

برنامه شماره ۳۵۷ گنج حضور  
اجرا: پرویز شهبازی



اگر تو مست وصالی رخ تو ترش چراست \*\*\* برون شیشه ز حال درون شیشه گواست  
 پدید باشد مستی میان صد هشیار \*\*\* ز بوی رنگ و ز چشم و فتادن از چپ و راست  
 علی الخصوص شرابی که اولیا نوشند \*\*\* که جوش و نوش و قوامش ز خم لطف خداست  
 خم شراب میان هزار خم دگر \*\*\* به کف و تف و به جوش و به غلغله پیداست  
 جو جوش دیدی می دان که آتش ست ز جان \*\*\* خروش دیدی می دانک شعله سوداست  
 بدانک سرکه فروشی شراب کی دهدت \*\*\* که جرع هاش را صد من شکر به نقد بهاست  
 ب های باده من المؤمنین انفسهم \*\*\* هوای نفس بمان گر هوات بیع و شراست  
 هوای نفس رها کردی و عوض نرسید \*\*\* مگو چنین که بر آن مکرم این دروغ خطاست  
 کسی که شب به خرابات قاب قوسینست \*\*\* درون دیده پرنور او خمار لقاست  
 طهارتی ست ز غم باده شراب ظهور \*\*\* در آن دماغ که باده ست باد غم ز کجاست  
 ابیت عند ربی نام آن خراباتست \*\*\* نشان یطعم و یسقن هم از پیمبر ماست

### مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت شماره ۷۳۱

تا نگشتند اختران ما ن هان \*\*\* دانک پن هانست خورشید جهان  
 گرز بر خود زن منی در هم شکن \*\*\* زانک پنبه گوش آمد چشم تن  
 گرز بر خود می زنی خود ای دنی \*\*\* عکس تست اندر فعالم این منی  
 عکس خود در صورت من دیده های \*\*\* در قتال خویش بر جوشیده های  
 هم چو آن شیری که در چه شد فرو \*\*\* عکس خود را خصم خود پنداشت او  
 نفی ضد هست باشد بی شکی \*\*\* تا ز ضد ضد را بدانی اندکی  
 این زمان جز نفی ضد اعلام نیست \*\*\* اندرین نشات دمی پی دام نیست  
 بی حجابت باید آن ای ذو لباب \*\*\* مرگ را بگزین و بر دران حجاب  
 نه چنان مرگی که در گوری روی \*\*\* مرگ تبدیلی که در نوری روی  
 مرد بالغ گشت آن بچگی بمرد \*\*\* رومی شد صبغت زنگی سترد  
 خاک زر شد هیات خاکی نماند \*\*\* غم فرج شد خار غمناکی نماند

مصطفی زین گفت کای اسرارجو \*\*\* مرده را خواهی که بینی زنده تو  
می رود چون زندگان بر خاکدان \*\*\* مرده و جانش شده بر آسمان  
جانش را این دم به بالا مسکنیست \*\*\* گر بمیرد روح او را نقل نیست  
زانک پیش از مرگ او کردست نقل \*\*\* این بمردن فهم آید نه به عقل  
نقل باشد نه چو نقل جان عام \*\*\* هم چو نقلی از مقامی تا مقام  
هرکه خواهد که ببیند بر زمین \*\*\* مردهای را می رود ظاهر چنین  
مر ابوبکر تقی را گو ببین \*\*\* شد ز صدیقی امیرالمحشرین  
اندرین نشات نگر صدیق را \*\*\* تا به حشر افزون کنی تصدیق را

با سلام و احوالپرسی برنامه گنج حضور امروز را با غزل شماره ۴۸۹ از دیوان شمس مولانا شروع می‌کنم.

### اگر تو مست وصالی رخ تو ترش چراست \*\*\* برون شیشه ز حال درون شیشه گواست

می‌گویند به هر انسانی اگر تو مست وصال به خدا و زندگی هستی اگر با زندگی یکی شدی و زندگی تو را، زندگی میکند و در فضای یکتایی این لحظه زندگی میکنی پس چرا رخ تو و صورت تو اینقدر عبوس است؟ چرا اینقدر خشمگین هستی؟ چرا می‌ترسی و این ترس و خشم را رنجش و کدورت و غصه و استرس در بیرون تو پیداست.

اگر تو با زندگی یکی هستی که بیشتر آدمها همچین ادعایی دارند پس چرا این در بیرون تو منعکس نمی‌شود؟ و در پایین می‌گویند که بیرون شیشه نشان می‌دهد که درون شیشه چی هست.

پس مولانا چند تا مطلب بسیار بسیار مهم را دارد برای ما توضیح می‌دهد. یکی اینکه اول باید درون ما درست بشود تا بیرون ما درست بشود. بیشینه انسانها فکر می‌کنند باید اطراف خودشان را مخصوصاً آدمهای مختلفی که در اطراف آنها زندگی می‌کنند را باید عوض کنند تا زندگی آنها درست بشود و یا بهتر بشود. خوشبخت و شاد بشوند و آرامش پیدا کنند. به خیال اینکه آنها نمی‌گذارند که او خوب زندگی کند.

بنابراین مشغول میشوند به درست کردن انسانهای دیگر و مخصوصاً انسانهای دور و برشان. مولانا می‌گوید این غلط است. با درست کردن و عوض کردن انسانهای دیگر به فرض اینکه بتونی زندگی تو درست نمی‌شود.

برای اینکه اول باید درون تو درست بشود و بعد بیرون تو درست بشود. اول باید مرکز تو، دل تو منطبق بشود با زندگی البته اینجا می‌گویند وصال منظور وصال خداست! به زبان دینی. یعنی شما باید در این لحظه باید زنده بشوی به زندگی و یا خدا و با او یکی بشوی. در فضای پذیرش این لحظه زندگی کنی این بعد در تو باز بشود. علاوه بر هوشیاری ذهنی که راجع به آدمهاست و اجسام است که به ما نشان می‌دهد یک بعد دیگری بنام بعد زندگی و حضور در تو زنده شده باشد که آن اسمش وصال است. اگر به اندازه کافی این هوشیاری عمق پیدا بکند در شما، شما مست می‌شوید. اگر مست بشوید آن میشود مرکز شما هدایت کننده شما قدرت دهنده و زندگی دهنده به شما.

بنابراین وقتی شادی و آرامشی که از آن فضا می‌گیری کامل است احتیاج به بیرون دیگر نداری. بعلاوه شادی، عشق، لطافت، خرد و زیبایی از آن فضا، از آن بعد که شما به آن زنده شده اید جریان پیدا می‌کند به فکرهای شما و اعمال شما و به بیرون شما و اطراف شما و آنها را بصورت معجزه آسا تغییر می‌دهد. و شما نمی‌خواهید دیگران را تغییر بدهید. و شما آنموقع رُختان تُرش نیست.

ترش یعنی عبوس. تَرش یا تَرش یعنی چیزی که مزه سرکه بده. و ترشرو کسی که قیافه عبوس داره برای اینکه این ترسی و عبوسی درونش مرتب رد بیرون منعکس می شود و نمیشود تظاهر به خوشحال بودن و شاد بودن کرد. اگر ما زنده به زندگی بشویم بیرون ما شاد است و ما انعطاف پذیر می شویم ما نمی خواهیم دیگران را عوض کنیم. عوض کردن دیگران نه تنها با این اصل نمی خواند بلکه آنها را از وصال یعنی اینکه آنها زنده به زنده بشوند و مستقیماً به زندگی وصل بشوند و آفرینندگی بکنند و فکرها و اعمال خودشان را تولید بکنند ما آنها را از این کار باز میداریم.

بنابراین هر کسی که دیگران را می خواهد عوض کند حتماً من ذهنی دارد و من او دل اوست. وقتی من ذهنی ما دل و مرکز ماست ما شروع می کنیم اطراف را عوض کردن. و اینجور در نمیداد.

اگر ما این موضوع را درست متوجه بشویم و دست از سر مردم برداریم و بدانیم که اولاً ما نمی توانیم دیگران را عوض کنیم و ثانیاً هم اگر آنها عوض بشوند زندگی ما درست نخواهد شد مقدار زیادی هوشیاری حضور در ما ایجاد می شود و مولانا بسیار تاکید دارد روی این موضوع. الان یک مطلبی دنبال این از مثنوی برایتان خواهم خواند.

پس یاد می گیریم که تغییر از درون بیرون به درون است از بیرون به درون نیست.

چرا ما این همه به تغییر دیگران و تغییر بیرون علاقمندیم تا خوشحال بشویم؟ مثلاً ما علاقمندیم پولمان زیاد بشود تا خوشحال بشویم خانه مان بزرگ بشود ( البته هیچ اشکالی ندارد اگر هم اینها بشوند) ولی شما انتظار نداشته باشید که اگر اینها بشوند شما خوشحال بشوید. شما خوشبخت بشوید.

تنها راهش این است که این بعد زندگی و این بعد حضور، بعد وصال، بعد خدا ( یا هر چه که اسمش را می گذارید ) در شما زنده بشود و تمام سعی و کوشش زندگی این است که ما به او زنده بشویم . تمام دردها برای این است که ما متوجه بشویم که داریم به یک چیزی می جسبیم و از چیزی در بیرون زندگی می خواهیم که نمی تواند به ما زندگی بدهد. نمی تواند به ما وجود و هویت بدهد. فقط برای این است.

اما ما چون فعلاً هوشیاری جسمی داریم . چرا هوشیاری جسمی داریم؟ برای اینکه می بینیم هر لحظه می بینیم که بطور معتادگونه و اجبارگونه داریم فکر می کنیم و هر لحظه یک موضوعی ما را به خودش می کشد بنابراین هر قسمت ما یک من دارد.

چون اینطوری ما پیش می رویم و هر لحظه به یک فکری آگاهیم و از حرکت فکر ما هویت میگیریم بنظر میاد اگر این کار را متوقف کنیم ما میمیریم. حس وجود ما و بودن ما و زنده بودن ما به این است که هر لحظه ما به یک چیزی فکر کنیم و آن چیز به

ما هویت بدهد یا زندگی ما را درست کند یا به ما بگوید که چیزی کم است و برو دنبالش . اگر این سیستم را ما ادامه ندیم ما میمیریم.

ولی مولانا (الان هم یک قصه داریم از مثنوی دفتر ششم که می خوانیم ) می گوید بمیرید قبل از اینکه راست راستی بمیرید. پس متوجه میشویم که اگر الان لحظاتی یک قسمت ما گیر می کند در یک جایی، از آن گیر به نفع خودمان می توانیم استفاده کنیم برای بیداری و خودمان را از زندان خودمان آزاد کنیم .

پس مثل اینکه مار یک کسی را خدای نکرده بگزد. اگر خردمند باشد آن قسمتی را که مار گزیده نخ می بندند تا خون نرود به بالا. فرض کنید که پایش را زده. آن قسمت را سریع می بیند و زهر را با چاقویی یا چیز دیگری میکشد بیرون تا خون و زهر بیاد بیرون. تا سم مار نرود به قلبش و از قلبش به قسمت های دیگر و پخش بشود. اینکار خردمندانه است. ولی بعضی ها را که مار می گزد دنبال مار میکنند سنگ بر میدارند تا بلکه مار را بکشند و در حرکت بدنیاال مار زهر به همه جای آنها منتشر می شود.

### بخش دوم:

حالا شما که فعلاً می بینید من دارید. حالا اگر یک پرخاشی کردیم و یا یک واکنشی نشان دادیم و یا دعوایی کردیم و یکجایی اگر من ما بالا آمد و واکنش نشان دادیم فوراً باید متوجه بشویم و آنجا را محاصره کنیم مثل اینکه مار را زده و زخم مار است.

حقیقتاً این من ذهنی مثل یک ماری است یا کژدم است همانطور که مولانا می گوید این کژدم است که ما را میگذرد. در ما یادگیری ها و الگوهایی وجود دارد که ما با آنها هم هویت شدیم هر موقع آنها را مردم زیر پا می گذارند مار ما را میگذرد و ما می پریم و واکنش نشان می دهیم. فکر می کنیم که ما را دارند میکشند. ( نه اینطوری نیست )

اگر شما یک دفعه دیدید که این مار من ذهنی شما را گزید. بکشید خودتان را عقب و آنجا را محاصره کنید و ببینید که چه جوری زهر این را می توانید بکشید بیرون و نگذارید منتشر بشود.

اگر لازم است برگردید به آن شخص بگویید که ببخشید من پرخاش کردم معذرت می خواهم و مسئله را در همانجا حل کنید و رها کنید برود.

نگوید که حق با من بوده و او اشتباه کرده و برای همه موضوع را بگویید و توجیه نکنید . اگر بکنید در این صورت دارید زهر را در تمام شئونات زندگیتان پخش میکنید .

گاهی اوقات در خانواده ما می بینیم که بچه ما می زند لیوان می افتد و پرخاش میکنیم به بچه مان حرف بد می زنیم. از آنطرف ممکن از همسرمان صدایش بلند بشود و اینجا هست که شما باید این را محاصره کنید و اگر می توانید مسئله را همین جا حل کنید و بگویید که معذرت می خواهم از بچه تان و همسرتان که من پرخاش کردم . تا این حک نشود شما دارید بچه را شرطی میکنید و دارید یک چیزی به او یاد می دهید و شاید هم پدر شما سر شما داد زده و این در شما هست و لی حالا شما دارید هوشیار می شوید که هر جا مار شما را گزید همانجا بکشید عقب و همانجا نگه دارید. و زهر را از آن بکشید بیرون.

حالا ممکن است که من ذهنی بگویم چی من خم بشوم؟! من بگم معذرت می خواهم؟! و خم نمی شود من ذهنی.

اینجا هست که شما به آن قسمت تان باید بمیرید. و آن قسمت تان را، اصلتان را، آن حضور را، از آن بکشید بیرون. این هم هویت شدگی را همینجا حل کنید. هر موقع من ذهنی شما را میگذرد یک موردی پیش میاد که شما خودتان را آزاد بکنید و بپذیرید که من ذهنی دارم.

آیا این من ذهنی فقط مسئله شما هست و مسئله من است؟ نه! مسئله همه انسانهاست. هیچ چیز شخصی در این من ذهنی نیست. ما هم که راجع به این من ذهنی صحبت می کنیم راجع به شخص خاصی صحبت نمی کنیم. ما یک موضوع یا بگوییم مسئله مشترکی داریم می خواهیم به هم کمک بکنیم و همه ما به این درد گرفتاریم و لازم هم نیست که انکار بکنیم و بگوییم که نه من نیستم. یک مریضی هست که همه ما داریم و می خواهیم به هم کمک کنیم و اگر این را در خانواده بدانیم ما به هم زن و شوهر کمک می کنیم بچه ها به پدر و مادرشان تا من ذهنی بالا میاد مخصوصاً من ذهنی دردناک آن طرف مقابل خاموش بشود و کمک کنند تا آن مریضی که الان عود کرده زهرش زیاد پخش نشود. وقتی دعوا میشه یعنی من ذهنی داره موفق می شود. من ذهنی بهترین موفقیتش همین دعوای خانوادگی و جنگ بین ملتها و گروههاست. کشت و کشتار است. اینها موفقیت های من ذهنی است که دارد درد ایجاد می کند.

حالا شما که ممکن است پرسید که آیا این من ذهنی جنون دارد؟ این من ذهنی یک مکانیسمی است برای بیداری ما. این کار را می کند تا ما متوجه بشویم که یک جایی ما گیر افتادیم. ولی ما نباید مثل آن تمثیل مولانا که می گوید یک جوجه تیغی میاد یک جای مار را میگیرد و مار صبر و خرد ندارد و این جوجه تیغی خودش را که جمع می کنید چون مار نمی تواند صبر کند خودش را می زند به تیغ های جوجه تیغی و آنقدر می زند و جوجه تیغی هم که بدنش پر از تیغ هست و هیچ آسیبی نمی بیند و مار می میرد و جوجه تیغی مار را براحتی میخورد.

شما نگذارید یک قسمت شما را .. الان من ذهنی ما هم یک مار است. همه ما من ذهنی داریم و من ذهنی هم مثل مار است. یک جوجه تیغی میاد این را میگیرد و شما اینقدر خودتان را اینطرف و آنطرف میزنید.. اگر شما از جنس رویدادها هستید یعنی وقتی یک رویدادی رخ می دهد و شما گرفتار آن رویداد میشوید و یک قسمتی از شما آنجا گیر میکند و آن رویداد جمع می شود و شما آنقدر خودتان را اینطرف و آنطرف می زنید تا خودتان را بکشید و نابود میکنید ضعیف می کنید و مریض میشوید و استرس میشوید. و مرتب به این و آن می گوید و شکایت می کنید. این شکایت کردنها و واکنش نشان دادنها و به این و آن گفتن ها و استرس بودن ها همین زدن مار به تیغ های جوجه تیغی هست دیگر! خب نزنید.

اگر این مار صبر داشته باشد خب این جوجه تیغی تا علی الابد که نمی تواند این مار را گاز بگیرد خب این جوجه تیغی هم کار و زندگی دارد!! یکی دو دقیقه گاز می گیرد و بعد می بیند که این مار عقل دارد و خودش را به اینطرف و آنطرف نمی زند و همین هست که می گویم شما نگاه می کنید و هیچ کاری نمی کنید و واکنش نشان نمی دهید یک دفعه می بینید که راه حل از توی این مسئله در میاد و می پذیرید . ما بله من ذهنی داریم ولی میپذیریم که ما چون من ذهنی داریم یک جاهایی گیر خواهیم افتاد. وقتی که گیر افتادیم می توانیم بهش نگاه کنیم . وقتی که نگاه می کنید اصلتان از آنجا میاید بیرون این حضور ناظر میاد بیرون و دارد نگاه می کند به جایی که گیر افتاده . و وقتی که می پذیرید که گیر افتادید و وضعتان اینطوری است .. اگر نپذیرید می گوید که من عقل کل هستم گیر هم که افتادیم از دست مردم بوده!!! نه اینطوری نیست.

برای اینکه مولانا دارد می گوید که اگر شما بیرونتان خراب است اگر رابطه شما با بچه تان خراب است یا همسرتان خراب است اگر وضع مالیتان خراب است اگر رابطه شما با مدیرتان خراب است رابطه شما با دوستتان خراب است با همکاران خراب است تقصیر آنهاست؟ نه شما من ذهنی دارید و من ذهنی دل شماست.

حالا شما بشین نفرین کن و بگو من عقل کل هستم و مردم قدر من را نمیدانند.

اگر دل شما زندگی بود حقیقتاً بیرون شما درست میشد و رابطه شما با بچه تان همسرتان و وضع مالیتان. اگر کسی وضع مالیش خراب است صد در صد من ذهنی خراب کرده. نمی شود آدم زنده به خرد زندگی باشد و وضع مالیش خراب باشد. مگر میشود چنین چیزی!

وضع بحران کنونی امریکا و یا جاهای دیگر را همین من ذهنی و حرص خراب کرده. انسان نبودن و طبق اصول انسانی عمل نکردن. اینکه به من هر چی اضافه بشود بهتره. حالا هر جور که می خواهد بشود مهم نیست فقط به من اضافه بشود. اینها سبب میشود که بحران درست بشود. این بحران ممکن است شخصی باشد حالا ما با بحران عمومی کاری نداریم. اگر بحران شخصی در من وجود دارد پس من باید بدانم که بیرون شیشه وضعیتهای زندگی من دلیل بر این است که توی من چی هست. بیرون را نباید ملامت کنیم و این را هم می فهمیم که من به عنوان من ذهنی بیرون را ملامت خواهم کرد. هیچ من ذهنی نیست که ملامت نکند. هر چقدر ما حس مسئولیت می کنیم اینقدر من ذهنیمان ضعیف است هر چقدر ملامت می کنیم که تقصیر دیگران است من ذهنی ما بزرگتر است. من ذهنی بُعد دردناک دارد و درد ایجاد می کنیم و گردن دیگران میاندازیم. نه اینطور نیست.

فقط وقتی زندگی مرکز ما می شود وقتی در فضای یکتایی این لحظه زندگی می کنیم خرد زندگی به فکرهایمان و کارهای ما میریزد و اطرافمان را بطور معجزه آسا تغییر می دهد. جور دیگر اگر این لحظه من تقاضاهای من دارم خواهشهای من دار داریم خواسته ها و هدفهای من دار داریم یعنی من یک چیزی می خواهم تا خودم را نشان بدم من می خواهم خودم را با شما مقایسه کنم



و چیزی می خواهیم به شما نشان بدهم تا بگوییم بین من از شما برترم! اینها هدفها و خواسته های من دار است و حتماً درد ایجاد خواهم کرد و برکت توی اینکار نداره و اگر این کار را بکنم اگر هدفهای من دار بذارم بعد حضور من که در این لحظه زنده هست بسته می شود در تمثیل دریا من بجای اینکه دریا بشوم میام در رو و کف میشوم. کف عقل نداره.

اگر رویدادها برای شما مهم هستند. رویدادها تغییر می کنند و برای شما جدی هستند .. حتی فکرهای شما هم رویداد هستند. اگر فکرهای شما برای شما جدی هستند، جدی بودن فکرها و رویدادها سبب میشود که بعد حضور شما که در این لحظه عمق بینهایت باید داشته باشه کوتاه و کوتاهتر بشود تا حتی که به صفر برسد آنقدر کم بشود که حتی شما ندانید که بعد حضور دارید. و از خرد زندگی بی بهره بشوید.

### پدید باشد مستی میان صد هوشیار\*\*\* ز بوی رنگ و ز چشم و فتادن از چپ و راست

می گوید یک مست یک سیاه مست بین صد تا هوشیار که مست نیستند مشخص است. شما یک مست را بین صد تا .. قدیم مردم خب زیاد شراب می خورند و بعد تلوتلو می خوردند. بعد چشمش را که نگاه می کردی و رنگش را که نگاه می کردی .. رنگش قرمز می شد و چشمش مشخص بود که مست است. و همچنان به اینطرف و آنطرف میرفت و نمی توانست راست راه برود. حالا این را بیاورید اگر یک نفر به شراب خدا مست باشد هزار نفر هم آدمهای هوشیار که باشند برای او مهم نیست برای اینکه مست زندگی و مست این لحظه است بعد این لحظه زنده است و روی ستونهای این جهانی نایستاده. یعنی از چپ و راست خودش را می اندازد. یک فکر جدی میاد ردش میکند یک موضوع پیچیده میاد که رویش بایستد و بگوید من .. ولی اینطرفی میرود و این موضوع هم میرود پی کارش. از چپ و راست میافتد و تنها تمرکزش این است که این مستی را حفظ کند.

شما می توانید اینکار را بکنید؟ این به تاثیر جمع روی فرد هم اشاره می کند.

آقا شما چرا مست زندگی نیستید؟ خب برای اینکه همه هوشیاری و عاقل هستند و همه اذیت میکنند همه دروغ می گویند و همه حقه باز هستند و همه میخواهند به حيله ای دست بزنند که پولدارتر بشوند!! خب چرا من نباشم؟

بعضی ها معتقد هستند که اگر دروغ نگفت و حقه بازی نکرد نمی شود پول در آورد. نه نیست چنین چیزی. نه نیست.

چه بسا که ما با این کار به بخت خودمان لگد می زنیم و چه بسا می خواستند به ما اعتماد کنند و کاری به ما بدهند ولی ما زرنگی کردیم و گفتند که بیا برو اصلاً نمی خواهیم!

یا می خواستند به ما بیزینسی بدهند. همیشه این دروغین بودن و زرنگی کردن در واقع ما را حتی از لحاظ مادی در محاصره قرار میدهد.

پس ما کاری نداریم که مردم مست هستند یا هوشیار هستند. وظیفه ما این است که خودمان را مست هوشیاری خدایی در این لحظه نگه داریم و تمام حواسمان به این است که الان ما زنده به حضور هستیم یا نه. و تمام هم و غم ما این است و ما کاری نداریم که همسایه ما به مولانا گوش میدهند یا آن یکی به گنج حضور گوش میدهند یا نه. یا مردم راجع به این چی فکر می کنند! من فقط مسئول خودم هستم. این مسئول خود بودن و مسئول دیگران نبودن واقعاً کلید است.

حالا ببینیم که مولانا چی می گوید در مثنوی.

**تا کئی مر غیر را حبر و سنی \*\*\* خویش را بدخو و خالی میکنی**

**متصل چون شد دلت با آن عدن \*\*\* هین بگو مهراست از خالی شدن**

می گوید حبر و صنی . حبر یعنی دانا و سنی یعنی بلند مرتبه. تا شما بخواهید یکی را درست کنی عوض کنی . یکی را مثل خودت دانشمند کنی و مقامش را مثل شما بیارد بالا.. نخواه که اینکار را بکنی.

ما فقط مسئول این هستیم که همیشه خودمان را حاضر نگه داریم و ذهنمان را نگاه کنیم تا ذهن ما را بلعد. ما فقط همین وظیفه را داریم . وظیفه ما این نیست که دیگران را عوض کنیم. این مکمل صحبتهای همان اولیه است که چی میشود؟ تا به محض اینکه شما حواست را بدهی به دیگران تا آنها را عوض کنی بدخو میشوی . بدخو میشوی یعنی چی ؟ یعنی هوشیاری من دار پیدا میکنی . شما اگر بخواهی یکی دیگر را عوض کنی باید بگویی که اینطوری باش و آنطوری باش اینجاش اشتباه است و آنجا غلط است و کج است. در نتیجه بدخو می شوی. بدخو میشوی یعنی خوی من ذهنی را پیدا می کنی. الان دیگر من دار شدی تو.

فرض کن یکی الان بطور کامل زنده به حضور است و می خواهد یکی را عوض کند خب باید بیاید به ذهنش و باید در آنجا من پیدا کند به محض اینکه حواسش را بدهد به دیگران از آن هوشیاری حضور از آن حضور ناظر یا از دریا کنده می شود و می شود کف! از این لحظه که عمق بی نهایت داشت میاد به تغییرات ذهن.

خب چرا شما اینجاست کج است و شما چرا اینجاست اینطوری است؟ شروع می کند به انتقاد و قضاوت کردن . جنسش را از دست داد و بدخو شد. و خالی هم شد برای اینکه وقتی که پُر بود وصل بود تا حواسش را داد به یکی دیگر خالی شد. خالی شد یعنی رفت تو ذهن زندانی شد چون ذهن چیزی دیگر ندارد ذهن انرژی ندارد.

ذهن کارش این است ناآگاهانه انرژی زنده زندگی را بگیرد و با خود زندگی بچنگد. شما نخواهید که این کار را بکنید. ولی ما این کار را داریم می کنیم آیا این عاقلانه است که ما انرژی زنده زندگی را که الان باید زندگی بکنیم بصورت خرد و عشق و زیبایی باید از ما بیان بشود را بگیریم وارد چیزهای من دار ذهن بکنیم و جلوی زندگی بایستیم؟ خب وقتی شما نمی گذارید که زندگی از شما عبور کند و

این من شما و تغییر دیگران مهم می شود از جنس انرژی من دار میشوی. آیا می خواهی این کار را بکنی؟ تا بحال داشتی میکردی؟  
خب از این جا به بعد نکن چون خویش را بدخو و خالی میکنی .

**متصل چون شد دلت با آن عدن** با بهشت با آن فضای هوشیاری وقتی که دلت با آن یکی شد وقتی در اختیار آن قرار گرفتی و این من فروکش کرد خب وقتی شما این لحظه بعد بی نهایت پیدا می کنید رویدادها که در حال تغییر هستند اهمیتشان را از دست می دهند چون از آنها شما دیگر هویت نمی گیرید.

رویدادها چرا مهم هستند؟ برای اینکه ما از آنها هویت می گیریم. برای اینکه ما از حرکت فکر در ذهنمان ما هویت می گیریم. یک لحظه بالا می رویم و لحظه بعد پایین میرویم . بالا پایین بالا پایین ... یکی چیزی می گوید از ما تعریف می کنند ما خوشحال می شویم و لحظه بعد به ما می گویند که نه شما نمی فهمید و ما عصبانی می شویم . در صورتیکه ما با این چیزها کاری نداریم ما با بعد بی مکانی و بی زمانی که در این لحظه هست را بصورت قائم روی خودمان ایستاده ایم در واقع روی خدا ایستاده ایم و یک بعد متغیر هم داریم که این بعد متغیر ما هم در اختیار این بعد بی زمان ما هست و هر چه که می شود خوب است هر اتفاقی که می افتد خوب است.

ما اصلاً از جنس اتفاق نیستیم. ما از جنس چی هستیم؟ همین بی نهایت ریشه و بی نهایت عمق . بینهایت عمق در عمل فضاداری است . هر چه که پیش میاد در خودش جای میدهد. همین است که در این بحر در این بحر همه چیز بگنجد \*\*\*  
**مترسید مترسید گریبان مدرانید.**

پس میگوید وقتی دلت با فضای یکتایی این لحظه یکی شد مرکز شما به فضای یکتایی این لحظه یکی شد در این صورت نترس از خالی شدن.

### **بخش سوم:**

حالا دو سطر بعد این را تمام می کند و به شما می گوید که: کی باید بگویی و کی باید نگویی و جنبه مذهبی هم دارد برای آنهایی که علاقمند هستند به قرآن و حرف قرآن را گوش می کنند. یک حقیقتی را دارد بیان می کند.

**امرقل زین آمدش کای راستین \*\*\* کم نخواهد شد بگو دریاست این**

وقتی دل تو در این لحظه زنده شد و مطابق شد با خدا، با دل زندگی یکی شد با آن. می گوید این امر بگو برای این آمد که برای کی؟  
برای انسان...

به هر انسانی بگو ( در اصل قرآن آمده برای حضرت رسول ولی این حکم کلی هست برای همه انسانها) برای اینکه کم نخواهد شد. این دریاست. متصل شده ای به اقیانوس. وقتی دریا شدی بگو تمام نمی شود. وقتی کف شدی، بایست.

کف خشک است.

### انصتوا یعنی که آبت را بلاغ \*\*\* هین تلف کم کن که لب خشکست باغ

و این فرمان که ساکت باشید حرف نزنید. سکوت کنید، انصتوا، یعنی این که اگر آمدی به ذهن که الان بیشتر انسان ها توی ذهن هستند باید ساکت باشند و حرف نزنند. یعنی ذهنشان را باید ساکت کنند که بلاغ یعنی بیهوده تلف نکن. برای اینکه باغت خشک شده است. نه تنها باغ ما خشک شده است... ما وقتی دیگران را می‌خواهیم عوض کنیم آمده ایم کف. آمده ایم توی ذهن. وقتی آمده ایم توی ذهن و این بُعد من ریشه دار ما خشک و سفت شد... حالا برای چی حرف می‌زنیم؟ حرف می‌زنیم که چی بشود؟

حرف ما که خردی تویش نیست. اگر فقط توی ذهن هستیم وقتی ما دیگران را عوض می‌کنیم فقط توی ذهن هستیم. وقتی تمام تمرکز ما روی دیگران است.

حالا چرا این را من می‌گویم؟ بعضی ها زنگ می‌زنند و می‌گویند: من سه ماه هست به گنج حضور گوش می‌کنم و نتوانسته‌ام شوهرم را عوض کنم یا زنم را عوض کنم.

یعنی شما می‌خواهید اینها را یاد بگیرید که همسرتان را عوض کنید؟ بچه تان را عوض کنید؟

چقدر من باید گنج حضور گوش بدهم تا بتوانم بچه ام را عوض کنم؟

عجب!

شما باید خودتان را عوض کنید. حالا توی این غزل هم مولانا می‌گوید. ما فکر می‌کنیم ما تمام من مان را رها کرده‌ایم ولی خدا به ما گنج حضور نمی‌دهد ما به وحدت نمی‌رسیم. نیست این طور. شما نگذارید من ذهنی شما، شما را به زندگی برساند.

شما می‌خواهید من ذهنی شما خودش را بیندازد؟ خب اگر خودش را بیندازد که دیگر نیست. مگر می‌شود که شما با من ذهنی بتوانید من ذهنی را بیندازید. میشود چنین چیزی؟

به قول مولانا چاقو دسته اش را نمی‌برد. یا از یک قسمت من ذهنی به قسمت دیگر من ذهنی شکایت می‌کنید شما. یک قسمت من ذهنی بیاید و قسمت دیگر من ذهنی را له کند و از بین ببرد. همچنان چیزی می‌شود؟

قدیم می‌گفتند از دست پاسبان به رئیسش شکایت می‌کنید؟ خب رسیدگی نمی‌کند دیگر.

پس ساکت باش در کجاست؟ ساکت باش... یعنی ما باید ساکت باشیم. ساکت باش یعنی از جنس کف شدیم. از جنس تغییرات شدیم. از جنس رویداد شدیم.

وقتی می‌بینید واکنش نشان می‌دهید وقتی می‌بینید ترس و استرس دارید شما نخواهید دیگران را عوض کنید.

برای این که هرچه این کار بکنید بدتر می‌شود این. وضعیت شما بدتر می‌شود. این راه نیست. ما برمی‌گردیم روی خودمان دوباره. دوباره این هم از مثنوی هست و به ما کمک می‌کند.

می گوید:

جان همه روز از لگدگوب خیال \*\*\* وز زیان و سود وز خوف زوال

نی صفا می ماندش نی لطف و فر \*\*\* نی به سوی آسمان راه سفر

به سوی آسمان سفرکردن یعنی از همین زمین از همین من ذهنی ما خودمان را آزاد می کنیم و به سوی بی فرمی می رویم. آسمان زمز زندگی است. آسمان فضای پذیرش این لحظه است. ذهن زمین هست.

ولی می گوید جان ما، هر روز فکر به آن لگد می زند. حالا این لگد و مشت همین فکر زیان و سود است و ترس از بین رفتن.

ما نمی میریم. ما اگر این هوشیاری من دار متوقف بشود که فکر می کنیم ما می میریم ما نمی میریم.

برای همین است که در پایین هم می گوید و اشاره می کند که ما چه جوری ما می توانیم نفسمان را بیندازیم و باید بیندازیم

مخصوصاً برای آدم هایی که امروز چند تا آیه قران هم مولانا برای ما آورده است.

می گوید: خدا جان و مال مومنین را به بهای بهشت خریده است. یعنی اگر این ها مالشان را بدهند بهشت را می گیرند. یعنی اگر شما

جان و مالتان را بدهید در حالی که زنده هستید، به گنج حضور می رسید.

آیا منظورش این است که شما اتومبیلتان را بدهید، پول بانکتان را بدهید یا خودتان را بکشید و جانتان را بدهید؟ نه!

آن چیزی که به نظر می آید الان جان شما هست. جان ذهنی، این الگوها. وقتی این هوشیاری من دار در ما وجود دارد. این

هوشیاری من دار یک جایی که ما می خواهیم مثلاً بگوییم ما اشتباه کردیم به نظر می آید که ما داریم می میریم، له می شویم... نیست

این طور!!! شما دارید قوی می شوید.

ما خوف زوال داریم ما ترس از نابودیمان داریم فکر می کنیم نابود می شویم. شما نابود نمی شوید شما دارید زنده می شوید. هر جا گیر

افتادید هر جا جوجه تیغی مار ما را گاز گرفت، ما خودمان را این ور و آن ور نمی زنیم، واکنش نشان نمی دهیم. یواش صبر می کنیم.

خردورزی می کنیم خودمان را (نه با زرنگی) اصلمان را از آنجا بیرون می کشیم.

هر جا من ذهنی گفت نه من خم نمی شوم آنجا باید خم بشوید. آن مورد مورد خم شدن شماسست. اصلاً شما نترسید از خم شدن.

نترسید هم که طرف پررو می شود، نه شما روی خودتان تمرکز دارید. شما خودتان را می خواهید زنده کنید.

حالا یکی می آید می گوید: «پررو می شود طلبکار می شود... من اگر جوابش را ندهیم می آید سوار می شود...»

نه زندگی که اینطوری نیست! و زندگی این طوری کار نمی کند.

خب اگر هر لحظه یک فکری به من لگد بزند نه صفا می ماند نه نابی و نه طراوت می ماند در من. نه لطف نه شکوه ایزدی. همه این

ها از بین می رود. راه هم بسته می شود به سوی آسمان. شما راه را به سوی زندگی نباید ببندید باید باز کنید.

هر موردی در این لحظه که پیش می آید گیر می کنیم ما آن یک دریچه کوچکی هست به سوی خدا. در صورتی که شما بپذیرید و

موازی باشید با زندگی در این لحظه.

هرجا ما گیر افتادیم می‌دانیم که من ذهنی یک قسمتش آنجا گیر افتاده، آنجا را باید نفی کنیم و بگوییم من تو نیستم. من تو نیستم. اصلتان را از آن بکشید بیرون.

### علی الخصوص شرابی که اولیا نوشند \*\*\* که جوش و نوش و قوامش ز خم لطف خداست

پس بالا گفت که یک مست میان صد هوشیار پیدا است. یک انسانی که زنده به حضور است بین هزار تا انسانی که من دارد پیدا است. مخصوصاً شرابی که اولیا می‌نوشند، که جوشش... جوش در واقع یک غلیان درونی است. زندگی می‌جوشد از شما و خردش از شما بیان می‌شود. نوش خاصیت درمان بخشی آن است و قوام خاصیت پایداریش... این شرابی که زندگی این لحظه به ما می‌دهد. این شرابی که الان می‌خواهد از من بیان بشود و در من خرج بشود (چون من از جنس زندگی هستم) جوش و نوش قوامش از کجاست؟ از خم و لطف خداست.

لطافت خدایی دارد. مثل شراب بیرونی نیست که. این شرابی که می‌خوریم ما از این سطح فکر و ذهن من دار فضا می‌رویم بالاتر. ترانسندنت transcend می‌کنیم یعنی متعالی می‌شویم. شراب بیرونی را می‌خوریم و می‌آییم پایین تر. می‌رویم به سوی هوشیاری درختی. در این فضای که ما گیر کردیم به نام ذهن من دار هیچ راهی به سوی پایین ندارد. شما نمی‌توانید برگردید درخت یا حیوان بشوید. باید بروید بالا. راهی نیست. بالا باید بروید.

بالا هم نباید به وسیله چیزی از بیرون مست بشوید. یعنی شما نمی‌توانید بگویید: «آه بیزینسم دارد خوب می‌شود و دارم متعالی می‌شوم. بولم دارد زیاد می‌شود و دارم متعالی می‌شوم.»

حالا آن‌ها هم زیاد بشود، اشکالی ندارد، حالا همسرم به حرف من گوش می‌دهد دارم متعالی می‌شوم. این‌ها فایده ندارد... بچه ام دارد دکتر میشود دارم متعالی می‌شوم. نه متعالی که آن طوری نمی‌شود!!

شما باید از این هوشیاری من دار بروید به هوشیاری دیگری که من توی آن نیستم و آنجا فضای یکتایی این لحظه است.

### خم شراب میان هزار خم دگر \*\*\* به کف و تف و به جوش و به غلغله پیدا است

شما یک خم شراب بگذارید و هزار تا هم خم سرکه یا خم دیگه و مشخص است. یک انسان با حضور بینهایت در این لحظه مثل مولانا یا حافظ میان هزاران نفر به کفش یک جور دیگر است. تف یعنی گرما. گرمایش یک جور دیگر است. به جوش... جوشی که از درونش می‌آید. حرفی که این فرد می‌زند از زندگی می‌آید. حرف زندگی را می‌زند. خرد توی آن هست. عشق توی آن هست. همیشه یادمان باشد خرد و عشق دو روی یک سکه هستند. نمی‌شود خرد باشد و عشق نباشد. عشق هم به معنی فضای یکی شدن شما با زندگی هست. با خداست که هر لحظه به صورت شادی و بسته های خرد از شما صادر می‌شود. انرژی هست که از شما صادر می‌شود. گاهی اوقات می‌توانید حرف بزیند گاهی اوقات هم حرف نمی‌زنید فقط انرژی را صادر می‌کنید.

به کف و تف و به جوش و به غلغله...

غلغله یعنی شادی. همه شادی شما از شما فوران می‌کند.

### جو جوش دیدی می دان که آتش است ز جان \*\*\* خروش دیدی می دانک شعله سوداست

حالا ما یک معیار پیدا کردیم. اگر دیدید که جوش، جوشید از درون شما، یک خردی، یک حرفی، یک عشقی، یک بسته انرژی شادی کننده یک بسته انرژی زنده کننده آمد بالا. این آتش جان است و این از زندگی می آید. این معنیش این هست که این لحظه با زندگی موازی هستید. این لحظه ریشه بینهایت داری و آن بعد متغیرتان که ذهنتان هست هیچ هویتی تویش نیست. اگر جوش دیدی. این معیار است.

ولی اگر خروش دیدید... خروش چیست؟ مثل واکنش مثل ترس مثل خشم مثل استرس... خروش خروش دیدی بدان که این شعله آتش جنون است. دیوانگیست. انگلیسی ها می گویند Madness.

شما ببیند که این واکنش من ذهنی است؟ من ذهنی دائماً می خروشد. من ذهنی فکر می کند در اثر واکنش هست که باید زنده باشد.

بعضی از خانواده ها، زن و شوهرها آنقدر به این خروش عادت کرده اند که وقتی یک طرف نمی خروشد آن طرف فکر می کند که دیگر طرف من را دوست ندارد. وقتی دعوا نباشد معنیش است که دیگر زندگی از آن گرما افتاده. دیگر مثل قبل طرف واکنش نشان نمی دهد. مهم نیستم دیگر برایش. نیست اینطور. زندگی لطافت و پذیرش همکاری کمک و عشق است.

دو نفر که در این لحظه بعد بینهایت دارند و رویدادها اهمیت ناچیزی دارد و از جنس رویداد نیستند. در فضای یکتایی این لحظه با هم متحد شدند، با عشق دارند با هم زندگی می کنند و اصل در اینجا لطافت آرامش، شادی آن خانواده است. یک فضایست برای نشو و نمای سالم آن بچه ها. خردورزند. دائماً عشق در این جا برقرار است. برخوردشان با همدیگر با بچه ها از روی عشق است. بچه ها عشق را یاد می گیرند. ساپورت را یاد می گیرند. بچه ها همدیگر را حمایت می کنند و همدیگر را دوست دارند. خروش نیست آنجا. سالی یکبار هم دعوا نمی شود. چرا دعوا بشود؟ دعوا سر این هست که ما رویداد اصلاً... چرا این طوری شد؟ این اتفاق افتاد من به خطر افتاد و تقصیر تو بوده است.

تو بلد نیست من را خوشبخت کنی.»

اصلاً از اول غلط هست این. چطور ممکن است که یک نفر یک نفر دیگر را خوشبخت کند؟

خوشبختی این هست که شما این لحظه ریشه بینهایت در زندگی داشته باشید و آن از شما فوران کند و آن خوشبختی هست.

حاضر باشی در این لحظه. از ذهنت هویت نگیری. حس وجود در ذهنت نباشد. اینها خوشبختی هست

خوشبختی این نیست که یکی دیگر بیاید و چیزی را به شما بدهد. مگر می شود خوشبختی را داد به یکی؟

پس وقتی خروش را دیدیم فرقی نمی کند چه فردی چه جمعی... در یک کشوری، در یک ناحیه ای خروش هست. دولت و ملت به جان هم افتادند. یک عده ای این طرف هستند و یک عده ای آن طرف و با هم ستیزه می کنند.

این خروش هست یا جوش؟

خروش هست. نتیجه چه خواهد شد؟ نتیجه دعوی من های ذهنی چه خواهد شد؟ هیچی!

خردورزی خواهد شد؟ آبادانی به وجود خواهد آمد؟ آرامش به وجود خواهد آمد؟ نه!

نه! یک گروهی یک گروهی را مغلوب می کنند. یک سری من یک سری من دیگر را مغلوب می کنند و یک مدتی این ها سرکارند. بعد

یک سری من دیگر با این ها مخالفت می کنند دوباره آن ها بالا می آیند. دوباره یک سری من دیگر بالا می آید...

من هم که عقل، خرد و عشق ندارد.

ما می دانیم برای اینکه جهان آبادان بشود باید خرد زندگی در فضای یکتایی این لحظه از ما بیان بشود. آن خرد و این برکت هست

که به زندگی برکت می دهد و اطراف ما را آبادان می کند. وگرنه ما به بیگاری و به زحمت بیخود و بی نتیجه عادت کرده ایم. در

خانواده ای که خروش هست، همش واکنش و همش دعوا هست خیلی هم زحمت می کشند. زحمت می کشیم بچه هایمان دکتر و

مهندس بشوند. خب دکتر و مهندس شدند و با شما رابطه ای ندارند چه فایده ای دارد؟

چه فایده ای دارد که یک بچه ای خیلی هم باسواد بشود ولی دیگر نخواهد ما را ببیند؟

ما هویت می خواهیم از آنها. ما انتظار داریم.

تمام توقعات مال من ذهنی است. انسان که این لحظه زنده است هیچ توقعی از جهان مادی و از هیچ کسی هم ندارد.

هر کسی از کسی توقع و انتظار دارد حتما من ذهنی دارد. مخصوصاً اگر اوقات تلخی می کند. هرکسی اوقات تلخی می کند من ذهنی

دارد. هرکسی غم دارد من ذهنی دارد. در پایین می گوید: شراب طهور که خدا به ما می دهد. این شراب ما را از غم پاک می کند.

کسی که غم دارد می توانیم بگوییم که ایمان ندارد. هیچ دینی هم ندارد. کسی ترس و استرس، اگر واقعاً با زندگی یکی هستی و اعتقاد

داری این ترست از بابت چیه؟ اینها حرف مولاناست .

**بدانک سرکه فروشی شراب کی دهدت \*\*\* که جرعه اش را صد من شکر به نقد بهاست**

دوجور می خوانیم این را. اگر خروش دیدی بدان که سرکه فروشی. در آن صورت زندگی به شما کی شراب می دهد؟

**شراب کی دهدت \*\*\* که جرعه اش را صد من شکر به نقد بهاست...** اگر ما سرکه فروش باشیم. اگر من ذهنی داریم من ذهنی

دائماً سرکه می فروشد. به هرکس می رسیم یک درد می دهیم. اذیت می کنیم. یک زهری می ریزیم در اینصورت زندگی به ما شراب

نمی دهد.

آن هم چه شرابی... که یک جرعه اش را صد من شکر نقداً قیمتش هست.

یک جور دیگر هم می توانیم بخوانیم...

**بدان که سرکه فروشی شراب کی دهدت \*\*\* که جرعه اش را صد من شکر به نقد بهاست** بدان که سرکه فروش به تو شکر

نخواهد داد. سرکه فروش توی من ذهنی است. سرکه فروش من ذهنی بزرگ هم هست. تمام من ها را جمع کن. یک من بزرگ،



یک انرژی من دار روی این کره زمین است که این باید حل بشود و این باید از بین برود. این‌ها را هم انسان‌های خردمند، انسان‌هایی که به حضور رسیده اند می‌توانند حل کنند.

این سرکه فروش اخم و تخم و دعوا می‌فروشد. لطافت ندارد خدا را نمی‌شناسد. لطافت و عشق و زندگی را نمی‌شناسد. جسم را می‌شناسد فکر می‌کند حتماً باید یک چیزی دائماً بهش اضافه شود.

این لحظه به من چی اضافه می‌شود؟ به هرکسی می‌رسید خیلی لطف کند آن را وسیله ای برای آینده اش قرار می‌دهد. یعنی زندگی را وسیله می‌بیند. این لحظه را...

این لحظه من شما را می‌بینم. به شما چه جوری نگاه می‌کنم؟ اگر من ذهنی داشته باشم... به عنوان وسیله! که من را می‌رسانی به جایی که یک چیزی به من اضافه بشود.

شما می‌خواهید این جوری باشید؟ این سرکه فروش به تو شراب نمی‌دهد. دنبالش نباش.

آن هم چه شرابی می‌خواهید شما. آن شرابی که یک جرعه اش شما را زنده می‌کند و شیرینیش از صد من شکر هم... این‌ها در واقع سنبلیک است. نقداً صد من شکر قیمتش هست.

## بخش چهارم

### بهای باده من المؤمنین انفسهم \*\*\* هوای نفس بمان گر هوات بیع و شراست

پس دارد می‌گوید که بهای این باده، این شراب یعنی این چیزی که باید بدهی، این شرابی که صحبتش را می‌کنیم و باید بخری از مومنین، نفس آن‌هاست.

اشاره است به آیه بسیار مهمی از قرآن که مولانا هم بارها به این اشاره می‌کند. که توضیح داده ام اولش. اگر انسانی بخواهد به فضای یکتایی و بینهایت وسیع بینهایت عمیق این لحظه برسد، بخواهد به عشق برسد باید چیزهایی را که مثل با آنها هم هویت شده مثل مالش مثل جانش، که توضیح دادم جانش یعنی چی. یعنی همین هوشیاری من دار ذهنی که ما فکر می‌کنیم اگر از بین برود ما می‌میریم همین اوقات تلخی‌ها که به زندگی ما اعتبار می‌بخشد این دردها که فکر می‌کنیم اگر نباشد از کجا بفهمیم ما زنده هستیم، همین دعوا که اگر نباشد از کجا بفهمیم ما همدیگر را دوست داریم و رابطه داریم... همه این‌ها را باید بدهی برود. پس معنایش این هست که خدا جان و مال مومنین را به بهای بهشت خریده است. یعنی جان و مالشان را گرفته و بهشت را داده است در موقعی که زنده هستند در این جهان. همین حرفهایی که داریم می‌زنیم.

حالا که این طوری هست سرکه فروش که این را ندارد بدهد. تنها کسی که می‌تواند این را بدهد زندگی هست. زندگی چی می‌خواهد؟ زندگی این را می‌خواهد که شما چسبیدید به این ذهن من دار. به من ذهنی. به سرکه فروش!

می‌خواهی سرکه فروش را کلتش را بدهی یا نه؟

**هوای نفس بمان** یعنی بینداز... این نفس... که گاهی اوقات می‌گوییم نفس و گاهی اوقات می‌گوییم ذهن من دار، برای اینکه ذهنی که تویش من باشد حس وجود باید آن ذهن فلج است. ذهن ساده ذهنی عبارت از این است که هیچ منی تویش نیست بنابراین در خدمت زندگی هست و این لحظه شما یک فکری از زندگی می‌گیرید و در ذهنتان این را فرمول بندی می‌کنید، می‌نویسد یا شعر می‌گویید یا چیزی می‌نویسید یا حرف می‌زنید، در این لحظه. همان بعد بی‌زمانتان کار می‌کند هم ذهن بی‌منتان. ذهن باید بی‌من باشد. مولانا یک جایی به ما گفت: حتی اگر ۵۰٪ من باشد و ۵۰٪ حضور باز هم قبول است. ولی اگر ۴۹٪ درصد حضور باشد و ۵۱٪ درصد من، خطرناک می‌شود. این در غالب قصه ای گفت که این قصه بسیار آموزنده است. گفت یک عرب بدوی سوار شترش شده بود و می‌آمد یک طرفش ریگ زده بود یک طرفش گندم. یک فیلسوف نمایی را دید. یک آدم دانشمندی را دید توی بیابان. هیچ چیزی نداشت. لخت و عور بود این دانشمند.

به او گفت که این بارها چیست؟

گفت یکش ریگ هست و دیگری گندم.

گفت ریگ برای چی حمل می‌کنی؟

گفت برای اینکه بالانس برقرار کند و تعادل برقرار بشود روی شتر.

گفت خیلی خوب این ریگ را بینداز دور... گندم را نصف کن و یک مقدارش را این طرف بگذار و یک مقدارش را آن طرف. هم شتر سبک می‌شود و تو بیخودی ریگ را حمل نمی‌کنی.

گفت: اه عجب چیزی گفتی تو.

یعنی چی؟ یعنی تو ۱۰۰٪ حاضر باش. ۱۰۰٪ بعد حضور داشته باش و هیچ منی در ذهن نداشته باش.

گفت تو خیلی عقل داری. خیلی خردمندی. این را از کجا فهمیده ای؟

گفت آره ما می‌دانیم.

گفت تو با این عقل مثلاً چند تا شتر داری؟

گفت هیچی.

گفت خلاصه چی داری؟

گفت هیچی.

گفت حالا پول نقد یا مغازه چی داری؟

گفت هیچ چیزی ندارم نه مغازه دارم نه پول دارم. اگر کسی به من پول نهارم را ندهد، نانم را ندهد من از گرسنگی می‌میرم.

گفت با این عقلی که داری چطور این وضعیت اینقدر خراب است؟

اهان مولانا می گوید این من ذهنی بعضی موقع ذهناً چیزی را تجسم می کند ولی در عمل خبری نیست. آن فیلسوف نما فقط ذهناً می دانست که این طوری هم می شود.

ما هم ذهناً می دانیم که آه چقدر خوب است آدم ۱۰۰٪ حاضر باشد. حتی یک ذره یک درصد هم من ذهنی نداشته باشد ولی این امکان ندارد.

بعد آن عرب بدوی می گوید: تو بدشگون هستی. برو دنبال کارت. اگر این وری می روی من آن وری می روم. من با تو قاطی نمی شوم. همین یک قسمت ریگ و یک قسمت گندم بهتر از این هست که به حرف های تو گوش بدهم.

یعنی چی؟

یعنی حالا در زندگی معمولی شما بعد حضورتان دارد عمیقتر می شود و یک مقدار هم من دارید، ایراد نگیر. کار کن و پیشرفت کن. هر روز به روز بگذار این بعدتان عمیق تر بشود و منتان در ذهن چی بشود؟ کمتر بشود.

در بُعد تغییرات و رویدادها و فکرها که من تویش هست هی روز به روز این ارتفاعش کمتر می شود فکرها جدی بودنش را از دست می دهد. جهان بیرون جدی بودنش را از دست می دهد. این معنی این نیست که روی جهان بیرون شما کار نمی کنید. اتفاقاً چون به خرد زندگی وصل هستی الان موثرتری. حتی از لحاظ مادی.

یک عده ای می ترسند. حالا یک عده ای به غلط هستند مثل آن فیلسوف نما که فکر می کند که اگر بروم... مثلاً من فهمیده ام که هرکسی مرسدس بنز سوار بشود این من ذهنی دارد. من بهتر است دوچرخه سوار بشم. اصلاً دوچرخه هم نمی خواهم من با ماشین اتوبوس می روم سرکار و با اتوبوس هم می ایم.

لباس خوب نشانه من ذهنی است. بنابراین خوب (فقط لباس پاره پوره و کفش پاره پوره) ولو اینک پول دارم نمی پوشم. فرش درجه یک تبریز هم به درد نمی خورد حالا من می خواهم روی حصیر بنشینم. حالا این من دارد یا ندارد؟

منش یک قیافه ای که داشت را از دست داد و حالا یک قیافه دیگری که هیچ چیزی نداشتن را ...

بعضی میلیاردرها را می بینی که کمر بسته اند و این کمرشان شکاف دارد. می پرسید آقا چرا این کمر بند؟

امساک داریم. پز که نمی خواهیم بدهیم که...

من دارد یا ندارد؟

خیلی من موذی دارد. من موذی... این من هی قیافه اش را عوض می کند. شما باید کلهش را بدهی برود. من موذی را...

علیل گاهی اوقات خودش را به مریضی می زند. مریض می شود که مردم به او رحم کنند. بعد می رود homeless (بی خانمان) می شود. تمام سرمایه اش را از دست می دهد. بعضی ها تنبلی می کنند و نمی خواهند کار کنند. فکر می کنند این حضور است.

خب هرکسی که کار می کند و می خواهد ثروتمند بشود معلوم هست که من ذهنی دارد...

ما کار هم نمی کنیم و هیچ چیزی هم نداریم و افتخار هم می کنیم. این هست؟ نه این نیست!

نیست! باید این بافت ذهنی من دار را... حالا آنجا ما به فرش هفتاد رج افتخار می‌کنیم، الان به حصیر... به حصیر بز می‌دهیم.  
روی حصیر می‌نشینیم ما. نه این طور نیست.

### بهای باده من المؤمنین انفسهم...

شما نمی‌توانید بگویید که حالا من فهمیدم مثلاً ۳۰٪ از رنجش‌هایم را نگه می‌دارم و ۷۰٪ را می‌دهم برود دیگر. هفتاد درصد برود دیگر... هشتاد درصد برود... نیست این طور. همه را باید بدهی برود. همه را.

این هم که صحبت عرب را می‌کنیم، در عمل ما داریم پیشترفت می‌کنیم. ما مثل آن فیلسوف نما نباشیم که یا ما حاضر حاضر و صد درصد می‌شویم یا هیچی!

این طوری نیست. زندگی یک طیف دارد. همین گنج حضور رسیدن هم یواش یواش.

مثل این نردبان قائم بگذاری... نردبان صد پله دارد. هر پله که بالا می‌روی، منظره بیشتری دیده می‌شود. برای همین می‌گوییم سی دی‌ها را گوش بدهید.

یک سی دی را ده بار گوش می‌کنید، و یازدهمین بار می‌بینید یک چیزی را نشنیده بودید و الان شنیدید.

همین غزل‌ها را که ما می‌خوانیم. شما ده بار می‌خوانید و متوجه نمی‌شوید. یازدهمین بار می‌بینید که اه اینجا یک چیزی بوده والان شما متوجه شده اید و آن قسمتی از وجود شما را آزاد می‌کند. این طوری هست.

ولی شما نمی‌توانید هوشیارانه بگویید من دیگه این را نمی‌توانم بدهم. من دیگر...

فلانی که این کار را کرده و من رنجیده ام. این دیگر چیزی نیست که من یادم برود.

همچنین چیزی نیست. این جزء نفس شماست. جزء من شماست. شما به خاطر او که نمی‌بخشید که. حالا من ذهنی این ور ایستاده و می‌گوید این من را ببخشم... این نشانه ضعف هست.

نه بخشیدن و این نفس را دادن... هوای نفس بمان... نفس مثل یک آهن گداخته است گذاشته اند روی دستتان. همه را بنداز.

نمی‌شود بگویید حالا این آهن را یک مقداری را انداختم زمین و یک مقداری هم دستم هست. دستم را چسباندم به آن. نیست یک همچنین چیزی. همه را بینداز.

**هوای نفس بمان گر هوات بیع و شراست...** اگر میل به خرید و فروش داری، (بیع یعنی خرید و شرا فروش) اگر واقعا شما

علاقمند به خرید و فروش هستید؟ این همان قانون جبران است. این ندهی به قول مولانا آن نبری...

اگر این را ندهی آن شراب آن زندگی را... نمی‌توانی بگیری.

شما با من ذهنی نمی‌توانید زندگی کنید. من ذهنی اساسش به غم است. به استرس و درد و هم هویت شدگی و محدودیت است. به جا نداشتن است. به اینکه آدم به هیچ چیزی جا ندهد. به انتقاد است. به عیب جویی و غیبت و مقایسه است. به این که هرکسی

را مقایسه می‌کند. من اینجا بایستم و اون اینجا باشد. شما تا کی می‌خواهید خودتان را مقایسه کنید؟

زندگی که مقایسه کردنی نیست. جسم مقایسه کردنی هست. تا کی ما باید خودمان را با جسم هم هویت کنیم و خودمان را با دیگران مقایسه کنیم. اینطوری ما به زندگی نمی‌رسیم.

پس هوای نفس را (هوا یعنی خواهش و تمنا، خواست) تمام خواسته های من دار را ببنداز.

شما الان حس نیاز می‌کنید؟ حس نیاز تو نیاز من ذهنی هست یا حقیقتاً نیاز جسمی شماست؟ نیاز واقعی هست؟

باور کنید ۹۵٪ درصد نیازهای ما که الان به ما فشار می‌آورد را ما اصلاً نیاز نداریم. نیاز من است.

شما تامل کنید وقتی فشار زندگی می‌آید به خاطر نیازها... «من این را می‌خواهم... چون این را ندارم... چون این اتفاق نیفتاده من ناراحتم... این اتفاق باید می‌افتاد... بین حالا این اتفاق می‌افتد مثلاً چی می‌شد؟» می‌بینید که خواهش نفسانی هست. هوای نفس بوده است.

هوای نفس را بنداز اگر می‌خواهی خرید و فروش کنی.

یادمان باشد ما ایرانیان اهل خرید و فروش نیستیم. ما نمی‌خواهیم یک چیزی را بدهیم و یک چیزی را بگیریم. این را دیگر من با گوشت و پوست حس کرد

م در ده سالی که این برنامه را اجرا می‌کنم. ایرانیان در اجرای این قانون خرید و فروش یا قانون جبران بسیار ضعیفند...

می‌گویند ما این را نگه می‌داریم چیزی نمی‌دهیم حالا شما چیزی بدهید به ما اضافه بشود. در مقابل خدا هم ما می‌گوییم «ما

رنجش‌هایمان را می‌خواهیم. ما دردهایمان را می‌خواهیم. ما هم هویت شدگی‌هایمان را می‌خواهیم... حالا این‌ها را نگه می‌داریم و تو بیا... ما این‌ها را استفاده نمی‌کنیم ها، می‌گذاریم کنار تو بیا اول زندگی را بده...»

نه! اصلاً دادن این و گرفتن آن هر دو یک عمل هست. مردن به یک قسمتی... یا مردن به این نفس، مردن به من ذهنی و زنده شدن هر دو یک عمل هست. دوتا عمل نیست. پایین داریم توضیح می‌دهیم که ما با من ذهنی من ذهنی را می‌دهیم.

من ذهنی که من ذهنی را نمی‌دهد که! هوشیاری حضور که اگر شما بیایید از من ذهنی بیرون...

همین که گفتم: اگر دیدید من ذهنی یک جایی گیر کرد، اگر دیدید یک جاییتان را مار، جوجه تیغی گاز گرفت، بکشید عقب و به کلش نگاه کنید. برای این که من ذهنی به هم وصل است. کلش را باید بدهید برود. کلش را باید نگاه کنید.

حالا اگر از جنس حضور هستید این را اصلاً کلاً بده برود. نمی‌شود یک قسمتش را نگه داشت. حیف نیست. چیز مهمی نیست این. زندگی تویش نیست.

بله این هم از مثنوی هست که می‌گوید

**ملک مال و اطلس این مرحله \*\*\* هست بر جان سبک‌رو سلسه**

**سلسله زرین بدید و غره گشت \*\*\* ماند در سوراخ چاهی جان زدشت**

**صورتش جنت به معنی دوزخی \*\*\* افعی پر زهر و نقشش گل رخی**

این مرحله یعنی من ذهنی.

پس می‌گویند ملک و مال و اطلس... هر چی که با آن هم هویت شده اند حتی اطلس، قسمت‌های نرم. معنویتی که ما با آن هم هویت شدیم. همین که بعضی باورهای معنوی یا مذهبی را ما گرفتیم و این باورها سبب جدایی ما شده است. ادیان آموزش‌های بسیار بسیار ساده هستند به عنوان یک اشاره‌کننده به گنج حضور. به فضای وحدت. همه ادیان هرچیزی که دین می‌گویند اشاره است انگشت نشان دهنده هست به فضای وحدت درون شما. ولی در این مرحله... کدام مرحله؟ مرحله ذهن. ما افتادیم توی ذهن.

و ملک و مال اطلس بر جان سبک رو ما زنجیر هست. اما این زنجیرها طلائی هستند. آنقدر ما به آن‌ها دل بستیم آنقدر مهم هستند که ما مغرور شدیم به این زنجیر زرین.

از بس خوشایند جلوه داده اند به ما... این معنیش این نیست که شما متعلقات، امواتان را ببندازید بیرون. باید با آنها هم هویت نشوید... حتی برای بعضی‌ها دردهایشان زنجیر هست. نگاه کنید زنجیر طلائی هست. بهش می‌گوییم: «این رنجش را ببنداز» نمی‌اندازد.

ببنداز این زنجیر طلائی را. این به درد نمی‌خورد. بخاطر همین زنجیر طلائی و مغرور شدن و هویت خواست از این دردها... در سوراخ چاه، توی چاه مانده است و از دشت (یعنی از فساداری این لحظه) مانده افتاده توی چاه. ما افتاده ایم یعنی. صورتش ظاهرش بهشت است. توی خانه چند میلیون دلاری زندگی می‌کند. فرش و متعلقات و همه غذاهای خوب اما در واقع زندگیش جهنم هست.

### قسمت پنجم:

واقعاً کسانی که نرسیدند به مال و منال فکر می‌کنند که مال و منال داشتند بهتر می‌شد. من نمی‌گویم مال و منال بد است. امکاناتی ایجاد میکند که مسائلش در سطح بالائی مطرح بشود. حداقل آدم در خیابان نمی‌خوابد. ولی دلخوشی و سعادت و خوشبختی از مال و منال هم هویت شده بیرون نیامد. صورتش جنت به معنی دوزخی است و از خود من ذهنی افعی است و پر زهر است. اما قیافش گلخ است. شما ببیند این توصیفات در مورد شما می‌گنجد؟

که آیا شما افعی پر زهر هستید ولی قیافه شما بسیار زیبا و دوست داشتنی است؟ من ذهنی اینطوری است. اینها را می‌گوییم، گفتم این‌ها چیزهای شخصی نیست. همه مان داریم. شخصی نداریم. هر کسی می‌آید به این جهان هوشیاری از جنس خدایت است. از جنس هوشیاری ایزدی است. می‌آید با چیزها هم هویت می‌شود که بتواند جدایی را یاد بگیرد. بعد از این چیزها هویتش را می‌کند برمی‌گردد دوباره هوشیارانه هوشیاری حضور می‌شود. عمق بینهایت پیدا می‌کند.

حالا ما در حال، گفت: «در این مرحله کسی که چسبیده به چیزهایی در این مرحله با شنیدن این‌ها متوجه می‌شود چه بلائی سرش آمده است.»

خب اگر جدایی را یاد گرفتیم. جدایی را مبنای زندگی قرار ندهیم. ما در فضای جدایی لازم نیست عشق را یاد بگیریم. عشق را بلدیم ما. ما از جنس زندگی هستیم. از جنس یکتایی هستیم. نمی‌شود بلد نباشیم که. من فکر کنم زندگی تا ده سالگی من ذهنی را تحمل می‌کند. از ده سالگی به بعد، اگر انسان‌ها اگر جدایی را رقابت را مبنای زندگی قرار بدهند، خدا این را تحمل نمی‌کند. زندگی این را تحمل نمی‌کند. در نتیجه ظاهرش گلرخ می‌شود و خودش افعی و اولین کسی را هم که می‌گزد و لطمه می‌زند خودش است. ما خودمان بدترین دشمن خودمان هستیم. منتها متوجه نیستیم و گردن این و آن می‌اندازیم. همه آسیب‌ها را ما خودمان به خودمان می‌زنیم. باز هم دارد همین را از مثنوی می‌گوید:

### بارنامه روح حیوانیست این \*\*\* پیشتر رو روح انسانی ببین

بارنامه... این بارنامه همه لغت جالبی است. کسی که از خودش تعریف می‌کند: «ابتدایی نمره بیست گرفتم، متوسطه شاگرد اول بودم. دانشگاه شاگرد اول بودم. بعد هم مهندس شدم. فلان جا پل درست کردم. فلان جا را آباد کردم. فلان و فلان کردم...» دارد از شصت سال عمرش تعریف می‌کند برای اینکه خودش را معتبر بکند. انگار یک نفری که هم هویت شده... بارنامه می‌دانید که چیست؟ بارنامه هم لغت جالبی هست برای اینکه شما صفحه هست که آنجا نوشته ای من بام چیست. بارنامه مثلاً کسی که کامیون دارد می‌گوید «من ده کیلو سیب زمینی دارم. بیست کیلو پیاز دارم. صد کیلو گندم دارم و پنجاه کیلو جو دارم. این‌ها را زده ام و دارم می‌برم.»

بارنامه شما: سه کیلو رنجش دارم، پنجاه کیلو استرس دارم، شصت کیلو قند دارم. بارنامه هست. هرکسی که دارد پز می‌دهد در واقع دارد بارنامه اش را می‌گوید. این همه حرف می‌زنیم، در واقع داریم بارنامه را می‌خوانیم. بار ما. داریم می‌خوانیم که این‌ها بارماست. خب همه را باید بیندازیم. حالا برو بالاتر. پیشتر رو... برای اینکه ...

می‌گوید این روح حیوانی است ... روح حیوانی محدود است. در سلطه طبیعت است. آزاد نیست. ما آزادیم. ما اراده آزاد داریم. ما به عنوان هوشیاری خدایی آزاد می‌آییم به جهان برمی‌گردیم هوشیار می‌شویم. دوباره هوشیارانه آزاد می‌شویم. باید خلق کنیم. کسی هم جلوی این را نمی‌تواند بگیرد. این سرنوشت ماست.

این کار هم با دستورات عمل های پیش ساخته جور در نمی آید. چطور ممکن است ما از جنس خدا باشیم، خدا هوشیاری بی فرم است. ما هوشیاری بی فرمیم. این لحظه ما با خدا یکی هستیم. بعد آن وقت دستورات عمل های از پیش ساخته را داریم اجرا می کنیم. آخر این امکان دارد؟

این می شود بارنامه روح حیوانی. ما روح حیوانی نیستیم که. بالاتر برو Transcend کن و متعالی شو بعد روح انسانی ببین.

### هوای نفس رها کردی و عوض نرسید \*\*\* مگو چنین که بر آن مکرم این دروغ خطاست

می گوید: «تو می گویی من اهل خرید و فروشم. من ذهنی ام را داده ام رفت. اما زندگی به من عوضش را نداد.»

این طوری نگو. برای اینکه این دروغ بر آن بخشنده (مکرم یعنی بخشنده) این چنین دروغ بستن نشانگر این است که تو هنوز دروغین هستی. هنوز نیاختی. این خطاست. این اشتباه است.

یکی از بزرگترین اشتباهات همین است. که من ذهنی ما پس از یک مدتی کار، تغییر قیافه می دهد. یا به صورت استاد ظاهر می شود.

یا می گوید «من دیگر یاد گرفتم. یا من دیگر به گنج حضور رسیدم.»

اگر کسی می گوید من به گنج حضور رسیده ام، صد در صد نرسیده است. وگرنه نمی گفت. «من فنا شده ام دیگر چیزی از من نمانده است.» هم چنین چیزی نیست.

اگر شما می دانید هوای نفس را رها کردید. پس واقعاً نکرديد!! حالا نگو. نگو که...

گفتم چرا. برای اینکه رها کردن نفس و زنده شدن هر دو یک عمل است. دو عمل نیست که.

کما این که خرید و فروش یک عمل است. شما یک چیزی می دهید و یک چیزی می خرید. نمی شود یک چیزی بدهید و چیزی نگیرید. همین که این را می دهید آن یکی را می گیرید. یک عمل است، دو عمل نیست.

من ذهنی فکر می کند دو عمل است. ما دادیم من ذهنی را رفته است ولی خدا نمی دهد. نه نیست این طور!

گول من ذهنی را نباید خورد. این من ذهنی خیلی مودی هست. این را نباید دست کم گرفت.

می گوید: شیر باطن سخره خرگوش نیست...

آن خرگوش رفت توی داستان دفتر اول، شیر را انداخت توی چاه. گفت: فکر نکن شما می توانی سر من ذهنی کلاه بگذاری. سر من

ذهنی را هیچکس با من ذهنی نمی تواند کلاه بگذارد. من ذهنی سر همه کلاه می گذارد. من ذهنی سر دین کلاه می گذارد، سر علم کلاه

می گذارد. سر همه چی کلاه می گذارد.

سر این من ذهنی را نمی شود شیره مالید با من من ذهنی. فقط این هوشیاری خدایی حضور است که از دست این من ذهنی بر

می آید. هیچ چیز دیگری عهده دارش نیست.

شما باید خودتان را بیرون بیاورید و به آن نگاه کنید. اگر به آن نگاه کنید...



بارها مولانا گفته: این اژدهاست. این حضور هم زمرد است. خاصیتش است که چشمش را کور می‌کند و دیگر نمی‌تواند کاری با شما بکند. ولی اگر به حضور زنده...

حضور چیست؟ هر لحظه شما این امکان را دارید که تسلیم بشوید. عمل تسلیم شده انجام بدهید. فقط عمل تسلیم شده است که ارزش معنوی دارد. تسلیم پذیرش بی قید و شرط اتفاق این لحظه. فقط این عمل معنوی هست در جهان. وقتی رویدادی می‌افتاد شما آن را می‌پذیرید این لحظه. با آن قاطی نمی‌شوید. خودتان را می‌کشید عقب و به آن نگاه می‌کنید. از جنس آن نمی‌شوید.

وقتی از جنس رویداد نمی‌شوید در آن لحظه یک درجه ریشه می‌کنید.

### کسی که شب به خرابات قاب قوسینست \*\*\* درون دیده پرنور او خمار لقاست

لقا یعنی دیدار با خدا. یعنی وارد شدن به فضای پذیرش این لحظه و آنجا زندگی کردن.

کسی که زنده شده به زندگی. دیگر در ذهنش نیست. در ذهنش حس وجود نمی‌کند.

می‌گوید: هرکسی که در شب خرابات، (خرابات جایی بوده که در قدیم مردم می‌رفتند برای عیش و عشرت) حالا در فارسی می‌گویند خرابات از خُراباد آمده است. یعنی خورشید آباد می‌کند. خور یعنی خورشید....

همچنین می‌گویند که خرابات از خراب آباد آمده است.

هر دو درست است. هر دو به ما کمک می‌کند. هر دو یک عمل است. خراب آباد یعنی که اگر فرم خراب نشود، هم هویت شدگی خراب نشود، ما آباد نمی‌شویم.

ولی می‌بینید که این هم زمان است. اگر فرم خراب بشود، از این ور شما خُراباد می‌شوید. خورشید آباد می‌شوید. خدا آباد می‌شوید. زندگی آباد می‌شوید. یک عمل بیشتر نیست. خراب که می‌کنی از این ور آباد می‌شوی.

برای اینکه، ما هوشیاری خدایی هستیم یک چیزهای به ما بسته شده است هر کدام را که می‌اندازیم اصل ما ظاهر می‌شود.

می‌گوید شب، حالا چرا می‌گوید شب؟ اگر ما فضای یکتایی این لحظه را می‌شناسیم، وقتی وارد آن جا می‌شویم دیگر آگاه نیستیم.

برای اینکه زندگیست که از چشمان ما دارد به جهان نگاه می‌کند. از جنس زندگی شدیم و در دیگران هم زندگی می‌بینیم.

شما فرق دارد که در خانه به عنوان پدر به اشخاص که نگاه می‌کنید، به همسران، به بچه‌هایتان زندگی را در آن‌ها ببینید یا نه

آن‌ها را مجسمه ببینید که پر از ایراد هستند و این باید این کار را بکند و آن باید آنجا را عوض کند.

از جنس جسم باشید جسم را می‌بینید، پر از ایراد...

می‌گویید هیچ کدام کامل نیستند، از جنس زندگی باشید زندگی جوشان می‌بینید. زندگی جوشان برای شما اصل است و شما در

سطح فرم می‌بینید که حالا مردم دارند کامل می‌شوند. مردم دارند خودشان را درست میکنند. وضعیت های زندگی را درست

می‌کنند. بلد نیستیم این را امروز فردا یاد می‌گیریم. این‌ها زمان می‌گیرند. در پناه حمایت عشق دارند یاد می‌گیرند.

پس کسی که وارد فضای یکتایی این لحظه شده است، شب به این معناست که از خودش آگاه نیست؟

**قاب قوسین** یعنی فرد نزدیک. یعنی شما با زندگی آنقدر نزدیک هستید که... قاب قوسین،

این دوباره از قرآن است. قاب را می‌گفتند یعنی آنجایی که ما کمان را می‌گیریم. قوسین دو تا قوس کمان است. بعضی‌ها گفتند

فاصله بین دو منتهاعلیه کمان است. دو سوی کمان. بعضی‌ها گفته‌اند فاصله بین زه و و آن قسمت از کمان که می‌گیریم.

منظور از قاب قوسین این است که شما و خدا آنچنان نزدیک هستید که اصلاً متوجه نیستید و به نظر من این از انجا آمده که

وقتی شما تیر می‌اندازید، تیر می‌اندازید یعنی فکری می‌کنید یا عملی می‌کنید، چیزی از شما صادر می‌شود فرق نمی‌کند که شما

می‌اندازید یا زندگی می‌اندازد.

کسی که در این حالت هست که نمی‌داند او تیر می‌اندازد یا خدا می‌اندازد در آن صورت در خرابات میخانه فضای پذیرش این

لحظه هست و شراب زندگی را از آن فضا می‌خورد.

خب آن چطوری است؟ در درون چشمان او هوشیاری و مستی دیدار خداست. درون دیده پرنور او، درون چشم پر نور، یعنی

هوشیاری حضور... چشمان او در واقع زندگی را می‌بیند. پُر از هوشیاری است. یعنی ما دید زندگی را الان داریم و از جنس زندگی

شدیم و در هر چیزی زندگی را می‌بینیم.

می‌شود چنین آدمی غصه دار بشود؟ اگر کسی پر از غصه و استرس باشد این جور در می‌آید؟ اصلاً در این فضا پر از لطافت و

شادی و آرامش است. زندگی از جنس شادی است. هزاران بار مولانا این را گفته است. هرکسی عزا می‌گیرد، غصه می‌خورد... همین

پایین هم می‌گوید در اینصورت از جنس زندگی نیست.

بهترین نشان این است که شما خودتان را تست کنید. ببینید از درونتان اگر شادی می‌جوشد میاد بالا. هر لحظه احتیاج ندارید

چیزی از بیرون شما را خوشحال کند پس شما در چشمانتان هوشیاری یا مستی دیدار خدا را دارید.

لقا یعنی خدا یا دیدار زندگی. برای اینکه خدا را ببینید باید از جنس او باشید، با این چشم نمی‌شود دید.

**کسی که شب به خرابات قاب قوسینست \*\*\* درون دیده پرنور او خمار لقاست**

**طهارت‌قست ز غم باده شراب طهور \*\*\* در آن دماغ که باده‌ست باد غم ز کجاست**

ببینید چی می‌گوید راجع به غم. کسی که ایمان دارد غم ندارد. **طهارت‌قست ز غم... طهارت یعنی پاک شدن.**

شراب طهور باز هم از قرآن است. خداوند به مومنین شراب پاک کننده می‌دهد.

می‌گوید این خداوند که به مومنین شراب طهور می‌دهد این پاک کردن انسان از غم است.

پس شراب خدایی که در این لحظه وارد وجود ما می‌شود ما را از غم پاک می‌کند. اگر شما اجازه ندهید زندگی و شرابی که این لحظه

وارد جانتان میشود و تنتان می‌شود، اگر جلوییش را بگیرید شما پاک نشوید در این صورت قسمت عمده من ذهنی در شما باقی

مانده است ولو اینکه شما از نظر باورهای مذهبی همه را بدانید. قرآن را حفظ باشید.

مولانا را حفظ باشید. شما باید از غم آزاد شده باشید.

می‌گوید منظور از شراب پاک کننده، شراب طهور که در قرآن آمده پاک کردن انسان از غم است. از باد غم است. باد را هم در

مقابل باده آورده است. باده یعنی شراب. باد یعنی هیچی...

پس غم باد است. غم توهم است.

هرکسی که در ذهنش به طور توهمی به چیزی چسبیده این حتماً غم دارد.

هرکسی برود به توهم حتماً غم دارد. و غم هم مکانیسم طبیعت و مکانیسم زندگی است که شما را آگاه کند به این که این کاری که

می‌کنی غلط است. این کار را نباید بکنی. این جنس تو نیست. این غم وهم هویت شدگی جنس تو نیست.

می‌گوید در آن مغز (دماغ یعنی مغز) در آن ذهن که باده هست، باد غم از کجاست؟

**ابیت عند ربی نام آن خراباتست \*\*\* نشان یطعم و یسقن هم از پیمبر ماست**

می‌گوید این دوباره از حضرت رسول است. ایشان می‌گوید: «من با خدا در یک خانه زندگی می‌کنم.»

یعنی همیشه در فضای یکتایی این لحظه زندگی می‌کنم.

و می‌گوید این نشان که انسان با خدا زندگی کند، و با زندگی یکی بشود، یعنی در این لحظه ریشه بینهایت داشته باشد و در فضای

یکتایی این لحظه زندگی کند این نشان که همه انسان‌ها باید این نشان را داشته باشند و پیش خدا غذا بخورند، آب بخورند.

می‌گوید: «ایشان فرمودند که من با خدا در یک خانه زندگی می‌کنم و با او غذا و آب می‌خورم. یا او به من غذا و آب می‌دهد.»

می‌شود شما هم اینطوری باشید؟ این‌ها همه سنبلیک است. غذا و آب.

اینکه می‌گوید:

**قوت اصلی بشر نور خداست \*\*\*\* قوت حیوانی مرورا ناسزاست**

ما هر لحظه و این لحظه غذایمان را از زندگی بگیریم. غذای هوشیاری را. و هر کاری و فکری می‌کنیم، این انرژی و این هوشیاری و

این شراب با ما همراه باشد و از ما بریزد به هرکسی که برخورد می‌کنیم و به هر فکری که می‌کنیم.

این نشان می‌دهد که نشان در واقع اصیل دین هم است.

کسانی که از راه دین یا از راه قرآن و یا از راه ادیان دیگر می‌خواهند برسند این‌ها برایشان باید مهم باشد. باید ببینند که این معیارها

در آن‌ها صدق می‌کند یا نه؟

خوبی پیدا کردن معنی این‌ها که مولانا توضیح می‌دهد و مخصوصاً ما ایرانیان باید توجه بکنیم. برای اینکه ما اگر بخواهیم واقعاً

آموزش‌های دینی را بفهمیم، مخصوصاً مسلمانان باید همین مثنوی را بخوانند.

وقتی این‌ها را می‌خوانیم یک محکی است برای خودمان که ما کجا هستیم. و در ضمن یک معیاری هم به ما می‌دهد که ببینیم

کسانی که ادعا می‌کنند مطابق این غزل حقیقتاً در آنجا هستند یا نه این‌ها را تظاهر می‌کنند!!

\*\*\*