

برنامه شماره ۳۹۸ گنج حضور اجرا: پرویز شهبازی



چون درشوی در باغ دل مانند گل خوش بو شوی
چون بربری سوی فلک همچون ملک مه رو شوی
گر همچو روغن سوزدت خود روشنی کردی همه
سرخیل عشرت‌ها شوی گر چه ز غم چون مو شوی
هم ملک و هم سلطان شوی هم خلد و هم رضوان شوی
هم کفر و هم ایمان شوی هم شیر و هم آهو شوی
از جای در بی‌جا روی وز خویشتن تنها روی
بی‌مرکب و بی‌پا روی چون آب اندر جو شوی
چون جان و دل یکتا شوی پیدای ناپیدا شوی
هم تلخ و هم حلوا شوی با طبع می همخو شوی
از طبع خشکی و تری همچون مسیحا بربری
گرداب‌ها را بردری راهی کنی یک سو شوی
شیرین کنی هر شور را حاضر کنی هر دور را
پرده نباشی نور را گر چون فلک نه تو شوی
شه باش دولت ساخته مه باش رفعت یافته
تا چند همچون فاخته جوینده و کوکو شوی
خالی کنی سر از هوس گردی تو زنده بی‌نفس
یاهو نگویی زان سپس چون غرقه یاهو شوی
هر خانه را روزن شوی هر باغ را گلشن شوی
با من نباشی من شوی چون تو ز خود بی‌تو شوی
سر در زمین چندین مکش سر را برآور شاد کش
تا تازه و خندان و خوش چون شاخ شفتالو شوی
دیگر نخواهی روشنی از خویشتن گردی غنی
چون شاه مسکین پروری چون ماه ظلمت جو شوی
تو جان نخواهی جان دهی هر درد را درمان دهی
مرهم نجویی زخم را خود زخم را دارو شوی

با سلام و احوالپرسی برنامه گنج حضور امروز را با غزل شماره ۲۴۴۴ از دیوان شمس مولانا شروع می‌کنم.

چو در شوی در باغ دل مانند گل خوش بو شوی

چون بر پری سوی فلک همچون ملک مه رو شوی

چون در شوی در باغ دل، یعنی اگر وارد بشوی در باغ دل، در شوی یعنی وارد شوی مثل گل خوشبو میشوی و اگر در آسمان ببری مانند فرشته ماه رو می‌شوی. در تفسیر این غزلها، بطور کلی مولانا و اینکه بنده از این غزلها و تفسیرها کمک می‌گیرم تا گنج حضور را برای شما بیان کنم، بسیار بسیار کلیدی است که ما بدانیم که وقتی چنین شعری را می‌خوانیم این شعر به چه چیزی در ما اشاره می‌کند. اگر به اصطلاح متناظر آن را در خودمان پیدا نکنیم در این صورت این شعر بر روی ما اثر نخواهد کرد و بیشتر این گفتگوها سمبولیک هستند در واقع مثلاً ما می‌گوییم باغ، باغ دل یا فلک یعنی آسمان اینها سمبولیک هستند و یا اینکه انسان مثل گل می‌شود، انسان که هیچ وقت مثل گل نمی‌شود، تبدیل به گل نمی‌شود ولی چون گل را می‌شناسیم و به خاصیتی از گل یا آسمان اشاره می‌کند که ما شبیه آن هستیم. با این جور گفتگو ما خودمان را می‌شناسیم. آنقدر خودمان را می‌شناسیم که در عمیق ترین حالت شناسایی خود، در واقع شناخت خود و زندگی یا خدا یکی است. پس می‌گوید که وقتی وارد باغ دل بشوی پس یک باغ دل وجود دارد، اولاً باغ است برای اینکه آنجا زیبایی و آرامش هست شادی هست و ثانیاً از فحوای کلام اینطوری معلوم می‌شود که ما باید وارد چنین باغی بشویم و این باغ و این دل مرکز ما است. و منظور از این دل، دل همه عالم است که خود زندگی است. مرکز همه چیز یک چیز است که اسمش را بگذار خدا اسمش را بگذار زندگی و در ضمن می‌خواهیم بدانیم وقتی وارد بشویم به باغ دل، پس ما جا هستیم که از آنجا باید وارد بشویم؟ این هم خیلی مهم است. ما الان کجا هستیم؟ بیشتر انسانها کجا هستند؟ در ذهنشان. بارها گفته ایم صورت مسئله را که ما به صورت هوشیاری بی‌فرم وارد این جهان شدیم. هوشیاری بی‌فرم، فرم ندارد فقط هوشیاری است و فقط از جنس زندگی است و وقتی وارد این جهان شدیم جذب ذهن و افکارمان شدیم الان در ذهنمان زندگی می‌کنیم. پس می‌گوید که اگر از ذهنمان برگشتیم و وارد باغ دل شدیم، دارد این را هم می‌گوید که حتماً باید این کار را بکنیم و در برنامه‌های گذشته مفصلاً گفتیم که این منظور، این مقصود که ما جذب ذهن شدیم از آنجا برگردیم و دوباره به سوی زندگی به سوی باغ دل برویم که این دل هم دل دنیاست و کائنات است و همه چیز است و دل من هم هست و دل تو هم هست و دل همه انسانی هم هست که گاهی اوقات می‌گوییم که فضای یکتایی این لحظه. آن یک فضا است و فوراً در سطر پایین همین باغ دل را به آسمان تشبیه می‌کند و این تشبیه خیلی جالب است این که وقتی شما به آسمان نگاه می‌کنید فضای خالی می‌بینید با یک سری ستاره با یک سری اجرام. ما هم وقتی به درونمان نگاه می‌کنیم باید یک فضای خالی ببینید با یک سری فرمها که این فرمها همان فکرها و هیجانانمان هستند بدنمان و فرم فیزیکی مان هست و در سطر پایین که می‌گوید چون بر پری سوی فلک، پس معلوم می‌شود که ما هوشیاری بی‌فرم هستیم که به آنچه که چسبیدیم در ذهن آن را رها می‌کنیم می‌پریم به آسمان، ولی حقیقتاً که ما به این آسمان نمی‌پریم! آسمان سمبولیک است. همانطور که در آسمان یکی آسمان است و ستاره‌ها هست در درون ما هم یک آسمانی هست که هنوز باز نشده برای خیلی‌ها. برای اینکه تو ذهنشان زندگی می‌کنند و از ذهنشان بر نگشته اند به بیرون به فضای یکتایی یا آسمان. انگار در بیرون بگوییم که آسمان جذب ستاره هایش

شده که این دیگر کار نمی کند این حالت غیر طبیعی است و نمی شود که اینطور باشد. پس در درون ما هم نمی شود که آسمان درون ما جمع بشود. فهمیدن اینها و منطبق کردن این صحبتها به خودمان و دیدن خودمان کلیدی است و اگر این کار را نکنیم هیچ فایده ای ندارد و آن موقع می فهمیم که چه تغییری باید بکنیم. الان اگر ما فقط در ذهن زندگی می کنیم یک نوع هوشیاری بیشتر نداریم و آن هم هوشیاری نسبت به اجسام است. این لحظه راجع به یک چیزی که فکر می کنیم نشان می دهد هوشیاری و لحظه بعد یک چیز دیگر و لحظه بعد هم همینطور و... و این هوشیاری جسمی من را در خودش گرفته و در پایین خواهیم دید که من با یک سرعتی این کار را دارم می کنم که دائماً این هوشیاری جسمی را نگه دارم و خودم را در آن زندانی کنم و اگر من فقط هوشیاری جسمی دارم پس هوشیاری فضا ندارم بنابراین این هوشیاری آسمان در درون من نیست پس آسمان درون من باز نشده و من توی محدودیت هستم، من تو درد هستم من چسبیدم به یک چیزهایی و آنها را ول نمی کنم و همین دردآور است و بعلاوه برکت زندگی در همان باغ دل است، در همین فضای خالی است و دوباره به آسمان که نگاه کنیم چون می شناسیم برکت زندگی در خلاء آسمان است نه در آن ستاره ها. ما هم در درون چون جذب چیزها شدیم در ذهنمان زندگیمان برکت دارد برای اینکه هر چیزی را که می خواهیم خلق کنیم از منشاء من ذهنی و از منشاء ذهن خلق می کنیم. فقط هم چیزهای خلق شده را ساخته شده را مرتباً تکرار می کنیم که این خوب نیست. مقصود اصلی مولانا باز یادآوری می کند که همین است چون در شوی در باغ دل یعنی باید در شوی باید وارد شوی وگرنه کارت خراب است. حالا چه می شود آن موقع؟ می گوید مثل گل خوشبو می شوی. بوی گل لطیف ترین انرژی است که از گل صادر می شود و از بافت گل خارج می شود اینطوری نیست که گل عطری زده باشد از خارج. پس مانند گل خوشبو می شویم یعنی ما هم از درون یک جور انرژی متصاعد می کردیم که تا حالا نمی کردیم. تا حالا خیری نبود. پس چند تا چیز گفتیم: یکی اینکه این مقصود اصلی ما است که باید از ذهن برگردیم. به عبارتی این را بارها گفته ایم ما جذب ذهن شدیم و در خواب ذهن هستیم بیدار بشویم و بیدار بمانیم این خیلی علامت راهنمای خوبی است بیدار شدن و بیدار ماندن. این مقصود اصلی همه انسانهاست و این مهم است که بارها این را تکرار کنیم و دوباره معادل همین است که وقتی وارد باغ دل شدی می توانی انرژی از دورن بیاوری که این انرژی برکت و این خرد و این عشق بریزد به فکرها بریزد به اعمال و بریزد به این جهان همینطور که بوی گل همینطوری متصاعد می شود از درونت از تو نه اینکه از بیرون، انرژی بیرون را بگیری که بیشتر ما که الان در ذهن هستیم نمی توانیم این کار را بکنیم و مثل گل خوشبو نیستیم. و اگر می گوید برپری به سوی آسمان باید از جنس آسمان بشوید از جنس بی فرم بشوی. حالا که ما چسبیدیم به چیزها در زمین، از کجا می پریم این هم یک سمبولیسم دیگری است از زمین. زمین فرم ما است کدام فرم؟ همان که بارها گفته این من ذهنی. این زمین که باید از آن پریم از چی تشکیل شده از اینکه هوشیاری جذب فرمهای مادی شده این فرمهای مادی سه جور مشخص دارند یکی همین فکرها و باورهای ما است یکی هیجانها ما است و یکی دیگر هم فرمهای فیزیکی.

بخش دوم:

خیلی مهم است که شما بدانید که این سه بعد را ما هم داریم یعنی ما بعد فکری داریم که هوشیاری جذب این بعد است در درون ذهن و همه اینها از طریق ذهن به ما ارائه می شود داریم راجع به این صحبت می کنیم که از کجا به کجا می پریم از زمین یا فرم همین شما هستید، نگاه کنید به خودتان آیا این زمین. آیا واقعاً مثل این زمین خاکی است؟ نه زمین فرم روانشناختی ما است. این بدن هم جزو آن است، یعنی ما در ذهنمان یک تصویر ذهنی یک فرم روانشناختی از خودمان درست کردیم که این فرم روانشناختی وانمود می کند که ما او هستیم و ما هم فکر می کنیم او هستیم. از چی تشکیل شده؟ از اینکه هوشیاری یعنی ما به عنوان هوشیاری آمدیم جذب ابعاد مادی شدیم که این ابعاد مادی یکی فکرهای ما است یکی هیجانات ما است مثل درد و خشم و یکی هم فرم فیزیکی ما است. پس ذهن ما قسمتی از بدن ما را بر می دارد یا کل بدنمان را مثلاً اگر ما خوشگل هستیم اگر ما قوی هستیم آن قسمتها را بر می دارد جزو این تصویر ذهنی می کند و مقایسه می کند و حالا یک چیزی که مهم است این است که باید بدانید که وقتی این فرم را درست کردیم یواش یواش ما توی آن هستیم و توی آن زندانی شدیم توی این فرم یا زمین. در پایین می گوید جا، از جای در بی جا روی شما باید بدانید که از جای در بی جا روی یعنی چی. پس وقتی که می گویم جا و مکان و فرم یا زمین و آسمان. آسمان رمز، آن فضا گشایی ما است. حالا یک بعد چهارم داریم که آن بُعد معنوی ما است که برای بیشتر اشخاص بسته است. سه بعد قبلاً گفتیم و حالا یک بعد چهارمی وجود دارد که این بعد معنوی این بعد حضور شما است و بعد آسمان شما است ولی چون جذب ذهن هستیم آن بُعد بسته است. حالا ما می خواهیم که این بعد را باز کنیم. آیا می توانیم باز نکنیم؟ بله می توانیم باز نکنیم و تا آخر عمرمان درد بکشیم. و منظور از این جهان را هم نفهمیم که یعنی چی. منظور از این جهان این است که ما به صورت هوشیاری جذب ذهن بشویم که در سطر بعد می گوید به چه صورت به این علت جذب ذهن می شویم که آن جا یک ذخیره ای درست کنیم که بعداً این ذخیره را می سوزانیم و تبدیل به روشنایی می شویم در واقع آن وجود اولیه آن حضور ما است. پس زمین یا من ذهنی که ما می خواهیم از آن بپریم سوی فلک فرم روانشناختی ما است. هر کسی یک فرم روانشناختی دارد که در ذهنش از خودش ساخته و جذب آن شده. این فرم روانشناختی توهمی است و اصلاً چنین چیزی وجود ندارد. در پایین می گوید که این مثل مو میشود. آن باید مثل مو بشود و باید بسوزد. الان ما آنجا بجای مو طنابهای کلفت درست کردیم. این طنابها هم رشته رشته است و بعضی هایش درد هستند یا هم هویت شدگی با چیز هاست و بعضی ها هم هویت شدگی با فکر هاست یا هم هویت شدگی با هیجانهای مثل خشم و رنجش و ... اول بفهمیم که پر پری سوی فلک یعنی ما به عنوان هوشیاری بی فرم رها کنیم این موضوع توهمی را در ذهن و به صورت هوشیاری بپریم به آسمان، آسمان هم جای دیگری نیست باز هم خودمان هستیم. به عبارت دیگر ما خودمان را از فکر جدا کنیم. باز هم برگردیم به اینکه بیدار بشویم از این خواب ذهن و بیدار بمانیم. این بیداری یعنی ما به عنوان هوشیاری بی فرم. هوشیاری که وقتی وارد این جهان شدیم همان بودیم. جذب ذهن شدیم و دوباره بیدار شدیم و الان دیگر حالتان عوض می شود. چطوری می شود؟ اینها را مولانا تقریباً در هر شعری تکرار می کند و ما هم مجبور هستیم که تکرار کنیم و هیچ چیز دیگری نیست غیر از اینکه شما بدانید که حقیقتاً چی

هستید و جذب چی شدید؟ چطور می توانید بیدار شوید و وقتی که بیدار شدید چه می شود و باید هم بیدار بشوید و اگر بیدار نشوید در اختیار زندگی قرار نمی گیرید که زندگی از شما برای بیان خودش استفاده کند همین که دارد می گوید که مثل ملک مهر و می شوی مهر و یا ماه رو، نور می اندازد و زیباست ولی اگر آسمان نپری مثل ماه نمی شوی. ماه شب چهارده نور می اندازد و شما هم نور می اندازید. این نور چیست؟ همان نوری است که از درون و از ذاتان می آید همان نوری که از زندگی می آید و به شما داده می شود و شما در جهان پخش می کنید. الان می گوید چطور می شود وارد باغ دل بشوی یا سوی فلک بپری؟ باید مثل روغن شما را بسوزاند.

گر همچو روغن سوزدت خود روشنی گردی همه سرخیل عشرت ها شوی گر چه غم چون مو شوی

اگر مثل روغن تو را بسوزاند. چه کسی بسوزاند؟ خدا یا زندگی. تو کی هستی الان؟ الان یک فرم هستی، روغن هستی. یک مقدار درد هستی. درد هم هویت شدگی که من توهمی همین است. ما وارد ذهن می شویم جذب ذهن می شویم و هم هویت می شویم و می گوئیم که من می چسبم به این و یک دفعه از ما می گیرند درد ایجاد می شود. درد در ما ذخیره می شود؟ و دوباره می چسبیم به یک چیز دیگر و دوباره آن را هم از ما می گیرند و یا میمیرد و یا از بین می رود. خب ما ذهناً به او هنوز چسبیده ایم و آن جزوی از ما است پس باعث می شود که دردمان بی آید. تازه به هر چیزی که گیرمان می آید هم می چسبیم. می رویم از دواج می کنیم به همسرمان می چسبیم. بچه دار می شویم به بچه مان می چسبیم شغل پیدا می کنیم به شغل مان می چسبیم. جذب مفهوم ذهنی اینها می شویم و اینها را هم جزو منمان می کنیم. یک دفعه همسرمان میرود یا بچه مان می رود و یا شغل مان می رود و ما ناراحت می شویم. درد ایجاد می شود. حالا اینجا یک نقطه ای است که بسیار این هم کلیدی است. شما می دانید آمده اید جذب ذهن شده اید و چسبیدید به چیزها، حالا این چیزها الان دارد از بین می رود و شما دردتان می آید. در این نقطه شما این درد را دو جور می توانید معنی کنید. یکی اینکه من دارم مظلوم واقع می شوم و به من دارد ظلم می شود خدا من را دوست ندارد و بنده من را دوست ندارد و هیچ کس من را دوست ندارد که اگر اینطوری معنی کنی تو درد هستی و داری درد را روی درد. تو متوجه می شوی در آنجا بطور توهمی که تو از جنس درد هستی و در را هم زیاد می کنی که قانون جذب هم هست The Law Of Attraction حقیقتاً ما از جنس درد که نیستیم موقتاً گیر کردیم در آنجا و بارها گفته ایم که این در ده سالگی دوازده سالگی درست است و این را هم می دانید که زندگی طرحش این است که ما به عنوان هوشیاری وارد ذهن بشویم و در آنجا درد درست کنیم و یا هم هویت شدگی درست کنیم و یک دفعه اینها بسوزند مثل روغن و تبدیل بشوند به روشنایی. و این روشنایی در واقع شکل اولیه حضور ما است و یک راه دیگر این است که شما وقتی که دردتان می آید به چیزی که چسبیده اید وقتی دارند از شما می گیرند یا میمیرد یا هر طوری دیگری که میشود شما می گوئید که این درد برای این است که من به چیزی چسبیدم و می خواهم این را رها کنم و هوشیارانه رها می کنم و می پذیرم که این را باید رها کنم و این پذیرش اتفاق این لحظه یا تسلیم من را از جنس زندگی می کند. من اگر هم درد می کشم هوشیارانه درد می کشم تا از جنس زندگی بشوم. هوشیارانه درد می کشم معنی اش این است که من حس مظلومیت نمی کنم. حس ظلم نمی کنم که یکی دارد این را از من می گیرد. من تفسیرم

این است که طرح زندگی این بوده که من را با یک چیزهایی هم هویت کند و بعد اینها را از من بگیرد و من اینها را بپذیرم و به این ترتیب تمام روشنی بشوم . **گر همچو روغن سوزدت** منظورش چراغهای فتیله ای قدیم بود که مثل روغ کرچک یا زیتون می ریختن در آن و این شروع می کرد به سوختن و تبدیل به روشنایی می شود. حتی روغن ما هم باید در بی آید مثل این سنگهای هسته زیتون را یا کرچک را له می کردند تا روغن آن بیرون بی آید . زندگی هم همینطور است این گیرها را در ما له می کند البته موقع له کردن شما هوشیارانه درد می کشید و میدانید که این طرح زندگی است و به شما ظلم نمی کند . دارد به این زبان به شما می گوید که رها کن. الان وقت رها کردن است و اگر ما افراط نکنیم در چسبیدن به چیزها در سن ده دوازده سالگی این خیلی ساده است ولی اگر به چیزها چسبیدیم و رسیدیم به شصت سال خب معلوم است که این کار خیلی سخت خواهد بود.

پنجاه حتی چهل سال سخت می شود و بعد می گوید که باز هم ما از این متوجه می شویم که مثل روغن ما را خواهد سوزاند. شما نگوئید که زندگی سوء قصد کرده به جان ما. خدا ما را دوست ندارد. نه اینطور نیست. پس ما الان می دانیم که به هر چیزی که بچسبیم یا با هر چیزی که هم هویت بشویم درد ایجاد می شود و ما هم بگوئیم از ثانیه صفر تا ده دوازده سالگی هم هویت شدیم اگر یک کسی ما را بیدار کند در آنجا دیگر بیدار می شویم و هم هویت نمی شویم ولی اگر کسی نبود ما را بیدار کند همینطور ادامه می دهیم حتی به دردهایی هم که ایجاد می شود به خودمان اضافه می کنیم . حالا آن زمینی که صحبت کردیم آن فرم روانشناختی هم که صحبت کردیم چون از زندگی قطع می شود تنها راه حس وجودش مقایسه است. مقایسه با دیگران و برای اینکه خودش اضافه کند و در مقایسه بالاتر در بیاد باید چیزها را به خودش اضافه کند . این را هم می دانید که این خاصیت ذهن است برای همین است که ما اشتهای زیادی برای اضافه کردن چیزها برای خودمان داریم که این هم غلط است و این هم دوباره می دانید که بطور غیر مستقیم مولانا این را هم می گوید که این زمین این فرم روانشناختی ما ، نیازهای روانشناختی دارد نیازهای اصیل ندارد. غذا نیاز اصیل ما است ولی اینکه من با شما مجادله کنم و پیروز از آب در پیام این نیاز من نیست ولی این نیاز به آن یکی بعضی موقعها می چربد و اینکه شما من را تایید کنید این نیاز روانشناختی است این نیاز اصلی و اصیل من نیست. این که من مدام دنبال تایید می گردم و تایید مردم که به من بگویند که من کی هستم و من آدم حسابی هستم این همان نیاز روانشناختی من ذهنی مال زندگی نیست و زندگی خودش می داند که کی هست و ما هزاران نیاز روانشناختی داریم که اگر از جنس آسمان بشویم و این آسمان را باز کنیم به عنوان ناظر به این من ذهنی نگاه کنیم می بینیم که چه بازیهایی این در می آورد اگر جذب بشویم نمی توانیم ببینیم . این هم دوباره کلید مهمی است. شما اگر تصویر ذهنی یا من ذهنیتان را می بینید و می بینید که چقدر بازی دارد و چقدر نیازهای روانشناختی دارد که واقعاً اینها چیزهای لازمی نیست شما به هر حال حدود زیادی به حضور رسیدید. **گر مثل روغن سوزدت خود روشنی گردی همه** اگر مثل روغن تو را بسوزاند تماماً تبدیل به روشنایی می شوی و بعد سردسته عشرتها می شوی. چرا سردسته عشرتها می شوی؟ عشرت یعنی شادی و زندگی .

برای اینکه آن فضایی که باز می شود آن فضا از جنس شادی و عشق است. یعنی اصل ما از جنس شادی است و ما اصل خودمان را می شناسیم و از جنس اصل خودمان می شویم. یعنی همان هوشیاری که وارد جهان شدیم و جذب ذهن شدیم الان از

ذهن که خارج می شویم دوباره همان هوشیاری می شویم این هوشیاری ذاتش شادی است خب این شادی بالا مثل گل از خودش می آید بنابراین این سر دسته همه خوشی های این جهانی است. مثل اینکه شما را تایید می کنند یک مقداری خوشحال می شوید در مجادله و بحث که پیروز می شوید یک مقداری خوشحال می شوید وقتی خانه تان را به رخ مردم می کشید یک مقداری خوشحال می شوید وقتی اتومبیل شیکتان را به رخ مردم می کشید کمی خوشحال می شوید و.. اینها خوش های کاذب و دروغین است ولی سر دسته همه عشرتها و شادی ها جهان همان شادی اصیلی است که از ذات شما بر می خیزد برای همین است که می گوید سر دسته شادیها می شوید و اصلاً خود شادی می شود گر چه از غم مثل مو می شوی. وقتی ما مثل روغن می سوزیم تبدیل به روشنایی می شویم و الان می دانیم که زندگی طرحش این است که ما را مثل روغن بسوزاند و اگر درد آمد این دفعه هوشیارانه با درد روبرو می شویم و از آن فرار نمی کنیم و متوجه می شویم که به چیزی چسبیدیم و با پذیرش آن اتفاق تبدیل به نور و تبدیل به اصلمان می شویم و پذیرش اتفاق این لحظه ما را از جنس زندگی می کند و مولانا می گوید که ما تبدیل به سر دسته شادیها می شویم گرچه که این من ذهنی ما از غم مثل مو می شود. یعنی آن کسی که در اثر هم هویت شدگی با درد و فرمهای ذهنی طناب کلفتی شده، تبدیل به مو می شود یعنی چیزی از این زمین یا من توهمی نمی ماند و این قدر می داند که ما تشخیص می دهیم که ما یک وجودی هم داریم و بیشتر نیازهای روانشناختی ما از بین می رود و حرص و ترس از بین می رود و خیلی از مشخصات من ذهنی را که شما می شناسید چون من ذهنی مثل مو می شود از بین می رود.

بخش سوم:

هم مُلک و هم سلطان شوی هم خلد و هم رضوان شوی هم کفر و هم ایمان شوی هم شیر و هم آهو شوی

قبلاً فقط ملک بودی، ملکی که توهمی بود. می گوید الان یک بعد دیگری باز می شود که هم تو فرم داری و هم صاحب فرم که خود تو هستی. برای اینکه تو از فرم جدا میشوی. وقتی جدا می شوی از فرم و از ذهن بیرون می آیی ذهنت ساده می شود و منت مثل مو میشود و از مُلکت مثلاً ملک فکر هایت و ملک هیجانات و ملک بدننت هستند اینها ملک هستند ولی سلطان هم دارد که سلطان و تصمیم گیرنده اش خود شما هستید ولی تا حالا سلطانی در کار نبود و ما نوکر من ذهنی بودیم. من ذهنی با نیازهای روانشناختی که داشت ما را به هر جایی که می کشید ما به دنبال او می رفتیم ما به عنوان هوشیاری جذبش بودیم ولی الان اینطوری نیست. من ذهنی ما مو شده و بسیار ضعیف شده و ما سلطان شدیم دیگه از جنس خدا و زندگی شدیم و به اصل خودمان برگشتیم و وارد باغ دل شدیم. اما این بار ملک یک جور دیگری شده. می گوید هم خلد و هم رضوان شوی خلد یعنی بهشت و رضوان یعنی نگهبان بهشت یا صاحب بهشت. پس بهشت همین دل و فرمش هم همین فرم شما است. می گوید هر چه که در این جهان شما درست می کنید همه از این انرژی ایزدی برخوردار می شود پس بهشت شما دو جور است یکی نگهبان بهشت است که خود شما هستید برای اینکه شما در بهشت زندگی می کنید و یکی هم فرم شما است که فرم بهشت است. این خیلی مهم است که ما بدانیم که اصلاً جریان چی هست. ما به عنوان هوشیاری از ذهن باید بی آییم بیرون بهشت را در این جهان بی آفرینیم و خودمان هم صاحب بهشت خودمان هستیم. بعد هم می گوید که هم کفر می شوی و هم ایمان. ایمان می شوی برای اینکه به عینه

با خدا یکی می شوی این قسمت ایمانت است ولی می بینی که هر چیزی که بصورت فکر در می آید این فکر نمی تواند خدا را بشناسد این هم کفرت است. ولی به حرف کفر گوش نمی دهی. تا زمانیکه ما هم هویت شدگی داریم. آن هم هویت شدگی کفر ما است. گفت که به اندازه مو می مانیم. آیا کسی هست در این جهان که به اندازه مو هم نماند؟ بسیار بسیار سخت است. می شود من ذهنی را آنقدر کم کرد و کم کرد که تبدیل به مو بشود و آن مو هم از بین برود و نماند. لابد کسانی هستند که می توانند! این هم امکان دارد ولی مولانا به همین مو قناعت می کند. **هم شیر و هم آهو شوی** شیر شما هستید که در جهان فرم نمی ترسد قبلاً رویاه بودی چرا؟ جذب ذهن بودی و چیزهای ذهنی و با همه چیز هم هویت بودی تا یک تکانی می خورد ما می ترسیدیم ولی الان دیگر نمی ترسیم مثل شیر هستیم. وقتی فضای حضور در ما باز بشود فرم ما به یک صورت دیگری در می آید. به این صورت در نظر بگیرید که وقتی ما از ذهن خارج بشویم ذهن ما یک ابزار بسیار قوی می شود در این جهان عملی که ما می کنیم با ترس همراه نیست با شجاعت همراه است **هم شیر و هم آهوشوی** آهو قسمت بی فرم ما است مولانا می خواهد بگوید که این قدرت در لطافت است نه در زمختی. گرچه می گوید که فرم شما اگر شیر بشود اصل شما که بی فرم است قدرت در آن است. حقیقتاً هم قدرت در لطافت است در خشونت نیست. در این جهان هم کسانی که خشن هستند و فکر می کنند قوی هستند آنها ضعیف هستند و کسانی که لطیف هستند آنها قوی هستند. اگر شما در مقابل بچه ای که جیغ می زند عصبانی نشودی شما شیر هستید و آهو. اگر شما هم جیغ بزنید در این صورت شما شیر و آهو نیستید. پس شما می ترسید. اصلاً واکنش نشان دادن به هر چیزی این نشانگر آن قسمت روباهیت ما است. که توان روبرویی با اتفاقات را ندارد.

از جای در بی جا روی وز خویشتن تنها روی **بی مرکب و بی پا روی چون آب اندر جو شوی**

می بیند مولانا دارد توضیح می دهد که چی می شود اگر ما تبدیل بشویم. از جای گفتیم که همین فرم توهمی ما است یک چیز دیگر که جای را جای ننگه می دارد در اصطلاح فیزیک می گویند مومنتم. مومنتم در فارسی می گویند مقدار حرکت در فیزیک این مطلب بسیار ساده ای است که ذهن هم این را دارد. اتومبیلی که با سرعت هفتاد کیلومتر دارد می رود مومنتم دارد علاوه بر سرعت یک چیزی دارد که این میل به رفتن دارد و در فیزیک و روانشناسی و در همین مطالعه معنویت هم بسیار بسیار مهم است. مثلاً شما وقتی که اتومبیلتان با سرعت هفتاد کیلومتر در ساعت دارد می رود یک زره پدال گاز را فشار بدهید مثلاً پنج کیلومتر سرعتش اضافه می شود ولی اگر ترمز بگیرید پنج کیلومتر سرعتش کم می شود ولی همش دارد می رود شما اگر یک دفعه ترمز کنید اتومبیل یک دفعه نمی ایستد، باید یک مدتی پایتان را روی ترمز بگذارید و کمی فشار بدهید تا بایستد یا به دفعات ترمز بزنید و دیگر گاز ندهید برای اینکه مقدار حرکت دارد. ذهن هم همینطور است یعنی اگر این من ذهنی ما درست همینطور است دائماً ما از چیزها زندگی می خواهیم از همسرمان زندگی می خواهیم ما را خوشبخت کند از بچه مان زندگی می خواهیم از شغلمان زندگی می خواهیم از موقعیت اجتماعی و از سوادمان زندگی می خواهیم خوشبختی و هویت می خواهیم این با یک سرعتی که در پایین این سرعت را مولانا می گوید این گرداب است. اصلاً من ذهنی یک گرداب است و می چرخد. شما نگاه کنید به ذهنتان یک فکری می کنید آیا می توانید روی این فکر الان یک ساعت بمانید مثلاً یک ساعت شما فقط به یک

چیز فکر کنید؟ نه نمی توانید. فوراً ذهن این لحظه روی یک چیز است لحظه بعد روی یک چیز دیگر برای اینکه می چرخد نمی توانیم باشیم. چه کسی می تواند باشد؟ در صورتیکه اگر این مقدار حرکت نبود در ذهن و اگر با سرعت زیاد نمی چرخید حالا چرا با سرعت زیاد می چرخد؟ ما فکر می کنیم که اگر تند تند فکر کنیم و تند تند به چیزها فکر کنیم ما مثلاً تند تند خوشبخت می شویم و از آنها هر چه دارند می گیریم در حالیکه آنها چیزی ندارند. اصلاً دانستن و شناسایی این حقیقت که چیزها واقعاً خوشبختی و هویت ندارند به ما بدهند این خیلی مهمه، یواش یواش سرعت این ذهن پایین می آید. ما با این تند تند فکر کردن نیست که مسائلمان را حل می کنیم با تند تند فکر کردن مسئله ایجاد میکنیم. مسائلمان را زیاد می کنیم مسائلمان را می دانید چی حل می کند؟ انرژی که از آن طرف می آید. ولی برای اینکه انرژی از آن طرف بیاید یک بار این ذهن باید به صفر برسد هم به لحاظ من و هم به لحاظ سرعت. یعنی ما این اتومبیل را یک جوری نگه داریم. اتومبیل را ما به سرعت انداختیم دارد می رود برای اینکه نمی دانستیم و از بچگی این را به ما یاد دادند! می خواهیم عرض کنم خدمتتان که جا و مکان این که ما فرم هستیم برای این فرم شدن ما یک مومنتی داریم و یک مقدار حرکتی داریم که شما فوراً نمی توانید این را بایستایید این است که ما را جا می کند. اصلاً شما به این برنامه گوش می کنید به مدت یک ساعت و ممکن است که خیلی هم ریلکس بشوید و ذهن وایساده؟ نه. این همان پایین آمدن سرعت اتومبیل شما پنج کیلومتر ده کیلومتر است. بله شما داشتید با سرعت هشتاد کیلومتر می رفتید ولی الان با سرعت شصت کیلومتر می روید ولی هنوز می روید. ولی باید بایستید. آیا گوش کردن به این برنامه و آرام کردن ذهن و آرامش برای شما مفید است؟ بله خیلی خیلی زیاد مفید است. در ضمن این را بگویم که اگر شما جا را نگاه دارید اگر من ذهنی را نگه دارید نمی توانید با کار روی پارامترهای این ذهن خودتان را نجات بدهید و نمی توانید شادی را به خودتان برگردانید. اینطوری نیست که چند تا باور را عوض کنید مثلاً من با این باورها الان هم هویت هستم جذب اینها شدم، باورهام را عوض می کنم. این حال شما را خوب نمی کند. شما باید از کل این جا بروید به بی جا. بی جا فضای یکتایی این لحظه است. از جای به بی جای روید. باید این موضوع مومنتم و حرکت ذهن که در پایین به صورت گرداب می گوید که گردابه را بردرید راهی کنی یک سو شوی شما برای خودتون حل کنی. اگر حل نکنید متوجه نمی شوید که جا چی هست و بی جا چی هست. گوش کردن به این برنامه فایده به شما نمی رساند. حداقل جا را باید بشناسید. حداقل باید در خودتان ببینید که جذب چیزها این جهانی شدید از طریق ذهن، جا درست کردید و فرم دارید. این فرم از جنس زندگی نیست و این فرم هم توهمی است. اگر کسی این را نبیند و جا و مکان را و فرم را و همین طور دست نخورده نگه دارد، در ضمن این من ذهنی خودش، خودش را حفظ می کند. وقتی او رئیس است خودش، خودش را تعمیر می کند. خب شما اگر ندانید من ذهنی تان همینطور سر و مور گنده مانده. خودش را چطوری تعمیر می کند؟ یک کسی به ما توهین می کند ما هم پیش خودمان می گویم که این اینطوری است و آن یکی اینطوری است تعمیر من ذهنی است که آنها را کوچک می کند و خودش را بزرگ. اگر ما را در جایی کوچک کنند و به ما توهین کنند ما چکار می کنیم؟ ما می آییم پیش خودمان هزار تا عیب برای آنها پیدا می کنیم و به آنها می چسبانیم و به مردم می گویم و به دوستان می گویم که چقدر آن طرف نفهم است و حرف زدنش را بلد نیست! پس چکار داریم می کنیم؟ من ذهنی را داریم تعمیر می کنیم. من ذهنی راههای تعمیر خودش را دارد و شما با زندگی همکاری می کنید و گفت که زندگی

طرح دارد که شما را بسوزاند یعنی این جا را بسوزاند و شما هم باید با او همکاری کنید. از جای به بیجا روی، بی جا فضای یکتایی این لحظه است درست مثل این است که بگوییم که آسمان جذب ستاره هایش شده و ستاره ها را رها می کند و می رود دوباره آسمان می شود و همه چیز را در آن موقع در خودتان جا می دهید. فضا را باز می کنید در این بحر در این بحر همه چیز بگنجد همه فکرها و اتفاقات می گنجد و شما فضا گشایی می کنید. این خویشتن تنها، همین دوباره آن جا است که مولانا دارد اشاره می کند که از این خویشتن تنها می روی. این خویش تنها من ذهنی تنها که مردم به نوعی می خواهند این را وصله پینه کنند که این درست بشود و روانشناسی هم که گاهی اوقات متوجه نمی شود که کل این باید حل بشود و می رود یک چیزهایی را در داخل می خواهد دستکاری کند که این را جور کند و کوک کند!! که این درست نمی شود. برای اینکه یک از مشخصاتش را مولانا دارد می گوید و شما خودتان هم آن را حس کرده اید ما وقتی من ذهنی داریم چطوری هستیم؟ من ذهنی حس می کند که تنها است شما میان هزاران نفر حس می کنید که تنها هستید با همسران می خواهید متحد بشوید ولی می بیند که نمی توانید یک چیزهایی را ما قایم می کنیم چرا ما نمی توانیم؟ برای اینکه دو تا فرم نمی توانند با هم یکی بشوند. با دوستانمان همینطور با بچه هایمان همینطور. ما نمی توانیم با آنها یک شویم. چطور می توانیم یکی بشویم؟ باید برویم به بی جا و آنها هم بیایند به بی جا و ما حداقل باید برویم. اگرما برویم به بیجا، بیجایی آنها رامی بینیم. یک غزل خواندیم که می گفت **بی جا شو در وحدت درعین فنا جا کن**. اگر برویم در عین فنا جا بکنیم و از بی جایی بشویم بی فرمی بشویم، در این صورت بی رفمی و بی جایی رادآمدما می بینیم و در خویشتن تنها می رویم. این خویشتن تنها درست مثل بچه ای است که در پارک گم شده و دنبال پدر و مادرش می گردد. جداست و مردم را هم نمی شناسد و هر کسی را که می بیند گریه می کند. پدر و مادر ما هم زندگی است ما از آن جدا شدیم و تمام رفتارهایمان بر اساس همین جدایی است و از مردم جدا هستیم از خویشاوندان مان جدا هستیم. گرچه میان آنها هستیم. و مولانا می گوید اگر شما اینها را دقیق بخوانید **بی مرکب و بی پا می روید** یعنی هیچ وسیله مادی شما را از اینجا نمیتواند برد. شما با وسایلی که ذهنتان نشان می دهد این وسیله است و من باید سوار این بشوم! نه نمیتوانید بروید. فقط وقتی این لحظه اتفاق این لحظه را می پذیرید می بخشید و گذشته را می بخشید در این صورت این هوشیاری به تله افتاده آزاد می شود مثل آب اندر جو می روید. **چون آب اندر جو شوی**. اگر شما یک گره تان له شد و آبش در آمد که این همین هوشیاری به تله افتاده است. در آمد و روان شد در این صورت شما خوشحال بشوید. گره ها را بگذارید له بشوند و وقتی له بشوند بپذیرید. می فهمید که این گره حقیقتاً برای این بوده که له بشود و تا هوشیاری از آن آزاد بشود. شما دیگر نمی گوید که چرا فلانی در گذشته به من ظلم کرده. اگر شما در یک ظلمی گرفتار هستید و دور آن می چرخید این همان گرداب من ذهنی است. آیا گردابهایی هست که الان شما توی آن هستید؟ که می گوید **گردابها را بردرید راهی کنید یک سو شوید....**

چون جان و دل یکتا شوی پیدای نا پیدا شوی

هم تلخ و هم حلوا شوی با طبع می همخو شوی

می گوید که یکتا ی شوی. وقتی ما می آییم از ذهن بیرون که در خط بعدی توضیح می دهد در ذهن دویی داریم و ذهن بر اساس این است که یکی من و یکی تو. و وقتی که من را درست کردم حتماً باید یک چیز دیگر درست کند به عنوان غیر. تمام بینش

من ذهنی بر اساس دویی است. درست مثل سکه که نمی شود یک رو داشته باشد. دو رو دارد. اگر یک رویش از بین برود آن یکی رویش هم از بین می رود. حتماً اگر شما می گوید یک چیزی خوب است پس در ذهنتان بدی هم وجود دارد. می گویم خوب و بد. ذهن اصلاً بر اساس زمان کار می کند خودش زمان است. همین فرم من ذهنی که این همه گفتیم جا و مکان و فرم من ذهنی توهمی است. بر اساس زمان کار می کند و زمان خودش دویی است یعنی یکی داشته است و یکی آینده. نمی شود شما فقط به آینده نگاه کنید و به گذشته نگاه نکنید مگر اینکه تبدیل به هوشیاری شوید و از زمان روانشناختی در بیایید و زمان حقیقی را ببینید. زمان حقیقی چیه؟ شما می توانید در این لحظه باشد و بروید آینده چیزی را چک کنید و برگردید و بروید به گذشته و یک چیزی را در حافظه ببینید و برگردید. ولی زمان روانشناختی یعنی رفتن و گیر کردن در آنجا زندگی کردن که برای این کار باید حتماً در ذهن باشید. در ذهن باشید در گذشته و آینده هستید و بیرون از ذهن باشید یکتا هستید و در فضای یکتایی و با زمان حقیقی کار می کنید و ذهن ما ساده است. اگر در ذهن من هست این با زمان روانشناختی یعنی با گذشته و آینده کار می کند. اگر از بیرون از ذهن از فضای یکتایی صحبت می کنیم زمان حقیقی است یعنی در این لحظه من زنده هستم در این لحظه هستم و مرکز ثقل در این لحظه است در زندگی است فقط یک لحظه می روم به گذشته یا آینده، بر میگردم و گذشته و آینده برای من وجود ندارد فقط به عنوان تجسم یعنی یک جور تجسم زمان است ولی برای من زمانی وجود ندارد. وقتی من از ذهن آدم بیرون به عنوان هوشیاری، این هوشیاری وقتی روی هوشیاری منطبق می شود در این صورت می شود یکی و می شود قائم به ذات خودش. **چون جان و دل یکتا شوی** شما می شوید یکی. پیدای نا پیدا می شوید. پیدای ناپیدا یعنی اگر چه که فرم دارید و عمل می کنید و فکر می کنید گرچه که انرژی غیبی را به فکرهایتان می ریزید به عملتان می ریزد ولی یک قسمت ناپیدا هم دارید که همیشه در این لحظه زنده است. قبلاً همیشه پیدا بودیم در ذهن پیدا بودیم فرم داشتیم فرم روانشناختی داشتیم که فکر می کردیم آن بودیم در گذشته و آینده بودیم و می گفتیم که ما این هستیم. قسمت ناپیدا داشتیم. الان هم قسمت نا پیدا داریم و هم قسمت پیدا. منتها پیدایمان یک جور دیگر شده. پیدای ما دیگر توهمی نیست. **هم تلخ و هم حلوا شوی با طبع می همخو شوی طبع می**، می تلخ است. حالا ممکن است می های الان و شرابه های الان تلخ نباشد ولی در قدیم تلخ بود بلافاصله مست می کرد این زندگی همینطور است که تلخ است ولی حلوایش بلافاصله بعدش هست. چرا می تلخ است؟ برای اینکه زبان ما تلخی را می شناسد و به فرم که نگاه می کنیم انرژی زندگی ممکن است که تلخ به نظر بیاید ولی همین که این تلخی را قبول می کنیم حتی پذیرش اتفاق این لحظه ممکن است تلخ باشد. مولانا اینها را برای آدمهای مقدماتی مثل ما می گوید که ما وقتی میاییم این لحظه و اتفاق این لحظه را می پذیریم تلخ نیست؟ ولی پذیرش اتفاق این لحظه همین می زندگی را خوردن است. یک لحظه بعد مستی اش می آید. وقتی شما می خواهید مجادله کنید پیروز بشوید به یکی جلوی خودتان رامی گیرد و این کار را نمی کنید! بلافاصله شادی زندگی می آید. هر موقع ما به حرف من ذهنی گوش نمی کنیم و به حرف زندگی گوش می کنیم بلافاصله حلوایی و شیرینی زندگی را می چشمیم. گر چه که ظاهراً این تلخ است. چیزی که من ذهنی من می گوید که باید این کار را بکنی تا خودت را نشان بدهی و من عمداً نمی کنم و دارم نگاه می کنم و تسلیم من ذهنی نمی شوم تسلیم زندگی می شوم این تلخ است و شیرینی اش بلافاصله بعد از آن است.

بخش چهارم:

از طبع خشکی و تری همچون مسیحا برپری

گرداب را بردری راهی کنی یک سو شوی

این طبع دویی یعنی خشکی و تری، اینکه مثلاً ما فکر می‌کنیم که گذشته خراب بوده و آینده امید به ما می‌دهد گاهی اوقات همین بیم امید اینکه به عنوان حس وجود در ذهن ما همیشه با دویی کار می‌کنیم این هم از آن چیزهایی است کلیدی است ما باید بفهمیم و اگر متوجه نشویم باز هم نمی‌توانیم متوجه بشویم که چطور باید از آن بیرون بیاییم. وقتی در ذهن ما حس وجود، بوجود می‌آوریم و من درست می‌کنیم، این من در واقع توهمی است و بلافاصله این من یک موجود دیگری را منعکس میکند به عنوان غیر به عنوان اینکه من، من هستم و او، اوست. به این علت منعکس می‌کند که ریشه ندارد اگر چیزی دیگری را درست نکند نمی‌تواند خودش رانگه دارد. این خوب است برای اینکه ذهن کار می‌کند با این دویی. زبانی که ما با آن صحبت می‌کنیم بر اساس دویی است. شما وقتی می‌گویید من این مداد را به شما دادم. یکی من است و یکی شما. حالا اگر شما را از آنجا حذف کنیم من بی‌معنی می‌شود. بنابراین این زبان دویی و این فکر و اصلاً این کار دویی با زبان یکتایی متفاوت است و می‌گوید که از این طبع دویی و اصلاً خود گذشته و آینده دویی است نمی‌شود آینده داشته باشیم و این بر اساس گذشته نباشد، یک چیز توهمی است این زمان و یک چیز ذهنی است و در حقیقت یک فکر است. زمان روانشناختی یک فکر است و وجود ندارد اما به نظر می‌آید که وجود دارد. برای من ذهنی همیشه اینطور خواهد بود همیشه به نظر می‌آید که آینده وجود دارد آینده بسیار مهم است و بسیار مهم تر از گذشته است و در این غزل هم در مورد آینده می‌گوید که تا کی **جوینده و کوکو شوی**. در پایین می‌گوید که **خالی کنی سر از هوس**. چرا می‌گوید هوس؟ برای اینکه ما در یک جای توهمی دنبال به ثمر رسیدگی می‌گردیم و می‌گوییم الان زندگی نیست ولی در آینده در جایی این چیز و آن چیز منظور این وضعیت و آن وضعیت به من زندگی خواهد داد که این هوس است در پایین می‌گوید سر را از این هوسها خالی کن که این تو را تبدیل کرده به اینکه هر لحظه که این ذهن می‌چرخد مثل گردابها مرتباً ما می‌پرسیم کو؟ کو؟ نشان بده؟ من یک چیزی می‌خواهم که من را به ثمر برساند و من را به نتیجه برساند. داریم راجع به طبع تری و خشکی صحبت می‌کنیم حداقل ما باید این را ببینیم که وقتی که می‌گوییم من و تو. نه این من درست است نه تو! در واقع هر دوی ما از جنس هوشیاری بی‌فرم هستیم و از جنس زندگی و وقتی که ما می‌رویم به فضای یکتایی آن وقت هست که این را متوجه می‌شویم. می‌بینیم که نه تنها ما به هم مربوط هستیم بلکه یکی هستیم. تا زمانی که در ذهن هستیم و با عینک ذهن نگاه می‌کنیم من خودم را من می‌بینم و تو را تو! ما نمی‌توانیم متحد بشویم. برای اینکه اگر تو، تو نباشی من هم من نیستم و من باید من بمانم با این مشخصاتی که درست کردم. شما مبنای مقایسه هستید برای من توهمی من نه تنها مبنای مقایسه بلکه بعضی موقعها مبنای معتبرسازی هستی من اگر با تو ستیزه نکنم از کجا بفهمم کی هستم؟ برای این است که در عالم دویی من ها همیشه دشمن دارند. اینها چیزهای مقدماتی ولی بسیار کلیدی است. این جور آموزش که اگر ندانیم نمی‌توانیم متوجه بشویم و شما بهر حال از این برنامه و یا خودتان بدانید که دویی چی هست و این که می‌گوید طبع خشکی و تری بدانید که چی هست. بعد می‌گوید که **مثل مسیحا بر پری**. مسیح ها چطوری پریده؟ شما این را هم باید بدانید. مسیح همینطور که دیده اید این

صلیب خودش را خودش حمل می کند. صلیب یک آلت شکنجه است ولی صلیب اگر توجه کنید یک بعد عمودی دارد یک بعد افق دارد. ولی وقتی بعد عمودی و افقی به هم چسبیدند یعنی وقتی که بعد عمودی ما که زندگی ما است زندگی به در این لحظه است و بعد افقی ما به هم می چسبند صلیب درست می شود و صلیب آن موقع الت شکنجه شده و ما وری آن میخ شدیم. ما به عنوان هوشیاری. مسیح پس در واقع ما هستیم به عنوان هوشیاری که میخکوب شدیم روی ذهن و این صلیب هم همین ذهن ما است ولی وقتی ما من داریم تودر ذهن بعد هوشیاری ما که بعد خدایی ما است چسبیده به بعد افقی ما که ذهن ما است. بعد افقی ما بعد سطحی ما است بعد عمقی ما بعد زندگی ما است در سطر قبل گفت **چون جان و دل یکتا شوی** در پایین هم می گوید که **گردابها را بردرید** گرداب همین چرخش ذهن است من ذهنی یک گرداب است هر من ذهنی هر حس وجود در ذهن گرداب است و چرخش هم می دانید که هر لحظه یک چیزی ما فکر می کنیم و گردابش هم که می بینید هوشیاری که ما داریم در توی این گرداب افتادیم و می چرخیم. هوشیاری جسمی چیزی است که ما نمی توانیم از توی آن در بیاییم. شما الان بخواهید به اراده از هوشیاری جسمی بیایید بیرون و هوشیاری حضور پیدا کنید می بینید که نمی توانید. چرا؟ چون تو گرداب من ذهنی هستید. به نوعی دیگر همین اتومبیلی که با سرعت هفتاد مایل می روید سوار شدید و زندگی را می گیریم و تبدیل به سوخت این اتومبیل می کنیم، زندگی را می گیریم تا این گرداب را بچرخانیم. ولی در اینجا می گوید این گرداب را می دری. انسانی که این توهم را می بیند گرداب را می درد. اما مسیح میخکوب شده و ما هوشیاریمان میخ کوب شده روی ذهنمان. شما اینها را بهتر می دانید ولی من مختصری توضیح می دهم. مسیح معروف است به چند چیز یکی اینکه وقتی مسیح میخکوب است روی صلیب، از آن بالا می گوید که اینها را ببخش یعنی آن آدمهای زیر را ببخش یعنی انسانهای دیگر را ببخش برای اینکه آنها نمی دانند که چه می کنند **Forgive them for they do not know what they do** شما می توانید چنین چیزی را بگویید؟ یا نه همه انسانها که شما را به این روز انداختند را دارید ملامت می کنید. تمام کسانی که ما را تربیت کردند میخکوب کردند روی صلیبمان، صلیب را من عرض کردم از جذب بعد عمودی ما به بعد افقی یعنی ما به عنوان هوشیاری ذهن صلیب درست می شود و ما میخکوب می شویم روی آن. ولی مسیح می گوید که آنها را ببخش. مسیح می گوید این طرف صورتت را می زنند آن طرف صورتت را برگردان. منظورش این است که واکنش نشان نده. آیا شما می توانید واکنش نشان ندهید؟ واکنش در واقع همان پدال گاز من ذهنی است. معنی اش این نیست که از حقت دفاع نکن. معنی اش این است که نرو به من ذهنی و الگوهای من ذهنی را فعال نکن. شما می توانید در فضای یکتایی این لحظه باشید و از حقتان هم دفاع کنید. تسلیم و پذیرش اتفاق این لحظه معنی اش این نیست که شما بگذارید بزندان توی گوشتان و هیچی نگویید. حقتان را ببرند و شما هیچی نگویید! نه. شما فقط بر اساس من ذهنی و الگوهای آن واکنش نشان نده. و یک چیز دیگر هم می گویند که دوستش به مسیح می گوید که تو قدرت نفرین کردن داری، تو نفرین کن. می گوید که من نفرین نمی کنم. چرا نفرین نمی کند؟ می گوید اگر من نفرین کنم دیگر مسیح نیستم از جنس نفرین می شوم. شما حاضرید نفرین نکنید؟ حاضرید واکنش نشان ندهید؟ حاضرید بگویید که اینها را بخش اینها نمی دانند. اگر اینها را عمل کنید و به معرض اجرا بگذارید در واقع اتفاق این لحظه را می پذیرید. این معنای دیگر تسلیم است. چرا گفتیم که انسان زنده شده قدرت معنوی دارد فقط و فقط. برای اینکه انسان تسلیم شده از جنس زندگی می شود و بنابراین می گوید از طبع خشکی و تری فقط

مثل مسیح می توانی برپری خب مسیح چطوری گرید؟ مسیح بُعد حضورش را بعد عمودیش را از بعد افقیش جدا کرد. یعنی پرید از این ماجرای ذهن و شما هم می توانید بپرید. اگر شما بپرید از دویی ذهن کجا می روید به فضای یکتایی این لحظه و الان مثل مسیح شما بعد عمودیتان زنده شد، وقتی زنده شد جدا شد از بعد افقی. بعد افقی همان ذهنتان است و الان شما یکتا و یک سو شدید. الان شما دیگر از جنس زندگی شدید و از زندگی شما خرد و عشق را می گیرید و به این جهان می آورید و دوباره می روید می گیرد و به این جهان می ریزید الان یکتا و یکسو شدید قبلاً می چرخیدید در گرداب دویی. شما برای اینکه چرخش گرداب را ببینید اول اینکه ببینید آیا در شما گردابه‌های کوچک وجود دارد یعنی چیزهایی وجود دارد که شما مرتباً میروید حول چیزهای دیگر ولی باز بر می گردید به آنها؟ یک خانم می گوید شوهر من سی سال پیش به من ظلم کرده هنوز که هنوزه فکرهای دیگر می کند ولی باز بر میگردد به آن گرداب. گرداب شما با یک سری الگوهای است که شما افتادید توی آنها. می توانید آنها را بدرید؟ وقتی می توانید بدرید که از جنس زندگی بشوید. مسیح از جنس تسلیم شما هم از جنس تسلیم. شما اجازه می دهید که آن رنجه‌ها و دردها را از طریق بخشیدن به سوخت تبدیل بشود به روشنایی تبدیل بشود و این در واقع درد کشیدن هوشیارانه است. تسلیم و پذیرش و همینطور می پذیریم و همینطور می مانیم و این صبر هم هست. وقتی همینطور می پذیریم و از جنس زندگی می شویم صبر می کنیم تا جهان مادی کار خودش را بکند. تغییر در جهان مادی هم در بعد زمان هم دوباره تابع قانون مزرعه است و طول می کشد. هر چیز را بخواهی در جهان مادی درست کنی طول می کشد زمان می گیرد پس صبر می کنید و شما از جنس عشق می شوید صبر می کنید وضعیتهای زندگیتان عوض بشود.

پرده نباشی نور را گر چون فلک نه تو شوی

شیرین کنی هر شور را حاضر کنی هر دور را

حالا دیگر از جنس زندگی شدی و تو می توانی هر شوری را شیرین کنی برای اینکه به هراتفاقی به هر جایی به هر کسی که شما می رسید این انرژی زنده زندگی دارد جاری می شود و به فکر و عمل شما می ریزد و محال است که شما هر وضعیت شوری را شیرین نکنید و در مورد خودتان در واقع ما الان اینجا هستیم ولی درذهنمان آنجا هستیم. من از شما می پرسم که اینجا هستی یا آنجا هستی؟ می گویند که من دوماه دیگر یا سه سال دیگر آنجا هستم. آن فردی که آنجا باید برود زندگی کند آن را میاوری می کنی اینجا! اینجا باید باشد. نه تنها خودت رفتی آنجا و دور هستی و در آینده هستی، آن را می آوری اینجا و اینجا حاضرش می کنی. اول خودت را حاضر می کنی و کسان دیگر را هم می توانی حاضر کنی. با مولانا با پخش این انرژی و پخش این دانش، به ما یاد می دهد که زندگی در آینده نیست و آینده یک توهم است، زمان یک فکر توهمی است و ماباید اینجا باشیم و اگر اینجا باشیم در فضای یکتایی این لحظه زنده باشیم بُعد عمودیمان را زنده کردیم دیگر برای این نور پرده نمی شویم. اگر شما اینجا هستید ولی رفتید بطور توهمی آنجا زندگی می کنید و دائماً پرده نور هستی، نور همین روشنایی ایزدی است که می خواهد الان از شما جاری بشود شما پرده اش هستید و نمی گذارید. یک من توهمی می خواهد که من توهمی هم می دانید که خیلی دشمن دارد گفتم که وجودش بر اساس غیر و دشمن است. آیا زن و شوهر ها به عنوان قطب ستیزه برای هم عمل می

کنند؟ بله. برای ایجاد درد از هم استفاده می کنند؟ بله. من ذهنی یک خانم از شوهرش استفاده می کند که ایجاد درد بکند؟ بله چرا نکند اتفاقاً راحت ترین و نزدیکترین گس به او هست.

بخش پنجم:

خب درست است که ما خیلی دشمن داریم در بیرون ولی بزرگترین دشمن ما به عنوان من ذهنی می دانید کیست؟ زندگی خودش است خداست. برای اینکه اگر ما تسلیم او بشویم ما دیگر نمی مانیم. اگر در این لحظه موازی با زندگی بشویم و اتفاق این لحظه را بپذیریم دیگر من نمی ماند بنابراین دائماً دشمنی و ستیزه می کند با این لحظه و بنابراین اگر شما با اتفاق این لحظه ستیزه می کنید یا مقاومت می کنید به اندازه ای که مقاومت می کنید در پشتتان سایه می اندازید آن سایه شما هستید و بنابراین جلوی نور زندگی گرفته اید ولی اگر مثل فلک نه تو بشوید این نه تویی فلک هم یعنی آنقدر شما وسیع میشوید که همه چیز را در بر می گیرید. فلک دهم که فلک خداست در واقع شما متصل به خدا هستید و خدا انرژی خودش را می تواند از شما بیان کند و به عبارت دیگر ما آنقدر وسیع میشویم که همه چیز را در بر می گیریم.

شاه باش دولت ساخته مه باش رفعت یافته تا چند همچون فاخته جوینده و کو کو شوی

ما شاه هستیم و ماه هستیم. ولی شما شاهی هستی که می گوید دولتت را بساز این دولت به معنای نیکبختی است این سرمایه شما است. چه چیزی دولت و نیکبختی ما است؟ دولت ما همین برگشتن از ذهن و زنده شدن به حضور و نه تو شدن است یعنی فضاگشایی که همه چیز و همه کس را در برگیرد. این دولت ما است. اگر ما این کار را نکنیم و اگر کسی در ذهن بماند و زندانی بشود آیا این دولتت را ساخته؟ نه حتی اگر میلیاردها دلار پول دارد. آیا می تواند رنگ شادی را ببیند؟ نه. رنگ آرامش را می تواند ببیند؟ نه. برای اینکه آرامش و شادی از ذات خودش می آید. این آدم چکار می کند؟ اگر تو ذهن بماند؟ پایین می گوید مثل فاخته که پرندۀ ای است مثل کبوتر مرتباً می گوید کو کو. یعنی ما هم می گوئیم خب من دولتت را نساختم و ماهی که بلندی خودش را و ارتفاع خودش را یافته و الان ماه شب چهارده شده و از آن حلال تبدیل به ماه شب چهارده شده و الان نورافشانی می کند شما هم همینطوری است. اگر این دو کار را نکنی یعنی شاه دولتت را نسازد و ماه هم تبدیل به ماه شب چهارده نشود و نورافشانی نکند، تو ذهنش زندانی شده میلیونها دلار هم پول دارد خب الان می پرسد که زندگی کجاست! چی چیزی را به خودم اضافه کنم تا زندگی بیاد؟ پس این زندگی برای چی نمی آید؟ برای اینکه تمان نگاهش به بیرون است. این آدم منظور اصلی زندگی را متوجه نشده. بسیار مهم است که حداقل شما که به این برنامه گوش می کنید بدانید که اصلی ترین و مهم ترین رمز زندگی این است که ما بدانیم مقصود از زندگی این است که اگر ما جذب ذهن شدیم از ذهن بپریم بیرون و بیایم بیرون. و این غزل هم دارد این را می گوید که اگر به منظور اصلیمان دست پیدا کنیم مثل ماه شب چهارده نور ما می تابد بصورت عشق و خرد و به صورت انرژی سامان دهنده به جهان بیرون و هم خودمان و همه از آن استفاده می کنند. پس منظور اصل ما بیداری و ماه شب چهارده شدن است. و دومین است که این نور برود به آن کارهایی که ما می کنیم در این جهان. حالا

شما چه رشته ای می خواهی در این جهان فعالیت کنی این انرژی را روان کنی به آن رشته . این هم منظور بعدی ما است. که توی این غزل مرتباً مولانا دارد این را تکرار می کند.

خالی کنی سر از هوس گردی تو زنده بی نفس **یاهو نگویی زان سپس چون غرقه یاهو شوی**

سرمان را از هوس خالی می کنیم . هوس چیزهای این جهانی حالا این هوس منفی است. برای این ما هوس چیزهای این جهانی را داریم که فکر می کنیم اینها به ما زندگی می دهند و اینها در ذهن اینطوری دیده می شوند ولی در فضای یکتایی و زنده شدن به زندگی و آن بعد عمودیمان وقتی زنده می شود ما می فهمیم که زندگی از آنجا می آید و ما اصلاً خود زندگی هستیم. وقتی زندگی بودنمان را انکار می کنیم و چسبیدیم به چیزها و چیز شدیم در ذهن و هوشیاری جسمی داریم مجبوریم که جسمها را ببینیم. و چون حس نقص می کنیم و رابطمان با زندگی قطع شده ما از زندگی ، زندگی نمی خواهیم و اصلمان را رها کردیم حالا ذهنمان چیزها را نشان می دهد و حالا می گوئیم تو چیزهاست! خب کدام چیز است؟ این یک هوسی است در سر ما که کدام چیز است که آن را اضافه کنیم و می گوید تو سرت را از این جور هوس خالی می کنی و زنده می شوی بدون نفس. هوشیاری حضور بدون نفس است از خود زندگی است نفس را این تن می کشد یعنی بدون تن تو زنده می شوی. و یک چیز مهمتری دارد می گوید اینجا وقتی که ما می گوئیم کو کو و می بینیم در چیزهای مادی نیست، ما می چسبیم به چیزهای معنوی مثل یاهو گفتن مثل خدا گفتن. بعضی ها فکر می کنند در چیزهای مادی نیست مثل چیزها و مقام دنیا و چسبیدن به علم معنوی و علم معنوی را به خودشان اضافه می کنند. می گوید بعد از آن دیگه به نرم آزار معنویت برای اضافه شدن نمی روی . خیلی ها به لحاظ دینی و یا به صورتهای مختلف می خواهند دانش را به خودشان اضافه کنند و معنویتشان دوباره اضافه کردن است حالا این دفعه اضافه کردن چیزهای معنوی. شما اینطوری هستید؟ به خودتان نگاه کنید. می گوید وقتی که غرقه شدی، غرقه خدا شدی بعد از نمی گویی خدا خدا! نمی خواهی آنها را به خودت اضافه بکنی. اگر کسی تو منش هست هر تجربه اش ولو تجربه معنوی یا دینی اضافه کردن به خودش است. ما مثلاً ثواب آخرت را به خودمان اضافه میکنیم ،ما نماز می خوانیم و روزه می گیریم برای اینکه ثواب دارد. این درست است؟ نه این معامله است. این دوباره اضافه کردن چیزی به خودمان است. قبلاً پولمان را اضافه می کردیم الان تجربیات دینی یا معنوی را به خودمان اضافه می کنیم. نمی شود به خودمان اضافه کنیم. این باز هم هوس است ولی هوس پذیرفته شده است و مردم نمی آیند بگویند این آدم حریص است هنوز دنبال مقام و مال دنیاست می گویند این دنبال چیزهای معنوی است و خدا خدا می کند. شما چطوری هستید؟ مواظب باشید که تجربه معنوی ما باز هم اضافه کردن چیزی به خودمان نباشد. تقریباً پیغام غزل مشخص شده.

هر خانه را روزن شوی هر باغ را گلشن شوی **با من نباشی من شوی چون تو ز خود بی تو شوی**

آن سوراخ و پنجره ای که نور از آن به هر خانه ای می رود به هر انسانی می رود اگر کسی واقعاً وارد باغ دل شد خانه دل شد و با زندگی یک شد وقتی پهلوی ما می نشیند واقعاً روزن خانه ما هم می شوید و به خانه ما هم از طریق او نور می تابد . هر

خانه را روزن شوی یعنی برای همه انسانها شما روزنه می شوید که از طریق دانش و بینش تو از طریق همنشینی با تو، دیدن رفتار تو به زندگی وصل بشوند. تو انسانها را به زندگی وصل می کنی و در واقع بهارهرباغی هستی واقعاً این گنج حضور بهارهرباغ است حالا در اینجا چه شما بگویند گلشن بیرون. حالا آیا در حضور انسان حضور دارد و وصل به زندگی و به زندگی وصل شده درختان خودشان را می شناسند؟ بله کمک می کند به درختان و نباتات که آنها هم زیبایی خودشان را بشناسند. بارها این مفهوم آمده که بقیه باشندگان منتظر هستند که ما به گنج حضور زنده بشویم. منتظر ما انسانها هستیم و این مسئولیت با ما است که ما به زندگی زنده بشویم و این انرژی را به زندگی بخش کنیم فعلاً این مسئولیت به ما داده شده و گلشن هر باغ انسانی هم بشویم. باغ دل شما گلشنش می تواند مولانا باشد یا شما می توانید گلشن بهار باغ یکی دیگر بشوید. می گوید که با من نباشی ولی بشوی مثل من، حقیقتاً ما متوجه می شویم که در فضای یکتایی این لحظه همه ما از یک جنس هستیم. نه اینکه متصل هستیم بلکه یکی هستیم. چطور پس ما حالا اینقدر با هم غریبه هستیم؟! اگر ما توی این من ذهنی را من ذهنی در ما یک تو هست یک هسته است اگر این را بکنیم و بندازیم دور. در این صورت با تمام انسانها یکی می شویم و این راه نجات بشر است که بارها گفته ایم. برای چی من مرتب می گویم که ما باید این دانش را پخش کنیم. برای اینکه انسانها تا من دارند همدیگر را قبول ندارند و نمی توانند با هم متحد بشوند. با همدیگر به جدال و مقایسه خواهند پرداخت به جنگ خواهند پرداخت. جنگ پیروزی من ذهنی است و جنگ هم در تاریخ فراوان اتفاق افتاده. باز هم ممکن است اتفاق بی افتد و هنوز هم دارد اتفاق می افتد. چرا؟ برای اینکه انسانها من ذهنی دارند. من ذهنی دشمن را غریبه می شناسد. من ذهنی تهدید می کند. من ذهنی باید خودش را بزرگ ببیند و بزرگ نگه دارد و اگر توهین به او بشود هر کاری می خواهد بکند تا خودش را تعمیر کند با کشتن و شکست دادن دیگران در زندگی فردی اینطوری است و در زندگی خانوادگی اینطوری است و در زندگی بین المللی اینطوری است. ولی وقتی می رویم به فضای یکتایی میفهمیم که ما از جنس هم هستیم و جهان یک طوری دیگر دیده می شود. بعد مولانا توصیه می کند پس از این همه صحبتها که کرد برای ما

تا تازه و خندان و خوش چون شاخ شفتالو شوی

سر در زمین چندین مکش سر را برآور شاد کش

می گوید اینقدر سرت را فرو نکن به فرم در زمین که فرم من ذهنی است اینقدر نرو آن تو. یک جای دیگر می گوید که ما آمدیم هم هویت شدیم با چیزها بعد گربه های کوچک آمدند این هم هویت شدگی ما را بخورند و ما به جای اینکه هوشیاری بشویم پرواز کنیم موش شدیم و رفتیم توی زمین. سر در زمین چندین مکش یعنی اینقدر چنگ نزن به فرمت که از این چیزهای این جهانی تشکیل شده. سر را بلند کن بر را برآور شاد و کش، کش یعنی زیبا و نیک و خوش. سرت را بلند بگیر از فرم و بیار بیرون. تو اصلت هوشیاری است و تو شاد و کش هستی. تو خود زندگی هستی و تازه به تازه زندگی را تجربه می کنی. خندان هستی برای اینکه شادی اصل تو هست. می خندی و خوش هستی مثل شاخ شفتالو. شاخ شفتالو بسیار ترد و ظریف و شکننده و ما را به شاخ شفتالو تشبیه کرده.

چون شاه مسکین پروری چون ماه ظلمت جو شوی

دیگر نخواهی روشنی از خویشتن گردی غنی

تو دیگر روشنی نمی خواهی برای اینکه از درون غنی می شوی از بیرون و جهان بیرون چیزی نمی خواهی . نمی خواهی که دیگران چیزی به تو بدهند تا تو خوشحال بشوی. از کسی خوشبختی و شادی نمی خواهی برای اینکه از دورنت غنی می شوی و شادی و آرامش را از اعماق وجودت می گیری و از ذاتت می گیری و بعد اینها را پخش می کنی مثل شاه مسکین پرور می شوی و مثل ماهی که دنبال تاریکی می گردد تا روشن کند. ماه شب چهارده دنبال چی میگردد؟ دنبال جای تاریک می گردد که روشنش کند. شما هم دنبال نقص می گردید تا کاملش کنید. ما در من ذهنی می گوئیم که این کی هست چرا این اینطوری است این کج است. در فضای یکتایی این لحظه وقتی که شما از جنس ماه ظلمت جو می شوید ، شما دیگر نمی گوئید که این بد است شما این نقص را کارگاه روشنایی خودتان می بیند. مثل مولانا هیچ انتقاد نمی کند و اینها را می گوید یک چراغی روشن کرده و همه می بینند کسی هم انتقاد نمی کند که چرا کجی. خیلی ها در من ذهنی خودشان کج هستند و کجی دیگران را توضیح می دهند. در حالیکه هزارگونه من ذهنی خودش کج است و عیب داره ولی دارد کجی های دیگران را توضیح می دهد. این درست است؟ نه. ماه ظلمت جو فقط مثل شمعی است که روشن شده مثل چراغی است که نور انداخته و همه می بینند . قاضی نیست. قاضی مرتباً قضاوت می کند و من ذهنی است که عیب میبند ولی انسان به روشنایی رسیده چراغ روشن کرده تا مردم ببینند . حالا باز هم در جهت دادن این روشنایی می گوید که

مرهم نجویی زخم را خود زخم را دارو شوی

تو جان نخواهی جان دهی هر درد را درمان دهی

یکی از اشکالات ما این است که ما می گوئیم که من زخمی هستم یکی بیاید این را درمان کند. در حالیکه اصل ما وقتی که وارد باغ دل می شویم آنی که می شویم داروی زخم خودمان است و حالیمان نیست که کسی نمی تواند این زخم من ذهنی را درمان کند. دیگران می توانند درمان کنند الان شما متوجه شدید که نمی توانند درمان کنند. فقط انرژی خودتان است که می تواند این را درمان کند یعنی وقتی شما از ذهن می آید بیرون و به خودتان نگاه می کنید روشنایی خودتان را مثل آن ماه می تابانید به زخم خودتان مرهم زخم خودتان می شوید و تازه می فهمید که این زخم هم توهمی بوده و واقعاً زخمی آنجا نبوده. پس ما وقتی ماه شب چهارده شدیم نور می اندازیم و از کسی جان نمی خواهیم شما دیگر می دانید که مثل جان شده اید دیگران به شما جان نمی توانند بدهند. حالا این دانش به شما کمک می کند که بعد از این از کسی جان نخواهید و از کسی خوشبختی نخواهید از کسی نخواهید که به شما هویت بدهد از چیزی انتظار نداشته باشید که شما را خوشبخت کند خواهی جان دهی برای اینکه می دانی جان در درون خودت است و درمان هم از کسی نمی خواهی برای اینکه می دانی که درمان هم درون خودت است. و برای زخمت هم دوباره از بیرون درمان و مرهم نمی جویی برای اینکه می دانی مرهم درمان زخم خودت خودت هستی.***

