

برنامه شماره ۳۷۰ گنج حضور
اجرا: پرویز شهبازی



باز به بط گفت که صحرا خوشست
گفت شبت خوش که مرا جا خوشست
سر بنهم من که مرا سر خوشست
راه تو پیما که سرت ناخوشست
گر چه که تاریک بود مسکنم
در نظر یوسف زیبا خوشست
دوست چو در چاه بود چه خوشست
دوست چو بالاست به بالا خوشست
در بن دریا به تک آب تلخ
در طلب گوهر رعنا خوشست
بلبل نالنده به گلشن به دشت
طوطی گوینده شکرخا خوشست
تایش تسبیح فرشتهست و روح
کاین فلک نادره مینا خوشست
چونک خدا روقت دلت را ز حرص
رو به دل آور دل یکتا خوشست
از تو چو انداخت خدا رنج کار
رو به تماشا که تماشا خوشست
گفت تماشای جهان عکس ماست
هم بر ما باش که با ما خوشست
عکس در آینه اگر چه نکوست
لیک خود آن صورت احیا خوشست
زردی رو عکس رخ احمرست
بگذر از این عکس که حمرا خوشست
نور خداییست که ذرات را
رقص کنان بی سر و بی پا خوشست
رقص در این نور خرد کن کز او
تحت ثری تا به ثریا خوشست
ذره شدی باز مرو که مشو
صبر و وفا کن که وفاها خوشست
بس کن چون دیده ببین و مگو
دیده مجو دیده بینا خوشست
مفخر تبریز شهم شمس دین
با همه فرخنده و تنها خوشست

مولوی، مثنوی، دفتر اول، سطر ۳۴۲۶

بشنو الفاظ حکیم پرده‌ای
سر همانجا نه که باده خورده‌ای
مست از میخانه ای چون ضال شد
تسخر و بازیچه اطفال شد
میفتد این سو آن سو هر رهی
در گل و میخنددش هر ابلهی
او چنین و کودکان اندر پیش
بی‌خبر از مستی و ذوق میش
خلق اطفالند جز مست خدا
نیست بالغ جز رهیده از هوا
گفت دنیا لعب و لهوست و شما
کودکیت و راست فرماید خدا
از لعب بیرون نرفتی کودکی
بی نکات روح کی باشد دگی؟
چون جماع طفل دان این شهوتی
که همی رانند اینجا ای فتی
آن جماع طفل چه بود بازی

با جماع رستمی و غازی
جنگ خلقان همچو جنگ کودکان
جمله بی معنی و بی مغز و مُهان
جمله با شمشیر چوبین جنگشان
جمله در لا یَنْفَعِ آهَنْگشان
جمله شان گشته سواره بر نیی
کین بُراق ماست یا دُلْدُل پیی
حاملند و خود ز جهل افراشته
راکب و محمول ره پنداشته
باش تا روزی که محمولان حق
اسب تازان بگذرند از نُه طَبَق
تَعْرُجُ الرُّوحِ إِلَیهِ وَ الْمَلْکِ
مِنْ غُرُجِ الرُّوحِ یَهْتَرُ الْفَلْکِ
همچو طفلان جمله تان دامن سوار
گوشه دامن گرفته اسب وار
از حق انَّ الظَّنَّ لَا یُغْنِی رَسِیدِ
مرکب ظن بر فلکها کی دوید
اغْلَبُ الظَّنَّیْنَ فِی تَرْجِیحِ ذَا
لا تُمَارِی السَّمْسَ فِی تَوْضِیحِهَا
آنکھی بینید مرکبهای خویش
مرکبی سازیده ایت از پای خویش
و هم و فکر و حس و ادراک شما
همچو نی دان مرکب کودک هلا

با سلام و احوالپرسی برنامه گنج حضور امروز را با غزل شماره ۵۱۰ از دیوان شمس مولانا شروع می‌کنم.

باز به بط گفت که صحرا خوشست

گفت شبت خوش که مرا جا خوشست

پس امروز مولانا تمثیل "بط" (که مرغ دریایی‌ست و دائماً در دریا زندگی می‌کند.) مرغی که در وسط‌های دریا زندگی می‌کند و با حوادث دریا هم قادرست که بسازد. "باز" هم توی خشکی زندگی می‌کند و شکارش از خشکی است. (مثل موش مار و خرگوش و...)

پس در اینجا "باز" سمبول قسمتی از ما است که مربوط به خشکی‌ست، به جهان فرم مربوط می‌شود. پس "باز" سمبول من ذهنی است به اصطلاح خودمان! آن قسمتی از ما که میل دارد به خشکی برود. ولی "بط" آن قسمتی از ما است که میل دارد در دریا زندگی کند. دریا فضای بی‌نهایت وسیع پذیرش این لحظه است. فضای باز و پذیرش این لحظه که شما با زندگی حس یکتایی می‌کنید. این فضا دریاست و "بط" هم که مرغ دریایی‌ست شما هستید که در آنجا زندگی می‌کنید.

پس می‌بینید که هر دو شما هستید. در عمل ما نوسان می‌کنیم بین "بط" که سمبول ما است، وقتی که زنده به گنج حضور هستیم. با زندگی یکی هستیم و در این لحظه زندگی می‌کنیم. وقتی که ما به عنوان "بط" یا "زندگی زنده" مقاومت می‌کنیم در مقابل رویدادها، این مقاومت در مقابل رویدادها ما را از جنس ماده می‌کند. ما را سفت‌تر می‌کند و در آنجا ما هوشیاری بی‌فرم هستیم. همین که مقاومت کنیم به آن چیزی که اتفاق می‌افتد در این لحظه و آن چیزی هم که در این لحظه اتفاق می‌افتد، یا همین الان دارد اتفاق می‌افتد، یا در ذهن ما اتفاق می‌افتد و مربوط به زمان گذشته یا آینده است که فرقی نمی‌کند. بالاخره در ذهن ما دارد اتفاق می‌افتد. به محض اینکه شما مقاومت کنید در مقابل به آن چیزی که اتفاق می‌افتد، شما شروع می‌کنید به سفت‌تر شدن. تبدیل به ماده شدن و سخت‌تر شده و به این ترتیب از جنس "باز" می‌شوید و می‌روید به خشکی. خشکی کجاست؟ فضای ذهن.

حالا این مکالمه بین قسمت مادی و قسمت معنوی شما دارد اتفاق می‌افتد، ولی واقعاً که این دو با هم صحبت که نمی‌کنند. همین که شما از این جنس می‌شوید یا از آن جنس می‌شوید این گفتگو صورت می‌گیرد.

گفتگو یعنی اینکه یا شما از این جنس هستید یا از آن جنس، یا در وسط هستید؟ از حالت ماده بودن و سفت بودن دارید نرم‌تر می‌شود و می‌روید به فضای پذیرش این لحظه. از جنس هوشیاری بی‌فرم می‌شوید و بعد که یک اتفاق دیگری می‌افتد دوباره سفت می‌شوید.

وقتی که سفت می‌شوید فکرهای شما جدی می‌شوند و شما جدی می‌شوید. هر چه که اتفاق می‌افتد شما جدی‌تر می‌شوید و بازی فرم دیگر بازی نیست.

چون در این جهان ما همانطور که در این غزل هم می‌گوید: قرار است که ما از جنس هوشیاری حضور بشویم. هوشیاری که فرم ندارد و زنده است و داریم داستان زنده و رقص فرمها را تماشا می‌کنیم و لذت می‌بریم.

یک کسی به دنیا می‌آید و یک کسی از دنیا می‌رود. یک فکری تولید می‌شود در ذهن ما. گاهی یک فکر خوبی است و گاهی یک فکر بد. این فکرها دارند بازی می‌کنند که اینها رقص فرم هستند. گاهی پول ما زیاد می‌شود گاهی کم. اینها رقص فرم هستند. ولی در رقص فرم اگر شما سفت‌تر بشوید تبدیل به فاجعه می‌شود. چون می‌چسبید به آن چیزی که در فکرتان هست و هم فکرتان و هم خودتان جدی می‌شوید. شما ببینید این دو تا قسمت را که هر دو خودتان هستید! هر دو حالت...

گرچه که "بط" بودن حالت نیست "بط" بودن زندگی زنده هست، که شما هستید. سفت شدن و رفتن به ذهن و منجمد شدن، اگر خیلی دور بشوید از زندگی قطع شدن "باز" هم هم شما هستید.

حالا شما می‌دانید مثلاً اگر مقاومت کنید خشمگین بشوید، برنجید، واکنش نشان بدهید و استرس بشوید همه اینها حالت "باز"ی است. هر چه این کارها را انجام بدهید "باز" می‌شوید یعنی عقاب می‌شوید.

عقاب در خیلی جاها و در مثنوی هم سمبولیسم مولانا معنی مثبت دارد ولی در اینجا در مقابل "بط" حالت منفی دارد. اگر مثلاً مقایسه می‌کرد عقاب را با یک چیز زمینی مثل موش، که نمی‌تواند پرواز کند در آنصورت این دو تا سمبولیسم یک جور دیگری می‌شد. که موش در آن موقع سمبول من ذهنی بود و عقاب چون پرواز می‌تواند بکند سمبول حضور است.

اما هر چه شما کمتر مقاومت نشان می‌دهید و یا اصلاً مقاومت نشان نمی‌دهید در مقابل رویدادها، و وقتی رویدادی رخ می‌دهد، ولو اینکه چالش می‌طلبید، شما فضا باز می‌کنید و از جنس فضا می‌شوید که این رویداد را محاصره کرده و خرد در این خلاء و در این فضا است که الان شما هستید. که در این صورت از جنس "بط" می‌شوید. پس اگر شما در حال تمرین گنج حضور هستید باید مواظب این قسمت "باز" خودتان باشید که دارد دعوت می‌کند از "بط" که بیاید به صحرا.

صحرا خشک و فضای ذهن است. این جهان است وقتی که ما قطع شدیم از زندگی. اگر در آن گم بشویم معمولاً صحرا بی آب و علف است. خشک و سوزان است. شما تجربه کردید که فضای ذهن چقدر می‌تواند خشک باشد. بی‌رمق باشد و آدم در آن بی‌حوصله باشد و دائم واکنش نشان بدهد. معتاد به منفی‌بینی، منفی‌گویی و هیجانات منفی باشد و اینها را شما می‌دانید.

پس اگر "باز" شما از شما دعوت می‌کند که از اصل شما از "بط" شما که بیایید اینجا خیلی خوب است، در آن موقع هست که گفت **شبت خوش...** شبت خوش باشد.

در ضمن شب یعنی تاریکی. ذهن یعنی همان جا که هستی خوش باش. شما هم الان همان حالت هستید. قسمت ذهن من‌دارتان شما را می‌کشد. چه قسمت ذهن من‌دار شما، شما را بکشد یا چه قسمت من‌دار ذهن‌های دیگران. شما می‌روید سر کار و یک نفر، یک حرف ناجوری می‌زند و دارد شما را می‌کشد به صحرا. هر کسی هر چیزی می‌گوید که به شما برمی‌خورد، دارد دعوت می‌کند شما را به صحرا. می‌گوید، «تشریف بیاورید به صحرا خیلی خوب است!» اما می‌دانید که اگر شما بروید و از زندگی خودتان را قطع کنید، کما اینکه اگر "بط" برود به خشکی این عقاب می‌گیرد و او را می‌خورد. پس نباید برود. تنها جای امن برای "بط" یعنی اصل شما، فضای یکتایی این لحظه است و هیچ جای دیگر برای شما امن نیست.

گفت: «برو شما خوش باش.» شما هم به من ذهنیتان و به من‌های ذهنی دیگران که دارند شما را تحریک می‌کنند می‌گویید: «شبتان بخیر باشد. شما خوش باشید که من جایم خیلی خوب است!» برای اینکه من حاضر و ناظر هستم. در فضای یکتایی این لحظه و بسیار خوشم و با زندگی یکی هستم. اصل من شادی‌ست و شادی وجود خودم را دارم تجربه می‌کنم. «خداحافظ شما. شما برو خوش باش!»

همینطور به "باز" خودتان. برای اینکه ما هم بطور کامل که رها نشدیم. ما هم من ذهنی داریم که هر لحظه می‌خواهد ما را بکشد. آن هم می‌خواهد کار خودش را بکند!

سر بنهم من که مرا سر خوشست

راه تو پیما که سرت نا خوشست

سر بنهم من، یعنی من همین جا می‌مانم. من در فضای یکتایی این لحظه سرم را می‌گذارم و همینجا می‌مانم. کیف می‌کنم نمی‌آم به خشکی. یا معنی دیگری که می‌دهد این است که: «من سر دیگری دارم و آن سری که تو داری به من تحمیل میکنی، سرم‌دار آن را می‌نهم.»

در قسمت دوم می‌توانید بگویید که مرا سرخوشست من یک سر خوشی دارم. من یک عشقی دارم. من با زندگی یکی هستم. من منبع شادی را پیدا کردم. «من بیام به صحرا که چی بشود؟»

صحرا فضای لایتنهایی، خشک، بی‌آب، علف و بیرمقی است که هیچ چیز توی آن نیست. من اینجا می‌مانم.

سر بنهم من که مرا سر خوشست*** راه تو پیما که سرت نا خوشست

تو برو، راه برو که سرتو ناخوش است راه تو پیما. یعنی کسی که از فضای یکتایی این لحظه در می‌آد و می‌خواهد برود در زندگی یا در صحرای ذهن خودش را پیدا کند. ولی خودش اصلش کجاست؟ همین جا که فضای یکتایی این لحظه است. برای اینکه خودش را پیدا کند راه باید برود.

شما کشش خودتان را از این لحظه ببینید. شما ببینید که از این لحظه شما کشیده می‌شوید؟ از این لحظه فرار می‌کنید؟ این در واقع همان "باز" است که دارد شما را می‌کشد. می‌گوید: «تو بیا راه برو و زندگی را پیدا کن.»

چرا؟ ما هوشیاری من‌دار ذهنی داریم. ما هوشیاری جسمی داریم. هوشیاری جسمی به این لحظه، نگاه می‌کند، زندگی نمی‌بیند وضعیت ناچور می‌بیند. یک قصه هم دارد. این "باز" بر اساس قصه است. قصه زندگی ما. ما به ثمر نرسیدیم، اتفاق بدی افتاده، همه یادمان است و در همه آنها من هستم. این "باز" ما است. الان هوشیاری جسمی دارد می‌گوید: «ای وای من به ثمر نرسیدم حالا من چی می‌شوم؟»

این قصه من به ثمر نرسیده است. حالا این لحظه را به صورت یک وضعیت می‌بیند که این لحظه زندگی است. بصورت یک وضعیت می‌بیند که این وضعیت هم به ما نمی‌خورد. «من الان مثلاً می‌خواهم ده میلیون دلار پول داشته باشم، بیشتر از پانصد دلار الان ندارم!»

خب این چه وضعیتی هست؟ ناچور است. یا «الان درجایی که من هستم، من دوست ندارم. وضع بیزینس هم خراب است...» خب الان این لحظه این را دارد نشان می‌دهد و من باید فرار کنم. کجا؟ «به جایی که فکر می‌کنم در آنجا می‌توانم چیزها را درست کنم.»

خب فکر می‌کنم در آن چیزها زندگی هست، ولی نمیدانم که این لحظه زندگیه! اگر وارد این لحظه بشویم و با این لحظه یکی بشوم و با زندگی یکی بشوم خرد زندگی جریان پیدا می‌کند، به همان وضع ناچور من. خرد زندگی آن را عوض می‌کند برای من و سر و سامان می‌دهد به زندگی من. من این را نمی‌دانم فقط بدم که فرار کنم. برای اینکه این لحظه ناچور است. من خوشم نمی‌آید از این کسی که نشسته اینجا. از مردم خوشم نمی‌آید، از وضعیت خوشم نمی‌آید. «نمی‌آید دیگر... چکار کنم؟» و چون هوشیاری من‌دار جسمی دارم و هوشیاری ذهنی دارم زندگی را نمی‌بینم. خب حالا اینها را می‌گوییم تا بیدار بشویم.

این قضیه‌ی که ما در فضای یکتایی این لحظه باشیم، این که مولانا در این غزل می‌گوید که خوش است، "خوش است" در واقع خاصیت عمده‌ی ما است. اصلاً ذات ما شادی است. ذات زندگی شادی است و شادی اصل، شادبست که از چیزها در نمی‌آید. شادی که از چیزها برمی‌آید خوشی است، شادی نیست که بارها این را گفته‌ایم.

پس شما هر چه شادتر هستید بسوی "بط" بودن میروید. هر چه غمی‌گن تر هستید بسوی "باز" بودن میروید. خب در عمل شما باید یاد بگیرید که اگر دیدید که حالتان دارد خراب می‌شود پس دارید مقاومت می‌کنید به آن چیزی که اتفاق می‌افتد. اگر دیدید که دارید سفت‌تر می‌شود، می‌توانید نکنید. این زمان نمی‌گیرد وارد شدن به فضای یکتایی این لحظه زمان نمی‌گیرد. نگوئید که: «حالا دو سال طول می‌کشد!»

نه. همین الان اگر شما سفت نشوید و مقاومت نکنید از جنس زندگی می‌شوید. همینکه اتفاق این لحظه را بپذیرید، محدودیت این لحظه را بپذیرید، چون شما می‌گویید که من این لحظه را محدودیت می‌دانم گرفتاری می‌بینم. حالا اگر شما این گرفتاری را بپذیرید و محدودیت این لحظه را بپذیرید از جنس نامحدودی این لحظه می‌شوید.

این یادمان باشد. دو چیز هم یادمان باشد: یکی اینکه اگر شما مقاومت می‌کنید در مقابل اتفاق این لحظه، این نشان من ذهنی است. من ذهنی از طریق مقاومت زندگیش را ادامه می‌دهد. ما فکر می‌کنیم که اگر ما مقاومت کنیم قویتر می‌شویم. موضع قدرت هستیم. به ما می‌گویند: «تو قوی هستی!» نه اینطوری نیست. مقاومت نشانه ضعف و من ذهنی است. من ذهنی بسیار شکننده است. قدرت در بی‌فرمی و لطافت است. یک چیز دیگر هم باید یادمان باشد که در پایین هم می‌گوید و آن میل شدید ما به اضافه کردن چیزی به خودمان است. اسمش حرص است. اسمش زیاده‌خواهی است. زیاده‌خواهی یعنی من آن چیزی که دارم، از آن زندگی می‌خواهم و آن هم نمی‌دهد. اصلاً هیچ چیزی نمی‌تواند به شما زندگی بدهد. زندگی در اعماق وجود شماست، از آنجا می‌جوشد و می‌آید. این ساختمان ذهنی، طوری ساخته شده، (ساختمان ذهنی من‌دار) که ما فکر می‌کنیم آن هستیم. هر چیزی که ما به آن بدهیم راضی نخواهد بود. چرا؟ برای اینکه ریشه ندارد و ریشه در زندگی ندارد.

خب ما برای اینکه این موضوع را جا بیاندازیم و غزل برای ما معنی‌اش واضح بشود، اجازه بدهید یک قسمتی از مثنوی را برای شما بخوانم که از دفتر اول سطر ۳۴۲۶ شروع می‌شود. بسیار ساده و تیتراش هست که، در بیان آنکه حال خود و مستی خود پنهان باید داشت از جاهلان. می‌گوید:

سر همانجا نه که باده خورده ای

بشنو الفاظ حکیم پرده ای

تو حکمت حکیم پرده‌ای را بشنو. حکیم پرده‌ای که حکیم سنایی است. تو نصیحت او را بشنو. او چه می‌گوید؟ او هم همین را می‌گوید: «تو سر را همانجا بنه، همانجا بمان که شراب و باده زندگی را خورده‌ای.»

آن کجاست؟ یادمان باشد که دارد تمثیل می‌خوردن، می‌خوارگان را می‌گوید در زمین. یک کسی که شراب می‌خورد و رفته میخانه چند تا دوست خوب هم با هم داره که اینها با هم همدم هستند و شراب می‌خورند و مست می‌کنند و با هم صحبت می‌کنند. از صحبت‌های هم خوششان می‌آید. حالا فرض کنید که این مست پا شد و راه بیفتد توی کوچه‌ها. که در قدیم هم اینطور می‌شد. راه می‌افتند توی کوچه‌ها و تلو تلو می‌خورند و بچه‌ها راه می‌افتند دنبال اینها و مسخره می‌کردند. گاهی اوقات می‌افتادند توی گِل و توی جوی آب. می‌افتادند و نمی‌توانستند خانه‌شان را پیدا کنند. حالا این را تمثیل می‌زند ولی شما متوجه می‌شوید که دارد راجع به انسان صحبت می‌کند.

در فضای یکتایی این لحظه که شراب حضور، شراب زندگی و جریان زندگی، موقعی از شما عبور میکنند که شما در این لحظه هیچ مقاومتی در مقابل رویدادها نداشته باشید. اجازه بدهید که زندگی از شما عبور کند و بنابراین از جنس زندگی هستید. در فضای یکتایی این لحظه هستید. پس میخانه فضای یکتایی این لحظه است یا این لحظه است در حالیکه کسی که فقط هوشیاری جسمی دارد با این لحظه ستیزه می‌کند و از این لحظه فرار می‌کند. شما باید در عین حال که زنده هستید و در این لحظه، به ذهنتان هم نگاه کنید و فکر هم بکنید ولی میخانه را ترک نکنید. برای اینکه این

انرژی سازنده و شراب میخانه هست که دارد می‌ریزد به فکرها و اعمالتان. همین را می‌گوید که بشنو الفاظ حکیم پرده ای*** سر همانجا نه که باده خورده‌ای ما باده را در فضای یکتایی این لحظه خوردیم.

تسخیر و بازیچه اطفال شد

مست از میخانه ای چون ضال شد

می‌گوید اگر مستی از میخانه در بیاید و یعنی از فضای یکتایی این لحظه در بیاید و شروع کند در بیابان ذهن در کوچه‌های ذهن راه رفتن (ضال شده یعنی گمراه شد). یعنی آمد بیرون از میخانه و راه را گم کرده. ما این کار را میکنیم! در حالیکه ما مست هستیم ما اصلاً جنسمان از جنس آزادی است از جنس مستی است. ما از فضای یکتایی این لحظه وقتی در آمدیم و یک من درست کردیم و این من در دشت ذهن برای خودش دارد آواز خودش را می‌خواند و در آنجا گم شده.

مست از میخانه ای چون ضال شد در اینصورت مورد مسخره و بازیچه اطفال می‌شود. اطفال چه کسانی هستند؟ در پایین می‌گوید: «اطفال کسانی هستند که ولو اینکه شصت یا هفتاد سالشان است، هنوز در من ذهنی زندگی می‌کنند.» اینها اطفال هستند که در پایین این را توضیح میدهد. پس این نشان میدهد، چقدر مهم است برای یک عارف!

در واقع همه عارف باید باشند. هر کسی که در فضای یکتایی این لحظه است عارف است. همه عارف باید باشند. همه بالقوه عارفند. تا کسی به آنجا نرسد روی شادی را نمی‌بیند و وقتی رسید نباید ضال بشود و از میخانه بیاید بیرون. نمی‌شود یک نفر عارف باشد و در فضای یکتایی این لحظه باشد که کارش بی‌سستی و بی‌مقاومت است یک دفعه از اینجا در بیاید و برود در کارهای سیاسی و شروع کند به فحش دادن و ایراد گرفتن. نه نمی‌شود! این همان مستی است که از میخانه ضال شده و آن موقع اطفال شروع می‌کنند به مسخره کردن. برای اینکه حرفش را قبول نمی‌کنند. خودش گم می‌شود، از زندگی قطع و بی‌رمق می‌شود. حرف‌هایش ناسزا و ایراد می‌شود. گرفتاری پیش می‌آید. باید به حرف مولانا گوش کرد. می‌گوید:

در گل و می‌خنددش هر ابلهی

می‌فتد این سوان سو هر رهی

این سو یعنی این فکر را می‌گیرد آن فکر را می‌گیرد. دیگر از فضا یکتایی این لحظه در آمده در هر راهی می‌افتد توی گل. گل چیه؟ مست بوده ولی آمده توی ذهن افتاده توی گل. گل همین انرژی من‌دار است. گل قاطی بودن هوشیاری است با درد. ما الان توی گل هستیم. آخر مگر کسی که در فضای یکتایی این لحظه زنده باشد آیا پا می‌شود و می‌رود توی گل و دوباره توی درد؟ بخاطر اینکه می‌خواهد از یک عده‌ای ایراد بگیرد و انتقاد کند یا آدمها را عوض کند یا به یک وضعیتی بند کند؟ اگر این‌کار را بکند در این‌صورت، هر ابلهی آن موقع به او می‌خندد. برای آن کسان نمی‌توانند حالت او را بفهمند.

بی‌خبر از مستی و ذوق میش

او چنین و کودکان اندر پیش

او این کار را میکند و کودکان هم (واقعاً منظور کودکان نیست)، بله در قدیم مستان توی کوچه‌ها تلو تلو می‌خورند و کودکان می‌آمدند می‌دیدند که یک آدم بزرگ پنجاه ساله دارد تلو تلو می‌خورد. خب به او می‌خندیدند و مسخره‌اش می‌کردند. ولی مولانا که می‌گوید "کودکان" منظورش انسانهای بالغی است که از جنس ذهن هستند و شروع می‌کنند به مسخره کردن این مست. در حالیکه نمیدانند ذوق مستی و می‌را، که چه ذوقی دارد. خب تقصیر این عارف است. مست است که رفته آنجا. این صحبت در مورد همه صادق است، نه فقط آدمهای خاص. همه ما باید بباییم آنجا اگر شما الان از فضای یکتایی این لحظه خارج شدید و رفتید توی ذهن سرگردان هستید، این در مورد شما هم صادق است.

مردم اطفال هستند غیر از مست خدا. غیر از اینکه در فضای یکتایی این لحظه زنده به زندگیست. غیر از آن اگر کسی آنطوری نیست طفل است بالغ نیست. جز افرادی که از هوا رهیدند، از نفس رهیدند، از من ذهنی خودان رهیدند یا در اصطلاح غزلمان از "باز" رهیدند.

شما به خودتان نگاه کنید. آیا از نستان رهیده‌اید؟ آیا نمی‌خواهید دیگران را عوض کنید؟ آیا فقط حواستان به خودتان است؟ فقط روی خودتان کار می‌کنید؟ آیا دیگران را نصیحت می‌کنید؟

اگر نصیحت می‌کنید پس نرهیدید. انتقاد می‌کنید؟ پس نرهیدید! استرس دارید خشمگین هستید پس نرهیدید. بحث و جدل می‌کنید تا ثابت کنید که عقاید شما بهتر است؟ نرهیدید. یک جایی صحبت می‌کنید تا مورد توجه قرار بگیرید و فقط بخاطر آن است که صحبت می‌کنید؟ پس نرهیدید. پس بالغ کسی است که به عشق رسیده و بقول استیون کاوی Steven Covey از سه تا مرحله رد می‌شویم. اول وابسته هستیم. بلوغ. طیف بلوغ این است که اول وابسته هستیم. مثل بچه به پدر و مادرمان. برای غذا و برای کمک. به ما یا برای اینکه یادمان بدهند که چطور از خیابان رد بشویم. چطور فکر کنیم. بعد از آن یک مرحله دیگر مرحله استقلال است. اینها طیف بلوغ هستند. در ناحیه نایستگی یعنی استقلال، شما فکرهای خودتان را خودتان می‌سازید. احتیاج ندارید به کسی که برای من فکر کن. تقلید نمی‌کنید. غذای خودتان را خودتان در می‌آورید و زندگی خودتان را خودتان تامین می‌کنید. هیجانات خودتان را خودتان اداره می‌کنید. این فیزیک خودتان را، خودتان محافظت می‌کنید. از نظر معنوی مستقل هستید. یعنی شما مستقل از دیگران می‌توانید روی پای خودتان بایستید. این مرحله نایستگی یا استقلال است. وقتی به اینجا رسیدید، یک مرحله دیگری هم وجود دارد که مرحله وابستگی متقابل است. اگر ما از این مرحله رد شدیم که متاسفانه و هزار متاسفانه اینکه مولانا در غزل می‌گفت: «که خوش است و خوش است و خوش است.»

ولی ما بنا را اصلاً بر این می‌گذاریم که غمگین بشویم. در تربیت فرزندانمان آنها را در به مرحله استقلال نمی‌رسانیم. «همیشه به حرفهای من گوش بده!» نه. ما باید آنها را تربیت کنیم که فکرهای خودشان را خودشان بسازند. تحمیل می‌کنیم خودمان را به آنها. شروع می‌کنیم به عوض کردنشان و آنها را بدبختشان می‌کنیم. داریم به آنها می‌گوییم که از ما بپرسید. آنها باید منبع خلاق فکرهای و اعمال خودشان باشند.

بخش سوم:

برخی از ما ایرانی‌ها خیلی راحت وقت را تلف می‌کنیم و یکی از نایستگی‌های ما یا استقلالهای ما، استقلال مادی است. ما یاد نمی‌گیریم که یک مهارت خاصی را که پول خودمان را خودمان در بیاوریم. علناً هنوز هم ما در ایران می‌بینیم که یک قسمتی که نصف جمعیتی که زنان هستند به آنها می‌گوییم: «درس نخوانید. مهارتها را در خودتان ایجاد نکنید.»

شما که می‌روید زن یکی می‌شوید، فردا اگر طلاق می‌گیرید، هیچی بلد نیستید! خب کسی که چهل سال یا پنجاه سالش هست، زن یا مرد فرقی نمی‌کند. این کس اگر روی پای خودش، از لحاظ مادی نمی‌تواند، بایستد خب خوش خواهد بود! کسی که بالغ نشده. از نظر مادی روی پای خود ایستادن قسمتی از بلوغ است. خیلی راحت یک آدم چهل ساله وقتش را روز هشت ساعت تلف می‌کند و بعد هم می‌گوید که چرا من از نظر مادی نمی‌توانم خودم را اداره کنم؟

خب برای اینکه مسئول نیستی. حالا حرف ما اینها نیست. ولی اینکه مولانا می‌گوید «خوش است خوش است خوش است» انسان باید از طیف بلوغ رد بشود. ما باید بچه‌هایمان را چنان تربیت کنیم یا خودمان را چنان تربیت کنیم. حالا اگر بچه هم نیستیم خودمان را چنان تربیت کنیم. چقدر آدمها وابسته دیگران هستند و دیگران هم آنها را کنترل می‌کنند برای اینکه از نظر مادی روی پای خودشان نمی‌توانند بایستند. نمی‌توانند شاد باشند. شما از نظر فکری باید مستقل باشید. از نظر مادی باید مستقل باشید، از نظر اداره هیجانانتان مثل خشمتان، ترستان باید مستقل باشید، مواظب فیزیکتان باشید. خیلی از ما ایرانیها مواظب بدنمان نیستیم. خودمان را مریض می‌کنیم و می‌اندازیم گردن دیگران. می‌گوییم که «الان وفاداری ایجاب می‌کند که شما بیایید ما را ننگه دارید!» نه! وفاداری ایجاب نمی‌کند.

هر کسی مسئول خودش است. اگر زن و شوهر هم هستند هر کدام باید سعی کنند خودشان را از لحاظ فیزیکی سالم نگه دارند. مریض نشوند و ورزش کنند. حالا که صحبت‌های ما به اینجا کشید. از آنجا که من مقدار زیادی تلفن دریافت میکنم در روز، و کار من هم اصلاً جواب دادن به تلفنها و سوالات مردم هم که نیست. ولی دارم تجربه ام را به شما می‌گویم که بیشتر ناخوشبختی‌ها (و اینکه مولانا می‌گوید خوش است خوش است خوش است) و وقتی که می‌گویم خوش است... ولی وقتی که یک کسی اجاره خانه‌اش را ندارد بدهد چطوری خوش است؟! کسی که مریض است و پول دکتر ندارد بدهد چطوری خوش است؟! نمی‌تواند خوش باشد. ما مسئول هستیم که خودمان را از طیف بلوغ بگذرانیم. این وظیفه ما است و مسئولیم! حالا بگذریم از این قضیه.

گفت دنیا لعب و لهوست و شما

کودکیت و راست فرماید خدا

می‌گوید: گفته خدا اینها را از قرآن دارد می‌گوید: «این دنیا بازیچه است» بازی است. البته وقتی که ما در فضای یکتایی این لحظه باشیم بازی را می‌بینیم. بازی فرم است. امروز هست فردا نیست. فرم می‌آد و می‌رود. ولی ما آن را جدی گرفتیم. ولی برای یک کودک اسباب بازی هایش جدی است. اگر اسباب بازی‌های شما و آن چیزهای که دارید و به آنها متصل هستید، چسبیدید و آنها را جدی گرفتید، پس همین کودک هستید و آنها وسایل بازی هستند.

از لعب بیرون نرفتی کودکی

بی ذکات روح کی باشد ذکی؟

جنگ خلقان همچو جنگ کودکان

جمله بی معنی و بی مغز و مهان

اگر از اسباب بازی بیرون نرفتی پس تو هنوز کودک هستی. حالا شما از خودتان بپرسید، شما اسباب بازی دارید؟! اسباب بازی شما ماشینتان است؟ همسرتان است؟ بچه‌تان است؟ فکرهایتان است؟ فکرهایتان است؟ باورهایتان است؟ باورهای دینی‌تان است؟ اسباب بازی دارید و به آن چسبیدید؟

به هر چه که چسبیدید به اصطلاح مذهبی غیر از خدا، به غیر از فضای یکتایی این لحظه، (که گفت این میخانه است)، آنها لعب و اسباب بازی است. تو اگر آتش زنی به این تخیلات و اسباب بازیها را و این توهم را. و روحت را اگر از اینها پاک نکنی، پس تو هنوز کودک هستی. (زکی یعنی آتش زدن و انداختن.) اگر روح حیوانیت را نیندازی (روح حیوانی منظور ما من ذهنی است) یعنی من ذهنی را اگر نیندازی... اگر از توی این ذهن متولد نشوی پس تو هنوز کودک هستی. چه زمان می‌توانی در این جهان زرنگ و باهوش باشی؟ "زکی" در اینجا مثبت است. چه زمان می‌توانی خردمند باشی؟ نه نمی‌توانی باشی! با این چیزهایی که به تو متصل است! با این اسباب بازی‌ها!

مردم سر اسباب بازیها با هم جنگ می‌کنند. **جنگ خلقان همچو جنگ کودکان** مثلاً یک کودکی مقداری سنگ و آن یکی مقداری چوب دارد. این چوب او را برمی‌دارد و آن سنگ او یکی را بر می‌دارد. اینها می‌افتند به جان هم، سر این چوب و سنگ. این کودکان جنگ میکنند. جنگ مردم بوسیله من ذهنی است. من‌ها با هم ستیزه می‌کنند. من‌ها هم به خیالات چسبیده و جنگشان هم با شمشیر چوبی است. جنگشان بی‌معنی است. بی مغز و پست است. (مهان یعنی ذلیل شده و پست). یعنی بی‌معنی است. تمام کارهایی که من ذهنی از طریق ستیزه می‌خواهد انجام دهد بی‌معنی است. بی‌نتیجه است. برای اینکه هر چه که با من انجام می‌دهیم در آن درد است.

تنها چیزی که در این جهان سامان می‌آفریند، خوشبختی می‌آفریند، این است که شما در فضای یکتایی این لحظه باشید و از آنجا بیافرینید تا برکت ایزدی، خرد ایزدی، شراب ایزدی و عشق ایزدی بریزد به فکرهایتان. به اعمالتان، و در بیرون آن چیزی که خلق می‌کنید بی‌درد باشد. تنها راهش این است. این که چند نفر با هم ستیزه می‌کنند و از وسطش یک چیزی در می‌آید، این فایده و برکت ندارد. برای همین می‌گوید که **جمله بی معنی و بی مغز و مهان**.

چون جماع طفل دان این شهوتی

کی همی‌رانند اینجا ای فتی

آن جماع طفل چی بود بازی

با جماع رستمی و غازی

می‌گوید این شهوتی که مردم دارند که با هم بستیزند سر این، مردم واقعاً راجع به چه با هم می‌ستیزند؟ راجع به باور! اما خدا که از جنس باور نیست. زندگی که از جنس باور نیست. می‌گویند: «باورهای من بهتر از باورهای شماست.» «شما نمی‌دانید و من می‌دانم.» «شما اجازه بدهید که من حرف بزنم و شما گوش بدهید.» «حق با من است. من بلد هستم و شما بلد نیستید.»

دعواها سر این چیزهاست. یا «آن چیزهایی که شما دارید را بدهید به من!» ولی می‌گوید بچه‌ها هم با هم عشق بازی می‌کنند. از بزرگترها یاد می‌گیرند. ولی این بازی است. این شهوتی که اینها دارند بازی است در مقابل عشق‌بازی یک رستمی یا غازی یک جنگجو. یک مرد قوی هیکل عشقبازی که می‌کند یک جور دیگری است. (این را تمثیل می‌زند... برای همه این را بلد هستند.)

شما حساب کنید که شما در فضای یکتایی آنی لحظه هستید و برکت ایزدی از شما می‌ریزد به ذهنتان. این را باردار می‌کند و در جهان سامان می‌آفریند. این کجا و جنگ "من" ها کجا!

مردم ستیزه می‌کنند بر اساس من‌شان. جمع می‌شوند و یک رژیم را از بین می‌برند. بعد یک رژیم را سر جای آن می‌گذارند که از آن هم بدتر است. همان کارها را می‌کند، با شکل و قیافه دیگر. چرا؟ برای اینکه از فضای یکتایی نیافریده‌اند. باید بیشینه مردم از جنس یکتایی بشوند، از جنس زندگی بشوند و زندگی جریان پیدا کند به ذهنهایشان. ستیزه نکنند و حرص نزنند تا سامان ایجاد بشود. با ستیزه و سیاست‌بازی و دروغ و کلک و اینها کار درست نمی‌شود. جهان آبادان نمی‌شود و زندگی شخصی ما هم درست نمی‌شود. دارد اینها را می‌گوید.

جمله با شمشیر چوبین جنگشان

جمله در لاینفعی آهنگشان

می‌گوید که همه آنها با شمشیر چوبین دارند جنگ می‌کنند، مانند کودکان. کودکان با شمشیر چوبی جنگ می‌کنند. چوب دارند توی دستشان. "شمشیر چوبین" توهم است. شما یک چیزی می‌گویید و من یک چیز می‌گویم. هر دو توهم است و هر دو از من می‌آید. اصلاً من ذهنی توهم است. این چه چیزی است؟ همه در لاینفعی است. (لاینفعی یعنی هیچ سودی توی آن نیست.)

درست هم هست برای اینکه شما وقتی از فضای من‌دار دارید خلق می‌کنید درد ایجاد می‌شود. ما این را باید بفهمیم. وقتی که ما من داریم و فکر می‌کنیم، حتماً درد ایجاد خواهد شد. شما از طریق ستیزه نیافرینید. شما نمی‌توانید بزور با دعوا، سامان، نظم، زیبایی و بی‌دردی بیافرینید. نمی‌شود! اینها قانون زندگی است و مولانا دارد توضیح میدهد. لاینفعی یعنی هیچ سودی در آن نیست. می‌شود آهنگ انسان طوری باشد که هر سازی می‌زند ناساز باشد. آهنگ بد دربیاید. انسانها هم وقتی که من دارند، وقتی با همدیگر جدل می‌کنند، ستیزه می‌کنند. وقتی از همدیگر ایراد می‌گیرند و بد هم را می‌گویند... تماماً در لاینفعی هستند. هیچ چیز توی آن نیست ولو اینکه پیروز بشوند. ولو این که این گروه، گروه دیگر را به زمین بزند و بنشانند سر جایش! هیچ چیز از این در نخواهد آمد. بدتر خواهد شد. مگر اینکه به این حرفها گوش بدهند.

حالا دارد علت را می‌گوید که :

کین براق ماست یا دُلْدُل پبی

جمله شان گشته سواره بر نیی

در قدیم بچه‌ها وقتی که بازی می‌کردند. یادم می‌آید که ما اینطوری بودیم. یک چوبی را برمی‌داشتند و می‌گذاشتند بین دو تا پاهایشان. این چوب را می‌گرفتند و یک چیزی را به عنوان شلاق می‌گرفتند توی دستشان. می‌زدند به چوب بین پاهایشان و می‌دوبند. چوب هم به زمین که کشیده می‌شد می‌گفتند که «این اسب ما است». دارد آن را می‌گوید که **سواره بر نی**. و یک چوبی دیگر را برمی‌دارند که یعنی شمشیر و با همدیگر جنگ می‌کردند.

حالا تمام مردمی که از طریق رادیو و تلویزیون و یا هر وسیله‌ای... اگر با هم می‌ستیزند، اگر می‌ستیزند فرق نمی‌کند. اگر می‌ستیزند همین است. سوار نی هستند و نی شان همین من ذهنی‌شان است. می‌گویند: «این بُراق ما است.» بُراق همان وسیله نقلیه‌ای بود که حضرت رسول رفت به معراج و دُلْدُل هم اسب ایشان بوده. که می‌گوید «این از نژاد دلدل است این چیزی که ما سوار شدیم.» ما هم می‌گوییم «این چوب، این من ذهنی که ما سوار شده‌ایم، دیگر هیچ چیزی از این بهتر نمی‌شود. این از نژاد دلدل و از رخس رستم است.»

«این فکرهای ما و این چیزهایی که ما می‌گوییم بهتر از این نمی‌شود.» ولی مولانا می‌گوید: «نه شما سوار آن نیستید، بلکه آن هست که سوار شما است!» چرا؟ آن بچه‌ای که سوار چوب شده فکر می‌کند که سوار چوب است. ولی در اصل پاهای آن بچه است که آن چوب را روی زمین می‌کشد. چه کسی من ذهنی شما را می‌کشد؟ جان شما، اصل شما، پای شما، پای زندگی شما.

حالا اگر بچه آن چوب را روی زمین نکشد که بهتر می‌تواند بدود! وقتی که چوب را به زمین میکشد به غیر از اینکه یک چوب به زمین کشیده می‌شود و نمی‌گذارد بچه بدود، که کار دیگری نمی‌کند! ما هم فکر می‌کنیم که سوار بر فکرهایمان هستیم ذهن ما هم دارد به ما کمک می‌کند و حالا فهمیدیم که ذهنمان هست که سوار ما بوده.

حاملند و خود ز جهل افراشته

راکب و محمول ره پنداشته

می‌گوید که اینها فقط حمل می‌کنند چوب را. ما من ذهنی را حمل می‌کنیم و تماماً از جهل من ذهنی درست شدیم و راکب می‌دهیم. یعنی آنها سوار ما هستند. مثل بچه که چوب را حمل می‌کند و ما فکر می‌کنیم که ما سوار بر آن هستیم.

باش تا روزی که محمولان حق

اسب تازان بگذرند از نه طبق

تو همین را ادامه بده و این را فقط بدان که کسانی که سوار زندگی می‌شوند اینها اسب‌تازانی هستند که بالاخره سوار اسب حقیقی می‌شوند. شما یک لحظه اگر تسلیم بشوید و رویداد این لحظه را قبول کنید و از جنس زندگی بشوید شما سوار زندگی هستید. این "بط" سوار دریا است. دریا این را حمل می‌کند. دریا زندگیست. شما از جنس "بط" بشوید، دیگر خیالتان راحت است برای اینکه زندگی دارد کارها را درست می‌کند. شما دیگر لازم نیست زیاد فکر کنید. برای اینکه زندگی دارد از طریق شما فکر می‌کند. مسئولیت شما این است که این یکتایی را حفظ کنید.

در پایین هم می‌گوید که «رنج کار دیگر از بین می‌رود.» رنج کار موقعی است که ما این لحظه را می‌بندیم. این لحظه را که زندگی است وسیله می‌کنیم برای آینده برای رسیدن به آینده. با این لحظه می‌ستیزیم. اینجا هست که رنج کار بوجود می‌آید. در آن موقع است که کار رنج دارد. خیلی رنج دارد شما اگر بخواهید که با من ذهنی مسائلتان را حل کنید و نمی‌توانید حل کنید.

تَعْرِجُ الرُّوحِ إِلَيْهِ وَ الْمَلِكِ

مِنْ عُرُوجِ الرُّوحِ يَهْتَرُ الْفَلَكَ

اینجا یک خط عربی است و بخاطر اینکه معنی مهم است من اینجا نوشتم. عربی را دیگر نمی‌خوانم «روح صالحان به امر خدا بسوی او عروج می‌کند.» روح ما، هوشیاری حضور ما، اصل شما اگر شما تسلیم بشوید این بطور طبیعی عروج می‌کند بسوی آسمان. بسوی زندگی. و سپهر و فلک را می‌لرزاند.

همچو طفلان جمله تان دامن سوار

گوشه دامن گرفته اسب وار

از حق ان الظن لا یعنی رسید

مرکب ظن بر فلکها کی دويد

خیلی چیز مهمی می‌گوید. می‌گوید همه ما انسانها مثل طفلان دامن سواریم. (منظور از دامن سوار این است که در قدیم دامن‌ها بلند بود. این چوب را که می‌گرفتند تا سوار اسب بشوند مثل این بود که گوشه دامنشان را گرفتند و سوار شدند. بعضی‌ها هم چوب سوار نمی‌شدند و همینطور گوشه دامنشان را می‌گرفتند و می‌گفتند که ما سوار این دامن هستیم! در حالیکه آنها دامن را حمل می‌کردند.)

دامن چی هست؟ دامن همین پوشش فکری ما است که دائماً آن را گرفتیم. اصلاً این فکر ما را لحظه ای آرام می‌گذارد. اگر ما هر لحظه هوشیاری جسمی داریم و هر لحظه که از یک فکر باخبر هستیم، پس دامن فکرمان را گرفته‌ایم و سوار شدیم. این اسب نیست!

ما این فکر را داریم حمل می‌کنیم، آن هست که سوار ما است! دارد می‌گوید که از حق، از خدا، این پیغام رسیده که بدرستی که فکر کافی نیست.

پس کسی که دینی هست باید توجه کند این همه که ما هم‌هویت با باورهای دینی هستیم دارد. می‌گوید که فکر کافی نیست، برای رسیدن به خدا.

ان الظن لا یعنی یعنی بدرستی که ظن یعنی فکر کافی نیست. بعد می‌گوید که مرکب و اسب فکر بر فلکها کی دويد؟ (فلک رمز زندگی است.)

کی به خدا می‌رسد؟ ما کی به خدا از طریق فکر می‌رسیم؟ نمی‌رسیم! پس چرا ما اینقدر با فکر هم‌هویت هستیم؟ این دین دیگر دیگر را تخطعه میکند... همه فکر و ذکرش این است که ثابت کند که دین او غلط است و دین او درست است. پس من ذهن هست که این کار را می‌کند. برای اینکه می‌خواهد ثابت کند که این عدم امنیتی که من حس می‌کنم این واقعاً از امنیت است. این عدم امنیت من، امنیت است. برای اینکه تعداد زیادی از آدمها با من شریک هستند تا ستیزه کنند. امنیت واقعی این است که ما ستیزه نکنیم و به زندگی زنده بشویم.

اغلب الظن في ترجیح ذا

لائماری الشمس في توضیحها

دوباره این را دارد توضیح می‌دهد سطر عربی است من نمی‌خوانم فقط ترجمه‌اش را می‌خوانم که می‌گوید:

از دو گمان هر کدام غالبتر باشد آن را ترجیح می‌دهند. وقتی دو فکر داریم ما، مشخص است که یکی بهتر از آن یکی است. بنابراین آن بهتری را بر می‌گزینیم. «ولی تو هرگز برای روشنی آفتاب فروزان هیچگونه جدالی نمی‌توانی بکنی.» یعنی وقتی به فضای یکتایی این لحظه رسیدی و به آن زنده شدی این یک فکر نیست. روی این دیگر شما نمی‌توانید حرف بزنید. وقتی که زنده شدی این چیزی نیست که بگویی من این را با آن مقایسه می‌کنم! فکرها را می‌شود با هم مقایسه کرد. این فکر می‌آید و فکر قبلی را می‌خورد. قبلاً این را داشتیم. یک فکر بهتر که می‌آید و ما آن فکر قبلی را رها می‌کنیم. ولی وقتی آفتاب زندگی در فضای یکتایی این لحظه زنده می‌شود. یعنی ما به آن زنده می‌شویم، این دیگر از جنس فکر نیست.

آنگهی ببینید مرکبهای خویش

مرکبی سازیده اید از پای خویش

وهم و فکر و حس و ادراک شما

همچو نی دان مرکب کودک هلا

وقتی که این آفتاب که غیر از فکرست در شما طلوع کرد، یک دفعه می‌بینید و متوجه می‌شوید که آن من ذهنی که حمل می‌کردید مثل آن بچه که متوجه شد که «ای بابا من این چوب را که به زمین می‌کشیدم... مرکب من پای من بوده نه این چوب!»

اگر شما هم زنده بشوید به این آفتاب، متوجه می‌شوید، مرکب شما زندگی بوده نه این من ذهنی. ولی شما حواستان به این بوده که این اسب من است و من سوار این اسب هستم. این به من کمک می‌کند. این فکر من دار به من کمک می‌کند، این راه را به من نشان می‌دهد در حالیکه این آفتاب باید راه را به شما نشان بدهد.

آنگهی ببینید مرکبهای خویش *مرکبی سازیده اید از پای خویش**

وهم و فکر و حس و ادراک شما *همچو نی دان مرکب کودک هلا**

می‌گوید آگاه باش که این وهم شما، فکر شما، حس شما و ادراک شما مثل آن نی یا چوبی است که بچه سوار شده. این را ببین! (هلا یعنی آگاه باش و ببین.) حواست جمع باشد. پس اگر شما باز هم سوار من ذهنی بشوید و فکر کنید که سوار من ذهنی هستید، مثل آن کودکی هستید که سوار چوب شده. حالا دیگر بیدار شو. (هلا یعنی همین الان بیدار شو!) وهم ما فکر ما و حس ما...

ما چقدر قضاوت می‌کنیم؟ یک چیزی می‌بینیم و شروع به قضاوت می‌کنیم. بارها گفته‌ایم که شما ببینید ولی نبرید به ذهنتان. هرکسی که قضاوت می‌کند و به قضاوتش می‌چسبد دارد بسوی "باز" می‌رود. بسوی صحرا می‌رود.

این مثنوی بقیه دارد ولی اجازه بدهید که ما غزلمان را بخوانیم اگر وقت شد بقیه آن را برایتان خواهم خواند. پس این دو تا خط کاملاً برای شما مشخص شد که در اول غزل خواندیم که گفت:

باز به بط گفت که صحرا خوشست * گفت شبت خوش که مرا جا خوشست**

سر بنهم من که مرا سر خوشست * راه تو پیما که سرت ناخوشست**

بخش چهارم:

گر چه که تاریک بود مسکنم

در نظر یوسف زیبا خوشست

یوسف قبل از این که به پادشاهی مصر برسد، افتاد در چاه و سمبلیک چندبار خدمتان عرض کرده ام، ما یوسف هستیم. ما هوشیاری هستیم. جنس ما جنس خدایی است. یوسف سنبل زیبایی و عشق است. اصل ما هست که فرض کنیم اسمش را گذاشتیم یوسف و همانطوری که می دانید یوسف به وسیله برادرانش می افتد در چاه. حالا از چاه می رود و می افتد توی زندان. از زندان هم در می آید و می شود پادشاه مصر. مصر سنبل محدودیت، چاه سنبل فکرهای ما و پادشاهی مصر پادشاهی محدودیت ما. یعنی ما جدا بشویم از ذهن و ذهن را نگاه کنیم و پادشاه هر چیزی که در ذهن اتفاق می افتد باشیم.

کاملاً مستقل از رویدادها ما پادشاه رویدادها هستیم. پس رویدادها روی پادشاه اثر ندارند. دارید راجع به یوسف صحبت می کنیم. ما هم گفتیم به عنوان هوشیاری می آیم توی این جهان، نه ماه در شکم مادرمان هستیم. در این نه ماه در حال تکامل هستیم. درست است که می گویم بچه هست توی شکم مادر ولی واقعا بچه نیست! بچه در حال تحول است. معمولاً ذهن یک عکس می گیرد آن عکس را نگاه می کند. وقتی زاده می شویم دوباره وارد یک رحم دیگری می شویم به نام ذهن که از آن هم باید زاده بشویم.

در توی شکم مادرمان که هستیم اگر یکی بیاد به ما بگوید که: ببین توی این تاریکی که شما هستید و خون می خورید و فقط یک جور غذا دارید، بیرون آفتاب هست، صورت مادر هست، آدم های دیگری هستند، دنیای دیگری هست اصلاً. خورشید هست! می گوئیم: برو دنبال کارت. باور نمی کنیم.

آنجا ما خیلی مانور نداریم در شکم مادر. وقتی زاده می شویم بلافاصله یک اسمی روی ما می گذارند، که اولین مفهومی هست که دور ما می پیچند و ما هم قبول می کنیم که این ما هستیم و این اسم ما هست این.

بعد از آن شروع می شود مفهوم ها و ما می رویم توی مفهوم ها و می رویم توی ذهن و با همه این ها هم هویت می شویم. پس می رویم توی شکم یک باشنده دیگری به نام ذهن، که بیشینه مردم الان آن جا هستند. از اینجا هم زندگی ما را می کشد بیرون. زاییده می شویم به فضای یکتایی این لحظه. پس در رحم دوم هم ما در حال Process تکامل هستیم. حالا یکی مثل مولانا می خواهد بگوید که: ببین ته چاه. حالا دومی چاه است. چون وقتی ما با باروها هم هویت هستیم. با دردهایی که در این راه ایجاد می شود هم هویتیم.

چرا درد ایجاد می شود در ذهن؟ برای اینکه ما بفهمیم به وسیله درد، که ما باید زاییده بشویم. حالا ماما کی هست؟ ما خودمان هستیم. ماما زندگی هست. شما مسئولید خودتان را از داخل رحم ذهن بکشید بیرون.

حالا به این شخصی که توی ذهن است اگر بگوئیم که: جهان دیگری وجود دارد، که خورشید وجود دارد. که پایین می گوید.

که این فلک نادر مینا خوش است

که تو اصلاً خورشیدی. پایین می گوید: تابش تسبیح فرشته است و روح

تو می توانی مثل خورشید بدرخشی. و خدا می تواند از طریق تو خودش را بیان کند. تو عشق را می توانی هر لحظه در این جهان پخش کنی، ما باورمان نمیشود. همان طوری که بچه در شکم مادر می گفت: برو دنبال کارت، من اینجا خوابیدیم... چی بیرون خورشید وجود دارد، مادر وجود دارد... مادر چی هست؟ خورشید چی هست؟ چی می گوئی؟

الان هم همین را می گوئیم. به یک عده ای می گوئیم: که بابا زندگی بی دردرس وجود دارد. بی درد وجود دارد. عشق وجود دارد. زیبایی وجود دارد. برکت زندگی وجود دارد. خدا وجود دارد که عین زندگی هست و تو اون هستی. می گوید: برو دنبال کارت! نه فقط ستیزه وجود دارد. شمشیر چوبین وجود دارد. فحش و انتقاد وجود دارد. مرگ بر فلان وجود دارد، ولی ما چیزی به نام عشق و زیبایی و فلان نمی بینیم.

خیلی خُب. پس الان ما همان یوسف هستیم. افتاده ایم توی چاه فکر و درد. حالا می گوید: درست است که مسکن ما حالا تاریک هست، (بط دارد این ها را می گوید. یادتان باشد از اول شعر یادتان باشد) اما مثل شکم مادر نیست اینجا! اینجا ما مانور داریم. اینجا فضای دیگری هست که هوشیاری هم با ماست. اینجا بط و باز با همدیگر هستند. یعنی به عبارت دیگر: زندگی میلش به این است که شما را از این جا بکشد بیرون. اصلا این یک جریان طبیعی است و شما نگرانش نباشید، مثل راه رفتن بچه. پس این نظر با ما است. حتی بدترین وضعیت ما که الان بعضی از ما تویش گرفتاریم، می گوئیم: «بابا دردم زیاد است و اصلا زندگی کار نمی کند و فقط استرس هستم و خشم دارم ترس از فلان دارم» این ها همه چاه یوسف است! اگر نظر یوسفی، نظر زندگی در تو زنده بشود این ها همه زیباست. حالا ببینیم که نمی شود؟! یعنی ما الان نباید خیلی گیج باشیم. زندگی با ماست. ما می توانیم هوشیار بشویم به زندگی درست با تسلیم و پذیرش این لحظه و ما از جنس زندگی بشویم. اینقدر که می فهمیم.

دوست چو در چاه بود، چه خوشست

دوست چو بالاست به بالا خوش است

حالا اگر شما الان در چاه زندگی، (این سنبولیسم چاه، خیلی در ادبیات آمده است. در همه جا هم هست. در فرهنگ ما هم هست.) و چاه هر جا هست یعنی چاه فکر و آن چیزی که از چاه می خواهد بیاید بیرون اصل شماسست. یوسف است.

در بیشتر ادیان یک کسی باید دوباره بیاید مثل مسیح. همه منتظرند. اگر گفتید منتظر کی هستید؟

منتظر کسی هستند که همین الان می خواهد ظاهر بشود و تنها کسی که جلوش را گرفته همین شما هستید. همین یوسفی خودتان هست که می خواهد بیاید. آمدن مسیح، نه این که مسیح دوباره می آید. یک آدمی، ما می بینیم که مسیح می آید. نه اینطوری نیست. مسیح همین الان از درون شما، از ذهن می خواهد زاییده بشود. اصل شما از خودش می خواهد آگاه بشود و شما نمی گذارید. تمام دردها هم درد زایمان است. شما مسئولید که خودتان را متولد کنید.

حالا می گوید: دوست چو در چاه بود چه خوش است. خیلی واضح است. در ته چاه الان بین غصه ها و دردهام که من گرفتارم، اگر یک لحظه تسلیم بشوم دوست با من است. یعنی زندگی و خدا با من است. اگر آگاهانه از او هوشیار بشوم، نظر او می آید. دیگر نظر من نیست. الان چشم من و من ذهنی یک دید دارد، و زندگی هم یک دید دیگر. تو دید زندگی را بگیر!

چاه خوب است. الان خوب است. ما در تکامل هستیم. ما در حال زایش هستیم. اگر زاییده شدیم و رفتیم بالا. اگر یوسف هم که از چاه آمد بالا رفت افتاد زندان. از زندان هم آمد بیرون، پادشاه محدودیت شد. شما هم همین طور هستیم. پادشاه محدودیت هستیم. محدودیت همیشه هست. در این لحظه شما الان می گوئید: «من پانصد دلار پول دارم، این محدودیت بزرگی هست و من نمی توانم بپذیرم.»

شما پانصد میلیون دلار پول دارید باز هم محدودیت دارید. الان هر جا دلتان می خواهد می روید. پانصد میلیون دلار پول داشته باشید، اداره مالیات دنبالتان شماسست. باید نگاهیان داشته باشید. خیلی ها می خواهند شما را بگیرند و پول از شما باج بگیرند. آزاد دیگر نیستید. مردم شما را می شناسند. آن محدودیت نیست؟

محدودیت همیشه هست. شما باید محدودیت را بپذیرید. محدودیت زندگی نیست. همیشه هر کار بکنید محدودیت هست. شما باید باهانش دوست باشید. در سطر آخر هم مولانا می‌گوید:

با همه فرخنده و تنها خوش است

مفخر تبریز شهیم شمس دین

این را از حالا بگویم: می‌گویند آن چیزی که باعث افتخار تبریز هست، باعث افتخار تمام وجود است، همین هوشیاری حضور است که شما هستید. اصل و یوسف شماس است که شمس دین نام است. برای اینکه آفتاب هدایت کننده ماست. آفتاب زندگی هست.

تنها آفتابی است که ما را هدایت می‌کند که ما در فضای یکتایی این لحظه زنده بشویم به آن. که این با همه دوست هست، با همه دست می‌دهد با همه فرخنده است ولی تنهاست. تنهاست یعنی یکتاست.

ما همه از طریق یکتایی می‌توانیم متحد بشویم. از طریق فرم که نمی‌توانیم. فرم‌ها که نمی‌توانند با هم یکی بشوند. ما باید این فرم که ذهن است را ول کنیم بیاییم به فضای یکتایی این لحظه و آن موقع با هم متحد هستیم. لازم نیست که با هم متحد بشویم چون متحد هستیم. برای این که ما همه از جنس خدا هستیم، و جنس خدا هم یک چیز بیشتر نیست. پس با همه دوست است. ما الان با همه می‌توانیم دوست بشویم. همه را بپذیریم ولی یکتا باشیم. دارد آن را می‌گوید.

در طلب گوهر رعا خوشست

در بن دریا به تک آب تلخ

پس ما فهمیدیم. اول شعر آمدیم به این جهان وارد ذهن شدیم. با چیزها هم هویت شدیم. غصه‌دار شدیم. متوجه نشدیم که این غصه‌ها برای زاینده شدن بود. درمان آمد که هرچی گرفتیم رها کنیم، بلکه از این ذهن بیاییم بیرون. درد را هم چسبیدیم به خودمان اضافه کردیم. حرص همین هست دیگر! وقتی می‌گوییم: «هرچی بیشتر بهتر.» اشتباه‌ها درد را هم به خودمان اضافه می‌کنیم.

تشخیص نمی‌دهیم که هرچی می‌آید به خودمان اضافه می‌کنیم. برای اینکه، گفتیم چرا: «من ذهنی با ستیزه و اضافه کردن خودش را درست می‌کند.

ستیزه می‌کنیم سفت می‌شویم. هر چه ستیزه می‌کنیم بیشتر جامد می‌شویم و آن توی زندانی می‌شویم ما. بعد از اینکه این چیز سفت را درست کردیم، یواش یواش به آن اضافه می‌کنیم. حالا می‌گوییم: آن محتوای ذهن ما آن تو هست. آن ساختمان را هم به خودم اضافه کردم. آن تجربه را هم به خودم اضافه کردم. این درد را هم به خودم اضافه کردم. آن آقا هم من را قبول دارد و دوست من است. آن را هم به خودم اضافه کرده‌ام. فامیل را هم به خودم اضافه کرده‌ام. همه چیز را یکی یکی اضافه می‌کند، ضمن اینکه ستیزه می‌کند پوسته بیرونی‌اش را سفت نگه دارد و تعیین و جدایی را تثبیت بکند. یواش یواش خودش را جدا و بزرگ می‌کند. دائماً ستیزه و سفت کن. بزرگ کن. ستیزه کن سفت کن و پوسته بیرونی را سفت کن! که ما جدایی را تثبیت کنیم.

این همه ستیزه و جنگ ادیان، سیستم‌های سیاسی و آدم‌ها با هم، زن و شوهرها با هم، والدین با بچه‌ها. خواهر و برادرها. می‌دانید برای چی هست؟ برای اینکه پوسته بیرونی من ذهنی‌شان را سفت کنند که جدایی را تثبیت کنند و بعد یواش یواش ستیزه بسازند. «مال تو را بده به من تا مال من زیادتر بشود»

برادر خواهری نصف نمی‌شود. یک کاری کنیم مال من زیادتر بشود. برای اینکه این من ذهنی‌مان گندمتر بشود.

اشتباهاً دردها را هم آن تو اضافه می‌کنیم. چون تشخیص نمی‌دهیم. برای اینکه من ذهنی تشخیص نمی‌دهد. شما اگر میل ندارید دردها را به خودتان اضافه کنید این ترس، خشم، رنجش و گرفتاریها برای شما چکار می‌کند. از خودتان سوال کنید.

اینکه شب خوابتان نمی‌برد. این دردها این ترسها در شما چکار می‌کند؟

بله می‌گوید:

در بن دریا به تک آب تلخ

در طلب گوهر رعنا خوشست

آب تلخ همین هوشیاری ذهنی است. هوشیاری من‌دار ذهنی. هوشیاری که از دردها و هم هویت‌شدگی‌ها درست شده است.

در ته این دریا و همچنین ته این آب تلخ. ولی ما داریم گوهر زیبا را، (رعنا یعنی زیبا) را داریم طلب می‌کنیم. خوش است.

اگر شما این لحظه تسلیم هستید و از جنس زندگی هستید و به عنوان زندگی، زندگی را جستجو می‌کنید، خوش است. ولی اگر من دارید و زندگی را بصورت مفهومی در یک چیز جستجو می‌کنید کارتان خراب است.

بعضی‌ها فکر می‌کنند که ملاقات خدا به صورت جسم است. یعنی من یک جسم و خدا هم یک چیزی هست که بالاخره در آینده ما به هم می‌رسیم. همچنین چیزی نیست، منتظر نباشید! باید خودتان را تبدیل کنید و متولد کنید. شما فقط لازم است، خودتان را از این ذهن متولد کنید.

مولانا می‌گوید: (اولش اینطوری شروع می‌شود)

هر انسانی وارد ذهن می‌شود. شما دیده‌اید تا حالا انسانی باشد که از شکم مادرش بیرون نیامده باشد؟ نه!

هیچ انسانی هم نیست که از شکم ذهن بیرون نیامده باشد. مولانا هم این جریانات را طی کرده است. یعنی همینطور که ما باید از شکم مادرمان بیرون بیاییم در جهان معنوی هم، در این جهان هم باید از شکم ذهنمان بیاییم بیرون. نمی‌شود که نیایم بیرون اگر که قرار باشد معنوی بشویم.

همه از آن شکم می‌آیند بیرون می‌روند وارد شکم یک باشنده دیگری به نام من ذهنی میشوند و از آنجا زاییده می‌شوند. این همیشه یادمان باشد. به عنوان هوشیاری. منتهی این دفعه که ما زاییده می‌شویم آگاهانه زاییده می‌شویم. هوشیارانه زاییده می‌شویم.

بی‌خبرانه نمی‌شود زاییده شد. نمی‌شود یک دفعه یک وردی بخوانند که ما به هوشیاری برسیم. یک همچنین چیزی نمی‌شود.

شما همین که آگاهانه درد می‌کشید. به دردهایتان نگاه می‌کنید. این همین آتش نمرود هست دیگر! آتش نمرود که می‌گوید. ما الان می‌خواهیم از چیزی دست بکشیم و نمی‌توانیم. می‌ترسیم. آتش نمرود این است که پیری تویش و بیینی که گلستان شد. ترس غالبترین هیجان من ذهنی است. با ترس کار می‌کند. حتی دردهایمان را که می‌خواهیم بیندازیم می‌ترسیم.

می‌گوییم: «شما فلانی را ببخش.» یک ذره فکر می‌کند. «شوهرت را ببخش» می‌گوید: «نه. نه من زحمت کشیدم روی این. نمی‌توانم ببخشم. نمی‌شود. این را نمی‌توانم ببخشم.»

بابا این درد است. اگر ببخشی خودت خلاص می‌شوی. نمی‌تواند ببخشد. می‌ترسد ببخشد!

بلبل نالنده به گلشن به دشت

طوطی گوینده شگرخا خوشست

پس بلبل که مینالد. بلبل کی هست؟ ما. ما بلبل هستیم. تمثیل هست. طوطی هم ما مییم. بلبل، گلشن فضای پذیرش این لحظه. دشت ذهن ما. یعنی شما در آن واحد در حالی که آواز می‌خوانید، در حالی که می‌نالید. می‌نالید مثبت است این جا. همین که بلبل آواز می‌خواند یعنی می‌نالند. هم در گلشن است که فضای یکتایی است و هم در دشت. شما هم در زمان هستید هم در فضای یکتایی این لحظه. نمی‌شود فقط در زمان باشید. نمی‌شود فقط هوشیاری جسمی داشته باشید.

طوطی گوینده، شما که می‌گویید: به عنوان طوطی، شما طوطی هستید. زندگی می‌گوید. شما زندگی هرچی که می‌گوید همان را می‌گویید. ولی شما هم شکر می‌خورید، در فضای یکتایی این لحظه شکر می‌خورید و هم می‌گویید. این خوب است. نه که فقط بگویید. «با شکر کاری ندارم من.» شکر همین شراب زندگی است.

کاین فلک نادر مینا خوش است

تابش تسبیح فرشته است و روی

تسبیح در لغت یعنی به پاکی یاد کردن خدا. شما چطوری خدا را می‌توانید به پاکی یاد کنید؟ وقتی که از جنس خدا بشوید. اول باید خودتان پاک بشوید. تا زمانی که این من ذهنی باشماست پاک نیستید. تا زمانی که خشم دارید، ترس دارید پاک نیستید. استرس هستید، پاک نیستید. خشم، ترس و هیجانات منفی دیگر همش "من" است. من ذهنی شما می‌گوید: «سبحان الله سبحان الله... این تسبیح را می‌اندازد بالا. یعنی خدا پاک است. خدا نمی‌خواهد پاک باشد. شما پاک باشید. شما اگر پاک باشید همین سبحان الله می‌شود. سبحان الله یعنی خدا پاک است. ما می‌گوییم ما ناپاکیم و می‌گوییم خدا پاک است. این درست است؟»

مولانا می‌گوید: **تابش تسبیح** عبادت است عبادت فرشته و روح. یعنی شما وقتی زبیده شدید از ذهنتان، اینجا دیگر شما شدید هوشیاری خالص و از فرم‌ها بیرون کشیده‌اید و آزاد شده‌اید. همین حالت شما عبادت است. چرا؟

برای اینکه الان در اختیار زندگی قرار گرفته‌اید. و زندگی نورش، عشقش، زیبای و خردش از به شما مرتب دارد می‌تاباند به این جهان و شما یک آسمان بی‌نهایت دارید که شما خورشیدش هستید و این آسمان، یعنی آسمان نیست. همین دیگر.

می‌گوییم، به اشخاصی که من ذهنی دارند می‌گوییم یک آسمان دیگری وجود دارد. می‌گوید: «نه ندارد. فقط این آسمان است و این خورشیدی که ما می‌بینیم.»

نه یک آسمان دیگری هم وجود دارد که وقتی شما از ذهنتان زبیده شدید، خورشیدش شما هستید.

کاین فلک نادر مینا فلک مینا، یعنی آسمان. مینا یعنی شیشه، آبگینه و فلک مینا یعنی آسمان و نادره یعنی عجیب و غریب. این فلکی که در درون شما باز می‌شود در واقع فضای بی‌نهایت وسیع شماست که مولانا می‌گوید:

در این بحر در این بحر هم چیز بگنجد *** مترسید، مترسید، گریبان مدرانید

همان فضاست که در شما باز می‌شود. شما ببیند که دارد می‌گوید: این تابش، تابش روح شماست که آزاد شده از فرم‌های ذهنی.

بخش پنجم:

رو به دل آور دل یکتا خوشست

چونک خدا روفت دلت را ز حرص

روفتن یعنی جارو کردن. همینکه خدا دلت را جارو کرد از حرص. (حرص را قبلاً گفتم که یعنی زیاده خواهی.) حواس ما می‌دانید به چه چیزی

است در من ذهنی؟ که یک خُرده به ما اضافه بشود. ما به این یک خُرده حساس هستیم. حالا شما نباشید!

شما عاشق این نباشید که یک خُرده به شما اضافه بشود. برای اینکه این حرص است. وقتی که شما این کار را می‌کنید این یک ذره اضافه شدن بنظر شما می‌آید که برای شما زندگی می‌آورد، در حالیکه در آن زندگی نیست. شما در جستجوی آن یک ذره هستید که به شما اینقدر زندگی را اضافه کند! نه اینطور نیست. از طریق همین حرص، یعنی زیاده‌خواهی و اضافه کردن و ستیزه، که گفتم یعنی زیاده خواهی زندگیش را ادامه می‌دهد. خودش را تعمیر می‌کند. تعمیر کردنش هم از طریق ستیزه و حرص است. ولی مولانا این را هم می‌گوید: «خدا دل ما را از حرص روفته و جارو کرده.» حالا حقیقتاً ما که انسان شدیم در این فضای ذهن ما به چیزها خیلی شل چسبیدیم. یعنی این حرصی که ما را گرفته این حرص هم چیز مهمی نیست. ما به راحتی می‌توانیم به آن چیزهایی که چسبیدیم دست برداریم.

نه اینکه اصلاً مال دنیا نداشته باشیم، پول نداشته باشیم! نه. ما داریم راجع به زیاده خواهی و حرص حرف می‌زنیم، که عبارت از این است که شما الان می‌گویید: «من زندگی ندارم؟»

ولی زندگی شما الان تام و تمام است. شما می‌گویید «زندگی ندارم! الان اگر یک چیزی به من اضافه بشود زندگی من کامل می‌شود.» در حالیکه چون هوشیاری جسمی داریم این چیز اضافه را هم در دنیای مادی جستجو می‌کنیم. این کار غلط است. این کار زندگی را الان می‌گیرد. شما الان به این علت از زندگی آگاه نیستید که از آن آگاه هستید. شما آن را رها کنید در آن صورت زندگی خودش هست. می‌گوید اگر که خدا دل ما را روفته. چه زمانی روفته؟ وقتی که ما انسان شدیم. من از شما سوال می‌کنم که ما زمانی که در شکم مادرمان می‌رویم می‌توانیم بیشتر از نه ماه بمانیم؟ نه! نمی‌شود بمانیم برای اینکه زندگی نمی‌گذارد بمانیم! درد شروع می‌شود، مادر دردش می‌گیرد و ما خودمان خفه می‌شویم! اصلاً نمی‌شود.

در فضای ذهن هم همینطور است. زندگی این برنامه‌ای که برای ما ریخته این است که ما زود بیاییم از آنجا بیرون. پس شلکی به این ذهن چسبیدیم و آنقدرها هم این قضیه مشکل نیست. ما فقط نمی‌دانیم و گفتم که ما اینجا مانور داریم.

ما الان فقط هوشیاری داریم. الان مولانا در همان اول گفته که "بط" و "باز" با هم هستند. یعنی اینطوری نیست که الان شما اینها را نمی‌شنوید. فشنک می‌شنوید منتها هر لحظه "باز" ما را به صحرا می‌برد. شما یک لحظه تصمیم می‌گیرید که من اصلاً به دنبال این "باز" نمی‌خواهم بروم. من می‌رویم به دنبال "بط" بودم و می‌خواهم به دریا بروم. می‌توانید تصمیم بگیرید. چون شما اراده آزاد دارید. حالا با آن اراده آزاد رو به دل آور به آن دل یکتا، که دل همه عالم و خداست. دل زندگیست و یکتایی است. یک دل بیشتر نیست در جهان! تو از این دلهای مصنوعی بیا بیرون. برای اینکه فقط این دل یکتا هست که خوش است. تا زمانی که ما به این دل یکتا روی نیاوریم ما حس نخواهیم کرد که خودمان هستیم. بهترین صورتی که ما شبیه خودمان هستیم موقعی هست که این دل یکتاست و جور دیگری نداریم. تا زمانی که ما دل مادی داریم ما روی شادی را نخواهیم یافت. ما شاد نمی‌توانیم بشویم تا زمانی که دل ما یکتا بشود.

رو به تماشا که تماشا خوشست

از تو چو انداخت خدا رنج کار

اگر شما دل یکتا داشته باشید خدا رنج کار را از شما انداخته. رنج کار موقعیست که دل شما مادی است و من ذهنی و آن ذهن که در واقع یک Process یک فرایند است. یک جریان است که ما از آن متولد می‌شویم. یک عکسی ما از آن می‌گیریم و می‌گذاریم توی دلمان و می‌گوییم: «این دل من هست، من ذهنی دل من است.» نه چنین چیزی نمی‌شود! آن موقع این لحظه را می‌بندیم و این لحظه می‌شود پلکانی برای آینده، که این می‌شود

حرص! وقتی شما این لحظه را که زندگی است وسیله‌ای برای هدف می‌گیرید یا می‌گویید که این بدر نمی‌خورد و با آن می‌ستیزید، شما دارید رنج کار ایجاد می‌کنید.

رنج کار عبارت از این است که شما الان می‌گویید که الان زندگی نیست. من می‌خواهم در آینده به زندگی برسم. شما می‌دانید که اگر شما متوجه این قضیه بشوید که دل شما زندگی است و شما منبع خرد هستید، کارهایتان در بیرون خود بخود انجام می‌شود. راحت انجام می‌شود. حالا که زندگی، دل شما شده و کارهای شما را انجام می‌دهد، هر کاری می‌کنید برکت دارد. با هر کسی که روبرو می‌شوید شادی از شما به او می‌ریزد. همه را می‌پذیرید و زندگی راحت می‌شود. اصلاً دور و بر شما بصورت معجزه‌آسا در مدت کوتاهی تغییر می‌کند. حالا که اینطوری شد تو رو به تماشا! دلتان زندگی است و با زندگی یکی شدید! پس برو فرمها را تماشا کن. برو تماشا کن که چطوری تو خلق می‌کنی که یک مقداری از آن می‌ماند و یک مقداری از آن از بین می‌رود. ولی تو فقط تماشا کن. الان که دل تو زندگی شده وقتی که فرمها می‌رقصند و شما تماشا می‌کنید دیگر نمی‌ترسید. ولی قبلاً می‌ترسیدید. برای اینکه جزئی از دلت بود، بود جزئی از تو بود. یکدفعه متوجه می‌شوید که این رنجشهای شما هم این فرمها بودند که الان دود می‌شوند و می‌روند به هوا. دیگر رنجشهای شما، ترس‌ها و خشم‌ها بدر شما نمی‌خورند! تماشا خوش است.

گفت تماشای جهان عکس ماست

هم بر ما باش که با ما خوش است

کی گفت؟ خدا گفته.

شما اگر فقط هوشیاری جسمی دارید، بله دنیا را تماشا می‌کنید ولی آن عکس ما است. این تصویر ما است. شما همیشه فقط ذهنتان را تماشا می‌کنید. توجه می‌کنید؟! ذهن هر چه را که به شما نشان می‌دهد، عکس و تصویر است. تصویر در واقع کثرت است. تصویر خلق زندگی است. زندگی اینها را می‌آفریند و شما می‌بینید. ولی اگر فقط هوشیاری جسمی داشته باشید این تصاویر جدی می‌شوند. این فکرها جدی می‌شود و شما خودتان را جدی می‌گیرید. در این صورت گفتم رقص زندگی تبدیل می‌شود به درد! هر فرمی بخواهد حرکت کند شما سفت گرفتید و نمی‌گذارید. بگذارید همه چیز راحت اتفاق بیفتد. هر اتفاق می‌خواهد بیفتد اصل شما آسیب‌ناپذیر است. پس خدا می‌گوید: «تو فقط جهان را تماشا کنی، ان عکس ما است.» هم بر ما باش بیا پهلوی ما. باش یعنی چه؟ این را هزار بار گفتیم: «یعنی اینکه در فضای یکتایی این لحظه باش و از جنس من باش. از اینجا جهان را هم تماشا کن.»

پس شما این لحظه زنده هستید به زندگی و ذهنتان را هم تماشا می‌کنید. زندگی ثابت و ذهن شما متغییر است. ذهن شما می‌رقصد، رویدادها را نشان می‌دهد. فرمها را نشان می‌دهد. هر چیزی را که نشان می‌دهد شما به آن نگاه می‌کنید و کیف می‌کنید.

برای اینکه زنده به زندگی ثابت هستید. هم بر او هستید. زندگی با او خوش است اگر که با او نباشید تبدیل به فاجعه می‌شود. برای اینکه یک چیزی از بین می‌رود و شما می‌گویید که «این زندگی بود که از بین رفت.»

با یک کسی می‌رود شما بدبخت می‌شوید. ولی وقتی زنده هستید به زندگی متوجه می‌شوید که زندگی شما بستگی به رویدادها و بستگی به انسانهای دیگر ندارد. این به ذات، به روی خود زنده است.

عکس در آینه اگر چه نکوست

لیک خود آن صورت احیا خوشست

شما عکستان را در آینه نگاه می‌کنید و کیف می‌کنید که به به چقدر خوشگل هستم! ولی این عکس است. خود شما که زنده هستید آن خوش است.

عکس که فقط عکس شماست. پس عکس زندگی هم در این جهان که هر چه که می‌بینید از آن برمی‌خیزد.

حالا آینه چی هست؟ آینه هوشیاری است. هوشیاری حضور، آینه است. اگر شما این هوشیاری حضور را نداشتید، هوشیاری زندگی را نداشتید، فکرهایتان را هم نمی‌توانستید ببینید. شما چطوری فکرهایتان را می‌بینید؟ شما اصلاً فکرهایتان را چطوری می‌فهمید؟ این جهان را چطوری می‌بینید؟ این در آینه زندگی هست. آینه زندگی همین هوشیاری زندگی هست. پس آینه و فرم با شماست. می‌گوید: «تو چرا فقط به این تصویر نگاه میکنی؟ به من هم نگاه کن!»

تو چرا فقط به عکس خودت نگاه میکنی؟ بدان که خودت زنده هستی و آن زندگی است. یعنی تو از جنس خدا هستی. آن را هم ببین و آن را هم بدان. فقط که به این عکس نباید نگاه کنی!

اینقدر این عکسها و تصویرها ما را مشغول کرده... یک ذهن تصویری می‌گوید: «این، چنین معنی را می‌دهد. آن تصویر این معنی را میدهد. من به این تصویر می‌چسبم.» «آن شخص با کاری که کرده به من ضرر زده و...»

همه اینها را رها کن. آن صورت احیا است! احیا یعنی زنده و چیزی که زندگانی دارد.

بگذر از این عکس که حمرا خوشست

زردی رو عکس رخ احمرست

اینکه الان روی تو زرد شده این عکس رخ زیباست. (احمر یعنی قرمز) حمرا هم یعنی قرمز و سرخ. می‌گوید اینکه زرد را می‌بینی این عکس رخ سرخ است، رخ سالم است. اگر شما خودتان را مریض می‌بینید، استرس می‌بینید، خشمگین و ناجور می‌بیند، این عکس اصلتان است و منتها در ذهن است. این عکس را رها کن. برای اینکه خود زندگی خوش است. خوش زندگی موقعی در شما زندگی می‌شود که آن چیزها را رها کنید و از این ذهن خودتان را متولد کنید و این خیلی راحت است. هر چیزی را که محکم گرفتید رها کنید. آن موقع زندگی در شما زنده می‌شود.

رقص کنان بی سر و بی پا خوشست

نور خداست که ذرات را

پس می‌گوید در همه ذرات عالم از جمله انسان، فقط نور خدایی هست که می‌رقصد. همین هوشیاری حضور هست که میرقصد و ذاتش شادی است. بی سر و بی پا است. نه سر دارد و نه پا!

کسی که به هوشیاری حضور زنده است (حالا بیاورید به انسان) دیگر سر ندارد. سرش همین سر زندگیست. الان ما سر من ذهنی داریم و عقل داریم. عقل جزوی داریم. عقل جزوی هم می‌گوید: «هر چه بیشتر، بهتر!» عقل من ذهنی داریم. سر و پا هم داریم. بی سر و پا در واقع کسی که فقر دارد و کسی که به زندگی زنده است، از جهان مادی هیچ سر و پای نمی‌گیرد. پس در هر ذره‌ای می‌گوید. حالا در انسان اشتباهاً در ذهنش گیر کرده. هر ذره‌ای از جمله انسان دارای این هوشیاری است که این هوشیاری دائماً در حال رقص و آوازخوانی و شادی است. پس این نشان می‌دهد که ذات زندگی شادی است. این عزاداری و این گرفتاری و این میل به غمگینی از من ذهنی بشر است. هر کجا غم است، غمگینی و میل به عزا است، آنجا من ذهنی بیشتر است. هر کجا شادی هست، آرامش هست... در آنجا خدا بیشتر است.

"باز" قصه هست گرفتاری است و "بط" آزادی، شادی و آرامش است. شما بروید بسوی "بط"!

تحت ثری تا به ثریا خوشست

رقص در این نور خرد کن کز او

تو بیا، ای انسان در نور خرد برقص. خرد چیزی نیست که نوشته شده باشد. شما باید بیایی به فضای یکتایی این لحظه، هوشیاری جسمی را رها کنی، تاکید نکنی به هوشیاری جسمی، در فضای یکتایی این لحظه در این لحظه خرد خودش را از شما بیان می‌کند.

خرد عقاید کهنه نیست و در کتاب نوشته نشده. این لحظه از شما بیان می‌شود و تو، هرکسی که هستی در نور او الان برقص!

برای اینکه از زمین تا تریا (یعنی خوشه پروین یا آسمان) یعنی از زمین تا آسمان یا هر چیزی که وجود دارد، هر چه در این جهان هست خوش است. بخاطر اینکه هوشیاری حضور در آن کار می‌کند. فقط انسان هست که نمی‌گذارد! زندگی می‌خواهد شما شاد کند و شما نمی‌گذارید. بارها اینجا گفتیم که آن دانش که می‌گوید: «زندگی چیست؟ خدا چیست و چطوری می‌شود به خدا رسید؟ به زندگی رسید؟» شما آن دانش را تکذیب کنید. انکار کنید. بندازید دور! بگویید «نمی‌دانم. من نمی‌دانم چطوری می‌توانم به زندگی رسید.» شما اقدام نکن و بگذار تا زندگی اقدام کند. شما آزاد باش. برای زنده شدن به زندگی، هیچ کار نباید بکنی. اتفاقاً در پایین هم این را می‌گوید که «فقط ببین.» دیده خود را به ذهن نبر و قضاوت نکن. تو با من ذهنی تشخیص نده. من ذهنی به ما می‌گوید: «زندگی چی هست و چطوری می‌شود به زندگی رسید.» بعد مثل خر توی گل می‌ماند، چون بلد نیست!!

ذره شدی باز مرو که مشو صبر و وفا کن که وفاها خوشست

اگر تو آمدی و ذره شدی یعنی آزاد شدی. شما تمرین کنید... شما به همه غزل‌ها توجه کنید. شما آزاد می‌شوید. این غزل را پنجاه بار بخوانید و بگذارید که این در شما باز بشود. پنجاه بار بخوانید... (واقعاً پنجاه بار، صد بار بخوانید.) بگذارید این در شما باز بشود. من غلو نمی‌کنم. وقتی باز می‌شود شما راه را پیدا می‌کنید. این جان شما (الان شما) گفت که از جنس "بط" هستید. شما می‌توانید نوسان کنید بین "بط" بودن یعنی گنج حضور بعنوان زندگی زنده بودن و بین زندگی مرده و بروید به صحرای برهوت ذهن!

اگر این برنامه به شما کمک کرد و یکجوری به شما کمک شد که شما رها شدید و دیدید که این لحظه شاد و آرام شدید دیگر نرو به ذهن تا کوه بشوی. ذره سمیل "بط" هوشیاری حضور، و گه یا کوه همین من ذهنی است. حالا ذره که شدی همین جا بمان و وفا کن به ذره گی. یکبار باید صفر بشوی. یکبار بقول مولانا باید دانه بشوی و بروی توی زمین. شما باید تمام این چیزهایی را که چسبیده‌ای را رها کنی. بیای بیای یکبار بگویی که من صفر شدم و از آنجا رشد کنی و بیای بالا. ذره شدی به ذره بودن وفا کن. به زندگی وفا کن. برای اینکه در آن حالت است که برای شما خوشی وجود دارد. نگو خسته شدم. نگذار اگر در ابتدای سیر و سلوک هستی، نگذار "باز" های دیگر و انسانهای دیگر ببینند و شما را تحریک کنند و بکشند دوباره به صحرای ذهن. نگذار و پرهیز کن! پرهیز خیلی چیز مهمی است. پرهیز یعنی هر چیزی که شما را به من می‌کشاند از آن پرهیز و دوری کنی. من نشو و صبر کن. صبر!

صبر و پرهیز واجب است. معنای مذهبیش را بگذارید کنار. هر چیزی که شما را می‌شکاند به صحرای ذهن از آن پرهیز کن و وفا کن و صبر کن. مطمئن باش که سرازیری به آن سمتی است تا شما آزاد بشوید. من از شما سوال می‌کنم آیا یک بچه میل دارد که راه برود یا نه؟ حتماً میل دارد اگر سالم باشد و شما نمی‌توانید جلوی آن را بگیرید. ما هم میل داریم و زندگی میل دارد و عجله دارد تا ما را از این ذهن بکشد بیرون. شما همینطور مقاومت نکن تا بیای بیرون.

بس کن و چون دیده ببین و مگو دیده مجو دیده بینا خوشست

حالا می‌گوید خاموش باش. بس کن. به ذهن می‌گوید ذهن را زیاد فعال نکن و مانند چشم ببین. شما فقط ببینید و نتیجه را وارد ذهنتان نکنید. مثل چشم ببین و ذهن را بگذار کنار. ذهن و قضاوت با دیدن دو تا چیز متفاوت است. شما فقط ببین. مثل چشم ببین. چشم می‌بیند ولی نمی‌گوید. حالا ما نتیجه چشم را آن چیزی را که دیدیم، را می‌بریم به ذهنمان و آنجا قضاوت می‌کنیم. تفسیر می‌کنیم و هزار تا چیز می‌سازیم. این کار را تو نکن. فقط مثل چشم ببین و هیچ چیزی نگو. از طریق گفتن و قضاوت کردن است که ما خودمان را می‌اندازیم به صحرای ذهن. دیده مجو دو تا معنی می‌دهد یکی اینکه

آن چیزی که دیدی را آن را مجو! آن را جستجو نکن یا نگو. (دیده در اینجا معنی خدا را هم میدهد.) شما خدا را مجو. برای اینکه خدا را با ذهن می‌خواهی جستجو کنی؟ اتفاقاً این چشم خودش را نمی‌بیند. شما بگذار چشم ببیند و بوسیله این چشم نخواه که ببینی که این چشم چطوری هست. این هوشیاری که الان می‌بیند شما الان این را نخواهی که ببیند. این هوشیاری اصلاً چی هست؟ شما می‌گویید: «من می‌خواهم از این سر در بیاورم!» نه! حالا همینطوری فقط ببین. برای اینکه این هوشیاری که الان می‌بیند این الان خوش است. ولی اگر بخواهی بگویی «بگذار ببینم این خدا چطوری هست که می‌بیند» دوباره می‌روی توی ذهن. این کار را نکن، برای اینکه این ذهن نمیتواند آن را بشناسد. خاموشی این فایده را دارد.

مفخر تبریز شهسود شمس دین

با همه فرخنده و تنها خوشست

این را قبلاً گفتم که آن چیزی که باعث افتخار است، تبریز است. (تبریز را فرض کنید که تمام وجود است.) جهان Manifest شده و جهان Manifest نشده تمام کوشش این است که انسانی بوجود بیاورد که فقط حضور باشد، که این شمس دین است. همین حضور شمس دین است. این آفتاب با همه دوست است و همه را در خودش می‌پذیرد ولی همیشه تنها و یکتاست. ما هم باید با همه دوست باشیم با، هر چیزی که در این لحظه اتفاق می‌افتد دوست باشیم ولی تنها و یکتا باشیم. در ذهن با آنها قاطی نمی‌شویم در فضای یکتایی می‌مانیم ولی با همه رفیقیم و نمی‌رویم در ذهن با آنها هم‌هویت بشویم دویی ایجاد کنیم***