

هر که شد محرم دل در حرم یار بماند
وان که این کار ندانست در انکار بماند

اگر از پرده برون شد دل من عیب مکن
شکر ایزد که نه در پرده پندار بماند

صوفیان واستدند از گرو می همه رخت
دلق ما بود که در خانه خمار بماند

محتسب شیخ شد و فسق خود از یاد ببرد
قصه ماست که در هر سر بازار بماند

هر می لعل کز آن دست بلورین ستدیم
آب حسرت شد و در چشم گهر بار بماند

جز دل من کز ازل تا به ابد عاشق رفت
جاودان کس نشنیدیم که در کار بماند

گشت بیمار که چون چشم تو گردد نرگس
شیوه تو نشدش حاصل و بیمار بماند

از صدای سخن عشق ندیدم خوشتر
یادگاری که در این گنبد دوار بماند

داشتم دلقی و صد عیب مرا می پوشید
خرقه رهن می و مطرب شد و زار بماند

بر جمال تو چنان صورت چین حیران شد
که حدیثش همه جا بر در و دیوار بماند

به تماشاگه زلفش دل حافظ روزی
شد که باز آید و جاوید گرفتار بماند

با سلام و احوالپرسی برنامه گنج حضور امروز را با غزل شماره 178 از دیوان غزلیات حافظ شروع می کنم.

هر غزلی که می خوانیم باید به زندگی خود نگاه کنید و ببینید که چطور بر روی شما و زندگیتان کار می کند و اشکالات خود را پیدا کنید. تمرکز هر کس فقط باید روی خودش باشد تا ببینیم هر بیت چه تغییری در ما بوجود می آورد و بدنبال این نباشیم که این بیت راجع به شخص دیگری صحبت می کند و بدنبال اشکال در دیگران نباشیم.

هر که شد محرم دل در حرم یار بماند
وان که این کار ندانست در انکار بماند

هر انسانی که محرم دل بشود به خانه یار می رود و یار اسرارش را به او می گوید. یار در اینجا منظور زندگی یا همان خداست. محرم کسی است که ما راز دلمان را برای او فاش می کنیم و او را از خود جدا نمی دانیم. آیا شما محرم خدا هستید؟ اگر باشید خودتان آن را می دانید. اگر محرم خدا نباشید در انکار هستید. یعنی زندگی در این لحظه می خواهد از شما بیان شود اما شما اجازه نمی دهید و با زندگی ستیزه می کنید. انسانها در پرده پندار زندگی می کنند پس زندگی درب را برای آنها بسته است.

هوشیاری ایزدی با تولد هر انسانی به این جهان می آید و این هوشیاری دارای آگاهی و شعور است. هوشیاری می خواهد از طریق انسان از خودش هوشیار شود و زمانیکه این اتفاق می افتد هوشیاری حضور در شما بوجود می آید و بر زندگی آگاه می شوید. زمانیکه به این دنیا می آییم ابتدا باید بقای خود را حفظ کنیم بنابراین دارای من ذهنی می شویم و من ذهنی باعث می شود که با چیزهای دنیایی هم هویت شویم و به چیزها حس وجود بدهیم. همه چیز در دنیا در حال تغییر است اما ما به همه چیز چسبیده ایم برای همین با تغییر هر چیزی ما می ترسیم. مکانیسم زندگی بتدریج چیزهایی را از ما جدا می کند و یا آن چیزها از بین می روند.

اتفاقات آنطور که ما می خواهیم نمی افتند و با جدا شدن چیزها و تغییرات ما درد می کشیم. دلیل این دردها این است که ما از خواب ذهن بیدار شویم و تبدیل به چیزی شویم که از روز اول بوده ایم. تمام این دردها درد زائیده شدن ما از ذهن و تبدیل شدن به هوشیاری خالص است. تا زمانیکه این کار را آگاهانه انجام ندهیم درد خواهیم کشید. ما باید هوشیارانه از ذهن زائیده شویم و به هوشیاری خالص زندگی زنده شویم. کسی که به حضور زنده می شود خودش این را می داند و نیازی ندارد از دیگری بپرسد.

یک دل بیشتر وجود ندارد که آن هم هوشیاری خالص است و زمانیکه ما به هوشیاری خالص تبدیل می شویم از این جنس می شویم، دل ما عدم و زندگی می شود بنابراین بسوی دل کشیده می شویم، وارد فضای یکتایی می شویم و زندگی از طریق ما بیان شود. سخن عشق همان بانگ عشق است که باید دل ما باشد و دل ما محل مراجعه ماست. دل بیشتر انسانها در حال حاضر چیزهای دنیایی است. دل انسان فقط جای زندگی است و از آن طریق است که باید با همه چیز برخورد کنیم. اگر مرکز شما باورهایی باشند که شما با آنها هم هویت شده اید و آنها را بهترین باورها می دانید و اگر کسی با آنها مخالفت می کند شما اذیت می شوید و درد می کشید. اینها علایم هم هویت شدگیهای ما هستند.

کسی که فکر می کنید آخرین و بهترین باورهای دنیا را دارد و کسی بهتر از آنها را ندارد بر اساس آنها فکر می کند و خود را از همه جدا می داند این شخص با باورهایش هم هویت است و تنها کسانی را قبول دارد که همانند او فکر می کنند بنابراین از زندگی هم جدا هستند. داگما باورهایی هستند که یک عده ای به آن معتقد هستند و این باورها جامد هستند. شما ببینید که در خودتان چنین باورهایی را دارید؟ آیا شما باورهای غیر قابل تغئیر را در مرکز خودتان گذاشته اید و رفتار و افکار شما از آن مرکز ناشی می شود؟ در اینصورت شما در پرده پندار هستید. زمانیکه ما با باورهایمان هم هویت می شویم ذهن ما پرده پندار می شود. پرده پندار همانند پرده ای است که شما هر لحظه بر روی آن چیزی می خوانید و حائل بین شما و خدائیت شما شده است. پرده پندار همان فکرهای هر لحظه متغیر شما

هستند که شما اختیاری بر آنها ندارید. اگر در ذهن شما دائماً "فکری بعد از فکر دیگر می آید و شما اختیاری برای متوقف کردن آنها ندارید و ذهن، شما را کنترل می کند بنابراین پرده پندار دارید و هر چیزی که ذهن شما به شما می گوید بر روی شما اثر می گذارد و شما هیجاناتی مثل خشم، ترس، کینه دارید. حالا ببینید که شما از چه جنسی هستید. اگر شما درد آگاهانه می کشید، صبر می کنید، خود را زیر نورافکن گذاشته اید و تسلیم هستید پس محرم دل، از جنس دل هستید و چون از جنس دل هستید بسوی دل می روید و دل مرکز تمام عالم است که همان هوشیاری حضور است. دل فضای یکتایی این لحظه است. زمانیکه ما وارد فضای حضور می شویم در اختیار او قرار می گیریم گفتار، رفتار و اعمال ما از آن منبع صورت می گیرد و در آن فضای امن زندگی می کنیم. تا زمانیکه اینطور نباشید بطور قطع و یقین با درد و سختی زندگی خواهیم کرد.

اگر شما متوجه هوشیاری حضور و در تلاش برای رهایی از ذهن نیستید پس در پرده پندار هستید. زمانیکه ما در پرده پندار هستیم در مقایسه خود با دیگران هستیم برای اینکه چیزهایی در ذهن داریم که فکر می کنیم ما آن چیزها هستیم. ذهن ما را از زندگی جدا کرده است پس احساس جدایی می کنیم و بزرگان هم در تمام اشعار خود همین را می گویند که با جدایی از اصلمان زندگی سالم امکان پذیر نیست. این اشعار را ما برای همین می خوانیم تا بتوانیم از ذهن رها شویم. اگر شما چیزهای مادی را دل خود گذاشته باشید و حتی اگر بسیار مذهبی هم باشید باز هم از اصل خود جدا هستید. ما به این دنیا آمده ایم تا به هوشیاری حضور زنده شویم و تمام موجودات و کائنات از ما این انرژی را دریافت کنند. این وظیفه به انسان داده شده است.

سخن عشق و فضای یکتایی، می خواهد انسانهایی را که با ماده هم هویت شده اند از خواب ذهن بیدار می کند. ما برای جمع کردن مال، مقایسه خود با دیگری، احساس برتری کردن به این دنیا نیامده ایم.

انکار و اقرار یک چیز ذهنی نیست یعنی شما نمی توانید بگوئید من خدا یا زندگی را قبول دارم اما به همان روشی که در ذهن بودم زندگی را ادامه می دهم. در اینصورت چه بگوئید خدا هست و چه بگوئید خدا نیست فرقی ندارد و شما در انکار و پرده پندار هستید. پذیرش خداوند در کلام نیست بلکه در عمل است. ما در این غزل به دنبال این هستیم که ببینیم آیا توانسته ایم محرم دل شویم؟! آیا خودمان را از این جدایی بیرون کشیده ایم که فضای وحدت ما را بپذیرد یا خیر!!

ما نمی توانیم بگوئیم که یک خدایی هست و در نهایت او مرا آزاد می کند. اینکار مسئولیت ماست و ما باید آگاهانه این کار را انجام دهیم، قدم اول را ما باید بسوی او برداریم. اگر کسی این کار را نداند و انجام ندهد در انکار باقی می ماند و درد می کشد. زندگی در همین لحظه است و در گذشته و آینده

نیست و در همین لحظه کیفیت دارد. بعضی ها هم معتقدند کسی باید این کار را برای آنها انجام دهد. تقریباً در همه ادیان معتقدند که کسی می آید و همه را آزاد می کند. ما فکر می کنیم مگر می شود خدا از ما هم خودش را بیان کند؟ غافل از اینکه ما خود او هستیم. شما اراده آزاد دارید که تصمیم بگیرید و در انکار باقی بمانید بنابراین تصمیم گیرنده ای در هر کسی وجود دارد که هیچکس جز خود آن شخص به آن دسترسی ندارد. هیچکس نمی تواند درون شما به اجبار شما را وادار به تصمیمی بکند. شما باید با این لحظه که خداوند هست آشتی کنید و تسلیم شوید و زمانیکه شما بسوی او قدم بر دارید زندگی خود را به شما نشان می دهد. شما فکر نکنید من از زندگی جدا هستم بلکه مسئول خود شما هستید که با اراده آزاد خود در برابر زندگی تسلیم شوید. ما عادت داریم که کسی به ما بگوید فلان چیز در زندگی شما اشتباه است، آن را درست کنید. همیشه منتظر این هستیم که کسی کاری را برای ما انجام دهد در صورتیکه باید هر کس مسئولیت زندگی و هوشیاری خود را به عهده بگیرد.

بخش دوم

اگر از پرده برون شد دل من عیب مکن شکر ایزد که نه در پرده پندار بماند

اگر دل فعلی من از پرده برون شده است ب من خرده مگیر. کسی که فضای یکتایی می رود در آنجا زندگی می کند و رسمی هم در قدیم بوده است اگر کسی به آنجا می رفت اسرار آنجا را فاش نمی کرد. شما به اینکه موافق میل شما سازی زده می شود یا خیر ایراد نگیرید

دلم ز پرده برون شد کجایی ای مطرب بنال هان که از این پرده کار ما بنوازد

مطرب در اینجا منظور زندگی است. مطرب به ما شادی می دهد و ما از او شادی می خواهیم چون از پرده او زندگی ما به شادی اصلی می رسد بنابراین خداوند با ساز خود باید بانگ و ناله شادی را بنوازد چون از پرده موسیقی اوست که زندگی ما به نوایی می رسد. پس ای انسان اگر موافق یا مخالف میل تو ساز می زنی ایراد نگیر و به این موضوع توجه کن که باید از پرده پندار بیرون بیایی.

اول اینکه ما باید پرده پندار را ببینیم. اگر شما می ترسید پس پرده پندار دارید. اگر دردها آمده اند و شما آنها را انباشته کرده اید و این دردها دل شما شده اند بنابراین شما اسیر پرده پندار هستید اما اگر تسلیم شده اید و زندگی از طریق شما فکر می کند این فکرها خلاق هستند. زمانیکه پرده پندار داریم دردها همراه با هم هویت شدگیها مرکز ما هستند و این مرکز درد آفرین است.

مرکز ذهنی می خواهد خودش را حفظ کند و همیشه کارهایش به ضرر ماست. این مرکز را باید از خود جدا کنید و دور بیندازید اما راه سخت است و انجام این کار آسان نیست. به محض اینکه به این مرکز دست بزنید جیغ من ذهنی در می آید و درمان می آید. این لحظه تنها چاره این است که ببینید هر چیزی که به شما درد می دهد من ذهنی شماست و باید آنرا رها کنید در غیر اینصورت از این دردها رها نمی شوید و بنابراین نمی توانید وارد فضای حضور شوید و محرم دل نمی شوید.

دل تماما" مرکز آرامش و سکون است و ارتعاش دل، شادی بی سبب به ما می دهد. طرب و مطرب همان شادی است که در ذرات وجود شما ارتعاش می کند. دلم ز پرده برون شد کجایی ای مطرب. پس اگر درد دارید ساز مخالف با زندگی نزنید. ببینید که پرده پندار شما کار می کند و ذهن خود را تماشا کنید و با تسلیم و چشمان باز وضعیت را درست ببینید. اگر در پرده پندار باشیم نمی توانیم وضعیتها را درست ببینیم. زمانی وضعیتها را درست می توانیم ببینیم که وضعیت پرده پندار ما را به ترس، رنجش، خشم، انتقاد، توقع، کینه و حسادت نکشاند. اگر شما این حالتها را دارید و فقط باورهای خودتان را قبول دارید پس بدانید که پرده پندار دارید.

آیا شما خودتان را معتبر می دانید؟! آیا این اعتبار از اعماق وجود شما می آید یا با گروهی که باوری را در مرکز خود گذاشته اند هم هویت هستید و از آنها و باورهای گروهی خود اعتبار می گیرید؟! آیا چون تعداد زیادی از انسانها باورهای شما را دارند پس باورهای شما درست هستند؟! اگر جواب این سوالها بله است پس چرا هنوز درد دارید؟! انسانها یاد گرفته اند که دیگران باید آنها را تأیید کنند در غیر اینصورت نمی توانند زندگی را ادامه دهند. بیشتر همسران این حالت را دارند و باید روزانه چندین بار یادآوری کنند که همدیگر را دوست دارند تا بحث پیش نیاید. تقریباً همه انسانها نیاز دارند بشنوند که دیگران به آنها بگویند: شما زیبا، عاقل، باسواد، دانا، فهمیده، مهم، دوست داشتنی، موفق و.... هستید در غیر اینصورت ناراحت می شوند و درد می کشند. اینها همه پرده پندار هستند. در این راه آدمها انواع و اقسام می شوند. بعضی ها صوفی و بعضی ها محتسب می شوند.

صوفیان واستندند از گرو می همه رخت دلق ما بود که در خانه خمار بماند

خمار یعنی می فروش. دلق در اینجا همان پرده پندار یا من ذهنی ماست. صوفیان اشخاصی بودند که دلق می پوشیدند. حافظ می گوید: من و صوفیان دلقی را که پوشیده ایم به گرو در خانه خدا گذاشتیم و بجای آن از خدا شراب گرفتیم. شما یک شبه نمی توانید اینکار را انجام دهید. حتی برای یک دقیقه هم شده این دلق را که پوشیده اید رها کنید و گرو بگذارید تا مزه شراب خدایی را بچشید. اگر به این کار ادامه دهید هر لحظه می فروش که زندگی است به شما حضور می دهد. این می فروش می خواهد

خودش را از طریق ما و در ذرات وجود ما به ارتعاش در بیاورد و بعد به جهان پخش کند. باید دلق را گرو بگذارید و تسلیم شوید تا زندگی بتواند از طریق شما اینکار را به انجام برساند. بتدریج که این دلق را در بیاوریم و خود اصلیمان باشیم ترس ما از بین می رود و می بینیم که نیازی نیست خود را با دلقی که پوشیده ایم چیز دیگری به دیگران نشان دهیم. آن انرژی زنده کننده به مرور زمان چشمان ما را باز می کند و متوجه می شویم که نیازی به تظاهر و مصنوعی زندگی کردن نیست چون این چیزها به ما زندگی نمی دهند. متوجه می شوید لازم نیست ناراحت شوید اگر کسی شما یا باورهای شما را قبول ندارد. متوجه می شوید که ما مثل درختی هستیم که در زندگی ریشه داریم به شرطی که این دلق را از تن بیرون بیاوریم.

بعضی ها 6 ماه این کار را انجام می دهند و راه را رها می کنند و هنوز بقایای من ذهنی در آنها باقی است و دوباره به همان حالت اول بازمی گردند. بارها دیده ام که عده ای برای مدتی به این برنامه علاقه مند می شوند و به برنامه ها را گوش می کنند و عمل می کنند، من ذهنی آنها ضعیف می شود و هوشیاری حضور در آنها شروع بکار می کند اما نیمه راه رها می کنند چون من ذهنی مودی است و اتونومی دارد یعنی به خودی خود می تواند خودش را اداره کند برای همین است که باقی مانده است. من ذهنی در خیلی موارد زمانیکه هنوز قدرت اداره خود را نداریم ما را از خطرات حفظ کرده است پس ما به این اتونومی تا مدتهای اولیه زندگی نیازمندیم اما زمانیکه به بلوغ می رسیم و دردهای من ذهنی را می بینیم باید متوجه باشیم که دیگر نیازی به من ذهنی نداریم. مخصوصاً سنین 35 تا 40 سالگی زمانیکه ازدواج کردیم، بچه دار شدیم، تحصیلات داریم، شغل و دوستان زیاد داریم، خانه خریده ایم بعد از خود می پرسیم خوب این همه تلاش کردم حالا چی؟ اصلاً زندگی چی هست؟ این بحران در این سنین اتفاق می افتد و ما سرخورده می شویم.

این بحران می آید که ما متوجه شویم این چیزها به ما زندگی نمی دهند. لازم بود تا این سن خانه بخریم، شغلی داشته باشیم، لازم بود همسر و بچه داشته باشیم اما اینها برای زندگی بیرونی ما لازم هستند و به ما زندگی نمی دهند. اگر متوجه شویم این بحران به ما نشان می دهد که نمی توانیم از چیزهای دنیایی بخواهیم که ما را خوشبخت کنند. دیگر از فرزند و همسر و شغلان هویت و خوشبختی نمی خواهیم چون می دانیم که نمی توانند به ما بدهند. اگر چشم خود را باز کنید متوجه می شوید که اینها آمده اند که به شما زندگی ندهند و شما این بحران را تجربه کنید تا این دردها شما را از خواب ذهن بیدار کنند. اینجاست که متوجه زندگی یا همان اصل خود که خدائیت انسان است می شویم.

مشکل اینجاست که انسانها نمی خواهند این دلق را در بیاورند. در تمام سختیها باید دلق را گرو خدا بگذارید بماند یعنی زمانیکه خشم، حسادت، توقع، رنجش و می آید صبر می کنید و ذهن خود را

تماشا می کنید. صوفی می داند که باید به خدا برسد و در ابتدا بسیاری از کارها را انجام می دهد اما بتدریج من ذهنی او را از راه دور می کند و صوفی فکر می کند که دیگر قوی شده است در صورتیکه بقایای من ذهنی باقی مانده اند و دوباره زنده می شوند و صوفی را فریب می دهد و دلق خود را دوباره از می فروش پس می گیرد و همه چیز بدتر از روز اول می شود.

صوفیان واستندند از گرو می همه رخت دلق ما بود که در خانه خمار بماند

حالا سؤال این است که شما می خواهید برای همیشه این دلق را در خانه خمار گرو بگذارید؟! یا اینکه دائم گرو می گذارید و پس می گیرید؟ اگر گرو می گذارید و پس می گیرید در اینصورت بدانید هر لحظه که گرو می گذارید زندگی شما را یک درجه به حضور نزدیکتر می کند و با پس گرفتن آن باز می گردید.

محتسب شیخ شد و فسق خود از یاد ببرد قصه ماست که در هر سر بازار بماند

محتسب 40 سال کارهای نادرست کرد و بعد از 40 سال همه این کارها را کنار گذاشت و مسلمان شد و مسئول شد که باورهای شرعی را اجرا کند و به دیگران هم تحمیل کند که این باورها را قبول کنند. محتسب یکدفعه پاک شد، شیخ شد و فسادهای اخلاقی خود را از یاد برد. آیا شما روا می دارید همسر و فرزند و یا اطرافیان شما باورهای خود را داشته باشند و شما هم باورهای خود را داشته باشید؟! آیا شما قبول می کنید که فرزند شما خودش زندگی و باورهایش را انتخاب کند و همانند یک درخت سیب نونهال اجازه می دهید که میوه های خودش را داشته باشد؟!!

گاهی اوقات دختر من از من سؤالهایی می پرسد اما من به او می گویم: من جواب می دهم اما عقل تو خلاق تر و فکر تو جوان تر است. تو چرا خودت فکر نمی کنی؟! چرا به حرف من گوش می دهی؟! اگر گوش بدهی یک فکر کهنه را گرفته ای چون فکر من کهنه است و این فکر دیگر تازه نیست. تو نباید همانند من فکر کنی بلکه باید نوتر و خلاق تر باشی چون من از تو خیلی سال بزرگترم. من تشویق می کنم که او خودش فکر کند و راه حل پیدا کند و او هم این کار را می کند و راه حل پیدا می کند. با این تشویقها او خلاق تر می شود و خودش فکر می کند، انسان مستقلی می شود، به حوضه عشق راه پیدا می کند، متکی به من و دیگران نمی شود. این اراده آزاد و آفریدگاری در او هم هست. من نباید میوه خودم را بروی درخت او بگذارم بلکه او باید میوه خودش را بدهد.

ما بعنوان مسئول تحمیل عقاید خودمان به دیگران از یک خانه ذهن به خانه ذهن دیگر می رویم. حالا به خانه پاکتی در ذهنم می روم و دیگران را هم مجبور می کنم به حرفهای من گوش بدهند چون قدرت این کار را دارم. آیا این به حرم یار رفتن است؟! آیا اینگونه با تحمیل فکر خود به دیگران از جنس

یار می شویم؟! خیر اینطور نمی شود به زور از جنس یار شد بلکه تمرکز هر کس فقط باید روی خودش باشد. ما باید از ذهن بیرون بیاییم. نباید از یک نفر که به نظر ما بسیار معنوی است تصویر ذهنی بسازیم و این تصویر را با خودمان مطابقت بدهیم و تلاش کنیم شبیه او بشویم. این کارها همه از روی ذهن هستند و مصنوعی هستند.

حافظ می گوید: من اینگونه نیستم و قصه من در سر هر بازار است و ماندگار شد برای اینکه من از جنس یار هستم و عاشق هستم. در سر هر بازار یعنی جای شلوغ. کسی که زنده به یار می شود قصه او بر سر زبانها می افتد. شما نباید نگران این باشید که کارهای شما در ظاهر با استانداردهای جامعه یکی نیست و به نظر غیر معمول می آید، با استانداردها و الگوهای بعضی ها نمی خواند. این مسئله هم یک مانع است که ذهن شما از مسائل تجسم کرده است و شما را از جنس ذهن کرده است. حال به خودتان نگاه کنید که آیا بر این عقیده هستید که شما بهترین باورها را دارید؟ آیا میل به این دارید که این باورها را یک عده ای از ما قبول و تأیید کنند؟ آیا اگر قبول نکنند می رنجید؟ اگر اینطور هستید پس پرده پندار دارید و همین جا باید متوجه شوید و از ذهن و این پرده بیرون بیایید.

نباید همانند آن صوفی شوید که دلق خود را گرو می گذارد و دائم پس می گیرد. نمی خواهیم که برای مدتی روی خودمان کار کنیم و بعد آن را رها کنیم. به قول استیون کاوی این تیز کردن اره در چهار بعد هر روز باید انجام شود. شما حداقل روزی دو ساعت باید روی بعد معنوی خود کار کنید. اگر فکر می کنید که یک یا دو سال روی بعد معنوی خود کار می کنم و دیگر کافی است اشتباه است. همانطور که اگر ورزشکار هستید و ورزش را رها کنید دیگر ورزشکار نیستید کار کردن بر روی بعد معنوی هم به همین صورت است. ورزشکار هر روز حداقل 2 ساعت ورزش می کند. بعد معنوی اساسی ترین بعد ماست بقیه ابعاد زیر مجموعه بعد معنوی هستند. بعد معنوی لزوماً بعد مذهبی نیست. بعضی ها یک سری کارهای مذهبی انجام می دهند اما این معنوی بودن نیست.

بعد معنوی یعنی شما چقدر از جنس یار هستید، چقدر هوشیاری در شما وجود دارد، چقدر تسلیم هستید و ربطی به مذهب ندارد. گرچه مذاهب هم همین را می گویند و تسلیم اولین قدم در هر دینی است. شما هیچ دینی پیدا نمی کنید که اولین قدم چیزی غیر از موازی شدن با زندگی در این لحظه باشد. **تسلیم یعنی پذیرش بی قید و شرط اتفاق این لحظه** که شما را با زندگی موازی می کند. اگر این لحظه با فرم این لحظه ستیزه کنید در اینصورت با خدا می ستیزید. اگر به ستیزه کردن ادامه دهید درد و هم هویت شدگی اینقدر در شما زیاد می شود و اینقدر از خدا جدا می شوید که دیگر نمی توانید بسوی زندگی باز گردید.

داستان مثنوی هم درباره این بود که شخصی خار در راه مردم می کاشت. در این داستان حاکم خداست و شخصی که خار می کاشت من ذهنی است. حاکم به آن شخص می گوید این خارهایی که بر سر راه مردم کاشته ای را بکن چون هر روز ریشه های این خار قوی تر می شود و تو ضعیف تر می شوی. بکن این خار را و تأخیر مکن.

بخش سوم

هر می لعل کز آن دست بلورین ستدیم آب حسرت شد و در چشم گهربار بماند

هر می سرخ رنگی را که از آن دست زیبا گرفتیم می زندگی بود که تبدیل به آب حسرت شد و در چشم گهربار یا منظور چشم انسان ماند. چشم انسان می تواند پر از عشق باشد و این عشق را به دنیا پخش کند. منظور عارفان از چشم گهربار یعنی ساطع شدن انرژی عشقی از ما به دنیا اما متأسفانه این اتفاق نیفتاده است. در حالیکه انسان این ظرفیت را دارد که با کیفیت کامل زندگی کند و زندگی را پر حس کند اما آن را تبدیل به آب حسرت می کند و در چشم ما می ماند در حالیکه ما استعداد عشق ورزی داریم. شما در خودتان بنگرید که آیا زندگی که خداوند به شما روا می دارد شما آن را به آب حسرت و درد تبدیل می کنید؟! آیا این زندگی که خدا هر لحظه به شما می دهد به خشم، درد، ناراحتی، رنجش، کینه، حسادت، اوقات تلخی، روا نداشتن زندگی به خود و دیگران، پرده پندار و ستیزه می کنید؟!!

ما انسانها زندگی را دریافت می کنیم و به هوشیاری من دار تبدیل می کنیم و چون درد داریم فقط درد پخش می کنیم. ما دائم می گوئیم زندگی من حیف شد و اصلاً زندگی نکردم و نفهمیدم زندگی چیست. اگر شما فکر می کنید زندگی شما گذشته است و زندگی از کنار شما رد شده و سالها زندگی را ندیده اید الان می توانید بیدار شوید. هر لحظه می توانید بیدار شوید حتی اگر چند روز به مرگ ما باقی مانده باشد. چند روز هم از جنس معشوق شویم می توانیم زندگی کنیم.

انکار و پرده پندار همیشه می خواهد شما را ملامت کند. به خودتان نگاه کنید که ایا آثار ملامت در شما وجود دارد؟ اگر کسی را ملامت می کنید که مثلاً "خانواده، همسر، فرزندان، دوستان، اقوام، جامعه و... اجازه ندادند که من زندگی کنم یعنی هنوز با ابزارهای ذهنی زندگی می کنید. ملامت کردن یعنی عدم قبول مسئولیت برای رسیدن به هوشیاری خدایی. یک مسئولیت در زندگی داریم که گردن هیچکس نمی توانیم بگذاریم و آن هم مسئولیت زنده شدن به هوشیاری حضور است. به خودتان نگاه کنید که آیا هوشیاری من دار دارید یا هوشیاری خالص خدایی؟! آیا از جنس یار هستید یا از جنس من ذهنی هستید؟!!

اگر مسئولیت هوشیاری خود را به گردن دیگران گذاشته اید این کار را نکنید و مسئولیت را بپذیرید تا آزاد شوید. این بینشی است که چشم ما را باز می کند.

جز دل من کز ازل تا به ابد عاشق رفت جاودان کس نشنیدیم که در کار بماند

حفظ حقیقتی را بیان می کند. شما می دانید که فقط عشق است که از نظر زندگی ارزشمند است. این لحظه اگر عشق از شما بیان می شود شما زندگی سالمی دارید و اگر غیر از این است شما زندگی سالمی نمی کنید و دائم در مشکلات هستید. ما به این دنیا آمده ایم که زندگی کنیم پس باید با هوشیاری حضور به زندگی اصیل دسترسی داشته باشیم. زمانیکه با زندگی در ستیزه هستید فقط نشت کوچکی از زندگی به شما می رسد چون شما جلوی آن را گرفته اید.

از ازل تا ابد را اینطور متوجه می شویم که همیشه این لحظه است اگر شما این را بدانید از فکر بیرون می آئید. مثلاً "جهان چه زمانی آغاز شده؟! ازل کی بوده است و ابد کی خواهد آمد؟! آیا ازل یعنی بی نهایت گذشته و ابد هم یعنی بی نهایت آینده؟! خیر، چنین چیزی نیست. از ازل تا ابد یعنی همیشه این لحظه. شما از جنس این لحظه هستید و اگر از این لحظه تکان نخورید، در این لحظه اگر این را عمیقاً بدانید و مرکز ثقل شما به گذشته و آینده نرود، اگر انکار به شما نگوید که بهترین زندگی هنوز در آینده است شما آزاد می شوید ولی ما زندگی را با اتفاقات یکی گرفته ایم. زندگی از اتفاقات نمی آید بلکه زندگی از درون و اعماق وجود خود شما می آید. اگر با این لحظه یکی شوید و از لحاظ زمانی از این لحظه با فکر به گذشته و آینده نروید و تکان نخورید، مرکز ثقل شما به گذشته و آینده نرود این لحظه باز می شود، آن فضای حضور برای شما باز می شود و متوجه می شوید که همیشه در این لحظه هستید و یکدفعه من ذهنی فرو می ریزد.

بنابراین جز این دل که اصل ماست و عاشق است هیچکس دیگر نمی تواند در این کار (زنده بودن به حضور) باقی بماند. یک کار بیشتر نیست و آن کار پخش این انرژی عشقی از انسان به همه کائنات است. می گوید: من نشنیدیم که کسی بطور همیشگی در اینکار باقی بماند. اصلاً "خود کسی بودن باید از بین برود اگر کسی بودن یا من بودن باقی بماند نمی توان در اینکار جاودان باقی ماند بلکه فقط دل می تواند عاشق باقی بماند. کس یا من ذهنی می میرد و نمی تواند باقی بماند، عشق یا دل است که جاودان باقی می ماند. برای زندگی اهمیتی ندارد که شما یک میلیون دلار یا صد هزار دلار دارایی دارید. اگر کس همانند آن صوفی دلق خود را گرو بگذارد در زندگی باقی می ماند. حالا شما من ذهنی هستید یا دلق و هم هویت شدگیهای خود را در گرو زندگی گذاشته اید؟! اگر کس هستید پس در این کار نیستید ولی اگر در فضای یکتایی هستید پس در اینکار هستید و جاودان خواهید ماند.

تمرین می کنیم که جاودانه در اینکار بمانیم. کار عبارتست از اینکه تسلیم می شوید، صبر می کنید و به این کار ادامه می دهید تا جایی که از جنس فضای پذیرش این لحظه شوید و کامل به حضور زنده شوید تا زندگی از شما استفاده کند. در اینصورت شغل خود را دارید اما این بار انرژی زنده کننده به کار و اعمال و افکار شما فرو می ریزد. این انرژی در حرفهای شما، تربیت فرزند، رفتار با دوستان، شادی بی نهایت و بی سبب و هر چیزی در زندگی شما وجود دارد. کسی که ذهن دارد فکر می کند اگر دیگری زندگی خوبی داشته باشد از او کم می شود، حسود است، شادی دیگری را نمی تواند ببیند، راضی به موفقیت و سلامتی دیگری نیست. من ذهنی از درد و بیماری دیگری خوشحال می شود مگر اینکه به حال مرگ کسی را ببیند و بگوید چرا این بیچاره اینطور شده است.

زمانیکه این چیزها را در خود می بینید باید بدانید که این اصل شما نیست و باید خودتان را از اینها بیرون بکشید. اینها یعنی ما به فضای کمبود و نقص افتاده ایم، از زندگی قطع شده ایم. اگر ما روا نمی داریم که همه افراد دنیا موفق، شاد، سلامت باشند و چیزی درون ما ناراحت می شود یعنی ما خودمان هم زندگی خوبی نداریم و در ذهن به سر می بریم. اگر زندگی ما بی کیفیت است پس ادامه دادن با ذهن چه فایده ای دارد؟! این همه هم زحمت کشیده اید اما زندگی شما کیفیت ندارد و پر از درد هستید. شما از خودتان بپرسید پس فایده زندگی چیست!؟

گشت بیمار که چون چشم تو گردد نرگس شیوه تو نشدش حاصل و بیمار بماند

چشم معشوق باید از طریق ما جهان را ببیند، باید وارد فضای وحدت شویم، با معشوق یکی شویم تا معشوق بتواند از طریق ما جهان را ببیند. نرگس در اینجا من ذهنی است که چشم ما نرگس شده است و ما دنیا را با چشم من ذهنی می بینیم. ما خودمان را با یک تصویر تطبیق داده ایم و گفته ایم این تصویر یک انسان معنوی و مذهبی است غافل از اینکه تصویر نمی تواند انسان مذهبی بشود. چشم من ذهنی مرده است و کسی که با این چشم به جهان نگاه می کند نمی تواند خدا را بشناسد این شخص در ذهن خود فکر می کند چشم خداست، من ذهنی فقط ادای خدا را در می آوردم. شما در این لحظه زندگی زنده و قایم به ذات خود هستید، من ذهنی نمی تواند همانند شما باشد ولی اگر یک لحظه به او آب حسرت را ندهیم خشک می شود و از بین می رود.

شیوه تو نشدش حاصل و بیمار بماند. من ذهنی فکر می کند معنوی است اما شیوه خداگونه حاصل او نشده است بنابراین بیمار مانده است. واقعا هم ما بیمار و دردمند هستیم. اگر ما تصویر ذهنی از خود و دیگران داریم و باورهای خود را فقط قبول داریم اجازه نمی دهیم دیگران از خلاقیت خودشان استفاده کنند ولی ادای معنوی بودن در می آوریم و بیمار شده ایم پس آن شیوه حاصل ما نمی شود.

پس فقط دل است که می تواند باقی و سلامت بماند. این مسئولیت فقط به انسان داده شده است و هیچ موجود دیگری قدرت انتخاب ندارد. مسئولیت بیرون آمدن از ذهن، به حضور زنده شدن، خلاق شدن و ساطع کردن انرژی به جهان به انسان واگذار شده است. نباتات، جمادات، حیوانات اراده آزاد ندارند و فقط انسان است که این اراده آزاد را دارد. بقیه موجودات از طریق غریزه به زندگی وصل هستند. عارفان می گویند که تمام موجودات منتظر هستند که انسانها به حضور زنده شوند و از انسانها انرژی عشقی را دریافت کنند.

از صدای سخن عشق ندیدم خوشتر یادگاری که در این گنبد دوار بماند

من بهتر از انعکاس سخن عشق که بصورت هوشیاری خالص است و از انسانها می خواهد بیان شود ندیدم. سخن عشق انعکاسی دارد و این انعکاس هوشیاری خالصی است که حتی با از بین رفتن جسم باقی می ماند. گاهی اوقات بصورت همین غزلهایی که می خوانیم در می آید. خلاصه کلام اینکه شما باید از جنس انرژی زنده کننده این لحظه شوید تا سخن عشق از شما بیان شود و بهتر از این یادگار در این دنیا نیست که در جهان برای همیشه باقی می ماند. بنابراین فقط یک چیز ماندگار است و آن یک چیز سخن عشق است. پس تنها وظیفه ما در این دنیا این است که سخن عشق را در این جهان پراکنده کنیم. باید با این لحظه موازی شویم، اتفاقات را بپذیریم و تسلیم بمانیم تا این انرژی خالص در ما ارتعاش کند و به دنیا هم پخش شود. حافظ می گوید با این تسلیم شدن و پذیرش چیزی بوجود می آید که در این دنیا ماندگار می شود و ما نمی دانیم هر کسی برای چه کاری آمده است و قرار است چه چیزی از آن شخص در این دنیا ماندگار بماند. نباید سوال کنیم چرا خداوند می خواهد این هوشیاری را آزاد کند و یا خداوند چه برنامه ای دارد. تنها چیزی که می دانیم این است که باید به حضور زنده شویم و این وظیفه هر انسانی است.

داشتم دلقی و صد عیب مرا می پوشید خرقه رهن می و مطرب شد و زنار بماند

صد علامت کثرت است و زنار کمربندی بوده که در قدیم می بستند و علامت کفر بود. می یعنی انرژی زنده کننده زندگی و مطرب هم به معنای شادی است. می و مطرب از اعماق وجود ما می جوشد و با لا می آید. حافظ می گوید که یک دلقی داشتم که با آن دلق عیبهای بسیارم را می پوشاند. آن خرقه و دلق را دادم رفت و فقط زنار باقی ماند. یعنی من یک تصویر ذهنی داشتم و خودم را به مردم طور دیگری نشان می دادم. حرف مردم و نوع نگاه مردم به من برای من مهم بود این تصویر ذهنی را دادم رفت و حالا حرف دیگران برایم مهم نیست و نمی خواهم خود را طور دیگری به دیگران نشان دهم چون این کار من ذهنی است.

آیا شما به انسانها که برخورد می کنید بیشتر حواس شما به این است که شما را چگونه می بینند یا حواس شما به زنده بودن به حضورتان است؟! آیا انسان بودن و یکی شدن با او در این فضای عشقی برای شما مطرح است یا نوع نگاه مردم به شما؟! اگر شما علاقه مند یا نگران این هستید که دیگران راجع به شما چه فکر می کنند بدانید که در ذهن هستید. می خواهید دیگری شما را تأیید کند تا من ذهنی شما بزرگتر شود چون من ذهنی به حرفها گوش می دهد و با حرف رفتارش تغیر می کند. ما طوری رفتار می کنیم که اگر کسی ما را دید ما را باسواد، پولدار، آدم حسابی، مهم، دانا و ببیند و همین که دیگران شروع می کنند از ما تعریف و تمجید کردن من ذهنی خودش را بزرگ می بیند. بنابراین این دلق را به گرو گذاشتم و برایم مهم نیست دیگران مرا تأیید کنند چون چیزی که مهم است شادی است که از اعماق وجود من می آید چه فرقی می کند دیگران مرا چگونه ببینند.

کفر در اینجا به معنای حضور است. حالا این کفر که همان زنا من است باقی مانده و نظر دیگران و تأیید دیگران برای من بی اعتبار است و این دلق را به رهن گذاشتم. **عشق رواداشت و احترام به دیگران است چون دیگری را بصورت زندگی می بینیم.** اما من ذهنی به این فکر می کند که با تأیید گرفتن از دیگران چیزی به خود اضافه کند. اگر اینکار را می کنیم پس کار حافظ را نمی کنیم چون حافظ به ما می گوید که می و مطرب است که ارزشمند هستند. یعنی انرژی زنده کننده زندگی و شادی که از آن می آید ارزش دارد نه اینکه دیگران ما را چگونه می بینند. آیا شما می دانید که بطور اصیل چه چیزی از زندگی می خواهید یا دائم به فکر این هستید که دیگران چه می گویند؟! آیا فکر می کنید اگر فلان کار را انجام دهم دیگران مرا قبول خواهند داشت؟! این اشتباه است و باید از این حرفهای ذهن بیرون بیایید. حافظ می گوید: باید این خرقة را بدهید تا آزاد شوید.

بر جمال تو چنان صورت چین حیران شد که حدیثش همه جا بر در و دیوار بماند

صورت چین ما هستیم. چینی ها نقاشهای زبردستی بودند که نقش صورت را به زیبایی می کشیدند. آیا می شود که ما حیران شویم و انگشت حیرت به دندان بگیریم چون عظمت آفرینش را و کوچکی خودمان را می بینیم؟! آیا یک لحظه به من خود نگاه می کنیم و می بینیم که چقدر کوچک فکر می کند؟! آیا می شود که یکدفعه از دردها و آرزوهای خود رها شویم؟! بله این زمانی اتفاق می افتد که در حدی به حضور زنده شویم. کسی که در من ذهنی خود زندگی می کند زندانی است و حیران نمی شود چون خواسته هایش و آرزوهای کوچک هستند. هوشیاری حضور با موازی شدن با زندگی در این لحظه در شما ایجاد می شود و با عظمت آفرینش و بزرگی عشق حیران می شود. زمانیکه ما حیران می شویم حدیث ما همه جا بر در و دیوار می ماند.

شد که باز آید و جاوید گرفتار بماند

به تماشاگاه زلفش دل حافظ روزی

تماشاگاه = منظور فضای حضور.

حافظ می گوید که اگر شما حیران شوید و زلف معشوق را ببینید، متوجه می شوید که جهان از این جایگاه چگونه دیده می شود و در این حالت می ببینید که معشوق چقدر با عظمت و زیباست پس دیگر به ذهن باز نمی گردید. گره زلف یعنی خدا چه چیزی در این لحظه برای شما باز می کند. همانند گره هایی که با بند به هم وصل می شوند که هر گره به قول مولانا جنون و شادی دیگری است.

حافظ روزی به تماشاخانه زلف تو (خدا) رفت و از آنجا دید که هر لحظه زندگی یک طور زیبایی باز می شود، حیران شد و بنابراین دیگر به پرده پنداری که در آن بود بازنگشت. رفته بود که یک لحظه ببیند در آن تماشاگاه چه خبر است و برگردد اما دیگر بازنگشت چون دید چقدر آرامش و زندگی با کیفیت در آنجاست ولو اینکه همه مردم جهان بخواهند در ذهن بمانند او دیگر بازنگشت.

تماشاگاه ایوانی است که از آنجا گلستان جهان دیده می شود برای اینکه زمانیکه ما به ذات اصیل و زیبای خودمان زنده می شویم انسانها از جنس زندگی و زنده دیده می شوند. انسانها ولو اینکه کارهای عجیب و غریب می کنند ولی باز هم از نظر شما زیبا دیده می شوند چون در باطن برای شما زندگی دیده می شوند.

