و اثر آن بر روی خودمان فرار کنیم چون از زمان بدنیا آمدن با آن هوشیاری محاصره شده ایم چون ما خود آن هوشیاری هستیم. حالا شما به این فکر نکنید که نوک پرگار چه چیزی را می کشد و چگونه دایره را می زند چون اگر حواست را به آنجا بدهی ذهن ترا درگیر می کند پس حواس خود را بر روی نوک ثابت پرگار نگهدار. نوک ثابت پرگار باعث می شود که شما همیشه در این لحظه باشید یعنی در فضای یکتایی باشید. مولانا در جایی می گوید:

چیست دنیا از خدا غافل بدن نه قماش و نقده و میزان و زن

به دنیا نچسبید در غیر اینصورت دنیا شما را از خدا غافل می کند. قماش، پول، ترازو و زن دنیا نیستند بلکه اینها لازم هستند اما نباید با آنها هم هویت شوید. باز اینجا مولانا به این مطلب اشاره می کند که اگر می گوئیم به دنیا نچسبید منظور این نیست که شما از چیزهای دنیایی استفاده نکنید و ماشین، خانه، لباس و شغل نداشته باشید بلکه زمانی که به حضور زنده هستید با این چیزها هم هویت نمی شوید و به این چیزها نمی چسبید و از این چیزها زندگی نمی گیرید. پذیرش این لحظه دارید و پذیرش این لحظه به این معنی نیست که هیچ عملی انجام نمی دهیم و اقدامی برای عوض کردن وضعیت خود نمی کنیم بلکه می پذیرید تا خرد الهی راه حل درست را به شما نشان دهد. با پذیرش این لحظه چراغ قوه حضور باعث می شود در تاریکی وضعیت را ببینید که اوضاع از چه قرار است بنابراین توانایی انتخاب و خرد که در درون شما هست به کار می افتد و از روی هیجان، خشم و ترس عملی را انجام نمی دهید و اعمال و افکار شما از اعماق وجود شما می آیند. بنابراین جدا شدن از دنیا به این منظور نیست که خانواده، ماشین، خانه یا هر چیز دنیایی را نداشته باشید و پیشرفت نکنید بلکه با حضور می توانید بهترین این چیزها را هم داشته باشید فقط به آنها وابسته نیستید که اگر تغییری در این چیزها بوجود آمد شما احساس کنید بدبخت شده اید.

کسی که به حضور زنده می شود از چیزهای دنیایی لذت بیشتری هم می برد. برای مثال، کسی که خانه بزرگ و زیبا دارد اما دائم در فکر و خیال به سر می برد و پر از درد است چه لذتی از خانه یا امکانات رفاهی خود می برد جز اینکه همیشه درد دارد ولی اگر این لحظه حاضر باشد از خانه اش هم استفاده عالی می کند چون چراغ قوه زندگی هر لحظه روشن است پس این شخص می تواند وضعیتها را ببیند، حرص ندارد، چیزی از بیرون نمی خواهد، اگر در زندگی او چیزی کم یا زیاد شود تعادلش به هم نمی ریزد، برای بزرگ کردن من ذهنی چیزها را به خود اضافه نمی کند و اندازه نیاز خود را تشخیص می دهد. بعضی ها فکر می کنند اگر به حضور برسیم ممکن است به کم راضی شویم و به اندازه کافی از دنیا بهره مند نشویم اینها همه خیالات من ذهنی است.

در مشهد اعظم به تشهد بنشینید هش را به سوی گنبد دوار مدارید

مشهد = محل شهادت به خدا، دیدن خدا، محل ناظر بودن به وجود خدا و زنده شدن به او

این جهان را در اینجا به مشهد اعظم تشبیه کرده است. بنابراین این جهان مشهد اعظم است. تشهد هم شهود به خداست. یعنی در این جهان و در این لحظه فضایی که در درون شما باز می شود محل دیدن خداست بنابراین هش را به سوی گنبد دوار مدارید یعنی هوش خود را به ذهن که همانند گنبد دوار چرخنده است ندهید. در شهر مشهد گنبدی وجود دارد و زمانیکه در آنجا تشهد می خوانید به گنبد نگاه نمی کنید. شما هم در این جهان که محل شهود خداست به او زنده می شوید و حواس خود را به آسمان و اجرام سماوی نمی دهید. منظور این است که در این دنیا همه حواس خود را به زنده شدن به حضور می دهید بنابراین به ذهن و چیزهایی که در ذهن می آیند و می روند یا به عبارت دیگر به تجربه هایتان نمی دهید.

انکار بسوزد چو شهادت بفروزد با شاهد حق نکرت انکار مدارید

انکار من ذهنی است برای اینکه با این لحظه ستیزه می کند. وجود داشتن این ساختار ذهنی مستلزم این است که ما زنده به حضور نباشیم. اگر این شهود و زنده شدن به زندگی در این لحظه شعله ور شود انکار خود به خود می سوزد. **با شاهد حق نکرت انکار مدارید.**

نکرت = خود را به ناشناس و بیگانگی زدن. شاهد = زیبارو، مراقب

ما قبلا "خدا را دیده ایم و با این انکار با خدا حس بیگانگی و نکرت می کنیم، خدا را ناشناس می دانیم. ما ذاتا" خدا را می شناسیم چون ذات ما با هوشیاری حضور یکی است. زمانیکه ما با شاهد حق یکی می شویم تمام وضعیتها را با آن چراغ قوه می بینیم اگر این چراغ قوه را همراه نداشته باشیم در

وضعیتها گم می شویم. تا زمانیکه ما در ذهن هستیم این نکرت یا همان بیگانگی با خدا را داریم. اگر به حرف هم چیزی را می گوئیم و یا قبول داریم که خدا هست و با من ذهنی دعا می کنیم هیچ فایده ای ندارد. این همان نکرت انکار است. ممکن است صبح تا شب هم دعا کنیم ولی نکرت انکار داشته باشیم و با خدا غریبه باشیم.

یک نیم جهان کرکس و نیمیش چو مردار هین چشم چو کرکس سوی مردار مدارید

من ذهنی یک قسمتی از جهان را مرده و خودش را کرکس می داند. اگر شما در جهان بیرون بدنبال این هستید که چیزها را همانند کرکس بگیرید و به خود اضافه کنید عده ای دیگر هم شما را مرده می بینند و می خواهند شما را به خود اضافه کنند. گاهی نام این را می گذارد **آکل و مؤکل** یعنی خورده و خورده شونده. بنابراین باید از این سیستم من ذهنی که بر اساس خورنده و خورده شونده است بیرون بیائیم. پس شما همانند کرکس چشم بسوی مردار نداشته باشید.

آن نفس فریبنده که غرست و غرورست هین عشق بر آن غره غرار مدارید

مخنس = انسانی که ظاهرش همانند زن است و اندام زنانه دارد اما آلت مردانه دارد.

غر = مردی که باد فدخ دارد، مخنس، فاحشه غرار = بسیار فریبنده

این نفس فریبنده یا همان من ذهنی مخنس است. اگر این شخص مخنس ساده بود و من ذهنی نداشت و بدنبال ثابت کردن خود نبود که بخواهد بگوید من مرد یا زن هستم می توانست بدون دردرس تا آخر عمر زندگی کند چون یک پدیده طبیعی بود و هیچ اشکالی نداشت. مولانا این را بعنوان تمثیل گرفته تا اشکال را به ما نشان دهد. مخنس همانند من ذهنی که می خواهد خودش را ثابت کند نمی تواند مرد باشد چون قدرت جنسی ندارد بنابراین تصمیم می گیرد که زن باشد ولی نمی تواند زن هم باشد چون نمی تواند حامله شود ولی دلش می خواهد زن باشد و زنانگی خود را ثابت کند بنابراین مجبور است خودش را مقایسه کند پس با زنان دیگر خود را مقایسه می کند اما زنان دیگر قدرت بارداری دارند و می توانند فرزندی خلق کنند. منظور من ذهنی می خواهد خودش را با دیگری مقایسه کند و چقدر مقایسه کردن کار سطح پائینی است. بنابراین مخنس برای اینکه خود را مقایسه کند تصمیم می گیرد با مردها رابطه جنسی برقرار کند و هر چقدر مرد بیشتری به خود جذب کند بیشتر می تواند خودش را با زنان دیگر مقایسه کند و به آنها بگوید من بالاتر هستم چون مردان زیادی به من توجه دارند با اینکار احساس من بودن می کند و می تواند من ذهنی خود را بزرگتر کند و احساس وجود می کند. می بینید اینکار چقدر خطرناک و غیرطبیعی است.

مولانا می گوید نفس هم اینکار را می کند همانطور که این مخنس نمی تواند ثابت کند از زنان برتر است چون نمی تواند حامله شود پس فقط به زجر و ناراحتی بیشتر می افتد. نفس هم هرچقدر چیزها را به خود جمع می کند تا بگوید من از شما برتر هستم اما چون ریشه ندارد و از راه مقایسه هم نمی توان ریشه دار شد هیچ وقت راضی نمی شود که وجود دارد یا به دیگران برتری دارد. در نتیجه همیشه ناشاد است پس تنها چاره این است که ما خودمان را از ذهن بیرون بکشیم. ذهن از جنس مخنس و غرار است. اگر این مخنس بدنبال ثابت کردن چیزی نبود هیچکس فکری نمی کرد و همه می گفتند این زنی است که ازدواج نمی کند پس هیچکس هم نمی فهمید مخنس است و راحت زندگی می کرد. مولانا می گوید به این غرار دل مدهید. مولانا این تمثیلهای را می زند که نشان دهد من ذهنی داشتن چقدر خطرناک و سطح پائین است و این تمثیلهای بسیار گویا هستند که انسانها بر اساس آنها خود را از دنیا و ذهن بیرون بکشند.

گه زلف برافشانند و گه جیب گشاید گلگونه او را بجز از خار مدارید

من ذهنی گاهی زلف خود را همانند آن مخنث می افشانند. من ذهنی گاهی مخصوصاً" در جوانی این زلف ها را برای ما می افشانند. برای مثال جوانی یک زلف، شرکت برای خودم دارم دو زلف، همسر زیبا و تحصیلکرده دارم زلف دیگر، فرزند دارم، مقام دارم مردم به من احترام می گذارند و تحصیلات دارم اینها هم زلفهای من ذهنی هستند. گه جیب یعنی این زن دنیا گاهی سینه اش را هم برای من باز می کند و گونه هایش را سرخاب می زند اما این گلگونه سرخ او را جز خار مپندارید. شخصی که جوان است و عاشق این زلفهای من ذهنی می شود بعد از مدتی که بتدریج این زلفها بریزند درد بسیار خواهد کشید. همه این زلفها را داشتن اصلاً" بد نیست اما هم هویت شدن با آنها بسیار خطرناک است چون با نبودن هر کدام از آنها درد زیادی خواهید کشید. بر اساس این زلفها پز ندهید، مغرور نشوید، من نسازید که نتیجه اش شما را به درد بسیار خواهد کشاند. بنابراین در فضای حضور باقی بمانید تا هوشیاری در زندگی شما تعادل ایجاد کند. زمانیکه در ذهن هستید می گوئید هرچقدر زلفها بیشتر بهتر. من از دیگری برتر هستم. این نوع نگاه بدبخت کننده است.

او یار وفا نبود و از یار ببرد آن ده دله را محرم اسرار مدارید

او یاری نیست که وفا کند و شما را رها می کند. اسرار زندگی خود را به او نگوئید اسرار زندگی شما همان زندگی با کیفیت شماست پس شما در این لحظه باید حاضر باشید تا به فرمهای دنیایی و به گذشته و آینده نروید. ده دله یعنی کسی که عاشق دهها نفر است و هر لحظه عاشق یک چیز دنیایی می شود پس شما ده دله نباشید.

او باده بریزد عوضش سرکه فروشد آن حامزه را ساقی و خمار مدارید

حامزه = انسان ترش خمار = می فروش

خدا باده می دهد و شما در عوض سرکه آن را به سرکه تبدیل می کنید. اسم آن سرکه فروش را شراب فروش نام ندهید چون می نمی دهد. آیا شما به من ذهنی می گوئید برای شما باده بریزد؟! مردم را به خانه اش دعوت می کند تا دیگران ببینند چقدر ثروتمند است. شما به زندگی خود نگاه کنید با چه چیزی خود را به رخ مردم می کشید؟! شما فکر می کنید این باده است شما می نوشید؟! آیا شما حرفی را می زنید تا مردم شما را تأیید کنند و آن را شراب می نامید. این شراب نیست که شما می نوشید بلکه سرکه است. من ذهنی ذاتش ترش و تلخی است چطور ممکن است به شما شیرینی بدهد؟! شراب شیرین از اصل زندگی می آید.

ما حلقه مستان خوش ساقی خویشیم ما را سقط و بارد و هشیار مدارید

سقط = انسان بیکار و بی عار که هیچ کاری از او بر نمی آید بارد = سرد

ما هر کدام در فضای یکتایی هستیم و او در آن فضا به ما شراب می دهد. ساقی در درون ما هست و ساقی همه ما یکی است. ما باشنده بیهوده، بیکار، سرد و هوشیار به من ذهنی نیستیم.

گر ناف دهی پشک فروشد عوض مشک آن ناف و را نافه تاتار مدارید

پشک = فضولات حیوانی

مشک از ناف آهو به دست می آید و در اینجا می تواند سمبل زندگی خام باشد. شما زندگی خام را که باید این لحظه زندگی کنید به ذهن می دهید و در عوض آن پشک می گیرید. زندگی خشبو را می دهید و فضولات حیوانات را می گیرید. گاهی ما چیزی را که ذهن به ما می دهد را نافه تاتار می دانیم. چیزی که من ذهنی به شما می دهد مشک نیست و فضولات حیوانی است. باید خودتان تشخیص بدهید که چه چیزی مشک یا پشک است.

چون روح برآمد به سر منبر تذکیر خود را سپس پرده گفتار مدارید

تذکیر = یاد دادن، درس دادن

اگر بعد از کار کردن بر روی خودتان و کوشش های شما روح شما شروع به صحبت کردن کرد اجازه بدهید که صحبت کند و خودتان را پشت پرده ذهن نگاه ندارید. اگر متوجه شدید که زندگی از طریق شما صحبت می کند دیگر شما صحبت کردن را متوقف کنید و اجازه دهید او به شما بیاموزد.

بنابراین اگر زندگی به شما می گوید چه کاری کنید دیگر نیازی به اینکه من ذهنی چطور فکر می کند ندارید پس آنرا رها کنید به حرفش گوش ندهید و اجازه ندهید که حرف بزند.

