

## برنامه شماره ۳۴۶ گنج حضور اجرا: پرویز شهبازی



آنک بی باده کند جان مرا مست کجاست  
و آنک بیرون کند از جان و دلم دست کجاست  
و آنک سوگند خورم جز به سر او نخورم  
و آنک سوگند من و توبه ام اشکست کجاست  
و آنک جانها به سحر نعره زنند از او  
و آنک ما را غمش از جای بردهست کجاست  
جان جانست و گر جای ندارد چه عجب  
این که جا می طلبد در تن ما هست کجاست  
غمزه چشم بهانهست و زان سو هوسیست  
و آنک او در پس غمزهست دلم خست کجاست  
پرده روشن دل بست و خیالات نمود  
و آنک در پرده چنین پرده دل بست کجاست  
عقل تا مست نشد چون و چرا پست نشد  
و آنک او مست شد از چون و چرا رست کجاست

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، سطر ۸۰۶

مور بر دانه بدان لرزان شود  
که ز خرمنهای خوش اعمی بود  
می کشد آن دانه را با حرص و بیم  
که نمی بیند چنان چاش کریم  
صاحب خرمن همی گوید که هی  
ای ز کوری پیش تو معدوم شی  
تو ز خرمنهای ما آن دیده ای  
که در آن دانه به جان پیچیده ای  
ای به صورت ذره کیوان را ببین  
مور لنگی رو سلیمان را ببین  
تو نه ای این جسم تو آن دیده ای  
وا رهی از جسم گر جان دیده ای  
آدمی دیدهست باقی گوشت و پوست  
هرچه چشمش دیده است آن چیز اوست  
کوه را غرقه کند یک خم ز نم  
منفذش چون باز باشد سوی یم  
چون به دریا راه شد از جان خم  
خم با جیحون برآرد اشتهلم  
زان سبب قل گفته دریا بود  
هرچه نطق احمدی گویا بود  
گفته او جمله در بحر بود  
که دلش را بود در دریا نفوذ  
داد دریا چون ز خم ما بود  
چه عجب در ماهی دریا بود  
چشم حس افسرد بر نقش ممر  
تش ممر می بینی و او مستقر  
این دوی اوصاف دید احوست  
ورنه اول آخر آخر اولست  
هی ز چه معلوم گردد این ز بعث  
بعث را جو کم کن اندر بعث بحث  
شرط روز بعث اول مردنست

زانک بعث از مرده زنده کردندست  
جمله عالم زین غلط کردند راه  
کز عدم ترسند و آن آمد پناه  
از کجا جوییم علم از ترک علم  
از کجا جوییم سلم از ترک سلم  
از کجا جوییم هست از ترک هست  
از کجا جوییم سیب از ترک دست  
هم تو تانی کرد یا نعم المعین  
دیده معدوم بین را هست بین  
دیده ای کو از عدم آمد پدید  
ذات هستی را همه معدوم دید  
این جهان منتظم محشر شود  
گر دو دیده مبدل و انور شود  
زان نماید این حقایق ناتمام  
که برین خامان بود فهمش حرام  
نعمت جنات خوش بر دوزخی  
شد محرم گرچه حق آمد سخی  
در دهانش تلخ آید شهد خلد  
چون نبود از وافیان در عهد خلد  
مر شما را نیز در سوداگری  
دست کی جنبید چو نبود مشتری  
کی نظاره اهل بخیریدن بود  
آن نظاره گول گردیدن بود  
پرس پرسان کین به چند و آن به چند  
از پی تعبیر وقت و ریش خند  
از ملولی کاله می خواهد ز تو  
نیست آن کس مشتری و کاله جو  
کاله را صد بار دید و باز داد  
جامه کی پیمود او پیمود باد  
کو قدوم و کر و فر مشتری  
کو مزاح گنگی سرسری  
چونک در ملکش نباشد حبه ای  
جز پی گنگل چه جوید حبه ای  
در تجارت نیستش سرمایه ای  
پس چه شخص زشت او چه سایه ای  
مایه در بازار این دنیا زریست  
مایه آنجا عشق و دو چشم ترست  
هر که او پی مایه بازار رفت  
عمر رفت و بازگشت او خام تفت  
هی کجا بودی برادر هیچ جا  
هی چه پختی بهر خوردن هیچ با  
مشتری شو تا بجنبید دست من  
لعل زاید معدن آبست من  
مشتری گرچه که سست و باردست  
دعوت دین کن که دعوت واردست  
باز پران کن حمام روح گیر  
در ره دعوت طریق نوح گیر  
خدمتی می کن برای کردگار  
با قبول و رد خلقانت چه کار

با سلام و احوالپرسی برنامه گنج حضور امروز را با غزل شماره ۱۲ از دیوان شمس مولانا شروع می‌کنم.

### آنک بی باده کند جان مرا مست کجاست \*\*\*\* و آنک بیرون کند از جان و دلم مست کجاست

پس مولانا امروز به نمایندگی از طرف همه انسانها اینطوری می‌گوید که آن کسی که امروز بدون شراب انگوری جان مرا می‌تواند مست کند. کجاست؟

کجاست می‌تواند به این معنی باشد که کجا هست. یعنی الان کجاست. یکی هم می‌تواند به این معنی باشد که یعنی من او را می‌خواهم! کجاست؟ من می‌خواهم او بیاد. و همین معنی در واقع زیباتر و زیننده تر است. و آن کسی که می‌تواند از جان و دل من می‌تواند دست بیرون کند آن بیاد. او را می‌خواهم.

پس اولاً معلوم می‌شود که ما یا جان ما بدون شراب، که نماینده هر چیز بیرونی است که ما از آن شیره زندگی می‌خواهیم بکشیم و مستی می‌خواهیم بگیریم هویت می‌خواهیم بگیریم و حس وجود می‌خواهیم بگیریم. مثلاً تمام متعلقاتمان و اشخاصی که می‌شناسیم یا مثل باورها مثل الگوهای عمل و فکر. هر چیزی که ما چسبیدیم به آن و می‌خواهیم شیره زندگی از آنها بکشیم. و اینها در بیرون هستند. پس این امکان وجود دارد که طبق این غزل و نظر مولانا که ما بدون خوردن یا تماشای یک چیز خارجی مست بشویم و همچنین اشاره می‌کند که راهش همین است.

دیگر بهترین مست کننده در بیرون شراب انگوری است. و برخی اوقات مردم فکر میکنند که با خوردن شراب انگوری یا حتی مواد مخدر می‌توانند به آن حالت برسند. در حالیکه این امکان ندارد. برای اینکه هر چیزی که از بیرون میاد می‌خواهد ما را مست کند ما در ازای آن هوشیاری از دست می‌دهیم.

بنابراین دو تا سطح هست. یکی بالای فکر است یعنی ما الان مشغول فکر هستیم در ذهن هستیم این حالات طبیعی بیشتر انسانهاست و یکی هم زیر فکر. و هر دو هوشیاری است.

بالای ذهن هوشیاری است که می‌خواهیم برویم. ما می‌خواهیم برویم بالا و به اصطلاح تعالی کنیم. از جاذبه فکر خودمان را رها کنیم تا ما را به پایین نکشد. چیزهای بیرونی ما را نکشد. ولی اگر چیزهای بیرونی ما را بکشد و از جمله شراب انگوری ما مست می‌شویم اما می‌رویم زیر فکر. زیر فکر هوشیاری درختیست. که درخت به آن هوشیار است.

البته ما درخت نمی‌شویم. درخت هوشیار طبیعی است که مستقیماً به زندگی مربوط است. ما می‌خواهیم برویم بالا. اگر بالا نرویم بوسیله گنج حضور و وارد شدن به فضای یکتایی این لحظه به آن هوشیاری نرسیم (الان همه صحبت‌ها در این است که برویم بالاتر از اندیشه و برسیم به هوشیاری) اگر بخواهیم پایین بیاییم از آن حالت ما فرسنگها فاصله گرفتیم و اینطوری نمی‌شود.

نمی شود که شما یک چیزی بیرونی بخورید و مست بشوید و بگویید که این همان مستی خدایی و مستی زندگیست. نه نیست در ازای آن هوشیاری از دست می دهید و می روید زیر فکر. این کار را نباید کرد.

نه تنها چیز بیرونی بلکه خیلی از این قرصهای و داروهای که برای مصارف پزشکی، هوشیاری آدم را می آورد پایین. تا حد مقدور نباید چیزی که هوشیاری این جسم را می آورد پایین و ما را به عنوان انسان می آورد پایین ما استفاده کنیم. می توانیم استفاده کنیم ولی نباید توقع داشته باشیم که بیاییم بالا بلکه می رویم پایین!

پس اول اینکه بی باده می شود مست شد و راه آن است. آنکه بی باده کند جان مرا مست یعنی بالاتر از ذهن کجاست؟ آن باید بیاد. آن را می خواهم و هیچ چیز بیرونی نمی خواهم.

و حالا وقتی مست شدم جان من مست شد آن دستش را از جان دلم بیرون می کند. یعنی از طریق من و جان دل من عمل می کند و فکر می کند. این را می خواهم این کجاست؟

در واقع ما بصورت هوشیاری میایم به این جهان. هوشیاری میاد به این جهان و با چیزها همانطور که در غزل هم خواهیم خواند و امروز هم در مثنوی خواهیم خواند و در مثنوی هم خواهیم دید هوشیاری میاد با این جهان بصورت انسان و این هوشیاری با چیزها از طریق ذهن هم هویت می شود می رود به توهم. و بعد این توهم را می شکند. در واقع در توهم یک مقدار درد و هم هویت شدگی وجود دارد. این مثل کود می ماند برای یک گیاه مثل غذا می ماند که وقتی این متلاشی بشود مقدار زیادی هوشیاری آزاد می شود.

یعنی از دردهای کهنه، وقتی که این دردها متلاشی می شوند و ما اینها را ذوب می کنیم مقدار زیادی زندگی آزاد می شود و ما همین را می خوریم. در واقع انباشته می کنیم و هوشیاری حضور یکدفعه زیاد می شود و پا می شویم روی پای خودمان می ایستیم که این همان روز قیامت ما است. که همان رستاخیز است.

حالا پس جان ما، هوشیاری ما همان هوشیاری زندگی است در واقع امتداد خداست. اینطوری بگوییم. میاد به این جهان و با چیزها هم هویت میشود خودش را می شناسد و این چیزها را رها می کند و بر می گردد و این جان ما همان نی است. همان نی است که مولانا می گوید و در عرفان ما هست.

پس وقتی جان شما همه چیز را رها کند و آزاد بشود بصورت نی تبدیل می شود که در دست نی زن کل است. نواخته می شود و به هر نوایی نواخته می شود. و بهر صورت نواخته شدن شما همین دست کردن خدا از جان دل شما به بیرون است. از طریق شما حرف می زند و از طریق شما عمل می کند.

آنک بیرون کند از جان و دلم دست کجاست خب در ضمن اشاره به این هم می کند که اگر شما معنی کنید می خواهم بگردم ببینم کجاست پیدا کنم. همچنین چیزی مقدور نیست!! بنابراین با ذهنتان نباید دنبالش بگردید. آن کسی که از جان و دل شما وقتی که مست شدید دست بیرون می کند و از طریق شما خرد می روزد و عشق می ورزد بوسیله فکر شما پیدا نمی شود.

راه پیدا کردن او این است که جستجو نکنید. در بیرون هر چیزی را که ما جستجو کنیم پیدا می شود ولی خدا را جستجو کنی پیدا نمی شود. بیشتر گم می شود و این قانون است.

### و آنک سوگند خورم جز به سر او نخورم \*\*\*\* و آنک سوگند من و توبه ام اشکشت کجاست

باز هم کجاست؟ او را می خواهم.

انسان برمی گردد در واقع باید بگوییم به خودش نگاه می کند. اگر بگوییم به خودش نگاه می کند یعنی به خدا نگاه می کند و به زندگی نگاه می کند.

سوگند می خورم فقط به سر او می خورم. یعنی چی؟ یعنی راستین هستم و راست هستم. وقتی ما از جنس هوشیاری حضور هستیم هر چه که می گوئیم در واقع یک جور سوگند است. من ذهنی نمی گوید بلکه زندگی می گوید. زندگی وقتی حرف می زند خودش مثل اینکه به سر خودش سوگند می خورد و ما هم به سر او. برای اینکه ما و او یکی هستیم.

حالا ما مست شدید خودمان را از معشوق تشخیص نمی دهیم و با سر معشوق حرف می زنیم یا معشوق با سر ما فکر می کند. آن سیستم قسم خوردنی که قبلاً بود « بخدا! به پیغمبر! والا راست می گم » آن سیستم یک سیستم ذهنی است که می خواهد به یک نفر بباوراند به حرفی که می زند که بخدا راست می گوئیم. خب اگر راست می گوئی پس چرا دیگر قسم می خوری.

سیستم ذهن و سیستم من ذهنی اینطوری است. کار بد می کند و بعدش توبه می کند. توبه یک عمل ذهنی است. یعنی من دیگر این کار را نمی کنم. (توبه در لغت بمعنی برگشت است.) در اصل معنیش این است که ما در ذهن رفتن و فکر درست کردن توبه کنیم. یعنی برگردیم. ولی ما در ذهن و در من ذهنی که گاهی در مذهب هم همینطور است وقتی توبه می کنیم باید خفت بکشی باید احساس گناه بکنی و این خفت کشیدن و احساس گناه کردن بیشتر ما را به اعماق من ذهنی و منیت فرو می برد و بدتر می کند و زندگی را برای ما بیشتر می پوشاند و این کار برای ما درست نیست.

حالا دارد می گوید آن کسی که بطور کلی این سیستم توبه و سوگند را شکست وقتی که من او را شناختم... برای اینکه من او را که شناختم دیگر راستین شدم. دیگر دروغ نمی گوئیم که بخواهم توبه کنم یا قسم بخورم.

پس مشخص می شود که سیستم من ذهنی یا وقتی که ما می رویم توی ذهنی زندگی می کنیم سیستم در واقع شک و تردید و قسم و توبه و .. اینجور چیزهاست که بدر نمی خورد.

## و آنک جان ها به سحر نعره زنانه از او \*\*\*\* و آنک ما را غمش از جای برده ست کجاست

هر سطری در ما یک تغییری صورت می دهد. سحر فاصله بین تاریکی و روشنایی است. و این لحظه اگر ما مست هستیم به آن شراب زندگی و اگر این لحظه در فضای پذیرش یکتایی این لحظه هستیم این لحظه دیگر در ذهن نیستیم و آمدم بیرون از ذهن و می خواهیم روشنایی را ببینیم. روشنایی روز و روشنایی فضای یکتایی را. و در اینجا هست که جانهای ما شروع می کند به نعره شادی و نعره خرد کشیدن. یعنی ما باید از ذهن بیاییم بیرون. اگر چیزی ما را در ذهن نگه داشته باید آن را رها کنیم تا برای ما سحر بشود. و از تاریکی ذهن بیاییم تا صبح بشود. فقط در سحر است که جانها می توانند نعره زنانه بشوند و مولانا دارد به ما می گوید که آیا جان تو نعره شادی می کشد؟

ما الان مشغول چی هستیم؟ مشغول یک سری هم هویت شدگی با یک سری باورها در ذهن هستیم و هم هویت شدگی با یک سری دردها. دردهای کهنه.

الان این موضع را می شناسیم که این هم هویت شدگی و این دردهای ناشی از آن که ما به این هر دو چسبیدیم این برای این بوده که ما این را بشکنیم و این بعنوان غذای اولیه نور باشد. برای اینکه دردهای ما زندگی به تله افتاده است. شما یک لحظه می توانید فکرهایتان را تماشا کنید و دردهایتان را تماشا کنید. آن باشنده ای که تماشا می کند همان اصل شماست. همان اتحاد شما با معشوق است. همان ناظر است. یک لحظه که فکرتان را تماشا می کنید و دردتان را تماشا می کنید یا بطور کلی ذهنتان را تماشا می کنید آن صبح است.

یک لحظه بیرون بیایید و ببینید که چی دارید فکر می کنید؟ به چه دردی مشغول هستید؟ یک کسی شما را خشمگین کرده؟ یک کسی حرف عوضی زده؟ و این شناسایی را پیدا می کنیم که آن خیلی کوچک است برای ما، که ما به حرف یکی الان ناراحتی می کشیم و خشم داریم. و آیا می شود این ناظر بیاید بیرون و دیگر تو نرود؟ و دائماً کار ذهن را تماشا کند؟

این ناظر نور است و هر چه درد و خشم حل می شود در این ذهن، به این ناظر اضافه می شود بعنوان شما و خدا. و این نور و خرد دارد. و می داند که چکار کند.

مولانا می گفت: **زهی حاضر زهی ناظر** یادتان است که می گفت چقدر عالی است این حاضر و ناظر. و ناصر یعنی کمک کننده و پر از خرد. از آنجا خرد جاری می شود به ذهن شما.

و اگر این ناظر و این صبح نباشد و این نعره شادی نباشد غمش ما را از جا می برد. غمش نمی گذارد که ما زندگی بکنیم. و یا اگر متوجه این قضیه بشویم الان که در جا زندگی می کنیم ما یعنی در ذهن زندگی می کنیم، می کشیم از ذهن بیرون و می رویم به بی جایی و بی مکانی. بی مکانی و بی جایی فضای پذیرش این لحظه است و با این لحظه یکی می شویم. اگر شما در این لحظه روی پای خودتان قائم شدید و تماشاگر ذهنتان هستید و اتفاقاتی که می گذرد و با آنها یکی نمی شوید در اینصورت از جا رفته اید.

آن کسی که فکر و ذکر من است و همیشه دنبال آن هستم. غمش یعنی این دیگر! یعنی اینکه غم یک چیز را دارم و دائماً دنبال آن هستم و از جا برده من را. جای من کجاست؟ جای انسان که حس جا می کند ذهن است. اگر ذهن نباشد بی جایی است.

**بی جا شو در وحدت در عین فنا جا کن** بی جا شو در وحدت یعنی همین در فضای یکتایی این لحظه بی جا شو در عین فنا. امروز در مثنوی داریم خواهیم خواند. **عین فنا** یعنی هیچ حس وجودی نمی کنی ولی وجود داری. در اینصورت این مکالمه ای که در سر ما صورت می گیرد این من ذهنی که دائماً حرف می زند این فروکش می کند. برای اینکه این حس وجود است که دائماً حرف می زند. به محض اینکه شما ناظر فکرتان باشید این خاموش می شود. مگر اینکه شما بخواهید حرف بزنید.

ولی حقیقتاً لحظاتی اینطوری صورت می گیرد و مولانا در مثنوی می گوید که اگر شما یک بار این کالا را دیدی آن را بخر. اگر شما بطور کامل از ذهن آمدی بیرون و رویدادها را دیدی و فهمیدی که از جنس رویدادها نیستی از جنس ذهن و از جنس درد نیستی آن چیزی که الان آن هستی را بخر!

آن را پسندید دیگر!

پس نده یعنی چه؟ یعنی دوباره جذب ذهن نشو

ولی ما می پس می دهیم. هزار بار همین برنامه را گوش می کنیم و به گنج حضور زنده می شویم به عشق زنده می شویم و بعد یک ساعت دیگر پس می دهیم. خب پس نده دیگر! مشتری شو! زندگی می گوید: « مشتری شو تا بجنب دست من » که من معدن حامله است و از طریق تو دُر خرد را به این جهان بفرستم.

## بخش دوم:

### جان جانست وگر جای ندارد چه عجب \*\*\*\* این که جا می طلبد در تن ما هست کجاست

می گوید آن کسی که از جان و دل من می خواهد دست بیرون کند. زندگی ما را آورده به این جهان نه برای اینکه کار کنیم و سخت پول را روی پول انباشته کنیم و بعد بمیریم برویم. ما را آورده که اول خودمان را بشناسیم که یک نفر جدا هستیم تا بتوانیم خودمان را حفظ کنیم و بعد یک مغز عالی و سیستم بدنی عالی داده و بعد گفته که شما من هستید و من در شما دارم کار می کنم. و همین که شناختی که یک انسان جدایی هستی این جدایی را فراموش کن و خودت را با من یکی کن و با تمام انسانها یکی بشو. و اجازه بده که من در تو کار کنم. این حرف زندگیست.

می گوید جان جانست و اگر جا نداره ..... خدا جا نمی خواهد. جا و مکان نمی خواهد. در واقع همه جا هست. ولی جا نمی خواهد. **جان جانست** می گوید **جانِ جانست** این. جان، جان می خواهد **جانِ جان** می خواهد. اینکه ما بصورت بدن ... ما زنده هستیم دیگر.. ما جا می خواهیم برای اینکه زنده باشیم و لی جان ما جا نمی خواهد. **جانِ جان** جا نمی خواهد.



در واقع اصل ما با او یکی است. اصل ما می بُرد از همه متعلقات و در اختیار او قرار می گیرد و مثل نی نواخته می شود و این بدن ما مثل یک کانالی است این ذهن مثل کانالیست که از آب زندگی و آب خرد عبور می کند.

می گوید او جان جان است و اگر جا نداره عجبی نیست. تعجبی نیست. اینک جا می طلبد و در تن ما هست کجاست می گوید این که جا می خواهد و در تن ما هست این کجاست؟ خب واضح است که تمام سیستم در این یکتایی است. همه چیز درون آن فضای یکتایی است. و در پایین هم توضیح می دهد که اگر این را بجای من ذهنی بگیرید که همیشه دنبال جا و مکان است این کجاست؟ این درون فضای یکتایی است. ولی در واقع معنای شعر این است که همین زندگی و همین خدا یک جایگاهی درست کرده و از طریق این جایگاه می خواهد خودش را بیان کند و این جا را طلبده. و حالا در پایین این را توضیح می دهد که این هم بهانه است! بهانه است که بتواند خودش را بتو نشان بدهد. این فرم ما بهانه است برای کشتی است که می خواهد ما را بکشد بسوی خودش و می خواهد یک چیزی را بما نشان بدهد و اگر این فرم نبود ما نمی دیدیم. در سطر پایین دارد توضیح می دهد که

### غمزه چشم بهانه ست و زان سو هوسی ست \*\*\*\* و آنک او در پس غمزست دلم خست کجاست

دلم خست یعنی دلم را زخمی کرد. غمرل یعنی اشاره زیبای ابروی معشوق. معشوق چشمش را باز می کند و می بندد.

می گوید این اشاره زیبای غمزه چشم معشوق بهانه است. و در واقع او ما را می خواهد ( البته این معنی تحت الفظیش است)

آن کمی که در پس این اشارات ابروست و این غمزه هست این عشوه هست و دلم را زخمی کرده کجاست؟

ما باید متوجه او بشویم.

شما فرض کنید که یک معشوق زمینی به عاشقش چشمک می زند و غمزه و اشارات ابرو زیبا می کند و عاشق زمینی نشسته جلوی او و اشارات معشوق را نمی فهمد. وقتی که معشوق اشارات می کند یعنی نظر مساعد دارد. وقتی که عاشقش نمی فهمد و عاشق برگردد بگوید چشمان شما وقتیکه بسته هست خوشگل است! خب معشوق زمینی عصبانی نمی شود؟! و ممکن است که یک چیزی بردارد و بزند و همین اتفاق افتاده. خدا به ما اشاره می کند که من تو را می خواهم و ما متوجه نمی شویم.

چرا متوجه نمی شویم؟ یک دلی درست کردیم که در واقع آن دل ذهن ما و من ما است. . مشغول چیزها آنجا هستیم. مشغول فکرها و کل اشتغال ما این است که چیزی به ما اضافه بشود. برای اینکه آنجا یک منی وجود دارد که با چیزهای این دنیایی درست شده و می خواهیم مرتباً این را زیاد کنیم. و فکر می کنیم که اگر این را زیاد کنیم زندگیمان زیادتر می شود. حالیمان نیست که کل آن باید متلاشی بشود و ما در آن زندانی هستیم و ما باید بیاییم بیرون. و یکی دارد اذیت می کند تا شما متوجه بشوید. تمام استرس ها و خشم ها و ترس ها برای این است که ما متوجه اشارات زیبای معشوق را نمی بینیم.

اصلاً کل هستی غمزه چشم معشوق است بقول بودیست ها: «فرم و هر چه را که می بینیم برای این است که بی فرمی را ببینیم»

الان شما چی می بینید در این فضا؟ این تلفن را .

خب این تلفن را می بینید. من حالا از شما سوال می کنم آیا شما فضای اطرافش را هم می بینید؟ نه!

اگر این تلفن نبود فضای اطرافش هم مشخص نمی شد. در فضا هم نگاه کنید و ببینید که چی می بینید. مثلاً دو تا کلاغ دارد میاد که سیاه هستند. خب کلاغ را می بینید دیگر چی می بینید؟ هیچ چیز!

چطور تو فضای خالی را نمی بینی و فقط کلاغ را می بینی؟! این کلاغ اگر نبود این فضای خالی مشخص نبود. این فرم ما این فکر ما این من ذهنی بطور کلی اسمش را بگوئیم تن ما برای این است که ما متوجه بشویم که چیزی غیر از این تن ما وجود دارد.

در خود ما همین که بصورت ناظر خودمان را می بینیم وقتی ناظر بوجود میاد چشم معشوق باز می شود. ولی ما می رویم توی ذهن و چشم معشوق را بسته می خواهیم. خب این معشوق را به اصطلاح خودمان اذیت می کند. برای اینکه در واقع ما خود معشوق هستیم و او می خواهد خودش را بکشد عقب زنده کند روی خودش تا جان شما را بصورت نی بزند. و شما نمی گذارید.

نی پر از گره است و گره همان چیزهایی هست که ما به آنها چسبیده ایم. آنک او در پس غمزه ست پشت این غمزه است و دل من را زخمی کرده کجاست؟ آن را می خواهیم او بیاید.

یعنی مولانا می خواهد به ما بفهماند که شما کجای کار هستید و دنبال چه می گردید؟ ما دنبال درمان دردهایمان هستیم چون خیلی زخمی شدیم. دائم دنبال پانسمان زخمهایمان هستیم. حالیمان نیست که همه این زخمها را این معشوق می زند!!!

خب شما ممکن است بپرسد که مگه خدا آزار دارد؟ نه آزار ندارد ما هستیم که آزار داریم. ما اصلاً راه را گم کردیم و منظور از زندگی را گم کردیم. اصلاً نمی دانیم. خب ما حرف بزرگان را بخاطر همین است که می خوانیم دیگر.

حالا سالهای سال گذشته یک مولانا بوجود آمده. البته بزرگان دیگر هم همینطور. خب ما مشغول کار و زندگی معمولی هستیم در یک جایی هم بزرگ شدیم و یکجوری هم تربیت شدیم که به ما یاد دادند که هر چه بیشتر بهتر!

رفتیم توی ذهن و با ذهن هم هویت شدیم. آنجا درد ایجاد کردیم و با دردهایمان هم هم هویت شدیم و الان گیج شدیم.

خب الان چطوری راه را پیدا کنیم؟ بوسیله همین حرفهای بزرگان. وقتیکه اینها را می خوانیم می فهمیم که راه را داریم عوضی می رویم.

این چیزی نبود که ما بخاطر این آمده ایم به این جهان. یک ذره تامل کنیم می بینیم که اینها درست می گویند. شما یک ذره دل بدهید می بینید که اینها درست می گویند.

پس معشوق خدا امتدادش را فرستاده به این جهان بعنوان ما و حالا بهر صورتی می خواهد خودش را بکشد بیرون از این جهان. برای اینکه

الان ما در ده سالگی پانزده سالگی فهمیده ایم که ما یک فرد جدایی هستیم و باید اجازه بدهیم که زندگی از طریق ما خودش را بیان کند.

آیا زندگی خودش را از ما بیان کند کارهای بیرونی ما بهتر می شود یا نه؟ شما نگران پول و غیره نباشید. بله پول شما هم زیادتیر می شود. زندگی بیرونی ما هم بهتر می شود. هیچ زندگی به ما نمی گوید که شما زندگی نکنید لباس خوب نپوشید و ماشین خوب سوار نشوید و خانه خوب زندگی نکنید.

شما اگر اجازه بدهید که خرد زندگی از شما بیان بشود در زندگی شما یک بالانسی بوجود می آید که می فهمید که از هر چیزی چقدر می خواهید و خودش را تنظیم می کند. اگر نباشد ما آن بالانس و آن هماهنگی را نمی توانیم میزانش را تعیین کنیم.

پس می فهمیم که معشوق دارد چشمک می زند و چشمکش هم پشتش این است که ما را می خواهد و ما هم خودش هستیم و دارد خودش را می کشد عقب و ما سفت گرفتیم و نمی گذاریم و می گوئیم نه من نمیام.

او دارد دل ما را که دل نیست هی اذیتش می کند که بشکند. شما این را یاد می گیرید. که فردا که استرس شدید برگردید به خودتان بگوئید که این چیزی که من چسبیدم به آن باید رها کنم تا من آزاد بشویم. از توی این خودم را آزاد کنم. این لحظه را بپذیرم لحظه بعد را هم بپذیرم و لحظه بعد را هم همینطور .. پذیرفتن اتفاق این لحظه من را با زندگی موازی می کند هر چه که من بیشتر می پذیرم این حضور ناظر در من بیشتر می شود والان دردهایم را می بینیم. دردهای گذشته را می بینم و دارم بیدار می شوم. دردهای گذشته را تند تند می اندازم هوشیاری که از آنها آزاد می شود من را زنده تر می کند و این حضور در من بیشتر می شود بهتر می بینیم و می دانم که چی دارد در اطرافم اتفاق می افتد. و اطرافم را هم دیگر خوب می بینم و آدمها را خوب می بینم و یواش یواش آدمها را از جنس زندگی می بینم مجسمه نمی بینم و به آنها لطف و محبت می کنم و دنبال انتقام جویی نیستم. کارها و حرفهای آنها به من بر نمی خورد برای اینکه این حضور ناظر از جنس زندگی است از جنس الگوهای ذهنی نیست و از جنس الگوهای رفتاری نیست. چون حضور ناظر هستم با هیچ چیز در ذهنم هم هویت نیستم. اگر مردم هم اینها را زیر پا بگذارند مثلاً به یک کسی می گویم این کار را بکن نمی کند هیچ به من هم بر نمی خورد. به بچه ام هم میگویم این کار را بکن و نمی کند و به من بر نمی خورد و دوباره می گویم. اگر گوش نکرد سه باره می گویم. بعد هم که گوش نمیده باز به من بر نمی خورد. دشمنش نمی شوم.

چرا؟ برای اینکه از جنس زندگی شدم و زندگی از جنس الگوی ذهنی نیست که اگر یکی زیر پا بگذارد فکر کنم که دست من را دارد له می کند و من را گذاشته زیر پاش و من را دارد له می کند. که حرف زدم و تو به حرف من گوش نمی دهی. و داری من را زیر پا له می کنی؟ نه هیچین چیزی نیست. شما با حرفت و با باروت هم هویت شدی.

### پرده روشن دل بست و خیالات نمود \*\*\*\* و آنک در پرده چنین پرده دل بست کجاست

خب همین را دارد می گوید که پرده روشن دل موقعیست که این حضور ناظر شده دل شما و از آنجا شما فکر می کنید و عمل می کنید. آن را بسته و خیالات را به شما نشان داده. حالا ممکن است شما برسید که زندگی که آزار ندارد. چرا زندگی از اول ما را با هوشیاری حضور می آورد؟ نه این هم یک مکانیسم است که ما بیاییم به این جهان و با چیزها هم هویت بشویم یک فردیت ایجاد می کنیم و جدایی را حس می

کنیم و می فهمیم که خودمان از دیگران جدا هستیم وقتی این جدایی را تجربه کردیم بعد این جدایی را بهم می ریزیم دیگر الان عقل و شعور پیدا کردیم . هم جدایی را می شناسیم و هم یکتایی را می شناسیم. بعد آن چیزی که آنجا جمع شده (که خدا کند خیلی زیاد جمع نشده باشد) آن را گفتم قبلاً که به عنوان کود مصرف می کنیم به عنوان زندگی.

مثلاً رز یا گل سرخ که می کارید من دیدم که باغبان وقتی که می کارد آنجا یک ذره کود می گذارد در ته گل کنار ریشه گل. ریشه آن را لازم دارد. ما هم الان در هر سنی هستیم اگر این دردهایمان را ذوب کنیم مقدار زیادی زندگی خالص از آنها آزاد می شود. یکدفعه ما شعله ور می شویم. همانطور که دیدم توی شومینه هیزم می گذاریم و آن هیزم دیگر می سوزد و یک هیزم جدید را که می گذارید یکدفعه شروع می کند به شدید سوختن . یک ذره که این شعله حضور در شما شعله ور بشود می افتد به آن یکی ها.

شما یک مقدار گذشت یک مقدار پذیرش این لحظه مرتب این را تمرین کنید مقداری هوشیاری حضور ایجاد کنید خواهید دید که وقتی این را پایه قرار بدهید دیر غم را پایه قرار نمی دهید. آن پایه هست که پایه زندگی شماست این خداست این زندگیست این شما هستید این اصل شماست نه آن غم و نه آن من. آن من را دیگر پایه قرار نمی دهید.

حالا می گوید آن که در پرده قایم شده و یک چنین پرده دل را بسته که ما الان آن را نمی بینیم. او بیاد و به ما نشان بدهد.

اگر شما بخواهید او می آید. اصلاً آنجاست و منتظر است. اگر هم اذیت می کند برای این است که شما متوجه بشوید. ما هوشیار هستیم الان. مولانا بارها به ما گفته که ما آب و روغن هستیم. فقط آب و روغن می کنیم. از اول هم گفتم اگر آب و روغن نکنیم. اگر جستجو نکنیم اگر واکنش نشان ندهیم و اگر کمی آرام باشیم این که تند تند در ذهن ما حرف می زند تا مسائل ما را حل کند اگر بفهمیم که با حرف زدن ذهن و قاطی کردن آن مسائل ما حل نمی شود. و اگر کمی ریلکس بشویم و ساکت بشویم و ذهن ما ساکت بشود. این آب از روغن جدا می شود و ما روغن هستیم.

### **عقل تا مست نشد چون و چرا پست نشد \*\*\*\* و آنک او مست شد از چون و چرا رست کجاست**

می گوید تا عقل مست نشود. عقل در واقع هوشیاری من ذهنی و تشخیص من ذهنی است. اینجا عقل یعنی عقل جزئی است.

**عقل تا مست نشد چون و چرا پست نشد عقل ما یا عقل من ذهنی بر اساس چون و چرا کار می کند.**

چون چرا از کجا میاد؟ از باورهای شرطی شده از باورهایی که ما با آنها هم هویت شدیم. از الگوهای فکری و رفتاری. که ما به آنها احترام می گذاریم. چون و چرا! چگونه و چرا؟

چون و چرا کار عقل است. اگر شما توجه کنید خواهید دید که بیشتر غم های شما از این است که در گذشته شما می خواستید اینطوری بشود و نشده و فلان کس قرار بود فلان کار را بکند و نکرده . یا فلان کس قرار نبود فلان کار را بکند و کرده!!

چطوری کرده؟ اینطوری کرده!

چطوری باید می کرد؟ اینطوری باید می کرد!

آخر اینها چی هستند دیگر! اینها مال عقل جزئی و عقل من ذهنی است نه خرد زندگی.

و همه اینها هم زیر سر این است که اگر اینطوری می شد به من یک چیزی اضافه می شد و من بیشتر مورد تایید قرار می گرفتم و یا یک چیز مادی به من اضافه می شد. حالا که نشده من هم ناراحت هستم!

حالا چطوری عقل مست می شود با همین شکافهایی که شما می دهید در طیف حرف زدن من ذهنی. این من ذهنی هر لحظه حرف می زند. این حرفش به آن حرفش مثل زنجیر وصل است. وقتی شما قطع می کنید و بصورت حضور ناظر فکرتان را تماشا می کنید اتصال پیدا می کنید به زندگی.

خرد زندگی و عشق زندگی و شادی زندگی از شما ( در واقع شادی اصلتان) در شما بروز می کند. شاد می شوید. و این شکافها را وقتی زیاد می کنید شما فرض کنید که مثلاً صد دفعه در روز به گنج حضور برسید حتی برای یک ثانیه. عقلتان در اینصورت مست می شود. و عقلتان دیگر آن برش را ندارد. آن سلطه را دیگر روی شما ندارد برای اینکه شما مرتب دارید از جنس زندگی می شوید. شما وقتی حضور ناظر می شوید و اتفاقات را می بینید چون خرد زندگی پیدا می کنید می بینید که این عقله دارد خرابکاری میکند. این عقله برای تایید خودش دارد هی چوب لای چرخ زندگی شما می گذارد. حتی به مادیات شما ضرر می زند. آن کسی که مست شده و از چون و چراها شده آن را می خواهم. آن اصل شماست و اصل هر کسی است که از من ذهنی خودش را رها کرده. ما می خواهیم به آنجا برسیم. ما می خواهیم چون و چرا را پست کنیم. چون چرا بیخود و من دار را.

شما وقتی به زندگی وصل بشوید خرد زندگی هم چون و چرا دارد. چون و چرا این کجا و چون چرا این من ذهنی کجا!

چون و چرا من ذهنی فقط خرابکاری است در کار ما. یک شاخه عمده این من ذهنی درد است. همه ما درد داریم دردهای کهنه.

قبلاً گفتم این دردهای کهنه می دانید برای چه هستند؟ برای اینکه ما اینها را ذوب کنیم و زندگی را از اینها آزاد کنیم و یکدفعه مقداری روشنایی حضور در ما بوجود بیاد که آن غذاست و ما متوجه نیستیم.

اگر شما یک مقدار بحضور برسید حضور ناظر به دردتان نگاه کنید و دردهایتان را ذوب کنید یکدفعه می بینید که روز به روز حالتان دارد بهتر می شود. هر چه بیشتر گذشته را می بخشید هوشیاری حضور در شما بیشتر می شود. هر چه هوشیاری حضور بیشتر می شود، شما تشخیصتان بهتر می شود و بهتر می بینید و هوشیاری دارد می رود بالا.

ما داریم از سطح فکر به سمت مستی میرویم و داریم بالاتر می رویم. بالاتر کجاست؟ بالاتر همان گنج حضور است و همان هوشیاری ناظر و خرد زندگی است. به حرفهای من ذهنی دیگر گوش نمی دهیم. من ذهنی می خواست مرتب خودش را مطرح کند می خواست خودش را تایید کند و به ما ضرر می زند.

دیگر نمی گذاریم که به ما ضرر بزند. شما می بینید که روابطتان با مردم بهتر می شود با مشتری بهتر می شود با بچه ات بهتر می شود با همسرت بهتر می شود. چرا؟ چون نمی خواهی که من ذهنی تایید بشود. نمی گذاری که همان اول من خودش را آن وسط بندازد. اول این حضور ناظر است و من هم از آن طرف نشسته و اگر هم بطور کامل فرو ننشسته و از بین نرفته ولی منتظر فرصت است که خودش را مطرح کند ولی چون آن حضور ناظر شما دارد نگاه می کند من ذهنی رفته قائم شده و ساکت است! برای اینکه هوشیاری خدایی تشخیصش بسیار گسترده است. ولی ما هنوز من داریم. این عیب ندارد. این من یواش یواش از کار می افتد و حالا اگر مقداری کمی هم از آن باقی بماند آن نمی تواند زیاد به شما آسیب برساند شش ماه یکبار شما اگر عصبانی بشوید آن عیبی ندارد اگر چه که من ذهنی ما را باعث عصبانی شدن ما می شود بعد از شش ماه و یا یک سال آدم یک کاری می کند و بعد می گوید من یک سال هست که روی خودم کار می کنم بین حالا چطوری من خشمگین شدم!

این اشکالی ندارد. این کارها را من ذهنی می کند تا ما را مایوس کند. ولی شما پیشرفت خودتان را ببینید.

ولی این من ذهنی خطراتی هم دارد. یکی از خطراتش که خیلی عمده است و همه را می تواند در بر بگیرد این است که وقتی ما شروع می کنیم مثلاً به این برنامه گوش کردن بعد از شش ماه یا یک سال چیزهایی یاد می گیریم از نظر ذهنی. یک مقداری هم هوشیاری حضور در ما آزاد می شود و حالمان خوب می شود. بعد از اینکه حال ما خوب می شود دانش ما هم زیاد می شود و این من ذهنی هم بطور کامل از بین نرفته. حالا این من ذهنی می پرد وسط و می گوید: هان من الان عرفان می دانم. خب این شخص که ایستاده بود پی گناه. الان باز با من ذهنیش هم هویت می شود و خودش را مطرح می کند که من عرفان می دانم! و مردم هم تاییدش می کنند. یواش یواش من ذهنی عنان اختیار را در دست می گیرد و این هوشیاری حضور هم که مقداری بوجود آمده زبان ندارد که حرف بزند! یواش یواش می بینید که این من ذهنی باز عنان اختیار را در دست گرفت و این هوشیاری حضور روز به روز کمتر می شود و دوباره من ذهنی اختیار را گرفت در دست این دفعه به عنوان استاد عرفان! که من استاد هستم ولی شما گول این من ذهنی را نخورید. تا لب گور ما باید روی خودمان کار کنیم. فقط روی خودمان باید کار کنیم و کس دیگری را نباید عوض کنیم. اگر یک روز این من ذهنی ما گفت که امروز کار نکن باید همان روز کار کنیم هیچ روزی نیست که ما بگوییم تمام شد! چون این من ذهنی از بین نمی رود. اگر ولش کنی دوباره میاد و اختیار رو بدست می گیرد.

من بعید می دانم که به صفر برسد!

ولی پنج درصد من ذهنی و نود پنج درصد حضور این یعنی خیلی حضور زیاد.

شما نگران نباشید که من دوباره من دارم! بله. اما اگر هر دو ماه یکبار حالتان بد شد و خشمگین شدید عیبی ندارد این چیز کوچکی است. ولی بیشتر اوقات شاد هستیم و هوشیاری حضور از شما حرف می زند. شما خردمند هستید. بیشتر جاها کار را خردمندانه انجام می دهید و خشمگین نمی شوید و نمی ترسید. روابط شما با همه خوب است میل حمایت دارید و به همه کمک می کنید.

این من ذهنی از بین نمی رود کمتر آدمی هست که من ذهنیش به صفر صفر برسد. تازه ممکن است که باز هم خودش را بتند! صفر هم که برسد باز می تواند همانطور که اول تنیده شده بود باز شروع کند به تنیدن خودش. یعنی هیچ روزی نیست که ما روی خودمان کار نکنیم و باید فقط هم روی خودمان کار کنیم.

حالا مطلب دیگر که ما باید بدانیم این است که ما روی خودمان کار می کنیم بعنوان حضور ناظر مثلاً اگر ما با کسی ازدواج می کنیم در حقیقت با من ذهنی او هم ازدواج می کنیم. من ذهنی او یک شاخه درد هم دارد که با درد او هم ازدواج می کنیم. درد او به ما حمله خواهد کرد یا نه؟ حتماً خواهد کرد.

ما مواظب دو تا چیز هستیم. یکی من ذهنی خودمان که به ما و به دیگری حمله نکند و یکی هم من ذهنی دیگران که می خواهد به ما حمله کند. ما اصلاً کاری با کسی نداریم و نشسته ایم آرام ولی یک دفعه من ذهنی یک نفر به ما حمله می کند شما در آن موقع باید بسیار بسیار تیز باشید و بسیار بسیار حاضر باشید واکنش نشان ندهید.

او می خواهد جاهای حساس شما را می خواهد فشار بدهد شما را عصبانی کند. چرا؟ دنبال درد می گردد. آن شاخه یا قسمت درد دار من ذهنی دنبال درد می گیرد و می خواهد درد ایجاد کند. شما نگاه کنید ما هم بطور فردی و هم بطور جمعی مشغول درد درست کردن هستیم. در این قرنی که این همه شعور این همه دانش وجود دارد بطور جمعی اگر نگاه کنید در خیلی از کشورها مردم همدیگر را می کشند و درد ایجاد می کنند. همین الان بطور فردی ما داریم زندگیمان را می کنیم یک زن و شوهر با دو تا بچه . ولی مرتباً اختلاف پیش میاد و یک کسی میاد به ما حمله می کند و هی ما به کسی حمله می کنیم هی به همسرمان حمله می کنیم همسرمان به ما حمله می کند و ما به بچه هایمان حمله می کنیم.

چرا؟ برای اینکه این قسمت درد من ذهنی دنبال درد درست کردن است.

چه چیزی درمانش است؟ هوشیاری حضور. هوشیاری ناظر.

همینکه دیدید یک کسی می خواهد دردش حمله کند بجای اینکه بروید با من ذهنی واکنش نشان بدهید حاضر و آماده باشید. حاضر یعنی حضور و اجازه بدهید که زندگی پاسخ بدهد. خیلی از موقعها پاسخ سکوت است. اگر درد ایجاد نکنیم برای کسی که آمده درد ایجاد کند یواش یواش من ذهنی او ضعیف می شود ولی این کار بسیار مشکلی است . برای همین هست که اینها را می گوئیم و از بزرگان می خوانیم و یاد می گیریم.

## بخش سوم:

در این قسمت به یک قصه ای از دفتر مثنوی که از دفتر ششم هست می پردازیم. و این قصه از سطر ۸۰۶ دفتر ششم شروع می شود. و تیتراژ این است « تمثیل مرد حریص نابینده رزاقی حق را و خزاین و رحمت او را به موری کی در خرمنگاه بزرگ با دانه گندم می کوشد و می جوشد و می لرزد و به تعجیل می کشد و سعت آن را نمی بیند. »

پس می خواهد بگوید که انسانی که من ذهنی دارد با حرص و ترس به چیزهایی در این جهان چسبیده و در ذهنش تجسم می کند. و یک چنین شخصی مانند مورچه ای است که در یک خرمنگاه بزرگ که پر از گندم است به یک دانه چسبیده و با حرص و ترس دارد می برد.

**مور بر دانه بدان لرزان شود \*\*\*\* که ز خرمنهای خوش اعمی بود**

**می کشد آن دانه را با حرص و بیم \*\*\*\* که نمی بیند چنان جاش کریم**

می گوید: مورچه بر دانه به این دلیل لرزان می شود مانند ما که به هر چیزی که چسبیدیم می لرزیم و به قول خود مولانا بر هر چه که می لرزی می دان که همان ارزی .

شما ببینید که در هر سطحی چه تغییری در خودتان باید بدهید. همه ما باید همین کار را بکنیم. خودمان زیر نورافکن خودمان هستیم. آیا به یک چیزی چسبیده ایم در این جهان از طریق ذهنمان و بر اساس آن حس وجود درست کردیم. حس وجود ما در آن چیزی است که به آن چسبیدیم. بنابراین می ترسیم. مثل مورچه ای که بر یک دانه گندم که حتی صاف نیست یعنی گندم خالص هم ممکن است نباشد و هنوز به کاره پیچیده باشد. اعمی یعنی کور. که از خرمنهای خوش این مورچه کور است. یعنی خرمنهای زیبا و وسیع را نمی بیند.

خرمنگاه جایی است که کشاورزان می آروند گندم هایشان را آنجا جمع می کنند و می کوبند و بعد از کاه جدا می کنند و یک تلی درست می کنند که اگر همه را نگاه کنید گندم بسیار زیادی می شود.

و فرض کنید که یک مورچه ای یک دانه گندم را برداشته و با حرص و ترس دارد می برد. می کشد آن دانه را با حرص و بیم حالا شما می بینید که آیا شما ترس در جانتان هست؟ حرص هم هست؟ این مورچه هم با حرص و ترس ... چون می ترسد که بگیرند از او .. در حالیکه این همه گندم آنجا هست.

**که نمی بیند چنان جاش کریم جاش کریم یعنی این گندمهای صاف شده بسیار وسیع و زیاد.**

ما چی؟ حرص حالتی است که ما فضای این لحظه را بستیم و رفتیم در ذهنمان و در ذهنمان به آن چسبیدیم و از آن انتظار زندگی در آینده داریم. یا آن را داریم و چسبیدیم به آن که مبادا آن را از دست بدهیم.



و انتظار داریم که از آن شیره زندگی بکشیم. در حالیکه الان می دانیم که به مفهوم آن چیز در ذهنمان چسبیدیم. آن چیز بیرون است و امروز هم در مورد آن صحبت کردیم که ما نمی توانیم از چیزهای بیرونی زندگی بگیریم.

ببینم که مولانا حالا چه می گوید:

**صاحب خرمن همی گوید که هی \*\*\*\* ای ز کوری پیش تو معدوم شی**

**تو ز خرمنهای ما آن دیده ای \*\*\*\* که در آن دانه به جان پیچیده ای**

صاحب خرمن به مورچه می گوید: آگاه باش بیدار شو ای مورچه! که اینقدر کور هستی که پیش تو چیزی که اصل است ( شی در اینجا بمعنی اصل است) آن چیزی که خدایی است هوشیاری حضور، آن هوشیاری ناظر، فضای یکتایی این لحظه و یا اصلاً این لحظه که زندگی است پیش تو بسته است معدوم است. هیچ نمی بینی. **ای ز کوری پیش تو معدوم شی** برای اینکه چسبیده ای به این یک دانه گندم و این همه خرمن گندم را نمی بینی.

صاحب خرمن خداست زندگی است و ما هم مورچه هستیم که چسبیدیم به یک چیز کوچولوی آن هم به مفهومی. حالا شما ببینید که به چیزی چسبیدید؟ بله همان است.

این ممکن است باور باشد ممکن است بچه تان باشد ممکن است مال دنیا باشد. هر چی که هست. چسبیدن به هر چیزی عشق نیست کنترل و ترس و حرص است که نمی گذارد ما زندگی کنیم و اینها از جنس زندگی نیستند. حرص اینکه من باید به آن برسم اگر نرسم زندگی زندگی نمی شود همین در آینده بودن و از این لحظه فرار کردن رفتن به آنجا زندگی کردن. همین حرص است. حرص هم خورشید را می بیند.

**حرص اگر خورشید را پنهان کند\*\*\* چه عجب که پشت بر برهان کند**

حرص اگر خورشید زندگی را در این لحظه می پوشاند در اینصورت آیا به حرف و دلیل و برهان گوش می کند؟ کسی که حرص می ورزد گوش نمی کند .

به او می گویند که تو زندگی را می گذاری و گرفتار می شوی و اذیت می شوی. ولی او گوش نمی کند.

چرا؟ برای اینکه وقتی که آدم در این لحظه زندگی به این بزرگی را نبیند و آن را بسته باشد آیا به حرف و دلیل و برهان گوش می کند؟ نه! نمی کند.

چاره اش بیداریست. اینها را می گوئیم تا حرفهای بزرگان را می شنویم و بیدار بشویم.

می گوید صاحب خرمن به مورچه می گوید: تو از خرمن ما خرمن زندگی فقط این یک دانه را دیدی که به آن چسبیدی؟ که در آن دانه به جان پیچیده ای ببینید که چقدر قشنگ می گوید. ما پیچ و تاب خوردیم و پیچیده ایم اطراف این چیزی که به آن چسبیدیم و ول کن هم نیستیم و اصلاً بافتیم خودمان را به آن.

حتی به دردهایمان. شما ببیند که به چه چیزی پیچیده اید؟ بدانید که آن نیست.

آن چیزی نیست که ما الان دنبالش می گردیم آن زندگی نیست. آن چیزی که الان به آن پیچیدیم آن توهم است.

ای به صورت ذره کیوان را ببین \*\*\*\* مور لنگی رو سلیمان را ببین

تو نه این جسم تو آن دیده ای \*\*\*\* وا رهی از جسم گر جان دیده ای

می گوید ای بصورت ذره صورت ما و فرم ما کوچولوست. بدن ما و فکر ما و هر چه که شما اسمش را می گذارید تن یا صورت، این ذره است و کوچولوست!

حالا آیا ما فقط این ذره هستیم؟ نه! امروز هم در موردش صحبت کردیم و مولانا در اینجا هم می گوید که وقتی دریا از طریق ماهی بخواد داد و دهش کند.. ماهی ما هستیم دریا یکدفعه در ماهی جا می شود و ماهی از دریا بزرگتر می شود.

ای بصورت ذره کیوان را ببین کیوان رمز فضای همه امکانات است و رمز خداست. رمز فضای یکتایی این لحظه است. صورت تو

کوچولوست همانطور که مولانا می گوید: بصورت کمتر از نیم ذره \*\*\* ز روی عشق از عالم فزونم

حالا همینها را داریم می گوئیم. حالا مور لنگی یعنی مور چلاقیم یعنی انسان.... برو سلیمان را ببین

مور و سلیمان در ادبیات ما متداول است. سلیمان رمز زندگیست. حالا به خودمان نگاه می کنیم. آیا ما مور لنگ هستیم؟ آیا بصورت مور لنگ عمل می کنیم. به هر چیزی که چسبیدیم و گذاشتیم روی خودمان این ما را چلاق کرده و نمی گذارد که راه ببریم. ما بار بزرگی از گذشته را بر پشتمان گذاشتیم و می ببریم و می توانیم این را بندازیم.

این قضیه توی ذهن زندگی کردن یکجوری به ما به ارث رسیده و ما هم داریم به این و آن می دهیم و می گوئیم. این کار را باید متوقف کنیم. جوانان در آینده زندگی می کنند و مقدار زیادی آینده دارند که این همان حرص است. پیران مقدار زیادی گذشته. پیرها در گذشته زندگی می کنند برای اینکه الان که رسیدند به هفتاد و هشتاد سال و دیگر آن توانایی ها از بین رفته. رفتن به بیست سالگیشان و سی سالگیشان و در مورد آن زمان صحبت می کنند وجوانها هم اگر بیست سال یا پانزده سالشان است می گویند وقتی سی ساله یا چهل ساله شدیم و ازداج کردیم و بچه دار شدیم دانشگاه رفتیم و خانه خریدیم آن موقع زندگی شروع خواهد شد. نه اینطوری نیست! زندگی در این لحظه است و همین لحظه کامل است و در مورد این امروز داریم صحبت می کنیم. که زندگی در این لحظه کامل است و می خواهد از شما بیان بشود و

شادیش را از شما بیان کند شما تجربه کنید و هیچ ربطی به گذشته و آینده ندارد و ربطی به این ندارد که چیزی به شما اضافه خواهد شد یا کم خواهد شد. این لحظه زندگی کامل است و ما این را نمی بینیم که در سطرهای بعدی می رسم به این قسمت .

می گوید تو این جسم نیستی تو آن دیده ای . کدام دیده؟ همان که سلیمان را دیده.

در پایین می گوید ما فقط دید هستیم که به انگلیسی می شود Sight دید. این لحظه هر چه که می بینیم ما آن هستیم. این برای ما قابل فهم نیست خیلی موقعها و قابل قبول هم نیست ولی درست است . **تو نه ای این جسم تو آن دیده ای \*\*\* و ارهی از جسم و ارهی از جسم** وقتی است که از این ذهن آمدی بیرون. قاطی این جسم بافته با این جسم نمی شوی. مثل این که مولانا گفت داخل آن دانه تو پیچیده ای الان هم ما پیچیده ایم به دردهایمان و فکرایمان و به مفاهیم چیزهای بیرونی و ما فکر می کنیم که آنها هستیم ولی ما آنها نیستیم. از آنها میرهیم اگر جان را ببینیم. دیدن جان همان حضور ناظر شدن است. شما حضور ناظر باشید برای فکرایمان و برای دردهایمان. الان یک اتفاقی ناگوار یا خوبی می افتد بکشید عقب ببینید چه اتفاق می افتد. نگاه کنید. قاطی نشوید و هم هویت نشوید. از اتفاق نخواهید که شیره بکشید. اتفاق چیزی ندارد. ما از جنس اتفاق نیستیم.

امروز دیدیم که اگر از جنس اتفاق بشویم اگر اتفاق این لحظه را بجای خودمان ببینیم و بگیریم یعنی این لحظه را که زندگی هست رها کنیم و فکر کنیم که از جنس اتفاق هستیم در آنصورت ناتمام می مانیم. چون اتفاقات این لحظه هیچ وقت تمام نیستند. در این لحظه یکی اتفاق این لحظه است و یکی هم این لحظه. این لحظه تمام است و کامل است و زندگی است و اتفاق کامل نیست. اتفاق هیچ موقع کامل نیست. اتفاق ما هم کامل نیست ما هم به عنوان جسمی اتفاق هستیم و یا مرد هستیم و یا زن. نمی شود هم مرد باشیم و هم زن. کامل نیستیم. جسماً ما کامل نیستیم. برای همین است که در سطح جسم می خواهیم خودمان را کامل کنیم و با یک کسی که از جنس مخالف هست زندگی می کنیم و فکر می کنیم که اینطوری جسم کامل می شود. کامل بودن جسم به کامل بودن زندگی کاری ندارد. این در سطح جسم است. جسم می تواند کامل نباشد ولی زندگی کامل است.

**تو نه ای این جسم تو آن دیده ای \*\*\* و ارهی از جسم گر جان دیده ای** اگر جان را ببینی از جسم خلاص می شوی

الان سطر بعدی از این هم مهمتر است.

**آدمی دیده است باقی گوشت و پوست \*\*\*\* هر چه چشمش دیده است آن چیز اوست**

می گوید آدمی دید است. آدمی داشتیم می گفتیم که از جنس حضور است. حضور خمیر مایه همه چیز است. شما هر چه که می بینید از جنس او می شوید. این نشان می دهد که چقدر مفید است که ما نیک ببینیم. اجازه بدهیم تا زندگی ببیند. ایراد نبینیم، ایراد نگیریم، انتقاد نکنیم. حالا آدمی دیده است. آدمی دید است فقط و باقی گوشت و پوست است. هر چی که چشمش دیده آن چیز اوست. هر چیزی را که چشم شما می بیند آن چیز از جنس شماست.

این خیلی خیلی مهم است.

در فیزیک مدرن این قانون را دریافتند که اگر این را ما می خواندیم به دنیای علم قبل از اینکه آن قانون کشف بشود ما ایرانی ها این را ارائه می کردیم. که می گوید: **مشاهده کننده جنس مشاهده شونده را تعیین میکند که چی باشد.** یعنی شما که مادر یا پدر هستید به بچه تان که نگاه می کنید هر چی که می بینید آن بچه شما آن می شود.

پس معلوم می شود که دید شما بسیار بسیار تعیین کننده است. اینطوری نیست که من هر چه که نگاه می کنم خب مسئله ای نیست که چون مردم هر چه که هستند هستند! نه. نگاه شما تعیین کننده است و شما تعیین می کنید که چی ببینید و چی باشد. همه ما اینطوری هستیم. خب این نشان می دهد که اگر ما دید زندگی باشیم و به زندگی زنده بشویم جهان خود بخود آبادان می شود.

ما چون دید من ذهنی داریم دید خشم داریم و دید ترس داریم ما به هر چی که نگاه می کنیم و به هر کس که نگاه می کنیم ما اثر می گذاریم. **آدمی دیده است باقی گوشت و پوست \*\*\* هر چه چشمش دیده است آن چیز اوست .**

خب این در انگلیسی هم میگویند *Observer determines the observed* مشاهد کننده تعیین می کند آن چیزی را که مشاهده می شود. در فیزیک این قانون وجود دارد.

قبل از کشف این فیزیک جدید در زمان نیوتن فیزیک نیوتنی مردم فکر می کردند یک پدیده فیزیکی وجود دارد یک اندازه گیر. این اندازه گیر میاد اندازه می گیرد که این پدیده اینجا هست حالا این کسی که اندازه می گیرد اگر بتواند درست اندازه می گیرد و اگر نتواند نمی تواند اندازه بگیرد. ولی در امروز کشف شده که آن اندازه گیرنده روی این پدیده اثر می گذارد. مولانا دارد به آن قانون اشاره می کند.

حالا به شما چه ارتباطی دارد. ارتباطش این است که شما الان هر چه را که می بینید در ذهنتان شما از جنس آن هستید. شما ممکن است که بگویید که بابا من از جنس آدم هستم و از جنس هوشیاری حضور هستم. این چه ارتباطی به دید من دارد؟! نه اگر شما از زندگی نگاه کنید زندگی می شوید که دارد اینجا به همین اشاره می کند. می گوید **رو سلیمان را ببین** تو به سلیمان نگاه کن. تو به زندگی نگاه کن. دید تو از جنس زندگی می شود در اینصورت همیشه از جنس زندگی می شوی و به هر چی که نگاه می کنی زندگی را می بینی و زندگی را در آنها زنده می کنی. برو از جنس مردگی شو. از جنس خشم شو. از جنس ترس شو. از جنس نگرانی شو. از جنس استرس شو. به هر کسی که نگاه کنی همان اثر را می گذاری. شما حساب کنید که اگر از جنس خشم هستید و ترس هستید در خانه بعنوان زن و شوهر روی بچه هایتان چه اثری می توانید بگذارید! چطوری نگاه می کنید به بچه تان! با چه دیدی؟ با دید خدا یا با دید من؟ با دید شیطان یا با دید خدا؟ شما فکر نکنید که این بچه همینطور بزرگ می شود و هر چه که می خواهد می شود دیگر. شما اثر تعیین کننده دارید فقط با نگاه تان. شما نمی توانید دردناک باشید و یک بچه سالم بزرگ کنید. شما باید چاره ای برای دردتان بکنید و این نشان می دهد که چقدر گوش کردن و بررسی کردن حرفهای بزرگان مهم است. ما اثر می گذاریم روی همدیگر. ما به اتفاق باید دست تو دست هم بگذاریم بقول شاعر **تا دست به اتفاق بر هم نزنیم** نمی توانیم

این قضیه را بلند کنیم. ما همه روی هم اثر می گذاریم. نمی شود که یک عده ای درد تولید کنند و یا ما باعث بشویم که آنها درد تولید کنند و بگویم که آنها اگر درد می کشند به ما چه! نه چنین چیزی نیست. ما روی هم اثر می گذاریم.

آدمی دیده است باقی گوشت و پوست \*\*\* هر چه چشمش دیده است آن چیز اوست هر چه که چشم شما می بینید شما از آن جنس می شوید از آن جنس هستید. شما چه دیدی می خواهید پیدا کنید؟

حالا ببینم که مولانا در این مورد چه می گوید.

### کوه را غرقه کند یک خم ز نم \*\*\*\* منفذش چون باز باشد سوی یم

یم یعنی دریا و نم هم یعنی آب. می گوید که یک خم کوچولو است که ما هستیم. کوه می تواند من شما باشد. دریا می تواند بیاید غرق کند فوراً من شما را در خم شما اگر منفذش یا سوراخش به دریا باز باشد. اگر شما بصورت ناظر به فکرهایتان نگاه کردید و این کار را ادامه دادید و اگر در این لحظه با زندگی موازی بودید از طریق پذیرش اتفاق این لحظه اگر این لحظه آنقدر پذیرش اتفاق این لحظه بود که شما تشخیص دادید که شما از جنس اتفاق نیستید نمی شود که شما اتفاق بیفتید و قاطی اتفاقات نشوید اگر با اتفاقاتی که خودتان را قاطی کردید آنها را بندازید و بگویید که این اشتباه بوده و من قبلاً متوجه نبودم و الان متوجه شدم شما باید خودتان را زیر نورافکن بگذارید شما ارزش دارید روی خودتان تامل کنید که من دارم چکار میکنم.

آیا من اتفاقات را در این لحظه بجای خودم می گیرم؟ به اتفاقات واکنش نشان می دهم؟ اگر واکنش نشان می دهم پس اتفاقات را بجای زندگی گرفتم که اینکار درست نیست. من از جنس اتفاقات نیستم من از جنس زندگی هستم. به اتفاقات نباید بچسبم. اتفاق این لحظه تمام می شود و نمی ماند برای آینده. اگر به اتفاق می چسبم پس من میروم به گذشته چون اتفاق ناقص است از جنس ناقصی می شوم و در آینده باید کامل بشوم در اینصورت گرفتار می شوم و دارم توی ذهنم ناقصی را ذخیره می کنم که در آینده کامل بشود که چنین چیزی نمی شود و این غلط است .. اینها را فهمیدن خیلی مهم است و این باعث می شود که شما قاطی اتفاقات نشوید. و اجازه بدهید که اتفاقات خودشان را آرام حل کنند به خرد زندگی شما حاضر باشد و با اتفاقات قاطی نشویم.

### چون به دریا راه شد از جان خم \*\*\*\* خم با جیحون بر آرد اشتملم

می گوید وقتیکه از جان خم به دریا راه بود اشتملم یعنی تندی یعنی خم. ما با رودخانه بزرگ ... رودخانه بزرگ در واقع این رودخانه زندگی هست که از ما عبور می کند و با رودخانه وقتی تندی می کنیم ... یعنی ما بالای رودخانه هستیم. کدام رودخانه؟ یک خم را در نظر بگیرید که به دریا راه دارد و به جانش غلبه می کند و تندی می کند و بالاتر از رودخانه است.

حالا جان ما هم بعنوان هوشیاری حضور جدا شده از تن ما. حالا از تن ما زندگی عبور می کند. هر چه که عبور می کند ممکن است که جریان اتفاقات باشد ممکن است که خرد زندگی باشد و ما ورای این هستیم ما روی همه اینها غلبه داریم. براریم اشتلم یعنی اینها نمی توانند روی ما غلبه کنند. جریان اتفاقات نمی توانند روی ما غلبه کنند.

### زان سبب قل گفته دریا بود \*\*\*\* هر چه نطق گفته دریا بود

می گوید از این سبب است که در قرآن که آمده **قُل** یعنی بگو به این سبب آمده است که وقتی که زندگی از شما شروع می کند عبور کردن در اینصورت زندگی هست که از طریق شما حرف می زند و تمثیل می زند که ما به همین دلیل هست که ما می گوئیم این قل گفته دریاست . خدا در قرآن می گوید بگو این را بگو و این را بگو و... یعنی من حضرت رسول نمی گفته بلکه یک نیروی از ایشان جاری می شده و آن نیرو فقط در ایشان نبوده بلکه در همه وجود دارد. اشکال کار ما در این است که ما فکر می کنیم فقط یک نفر یا دو نفر هستند که می توانند اینطوری باشند. این نیرو، این زندگی، این خدایت در همه وجود دارد و این نیرو از همه می خواهد بیان بشود. هر چیزی که از حضرت احمد دارد رد می شود این از آنطرف دارد میاد.

## بخش چهارم :

### گفته او جمله در بحر بود \*\*\*\* که دلش را بود در دریا نفوذ

می گوید همه گفته های او مثل در دریا بود. در دریا هر چیز است که از ما موقع حضور بیان می شود. مثل مروارید و خرد . براینکه دلش را به دریا وصل کرده بود و دلش به دریا وصل بود. حالا می گوید

### داد دریا چون ز خم ما بود \*\*\*\* چه عجب در ماهی دریا بود

چون زندگی یا خدا فقط بوسیله ما انسانها باید خردش را و شادیش را و آرامشش را به جهان پخش کند و بیان کند و ببخشد آیا راه دیگری دارد؟ طبق گفته های مولانا انسان والاترین باشنده ای است که زندگی انتخاب کرده که این زندگی را و این هوشیاری را از او بیان کند. داد دریا یعنی دهبش دریا، بخشایش دریا و زندگی چون از خم ما انسانهاست از جان ما انسانهاست چه عجب که در ماهی یعنی ما بعنوان ماهی در دریا ... یعنی دریا در ماهی جا بشود. این خیلی جالب است!! این همان است که می گوید: **ز روی عشق از عالم فزونم**  
ما ماهی هستیم در دریای بیکران زندگی. ولی وسعت ما به اندازه زندگیست. برای اینکه زندگی ما را اختیار می کند که به اندازه ای که ما اجازه می دهیم خودش را از ما بیان کند. ما می توانیم به اندازه زندگی بشویم. به وسعت زندگی بشویم اگر مثل مورچه به آن دانه نجسبیم.

### چشم حس افسرد بر نقش ممر \*\*\*\* تُش ممر می بینی و او مستقر

### این دویی اوصاف دید احوست \*\*\*\* ورنه اول آخر آخر اولست

چشم حسی ما یعنی چشم من ذهنی . یعنی چشم حس های ما یعنی پنج تا حس که حاصل آن را می بریم به ذهنمان و قضاوت می کنیم و تشخیص می دهیم ولی همیشه توی ذهن هستیم. می گوید این چشم فقط فرم را می بیند بنابراین افسرده می شود و منجمد می شود به نقش ممر یعنی محل عبور یعنی فرم.

زندگی عشقش را و خردش را از ما می خواهد بیان کند. معالاً این چیزها به حرف درمیاد و از ذهن ما بیان می شود پس ذهن محل عبور است و محل ایجاد من نیست. ذهن یک تنی هم که جسم و فکر و هیجانات ما است یک چیزی می سازد بنام تن و به ما ارائه می کند که تصویر ذهنی ما هست از خودمان است که گفتیم با این تصویر ذهنی ما نباید زندگی کنیم. ما تصویر ذهنیمان نیستیم. ما هوشیاری حضور ناظر هستیم. تصویر ذهنی ما از ما من نیست، ما نیستیم. ولی می گوید چشم حس ما منجمد می شود بر نقش محل عبور که محل عبور همین ذهن ما است و تن ما است. **نُش یعنی تو او را ممر می بینی و مستقر**

حالا سوال سر این است که شما چی می بینید؟ آیا چشم حسی شما افسرده شده به نقش فرم خودتان به تصویر ذهنی خودتان و دیگران. هیچ چیز دیگر نمی بینید. شما به جهان نگاه می کنید چی می بینید؟ فقط این انسانها را مثل یک مجسمه که اینها دارند تکان می خورند و یک کارهایی می کنند و یک حرفهایی می زنند. ما هم یک مجسمه هستیم که حرفهایی می زنیم و با همدیگر بحث و جدل می کنیم و این بحث و جدل ها نتیجه می شود که یک چیزی به ما اضافه بشوید و یا یک چیزی به آنها اضافه می شود .. نه تو او را ممر می بینی یعنی تو او را محل عبور می بینی که منجمد شده او یعنی آن کسی که صاحب آن دید است یا انسان کامل کسی که حاضر است مستقر.

حالا این اشکال داره شما اگر ممر ببینید شما اگر محل عبور یا مجاری عبور ببینید در اینصورت این در حال از بین رفتن است در اینصورت شما باید فکر کنید که این باید کامل بشود و این الان ناقص است. در حالیکه زندگی در این لحظه مستقر و کامل است.

حالا دید شما چی هست؟ اگر دید شما در این لحظه دید زندگی و حضور است سکون را می بینید و مستقر را می بینید و چیزی تغییر نمی کند ولی اگر به چیز تغییر کننده نگاه می کنید همین طور اتفاقات. این لحظه شما اتفاق را می بینید یا زندگی را می بینید؟ از جنس اتفاق هستید یا از جنس زندگی هستید؟ اگر از جنس زندگی هستید اتفاق شما را نمی تواند بکشد اگر از جنس اتفاق هستید که شما کشیده شدید و از جا درآمدید.

حالا اگر از جنس اتفاق هستید در اینصورت یک من دارید تصویر ذهنیتان در ذهنتان من شما هست و بر اساس این من ذهنی یک تصویر ذهنی بر اساس «دیگر» درست کردیم . پس یکی شما هستید و یکی هم دیگر که از شما جداست! که ما این کار را کردیم و غلط است. و این تا یک جایی رواست برای اینکه تا یک سنی رواست و ما باید به حضور برسیم. و این دویی است. دویی یعنی اینکه یک تصویر ذهنی از خودت بسازی و بر اساس آن یک تصویر ذهنی هم از یکی دیگر بسازی و بعد این تصاویر ذهنی با همدیگر حرف بزنند!!! فقط ما این تصاویر ذهنی هستیم و زندگی نیستیم دیگر.

می گوید: این دویی اوصاف دید احوال است احوال یعنی دویین. دویین کسی است که با تصویر ذهنی خودش زندگی می کند و بر اساس آن یک تصویر هم از یکی دیگر مثلاً یک شوهری یک تصویر ذهنی از خودش دارد و یکی هم از خانمش دارد. وقتی حرف می زند تصویر ذهنی خودش با تصویر ذهنی خانمش که در ذهنش هست با یک سری مشخصات با یک سری ایرادهایی با یک گذشته ای با یک سواد و با یک فهم و شعوری به آن حرف می زند نه به این کسی که اینجا نشسته. اصلاً با اینکه اینجا نشسته کاری ندارد. فقط با آن کسی که در ذهنش هست دارد حرف می زند. این دویی است.

حالا در اینجا اول و آخر وجود دارد. برای اینکه شما اگر این لحظه را بگذارید کنار که زندگی هست و اتفاق این لحظه را بگیرید که برای ما ذهناً اتفاق این لحظه هیچ موقع کامل نیست چون یک اتفاقی در این لحظه می افتد ذهن ما می گوید که این ناکامل است. البته که ناکامل است هیچ موقع نمی تواند کامل باشد. حالا ما با این ناراضی می شویم و ما با این نقص هم هویت می شویم و این می رود به گذشته. خوب این جایی باید کامل بشود دیگر!

ذهن این را نگه می دارد. چون باهاش هم هویت شدیم و این یک قسمت از وجود ما شده. حالا یک قسمتی از وجود ما ناقص شده و در آینده باید به ثمر برسد. که حالا ما اینطور هستیم!! هزار تا چیز انباشته شده داریم که به ثمر نرسیده و ما در آینده باید به ثمر برسیم. هشتاد سالمان هم که هست در آینده باید به ثمر برسیم.

حالا شما الان این را می دانید که هر چه را که در این لحظه اتفاق می افتد این لحظه تمام می شود. ورنه اول آخر آخر اول است اصلاً اول و آخر نداریم آخر اول و آخر هم اول است برای اینکه این لحظه اول و آخر ندارد. این لحظه این لحظه است. آن چیزی که اول و آخر دارد اتفاقات است و ما از جنس اتفاقات نیستیم. پس برای ما اول و آخر ندارد و همیشه در این لحظه مستقر هستیم و از جنس زندگی هستیم. برای هر کسی که اول و آخر وجود دارد او از جنس ذهن است. آن دویی است. اینها را شما باید بخوانید خودتان و همانطور که بارها گفتم برای اینکه معانی لغات را هم در بیاورید و یک کمی هم بیشتر بخوانید تفسیر مثنوی به قلم آقای کریم زمانی را بگیرید هفت جلد است و بسیار مفید است و آن هم به شما بسیار کمک می کند.

**هی ز چه معلوم گردد این ز بعث \*\*\*\* بعث را جو کم کن اندر بعث بعث**

**شطر روز بعث اول مردنست \*\*\*\* زانک بعث از مرده زنده کردنست**

حالا می گوید ای خانم ای آقا این از کجا معلوم می شود؟ این چیزهایی که گفتیم از کجا معلوم می شود؟ این از رستاخیز معلوم می شود. بعث یعنی رستاخیز و زنده شده و قیامت. این از بعث و از قیامت معلوم می شود.

بعث را جو یعنی قیامت را جو. قیامت یعنی این لحظه پا شدن و زنده شدن. یعنی اول مردن به من ذهنی بعد از این مردگی زندگی از شما پا می شود و شما بعنوان زندگی بر می خیزید بعنوان زندگی که این همان حضور ناظر است که تماماً روی خودش زنده شده و چیزی از ذهنیت و منیت در آن باقی نمانده. اول فنا می شویم و بعد زنده می شویم.



می گوید بعث را جو یعنی زنده شدن را جو و بحث نکن اصلاً . اینها که بحث نداره!

توجه می کنید که این چی می گوید. ما بیشتر بحث می کنیم. بیشتر موقعها مردم می پرسند که مولانا جبری بوده یا اختیاری بوده؟ مولانا چطوری بوده؟ مولانا چیزهایش را از قرآن گفته یا از قرآن نگفته؟ آخر اینها به چه دردی می خورد؟ چرا این سولات را می کنید؟ چرا سوال نمی کنید که من کجا هستم؟ آیا من به زندگی زنده هستم آیا الان زندگی هستم و زنده هستم؟ آیا من مرده ام نسبت به من ذهنیم یا من ذهنیم هست که من را دارد اداره می کند؟ بحث و جدل نشان من ذهنی است. بحث و جدل هر کسی که می کند و هر کسی که از خودش دفاع می کند و یا از هر چیزی که دفاع می کند یعنی من دارد و دارد از منش دفاع می کند.

به ما چه که مولانا چطوری بوده!! مهمترین چیز برای ما این است که خودمان را زیر نورافکن باشیم تا ببینیم که من الان چطوری هستم! ما مولانا را می خوانیم که اینها را یاد بگیریم و روی خودمان اعمال کنیم نه اینکه قضاوت کنیم که مولانا چطوری بوده.

### شرط روز بعث اول مردنست \*\*\*\* زانک بعث از مرده زنده کردنست

### جمله عالم زین غلط کردند راه \*\*\*\* کز عدم ترسند و ان آمد پناه

شرط روز رستاخیز ... شما دو جور قیامت می شناسید. یکی قیامت شماست که قیامت کوچک است که شما این لحظه پا می شوید و بعنوان زندگی روی پای خودتان زنده می شوید . ولی شرطش می گوید این است که اول باید بمیرید. بله همانطور هم هست. در آن قیامت بزرگ هم معنیش این است که همه چیز به هوشیاری خداوند زنده می شود. این گلدان و این گل و این تلفن و این میکرفن و این میز و ... همه به خدایشان زنده می شوند و آگاه می شوند. البته تا آن روز خیلی مانده. ولی قیامت شما همین الان همین لحظه می تواند صورت بگیرد. در همین لحظه!

همین لحظه اگر شما بیدار بشوید به این لحظه که زندگی است در اینصورت قیامت شما شده. می گوید شرط روز قیامت که مال شما هست این است که اول باید بمیرید. اگر نمیرید که نمی شود. برای آنکه بعث یعنی رستاخیز و قیامت، از مرده، که اول باید بمیرد و بعد از مردن، از زنده، زندگی درست کردن است.

و بعد می گوید که همه عالم به این دلیل راه را گم کردن برای اینکه این زندگی از جنس بی فرمی است ( که از عدم ترسند ) عدم بی فرمی است.

الان ما به آن چیزهایی که در ذهن چسبیده ایم را رها نمی کنیم. چرا؟

می گوید باید این باروها را رها کنیم.

خب اگر اینها را رها کنم پس به چی بچسبم؟

مردم یک دفعه دینش را عوض می کنند. خب این دین را رها کردم پس باید به یک دین جدیدی بچسبیم! خب دین را عوض کردن شد به رستاخیز زنده شدن و به زندگی زنده شدن؟

قبلاً با یک سری باورهای دینی هم هویت شدم و بعد گفتم نه اینها بد هستند و اینها را رها کردم و حالا چسبیدم به یک سری چیزهای دیگر که اینها دیگر خیلی خوب هستند!! نه هر دو یکی هستند. شما به یک چیز مرده ای بچسبید خودتان مرده می شوید.

امروز مولانا گفت که اگر به خدا نگاه می کنید دیدتان زنده است و خودتان زنده هستید و به هر کسی هم که نگاه می کنید او را هم از جنس خودتان می کنید. (البته موقتاً) چون او هم زندگیست و او هم نگاه می کند. بهترین حالت که ما باید به آنجا برسیم و همه ما باید به هوشیاری خدایی حضور زنده بشویم و به خداییمان زنده بشویم و من ذهنی را رها کنیم و چیزهای ذهنی را رها کنیم و بگوییم که ما از جنس این چیزهای بیرونی نیستیم و ما از جنس زندگی هستیم.

ما انسانها چاره ای نداریم حتی برای حفظ بقایمان ما باید زود به این موضوع توجه کنیم. ولی می گوید که ما به این دلیل راه را گم کردیم که این زندگی این خدایت ما از جنس بی فرمی است و ما دوست داریم به فرم بچسبیم. چرا؟ چون ما توی ذهن هستیم و ذهن هم فرم می شناسد. اما این عدم پناه ما است. عدم و بی فرمی و زندگی که از جنس بی فرمی است پناه ما است.

از کجا جویم علم از ترک علم \*\*\*\* از کجا جویم سلم از ترک سلم

از کجا جویم هست از ترک هست \*\*\*\* از کجا جویم سیب از ترک دست

اگر عدم و بی فرمی و به فرم نچسبیدن را راه نجات است .

پس ما علم را از کجا بجویم؟ از ترک آن چیزی که فکر می کنیم علم است. فکر می کنیم که چی علم است؟ آن چیزیکه در ذهنمان چسبیده ایم. شما اگر آن را رها کنید. از ترک آن علم می جوشد.

سلم یعنی آرامش از کجا آرامش و صلح بجویم؟ از ترک سلم. از آن چیزی که در ذهنمان گرفتیم بعنوان مفهوم آزادی و آرامش و هر چیزی که می خواهیم و در ذهنمان چسبیدیم اگر آن را رها کنیم در ما زنده می شود.

بعضی موقعها ما به مفهوم آزادی در ذهنمان چسبیدیم و فکر می کنیم که آزادی آن چیزی است که ما در ذهنمان فکر می کنیم. برای همین هست که خودمان هم آزاد نیستیم.

ما خودمان در زندان هستیم و صحبت آزادی می کنیم. ما خودمان ناآرام هستیم و صحبت آرامش می کنیم. چرا؟ به مفهوم آرامش به ذهنمان چسبیده ایم.

از کجا جوییم هست؟ از ترک هست. از کجا حس وجود بجوییم؟ نه در ذهنمان حس وجود درست کنیم. از ترک آن چیزی که در ذهنمان درست کردیم بعنوان وجود. چیزها را تجسم کردیم و به آنها حس وجود بخشیدیم و چسبیدیم. از ترک آنها می توانیم حس وجود بجوییم. آن موقع وجودی که از عدم زنده می شود آن وجود واقعیست و زنده است و این لحظه شادیش را شما حس می کنید. زندگی زنده هست. مردگی نیست.

از کجا جوییم سیب؟ سیب در اینجا به معنی حقیقت است. از کجا حقیقت را بجوییم؟ از ترک دست من ذهنی. اگر من ذهنی گفت که بگذار من برات درست کنم

بگو: نه! من اگر کل تو را ترک کنم به حقیقت می رسم و حقیقت را پیدا می کنم.

**هم تو تانی کرد یا نعم المعین \*\*\*\* دیده معدوم بین را هست بین**

**دیده ای کو از عدم آمد پدید \*\*\*\* ذات هستی را همه معدوم دید**

بارها گفتیم این را که فقط تو می توانی این کار را بکنی. تانی یعنی توانی. نعم المعین یعنی ای نکو یاور ای کمک کننده عالی. که این کی باشد؟ این هوشیاری حضور. این فقط هوشیاری آزاد شده از ذهن هست که می تواند به شما کمک کند. نه چیزهای ذهنی و نه عقل ذهنی. می گوید فقط تو می تونی کمک کنی.

دیده ای که معدوم بین است دیده من ذهنی توهم بین است. ما الان در ذهنمان یک تصویر ذهنی داریم این تصویر ذهنی معدوم است و اصلاً وجود ندارد و یک چیز ذهنی است یک چیز فکری است و از فکر ساخته شده و معدوم است. مثل پُف است و هیچ چیزی نیست. غلط است و توهم است. و چشم ما هم فقط این را می بیند. به یک کسی نگاه می کنیم مفهوم آن و تصویر ذهنی آن شخص را می بینیم. زندگی را در او نمی بینیم.

این خیلی مهم هست که ما بدانیم واقعاً اساسی ترین چیز این است که شما بدانید (البته اینها را مولانا به شکلهای مختلفی گفته) بیشتر اوقات به زبان مذهبی است و امیدوارم که شما توجه کنید و شما فقط معنا را بگیرید و مولانا گفت: حضرت ابراهیم خلیل از غار آمد بیرون. غار ذهن. ستاره ای دید و گفت این خدای من است. و بعد از اینکه ستاره را دید گفت که من آفلین را دوست ندارم. حالا این بسیار بامعنی است.

و می گوید باز ماه را دید. یعنی این ستاره بزرگتر شد و تبدیل شد به ماه. از بس که گفت من آفلین را دوست ندارم. بعد این ماه تبدیل شد به خورشید. یعنی چه؟ یعنی شما به هر صورتی که می دانید با تسلیم شدن در این لحظه با پذیرش اتفاق این لحظه با موازی شدن با زندگی در این لحظه یک مقداری هوشیاری ایجاد می کنید. این همان ستاره است. این شما را از غار ذهن و از من ذهنی و تسلط من ذهنی یک لحظه

وجود شما را بصورت یک ستاره میارد بیرون و شما ستاره را می بینید. همین که ستاره را می بینید می گوید این جنس خدایی است این می تواند کمک کند.

پس من آفلین را دوست ندارم. اگر این را دیدی دیگر آن چیزهایی که از جنس گذرنده هست و از جنس ذهن و از جنس فکر است شما دیگر نمی روید توی ذهن و بگویند که من باز رفته دنبال آنها.

قسمتی از آنها دردهای ما هستند و باورهای ما هستند. الگوهای فکری ما هستند. اگر شما این سه تا دیدید و یکی دیگر آمده یک کاری می کند که مطابق میل شما نیست شما واکنش نشان نمی دهید برای اینکه به این ستاره چسبیدید.

گفت این ستاره خدای من است. این ستاره همین ناظر است که ناظر اتفاق است. این ستاره به شما می گوید که شما از جنس اتفاق نیستید. استرس نشو. خشمگین نشو و واکنش نشان نده. تو از جنس او نیستی.

همین که می گوئی که من از جنس اینها نیستم لا می کنی . و همگی اینها را لا میکنی و نه می گوئی. یواش یواش این ستاره تو تبدیل به ماه می شود و همینطور ادامه می دهی این خورشید در تو باز می شود. خورشید همین دریاست . همین خُم شماست که تبدیل به دریا می شود.

حالا دیده ای که از عدم آمد پدید \*\*\*\* ذات هستی را همه معدوم دید اگر یک دیدهای یک چشمی از عدم پدید بیاد. عدم همین چیزهای گذرنده ذهنی هستند که از جنس اتفاقات از جنس فکر و توهمات است . دیده من ذهنی عدم است از عدم پدید آمده. چشم من ذهنی هر چیزی را که می بیند عدم است که ذات هستی را ، زندگی را ، ذات خدایی را ، خود خدا را یا هر چیزی که اسمش را می گذارید از جنس معدوم می بیند. این من ذهنی می گوید زندگی توهم است در حالیکه خودش توهم است.

ما گرفتار این من ذهنی هستیم. حالا ما چکار کنیم؟ راهش همین است بیدار شدن و ما داریم الان بیدار می شویم.

**این جهان منتظم محشر شود \*\*\*\* گر دو دیده مبدل و انور شود**

**زان نماید این حقایق ناتمام \*\*\*\* که برین خامان بود فهمش حرام**

می گوید این جهان منتظم که این ذهن ما همه چیز را بقل هم تنظیم کرده بصورتی که ذهن تنظیم کرده این مرده است این زنده می شود و یان قیامت می شود. این جهان بنظر منظم و کنار هم چیده شده که ما تصاویر ذهنی را چیده ایم در ذهنمان کنار هم اگر این دیده ما مبدل بشود و روشن بشود اگر از ذهن ما بیاییم بیرون و تماماً حضور ناظر زنده بشویم و همان بشویم آن دیده روشن است.

در اینصورت متوجه می شویم که پدیدهها این لحظه تمام می شوند. هر اتفاقی که این لحظه می افتد تمام می شود و نمی ماند. چیزی باقی نمی

ماند. ما چون از جنس زندگی هستیم این را می بینیم. از پایگاه جاودانگی و زندگی است که نازندگی دیده می شود. از پایگاه نازندگی و توهم

چیزهای توهمی عینی دیده می شود. بنابراین همین است که می گوید : **زان نماید این حقایق ناتمام** برای اینکه دید ما روشن نیست و دید

زندگی نیست. ما الان زنده به زندگی نیستیم. بنابراین پدیدهها الان ناتمام بنظر میانند. البته پدیده ها در زمان می توانند کامل بشوند.

مثلاً ما برای اینکه چای درست کنیم اول باید آب را باید بذاریم گرم بشود و بعد در یک مرحله ای چای حاضر می شود. این از اول تا آخر یک مدتی طول می کشد. این اتفاقات است. ولی ما ناتمام نیستیم. ما حس نمی کنیم که وسط چای ما ناتمام شدیم. حالا دو دقیقه مانده چای درست بشود ما ناتمام شدیم. نه ناتمام نداره! ما همیشه تمام هستیم.

حقیقت زنده زندگی شما در این لحظه تام و تمام است و پدیده ها با زمان پیش می روند. ولی هر اتفاقی که می افتد در این لحظه همانطوری که باید می افتد. و شما هم چون از جنس زندگی هستید اعتراض نمی کنید و ناراضی نمی شوید. چون اگر ناراضی بشوید با اتفاق هم هویت می شوید و می روید به گذشته و حافظه شما این را می گیرد و این منبع گرفتاری است برای شما. این همه گرفتاری که مردم از گذشته دارند می دانید برای چی هست؟ اتفاقات را بجای زندگی خودشان و بجای خودشان گرفتند. فکر کردند که آنها هستند که دارند اتفاق می افتند. نه همچین چیزی نیست ما اتفاق نمی افتیم.

می گوید این حقایق برای این ناتمام هستند که ما پدیده این لحظه را اتفاق این لحظه را بجای زندگی گرفتیم و بجای خودمان گرفتیم برای اینکه ما خام بودیم و فهمش هم برای ما حرام بود.

**نعمت جنات خوش بر دوزخی \*\*\*\* شد محرم گر چه حق آمد سخی**

**در دهانش تلخ آید شهید خلد \*\*\*\* چون نبود از وافیان در عهد خلد**

جنات خوش فضای حضور است. جنات یعنی بهشت خوش. نعمت بهشت خوش و زیبا برای انسانی که اهل جهنم هست حرام است. اهل جهنم کجاست؟ اهل جهنم اهل ذهن است کسی که با ذهن هم هویت شده و در آنجا با دردها هم هویت شده و درد می کشد و هم هویت شدگی دارد و با الگوهای ذهنی هم هویت شده و می گوید کارها باید اینطوری که من می گویم باید انجام بشود برای اینکه من با اینها هم هویت شدم و اینها حق و حقیقت است و آن چیزی که من می گویم حق و حقیقت است و آنچه که دیگران می گویند نیست. من حقیقت را در جیبم دارم بنابراین آن شخص جهنمی است و آن کسی هم که این لحظه زندگی است و جدا از اتفاقات است و هر اتفاقی که می افتد برایش اتفاق تمام می شود و چیزی در گذشته نمی ماند یا برای آینده نمی ماند در اینصورت این هم بهشتی است. و می گوید که نعمت زندگی زنده و شراب زندگی که این لحظه توسط زندگی داده می شود بر آن دوزخی که در ذهن زندگی می کند حرام شده گرچه که خدا یا حق سخاوتمند است. یعنی بدون دریغ می دهد. درسته؟ بله درسته دیگر!

این لحظه زندگی شادیش را می خواهد در وجود ما بدمد و آن کسی که در ذهن گرفتار شده نمی بیند و برایش حرام شده. و در دهانش تلخ آید شهید خلد در دهان او (شهید یعنی عسل و خُلد یعنی بهشتی) عسل بهشتی زندگی تازه ای است که الان از زندگی پیموده می شود. این عسل بهشتی در دهان او تلخ میاد! چرا؟ برای اینکه چون نبود از وافیان بر عهد خلد ( وافیان یعنی وفاکنندگان) ( عهد خلد یعنی عهد جادوانگی یا عهد بهشتی) ما وقتی از ذهن رها بشویم و صد در صد از جنس حضور بشویم جاودانه می شویم.

می گوید در عهد جادوانگی این انسانی که رفته و توی ذهنش گیر کرده وفا به عهدش نکرده.

کدام عهد؟ همان عهدی که می گوید خدا از ما پرسیده است من خدای شما هستم و انسان گفته: بله!

حالا خدا گفته زندگی گفته تو انسان از جنس زندگی هستی و من تو را دارم می فرستم به جهان فرم و همیشه باید زندگی باشی و از جنس من باشی. خب حالا آمدیم و از جنس او نشدیم و وفا نکردیم به گفته مان و عهدمان در جایی که ما می توانستیم از جنس جاودانگی باشیم و هستیم و الان عهد جاودانگی انسان است. خب انسانها وفا نمی کند! دارد همین را می گوید که در دهانش تلخ آید **شهد خلد \*\*\* چون نبود از وافیان در عهد خلد** از وفاکنندگان نبود.

حالا سوال این است که آیا شما وافی هستید؟ از وفاکنندگان به آن عهد ازلی هستید.

حالا عهد ازلی را اگر ما نمی فهمیم این است که ما بعنوان هوشیاری آمدیم به جهان فرم از جنس هوشیاری خدایی هستیم. آیا شما حاضر هستید قبول کنید از جنس هوشیاری خدایی و از جنس زندگی هستید؟ اگر قبول نمی کنید برای اینکه یک سری باور دارید در ذهنتان که آن توهم ها نمی گذارند در این صورت دوزخی هستید. دوزخی یعنی اینکه ما رفتیم توی جهنم زندگی می کنیم در حالیکه در یک چشم به هم زدن می توانیم برویم توی بهشت زندگی کنیم. از شیرینی و از زندگی زنده این لحظه می توانیم برخوردار بشویم رفتیم استرس و ناراحتی می کشیم و خشمگین هستیم و می ترسیم و دنبال انتقام جویی هستیم و دنبال بحث و جدل هستیم. شما کدام را می خواهید؟ این بستگی به شما دارد.

\*\*\*\*\*

