

با سلام و احوالپرسی برنامه گنج حضور شماره ۳۰۴ را شروع می‌کنم. امروز قصه ای را که از چندین هفته پیش شروع کردیم تمام خواهیم کرد و تیتز قصه را همینطور که آشنا هستید هست:

فرمودن والی آن مرد را کی این خاربن را کی نشانده ای بر سر راه بر کن

یعنی حاکم به مردی که سر راه خودش و دیگران درخت خار کاشته بود گفت این را بکن. این قصه را من در چندین برنامه تکرار کردم به امید اینکه شما بینندگان بروید خودتان بخوانید و به جزئیاتش توجه کنید و امیدوارم که اینکار را بکنید. تفسیر مثنوی به قلم استاد کریم زمانی برای مطالعه مثنوی بسیار بسیار مفید هست. سطر به سطر ایشان این ابیات را معنی کردند و بسیار کمک می‌کند به کسی که بخواید مثنوی را مطالعه بکند. اما خلاصه قصه قبل از اینکه شروع کنیم به مطالعه سطر به سطر آن.

مولانا گفت که یک باشنده ای که معلوم شد این انسان هست بر سر راه خودش و دیگر باشندگان درخت خار کاشت و بطوریکه این درخت خار، خارهاش را به پای خودش و دیگران فرو می‌کرد و لباسهای آنها را پاره می‌کرد. سمبلیک یعنی اینکه انسان یک چیزی در خودش بالاخص در ذهنش کاشته یا درست کرده که از آن مواظبت می‌کند. این شبیه درخت خار عمل می‌کند. بطوریکه هم به دیگران لطمه می‌زند هم به خودش. هم دیگران را درد می‌آورد هم خودش را و حتی لطمات مالی و روحی و هیجانی یا احساسی

به دیگران می زند و به خودش هم می زند. ولی ما نا آگاهانه از یک همچون درختی مواظبت می کنیم و اگر بخواهیم با یک علامت راهنمای دیگری این خار را در خودمان ببینیم. بطوریکه خوب درک کنیم این خار در ما چی هست که ما باید ان را بکنیم. حالا در اینجا والی یا حاکم همان زندگی است. زندگی به ما می گوید این را بکن در قصه یکبار می گوید این شخص گوش نمی کند و بعداً "خیلی سفت و محکم می گوید. زندگی هم چندین بار یواش به ما می گوید این خار را بکن برای اینکه این خار علاوه بر اینکه عیناً" به تو لطمه می زند و به دیگران هم می زند می بینید.

انرژی مخرب تشعشع می کند که حتی این انرژی را می توانند علاوه بر انسانهای دیگر جمادات، نباتات و حیوانات هم بگیرند. برای همین هست که می گوید در سر راه همه مردم یا باشندگان کاشته ای این خار را. این خار در واقع چیزی نیست جز هوشیاری ما. الان اگر از شما بپرسم که چجور هوشیاری دارید. خوب دقت کنید خواهید دید که این لحظه شما راجع به چیزی فکر می کنید. ممکن است یک رویدادی باشد که الان اتفاق افتاده یا در گذشته اتفاق افتاده یا در آینده می خواهد اتفاق بیافتد.

بنابراین آگاه به یک چیزی هستید. بنابراین چون آگاه به یک چیز هستید از طریق فکرتان یا ذهنتان از جنس جسم هستید یا بطور ساده چیز هستید. حالا شما ممکن است بگوئید که من که از جنس گوشت و پوست و استخوان هستم. چجور شما می گوئید که من از جنس چیز هستم. بله این ظاهر قضیه است.

وقتی نگاه می کنیم به خودمان یک بدن داریم ولی این بدن به خودی خود اداره نمی شود. یک هوشیاری این را اداره می کند. این هوشیاری همان هوشیاری هست که شما الان به آن آگاه هستید. پس بنابراین ببینید که الان به چه چیزی هوشیار هستید. به هر هوشیاری که هوشیار هستید، در آن صورت آن دارد شما را اداره می کند و مرکز شماست، دل شماست. خب شما ممکن است به خودتان نگاه کنید بگویند که من این لحظه راجع به یک چیزی هوشیار هستم که دارم فکر می کنم.

لحظه بعد هم راجع به یک چیز دیگر فکر می کنم. لحظه بعد هم راجع به یک چیز دیگر فکر می کنم. همینطور پیش می رود و اگر خوب دقت کنید خواهید دید که در این کار شما اختیار و اراده ندارید. به نظر می آید که هر لحظه یک فکری در سرتان پدید می آید و شما هوشیار به آن هستید. بنابراین هوشیاری جسمی دارید. وقتی شما نمی توانید غیر از جسم به چیز دیگری آگاه بشوید پس شما از جنس جسم هستید در ذهنتان. حالا چون هوشیاری شما هوشیاری جسمی است فقط می توانید جسمها را ببینید. اجسام را ببینید.

بنابراین شما فقط می توانید آگاه از رویدادها باشید. پس بنابراین از جنس رویداد هستید. همینطور هم هست. اگر شما الان به خودتان نگاه می کنید و می بینید که این لحظه راجع به چیزی آگاه هستید. لحظه بعد هم همینطور و این همینطور ادامه دارد پس شما از جنس هوشیاری جسمی هستید و این هم در دل شماست، در مرکز شماست و هر لحظه که می خواهید تصمیم بگیرید، عمل کنید، قضاوت کنید یعنی فکرتان را بکار بگیرید آن مبنای

مراجعة ماست. یعنی می روید انجا، از انجا دستور می گیرید که چی فکر کنم، چی عمل کنم. آن دل شماست. حالا این دل، این هوشیاری شما در این لحظه که شما توجه فرمودید که این هوشیاری جسمی است. گفتیم چون از جنس جسم است، فقط رویدادها را می شناسد. فقط رویداد می تواند بشناسد. غیر از جسم چیز دیگری را نمی شناسد. ولی زندگی یا اسمش را بگذار خدا از جنس هوشیاری بی فرم است. از جنس رویداد نیست. می توانیم به انگلیسی بگویم:

God is formless consciousness

یعنی هوشیاری بدون فرم

در حالتی که هوشیاری ما الان فرم دارد. درست است دیگر. این لحظه راجع به یک چیزی فکر می کنم هوشیار به آن چیز هستم. لحظه بعد هم یک فکر دیگری راجع به چیزی یا رویدادی پدید می آید، آگاه نسبت به آن هستم. همینطور ادامه دارد. هیچ لحظه ای نیست که هوشیاری من هوشیاری بی فرم باشد. اما هوشیاری فرم دار که شما از آن آگاه هستید الان و هوشیاری غالب شماست، دائمی شماست و رویدادها را می شناسد با زمان کار می کند.

برای اینکه رویدادها در زمان اتفاق می افتند و این هوشیاری که هوشیاری جسمی است حس وجود در آن هست. حالا زمان چی هست؟ زمان عبارت از این است. زمانی که الان در اینجا صحبت می کنیم هیچ چیز فلسفی و مشکلی نیست.

فرض کنید الان ثانیه صفر زندگی شماست. هیچ اتفاقی در زندگی شما نیفتاده و شما از جنس هوشیاری جسمی هستید. هوشیاری جسمی هستید یعنی این لحظه هوشیار به یک چیزی هستید. مثلاً" به یک فکر هستید. راجع به رویدادی که دیروز اتفاق افتاده هستید یا رویدادی که فردا می خواهد بیافتد هستید. الان شروع می کنید به زندگی کردن. این لحظه یک اتفاق می افتد می رود جلو. لحظه بعد شما هوشیاری جسمی دارید، هوشیار به آن جسم هستید دوباره می روید جلو. لحظه بعد دوباره هوشیار به جسم هستید.

حالا ذهن شما چیزهایی که اتفاق افتاده را می برد بایگانی می کند در حافظه اش. حالا فرض کنید که چهارتا لحظه گذشته چهارتا هم اتفاق افتاده. وقتی به اتفاق اول بر می گردید فاصله بین اتفاق اول و حالا را بصورت زمان می بیند و اگر حس وجود در این رویدادها باشد که همیشه هست که ما فقط هوشیاری جسمی داشته باشیم. بنابراین آن رویداد، رویداد ساده نیست.

آن رویداد می تواند در ما هیجان منفی بوجود بیاورد و علاوه بر آن چون ما از جنس رویداد هستیم و رویداد می شناسیم این رویدادها را و وضعیتها را در ذهنمان طوری تنظیم کردیم که رویداد فعلی را می خواهیم طوری اتفاق بیافتد یعنی انتظار داریم جوری اتفاق بیافتد که در زندگی به ما کمک کند یا به یک جایی ما را در آینده برساند که به ما بخواد زندگی بدهد. چرا؟ برای اینکه ما از جنس هوشیاری چیزها هستیم و ما زندگی را از چیزها می خواهیم.

برای اینکه ما غیر از چیز، چیز دیگر نمی شناسیم ما. توجه می کنید. اگر هوشیاری شما دائما" هوشیاری جسمی باشد. فقط رویداد و اجسام را بشناسد، شما زندگی را فقط می توانید از اجسام بخواهید. چیز دیگر نمی شناسید شما و بعلاوه یک چنین هوشیاری فقط می تواند در زمان باشد. برای اینکه رویدادها را می شناسد و رویداد هم وقتی که اتفاق می افتد فاصله رویداد دیروز را تا حالا بصورت زمان می بیند و فکر می کند این رویداد هنوز وجود دارد و با آن در واقع می گوئیم هم هویت می شویم.

حس وجود در آن رویداد هست. مثلا" آن رویداد، آن رویدادی نبوده که ما می خواستیم. بنابراین ما ناراضی هستیم. رویداد بعدی هم آنطوری اتفاق نیافتاد که ما می خواستیم. در آن هم حس وجود منفی وجود دارد. یعنی آن رویداد می تواند در ما خشم و ترس و غیره آنها ایجاد کند. پس می بینیم که این ذهن من دار ما، این هوشیاری جسمی ما می تواند رویدادها را در زمان بگذارد و فاصله آنها را بصورت زمان سایکولوژیکی یعنی زمان روانشناختی ببیند و تصور کند که آنها هنوز وجود دارند و بعلاوه اینجا می تواند بنشیند این لحظه، این لحظه را بصورت جسم می بیند. بصورت اتفاق می بیند.

بنابراین از جنس اتفاق است. دیگر نمی تواند آگاهی دیگری داشته باشد. حالا چون تا حالا اتفاقات خوب اتفاق نیافتاده دارد تجسم می کند در ذهنش یک رویدادی را که در آینده می خواهد اتفاق بیافتد بطوریکه این رویداد فعلی به آن می خواهد کمک کند. اگر کمک نکند به درد نمی خورد.

برای اینکه این لحظه که زندگی است زندگی را بصورت جسم می بیند. نمی فهمد. نمی داند. هوشیاری جسمی است. پس بنابراین دارد پیش بینی می کند که یک رویدادی اتفاق خواهد افتاد در آینده که این رویداد زندگی اش را درست خواهد کرد. به او زندگی خواهد داد، به او شادی خواهد داد.

الان که ما شاد نیستیم به ان علت است که آن اتفاق هنوز نیافتاده و اتفاقاتی افتاده که نباید می افتاده و آن اتفاقات نیافتاده که ما می خواستیم بیافتد. شما به خودتان نگاه بکنید ببینید اینطوری هستید. آیا شما این لحظه نشستید می گوئید که در گذشته باید اتفاقاتی می افتاد که نیافتاده یا اتفاقاتی افتاده که نباید می افتاد.

بنابراین حالا که اینطوری بوده که من اینها را هم عینی می بینم. این اتفاقات تمام نشده که و در آینده اینها می خواهد به نتیجه برسد. پس بنابراین این هوشیاری جسمی شما که الان در آن هستید پخش در زمان هست. ولی شما دقت کنید خواهید دید که هر اتفاقی می افتد همین الان می افتد. اگر شما به تجربه عینی و فوری و تجربه دست به نقد نگاه کنید. تنها چیزی که میسر است نگاه کنید خواهید دید همه این اتفاقات که افتاده بنظر شما در گذشته هنوز زنده هست و در آینده هم می خواهد بیافتد آن هم زنده هست. ما داریم آنجا زندگی می کنیم در واقع همین الان دارد می افتد. هر اتفاقی که می افتد همین الان می افتد و همیشه ما در این لحظه هستیم. خوب دقت کنید. حالا من از شما یک سوالی می کنم. شما الان به خودتان نگاه می کنید می بینید که هوشیاری جسمی دارید.

چه چیزی دارد نگاه می کند که می فهمد شما هوشیاری جسمی دارید؟ چه چیزی در شما می بیند که شما از جنس هوشیاری جسمی هستید. این لحظه آگاه به یک جسم هستید. به یک چیز هستید. به یک الگوی ذهنی هستید. دارید یک فکری می کنید راجع به یک چیزی. چه چیزی می بیند آن را؟ آن یک هوشیاری دیگری است که این را می بیند. آن هوشیاری همان هوشیاری حضور هست.

پس در شما همین الان که نگاه می کنید به خودتان که من چطور هوشیاری دارم و می بینید که بی اراده هر لحظه یک فکری در ذهن شما پدید می آید و شما راجع به آن آگاه می شوید یک هوشیاری دیگری وجود دارد به نام هوشیاری حضور که اصل شماست. ولی شما همیشه آگاه به این هوشیاری جسمی هستید. این غالب است. حالا اگر شما این صدای سرتان را بخوابانید، این ذهن را خاموش کنید و آن چیزی که این را می بیند به آن قوت بدهید و حس کند که از این جنس هستید و از این جنس نیستید.

از جنس هوشیاری جسمی نیستید بلکه از نوع هوشیاری بی فرم و بی زمان هستید. بی زمان یعنی الان دیگر از نگاه این هوشیاری حضور که اصل شماست رویدادها تمام شده. برای اینکه آن زنده در این لحظه است. برای آن این لحظه وجود دارد. این لحظه هم همینطور هست که هست. توجه می کنید. بنابراین به اعتباری خار همان هوشیاری جسمی است. شما الان اگر فقط هوشیاری جسمی دارید و این غالب است به شما و شما روی آن کنترل ندارید، شما این خار را کاشته اید. اما درست است که خار را کاشته اید.

ولی شما الان می توانید به خودتان نگاه کنید ببینید که راست می گوید من هر لحظه به چیزی فکر می کنم این چیز هم در بیرون است. من این را می بینم. خب اگر می بینید آن که می بینید آن اصل شماست. هوشیاری جسمی شما فرع شماست. یک چیز تحمیلی به شماست، خار است. خدا می گوید یا زندگی می گوید این خار را باید بکنی. اگر این خار نباشد، این هوشیاری من دار جسمی این لحظه نباشد شما این هوشیاری بی فرم و بی زمان باشید که این اصل شماست از آن جنس هستید حقیقتاً" و قرار بود از این خار و از این هوشیاری من دار گفتیم زائیده بشویم.

زائیده بشویم یعنی خودتان را از آن بکشید بیرون که از این هوشیاری بی من. از این هوشیاری بی فرم و بی زمان زندگی بتواند شما را گیر بیاورد و شما مقاومت نکنید خودش را از شما بیان بکند. ولی چون ما هوشیاری فرم دار داریم اجازه نمی دهیم. برای یک انسان زنده شده به اصل خودش. زنده شده به گنج حضور، این لحظه زندگی است و فرم این لحظه یعنی اتفاقی که می افتد همینطور هست که هست. بنابراین اگر ذهن این را خوب نشان می دهد، بد نشان می دهد.

یعنی حالا امروز ما درآدمان بالا بوده آن خوب است. فردا ضرر دادیم آن بد است. حالا چه بدش چه خوبش یک جور است. واکنش نشان نمی دهد. مقاومت نمی کند. چرا؟ برای اینکه این شخص که معالاً" ما می خواهیم به آنجا برسیم در یک صحنه تناثر بشری زندگی می کند.

یعنی همه انسانها یک خار کاشته اند و این هوشیاری من دار فرمی یا جسمی دارند. از جنس رویداد هستند. شما فرض کنید که پانصد نفر با شما ارتباط دارند همه اینها از جنس رویداد هستند. دلشان می خواهد رویدادهایی اتفاق بیافتد که آنها را بزرگ کند. در آینده به یک جایی برساند. حالا شما با اینها دوست هستید، فامیل هستید، نزدیک شماست با شما زندگی می کنند. همه اینها در واقع یک صحنه تئاتر اوقات تلخی درست کرده اند به شما یک رولهایی داده اند می گویند شما این را بازی کنید.

کی بازی می کنید؟ وقتی که قربانی این رویدادها می شوید. آنها یک کارهایی می کنند شما مقاومت می کنید. شما که مقاومت می کنید از جنس رویداد می شوید. اگر مقاومت بیشتر بکنید قضیه بسیار جدی می شود و سفت تر می شوید یعنی آن هوشیاری جسمی شما شدیدتر می شود. شدیدتر جسم می شوید. دیدن اینکه هوشیاری جسمی دارید همین تماشايش یعنی این شناخت، یعنی خیزش هوشیاری حضور در شما که اصل شماست.

مردم می خواهند که، همه شما که به این برنامه تماشا می کنید می خواهید اصل خودتان بشوید ولی نمی شوید چرا؟ برای اینکه قبلا" هستید. اما چون هوشیاری جسمی دارید می خواهید یک جسم، یک رویداد این زندگی را به شما بدهد همیشه به جای غلط نگاه می کنید. جای غلط یک رویداد است. شما می خواهید یک رویداد، یک عمل، یک اتفاق شما را به زندگی برساند. در حالتیکه از قبل شما می توانیم بگوئیم زائیده شدید و زندگی هستید. شما جای درست نگاه نمی کنید، جای غلط نگاه می کنید. جای غلط کجاست؟

جسم است، یک چیز بیرونی است، فکر شماست. هر دفعه ما انجا نگاه می کنیم. چرا حالا آنجا نگاه می کنیم؟ برای اینکه از آن جنس هستیم. برای اینکه از آن جنس هستیم، چیز دیگر نمی بینیم. ولی خدا یا زندگی از جنس هوشیاری بی فرم است. اگر قرار باشد ما همیشه به یک جسم و رویداد هر لحظه آگاه باشیم. ما چجوری می خواهیم به زندگی یا خدا آگاه باشیم. از شما سوال می کنم. شما از خودتان سوال کنید. به سابقه زندگی خودتان هم نگاه کنید.

اگر همیشه در تمام لحظات شما به یک جسم، به یک چیز آگاه بوده اید شما وقت نداشتید که به هوشیاری بی فرم آگاه باشید. برای آگاهی به هوشیاری بی فرم باید این هوشیاری جسمی را رها کنید و تبدیل بشوید به آن. حالا من شما، هوشیاری من دار جسمی داریم چه کار کنیم؟ همه اش نگاه می کنیم فرم می بینیم. حالا راه حل. بارها مولانا گفته این قصه هم دارد راه حل به شما می دهد. پذیرش آن چیزی که الان ذهنتان به شما نشان می دهد.

پذیرش آن شما را از جنس هوشیاری بی فرم می کند، که اصل شماست و خدا هم از آن جنس هست. پذیرش آن. یک علامت راهنمای دیگر که در قصه هم هست. رابطه شما با این لحظه است. رابطه شما با این لحظه شما از خودتان بپرسید چی هست؟ از خودتان بپرسید بگوئید رابطه من با این لحظه. من این لحظه را چجوری می بینم؟ این لحظه یک فرم دارد من چون از جنس فرم هستم، فرمش را می بینم. درست است دیگر. هوشیاری فرمی دارم. آگاه به چیزها هستم فقط، رویدادها. بنابراین رویداد را فقط می بینم.

خب این رویداد را می بینید رابطه اتان با آن چگونه است. دوستانه هست یا خصمانه. دوستانه هست. این لحظه با یک قیافه ای ظاهر شده. مثلاً "یک کسی شما را دارد ملامت می کند. از یک کسی که خوشتان نمی یاد جلوی شما نشسته. یک کسی یک کاری کرده خیلی ضرر زده به شما ف راست راست راه می رود. خب رابطه شما با این لحظه چجوری است. آیا این لحظه که زندگی است خود خداست الان می خواهی با آن دعوا کنی یا با آن دوست هستی. این علامت راهنمایی است. چرا حالا می گویم علامت راهنما.

هر چی که اینجا ما می گوئیم اشاره می کند به ورای خودش که اصل شماست. هوشیاری بی فرم است. **هرچه می گوئیم آن گفته اعتبار ندارد مگر اینکه شما را کمک کند که یک جوری نشان بدهد آن هوشیاری شماست.** هوشیاری بی فرم ذاتی شما که الان پوشیده شده. چرا پوشیده شده؟ چی پوشانده؟ هم خودتان گفتید همان هوشیار شدن به جسم. اگر شما هر لحظه به جسم هوشیار هستید دیگر شما به هوشیاری بی فرم هوشیار نیستید یا آگاهانه هوشیارید نیستید. **باید آگاهانه هوشیار باشید.** باید بدانید که از آن جنس هستید و ریشه دارید. تمام صحبت ما همین است دیگر که شما از این هوشیاری جسمی تبدیل بشوید به هوشیاری. باید تبدیل بشوید. اینکه شما می گوئید فهمیدم، فهمیدن به درد نمی خورد که. بعضی ها می گویند فهمیدم.

قسمت دوم

این هوشیاری جسمی خدا را هم بصورت جسم در می آورد. زندگی را هم بصورت جسم در می آورد. گنج حضور را هم بصورت جسم در می آورد. کندن خار را هم بصورت جسم در می آورد. همه را پشت سر هم مثل بلات، بلات می چیند. جعبه به جعبه می گوید باید این کارها را کرد من فهمیدم، فهمیدی؟ هوشیاری جسمی تو چی شد. هنوز که هست که.

اگر قرار باشد هوشیاری جسمی شما، شما را برساند به آنجا که نمی رساند باید خودش از بین برود. اگر قرار باشد در این لحظه شما بیدار بشوید به یک هوشیاری دیگری که مولانا گفت این هوشیاری همان سوار است که این هوشیاری جسمی که گفت حس. آن شاه است، این اسب است و این اسب هم چموش است و اگر ادب نکنید پیش شاه رد می شود. درسته؟

شاه می خواهد سوار این اسب حس بشود. این اسب باید تربیت بشود. این هوشیاری جسمی چجوری تربیت بشود حالا. این را که نمی شود تربیت کرد. باید Transform بشود، باید تبدیل بشود. ولی هر لحظه مقاومت می کند. کارش این است. ذاتش مقاومت است و شما را می برد به زمان. پس این هوشیاری جسمی با زمان کار دارد. خونس زمان است. زمان هم گفتم چی هست. فاصله بین رویدادها، فقط رویدادها را می شناسد. فاصله رویدادها را بصورت زمان می بیند. این فاصله توهمی است، این لحظه شما توجه کنید.

آن رویدادی که بنظر می آید دیروز اتفاق افتاده، زنده است دیگر وجود ندارد. حالا این را کی می بیند وجود ندارد؟ هوشیاری حضور بی فرم که اصل شماسست. به اعتباری برای اینکه شما خودتان بشوید هیچ کاری نباید بکنید. یک سری کارها را نباید بکنید. یعنی اینکه این هوشیاری جسمی را که اسمش خار است شما ساکتش کنید. دم به دم آن نگذارید. برای جستجوی خودتان به آنجا نروید. از آن استفاده نکنید که زندگی پیدا کنید.

حالا که می دانید اگر قرار باشد هوشیاری جسمی با رویدادها سر و کار داشته باشد فقط رویدادها را می ببیند. می خواهد از رویدادها برای شما زندگی بیرون بکشد. شما هم به تجربه دیده اید که رویدادها زندگی ندارند. زندگی از اعماق وجود شما از اصل شما سرچشمه می گیرد و شما عین او هستید ولی اشتباهاً" برای جستجوی خودتان به رویدادها نگاه می کنید. خب اینها را ما می فهمیم دیگر.

حالا در قصه گفت که، حاکم به او گفت که بکن این خار را. گفت ای عمو، به خدا می گوید عمو یا به زندگی که من زمان می بینم. ما زمان داریم. چرا زمان گفت می بینم؟ برای اینکه از جنس هوشیاری جسمی هست و هوشیاری جسمی هم، یعنی از جنس رویداد هست. بنابراین رویدادها هم در زمان اتفاق می افتد. پس می گوید من زمان می بینم، رویداد می بینم. چه عجله ای داری. می گوید که زودباش بدهی خود را بده و بدهی ات را عقب نیانداز. خدا به او می گوید به من و شما بدهی را بده. بدهی چی هست؟ بدهی همین هوشیاری من دار را رها کن.

بگذار من خودم را از تو بیان بکنم و بعد مولانا دوباره من تکرار بکنم صبر را مطرح کرد. علامت راهنمای دیگر برای صبر دوستی با این لحظه است. شما فهمیدید که این لحظه خود خداست و زندگی است و من باید با این لحظه دوست باشم. به هیچ وجه رابطه دوستیم را با این لحظه به هم نمی زنم ولو این لحظه قیافه اش، فرمش یک جوری ظاهر شده که من نمی توانم تحمل کنم. ولی با آن دوست باشم. برای اینکه این هوشیاری جسمی من دار از عدم دوستی با این لحظه به اصطلاح قوام می گیرد، قوت می گیرد.

شما به خودتان نگاه کنید این لحظه اتفاق می افتد شما می گویند من با این لحظه چنان رفیقم که این اتفاق هیچ نفوذی روی من ندارد و من نمی خواهم در این تناثر اوقات تلخی بشری شرکت کنم. برای من زندگی فقط این لحظه هست، این لحظه هم همینطور هست که هست. هر چی می خواهد باشد. من با این لحظه رفیقم. بله. تمام شد. من ذهنی کارش تمام می شود. اگر شما این تصمیم را بگیرید با این لحظه می خواهم رفیق باشم، دوست باشم.

این لحظه زندگی است دوباره بگویم. این لحظه همان شاه است و در طول قصه می گفت که این شاه اولش نصیحت می کند شما را. حالا نصیحت می کند، مرتب پیغام می فرستد، اتفاقات می افتند. شما که درد می کشید اینها همه پیغام است که شما بهتر است این هوشیاری که الان در آن هستید عوض کنید تبدیل کنید به هوشیاری بی من حضور که شاه بتواند سوار اسب شما بشود. سوار اسب شما بشود یعنی این سیستم شما، بطور کلی هوشیاری شما از جنس هوشیاری بی من حضور باشد و این هوشیاری بی من حضور

عین زندگی است. اصل شماست. بنابراین مقاومتی راجع به اتفاقات نمی کند. آیا معنی آن این است که عمل نمی کند اتفاقات را تغییر بدهد. چرا عمل می کند ولی خرد کل از طریق شما دارد عمل می کند و به شما کمک می کند. شما همیشه می خواهید رویدادها را عوض کنید. هیچ رویدادی سر خود بوجود نمی آید که آن طوری باشد که شما می خواهید. ولی یک موقعی هست که فقط عقل رویداد دارید شما. عقل رویداد، عقل ستیزه و نارضایتی است.

برای اینکه هیچ موقع رویداد این لحظه طوری اتفاق نمی افتد کاملاً" شما را راضی کند و چون در گذشته اینها اتفاق افتاده که آن طوری نبوده که شما می خواستید این یک مومنتم گرفته است. یعنی ما به عبارت دیگر آماده ایم و سرعت گرفتیم به اینکه این لحظه هوشیاری من دار جسمی داشته باشیم. درست مثل اتومبیلی که با سرعت صد کیلومتر دارد راه می رود. درست مثل اینکه این رویدادها، فرض کنید یک کسی پا شود از خواب اول با همسرش بگو مگو کند. بیاید بیرون یکی با اتومبیل بیچد، یک ذره او عصبانی اش کند. بعد بیاید با رئیسش دعواش بشود.

دیگر از آنجا به بعد این عدم دوستی با این لحظه که شروع شده. عدم رفاقت با رویداد این لحظه که شما را از جنس هوشیاری حضور می کند، از جنس زندگی می کند تبدیل شده به هوشیاری من دار، از آنجا به بعد به تمام روابطتان پخش خواهد شد. برای اینکه شما مومنتم گرفتید. سرعت گرفتید که از جنس هوشیاری من دار جسمی باشید.

نمی توانید دیگر برگردید. درست مثل اتومبیلی که با یک سرعتی حرکت می کند. همه ما تقریباً "خار را کاشته ایم. حالا مولانا اینجا سمبلیک گفت که خار ریشه دوانده. خار ریشه دوانده یک علامت راهنمایش این است که درست مثل اینکه اتومبیلی که با سرعت صد کیلومتر دارد می رود حالا ما می خواهیم آن را متوقف کنیم. چجوری متوقف کنیم؟ باید ترمز کنیم. ترمز هم یادمان رفته چجوری ترمز می کنند. ترمز آن چی هست؟ ترمز آن دوستی با این لحظه است. دوستی با این لحظه شما تصمیم می گیرید این لحظه زندگی هست می خواهم با آن دوست باشم. بنابراین هرچی هست در این لحظه قبول می کنم.

این لحظه یک ترمز است. همین دوستی با این لحظه یک تبر به یکی از ریشه های این خار است. حالا لحظه بعد یادم رفت من تصمیم گرفته بودم با این لحظه دوست بشوم. دوباره به خودم یادآوری می کنم من با این لحظه دوست می شوم. حالا فرض کن که رفتم با همسرم دعوا شده، رفتم یکی هم جلوی من پیچیده، رفتم رئیس سر من داد می زند و بین این پیچیدن و رئیس یک دفعه یادم افتاد باید با این لحظه باید رفیق باشم.

حالا که رئیس سرم داد می کشد الان دیگر با این داد من رفیقم. می توانم معذرت بخواهم. خب ببخشید من دیر آمدم یا آن گزارش را به شما ندادم به موقع. الان تهیه می کنم. الان رفیق شدم با این لحظه. یادم افتاد. یادم رفته بود. اگر یادم بود با همسرم هم دعوا نمی کردم. همین که از خواب پا می شوم اولین چیزی که یادم می افتد با این لحظه رفیقم چون این لحظه زندگی است. با این لحظه رفیقم یعنی با فرم این لحظه رفیقم.

چنان با فرم این لحظه رفیقم که فرم این لحظه روی من اثر ندارد و هر موقع دوستیم را تجدید می کنم من از جنس هوشیاری حضور می شوم. حالا اجازه بدهید یک چند سطر ادامه بدهیم. بله. مولانا گفت که:

هیزم تیره حریف نار شد تیرگی رفت و همه انوار شد
در نمکلان چون خر مرده فتاد آن خری و مردگی یکسو نهاد

اینها را شاید قبلاً خواندم، دوباره سریع تکرار می کنم. هیزم تیره همین به اصطلاح هوشیاری جسمی سبب شده رویدادها شارژ بشود با درد. هوشیاری جسمی که آگاه از رویدادهاست. رویداد این لحظه را به عنوان پلکان، بعنوان وسیله می داند برای رسیدن به زندگی در آینده. رویداد این لحظه موافق میلش نیست، گرچه همه اینها توهم است. بنابراین از رویداد این لحظه می رنجد و با آن ستیزه می کند.

بنابراین هیزم درست می کند. هیزم رنجشهای شماسست. هیزم خشمهای شماسست. هیزم ترسهای شماسست. هیزم هم هویت شدگیهای شماسست. هیزم همان است که دیروز با یکی دعوا کردی هنوز یادت نمی رود از دیروز تا حالا سیصد مرتبه یادت افتاده آن هیزم است. می گوید اگر یکدفعه آگاه بشوی که دیگر باید این زندگی به تله افتاده است. یکدفعه شما به آن نگاه می کنید. آئی که نگاه می کند هوشیاری حضور است. بنابراین این می سوزد. اگر شما بلد باشید هیزم هایتان را یکدفعه بسوزانید یک سرمایه می شود آن را سرمایه می کنید بنابراین مقدار زیادی هوشیاری حضور آزاد می شود.

اگر شما یکدفعه یادتان بیافتد یک چیز بزرگی ، یک رنجش بزرگی دارید آن را ببخشید سرمایه هوشیاری حضور ایجاد می شود. برای اینکه زندگی در آنجا به تله افتاده. گفتم چرا و می گوید **تیرگی رفت و همه نور شد** و اگر هم به اصطلاح خر مرده بیافتد در نمکدار، نمکدار فضای حضور است. این خر مرده همین هوشیاری دوباره من دار ذهنی جسمی است. که هر لحظه گفتیم آگاه به چیزی است. اگر بیافتد در فضای حضور **آن خری و مردگی یکسو نهاد**. الان می گوید:

صبغه الاه هست خم رنگ هو **پیسها یک رنگ گردد اندرو**
چون در آن خم افتد و گویش قم **از طرب گوید منم خم لا تلم**

الان یک سمبلیسم دیگر مولانا به کار می برد. می گوید که این هوشیاری من دار، این خار. صحبت خار است. همه اش، می خواهیم این خار را بکنیم. می گوید که این خم رنگری **هو یعنی خدا** در واقع رنگ خداست. رنگ خدا چی هست؟ رنگ خدا بی رنگی است. رنگ خدا، رنگ گنج حضور است. رنگ اصل شماسست. پیسها یعنی دو تکه ایها، سیاه سفیدیها، دونیها. این خوبه این بده. این جوانمرده این نامرده.

اینها چی هست؟ اینها مال ذهن است. این از هوشیاری رویدادی می آید. هوشیاری که آگاه به اجسام است. پیسها در او یکرنگ می شود. یکرنگ می شود یعنی چی؟ تبدیل می شود به رنگ بیرنگی. رنگ بیرنگی هوشیاری حضور است. همه اش می خواهیم بگوئیم که این هوشیاری جسمی اگر نباشد ولی خودش را جا انداخته در توهم ما را مشغول کرده.

هر لحظه هم ما می رویم سر آن می گوئیم به ما زندگی بده، کمک کن به من. آن شده دل ما. می خواهیم آن را در بیاوریم که آن دل ما نشود و این رنگ خدا دل ما بشود. می گوید

که: چون در آن خم افتد و گویش قم

یعنی اگر شما این هوشیاری من دار جسمی را رها کنید یکدفعه بیافتید در خم رنگری خدا و ما به شما بگوئیم قم. قم یعنی برخیز. برخیز یعنی چی؟ برخیز مثل قبل. یعنی به عنوان شخص بعنوان هوشیاری جسمی برخیز. از طرب گوید، از شادی می گوید چون آنجا افتاده دیگر. قبلاً "دنبال گدائی شادی بود که به دستش نمی آمد برای اینکه از رویدادها می خواهد. الان عین شادی شده. گفتیم شما از جنس سکون هستید و اگر سکون مرتعش بشود می شود شادی.

در هوشیاری جسمی من دار ما فقط رویدادها را می شناسیم، از رویدادها زندگی می خواهیم. در هوشیاری حضور که شما اصلتان هستید شما سکون هستید که وقتی شروع می کنید به حرکت، به ارتعاش، به یک کاری کردن. شادی می ریزد به اعمال شما، فکرهای شما و با کسانی که با آنها سرو کار دارید. دارد می گوید اگر آن خم بیافتد، اگر بگویی پاشو دیگر پا نمی شود. **از طرب گوید منم خم** من خود خم هستم.

لا تلم یعنی ملامت نکن، دست از سرم بردار من اینجا افتاده ام خوب است. نمی خواهم پا شوم. دیگر نمی خواهم مثل قبل پا شوم. شما هم همینطور هستید. آنطوری می گوئید.

می گوید:

آن منم خم خود انا الحق گفتنت **رنگ آتش دارد الا آهنست**

می گوید اونی که می گوید من خود خم هستم آن گفتن این است که من خدا هستم. **انا الحق** مال منصور حلاج است می دانید گفت من خدا هستم. پس آئی که هوشیاری من دار جسمی اش تبدیل شده به هوشیاری بی فرم خدائی، به اصلش. دارد می گوید من خدا هستم، من از جنس خدا هستم.

خود انا الحق گفتنت **رنگ آتش دارد الا آهنست**

یعنی درست مثل اینکه ما یک آهنی را گرم کردیم سرخ شده، رنگ آتش دارد. رنگش سرخ است. بنابراین رنگ آتش دارد ولی آهن است. حالا دارد تشبیه می کند شما را به اینکه وقتی شما هوشیاری جسمی اتان به هوشیاری بی فرم، بی زمان تبدیل می شود که این لحظه زنده هست در آنصورت درست است که شما آن موقع بدن دارید، فکر می کنید. این ذهنتان در اختیار هوشیاری قرار می گیرد.

الان دارد این را توضیح می دهد با گرم کردن آهن. می گوید رنگ آتش دارد ولی هنوز آهن است. شما هم رنگ عشق دارید ولی هنوز انسان هستید. **رنگ آهن محو رنگ آتشست**. در آهن گداخته که خیلی داغ شده، سرخ شده. رنگ آهن که تیره هست، از بین رفته و قرمزی بالا آمده. شما هم رنگ هوشیاری من دار ، هوشیاری جسمی که فقط راجع

به رویدادها همیشه فکر می کرد آگاه بود آن خوابیده. رنگ عشق، ارتعاش عشق، دیدن زیبایی، اینها رو آمده. پس همانطور که رنگ آهن محو رنگ آتش است. رنگ قبلی شما هم عوض شده. حتی رنگ بدنتان، صورتتان عوض شده. برای اینکه این خرد، این سلامتی از آتش عشق در ذرات وجود شما می ریزد، مرتعش می شود. این همان سکون است که شادی مرتعش عشق در ذرات وجود شماست.

ز آتشی می لافد و خامش و شست دوباره رفتیم سر آهن. آهن سرخ شده ادعای آتشی دارد. آتش است اصلاً". ادعا می کند من آتشم شما هم ادعا می کنید عشق هستید اما حرف دیگر نمی زند. شما هم خاموش و شست. شما دیگر ذهنتان را ساکت کردید. الان اگر عشق در شما کار می کند قبلاً" هر لحظه در سر شما یک فکری پدید می آمد این فکر می گفت که اینطوری هست یا قضاوت بود یا شناخت یک چیز بیرونی بود. یک کسی اینطوری گفته. بله آن انطوری هست. همه اینها یکی یکی می رفت. حالا دیگر آنها نیست، آن خوابیده. رنگ عشق داریم ولی خاموشیم حرف نمی زنیم. اصلاً" میل به حرف زدن هم نداریم.

چون به سرخی گشت همچون زر کان پس انا النارست لافش بی زبان

چون آن آتش را داریم صحبت می کنیم. وقتی سرخی آتش در آهن اینقدر زیاد شد که این آهن شبیه زر معدن شد. پس بنابراین بدون اینکه حرف بزند، ادعایش، لافش. در اینجا لاف معنی مثبت دارد. می گوید که من آتشم. حالا آهن است، می گوید من آتشم. چرا؟ برای اینکه سرخ شده شبیه آتش شده. آتش غالب شده به رنگ آهن.

شد ز رنگ و طبع آتش محتشم گوید او من آتشم من آتشم

او از رنگ و طبیعت آتش، خاصیت آتش بزرگ شده. بزرگی را از آتش گرفته آهن. ما هم بزرگی را که انسان هستیم از هوشیاری خدائی حضور گرفتیم، از عشق گرفتیم پس ما هم محتشم شدیم. ما هم بزرگ شدیم برای اینکه هم رنگ ما هم طبع ما عوض شد. مولانا می گوید که اینطوری می شود آدم تبدیل می شود. به او می گوید چی. **گوید او من آتشم من آتشم**. آهن می گوید من آتشم، من آتشم. شما هم می گویند من عشقم، من عشقم.

لازم نیست بگویند، هیچ به زبان نمی گویند از طریق ارتعاش، از طریق زندگی و طرز زندگی و کارهایی که می کنید و آنطور که جهان را می بینید. آنطور که با مردم برخورد می کنید. شما دارید می گویند من عشقم، من عشقم.

آتشم من گر ترا شکیست و ظن آزمون کن دست را بر من بزن
آتشم من بر تو گر شد مشتبه روی خود بر روی من یکدم بنه

آتش یا آهن می گوید که من آتشم. اگر شما شک و تردید دارید. واقعا" گمان می برید من آتش نیستم، امتحان کن. دستت را به من بزن و دوباره می گوید اگر تو شبهه داری که من آتش نیستم یک لحظه صورتت را به صورت من بنه. انسانی هم که واقعا" زنده شده باشد به عشق شما اگر به او نزدیک بشوید واکنش نشان نمی دهد. این آدم عشق دارد و عشق او تشعشع می کند و تشعشع عشقش همان آتش است.

می گوید اگر شما حقیقتاً "شک دارید که من عشق دارم یک لحظه خودت را در اختیار من قرار بده. صورتت را به صورت من بده یعنی اجازه بده این ارتعاش عشقی در شما کار بکند. نزدیک من بیا. عشق هم از طریق ارتعاش کار می کند. شما در حیطة نفوذ یک آدم زنده به گنج حضور قرار بگیرید عشقتش، لطافتش، زیباییش در شما اثر می گذارد و آن زندگی را در شما بیدار می کند. دارد این را می گوید. حالا می گوید:

آدمی چون نور گیرد از خدا هست مسجود ملایک ز اجتبا

نیز مسجود کسی کو چون ملک رسته باشد جانش از طغیان و شک

اگر آدمی از خدا نور بگیرد. از خدا نور بگیرد یعنی چی؟ یعنی شما هوشیاری جسمی را خاموش کردید. ذهنتان را خاموش کردید. با همین شناخت. با دوستی با این لحظه. دوستی با این لحظه یک اسمش صبر است. اگر شما با این لحظه دوست شدید از اینکه آگاه شدید که با این لحظه زندگی هست و خود خداست دوست شدید برای همین توانایی شکر کنید. شکر کنید. شکر کنید قدرش را بدانید. اینکار را زیاد بکنید برای اینکه هر دفعه اینکار را می کنید از خدا نور می گیرید.

آدمی چون نور گیرد از خدا هست مسجود ملایک ز اجتبا

اجتبا یعنی انتها. یعنی انسان اگر از خدا نور بگیرد چون این نور، این هوشیاری. هوشیاری حضور که فقط در انسان می تواند بر بخیزد و خودش را نشان دهد و در واقع مرتعش بشود و نور زنده کننده عشق را یا حضور را یا هرچی که اسمش را می گذارید،

به این جهان می آورد. اینطوری بگوئیم تنها انسان است که می تواند این نوع هوشیاری را به این جهان بیاورد. این همه گفته اند که این مسئولیت را داده اند به کوهها، به آسمان. آسمان بار امانت نتوانست کشید. **حافظ می گوید: قرعه این فال به نام من دیوانه زدند.** هیچکس از عهده اینکار بر نمی آید مگر ما انسانها. ما انسانها این هوشیاری را به این جهان می آوریم.

بنابراین هر چیزی که در این جهان هست دارد سجده می کند به این هوشیاری. **همچنین مسجود کسی کو چون ملک.** همچنین هر کسی که جانش از طغیان و شک رسته باشد. حالا طغیان و شک را کی دارد؟ کسی که هوشیاری جسمی دارد. هوشیاری جسمی چون ریشه ندارد و ذهنی هست و در هوا هست بنابراین واقعا "مطمئنا" چیزی را نداند فقط می فهمد. آن چیزهایی که ما با هوشیاری جسمی می فهمیم مطمئن نیستیم. برای همین از این و آن می پرسیم، کتاب می خوانیم. در اصل خودمان مطمئن نیستیم و طغیان هم می کنیم.

طغیان یعنی مقاومت شما و نپذیرفتن شما و اعتراض شما به این لحظه، به رویداد این لحظه. گفتیم که رویداد را می شناسیم فعلا" ما. ولی اگر رویداد را می شناسید چرا با رویداد این لحظه رفیق نباشید. حالا فقط این را یاد بگیریم ما. ما گفتیم که خیلی خوب. ما این ایراد را داریم که این لحظه فقط هوشیاری جسمی داریم راجع به رویدادها می توانیم آگاه بشویم.

خب این را هم پس بدانیم حالا که ما رویداد را می شناسیم با رویداد این لحظه رفیق بشویم. این یادمان نرود. برای اینکه رفاقت، دوستی با رویداد این لحظه ما را از جنس هوشیاری حضور می کند. ما را از جنس اصلمان می کند. شما می خواهید ببینید یک لحظه اصلتان چجوری هست؟ با اتفاق این لحظه که می شناسید آن را، رفیق بشوید. بطور کامل در آغوش بگیرید و بگوئید من از درون با این موازی و راضی هست.

معنی آن این نیست که شما نمی توانید اقدام کنید، عمل کنید و وضعیت فعلی را عوض نکنید ولی از درون واکنش نشان ندهید. اگر جانشان از طغیان و شک رسته باشد سجده می کنیم به انسانی که یا آدمی که از خدا نور می گیرد. **الان مولانا می گوید که از این تشبیه خیلی راضی نیست می گوید که :**

آتش چه آهن چه لب ببند ریش تشبیه مشبه را مخند

آتش چی هست. آهن چی هست. این چیزهایی که گفتی اینها هم جسم بودند. درست است که تشبیه کردیم حالا یک کاری می کند که ریش تشبیه کننده خنده دار بشود. مردم بخندند به ریش تشبیه کننده. یعنی این تشبیه زیاد جالب نبود. حالا اگر شما استفاده کردید بکنید ولی واقعا" این تشبیه پر معنی بود. بعد می گوید:

پای در دریا منه کم گوی از آن بر لب دریا خمش کن لب گزان

حالا چاره چی هست؟ تو با ذهنت بر دریا قدم نگذار. ما الان هوشیاری جسمی داریم، رویداد می شناسیم و ذهن می شناسیم و جعبه می شناسیم. اینجا باید اینجوری بشود اینجوری بشود، اینجوری بشود. اینطوری به زندگی قدم نگذار. یعنی با ذهنت، با آن هوشیاری به زندگی قدم نگذار. بهترین کار این است که این هوشیاری را خاموش کنی.

بر لب دریا خمش کن لب گزان. شما می دانید چه اتفاقی می افتد اگر این هوشیاری من دار ذهنی خاموش بشود؟ اگر یک لحظه فقط خاموش بشود شما از حیرت انگشت به دهان می مانید. آن چیزهایی که نمی دیدید یکدفعه می بینید که چه معجزاتی همین الان اطراف شما اتفاق می افتد و این زندگی چقدر شگفت انگیز است و در حیرت می مانید. خمش کن لب گزان یعنی از عظمت زندگی.

قسمت سوم

گرچه صد چون من ندارد تاب بحر لیک می نشکیم از غرقاب بحر
جان و عقل من فدای بحر باد خونبهای عقل و جان این بحر داد

پس می گوید که وقتی ما این هوشیاری من دار جسمی را رها می کنیم. گفت این را خاموش کن بر لب دریا بنشین. بر لب زندگی بنشین. اگر با آن هوشیاری جسمی نگاه کنیم به خودمان، گرچه که ما تاب زندگی را نداریم. گرچه که آن هوشیاری می گوید که ما اصلاً" لیاقت این زندگی را نداریم. زندگی را نمی شناسیم ولی الان که شما این حرفها را می شنوید ولو اینکه تابش را ندارید می گوید که من جلوی خودم را نمی گیرم.

(شکيبیدن = جلوی خود را گرفتن) از اینکه در این دریا غرق بشوم. پس وقتی ما، به چشمان این ترس نگاه کنید برای اینکه هوشیاری جسمی رویداد می شناسد. فکر می کند اگر رویدادها قطع بشود آگاهی از رویدادها و هم هویت شدن با اینها که معمولاً" بصورت یک فکر در این لحظه در سر ما پدید می آید اگر این بخوابد ما مردیم. نه ما نمی میریم.

شما را می ترساند از این. شما به چشمان این ترس نگاه کنید بروید جلو **نترسید**. بگویند من از اینکه بیافتم و ذوب بشوم در این بحر. بحر فضای یکتائی این لحظه است که این من ذهنی یا این خار یا این هوشیاری جسمی دوست ندارد. چرا دوست ندارد؟ برای اینکه اگر دوست داشته باشد این را خودش نخواهد بود. برای اینکه وجودش از آنجا می آید که ستیزه کند با خدا، با زندگی، با فضای یکتائی. درسته؟

این را باید در خودتان ببینید اگر شما هوشیاری جسمی دارید هر لحظه این دارد می ترسد از اینکه محو بشود در دریای زندگی و شما را می ترساند ولی **شما نباید بترسید**. یکبار نترسید و **ترس بنیان ماست**. می خواهید (بدانید) پی ما الان به عنوان هوشیاری جسمی چی هست؟ **ترس هست**. **بزرگترین هیجان غالب به ما ترس هست**. هر انسانی که هوشیاری جسمی دارد می ترسد برای اینکه جسم است. هر جسمی می ترسد.

اگر هوشیاری بی فرم بود نمی ترسید. برای اینکه هوشیاری بی فرم خود زندگی است. جاودانه است. زندگی مرگ نمی شناسد. ما از مرگ می ترسیم. بلواقع از مرگ می ترسیم.

درسته که از ضرر مادی می ترسیم. از اینکه خانه امان را از دست بدهیم می ترسیم. از اینکه نمی دایم همسرمان را از دست بدهیم می ترسیم. ولی معالاً" از مرگ می ترسیم. حالا می گوید که این جان و عقل من که این ترسها را به من می دهد و جان و عقل من. کدام جان و عقل؟ جان و عقل مصنوعی. وقتی هوشیاری جسمی داریم ما جان و عقل آن را داریم. آن جان ماست، دل ماست. مثل جان دوستش داریم.

همین ترسها را دوست داریم و عقلی که این هوشیاری می دهد. ولی این عقل هوشیاری جسمی ما از رویدادها می آید. از تجربه ها می آید، تجربه های من دار که به درد نمی خورند. تجربه های من دار ما عقل توش نیست. زیرکانه هست. توهمی هست. من توش هست. از همه بدتر من توش هست. ما همه اش دنبال حفظ این من هستیم. وقتی من خودمان را می خواهیم حفظ بکنیم حتی از نظر مادی هم ما ضرر می کنیم. حالا می گوید:

جان و عقل من فدای بحر باد. این هوشیاری فعلی من که فقط هوشیاری جسمی هست که من هم توش هست، این فدای آن فضای یکتائی باد. **خونبهای عقل و جان این بحر داد.** یعنی بهای خون، حالا این اگر عقل و جان من است خورش ریخته بشود، شما نگران نباشید این را قبلاً" داده به ما. از شما پرسیدم شما از کجا می فهمید که الان هوشیار به یک جسم هستید؟ برای اینکه آن هوشیاری را به شما داده اند قبلاً". شما آن هوشیاری هستید. به عبارت دیگر این همه که می گوییم شما باید زانیده بشوید از مادر دوم که مادر دنیا باشد شما چه بسا زانیده شدید یا قسمت اعظم شما زانیده شده.

فقط باید دیگر برای دیدن خودتان به آنجا نگاه نکنید به خودتان نگاه کنید. الان مولانا توضیح می دهد.

تا که پایم می رود رانم درو چون نماند پا چو بطانم درو

خب می گوید که **شما با این لحظه رفیق می شوید**، یک مقدار هوشیاری حضور آزاد می شود. دوباره یادتان می رود رفیق می شوید، رفیق می شوید. **آنقدر اینکار را تکرار می کنید که اینکار طبیعی بشود**. یعنی دیگر هر لحظه ای که توش هستید فرم آن لحظه می آید با آن رفیق هستید. اینطوری زندگی می کنید. پس از یک مدتی همانطور که آدم در دریا راه می رود اول پاهایش به زمین می رسد پس از یک مدتی پاهایش دیگر به زمین نمی رسد باید شنا بکند اینجا هم همین را می گوید.

یواش یواش شما تا آنجائی که می توانید با این لحظه رفیق بشوید یا صبر کنید یا شکر کنید. اینها را گفتیم قبلاً". اینها هوشیاری حضور ایجاد می کند. **همیشه شکر کنید**. همیشه قدرشناسی کنید و با این لحظه رفیق بشوید. و قدر آن هوشیاری حضور که ایجاد شده و شما می توانید مزه زندگی را تا آن اندازه می چشید بگوئید من ممنونم. این ممنون بودن دوباره شما را از جنس این لحظه می کند. ممنون باشید. ممنون باشید از زندگی، ناراضی نباشید. **بدترین چیز** ستیزه و ناراضیاتی از اتفاق این لحظه هست. **بهترین چیز** به اصطلاح یکی بودن با اتفاق این لحظه هست بطوریکه اتفاق این لحظه شما را از جا نکند. اثر نگذارد روی شما.

در اینصورت شما چنان با زندگی در این لحظه یکی می شوید. چنان به زندگی نگاه می کنید دیگر به بیرون نگاه نمی کنید. بیرون هر چی می خواهد بشود ولی خوب می شود. شما ممکن هست بگویند که من افسار زندگی را ول کنم که اصلاً" دیگر نمی توانم جمع کنم که. نه اینطوری نیست. اتفاقاً" آن افسار زندگی را محکم گرفته ای می خواهید شما کنترل کنید همه چیز را آن است که در دست دارد. آن هست که آدم را پیر می کند، مریض می کند.

که بارها مولانا گفته اگر اینکار را بکنید پس از یک مدتی. حالا پس از یک مدتی مرکز ثقل شما، سنگینی شما می افتد به آنور. شما شصت درصد از جنس حضور بشوید. شما دیگر از جنس حضور شدید، شناور شدید، عین آن دریا شدید. خودتان را از جنس زندگی می دانید نه از جنس رویدادها دیگر. پس از یک مدتی که این هی زیاد شد، زیاد شد، زیاد شد. یکدفعه یک اتفاقی در شما می افتد، حس می کنید که از جنس زندگی هستید دیگر از جنس رویدادها نیستید. اصلاً" رویدادها هرچی می خواهد باشد.

حالا رویدادها هر چی می خواهد باشد، شما مثل مرغابی شناور شدید. بط یعنی مرغابی شناور شدید فکر نکنید زندگی بیرون شما خراب می شود. زندگی بیرون شما سامان پیدا می کند. او هست که سامان می دهد نه من. اینکه مولانا می گوید:

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

همین را می گوید. شما اگر در دریا شناور بشوید امور بیرونی شما اداره می شود. بدون اینکه شما خیلی به خودتان فشار بیاورید. خوب حالا چی کار کنم. آنکسی که فقط هوشیاری جسمی دارد، همه اش چی کار کنم. آقا شما بگویند چکار کنم. من الان باید چی کار کنم. حالا چی کار کنم. آنرا اینکار را کردم. برای اینکه هیچ مطمئن نیست. حالا یکی دیگر بگوید چکار کن که او از کجا بداند. مگر می شود یکی به شما بگوید اینکار را بکن شما آن کار را بکنید زندگی سامان پیدا کند.

مگر می شود شما تقلید بکنید از یکی زندگیت یا وضعیتهای زندگیت درست بشود. نمی شود همچین چیزی. تنها چاره اش همین با این لحظه رفیق بشوید بگذارید هر دفعه که رفیق می شوید از جنس زندگی می شوید. یک جایی می رسید یکدفعه پاهایتان از زمین کنده می شود. نترسید آن موقع. با پاهایتان مثل مرغابی شنا کنید. آن موقع او می آید یعنی اینکه او دارد اداره می کند الان. وقتی که کسی با پا می رفته، یکدفعه پاهاش از زمین کنده شد یکدفعه شنا می کند حالا دیگر اختیار دست دریاست. درسته که شما شنا می کنید ولی دریاست که دیگر شما توش هستید. دیگر کنترل زمین را نداری. کنترل زمین را ندارید یعنی کنترل هوشیاری من دار را دیگر ندارید. حالا مولانا می گوید که:

بی ادب حاضر ز غایب خوشترست حلقه گرچه کژ بود نی بر درست

یعنی کسی که کاملاً اینکار را نکند برای اینکه همین هوشیاری من دار که وضعیتها را

می شناسد، اجسام را می شناسد می گوید این جسمی که من الان می بینم خودم آن باشم. خودش را بصورت جسم می بیند. وقتی هوشیاری جسمی داریم به خودمان که نگاه می کنیم چی می بینیم؟ این بدن را می بینیم. فکرهايمان را می بینیم. خودمان را جسم می بینیم. حالا خودمان را جسم می بینیم چون ریشه نداریم همیشه ناقصیم. به نظر می آید ما ناقصیم، عرضه نداریم، هنوز شایستگی نداریم. بیشتر ماها می گوئیم بابا خدا کجا ما کجا. حالا خدا چجوری بیاید خودش را از من بیان کند. چرا از من بیان کند. حالا من هیچ نه در این مسیر کار کردم. اصلاً" نباید شما کار کنید که.

شما حالت طبیعتان حالت هوشیاری بی فرم است. از اول اینطوری درست شده اید. الان هم او هستید. فقط یک اشتباه کوچولویی صورت گرفته و آن هم این است که همه اش به ذهنتان نگاه می کنید. همه اش به بیرون نگاه می کنید. الان می گوید اگر یک کسی کاملاً" و به قول معروف **Perfectionist** نباش. شما بطور کامل نمی توانید انجام بدهید باز هم در اینجا حاضر باشید این بهتر از این است که غائب باشید.

شما نگوئید که من که حالا نمی توانم یک ذره حاضر باشم، من دیروز سه بار یادم افتاده که با این لحظه رفیق باشم. حالا سه بار که چیزی نیست که باید هزار بار می کردم. نه سه بار هم خوب هست. همان سه بار حاضر بودی خیلی خوب هست. همین که این برنامه را گوش می کنید خیلی خوب است. همین که مرتب می آیی گوش می کنی این نشانگر آن است که مقداری هوشیاری حضور در شما ایجاد شده که می توانید یک همچین برنامه ای

را تحمل کنی و می شناسی. یک چیزی در درون تو دارد پاسخ می دهد. حالا می گوید حلقه. حلقه قدیم روی درها می گذاشتند که در را بزنند. این حلقه در خدا یا زندگی در واقع هوشیاری شماست. شما هر موقع با این لحظه رفیق می شوید یک دری می زنید. خب در را می زنید خدا باز کند در را. حالا این حلقه شما کج است. همچین صاف صاف نیست ولی روی در خداست. حاضر باشید ولو اینکه ناقص هم اینکار را انجام می دهید عیب ندارد خیلی هم خوب است. بکنید اینکار را. حالا می گوید:

ای تن آلوده بگرد حوض گرد پاک کی گردد برون حوض مرد
پاک کو از حوض مهجور اوفتاد او ز پاکی خویش هم دور اوفتاد

تن آلوده کی هست؟ تن آلوده کسی هست که این لحظه هوشیاری جسمی دارد. هوشیاری جسمی فقط من را می شناسد. جسم را می شناسد. خودش را بصورت جسم می بیند. ترکیبی از فکرها و تنش را در نظر می گیرد با آن هم هویت می شود، می کند می شود تنش. ولی چون هوشیاری جسمی فقط دارد آلوده است. آلوده به منیت است. آلوده به درد است. آلوده به هم هویت شدگی است. فقط هم تن است. هوشیاری بی فرم ندارد. دارد اما آگاه نیست از آن.

ای تن آلوده تو بیا به گرد حوض گرد. حوض چی هست؟ حوض همان اگر شما با این لحظه رفیق می شوید. اگر شما این لحظه یک خورده از آن هیزمهایی که جمع کردید می سوزانید. می سوزانید یعنی چی؟ یعنی می بخشید. اگر رنجشایتان را می بخشید.

اگر دردهایتان را می اندازید. اگر به خاطر دردهایتان پز نمی دهید. آنها را تکرار نمی کنید. اگر قضاوتهایتان را می گذارید کنار. هی قضاوت نمی کنید این اینطوری هست. آن اینطوری هست. با آنها هم هويت نیستید. اگر نمی گویند باورهای من باورهای بسیار درستی هست. دین من اینطوری هست. اینها را بصورت فرم در نمی آورید به رخ مردم بکشید. در اینصورت حوض ایجاد می شود. حوض، هیزم را بسوزان. بهترین راهش این هست یک سری از هیزمها را بسوزان. آن را سرمایه کن.

یک خورده هوشیاری حضور درست شده همه اش انرا نگاه کن. همه اش آن را نگاه کن. **به گرد حوض گرد.** اگر بیرون نگاه کنید به حوض نگاه نکنید بیرون حوض انسان چجوری پاک می شود. می گوید چجوری صاف می شود. اگر شما به این حوض نگاه می کنید، آن موقع ها که به حوض نگاه می کنید هوشیاری جسمی ندارید. اگر به بیرون نگاه می کنید همیشه هوشیاری جسمی دارید. اگر هوشیاری جسمی داشته باشید این همه اش آلوده می کند شما را. چجوری می خواهید پاک بشوید. یک ذره فکر کنید. حالا:

پاک کو از حوض مهجور افتاد. حالا شما کسی که از این حوض دور می افتد. این حوض در درون شماست. این حوض در بیرون نیست. حوض الان دارد می گوید به دریا راه دارد. **پاک کو از حوض مهجور افتاد** یعنی دور افتاد. اگر شما پاکی هم دارید. یک مقدار پاکی دارید. کی ها پاکی دارند اول ما مجبورشان می کنیم که آلوده بشوند؟ بچه هایمان. بچه هایمان که اول می آیند به این جهان می توانیم بگوئیم نود درصد پاک هستند.

حالا یک مقدار از دردهای ما به ارث رسیده به آنها یا هرچی یا به ارث از کل بشریت برده اند یا تو شکم مادر درد کشیده اند بخاطر دردهای مادر. حالا یک مقدار آلوده شده اند بیشتر آنها می توانیم بگوئیم پاکند. ما آنها را می گوئیم تو باید هوشیاری جسمی داشته باشی. هوشیاری حضورت را بگذار کنار. برای اینکه هوشیاری حضورش عشق می خواهد.

پاک کو از حوض مهجور افتاد. کی دیگر از حوض مهجور می افتد؟ آن کسی که به حرف مردم گوش بدهد. گول تأیید مردم را بخورد. شما یک حوضی درست کردید یک مقدار پاک شدید. یک دفعه مردم یقه اتان را می گیرند شما استاد شدی، شما رهبر ما شدی، شما بیا، شما اصلاً" اینطور هستی. شما اصلاً" نباشی این زمین نمی گردد. اینقدر از این حرفها می زنند شما هم باورتان می شود. از حوض حالا دیگر تأیید مردم ول نمی کند ما را، ما هم خوشمان آمده.

پاک کو از حوض مهجور افتاد. اینها را می گوئیم برای اینکه هر کسی که حوض را رها کند به بیرون نگاه کند. بیرون می شود تأیید مردم یا هر چی که هست در بیرون. حرص ماست برای جمع کردن. تا چشممان را از این حوض برداریم رفتیم دیگر. تنها جایی که می تواند به داد ما برسد همین حوض هوشیاری درون است.

پاک کو از حوض مهجور افتاد **او ز پاکی خویش هم دور افتاد**

همان یک ذره پاکی هم که دارد رفت.

پاکی این حوض بی پایان بود **پاکی اجسام کم میزان بود**

این حوض که شما درست کردید با سوزاندن هیزمهائیتان یا دوستی با این لحظه، شکر، صبر. این حوض پاکی اش بی پایان است. پائین می گوید چرا. می گوید:

زانک دل حوض است لیکن در کمین **سوی دریا راه پنهان دارد این**

برای اینکه دل حوض است. حوض الان مرکز شماسست. بجای اینکه آن هوشیاری من دار محدود مرکز شما دل شما باشد الان این یک خورده هوشیاری، حوض مرکز شماسست.

زانک دل حوض است لیکن در کمین **سوی دریا راه پنهان دارد این**

به سوی دریا بطور پنهان راه دارد این حوض شما. برای اینکه از آنجا می گیرد این را و اگر شما حوض درست کردید حوض خیلی سریع می تواند به دریا تبدیل بشود. بعد بالا گفت که پاکی این حوض شما که مرکز شماسست، دل شماسست بی پایان است اما پاکی اجسام کم میزان است. شما هرچی هم پاک باشید. شما یک هوشیاری جسمی دارید ممکن هست آدم مذهبی یا دینی باشید.

آدمهای مذهبی و دینی پس از یک مدتی اگر خیلی هم به اصطلاح آدمهای واقعا" مقید به آن اصول باشند. پس از یک مدتی یک راه و رسمی پیدا می کنند که واقعا" کار بد نمی کنند دیگر. خیلی از کارها را نمی کنند. پرهیز می کنند و آزارشان به مورچه نمی رسد ولی هنوز هوشیاریشان ممکن است جسمی باشد. اینکه آزار ما به مورچه نمی رسد معنیش این نیست که ما هنوز وارد فضای وحدت شدیم. تنها راهش این است که ما این هوشیاری جسمی را تبدیل کنیم. وارد بشویم به این دریا.

برای همین است می گوید که شما هنوز اگر هم جسم هستید، هوشیاری جسمی دارید در اینصورت این کم میزان است برای اینکه این پایین هم توضیح می دهد این را که:

پاکی محدود تو خواهد مدد ورنه اندر خرج کم گردد عدد

پاکی محدود تو کمک می خواهد. از آن دریا کمک می خواهد بیرون نمی توانند کمک کنند. دیگران نمی توانند کمک کنند. در رویدادها نیست دیگران با حرف شما به جایی نمی توانند برسانند. از دیگران مپرس. **پاکی محدود تو خواهد مدد.** برای اینکه اگر تو یک مقدار پول داشته باشی می خواهی خرج کنی اگر درآمد نداشته باشی روی این اضافه کنی این تمام می شود زود. **ورنه اندر خرج کم گردد عدد.**

آب گفت آلوده را درمن شتاب گفت آلوده که دارم شرم از آب

حالا می گوید که، زندگی به ما می گوید پیر تو دریای من. آب زندگی، پاکی زندگی، هوشیاری حضور، فضای بی نهایت وسیع این لحظه به ما می گوید پیر تو من. آب شراب زندگی است، آب هوشیاری حضور است. آب اصل ماست. به ما که هوشیاری جسمی داریم می گوید پیر درون من. ما می گوئیم که بعنوان آلودگی هوشیاری جسمی داریم انگار من خودم را می بینم من شایسته تو نیستم. من شرم دارم از تو. خجالت می کشم. حالا بگذار بروم یک مدتی کتاب بخوانم، تمرین کنم، عبادت کنم شاید شایسته بشوم. نیست اینطور، حالا دارد توضیح می دهد می گوید:

گفت آب این شرم بی من کی رود بی من این آلوده زایل کی شود

حالا آب گفت که این شرم تو، این بی کفایتی تو، این حس نقص تو بدون من کی می رود. آن را باید با من بشوری و این آلوده که الان تو من درست کردی آنجا آلوده هست بدون من زایل چجوری می تواند بشود. حالا می گوید:

ز آب هر آلوده کو پنهان شود الحياء يمنع الايمان بود

یعنی از آب هر کسی خودش را پنهان می کند این مصداق به اصطلاح گفته است که **شرم مانع ایمان می شود**. شرم مانع ایمان می شود جمله عربی یعنی همین که ما این لحظه هوشیاری جسمی داریم بنابراین یک فکر می آفرینیم می رویم توش پنهان می شویم. توی فکر پنهان می شویم. لحظه بعد از اینجا در می آیم می رویم در یک فکر دیگر پنهان می شویم. بعد در یک فکر دیگر پنهان می شویم. هر لحظه یک فکر می آفرینیم.

مولانا گفت صندوق. یادتان هست صندوق. گفت می رویم در صندوق می آیم فاصله بین دو تا صندوق همان زندگی هست همان اصل ماست. ولی ذهن یادتان هست گفتیم با سرعت صد کیلومتر سرعت گرفته این کار ما. ما از یک فکر در نیامده می رویم به یک فکر دیگر. در واقع فکرها صندوق به صندوق است پهلوی هم. شما اگر از یک صندوق در بیائید. حواستان باشد. حالا حواستان چجوری می تواند باشد. با هوشیاری حضور که نروید به یک صندوق دیگر می پرید در دریا. حالا می گوید:

دل ز پایه حوض تن گلناک شد تن ز آب حوض دلها پاک شد

گرد پایه حوض دل گرد ای پسر هان ز پایه حوض تن می کن حذر

یعنی دل شما اگر مبنای مراجعه شما. مبنای عمل شما، فکر شما، حوض تن باشد. حوض تن چی هست؟ هوشیاری جسمی. حالا چرا می گوید حوض؟ برای اینکه هوشیاری هست آن هم. آب هست. بالاخره درست هست که هوشیاری جسمی هست، ما از آن استفاده می کنیم. تا حدودی به ما کمک می کند.

در واقع یادمان باشد ما به ذهنمان احتیاج داریم تا کارهایمان را در این جهان اداره کنیم ما مثل حیوانات نیستیم. تنها ابزار شناخت ما ذهن ما است. فکر ماست ما باید فکر کنیم. ذهنمان را به کار بگیریم. هر لحظه ما ذهنمان را بکار می گیریم. حالا صحبت سر این است که آیا وقتی ذهنمان را بکار می گیریم ما خودمان را از جنس هوشیاری بی فرم حضور می دانیم یا هوشیاری جسمی هست فقط؟

هوشیاری جسمی هست اگر فقط، در این صورت این مبنای حوض یا هوشیاری جسمی دارد می شود دل ما. در اینصورت این دل ما را گلناک می کند. اگر کسی فقط هوشیاری من دار دارد در اینصورت فقط حوض تن دارد، دلش همان است. دلش آلوده شده. اما اگر هوشیاری حضور دارد دلش آن است. تنش، ذهنش پاک است، ساده است، من در آن نیست، خلاق می شود. ذهن به شما کمک می کند که در این جهان بدون من بدون اینکه فلج کند ذهنتان را از آن خوب استفاده کنید.

بنابراین حالا تن هر چیزی هست. تن آن چیزی هست که ذهن شما به شما نشان می دهد
آن چی هست. ذهنتان به شما چی نشان می دهد آن تن شما است. اما آن تن که ذهنتان هم
جزو آن هست از آب حوض دلها پاک شد. حوض دل شما یعنی اگر شما اینقدر با این لحظه
رفیق شدید که هوشیاری حضور آزاد شده و آن شده دل شما، یا حوض دلها دیگر یا
هوشیاری که از انسانهای زنده به حضور می آید. آنها به عشق زنده شدن، تن ما از آنها
هم می تواند انرژی بگیرد.

ولی بهترین صورت دل خود ما است. پس تن ما از آب حوض دلها پاک شد و اگر فقط
هوشیاری جسمی داریم باید مواظب باشیم. یعنی خلاصه کلام اگر شما این لحظه می بینید
که هر لحظه شما راجع به اجسام آگاه هستید باید خیلی مواظب باشید. این شما را به
دردسر خواهد انداخت. برای اینکه شما فقط رویداد می شناسید. شما اگر اینطوری به
جهان نگاه کنید فقط جهان را می بینید ولی اصلتان را نمی بینید و هر لحظه اشتباه
می کنید. دنبال خودتان می گردید. دنبال خودتان در رویدادها می گردید.

حالا پس رویدادها باید یک جوری شما را به شما نشان بدهد و آن منیت شما را نشان
می دهد. من مصنوعی را نشان می دهد. این کار خطرناک است. همان کاری است که ما
می گوئیم نباید بکنید. می گوید :

گرد پایه حوض دل گردد ای پسر هان ز پایه حوض تن می کن حذر

دارد به ما می گوید. واضح است چه می گوید. یعنی پایه حوض دل، یعنی مبنای حوض دل، یعنی بگذار مرکز تو یعنی آنی که حولش می گردی، ای پسر یعنی همه زن و مرد، همه، همه انسانها. تو گرد این بگرد و مواظب باش از پایه حوض تن. اینکه مبنای مراجعه تو قرار بگیرد از این حذر کن، دوری کن. این رفتاری ایجاد خواهد کرد. حالا می گوید:

بحر تن بر بحر دل بر هم زنان در میانشان برزخ لا بیغیان

بحر تن تمام هوشیاری جسمی شما. بحر دل دریای حضور شما در شما. این بحر آن بحر به هم می زنند ولی به هم قاطی نمی شوند. **در میانشان برزخ لا بیغیان.** یعنی یک حایلی وجود دارد که اینها با هم قاطی نمی شوند. این حایل همان قانون جذب است. بحر تن یعنی هوشیاری جسمی. هوشیاری که فقط راجع به اجسام فکر می کند و آگاه است. بحر دل آن است که هوشیاری بی فرم است و بی زمان است. اصل شما در شما اینها می به هم می زنند.

ولی **قانون جذب** می گوید که اگر شما هوشیاری تن داشته باشید، هوشیاری جسمی داشته باشی از جنس جسم هستی بنابراین همیشه بسوی جسمها می روی. **قانون جذب** دوباره به ما می گوید که اگر از جنس هوشیاری بی فرم خدائی هستی این هم به جنس خودش می رود. کسی که دلش زنده شده به عشق هیچ موقع نمی رود بسوی آدمی که من دارد. با

او رفیق نمی شود. با او شریک نمی شود. همیشه دنبال کسی می گردد که به دل زنده هست به عشق زنده هست. این یکی هم که تن دارد، من دارد دنبال من های بزرگ می گردد. جذب می شود به من ها. می خواهد من های کوچولو را کنترل کند. منش را بزرگ کند. بسوی من درشت تر هر لحظه کشیده می شود و می خواهد این من را بزرگ کند. ما از جنس هر چیزی هستیم می خواهیم آن را بزرگتر کنیم. این قانون همان جذب است. **Law of attraction.**

برای همین گفت که تو حوض دل را بچسب. اگر ما فکر می کنیم حوض دل هستیم هر لحظه این را بزرگتر می کنیم. اگر فکر می کنیم حوض تن هستیم هوشیاری جسمی هستیم هر لحظه این را بزرگتر می کنیم. حالا ما حوض تن هستیم چه علاجی داریم؟ رفاقت با این لحظه. **عدم مقاومت به رویداد این لحظه معجزه می کند.** شما را از جنس بحر دل می کند. ولی این مثل آب و روغن. اینها به همدیگر قاطی نمی شود به خاطر قانون جذب. الان به شما می گوید.

گر تو باشی راست و باشی تو کژ بیشتر می غر بدو واپس مغر

اگر ذهن شما به شما می گوید که تو راستی یا کژی هیچ فرقی نمی کند. یعنی به حرف ذهنت گوش نده. ذهنت ممکن هست اینطوری قضاوت می کند در مورد شما، که من این همه کارهای بد کردم آدم کژی هستم. من اصلاً" درست بشو نیستم. این همه درد دارم

نمی توانم اینها را به اصطلاح بریزم زمین. من اصلاً" بدبخت شدم. دیگر از فرم خارج شدم نمی شود من را درست کرد. اینطوری می بینید خودتان را یا نه بعضی ها می گویند اصلاً" من هیچ اشکالی ندارم. راست هستم. درست هستم. حالا هر جوری که ذهنت نشان می دهد آن ذهن است. آن به درد نمی خورد. تو جلوتر بجز بطرف او عقب تر مغز. (غزیدن=خزیدن). کی عقب تر می غزیم؟ وقتی این هوشیاری جسمی را دل خودمان می کنیم و بزرگتر می کنیم. کی جلوتر می خزیم؟ وقتی که این حوض دل را مرکزمان می کنیم و جلوتر می خزیم.

با تشکر از شما که به این برنامه توجه فرمودید و با تشکر از همکاران اطاق فرمان تا هفته بعد با شما خداحافظی می کنم. خدانگهدار.

