

برنامه شماره ۳۹۶ گنج حضور اجرا: پرویز شهبازی



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۸۸۷

روبهکی دنبه برد شیر مگر خفته بود
جان نبرد خود ز شیر روبه کور و کیود
قاصد ره داد شیر ور نه کی باور کند
این چه که روباه لنگ دنبه ز شیری ربود
گوید گرگی بخورد یوسف یعقوب را
شیر فلک هم بر او پنجه نیارد گشود
هر نفس الهام حق حارس دلهای ماست
از دل ما کی برد میمنه دیو حسود
دست حق آمد دراز با کف حق کژ مبار
در ره حق هر کی کاشت دانه جو جو درود
هر که تو را کرد خوار رو به خدایش سپار
هر کی بترساندت روی به حق آر زود
غصه و ترس و بلا هست کمند خدا
گوش کشان آردت رنج به درگاه جود
یارب و یارب کنان روی سوی آسمان
آب ز دیده روان بر رخ زردت چو رود
سبزه دمیده ز آب بر دل و جان خراب
صبح گشاده نقاب ذلک یوم الخلود
گر سر فرعون را درد بدی و بلا
لاف خدایی کجا دردهدی آن عنود
چون دم غرقش رسید گفت اقل العبید
کفر شد ایمان و دید چونک بلا رو نمود
رنج ز تن برمدار در تک نیلش درآر
تا تن فرعون وار پاک شود از جحود
نفس به مصرست امیر در تک نیلست اسیر
باش بر او جبرئیل دود برآور ز عود
عود بخیلیست او بو نرساند به تو
راز نخواهد گشا تا نکشد نار و دود
مفخر تبریز گفت شمس حق و دین نهفت
رو ترش از توست عشق سرکه نشاید فزود

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، سطر ۷۶۰

اتصالی بی تکلیف بی قیاس
هست رب الناس را با جان ناس
لیک گفتم ناس من نسناس نی
ناس غیر جان جان اشناس نی
ناس مردم باشد و کو مردمی
تو سر مردم ندیدستی دمی

با سلام و احوالپرسی برنامه گنج حضور امروز را با غزل شماره ۸۸۷ از دیوان شمس مولانا شروع می‌کنم.

روبهکی دنبه برد شیر مگر خفته بود

جان نبرد خود ز شیر روبه کور و کبود

روبه کوچکی از دست شیر یک دنبه ای را ربود و بُرد . مگر شیر خفته بود؟ اگر بیدار بود که نمی گذاشت. ولی این روبه خودش جان سالم بدر نخواهد بُرد از دست شیر و صفتی هم برای روبه تعیین می‌کند که آن کور و کبود است. کور و کبود که بیشتر مولانا در دیوان شمس و مثنوی بکار می‌گیرد یعنی زشت و ناقص یعنی مغبون و گیج. صفت بسیار خوبی است برای انسانی که در ذهنش گم شده . ذهنش هم این جهان را نشان می‌دهد. بنابراین در جهان گم شده. یا فقط من ذهنی دارد و همینطور هم که می‌بینید می‌گوید روبهک و این کاف علامت کوچک کردن است یعنی روبه کوچولو. همینطور که دیده‌اید و می‌دانید مولانا صورت قضیه یا مسئله انسان را خیلی جاها در همان اول مطرح می‌کند و در اینجا هم همین کار را میکند می‌گوید که یک پدیده ای رخ داده در جهان که آن انسان است و در مورد انسان یک باشنده روبه صفتی که علائم مشخصه روبه خب زرنگی اش است و خودش آنقدر توانایی شکار ندارد و می‌خواهد از شکار شیر بدزده و پایین هم می‌گوید که این روبه ناقص است و حس نقص می‌کند و زشت و بی ریخت است نه تنها زشت و بی ریخت ذهنی بلکه اصلاً جور نیست با زندگی . منظور از زشتی و گولی و نادانی و .. همه در این کور و کبود می‌آید و اصطلاح جالبی است که مولانا بکار می‌برد و گفتم که برای توصیف ما انسانها که در ذهنش گم شده و در فکرهاش گم شده و فکرهاش را جدی گرفته. این را اسمش را می‌گذارد روبه کور و کبود. پس صورت مسئله این است که شیر رمز زندگی است رمز خداست، زندگی مال زندگی است در هر فرمی در این جهان که زندگی ، زندگی می‌شود خود زندگی ، زندگی می‌کند. ما هم به عنوان انسان به صورت هوشیاری وارد این جهان می‌شویم و همانطور که می‌بینید هوشیاری جسم ما را در شکم مادر می‌سازد از صفر شروع می‌کند و یک انسان کاملی در آنجا درست می‌کند، از آنجا می‌آورد بیرون و همیشه این هوشیاری اصل ما، که گاهی اوقات می‌گوید یوسف و اصطلاحات دیگر هم مولانا دارد، این هوشیاری وارد یک رحم دیگری می‌شود به نام ذهن در انسان و هوشیاری شروع می‌کند در آنجا ما را به کامل کردن یا مثل میوه پختن یا رساندن و بارها هم گفته ایم که اینجا هم فرض کنید نُه سال ، ده سال طول می‌کشد که ما آنجا برسیم مثل میوه، بعد از آن هوشیاری یا زندگی یا شیر طرحش این است که ما را از آنجا بزنند و بیاورد بیرون و با خودش یکی کند و مولانا در این غزل می‌گوید درد کشیدن انسان قسمتی از این جریان است، ولی همان جا که ما از شکم مادرمان که می‌آیم بیرون یا حتی در شکم مادرمان جذب ذهن می‌شویم یواش یواش یک روبه‌ای آنجا تولید می‌شود در ذهن که ما به عنوان هوشیاری فکر می‌کنیم که او هستیم . و این روبه زندگی را می‌دزد. از چه کسی دزدیده؟ از خدا و از زندگی! می‌گوید مگر زندگی یا خدا خفته که این روبه زندگی را یا دنبه را می‌دزده؟ اصطلاح دنبه که سمبل شادی و زندگی و هوشیاری است و قرار است که پس از مدتی کوتاه مثلاً بگوییم نُه سال ده سال ما که شدیم

روباہ ، این روباہیت را رها کنیم و بصورت هوشیاری برگردیم و اصطلاحات مختلفی در دین بکار بردند مثل برگشت به سوی خدا ، گاهی اوقات توبه از این روباہیت. توبه هم یعنی برگشت. امروز داریم در غزل در مثنوی . ولی من امروز فقط صورت مسئله را می گویم. صورت مسئله این است که وقتی ما از شکم مادرمان زاده می شویم و به صورت فعالانه می رویم تو ذهن ، هوشیاری دزدیده می شود و به خواب می رود. در واقع وقتی به خواب می رود خواب روباہیت است ما یک موجودی زرنگ در ذهنمان بوجود می آوریم که اسمش را می گذاریم من ذهنی و این یک تصویر است تصویر ذهنی است که ما فکر می کنی که او هستیم . برای زندگی ، برای شیر تا مدتی این کار قابل قبول است سطر دوم می گوید **قاصد ره داد شیر** یعنی قاصداً عمداً اجازه داد شیر که روباه این زندگی یا دنبه را بدزده . در ضمن در قدیم دنبه ارزش داشت یعنی شما وقتی میرفتید از قصاب گوشت بخريد خب اگر دنبه نبود مردم که آبگوشت می پختند خوشمزه نمی شد! بنابراین خریدار گوشت اصرار می کرد که یک مقداری دنبه را اضافه تر کن تا آبگوشت ما خوشمزه تر بشود بنابراین در اینجا دنبه سمبل زندگی است برای اینکه آن موقع ارزش داشت البته الان دکترها می گویند که نخورید چربی نخورید ولی در قدیم فرق می کرد. پس دنبه رمز زندگی است هوشیاری است و پایین می گوید که

قاصد ره داد شیر و نه که باور کند عمداً شیر اجازه داد که این اتفاق بی افتد . یعنی وقتی ما به عنوان هوشیاری وارد این جهان شدیم و جذب ذهن شدیم و هوشیاری به خواب رفت در این روباہیت، می گوید که این طرح خود زندگی است و شیر خودش اجازه داده که این دنبه دزدیده بشود ولی وقتی ما آنجا می رویم با چیزهای این جهانی و با باورها و فکرها هم هویت می شویم مثل اینکه زندگی واقعاً دزدیده می شود و ما دیگر زندگی نمی کنیم! حالا توی غزل مولانا دارد می گوید و این هم صورت مسئله است البته صورت مسئله و راه حل آن خیلی ساده است و تمامش چند کلمه بیشتر نیست و اگر ما این را درست یاد بگیریم این بلا سرمان می آید که در طول هزاران سال سر بشر آمده و بشر در فکرش گم شده و اصلاً نمی داند که چکار باید بکند برای به خدا رسیدن. بعضی از ما تو سرمان می زنیم و بعضی فرهنگها میخ یا سیخ توی بدنشان می کنند و خودشان را زجز می دهند و.. هزار جور ادا و اصول در می آورند و فکری می کنند که این یک کار معنوی است و این ما را به خدا می رساند و ثواب دارد ! نه هیچ کدام از اینها نیست. مولانا دارد می گوید صورت مسئله را دارد توضیح می دهد و می گوید که شیر اجازه داد یک روباه لنگ که این روباه هم یک موجود توهمی و مجازی در ذهن است که ما می سازیم این را هوشیاری می سازد و در واقع به خواب رفتن هوشیاری است ولی شعور یا **Intelligence** می ماند. یعنی هوشیاری وارد ذهن می شود هوشیاری به خواب می رود ولی شعور یا **Intelligence** می ماند . می بینید که ما می توانیم تمام کارکردهای بدنمان را انجام بدهیم ولی هوشیار نیستیم و در ذهن زندانی هستیم و فقط هوشیاری ذهنی جسمی داریم و همیشه از چیزها آگاه هستیم و هوشیاری غیر چیز نداریم که هوشیاری حضور باشد و هوشیاری زنده زندگی باشد ، نداریم الان. خیلی از انسانها

ندارند. پس می گوید که این که یک چیزی آفریده می شود در ذهن ساخته می شود وقتی که ما وارد ذهن می شویم در همان صفر کیلومتر از ابتدا این طرح خود شیر است و طرح خود خداست. **قاصد ره داد شیر ورنه که باور کند** وگرنه چه کسی باور می کند که یک روباه لنگ که همین من ذهنی ما باشد زندگی را از شیر ربوده این تونسته زندگی را از شیر بدزده! شیر هم یا خواب بوده یا اینکه اصلاً جردت نکرده. خلاصه اینکه این زرنگتر بوده و از خدا زندگی را دزدیده. واقعاً دزدیده دیگر. شما می بیند که همه این مطالب کوچک در این دو سطر روی هم بگذاریم می شود صورت مسئله که ما با آن مواجه هستیم و باید این را حل کنیم ولی اول صورت مسئله را باید بفهمیم.

بخش دوم:

پس بطور خلاصه این چیزی که ما الان در ذهنمان آفریدیم اگر هوشیارانه از این روباهیت دست برداشتیم و هنوز زرنگیم و با عقل جزئی و با عقل من ذهنی عقلی که در ابتدا بافتیم و درست کردیم و مربوط به چیزهای این جهانی است و داریم با آنها زندگی می کنیم ولی پنجاه سالمان است و هنوز داریم این روباهیت را ادامه می دهیم ولی توجه کنید که می گوید **جان نبرد خود ز شیر** یعنی ما به عنوان روباه از شیر زندگی جان سالم بدر نخواهیم برد و این شیر دنبالمان است تا این دنبه را پس بگیرد. برای اینکه در هر باشنده و فرمی زندگی را زندگی، زندگی می کند ما هم بارها گفتیم که اگر بصورت هوشیاری آمدیم به این جهان از جنس هوشیاری و زندگی هستیم و موقتاً در ذهن به خواب رفتیم. حالا وقتی اینها را می شنویم می گویم که اگر اینطوری باشد من هم وقتی وارد این جهان شدم، آدم به صورت هوشیاری وارد ذهنم شدم و با چیزهای ذهنی با اقلامی که دیگران به من یاد دادند هم هویت شدم یعنی اجازه دادم هر کدام از این اقلام هوشیاری را بدزدند و تماماً پخش شدم توی چیزها در مفهوم چیزها در ذهنم حالا اشکال کار کجاست؟ اولاً این عقلی که به این ترتیب پیدا کردم به عنوان روباه زرنگ، این به درد زندگی نمی خورد ممکن است برای جمع کردن چیزها در این دنیا تا حدودی بخورد ولی به درد زندگی کردن نمی خورد الان می فهمم که این کار اشتباه است برای اینکه عقل این روباه محدود است و شیر دنبال روباه من است و اصلاً من از جنس روباه نیستم و از جنس شیر هستم و اگر این روباهیت رها کنم زندگی یا خود شیر من را از اینجا می کشد بیرون من اصرار به روباهیت نمی کنم و اینها همه از دانستن صورت مسئله پیدا می شود. حالا یکی می گوید که من می خواهم روباهیت را نگه دارم و به هیچ کس هم مربوط نیست! **جان نبرد خود ز شیر** شیر دنبالت است حالا شیر زندگی خدا دنبال یکی باشد چکار می کند؟ درد به او می دهد هر قدمی که با روباهیت جلو می گذاریم درد می آفرینیم. درد هم ما را کیپ گرفته و پایین می گوید که مثل کمند خداست یعنی مثل اینکه خدا یک کمند انداخته. کمند هم مثل طنابهایی هست که توی فیلمها می بیند می اندازند مثلاً یک گوساله یا گاو را می گیرند. ما هم به عنوان یک روباه وحشی و زرنگ، طناب انداختند به گردن ما و گرفتند و هر چه که ما بیشتر ستیزه می کنیم بیشتر درد می کشیم. تا جای که بپرسم چرا درد می کشیم؟ چه باید

بکنیم؟ الان با این توصیف می فهمیم که نمی شود درد نکشیم باید درد کشید منتها کم و زیاد دارد اگر انسان خودش زود به آگاهی برسد و خانواده عشقی و حمایتی داشته باشد و در جامعه عشقی زندگی کند کمتر درد می کشد ولی به نظر می آید که اصلاً هرکسی باید وارد ذهنش بشود و با چیزها هم هویت بشود و بعد هم هویت شدگیهایش را وقتی می کند درد می کشد و این هم هویت شدن و هویت کنی و درد کشیدن است که انسان را می رساند و پخته می کند و مثل میوه می رساند و اگر اینطور نباشد نمی شود یعنی اگر شما بچه را بیاورید در ناز و نعمت بزرگ کنید و بگوید دست به سیاه و سفید نزن و از خانه هم بیرون نرو ، این مثل گیج و منگ می شود و این بچه ، بچه نمی شود. و آن آدمی هم که شما می خواهید نمی شود . پس بچه ما ولو هم که ما خیلی مواظبش هستیم می رود با چیزها هم هویت می شود و یک دفعه عاشق می شود پسر ما عاشق یک دختری می شود و دختر می گوید نه برو دنبال کارت ! شروع می کند به درد کشیدن چون او هم هویت شده و تا بخواد هم هویت شدگیش را از آن بکند شبها خوابش نمی برد . دختر هم همینطور عاشق پسری می شود . حالا هیچ چیز هم نیست نه می خواهد ازدواج کند و نه می خواهد دوست بشود، فقط می خواهد تو ذهنش عاشق شود این هم هویت شدنها و هویت کنندنها به نظر می آید که زندگی با این زبان می خواهد به ما بگوید که تو از این چیز که از آن زندگی می خواهی به عنوان روباه، این نیست حواست باشد و بیدار بشو. حالا ما یک موقع هشتاد سالمان است ولی هنوز بیدار نشدیم و نفهمیدیم که این سرخوردگیها برای این است که ما بفهمیم که این چیزی که زیر تمرکز ما است و ما عاشق آن هستیم و دل ما را زدیده که یا یک چیز است یا یک مقام است این به ما زندگی نمی تواند بدهد و ما چسبیدیم به آن و آن هم مرتباً به ما درد می دهد و ما هم می گوییم که به ما زندگی بده و او هم نمی دهد و ما دردمان می آید و یا می گذارد می رود یا میمیرد یا دل می کند از ما . یا اصلاً مقام دنیاست و یا مال دنیاست که آن را از دست می دهیم و ناراحت می شویم . این ناراحت شدن برای این است که ما بدانیم این سرخوردگی طبیعی است که شما از این جنس نیستید و از این بازی و اینها دست بردارید و این دلیل این است که شیر دنبالت است شیر دنبال جزء خودش است . شما هوشیاری بزرگ یا زندگی را در نظر بگیرید یک ذره ای از خودش را که ما باشیم فرستاده اینجا درست مثل خورشید، خورشید خیلی تمثیل خوبی است. خورشید را اگر بخواهیم به خدا تشبیه کنیم خورشید بهترین چیز است که به ما زندگی می دهد همین گرمی که در بدن ما هست از خورشید است اگر گرمای خورشید نباشد و نور خورشید نباشد ما نمی توانیم در این جهان زندگی کنیم .حالا یک ذره ای از خورشید جدا می شود و می آید به این جهان، ذره اگر بخواهد به هوشیاری برسد یک دفعه میرود و جذب ماده می شود و غریبه می شود از اصلش، ولی این غریبگی و این هجران و این دور افتادگی ،چه بگوییم ذره خورشید از خورشید و چه ما از خدا یا زندگی یا ما به عنوان ذره زندگی از زندگی این باید موقت باشد نمی شود اگر شما بخواهید این را ادامه بدهید **جان نبرد خود ز شیر روباه کور و کبود**. این یادمان باشد و شما این سرخوردگیها را دیده اید شاید بزرگترین سرخوردگی در جامعه بشری که شما هم حتماً دیده اید این است که

وقتی ما نوجوان هستیم چه زن و چه مرد وقتی ما به جنس مخالفی به هم می‌رسند و ازدواج می‌کنند و زن و شوهر می‌شوند و انتظار زندگی از همدیگر دارند انتظار خوشبختی از هم دارند و این داده نمی‌شود. این یکی از بزرگترین سرخورده‌گیها است ولی ما درد می‌کشیم که این طرف مقابل به من زندگی نمی‌دهد هیچ موقع به ذهنمان خطور نمی‌کند که اصلاً این نمی‌تواند بدهد و در نتیجه ما هزار جور ملامت می‌کنیم و تفسیر می‌کنیم که شانس نداشتیم این آدم به ما نمی‌خورده خانوادش بد بودند و اصلاً بدشانسی ما بوده، بهتر است که از این جدا بشویم و برویم با یک آدمی که به درد ما بخورد و شانس بیاوریم و دنبال یک نفر دیگری هستیم و می‌رویم باز با یک نفر دیگر ازدواج می‌کنیم و او هم به ما زندگی نمی‌دهد و باز می‌گوییم که ما باز بدشانسی آوردیم یک مقدار درد هم آنجا میکشیم. حالا این دردها برای چی هست؟ برای این است که شیر دنبالت است و تو با روباهیت پیش می‌روی. حالا روباهیت را هم توضیح می‌دهم حتماً این را هم ما تجربه کردیم کسانی که سن و سال بالای سی هستند حتماً تجربه کردند زرنگی روباه را. ولی می‌گوییم خیلی خب ما از همسر شانس نیاوردیم برویم پول در بیاوریم پول در می‌آوریم زیاد در می‌آوریم می‌بینیم که آن هم به ما زندگی نداد فقط یک مقدار وسائل برای ما فراهم کرد. می‌گوییم که برویم به یک مقام دنیایی برسیم زحمت می‌کشیم و می‌رویم به آن هم میرسیم و می‌بینیم که آن هم به ما زندگی نداد. این هم سرخورده‌گی مال دنیا. می‌گوییم که ما شانس نیاوردیم می‌رویم سراغ بچه مان. بچه مان هم بزرگ می‌شود و می‌رود و گاهی اوقات حتی به ما زنگ هم نمی‌زند و ما می‌گوییم که از بچه هم شانس نیاوردم بعد می‌گوییم که برویم دانشمند بشویم کتاب بخوانیم و به خودمان دانش اضافه کنیم، دانش هم اضافه می‌کنیم و مردم می‌بینند که ما دانشمان زیاد است و به ما احترام می‌گذارند و ما را تایید می‌کنند و اولش خوب است و به ما خوشی می‌دهد «در واقع به این روباه می‌دهد» بعد از آن یک سرخورده‌گی است که اصلاً به درد نمی‌خورد آن. تایید مردم به چه درد ما می‌خورد؟ این که به ما زندگی نداد. همه این سرخورده‌گی‌ها به خاطر این است که حواسمان نیست که اصلاً صورت مسئله چی هست! صورت مسئله این بوده است که ما هوشیاری بودیم و از جنس زندگی بودیم و آمدیم هم هویت شدیم با چیزها در ذهن و در نه سالگی ده سالگی این دردها باید به ما هشدار می‌داد که شیر دنبال من است و ما الان دنباله این شیر را زدیم این دنباله مال شیر است. نه اینکه ما نباید زندگی کنیم نه ما هم از جنس شیر هستیم منتها روباهیت را در پیش گرفتیم. روباهیت با زرنگی ما در جهان بیرون، از آن چیزی که می‌توانیم از ذهنمان مجسم کنیم زندگی می‌خواهیم با زرنگی. اگر می‌خواهیم در خودمان ببینیم یکی از زرنگی‌های من ذهنی یا روباه زیر پا گذاشتن قانون جبران است. آن هم سرخورده‌گی خودش را دارد منتها ما باز هم متوجه نمی‌شویم. هر چیزی در جهان که ما می‌خواهیم به دست بیاوریم باید زحمت مناسب خودش را بگذاریم و هزینه اش را بپردازیم ممکن است وقت باشد ممکن است انرژی باشد ممکن است کار باشد تا آن بدستمان بی‌آید ولی ما می‌گوییم نه زحمت نمی‌کشیم باید مجانی به دستمان بی‌آید. با زرنگی تمام می‌خواهیم یک قسمتی از قانون جبران را یا قانون مزرعه که

می گوید اگر جو بکاری جو درو می کنی. در قانون خدا که می گوید در هر که کاشت دانه جو، جو درود در سطر دیگر می گوید دست حق آمد دراز می گوید خدا دستش را دراز کرده تا دستت را بگیرد با کف حق کز مبارز با دست خدا و دست حق کج بازی مکن تو. کج بازی مکن یعنی آن عقل روباه را بکار نبر. واقعاً دستت را بده به دست زندگی اگر نه تو میایی جو می کاری جو یعنی هر عملی یا هر فکری می کنی از پایگاه من ذهنی از پایگاه روباه جو کاشتن است هر چه که دست دادیم به خدا الان متصل شدیم و جان ما با او متصل است و از آن طرف هوشیاری می آید و انرژی می آید، او می کارد و او فکر می کند آن گندم است. شما جو بکار حتماً جو درو می کنی گندم بکاری گندم درو می کنی. اگر با من ذهنیت فکر کنی و عمل کنی درد بوجود می آید و درد هم این است که تو دیگر این کار را نکن بیدار شو و اگر دستت را به دست زندگی بدهی و به او متصل باشی و موازی باشی، زندگی در تو جریان دارد به عملت و تنت و به فکرت و گندم می کاری و هوشیاری است و خوب می کاری و برکت و عشق می آید به این جهان. حالا پس یکی از راههای این که این روباه می خواهد زرنگی بکند این است که می خواهد قانون جبران را زیر پا بگذارد و می گوید که می شود من ندهم. ما در یک مجلسی می بینیم یک نفر تار می زند و همه دست می زنند می گوئیم ما هم برویم تار یاد بگیریم و می رویم پیش یک استاد. استاد می گوید شما بیا، این تار است این درس را یک هفته تمرین کن. یک هفته من باید تمرین بکنم؟! بله. خب این چقدر طول می کشد که من تار را بتوانم بزدم؟ مثلاً می گوید پنج سال. حالا اگر بخواهم مثل تو یاد بگیرم چقدر طول می کشد؟ ده سال پانزده سال. نه پس من نمی خواهم. اگر یک روزه دو روزه می توانی به ما یاد بدهی تا مثل شما بشویم ما می آیم. نه نمی شود! قانون مزرعه است. شما باید هزینه و وقت و هر چه که لازم است را بدهی. زندگی دنبال روباه هستم و روباه نمی خواهد. یکی از مهمترین اصول زندگی که خیلی هم ساده است این است که ما ببینیم که آیا ما حاضریم آن چیزی که پذیرفته شده به لحاظ زندگی را انجام دهیم مثلاً شما می خواهی ورزش کنی و می خواهی بازوبند قوی بشود می روی یک ورزشگاه و می بینی که یک نفر بازوهایش قوی است می گویی که من هم می خواهم بازوهایم قوی بشود. دو روزه که نمی شود! به تو می گویند که این وزنه را بگیر و هر روز مثلاً دویست بار این را بالا پایین ببر و بعد از شش ماه یک تغییری در شما ایجاد می شود ولی اگر می خواهی مثل من بشوی باید پنج سال کار کنی. تمام ورزشها همینطور است. تمام سازها موسیقی همینطور است می خواهی دانش اخذ کنی همینطور است می خواهی دکتر بشی همینطور است و من ذهنی می گوید که من نمی گذارم و این در جزئیات زندگی ما، قانون جبران قانون زندگی است که وجود دارد و اگر شما این را هر کجا که زیر پا می گذارید مطمئن باشید که نتیجه آن را می بینید. و این روباهیت ما است و بقیه زرنگی های روباه را هم بشنید شناسایی کنید و پیدا کنید و درد هم در همین کور و کبود است. پس این روباهی که وقتی ما جذب ذهن می شویم از ابتدا دارد تولید می شود که ما نیستیم اسمش را مولانا گذاشته کور و کبود. کور و کبود که هم نادان و جاهل است و هم زشت و ناقص است این نقص

خودش درد است . حس نقص که ما می کنیم، روباه با این همه زرنگی نمی تواند خودش را کامل کند و این نقص درد است .
حس نقص که یک چیزی کم است برای هرکسی که من ذهنی دارد هر لحظه یک چیزی کم است . نمی تواند کامل باشد چرا؟
چون دنبه را از زندگی دزدیده و دنبه را باید پس بدهد و این حس نقص، که بیشتر اوقات ما به صورت توهمی می دانیم که
چی کم است و میرویم به دنبالش. می رویم دنبالش و می رویم بیرون بدست می آوریم و همان جوان که فکر می کند یک
چیزی کم است اولش فکر می کند که همسر ندارد باید همسر پیدا کند و گرنه زندگیش ، زندگی نمی شود. بعد از اینکه همسر
پیدا می کند و بعد از سه چهار سال می گذرد و آن سر خوردگی پیش می آید و می بیند که زندگی نمی دهد ، می گوید که
بچه کم است ما بچه کم نداریم! نمی گویم که عشق وجود ندارد ولی داریم راجع به آن صحبت می کنیم که چی می شود وقتی
درد ما را می گیرد و می بینیم که درد دارد ما را می کشد ما بر می گردیم این دفعه هوشیارانه و از این ذهن می پریم بیرون
یا اجازه می دهیم که زندگی ما را بکشد بیرون و دوباره متحد می شویم با خدا یا با زندگی این دفعه هوشیارانه و این هم حل
قضیه است . ما حاصل کلام این است که کار ما در این جهان، ما وارد ذهن می شویم و روباه درست می کنیم و روباه درد
ایجاد می کند با زرنگیش و خودش هم ناقص است و زشت است و بعد متوجه می شوید ما روباه نیستیم و هوشیارانه بر می
گردیم دوباره با زندگی یکی می شویم و دوباره با هوشیاری اولیه می شویم و این دفعه یک اتفاقی افتاده و آن هم این است که
وقتی من هم هویت شدم و هویتم را کندم دیگر آن هوشیاری اولیه نیستم. این هم **قاصد ره داد شیر** این هم طرح زندگی است.
حالا شما ممکن است که بگویید آیا طرح بهتری نبوده؟ حتماً ما باید وارد ذهن بشویم و هم هویت بشویم و هویتمان را بکنیم و
درمان بی آید و از این راه بهتر نیست؟ من نمی دانم هست یا نیست و حالا که داریم صحبت می کنیم فکر می کنم که
اینطوری که ما به افراط رفتیم در درد ایجاد کردن، این لازم نیست. من فکر می کنم شخصاً و از مطالعه مولانا هم که
پیدا است که در همین نه ده سال اول با هم هویت شدن جزئی و دل کنند از هویت بچه ، خودش همین کار را درست می کند
لازم نیست که ما برویم بیست سالمان بشود و سی سالمان بشود و با مقامان هم هویت بشویم و بعد ما را بیرون کنند و بعد
بیابیم غصه بخوریم و کوچک بشویم تا این چیزها را بفهمیم. نه اینها لازم نیست. ولی ما چون متوجه نشدیم به اصطلاح رفتیم
به ستوه بالای هم هویت شدگی .

بخش سوم:

حالا یک اشکالی هم که پیش آمده ما وقتی مایوس و سرخورده شدیم از اینکه از همسرمان زندگی بگیریم از مقامان زندگی
بگیریم این سرخوردگی را شروع کردیم به اینکه من بد شانسم و آن درد حاصل را گرفتیم و پایه زندگی آینده قرار دادیم و با
آن هم هویت شدیم و این کار غلطی بوده. همان موقع که درمان آمد باید متوجه می شدیم که ما رفتیم تو ذهن و روباه درست
کردیم این کل روباه از دست شیر نمی تواند جان بدر ببرد چه برسد به دنبه ای که همراه دارد یعنی در ما انسانها یک دلی

یک جانی وجود دارد یک اصلی وجود دارد یک ذاتی وجود دارد که این همان ذره نور است که الان قاطی چیزهای این جهانی شده و خودش را گم کرده و درد ایجاد شده و دردها هم جزو خودش کرده و قاطی درد هم شده و بدتر گنج شده و برای همین مولانا اسمش را گذاشته کور و کیود. الان یکی مثل مولانا به او می گوید که این راه نبوده تو بیدار شو، بیدار شو هوشیارانه و بیا به سوی زندگی و الان تو رسیدی به عنوان میوه درد کشیدی و دیگر رسیدی، فقط از این بپر. ولی نه با ذهنت. چون از ذهن نمی توانی از ذهنت ببری بیرون. تسلیم شو. راهش را هم بارها صحبت کردیم تسلیم است فرمت را تسلیم کن و یک قسمتی از درد هوشیارانه عبارت از این است که شما الان اینها را می دانید شما هوشیارانه درد می کشید درست مثل معتاد. اصلاً ما معتادیم به ایجاد درد هستیم. معتاد به هم هویت شدگی هستیم. ما معتاد به اینکه گذشته را مرتب تکرار کنیم و به خودمان بگوییم این روباه را زنده نگه داریم وقتی الگوهایی می آیند که شما خودتان را میکشید عقب و می گوید من نمی خواهم ولی هنوز این الگوی ذهنی فعال است درد دارد. من نمی خواهم همینطوری نیست. شما نگاه می کنید می خواهید کشیده بشوید و با درد هم هویت بشوید و وقتی می گوید که من این درد نیستم آنجاست که یک درد هوشیارانه وجود دارد که مثل معتاد است. معتاد می گوید که من هرئین می کشیدم دیگر بمیرم هم نمی کشم. الان اگر بمیرید دردش شروع می شود مرتب درد هوشیارانه می کشید ولی می گوید که من نمی روم دنبالش، ممکن است که برای یک ماه یا دو ماه اینطوری ادامه بدهید و ذهن هم همینطور است هوشیارانه درد کشیدن همینطور است پس شما دردتان را ارزش نمی دانید ولی یک چیز لازمی می بینید یک ابزاری است و همین هست که هست. این هم طرح زندگی است. فکر می کنم که صورت مسئله را ما بیان کردیم این را شما باید برای خودتان حلاجی کنید و بعد به دنبال توهمات ذهن نروید. و مرتب مولانا در مثنوی و دیوان شمس از جاهای مختلف قصه می آورد و به قرآن اشاره می کند بعضی آیات را می کشد بیرون و به شما نشان می دهد که همه اینها همین صورت مسئله و راه حل را می گوید در بیشتر جاها صورت مسئله را تکرار می کند.

شیر فلک هم بر او پنجه نیارد گشود

گوید گرگی بخورد یوسف یعقوب را

قصه یوسف را می گوید که ما شنیده ایم که یوسف یعقوب را، یعقوب خدا و یوسف ما به عنوان فرزندش. یعقوب زندگی و ما ذره زندگی. از جنس زندگی هستیم. می گویند که گرگی او را خورد اینکه برادران یوسف رفتند و به پدرش گفتند یوسف را گرگ خورد آیا یعقوب باور کرد؟ نه. برای اینکه یوسف را گرگ نمی تواند بخورد. گرگ یا روباه یا چیزهای این جهانی هیچ لطمه ای به اصل ما نمی تواند بزند یعنی ما الان که رفتیم تو ذهن و با این خرده شیشه های این جهانی قاطی شدیم هیچ آسیبی به ما به عنوان یوسف، فرزند خدا نمی رسد. یوسفیت ما یعنی همین ذات اصیل ما همین هوشیاری. ما فقط جذب ذهن شدیم. آنجا هم رسیده ایم مانند میوه. خب میوه وقتی کال و سبز است از درخت چیزی می خواهد؟ چسبیده که به من چیزهایی بده تا برسم وقتی که می بیند که دیگر نمی تواند چیزی بگیرد درخت را رها می کند و می رسد. ما هم فکر می کنیم که از

این جهان می توانیم چیزی بگیریم ولی یک روزی وقتی که برسیم می بینیم که چیزی ندارد که به ما بدهد. البته نمی گویم که رفاه یا پول بد هستند پول نباشد ما نمی توانیم این برنامه را پخش کنیم ولی اینکه شما از این رفاه و از این پول و از تعلقات زندگی بخواهید بکشید، ما آن را داریم می گوئیم. اگر پول شما زیاد هست و دارید استفاده می کنید و برای خودتان ولی مهم نیست که زیاد یا کم بشود جزو این روپاهیت ما نیست. ما روباه نیستیم اگر ما از جنس شیر بشویم و میلیونها دلار هم پول داریم هیچ اشکالی ندارد. می گوید اینکه حتی بگوئیم که شیر فلک می تواند پنجه اش را باز کند به سوی یوسف، حتی شیر فلک هم نمی تواند یعنی هیچ چیزی در این جهان نیست که به ذات ما بتواند آسیب بزند، به اصل ما. خب این خیلی مهم است که ما بدانیم اگر شما قبول کنید که می کنید شما که می گوئید که من آزرده شدم رنجیده شدم من از بین رفتم و صدمه دیدم حقیقتاً آن روباه صدمه دیده و شما ندیدید ما هم روباه نیستیم. بله تا زمانیکه در ذهن باشیم روباه باشیم سرخورده می شویم و می ترسیم و آزرده می شویم می رنجیم. ترس ما از چی هست؟ ترس ما از این است که آن چیزی که ما گرفتیم تو دستانمان و به آن چسبیدیم را از ما بگیرند و می ترسیم آن اتفاق نیوفتد که چیزی به ما اضافه بشود، از این می ترسیم دیگر. چرا رنجیدیم؟ برای اینکه من از تو یک چیزی می خواستم که زندگی من را اضافه کند و تو به من ندادی! خب من رنجیدیم. چه کسی رنجیده؟ روباه در من. آیا شیر هم می رنجد؟ آیا شیر هم آسیب می بیند؟ نه. آیا شیر صدمه می بیند؟ نه. البته در اینجا یوسف است. شما از جنس چی هستید؟ از جنس شیر و زندگی و از جنس هوشیاری. و این هوشیاری رفته تو ذهن و وقتی کشیده می شود و می آید بیرون زاییده می شود دوباره از ذهن سالم است و مثل اولش است فقط یک فرقی کرده این که الان آگاه به خودش هست. هم هوشیار به این جهان است و هم هوشیار به زندگی است. وقتی جذب شد نمی دانست وقتی جذب شد نمی دانست که دارد چکار می کند اگر می دانست که نمی کرد. این خیلی مهم است که ما جذب ذهن می شویم با چیزها هم هویت می شویم این دفعه هوشیارانه و بعد بر می گردیم هویتمان را از آنجا می کنیم ولی آن هوشیاری اولیه دیگر نیستیم. وقتی هوشیاری را از دست دادیم و دوباره بدست آوردیم دیگر همان آدم نیستیم، این دفعه از طریق ما خود زندگی حس حضور می کند. اینکه ما نزدیکترین چیز به خدا هستیم و از این بهتر نمی شود و آن حضور و هوشیاری آزاد شده از ذهن و زاییده شده از ذهن و درد کشیده، نزدیکترین چیز به آن چیزی که ما هستیم، هست و در واقع ما آن هستیم. هیچ چیزی بهتر از آن و هیچ چیزی بهتر از خدا در این جهان نماینده خدا نیست. شبیه خدا و شبیه ما هم نیست. آن حضور که پایین مولانا در قصه ای که خواهیم خواند دارد می گوید.

از دل ما کی برد میمنه دیوحسود

هر نفس الهام حق حارس دل های ماست

حارث یعنی نگهبان. هر لحظه، هر نفس، توجه غیب، خدا، نگهبان دلهای ما است. دل ما هم هوشیاری است دل ما آن روباه است که ما الان تو ذهن هستیم و هم هویت با چیزها و پراکنده شدیم و چیزهای مختلفی هست این هوشیاری رفته جذب آنها

شده. این هم خیلی خوب هست که این را هم ما اینجا بگوییم که در واقع هوشیاری پراکنده می شود با چیزهایی که ما با آنها هم هویت هستیم یا جذب آنها می شود و وقتی جذب می شود خودش را گم می کند. ولی همینکه شما بدانید شما از جنس شیر هستید از جنس آسیب پذیری نیستید هیچ کس نمی تواند به شما لطمه بزند این که کسی به شما خواری داده و شما لطمه نخوردید این که کسی شما را طلاق داده و یا شما را رها کرده و رفته و شما لطمه نخوردید اینکه کسی به شما خیانت کرده و شما لطمه نخوردید برای اینکه ذات شما آسیب ناپذیر است بخشش شما اتوماتیک می شود و می اندازید آن چیزهایی که گرفته اید رنجشها را می اندازید آن اقلامی که هوشیاری را جذب کرده و ما توی آن گیر کردیم و نمی گذارد که ما زاییده بشویم بدترینش می دانید چیه؟ بدترینش رنجشهاست. بدترینش کنورت هاست. بدترینش خشمهاست. شما می گوید من که آسیب ندیدم. من تا حالا فکر می کردم از پا درآمد برای اینکه فکر می کردم فلانی به من خیانت کرده الان فهمیدم که من آسیب ناپذیر هستم پس ببخش او اتوماتیک وار می شود و بخشیدن آن آدم سبب می شود که شما از توی آن الگویی که در آن گیر کرده بودید بیایید بیرون و آن قسمتی از شما آزاد می شود پس می گوید که این دیو حسود که اسمش را حالا گذاشت دیو حسود که در آنجا اسمش را گذاشته بود روباه. روباه زرنگ است و کور و کبود یک قسمت کبودی و کوری همین دیو حسود است. حالا اسمش را گذاشت دیو حسود. دیو حسود همین من ذهنی است درست است که دیو است و علت اینکه می گوید حسود، این است که حسادت یکی از بدترین خاصیت‌های آن روباه است برای اینکه اولین چیزی که ما یاد می گیریم در ذهن به عنوان مقایسه است. رابطمان از زندگی قطع می شود و ما وارد این جهان می شویم و تماماً جذب ذهن می شویم و رابطمان با خدا هوشیارانه قطع میشود. خب حالا ما چی داریم؟ هیچ چیز. همین چیزهای این جهانی و هوشیاری این جهانی. حالا چی ابزاری برای ما پیدا شده؟ مقایسه. اول این که وقتی وارد این ذهن شدیم و این روباه را درست کردیم کاهش داده شدیم به جسم، برای اینکه هوشیاری جسمی پیدا کردیم. هر لحظه به یک جسمی آگاه هستیم گفت این هم جزو طرح شیر است و بیخودی نیست یواش یواش درد باید پیش بیاد و رها کنیم ولی اینجا این من ذهنی که همین دیو حسود است. حسادت از کجا میاد؟ ما خودمان را کاهش می دهیم به جسم برای اینکه ببینیم که ما چند مردِ حلاج هستیم و چقدر وزن داریم و چقدر مهم هستیم خودمان را که به جسم کاهش دادیم با دیگران مقایسه می کنیم می بینیم که از دیگران کمتر هستیم و حس کوچکی می کنیم و می رویم به توهم و همان کور و کبودی گجی و منگی و مجاز یک جوری خودمان را می کشیم بالا و می گوییم نه من از او مهمتر هستم. درست است که او ثروت دارد ما هم دانش داریم. او سواد دارد در عوض نا سالمتریم، سلامت بهتر از سواد است پس او پایین تر از من است. او بچه هایش درست نخواندن ولی بچه های من دکتر و مهندس هستند. اینها همه توهمهای ذهن است. در واقع ما همه آن چیزهایی که داریم مقایسه می کنیم و می گوییم که بچه های من دکتر هستند و بچه های او درس نتوانستند بخوانند و ما خودمان را می کشیم بالا اینها همه مجاز هستند توهم و گجی و منگی و جزو کور و

کیودی روباه است. حواسمان هم هست که الان شیر هم دنبال ما است و ما توی این گنجی و منگی و درد گرفتار شدیم و شیر هم دنبال ما است که ما را بخورد شیر هم هر لحظه به ما درد می دهد. انگار مثلاً یک مقدار یخ هست و آفتاب سوزان این یخ را می خواهد آب کند و این یخ هم در توهماتش مقاومت می کند ولی زجر می کشد ما هم در واقع همچین وضعیتی داریم ولی دارد می گوید که الهام حق هر لحظه نگهبان اصل ما و دل ما است و آن دیو حسود که الان صحبتش را کردم میمنه و خجستگی و مبارکی و این خاصیت‌های خوب هوشیاری را به عنوان من، این زره نور را کی از دل ما می تواند ببرد؟ یعنی شما مطمئن می شوید که نمی تواند ببرد و شما آسیب پذیر نیستید و امروز مولانا می گوید که همین که ما از این ذهن زاییده شدیم تبدیل به جاودانگی می شویم و تبدیل به نامیرایی می شویم برای اینکه زندگی مرگ نمی شناسد البته الان که این صحبتها را می کنیم برای من ذهنی که مرگ این جسم را می شناسد برایش سنگین است ولی همین پایین صحبت جاودانگی می کند که وقتی ما از این پُرسه درد و رهایی و هوشیارانه درد کشیدن و بالاخره زاییده شدن از ذهن، ما وارد بهشت می شویم یا وارد جاودانگی می شویم که هر دو یکی است که معنی اش بی نهایت آگاهی از این لحظه است یعنی همیشه من تسلیم هستم و موازی با زندگی هستم و در این لحظه هستم و این لحظه و هوشیار بودن و آگاه بودن به او تا ابد همان خلود و جاودانگی و بهشت است.

بخش چهارم:

حالا می گوید که این مبارکی و این خاصیت خوب را و این هوشیاری را، دیو حسود از دل من نبرده از دل هیچ انسانی نرفته فقط انسانها بیش از حد با اقلام جهانی با درد ها هم هویت شدن و هم هویت شدن با درد هم خیلی بد است. حالا هم هویت شدن با چیزها را می شود یک کاری کرد ولی وقتی ما با درد هم هویت می شویم و به درد می پیچیم درد ما را در خودش می کشد و ما در آن گم می شویم و ما نمی توانیم تشخیص بدهیم آن موقع که ما هم عقل داریم و ما نباید درد بکشیم. وقتی درد می کشیم از جنس درد می شویم و می خواهیم درد را زیاد کنیم. وقتی هم که به ما می گویند که چرا درد می کشی و چرا درد را زیاد می کنی؟ ما نمی فهمیم. ولی گوش کردن به این جور برنامه ها و خواندن مولانا به شما هوشیاری می دهد و راه را به شما نشان می دهد و همین صحبتها را که می کنیم شما بیدار می شوید که قضیه چی هست و صورت مسئله چی هست و من از چه گذرگاهی ممکن است که رد بشود اگر وارد آن گذرگاه سخت حسادت بشوم می فهمم که من در مقایسه هستم و اگر در مقایسه هستم پس در من ذهنی هستم و اگر من ذهنی دارم پس درد هم دارم و اگر من درد دارم من به دلیلی در من هست و آن هم این است که من باید این موضوع را رها کنم و از آن مخصصه ذهنی بیرون بیام. این چند خط از مثنوی امروز هست که من ممکن است نتوانم بخوانم اینجا من به شما می گویم خیلی خلاصه می گوید که مثنوی دفتر چهارم سطر ۷۶۰.

اتصال بی تکلف بی قیاس

هست رب الناس را با جان ناس

لیک گفتم ناس من نسناس نی

ناس غیر جان جام اشناس نی

ناس مردم باشد و کو مردمی

تو سر مردم ندیدستی دمی

ناس یعنی مردم و رب الناس یعنی خدا. بین دل تو خدا یک اتصال هست بدون کیفیت یعنی تو نمی توانی بگویی چگونه و نپرس چگونه. یک اتصال هست بین دل ما و جان ما با زندگی ولی این کیفیت نمی پذیرد و شما نمی توانید بپرسید. یعنی مثل آهن نیست که ما دو تا آهن را به هم جوش کردیم. یا مثلاً گلدان را گذاشتیم روی میز. این قیاس را نمی توانی بکنی در این جهان و کیفیت نمی پذیرد این اتصال ولی بدان که وجود دارد. **اتصال بی تکلف بی قیاس** بدون مقایسه **هست رب الناس را با جان ناس** جان مردم با جان همه انسانها خدا اتصال دارد. اما من می گویم ناس یعنی مردم، انسان وارسته، زاییده شده از ذهن، از آن جریان و پرسه گذشته که رفته درد می کشد و فهمیده که چرا درد می کشد موضوع درد را رها کرده و یک مقداری هوشیاریش را آزاد کرده. همینطوری هوشیاری آزاد شده، آزاد شده یک دفعه دیگر از ذهن بیرون جست، این ناس است و این مردم است و انسان به نام تعریف این است، نه نسناس اینسان یعنی حیوان انسان نما یعنی من ذهنی دارد. من ذهنی یک سیستم شرطی شده است آن روباه یک پوسته است که ما این را هم می فهمیم. درست است که ما فکر می کنیم که من دارم و این من ما هستیم و به ما چیزها بر می خورد ولی این پوسته است و این ظاهر است توی این پوسته اصل ما است و این پوسته به این قیافه و با این حیل گری و زرنگی و .. فقط دارد ما را در آن حفظ می کند مثل جنین در زهدان یک مادر حامله که دارد آن را حفظ می کند. پس من ذهنی یا نفس، هم چیز بدی نیست فقط اصل ما را توی خودش حفظ کرده. این نفس بیچاره هم نباید توی سرش زد. ما اشتباه کردیم نفس را ادامه دادیم. در اول غزل مولانا در جریان دنبه و روباه می خواهد به ما نشان بدهد که نه تنها بطور فردی اینطوری است بلکه به طور جمعی هم همینطور است. آیا در این جهان دنبه به وسیله روباهها دزدیده شده، یعنی چند میلیارد انسانی هست من ذهنی دارند اینها را جمع کنید مقدار زیادی زندگی دزدیده شده به وسیله اینها و معتدل مانده و این روباهها رفتند به ستوه بالای حرص و بطور جمعی، ما شروع کردیم به جنگیدن و تجاوز کردن و حقه بازی و سر هم کلاه گذاشتن و سلاحهای مخوف و زیر فشار قرار دادن ملتها و بمباران و همه اینها را ما می کنیم و حالیمان نیست که این یک پدیده است که از زندگی یک مقدار دنبه دزدیده شده و زندگی هم دنبال همه این سیستم است یعنی همه این سیستمی با هر مذهبی با هر دینی با هر سیاسی که دارد می گوید که زندگی اینجا معتدل شده و دزدیده شده و شیر هم دنبال کل این دنبه است و می گوید که من که نیامدم شما را بگویم که این را بدزدید و ببرید به ستوه بالای حرص و زرنگی و امثال اینها قرار بوده شما بروید توی ذهن و تک تک بیایید بیرون و بطور جمعی هم بیایید بیرون و بیایید توی من

در فضای حضور و در فضای یکتایی این لحظه با همدیگر متحد بشویم شما انسانها و عشق را در این جهان بپراکنید و خرد را در این جهان بپراکنید . این چه وضعش هست؟ مولانا دارد می گوید من ناس می گویم نه نسناس. نسناس چه بطور جمعی و چه بطور فردی انسان من ذهنی است و انسان زندگی کننده در ذهن است که فقط هوشیاری ذهنی دارد و غیر از هوشیاری ذهنی هیچ هوشیاری دیگری ندارد و هوشیاری عشقی ندارد. بعد حضورش باز نشده ولی ناس می گوید غیر از جان جان شناس نیست یعنی غیر از جان ، جان شناس نیست. اگر شما یک انسان دیگری را می بینید و زندگی در آن می بینید پس شما زنده به جان هستید و جان شناس هستید و شما زندگی شناس هستی پس شما تبدیل شدید از آن روباهیت به شیر و شما شیرو زندگی شدید. بعد می گوید که **ناس مردم باشد و کو مردمی** مردمی همین است مردمی این است که انسانها در همدیگر زندگی را ببینند نه اینکه انسانها از همدیگر بدشان می آید برای اینکه فرم زشتشان را می بینند. من دارند و من هم می گوید من هستم! شما هم هستید ولی مهمترین چیز من هستم و راههای من و باورهای درست است و باورهایی که من با آنها هم هویت شدم آنها درست است و حقیقت را هم من می دانم دین من سیاست من و همه چیز من درست است مال شما غلط است و من این را عنوان قرار دادم برای اینکه با تو ستیزه کنم و اگر ستیزه نکنم کل این فرو می ریزد من هم حالیم نیست و این می شود نسناس. می گوید **ناس مردم هستند کو مردمی** نامردمی و نسناسی همان است که گفتیم و مردمی هم این است که ما رفتیم به فضای یکتایی این لحظه و با زندگی یکی شدیم و در همدیگر عشق و زندگی را می بینیم این مردمی است . می گوید تو سر مردم را ندیدی بنابراین دم هستی. دم همین من ذهنی است و با ذهن می بینی. در همین غصه است که اصطلاح اندیشه کیش را بکار می برد. اندیشه کیش هم خیلی قشنگ است کسی که کیشش ، دینش ، مراسم و همه چیزش اندیشه است حقیقت را هم که می شنود به اندیشه در می آورد و عشق را هم که به او می دهند به اندیشه در می آورد و خدا را هم به اندیشه در می آود همه چیز . اسمش هست اندیشه کیش در همین قصه است. شما بروید بخوانید قصه را و من هم خلاصه اش را برایتان می گویم که اگر نرسیدیم حداقل خلاصه آن را شما بدانید و بروید بخوانید. در یک گودالی که پر از آب است و آب هم می آید از آنجا رد می شود یک درخت گردو هست و یک کسی رفته بالای درخت گردو، این آدم تشنه است و ما در واقع آن آدم هستیم و این که نهری جاری است و یک گودالی هست ، آن هم در واقع ما هستیم که می شود گفت فضای حضور است یا ما به عنوان فضای حضور است و آنجا یک درختی روییده که درخت گردو است این درخت اول درخت جسم ما است و گردوها هم محصولات ما است می گوید یک کسی رفته بالای درخت گردوها را می چیند و می اندازد توی آب و وقتی می خورد به آب یک صدایی می آید یک صدای قشنگی و یک حبابی روی آن ظاهر می شود و یک عاقلی از آنجا رد می شود و می گوید که این عاقل همین من ذهنی است و می گوید اولاً اینکه تو تشنه هستی و رفت بالای درخت و گردو می کنی و اگر می خواهی گردو بخوری این گردو گرم است و تشنگی می آورد ثانیاً تو از آن بالا گردوها را می کنی و می

اندازی پایین و این آب هم رد می شود و آب این را بر می دارد می برد تا از آن بالا بیایی پایین به زحمت آب گردو را برده و تو نمی توانی گردو را بگیری. می گوید نه تو درست نگاه کن من این کار را برای گردو چیدن و گردو خوردن نمی کنم ، من فقط این گردو ها را می اندازم پایین تا به آب بخورد و صدای آب را بشنوم و حباب روی آب را ببینم. در واقع این تمثیل و این قصه کوتاه آغاز کار ما است . ما رفتیم بالای درخت وجودمان شما متوجه شدید که این گردوها و این محصولات زندگی که به آنها چسبیدید اینها به شما زندگی نمی دهند و یکی یکی اینها را می کنید می اندازید پایین. می اندازید پایین اینها کجا می افتند؟ می افتند روی زندگی و روی آب . و وقتی شما رها می کنید این گردو را و می گوید که این را من دیگر نمی خواهم و گردو دیگر روی درخت نیست و می افتد روی آب، در آب غرق می شود. شما یک چیز را که می اندازید این را آب زندگی می برد و شما یک رنجشی را می بخشید و رها می کنید این را زندگی می برد. چند جور گردو داریم ما؟ چند جور ما محصول داریم؟ ما با اتومبیلان هم هویت هستیم با مقامان با بچه مان با همسرمان شدید و از همه آنها هم زندگی می خواهیم و لی الان آنها را می کنیم و می اندازیم و از آنها زندگی نمی خواهیم . کندن و انداختن معنی اش این نیست که شما بچه تان را رها می کند و اتومبیلان را رها می کنید و می گذارید توی خیابان! نه هنوز اینها را دارید ولی وقتی اینها را می اندازید بلافاصله دارید تسلیم می شود دارید می پذیرید که در وهله اول اینطور شروع می شود که من از اینها زندگی نمی خواهم و به محض اینکه اینها را رها می کنید در واقع صدای زندگی را می شنوید و یک خردی درست مثل اینکه از فرق سرتان وارد می شود و از نوک انگشتان پایتان خارج می شود و یک آرامشی و یک عشقی و یک زیبایی وارد می شود و خارج می شود این همان تسلیم است و یعنی شما دارید می گوید که من دیگر فهمیدم از این گردو که محصول کارم است و نتیجه یک عمر زحمت من هست به من نمی توند زندگی بدهد این فقط یک جسم است و من فقط دنبال زندگی میگردم. می افتد رو آب و صدای آب می آید و این صدا ، صدای زندگیست که شما می شنوید . صدای زندگی به صورت انرژی از شما عبور می کند بصورت خرد و عشق بصورت مهر از شما عبور می کند و یک حبابی هم میبندد که همین هوشیاری است . وقتی همه گردوها را کندید باز هم درختتان عوض می شود. هر دو معنی را می تواند بدهد وقتی که درختتان عوض شد ، این دفعه از آن طرف گردو می آورید به این جهان . ولی این دفعه هم که گردو می آورید مثل مولانا که این غزل را گفته بعد هم انداخته آب برده. یک حرف خوبی می زنی و از آنطرف میآورید در این جهان مردم می گیرند و استفاده می کنند و شما دستتون را باز کردید و به گردو نچسبیدید. چون به گردو بچسبید بلافاصله درخت وجود ایجاد می شود و این دفعه درخت وجود ندارد وقتی همه گردوها را کندید و به آب انداختید این دفعه از آن طرف گردو ها را می آورید به این جهان ولی وقتی می خورد به این جهان این گردوهای غیبی و این محصولات غیبی ، شما دوباره همین هوشیاری را می ببیند که در این جهان پخش شد . همان صدای آب همین حباب . حباب هوشیاری است که در این جهان ایجاد می شود می بیند که مولانا وقتی گردو از آن طرف می

آورد هوشیاری در شما این حباب است و یک صدای که صدای زندگی است بصورت انرژی از شما عبور می کند که این در واقع قالب قصه است که به دنبالش این چیزها را می آورد و اگر رسیدیم امروز خواهیم خواند .

دست حق آمد دراز با کف حق کژ مبارز در ره حق هر کی کاشت دانه جوجو درود

این را قبلاً گفتیم. می گوید هر لحظه ما که جذب ذهن شدیم و درد هم داریم هر لحظه زندگی دستش را دراز می کند تا دست را بگیرد ولی چون شما به جهان نگاه می کنی ، شما همیشه کج می بزید و کج بازی می کنید. زندگی دستش را دراز کرده و می گوید بیا من دستت را بگیرم و ما باید از جنس او بشویم و به او نگاه کنیم ما به جهان نگاه می کنیم و به چیزها و دردها نگاه می کنیم کج می بازیم به جای اینکه دستمان را بدهیم به زندگی و از آنجا هوشیاری غیبی بگیریم و بکاریم در این جهان و از ما انرژی خوب زندگی از ما عبور کند ما همین جو را می کاریم. جو کاشتن یعنی از پایگاه من ذهنی فکر کردن. درد داشته باشیم و فکر هم نکنیم. با دردمان فکر کنیم و بکاریم حتماً درد ایجاد می شود ولی اگر تسلیم بشویم و این لحظه با زندگی موازی بشویم اگر انرژی از آن طرف بی آید گندم می کاریم. می گوید که نمی شود شما خشمگین باشید و فکر هم نکنید از توی این چیز خوبی در بی آید. نمی شود انتقام جو باشی نمی شود رنجش کهنه با خودتان حمل می کنید و دائماً این رنجش شما را گرفته و شما جزو آن هستید و آن هم جزو تو است و این هر لحظه آلودگی را در انرژی شما می ریزد این جو کاشتن است اگر بخواهی این کار را بکنی همیشه درد درو می کنی و کار دیگر نمی توانی بکنی. کج مبارز این همین کج باختن است و کج بازی کردن است. راست بازی کنیم چطوری است؟ ما رویمان را برمیگردانیم از جهان معنی اش این نیست که کار نکنیم و پول نداشته باشیم ! کار هم شدید می کنیم ولی می خواهیم به کارمان انرژی زنده کننده زندگی بریزد و هر لحظه ما تسلیم هستیم با پذیرش اتفاق این لحظه هر لحظه موازی با زندگی هستیم مسئولیت می پذیریم مسئول هستیم و می گوئیم من خودم جذب ذهن شدم و این بلاها را خودم سر خودم آوردم. بنابراین از ملامت دیگران از ملامت همسرم از ملامت بچه ام از ملامت دولت و این و آن من دست بر می دارم. می گویم که من خودم رفتم تو ذهن و هم هویت شدم و این بلاها را سر خودم آوردم و افراط کردم و الان فهمیدم و با کسی هم کاری ندارم. بنابراین دانه جو هم نمی کارم. یا نمی کارم اصلاً و یا اگر می خواهم بکارم فقط گندم می کارم. از آن طرف اگر توانستم بکارم ، می کارم وگرنه اصلاً نمی کارم. ساکت نشستم تا ببینم چی می شود.

بخش پنجم:

هر کی بترساندت روی حق آر زود

هر که ترا کرد خوار رو به خدایش سپار

می بینید که مولانا راه برخورد ما را با تهدیدات من ذهنی به ما نشان می دهد فقط من ذهنی است که خوار میشود و می ترسد زندگی از جنس ترس نیست و زندگی را کسی نمی تواند کوچک کند. بنابراین اگر ما از ذهن زاییده شدیم و با هوشیاری دوباره یکی شدیم و با خدا یکی شدیم نمی شود ما را کوچک کرد. اگر کسی ترا خوار کرد و کوچک کرد تو اهمیت به آن نده و واکنش نشان نده و همین واکنش نشان ندادن تو را از جنس من ذهنی می کند و تو برو و او را به خدا بسپار و تمرکزت را از روی او بردار و اگر کسی تو را بترساند تو این ترس را ببین و از جنس او نشو و این تو را به یاد این می اندازد که باید به حق و زندگی روی بیاوری. این یعنی به یاد تو می اندازد که من از جنس زندگی هستم نه از جنس ترس. پس مولانا دو تا قضیه مهم را می آورد یکی اینکه ما همیشه کوچک می شویم و می گوئیم که ما را کوچک کردند به ما احترام نگذاشتند و یکی هم ما را ترساندن. واقعاً ترس مهمترین هیجان غالب من ذهنی است اگر کسی در مقابل من خود پابستد و به چشمان ترس نگاه کند و پیش خودش بگوید که من قاطی تو نمی شوم من واکنش به تو نشان نمی دهم چون واکنش نشان بدهی به ترس و بترسی شما می توانی قبل از اینکه قضاوت کنی که من دارم می ترسم و بترسی، می توانی به آن نگاه کنی و نترسی. ترس یک هیجان است. تا قضاوت نکنی و تا وارد ذهن نشوی، ترس نمی تواند اثر روی شما بگذارد. کسی که می ترسد و خودش را گم می کند حتماً توی ذهنش است. حتماً با آن چیزی که می ترساندش معمولاً هم ما می ترسیم برای اینکه چیزی را که داریم از دست بدهیم یا آن چیزی که ما فکر میکنیم به ما زندگی خواهد داد بدست نتوانیم بیاوریم. ما از اتفاقات می ترسیم. اتفاقات چکار می خواهند بکنند به ما؟ آنچه که داریم را از آن زندگی میگیریم اتفاق می افتد و از دست ما برود. خب برود! ما از همین ترس استفاده می کنیم و می گوئیم که این ترس معنی اش این است که من در ذهن هستم و این من را یاد این می اندازد که از ذهن باید بیرم بیرون. در واقع پریدن به بیرون هم همین تسلیم شدن است و نگاه کردن به ترس است وقتی که به ترس نگاه می کنید از جنس ترس دیگر نیستید. به او نگاه می کنید ترس همیشه همراه با یک فکر است به فکرش هم نگاه می کنید و وقتی به فکرش نگاه می کنید دیگر از جنس آن نیستید و از آن جدا شدید. شما به عنوان چی چیزی جدا شدید؟ به عنوان هوشیاری. به عنوان اصل خودتان. همیشه ما میتوانیم این کار را بکنیم. شما می توانید ناظر فکر هاتون و ترسهایتان باشید. شما به کوچک شدن هم نگاه کنید کوچک نمی شوید برای اینکه ما از جنس زندگی هستیم و زندگی و خدا را نمی شود کوچک کرد. خورشید را نمی شود کوچک کرد. درست است که ذره هستیم ولی از جنس خورشید هستیم. الان می گوید حتی به غصه و ترس و بلا شما اینطوری نگاه کن که این مثل کمند خدا است

غصه و ترس و بلا هست کمند خدا

گوش کشان آردت رنج به درگاه جود

همه تقریباً غصه و ترس و بلا دارند درد دارند شما به غصه و ترس و دردتان به چه صورت نگاه می کنید؟ می گوئید به من ظلم شده و واکنش نشان می دهید به این که به شما ظلم شده و بیچاره شدید بی زندگی شدید؟ یا نه می گوئید که این یک توری

است یک کمندی است اگر این نبود من سرکش بودم و من داشتم می رفتم دردهای بیشتر ایجاد کنم در جهان و اینها گرفته من را و من را گوش کشان دارد می برد این درد به درگاه بخشش خدا. یعنی این دردها مثل یک توری است یا مثل کمندی است که ما را دارد می کشد و دارد می برد به درگاه ایزدی که خدا و زندگی بتواند لطف و عشقش را به ما بدهد برای اینکه ما نپذیرفتیم و ما راه اشتباه رفتیم. اشتباه چی بوده؟ اشتباه عبارت از این بوده که ما در نه سالگی و ده سالگی دردهای ایجاد شده را پایه قرار دادیم به ما نگفتند که این دردها برای این بوده که شما دیگر این راه را ادامه ندهید و بروید به سوی زندگی و هوشیاری و از ذهن بی آید بیرون، نه گفتند همین راه را ادامه بدهید و درد را روی درد اضافه کنید و بعد برنجید همه اینکارها را بکنید و ما هم این کارها را کردیم و از اینجا ما دوباره می رسیم به قانون جبران دوباره. شما اگر پنجاه سالتان است و می خواهید این برنامه را گوش کنید و مولانا را بخوانید و این دردهایتان را بریزید و رها بشوید یک مقداری طول میکشد عجله نکنید. اینجا دوباره آن زرنگی روباه می آید و می گوید یا زودتر من را رها کنید من نمی خواهم درد بکشم! نه زودتر نمی شود گفتم هر چیزی در طبیعت، زمان خودش را می برد ولی ما می خواهیم آن قانون را بهم بریزیم می خواهیم ما گندم بکاریم و دو روز بگذرد و خیلی آب بدهیم و کود بدهیم و یک مقدار نور به آن بتابانیم بعد از ده روز گندم درو کنیم! نه چنین چیزی نمی شود. گندم را اول زمین را شخم می زنند و بعد می کارند و آنجا می ماند یا باران می آید و یا آب میدهند و بعد آفتاب تابستان روی آن می افتد تا گندم، گندم بشود. باید صبر کنید تا آخرهای تابستان آن را درو کنید و اگر عجله کنید نمی شود. ما پنجاه سال با دردها هم هویت شدیم در عرض یک ماه میخواستیم از شر آن راحت بشویم باید به خودمان فرصت بدهیم و به این سرعت نمی شود ولی پیشرفت می کنیم. اینطوری هم نیست که دوباره پنجاه سال دیگر هم طول بکشد. یک سال دو سال سه سال بسته به اینکه چقدر سفت کردیم ما این دردها و این هم هویت شدگی ها را و باید به خودمان فرصت بدهیم باید روی خودمان کار کنیم و هر روز باید روی خودمان کار کنیم مثل ورزش می ماند و هر کسی که ورزش می کند یک روزی که ورزش را گذاشت کنار دیگر ورزشکار نیست. بعضی ها ورزشکار بودند در بچگی ولی چهل سال است که ورزش نمی کنند ولی در ذهنشان ورزشکار هستند. نه شما یک هفته اگر ورزش نکنید ورزشکار دیگر نیستید. این هم همینطور است اگر شما یک روز روی معنویتان کار نکنید آن روز شما ورزشکار معنوی نیستید و عضله معنوی شما شل می شود و این در واقع کار هر روز است و این را من اینجا می گویم که کلیدش هم تکرار است. تکرار همان چیزها. شما می بیند که یک دین مثل اسلام آمده و گفته که شما در روز پنج بار نماز بخوانید و همان چیزها را مرتباً تکرار کنید. چرا؟ مگر شما هر روز یک غزل می خوانید این نماز شما با آن نماز شما جداست؟ نه. دین آمده این را توصیه کرده و گفته این را اگر هر روز تکرار کنید شما بعد از مدتی به گنج حضور می رسید شما. حاصل آن هم باید همان می شد حالا مردم در نماز حضور ندارند وقتی که نماز می خوانند به مسائل خودشان فکر میکنند!! نه این را قبول ندارید کسانی که روانشناس هستند و

روانشناس بازاریابی خواندند می آیند یک آگهی را هزاران بار تکرار می کنند یک آگهی در سی ان ان ممکن است سی هزار دلار باشد هر دفعه اش یا در یک رویداد ورزشی یک آگهی بسیار گران باشد ولی مرتب همان آگهی را تکرار می کنند. چرا؟ دیوانه هستند؟ نه دیدند که ذهن ما وقتی تکرار می شود به تکرار پاسخ می دهد. این قانون روانشناختی این است که مسجل و مسلم شده که وقتی یک چیز تکرار میشود و چیز آن را نفی نمیکنند ما آن را می رویم می خریم در اینجا هم همینطور است وقتی شما این غزلها را می خوانید و تکرار می کنید ولی می بینید که چیزی هم این را نفی نمی کند ذهن شما تسلیم می شود و ذهن شما این را می پذیرد. الان نمی پذیرد برای همین تکرار می کنند. اگر آنطوری بود آگهی را سی ان ان یک بار پخش می کرد که مثلاً فلان خمیر دندان را بخرید و همه می رفتند می خریدند. نه آنطوری نیست. می بیند که یک چیزی را که می خوان بفروشد روزی ده ها بار این را آگهی می کنند. شما هم برای خودتان آگهی میکنید. این چیزهای معنوی را هر روز تکرار می کنید. من این را اینجا می گویم برای اینکه همین وقتی که ترس می آید و خواری می آید تمرین می کنید و تکرار می کنید تا یک دفعه می بیند که بعد از یک مدتی تکرار همان چیز اتفاق افتاد. در واقع شما آگهی خودتان را خودتان می خرید. خودتان تبلیغ می کنید و خودتان هم می خرید. اگر تبلیغ نکنید برای خودتان این چیزهای معنوی را و تکرار نکنید خودتان هم نمی خرید.

یارب و یارب کنان روی سوی آسمان **آب ز دیده روان بر رخ زردت چو رود**

اگر کسی تو را خوار کرد یا کوچک کرد و یا ترساند و تو اگر رو به خدا آوردی و این را تکرار کردی یواش یواش که یارب یارب می گویی از جنس یارب و خدا می شوی از جنس زندگی می شوی و مرتب از آن حبابی که گفتم از جنس آن می شوی. مرتب این چیزها را رها می کنی و یک مقداری حباب هوشیاری در شما ایجاد می شود و هوشیاری حضور زیاد می شود و دائماً رو به آسمان که رمز زندگی است هستی یعنی شما رو به خدا هست روی به آسمان هستی و این باعث می شود که با این کار از جنس زندگی و آسمان بشوی. بعد در حالیکه لطیف می شوی آب از دیده روان یعنی داری لطیف تر می شوی داری عشق و خرد و لطافت از اصل شما و از آن جهان به این جهان می ریزد و شما متوجه این لطافت می شوید. بر رخ زردت چو رود این را دو جور می توانید معنی کنید یکی اینکه واقعاً آن روی روباه است که زرد است یا اینکه نه حقیقتاً الان از جنس عشق شدی و عاشق هم رویش زرد است و در سطر پایین می گوید که اگر اینطوری بشود می بینید که سبزه دمید و دلت خراب شد و دلت مست شد و در اطراف دل شما سبزه زندگی دمید

سبزه دمیده ز آب بر دل و جان خراب **صبح گشاده نقاب ذلک یوم الخلود**

از این آبی که از چشمانتان جاری می شود نه اینکه ما می شنیم زار زار گریه می کنیم نه آن را نمی گوید لطیف می شویم جان ما لطیف می شود و آن زمختی و مقاومت و واکنش از دست می رود و همه اینها از هم هویت شدگی با درد و با چیزها بوجود می آید . پس شما لطیف شدید پس دل شما مست و لطیف شد . بر دل و جان خراب یعنی مست . پس از آبی که از لطافتی که از شما روان است در اطراف شما سبزه می دمده یعنی در این جهان شما شروع می کنید آبادانی کردن و گلها بوجود می آید که منظور چیزهای نیک است. آن آب جاری میشود و بعد برکت در این جهان می آفریند اول در زندگی شما.

صبح گشاده نقاب یعنی برای شما صبح شده است قبلاً شب بود برای اینکه در ذهن بودیم. برای اینکه ما فقط هوشیاری جسمی داریم روز هوشیاری حضور است هوشیاری غیبی است یک هوشیاری دیگر هست که بعد اصلی ما است و آن روز است و آن کور و کبود ، کور هم هست . شب است و نمی بیند. درست است که ما چیزهای این جهانی را ممکن است ببینیم و بسیار هم باسواد باشیم ولی به لحاظ زندگی کور هستیم. دائم از کتاب می گوئیم از انسانهای دیگر که فلان دانشمند اینطوری گفته و فلان پرفسور اینطوری گفته و در آن کتاب اینطوری نوشته و... اینها معتبر هستند ولی تا وقتی که تو به این بعد زنده نیستی هیچ گونه تعادلی هیچ گونه شعوری و تشخیص درستی در شما وجود ندارد فقط قالبی و ذهنی هست همه چیز. چیزهای ذهنی را ما درست نمی دانیم ذهناً وقتی چیزی را میدانیم ، درست نمی دانیم پس شب است. **صبح گشاده نقاب** یعنی صبح شده . **ذلک یوم الخلود** یعنی این هست بهشتی که باید وارد بشوی یا این بهشت وعده داده شده به شما است. این روز جاودانگی ، خلود یعنی جاودانگی یا بهشت. این هست روز جاودانگی و به لحاظ اهمیت همین **ذلک یوم الخلود** این هست بهشت یا جاودانگی که انسان باید وارد بشود. من توضیح از قرآن برایتان آوردم این آیه قرآن هست که می بینید که چقدر این توضیح شبیه آن حرفهای هست که ما امروز زدیم از مولانا و اشاره می کند به همان توضیح ۳۲-۳۵ می گوید این هست آن بهشتی که به شما وعده داده می شد و مخصوص هر بازگردنده به خدا . اینجا را شما کاملاً متوجه می شوید. یعنی شما رفتید ذهن و به خودتان آمدید و دارید بازمی گردید به سوی هوشیاری و زندگی. دوباره وعده بهشت به شما داده شده و معلوم می شود که بهشت جاودانگی همین هوشیاری حضور است یا فضای یکتایی این لحظه است که شما از ذهن زاییده می شوید به آن و می بینید که ادامه می دهد که نگهدارنده داخل پرانتز توضیح داده (حافظ عهد و پیمان الهی است) یعنی اینکه روز ازل یا دریک وقتی از تکامل ما زندگی از ما پرسیده که آیا از جنس من هستی؟ و ما گفتیم بله. یعنی ما هوشیاری به این هستیم که ما از جنس زندگی هستیم پس ما آن عهد و پیمان را در حالیکه نگه داشتیم یعنی شما الان می دانید که از جنس زندگی هستید از جنس شیر هستید و به یاد آن پیمان هستید رها نکردید که یکسره بروید به ذهن و بروید به ستوه بالای من ذهنی مثل حرص و مقاومت و ستیزه و جنگ چون می دانید از جنس زندگی هستید و زندگی ستیزه نمی کنید پس نگهدارنده آن عهد و پیمان هستید و مولانا به همه اینها اشاره می کند با یک عبارت . همان کسی که از خداوند رحمان به نمان و به خلوت می ترسد در اینجا می ترسد واقعاً

می ترسد نیست یعنی شما احتیاط می کنید خردمند هستید و پرهیز می کنید می دانید الان که اگر به طبقات بالای من ذهنی بروید چه اتفاقی خواهد افتاد بنابراین وقتی با خودتان هستید احتیاج نیست که کسی شما را تماشا کند شما این خرد و پرهیز را دارید که نروید بیشتر به سوی ذهن و حرص و ترس. این در واقع می ترسد احتیاط است. حالا می گوید با قلبی توبه کار یعنی این که ما متوجه هستیم که داریم بر میگردیم به سوی هوشیاری دوباره و اینجا را در غزل آورده بود که به سلامت بهشت درآید که این است روز جاودانگی. پس همین عبارت را نوشته بود ولی مولانا بر حسب روشی که دارد یک عبارت کوتاهی از قرآن بر می دارد و منظورش همین قسمت هست که اگر کسی بخواهد میتواند برود و قسمتهای دیگر را هم بخواهد. و می خواهد بگوید که به سلامت که آقای کریم زمانی این را هم توضیح دادند که در ضمن این قرآن مال استاد کریم زمانی است اگر شما مثنوی می خوانید و احتمالاً بعضی از جاها مجبور خواهید شد که به اشارات قرآنی مراجعه کنید و از یک جایی بخوانید که این ترجمه و این تفسیر بهترین است و خوشبختانه ایشان اشعار مثنوی را هم در قرآن آوردند و یک جلد دست من رسیده که. پس بنابراین، این که گفت ذلک یوم الخلود ترجمه اش این است که بسلامت هم معنی اش این است که هیچ اتفاقی برای شما نیوفتاده این همه که بلا سر شما آمده در هم هویت شدگی و با دردها و با چیزهای این جهانی و این همه رنجشها و سرخوردگیها، اینها هیچ اثری روی اصلتان نگذاشته بنابراین به سلامت در می آید و همانطور که به سلامت وارد این جهان شدید هیچ تاثیری این جهان روی شما نگذاشته فقط این دفعه شما وارد جاودانگی و وارد بهشت می شوید پس ما الان فهمیدیم که جاودانگی یا بهشت یا نامریرائی همین زاده شدن ما از ذهن است و بهشت هم همان است بهشت فضای یکتایی این لحظه است اینطور نیست که شما بمیرد و بروید در دنیای دیگر به بهشت. شما در همین لحظه یا وارد بهشت می شوید یا نمی شوید. به سلامت به بهشت در آید این را در همین لحظه به صورت زنده به ما دارد می گوید که این است روز جاودانگی یعنی همین لحظه روز جاودانگی شما است.

یک عکس دیگر هم داشتیم این از آن مشخص تر است می بیند این است آن بهشتی که به شما وعده داده می شد. فضای یکتایی این لحظه وقتی که از ذهن شما بر می گردید و شما بر می گردید به فضای یکتایی این لحظه که به شما وعده داده شده و این مخصوص آدمهایی است که بر می گردند از آن روباهیت به خدا و اینها نگهدارنده همان پیمان ازلی هستند. و اینها کسانی هستند که متوجه شدند که نباید دنبال آن روباهیت بروند و مرتب قلبی دارند که با خدای خودشان یا در خلوت خودشان دارند بر می گردند و توبه کار هستند و می گویند که ما تصمیم گرفتیم که آن راه روباهیت را ادامه ندهیم و ما متوجه شدیم که آن به زندگی نمی رسید و فرشتگان به آنها گویند به سلامت به بهشت در آید که این است روز جاودانگی.

بخش ششم:

یادمان باشد که من در اینجا نه مولانا درس می دهم نه قرآن درس می دهم فقط هوشیاری را داریم پراکنده می کنیم یک جور هوشیاری یک جور درسی که به شما کمک می کند از خواب ذهن و آن کور و کبودی بیدار بشوید. این اصلاً هیچ ربطی به دین ندارد منتها ادیان آموزشهای ساده و اولیه آورده اند که بعداً بسیار پیچیده شده و تبدیل به دستورالعمل شده و آن آموزشهای اولیه به طور کامل منتفی شده و گاهی اوقات هم موضعهای خصمانه نسبت به باورهای دیگر گرفتند و فقط با ستیزه به باورهای دیگر پرداختند بنابراین تبدیل به سیستم باوری شدند. دین سیستم باوری نیست. این چیزی که ما توضیح دادیم سیستم باوری نیست دویی نیست بنابراین این که ما بدانیم که ما از جنس زندگی هستیم دائماً این به ما کمک می کند و این که بفهمیم که راه ذهن را نرویم و هم هویت شدگی با درد را و با چیزهای این جهانی نرویم، این ربطی به دین نداره و دین هم همین را گرفته دوباره. این که یک فضای یکتایی این لحظه وجود دارد و اگر ما از ذهن زاده بشویم و جاودانه می شویم و آنجا بهشت است پس خلود یعنی جاودانگی و بهشت و این اصلاً ربطی به دین ندارد ولی دین هم همین را می گوید. ولی هنر مولانا این است که این نکات بسیار ظریف را از همان آموزشهای دینی می کشد بیرون و بدون اینکه آنها را پیچیده بکند در عبارت کوتاه به شما می گوید بنابراین وقتی شما اینها را می خوانید اطلاعاتی هم آموزشهایی هم راجع به دین خودتان پیدا می کنید که تا بحال نمی دانستید و اگر ندانید در این صورت باید آموزشهای غلط را بپذیرد. آموزشهایی که با اصل بسیار بسیار متفاوت است و آموزشهایی که فقط تفسیر من ذهنی است. اگر من ذهنی تفسیر میکند و اگر این آموزش شما را آزاد نمی کند و شما را در همان جا نگه میدارد و پایگاه ستیزه می شود و یک قطب می شود تا با یک نفر دیگر ستیزه کنید در این صورت از آن آموزش ساده اولیه فاصله زیادی گرفته.

گر سر فرعون را درد بدی و بلا

لاف خدایی کجا دردهای آن عنود

عنود یعنی ستیزگر. عناد و ستیزه در واقع همانطور که بارها گفتم یکی از ابزارهای مهم من ذهنی است که شاید مهمترین همین ستیزه باشد. در جاهای دیگر مولانا می گوید که خدا به فرعون همه چیز داد غیر از درد. دوباره تاکید می کند که درد اگر کسی دارد اعتراض و شکایت نکند فکر کند که این تور خداست و گذاشته که ما بیش از حد طغیان نکنیم برای اینکه در کوری و نشنیدن هستیم چون در تاریکی شب هستیم و زیاد نمی شود این طرف و آنطرف برویم چون درد اگر نباشد باعث می شود که ما خیلی برویم. بعضی از ما با توجه به این که درد هم داریم ولی باز آنقدر می رویم که نمی توانیم بر گردیم. و بارها گفتیم که انسان موجود بسیار ظریفی است که اگر به او فشار بیاید دیوانه می شود. نباید به انسان زیاد فشار آورد ولی ما خودمان به خودمان فشار می آوریم برای اینکه راه ذهن را می رویم. می گوید که اگر سر فرعون درد و بلا داشت در این صورت لاف خدایی نمی زد. فرعون باز هم ما هستیم. فرعون من ذهنی است که درد دارد ولی نمی داند که درد دارد. خیلی از ما بین شاید بیست پنج سالگی تا چهل سالگی اوضاع بر وفق مراد است و همه چیز به نظرمان جور است ولی حواسمان

نیست که جو کاشتیم و ما با هوشیاری حضور اینها را نکاشتیم و هر چه که کاشتیم درد بوده و کاملاً زندگیما را روی ذهنیاتمان بنا کردیم و به قول حافظ قصر امل بنا کردیم یعنی یک چیز توهمی در ذهن ساختیم بعضی اوقات بقول روانشناسان Comfort Zone ما هم هست جای راحتی که ما احساس راحتی میکنیم. یک دفعه اگر یک ستون را بکشند همه شروع می کند به هم ریختن و این خانه قلبی و دروغین ما به هم می ریزد. اگر هم در زندگی شما چنین چیزی وجود دارد و شما هم هیچ دردی ندارید و می گوید همه چیز خوب است و به به من چقدر موفق هستم و خوشبخت هستم و من همه چیز را طرح و درست می کنم با زندگی هم کاری ندارم منتظر باش که دارد می آید و یک جایی را یک ستونی را به هم می ریزد و فرو خواهد ریخت و این خواهد شد. و بنابراین بهتر از که هوشیار بشویم و بگوییم که ما تسلیم هستیم و برگردیم و این جور آموزشهای معنوی را مطالعه کنیم. بی خودی مولانا اینچنین سطرهایی رانوشته و اگر ادعای خدایی می کنیم ما، یعنی اگر ما می گوییم که ما می دانیم در حالیکه در اول هم گفت قرار است که ما اول وارد ذهن شویم و با ذهن هم هویت می شویم و بعد باید خودمان را بکشیم بیرون و بعد زندگی بی آفریند زندگی برای ما فکر کند و ما فقط عمل کننده باشیم و گوش کنیم ببینیم که زندگی چه می گوید ولی حالا که زندگی را گذاشتیم کنار و خودمان داریم می تازیم یک جایی این فرو خواهد ریخت برای اینکه همه چیزش مصنوعی است شاید اینطوری بنظر نیاید ولی اینطوری است. حالا یک آدمی با خواندن این، گوش می دهد و به خودش می آید و یک موقعی هم تا فرو نریزد و تا درد نکشد به اندازه کافی متوجه نمی شود ولی درد هم بکشد باز هم حالا ما فهمیدیم که درد مثبت است ما گوش نکردیم پس در چهل سالگی پنجاه سالگی به هم می ریزد و ما از توی آن مرتباً داغون می شویم و انشاالله که درست در میآییم و زندگیما را ادامه میدهم. ولی اگر شما خردمند باشید این غزلها را می خوانید و می فهمید که چکار باید بکنید و اول از عناد دست بر می دارید از ستیزه دست بر می دارید و اکنتش نشان نمی دهید نرم می شوید درشت می ستانید و نرم پس می دهید. اینها چیزهایی است که یواش یواش باید تمرین کنید پس یک باشنده ای در ما وجود دارد که فرعون است و این فرعون اگر درد نداشته باشد ادعای خدایی می کند یعنی می گوید که ما خودمان بلد هستیم و لازم نیست که با زندگی موازی بشویم و نتیجه اش را هم گفتیم که چی می شود. حالا می گوید

چون دم غرقش رسید گفت اقل العبید

کفر شد ایمان و دید چونک بلا رو نمود

وقتی لحظه غرق شدنش رسید گفت که من کمترین بنده تو هستم تا آن موقع می گفت که من هستم ما در وسط زندگیما با گرفتاری برخورد کردیم یا زندگی بی مزه و تلخ شد و دیگر جرقه ای از آن بلند نشد و هیچ کسی را دوست نداریم و میلی به زندگی نداریم آن موقع می گوییم اقل العبید یعنی ما مخلص و کوچک خدا هستیم. ما بنده کوچک هستیم در موقع غرق شدن و آن موقع است که کفرش تبدیل به ایمان می شود. وقتی بلا رو می کند ما کفرمان تبدیل به ایمان می شود. می گویم لزومی ندارد که اینطوری باشد ولی متأسفانه مثل اینکه دیگر راهی نیست. حالا در اینجا مهم این است که یک مقدار هم هویت شدن و

کندن خود و درد ایجاد کردن هوشیارانه برای تکامل ما لازم است اگر پدر و مادر حمایتی داشته باشیم که همدیگر را دوست داشته باشند و خانواده با آرامش باشد با آموزش و تعلیمات خوب باشد این ساده‌تر است ولی اگر این نبود و ما درد را ادامه دادیم و رسیدیم به پنجاه سالگی در این صورت مسائل ما آنقدر زیاد می‌شود که بالاخره وقتی غرق می‌شویم می‌گوییم که ما کوچکترین بنده شما هستیم و آن موقع هست که در اثر درد زیاد و کفر ما ایمان می‌شود و شما نگذارید که اینطوری بشود و می‌توانید راه دیگری را بروید. راه دیگر انتخاب است راه دیگر عقل است. امروزه آموزش در زمینه معنوی زیاد است شما می‌توانید کتابهای معنوی بخوانید و می‌توانید کتاب مولانا را بگیرید و بخوانید مثنوی به قلم آقای کریم زمانی برای مطالعه مثنوی بسیار خوب است یک سری هفت جلدی بخريد و همین چیزهایی را که ما اینجا می‌خوانیم مثلاً این قصه را من خلاصه اش را گفتم چون فرصت نخواهیم کرد که بقیه اش را بخوانم، شما بروید و بقیه اش را از کتاب بخوانید. این را هم بگویم که بعضی‌ها ایراد می‌گیرند که اگر ما مگر رشته ادبیات خوانده ایم که بیاییم شعر بخوانیم! عزیز من لطافت یک مملکت فرهنگ یک مملکت بیشتر در ادبیات و موسیقی آن است که ما در اینجا هم داریم ادبیات به معرض تماشا می‌گذاریم با معنای معنویت و هم موسیقی اش را. این که یک مهندس یا دکتری آشنا به موسیقی باشد و ادبیات، این به رشته ادبی احتیاج دارد؟ نه در غرب هم شما می‌بیند کسانی که باسواد هستند شکسپیر را خوانده اند انگلیسی یا امریکایی آن اشخاصی را که مهم هستند می‌روند و اثر آنها را می‌خوانند تا ادبیاتشان را یاد بگیرند حالا ادبیات به این پُری ما داریم مثل مولانا چرا نخوانیم. مهندس هم باید ادبیات بخواند. دکتر هم باید ادبیات بخواند بنا هم باید ادبیات بخواند راننده تاکسی هم باید ادبیات بخواند همه آنها باید موسیقی خودشان را هم گوش بدهند اگر می‌خواهند لطافت فرهنگی را درک کنند. بله ریاضیات و مهندسی مال مهندسين است و پزشکی هم مال پزشکان است ولی ادبیات مال همه است.

تا تن فرعون وار پاک شود از جحود

رنج ز تن بر مدار در تک نیلش درآر

جحود یعنی انکار. مثل اینکه آدم بداند ولی انکار بکند. انکار یا جحود دوباره کار من ذهنی است. در حالیکه می‌داند انگار نمی‌داند. در ذهن می‌گوییم که من آرامش و شادی می‌خواهم من باید پرهیز و صبر کنم پنج دقیقه دیگر دنبال دیگران راه می‌افتد و می‌رود. آنها هر کاری میکنند ما هم همان کار را می‌کنیم. پنج دقیقه قبل تصمیم گرفتی که این کار را نکنی مطمئن نیست شک دارد توی سطح است عمق ندارد این همان انکارش است پُر از شک است. هیچ اطمینان ندارد من ذهنی یقین ندارد فقط زندگی هست که یقین دارد. این که تو آن آیه قرآن هم آمده که من در خلوت خودشان، شما در خلوت خودتان هستید باید مطمئن باشد و یقین داشته باشید که زندگی وجود دارد و شما از جنس زندگی هستید و از جنس شادی هستید و آرامش هستید و شما دنبال منهای ذهنی نروید. تصمیم می‌گیریم ولی تصمیمان تصمیم نیست. ده دقیقه دیگر به هم می‌ریزد برای اینکه می‌بینیم یک عده ای یک کاری میکنند و ما فکر می‌کنیم که باید اینطوری باشد. می‌گوید تو رنج را از روی این

تن بر ندارد در اینجا مصر به صورت سمبلیسم جهان فرم و محدودیت است و نیل که از آن رد می شود منظور هوشیاری حضور و زندگی است . شما الان نگاه می کنید که وقتی شما را یک کسی خوار کرده شما می خواهید واکنش نشان دهید و نگاه می کنید خب وقتی دلش می خواد واکنش نشان بدهد ولی شما نمی کنید من ذهنی درد می کشد. بگذار درد بکشد. این من ذهنی معتاد به درد است. اگر بخواهد موادش به آن نرسد که درد است ناراحت می شود ولی بگذار ناراحت بشود نگاه کن که من تنم نیستم و به او نگاه کن که تو هوشیاری حضور هستی و بگذار زیر این نیل که هوشیاری شما باشد و این تن مثل فرعون اگر ببیند دارد غرق می شود از انکارش دست بر می دارد از ستیزه هم دست بر می دارد. پس بگذار که درد بکشد و شما این درد نیستید. آن روباه می خواهد زرنگی کند، اگر شما نگذارید که زرنگی کند یک مدتی هوشیارانه درد می کشد که این در واقع درد کشیدن هوشیارانه است. گفتیم شما درد نمی کشید فرعون یا من ذهنی درد دارد میکشد.

نفس به مصرست امیر در تک نیلست اسیر

باش بر او جبرئیل دود برآور ز عود

نفس ما من ذهنی به جهان فرم مسلط است و امیر جهان فرماست ولی ما می دانیم هر نفسی، هر من ذهنی به وسیله زندگی محاصره شده گفت که شیر دنبال این روباه است و شیر او را محاصرم کرده و روباه زیر پنجه شیر است . اگر من با همه زرنگیم و با همه درد هایم، با همه الگوهای واکنشیم و ستیزه و انکارم، زیر پنجه شیر هستم در تک نیل یعنی در ته نیل اسیر هستم در ته آب زندگی. پس ما می دانیم که زندگی ما را محاصره کرده و می خواهد که ما رها کنیم که ما این انکار و ستیزه را رها کنیم تا ما را از آنجا در بیاورد. نمی خواهد ما را خرد کند ولی تو باید همکاری کنی با زندگی، تو جبرئیل و الهام بخش او باش و از عودش دود در آور . حالا می خواهد بگوید که این عود است می سوزد و سر را به تو می دهد ولی تا نسوزد و درد نکشد و دود نکند، راز را به تو نمی گوید . یعنی به عبارت دیگر اگر ما بیست درصد، سی در صد آزاد شدیم ما باید این من ذهنی را بسوزانیم تا این راز را به ما پس بدهد راز هم بقیه هوشیاری ما است که در تله افتاده تو الگو افتاده. ما خودمان هستیم که به خودمان کمک می کنیم البته مایی که از جنس زندگی شدیم . می گوید ولی حواست باشد که

عود بخیلیست او بو نرساند به تو

راز نخواهد گشا تا نکشد نار و دود

می گوید که اگر به عقل من ذهنی بروی با او بخواهی فکر کنی آن عود بخیلی است که به تو بوی زندگی را نمی رساند مگر بیکارش کنی . راز را به تو فاش نمی کند تا نار را به دود نکشد. نار یعنی آتش. این باید آتش بگیرد و بسوزد و قسمتی از آن هم همین درد هوشیارانه است. وقتی می گویم درد کشیدن هوشیارانه سادیسیم نداریم ولی یک مدتی باید این را مشاهده کنیم و ناظرش باشیم گاهی اوقات این اسمش پرهیز است پرهیز هم سخت است. اعتیاد به آن چیزهایی که من ذهنی شده و ما تن در می دهیم ، اگر تن در ندهیم مشاهده کنیم درد می کشد و می سوزد و ما هوشیاری هستیم و جذب من ذهنی نمی شویم . داریم

نگاه می کنیم و می گوئیم که تو درد بکش و اگر درد نکشی این الگوها بی اثر نمی شوند و بقیه من هم از تو نمی آید بیرون. سر من در تو است. درست مثل اینکه یک کسی می آید یک تخمی می گذارد در یک حیوان زنده ای و آن تخم بزرگ میشود و آن حیوان را می خورد و خودش آزاد می شود می رود. ما هم وقتی از مادر زاده می شویم این تخم ما می رود توی ذهن و در آنجا رشد می کند و بالاخره این را می سوزاند و بال و پر می گیرد و می خورد می رود بیرون و شما باید این را بدانید و این کار را بکنید. این سوختن و این دود کردن مال من ذهنی است مال ما نیست. من به عنوان زندگی نه می سوزم و نه دود می کنم نه می رنجم و نه آسیبی به من می رسد آن می سوزد و می گوید تا نسوزد راز را به ما نمی گوید.

مفخر تبریز گفت شمس حق و دین نفهت

رو ترس از توست عشق سرکه نشاید فزود

مفخر تبریز همین شمس تبریزی است که هوشیاری باشد و انسان کامل و کسی که تماماً از ذهن آزاد شده. گفته تو ای انسان تو هم شمس حق هستی و هم شمس دین هستی بطور پنهانی در ذهن. شمس حق و دین نهفته است ای انسانی که آفتاب حقیقت و خدا هستی بر روی زمین و آفتاب دین هم هستی. کدام انسان؟ گفت آن که ما ناس می گوئیم آنکه مردم است. انسانی که از ذهن زاییده شده. انسانی که در ذهن نیست انسانی که در عین حال که هوشیاری حضور دارد هوشیاری هم دارد ولی در ذهنش من ندارد. جهان را هم می بیند ولی یک هوشیاری دیگری هم در او هست به نام هوشیاری حضور. آن هوشیاری حضور شمس حق را دین است. آن هست که حق را می شناسد و خدا را می شناسد و مقدس است و از جنس خداست. پس می گوید شمس تبریزی گفته انسان شمس حق و دین نهفته است. حالا عشق رویش از تو ترش است. چرا ترش است؟ عشق منتظر است که ما از این ذهن بیاییم بیرون و خودمان را در اختیار او قرار بدهیم که از طریق ما خودش را بیان کند. رویش ترش است برای اینکه حرف زیاد می زنیم. این حرف و فکر در واقع سرکه افزودن است می گوید وقتی عشق از تو رویش ترش است یعنی از تو قهر کرده برای اینکه تو به وظیفه ات عمل نمی کنی ای انسان، حالا دیگر سرکه را اضافه نکن یعنی ترشی را زیاد نکن. معنی اش این است که زیادی حرف نزن. همینطور که پیش بینی کرده بودیم به مثنوی نرسیدیم. انشاءالله یک روز دیگر آن مثنوی را بطور کامل خواهیم خواند ولی آن مثنوی دفتر چهارم سطر ۷۴۵ شروع می شود که همینطور که عرض کردم شما می توانید تفسیر مثنوی به قلم استاد کریم زمانی مراجعه کنید و قصه را از آنجا بخوانید و نکات بسیار بسیار ظریفی در این قصه کوتاه هست که می توانید از آنجا یاد بگیرید و در زندگی خودتان بکار ببندید و سطر اولش هم اینطوری شروع می شود که

در نغولی بود آب آن تشنه راند

بر درخت جوز، جوزی می فشاند

می فتاد از جوزین جوز اندر آب

بانگ می آمد همی دید او حباب

همانطور که اشاره کردم می گوید که در یک گودال عمیقی که آب از آن روان بود یک درخت گردویی بود که آن تشنه رفت
بال آن درخت گردو و این گردوها را می ریخت پایین یعنی می کند و می ریخت پایین و از جوزبن یعنی درخت گردو ،
گردوها بر آب می افتادند و هم صدای آب را میشنید و هم حباب روی آب ظاهر می شد . این قصه را بعداً برایتان خواهم
خواند امروز خسته شدید و یا خودتان می توانید تشریف ببرید و بخوانید. ***