

برنامه شماره ۴۱۳ گنج حضور

اجرا: پرویز شهبازی



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۵۳

چون بر رخ ما عکس جمال تو برآید
بر چهره ما خاک چو گلگونه نماید
خواهم که ز زنار دو صد خرقه نماید
ترسابچه گوید که بیوشان که نشاید
اشکم چو دهل گشته و دل حامل اسرار
چون نه مهه گشتست ندانی که بزاید
شاهیست دل اندر تن مانده گاوی
وین گاو ببیند شه اگر ژاژ نخاید
وان دانه که افتاد در این هاون عشاق
هر سوی جهد لیک به ناچار بساید
از خانه عشق آنک بپرد چو کیوتر
هر جا که رود عاقبت کار بیاید
آینه که شمس الحق تبریز بسازد
زنگار کجا گیرد و صیقل به چه باید

مولوی، مثنوی، دفتر اول، سطر شماره ۱۲۰۸

غیرنطق و غیر ایما و سجل
صد هزاران ترجمان خیزد ز دل

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، سطر شماره ۸

بلبلی زینجا برفت و بازگشت
بهر صید این معانی بازگشت
ساعده شه مسکن این باز باد
تا ابد بر خلق این در باز باد
آفت این در هوا و شهوتست
ورنه اینجا شربت اندر شربتست
این دهان بر بند تا بینی عیان

چشم‌بند آن جهان حلق و دهان
 ای دهان تو خود دهانه دوزخی
 وی جهان تو بر مثال برزخی
 نور باقی پهلوی دنیای دون
 شیر صافی پهلوی جویهای خون
 چون درو گامی زنی بی احتیاط
 شیر تو خون می‌شود از اختلاط
 یک قدم زد آدم اندر ذوق نفس
 شد فراق صدر جنت طوق نفس
 همچو دیو از وی فرشته می‌گریخت
 بهر نانی چند آب چشم ریخت
 گرچه یک مو بد گنه کو جسته بود
 لیک آن مو در دو دیده رسته بود
 بود آدم دیده نور قدیم
 موی در دیده بود کوه عظیم
 گر در آن آدم بکردی مشورت
 در پشیمانی نگفتی معذرت
 زانک با عقلی چو عقلی جفت شد
 مانع بد فعلی و بد گفت شد
 نفس با نفس دگر چون یار شد
 عقل جزوی عاطل و بی‌کار شد
 چون ز تنهایی تو نومیدی شوی
 زیر سایه یار خورشیدی شوی
 رو بجو یار خدایی را تو زود
 چون چنان کردی خدا یار تو بود
 آنک در خلوت نظر بر دوختست
 آخر آن را هم ز یار آموختست
 خلوت از اغیار باید نه ز یار
 پوستین بهر دی آمد نه بهار
 عقل با عقل دگر دوتا شود
 نور افزون گشت و ره پیدا شود
 نفس با نفس دگر خندان شود
 ظلمت افزون گشت و ره پنهان شود
 یار چشم تست ای مرد شکار
 از خس و خاشاک او را پاک دار
 هین بجاروب زبان گردی مکن
 چشم را از خس ره‌آوردی مکن
 چونکه مؤمن آینه مؤمن بود
 روی او ز آلودگی ایمن بود
 یار آیینست جان را در حزن
 در رخ آینه ای جان دم مزین
 تا نپوشد روی خود را در دمت
 دم فرو خوردن نباید هر دمت

با سلام و احوالپرسی برنامه گنج حضور امروز را با غزل شماره ۶۵۳ از دیوان شمس مولانا شروع می‌کنم.

چنین بر رخ ما عکس جمال تو برآید

بر چهره ما خاک چو گلگونه نماید

پس مولانا به نمایندگی از طرف هر انسانی رو به معشوق عرفانی یعنی خدا می‌کند و اینطوری می‌گوید، می‌گوید همین که بر صورت ما انعکاس نور روی تو بتابد، یعنی نور تو در من تجلی کند یا اگر من از ذهن متولد بشوم و از ذهن بیرون بیایم، من کی هستم؟ من از جنس هوشیاری هستم. در این صورت در صورت ما به عنوان هوشیاری، خاک که سَمبل فرم است یا هر چیزی در این جهان مثل گلگونه به نظر می‌آید. گلگونه یعنی سرخاب یعنی همین موادی که خانمها روی صورتشان می‌زنند تا زیبا بشوند. یعنی اینکه اگر ما که به عنوان هوشیاری از آن طرف آمده ایم و مولانا بارها این را به ما توضیح داده است دوباره تلویحاً صورت قضیه را بیان می‌کند، اگر من که به صورت هوشیاری از آن طرف آمده‌ام و یعنی از جنس فرم نیستم، هوشیاری هم به چشم دیده نمی‌شود و آمده‌ام و یک تنی درست کردم، پس از اینکه از مادرم متولد شدم وارد فضایی شدم به عنوان ذهن و در آنجا یک تن ذهنی درست کردم و فکر می‌کنم که از جنس ذهن و فرم هستم، همین که متوجه بشوم که از جنس فرم نیستم و آن چیزهایی که چسبیدم را رها کنم و از این ذهن بیایم بیرون که گاهی اوقات می‌گوییم تولد دوم از ذهن بیایم بیرون در این صورت فرمهای این جهانی و اتفاقات هر چه که با چشم می‌بینم زیبا دیده می‌شود. چرا زیبا دیده می‌شود؟ چرا فرمها زیبا به نظر می‌آید؟ برای اینکه من متوجه می‌شوم که من از جنس هوشیاری و زندگی هستم و از زندگی، زندگی و شادی می‌گیرم از فرمها و اتفاقات چیزی نمی‌خواهم. وقتی انتظارم از اتفاقات و فرمهای این جهانی که تا بحال جدی بودند برای من، چرا جدی بودند؟ برای اینکه از آنها چیزی می‌خواستم الان که چیزی نمی‌خواهم آنها جدی بودنشان را از دست می‌دهند، بنابراین حتی سبب زینت من می‌شوند. می‌شود که هر انسانی که ما می‌بینیم هر اتفاقی که می‌افتد به نظر ما زیبا بیاید. تا حالا زیبا نیامده، بخاطر این بوده که هر اتفاقی را قضاوت کردیم و خوب و بد کردیم با ذهنمان و اگر سود آور بود شاد شدیم و اگر سود آور نبود غمگین شدیم، بنابراین دائم خوشی و غمگینی در ذهن دائم به ما دست می‌داد و آن هم طولی نمی‌کشید، مرتب اتفاق پشت اتفاق یکی ما را خوشحال می‌کند و یکی ما را ناراحت می‌کند و ما مرتب در نواسانات حال هستیم یک دفعه هم یک اتفاقاتی می‌افتد که به نظر ما خیلی مضر هستند و به آنها می‌چسبیم و ما چون از اتفاقات چیز می‌خواهیم به آنها می‌چسبیم حالا دیگر متوجه می‌شویم که اتفاقات و فرمها فرار هستند حتی جسم ما فرار هست و هر کسی در این جهان موقتی است. اگر مصرع اول سطر اول اجرا بشود و مولانا طوری صحبت می‌کند که این باید حتما اجرا بشود. چون بر رخ ما عکس جمال تو برآید یعنی باید بر بیاید، قرار است بر بیاید ولی اگر این اتفاق یکدفعه بیوفتد در این صورت در چهره ما بر روی ما که در آن موقع ما دیگر از جنس هوشیاری می‌شویم ما نمی‌گوییم که از جنس جسم و فرم هستیم، ما خودمان را از هوشیاری جسمی جدا می‌کنیم و یک هوشیاری دیگری بوجود می‌آید به نام هوشیاری حضور. هوشیاری که خودش زنده است و از خودش هویت می‌گیرد اتکا به چیزهای این جهانی ندارد و لازم نیست که به چیزهای این جهانی بچسبد. بنابراین چیزها را رها می‌کند، اتفاقات سفت بودن و مشکل بودن و سخت گیری ما، چرا ما سختگیر هستیم؟ ما ترمز می‌کنیم و مقاومت نشان می‌دهیم در مقابل فرمها و اتفاقات برای اینکه نمی‌خواهیم که اتفاق بیوفتد، اگر

این اتفاق بیوفتد برای شما، عکس جمال معشوق بر رخ شما بتابد هیچ ترمزی و مقاومتی در مقابل اتفاقات دیگر ندارید . امروز مولانا در سطر آخر می گوید **آینه که حق الشمس تبریزی بسازد *** زنگار کجا گیرد و صیقل به چه باید** یعنی آینه ای را که شمس الحق تبریزی می سازد این آینه زنگ نمی زند و صیقل نمی خواهد. آینه همین ما هستیم همین که به عنوان هوشیاری می آییم به این جهان و می چسبیم به فرمها در ذهنمان و اینها را رها می کنیم و زاینده می شویم تبدیل به آینه می شویم . آینه را کی ساخته؟ آینه را زندگی و خدا ساخته. پس آینه ای که خدا بسازد، در واقع ما از اول این آینه بودیم که آمدیم، می گوید که ما نگران چی هستیم؟ نگران این هستیم که این آینه ما را زنگ رویش را گرفته و درست نشان نمی دهد ولی این آینه ای نیست که زنگ بگیرد و ما شروع می کنیم به صیقل. حالا باید چطوری باید این را صیقل بدهیم؟ با همین کارهایی که باید انجام می دهیم. نکند که صیقل می کنیم داریم اشتباه میکنیم؟! کارهایی که ما می کنیم فکر می کنیم که روح ما را صیقل می دهد ، نه! بیشتر روح ما را می پوشاند. و امروز راجع به آینه صحبت خواهیم کرد و مثنوی هم از مقدمه دفتر دوم خواهیم خواند که می گوید مؤمن آینه مؤمن است. دوست آینه دوست است. حالا من از شما سوال می کنم آیا شما آینه ای هستید که دیگران خودشان را در شما ببینند؟ بدون اینکه حرف بزنید. شما به آینه نگاه کنید و ببینید که چه مشخصاتی دارد. جلوی آینه که می ایستید آینه تصویر شما را نشان می دهد مثلاً آینه مقاومت نشان نمی دهد به تصویر نشان دادن، نمی گوید که من از تو خوشم نمی آید بنابراین تصویرت را نشان نمی دهم. یا به زور نشان می دهم. باید اصرار کنی تا من عکس تو را نشان بدهم . آینه این کار را نمی کند. پس برای آینه شدن شما نباید مقاومت به اتفاق این لحظه نشان بدهید اگر شما می خواهید آینه بشوید . مولانا می گوید که دوست آینه دوست است. شما باید آینه بشوید بچه تان خودش را در شما ببیند و همسران خودش را در شما ببیند ولی برای آینه شدن باید یک مشخصات خاصی پیدا کنید پس شما نباید مقاومت کنید و بارها گفتیم تسلیم یعنی پذیرش اتفاق این لحظه . کسی که می خواهد آینه بشود به چیزها و اتفاقات نمی چسبد و مثلاً شما می روید جلوی آینه عکس شما را نشان می دهد. اگر آینه از شما خوشش بیاید دو تا دست می آید و شما را می گیرد و می گوید که نمی شود که تو بروی من باید عکس شما را مرتباً نشان بدهم. نه! آینه عکس شما را نشان می دهد و هر موقع هم که جلوی آن نرفتید عکس شما را نشان نمی دهد و به شما نمی چسبد. این سطر اول نشان می دهد که انسانی که به زندگی زنده بشود، عارف بشود ،عکس جمال معشوق به رخش بتابد، عکس یعنی انعکاس، در این صورت به چیزها و اتفاقات نمی چسبد ما هم گفتیم آینه هستیم.

بخش دوم:

این تمثیل آینه به شما خیلی کمک می کند. من تقریباً چند جلسه است که دارم این را تکرار می کنم، شما جلوی آینه می ایستید تصویرتان را می بینید و می دانید که تصویرتان شما نیستید، حالا یک آینه ای یک کم ظریفتر در نظر بگیرید و حالا من ذهنیتان را ببینید، ببینید که همانی که شما از آن دفاع می کنید و می گویید که من آن هستم ، همان من ذهنی شماست. به عنوان ناظر به ذهنتان و به فکرهایتان نگاه کنید، می بیند که چه کارهایی این من می کند و شما چه فکرهایی می کنید، آن ناظری که این فکرها را نگاه می کند همین آینه است . این ناظر، حضور ناظر و حضور خداست و حضور شما هم هست و این آینه است. آیا حضور

ناظر را با این چشم می توانید ببینید؟ با فکر می توانید ببینید؟ نه! نمی توانید برای اینکه آن از جنس فرم نیست. فقط ما فرمها و جسمها را با جسم مان می توانیم ببینیم. پس بنابراین از کجا می فهمیم که حضور ناظر یک آینه است؟ از آنجا که یک چیزی را منعکس می کند و ما تا حالا اشتباهاً گفته ایم ما هستیم. حالا که حضور ناظر دارد به ذهن و به من ذهنی نگاه می کند به منی که فکر می کردیم ما هستیم در حالیکه انعکاس ما هست در ذهن، الان می فهمیم که ما نیستیم آن از جنس اتفاقات و اجسام هست و ما از جنس آینه و هوشیاری حضور وزندگی هستیم. یک دفعه متوجه می شویم که ما بدون آن «من ذهنی» زنده هستیم. اصلاً هر اتفاقی که در جهان می افتد که ذهن نشان میدهد دیگر برای ما مهم نیست چون ما زنده هستیم ما شاد هستیم و آرامش داریم بنابراین آن اتفاقات که وقتی جدی بودن از آنها بیرون کشیده شد وقتی حیاتی بودن و موثر بودن از آنها بیرون کشیده شد، بلکه اتفاقات می تواند پول ما را زیاد و کم کند، ما شغلمان را اگر از دست بدهیم ممکن است که پول هم نداشته باشیم، البته که اگر حاضر باشیم این اتفاقات هم نمی افتند معمولاً حضور ناظر، خرد خدایی است و به شما کمک می کند در این جهان راهتان را پیدا کنید و خرد دارید و این خرد به رفتارتان و افکارتان جریان دارد و شما نگران نیستید و آرامش دارید. وقتی شما آدمها را بصورت فرم نمی بیند و آدمها را به صورت جسم نمی بینید که اینها به درد اضافه کردن من می خورند این آدمها چه چیزی به من اضافه می کنند اگر نمی کنند پس به چه درد من می خورند؟ اینها اصلاً جان ندارند وقتی خودم از جنس بی جانی هستم پس آنها را هم از همان جنس می بینم. خب آدمها هم در مقابل ما مقاومت می کنند، بنابراین به ما لطمه می زنند و صدمه می زنند. عموماً اگر ما از جنس زندگی بشویم فرمهای این جهانی و اتفاقات بصورت عامل زیبایی ما به نظر می آیند، آن موقع آیا آدمها با آدمها ستیزه می کنند که من از تو خوشم نمی آید؟ چرا آن طوری حرف می زنی؟ چرا این طوری نشسته ای؟ چرا حرف زدنت را بلد نیستی؟ چرا رنگت این طوری است؟ چرا حرف می زنی و آبروی من را می بری؟ من می فهمم که از جنس زندگی هستم و زندگی خردش را از من بیان می کند و حرف را او می زند و من آبرویی ندارم که برود! آبروی زندگی می رود؟ من اصلاً هم هویت با این آدم یا آن آدم نیستم که هر حرفی می خواهند بزنند. در این صورت باورها با باورها می جنگند؟ نه. اگر من و شما از جنس زندگی باشیم از جنس انعکاس جمال معشوق باشیم در فضای یکتایی این لحظه باشیم ما می بینیم که ما همه از جنس زندگی هستیم و احتیاجی به باورها نداریم، بنابراین باورهای متفاوت حالا زیبا هستند یا زشت هستند؟ البته که زیبا هستند چقدر خوب است که شما این باورها را دارید این دین را دارید یا حتی بی دین هستید چقدر عالی است که شما بی دین هستید چقدر عالی است که دین شما با ما فرق می کند چقدر عالی است که مثلاً شما کارها را اینطوری انجام میدهید و ما اینطوری چقدر عالی است که شما اینطوری عروسی میکنید و ما این طوری عروسی میکنیم و اینها با هم متفاوت هستند! چرا؟ برای اینکه ما زیبای را از زندگی می گیریم. خب اگر از زندگی زیبایی بگیریم و هویت نمی گیریم پس مجبوریم از این رفتارها و باورها بگیریم، از آدمها بگیریم. بگویم ای آدمی که جلوی من نشسته ای تو به من چی می دهی که من را زیاد کنی؟ اگر هیچ چیز به من نمی دهی پس تو به چه درد من می خوری؟ تو نباشی اصلاً بهتر است و تو اضافه هستی. از طرفی دیگر هم تمام حواسم هم به این است که من فرم هستم و این فرم را باید زیاد کنم و باید هر کسی یک چیزی به من زیاد کند و اگر هم نمی کند هیچی دیگر به من ربطی ندارد و من هیچ مسئولیتی ندارم. پس می بینید که چقدر مهم است ما چند تا سوال از خودمان بپرسیم. اول بپرسیم من کی هستم و چی هستم و از چه جنسی هستم؟

آیا من از جنس جسم هستم که همه را جنس می بینم؟ جوابش این است که نه من از جنس هوشیاری هستم. خب چرا پس خودم را جنس می بینم؟ برای اینکه از ذهن هنوز متولد نشدم. چرا آینه قدر روابط من پر از درد و گرفتاری است؟ آیا روابط انسانها باید پر از درد باشد؟ نه! به این دلیل است که من در ذهن درد ایجاد کردم. بنابراین، این درد و ستیزه را به هر کاری به هر گفتاری فرو می ریزم، بنابراین عامل ستیزه و ایجاد درد هستم. من خودم هستم که ایجاد درد میکنم. آیا من می توانم ایجاد درد نکنم؟ جوابش این است که بله. شما همین چیزهایی که چسبیده اید را رها کنید و از ذهن متولد بشوید و از زندگی، زندگی بگیریید و هویت بگیریید از چیزها و آدمها هویت نخواهید، با آدمهایی که رابطه برقرار می کنید آنها را کنترل نکنید. آیا شما این همه که کنترل کردید به غیر از درد چیز دیگری هم نصیبتان شد؟ آیا من باید همه را کنترل کنم تا خوشبخت بشوم؟ جوابش نه! من نباید هیچ کس را کنترل کنم. کنترل کردن از عدم امنیت من ذهنی است و من ذهنی عدم امنیت و حس ترس دارد برای اینکه وصل به زندگی نیست و برای اینکه من حس عدم امنیت را رها کنم باید از ذهن متولد بشوم و از جنس زندگی بشوم چون زندگی ترس نمی شناسد. می شود من ترس و نگرانی را تمام کنم؟ بله. شما لازم نیست که بترسید و نگران آینده باشید. باید از جنس زندگی باشید الان از جنس اتفاقات هستید هر اتفاقی شما را می ترساند. پس من از جنس هوشیاری هستم و وقتی آمدم به این جهان هوشیاری بی فرم بودم و ناهوشیارانه آمدم و قرار است که من هوشیارانه برگردم روی خودم یا روی زندگی قائم بشوم باید برگردم هر دردی به من این اطلاعات را می دهد که من دارم راه را عوضی می روم. هر دردی به من می گوید که من از اجسام زندگی می خواهم، هر دردی من را بیدار می کند به جای اینکه احساس مظلومیت بکنم و شکایت بکنم. اینها را من از خودم می پرسم و به خودم هم جواب می دهم. آیا من به گنج حضور که گوش می دهم برای این است که دیگران را عوض کنم؟ نه. من به گنج حضور گوش می دهم و کتاب می خوانم فقط روی خودم کار کنم. آیا حق دارم که دیگران را عوض کنم؟ نه. حق ندارم فقط حق دارم که روی خودم کار کنم و خودم را عوض کنم. من فقط دسترسی به خودم دارم. آیا می توانم دیگران را عوض کنم؟ نه. نمی توانم دیگران را با گفتار من و کردار من عوض نمی شوند، فقط در یک حالت ممکن است که اثر گذار باشم اگر حضور خودم را دائماً حفظ کنم و این انرژی خدایی از من ساطع بشود و بیان بشود و این انرژی بتواند کار خودش را بکند. انسان در پایین هم خواهیم خواند که غیر از این گفتار و غیر از این نوشتار، هزاران جور اطلاعات را منتقل می کند. اطلاعات از طریق انرژی، از طریق ارتعاش منتقل می شود. سطر بعدی نگاه کنید **غیر نطق و غیر ایما و سجل*** صد هزاران ترجمان خیزد ز دل غیر از نطق یعنی حرف زدن، غیر از اشاره کردن، غیر از سجل یعنی نوشتن، صد هزاران جور ما نوشته منتقل می کنیم ارتعاش منتقل می کنیم. حالا اگر دلتان درد است، دائماً این درد را شما ارتعاش می کنید و این را به بچه تان می دهید به دوستان می دهید و مردم از این درد فرار میکنند، اگر دلتان از جنس معشوق هست و از جنس خداست برکت زندگی و عشق را پراکنده می کنید، مردم ناخداگاه جذب می شوند. امروز گفتیم که موضوع امروز آینه است شما باید ببینید که آیا می توانید آینه باشید برای مردم؟ گفتیم که آینه مقاومت نشان نمی دهد آینه نمی چسبد به تصویرش آینه قضاوت نمی کند. شما تا بحال آینه ای دیده اید که برگردد بگوید چرا شما آنجایت این طوری است؟ فقط به شما نشان می دهد. آینه یک گرمی هم دارد. آینه انرژی منفی به شما نمی دهد انرژی مخرب نمی دهد در حالی که آینه من ذهنی از کسی که خوشش نمی آید فقط نمی گوید که خوشم نمی آید، بلکه هزاران انرژی منفی را منعکس می**

کنم روی او ، و او هم می گیرد آن را. ما چرا روی بچه مان اثر مثبت نمی گذاریم؟ برای اینکه آینه درستی نیستیم. آینه عشق است. شما اگر از ذهن متولد بشوید و تماماً حضور بشوید ، می شوید آینه. مقاومت نشان نمی دهید و قضاوت نمی کنید به آن چیزی که نشان می دهید نمی چسبید. با نگاه حضور، گفتیم که به فرمها نمی چسبید و واکنش ندارید واکنش نشان نمی دهید. آینه یک گرمی و عشق هم دارد، آینه ما از جنس زندگی می شود یک لطافتی هم دارد که این لطافت را انسانها می شناسند و جذب می شوند. انسانها ولو اینکه از جنس من ذهنی هستند و از جنس درد هستند ولی لطافت عشقی را یک جوری می شناسند. برای اینکه انسانها دائماً همین و گل هستند. شعور شناسایی زندگی را ما هنوز داریم هر چقدر هم که از جنس درد هستیم از جنس داگما هستیم و سفت هستیم ولی می بینید یک جاهایی لطافت نشان می دهیم .

برگردیم به صحبتی که می کردیم:

خواهم که ز زنار دو صد خرقة نماید ترسابعه گوید که بیوشان که نشاید

می گوید که من می خواهم که معشوق از زنار من تعداد زیادی خرقة درست کرده، زنار کمربندی بوده که مخصوصاً مسیحیان یا یهودیان به کمرشان می بستند و آنها مسلمان نبودند. در اینجا زنار را علامت خدایی می گیرد، مولانا دائماً به این موضوع اشاره می کند که آیا تو آن جنس خدایی را آن جنس خدایت خودت را می شناسی؟ اگر بشناسی این اعمال و افکار سطحی کفر است آن چیزی که معمولاً ما در من ذهنی دین می شماریم حقیقتاً کفر است! به زبان مذهبی صحبت می کند. می گوید که من می خواهم که از زنار من که خدایت من است چون ضد این دین سطحی است و ضد کارهایی است که بیشتر مردم می کنند و از روی من است من ذهنی است. هر کاری که من ذهنی می کند از جنس خدا نیست ، از جنس منیت است هر کاری که من ذهنی می کند درد آفرین است. حالا این فلسفه یا فایده ای هم دارد ؟ بله. درد ایجاد می کند تا شما متوجه بشوید که من چرا دردم می آید. شما یک روز باید از خودتان سوال بکنید و جواب را هم پیدا بکنید. نمی شود جواب را پیدا نکنید. شما گفتیم که از خودتان سوال می کنید که من از جنس هوشیاری هستم و یا از جنس جسم؟ به خودتان جواب می دهید که من از جنس هوشیاری هستم. واضح است. خب هوشیاری در ذاتش چی هست؟ در ذاتش آرامش است و شادی است، هوشیاری از جنس اینهاست. پس این درد چی هست که من دارم؟ چرا من درد دارم و این درد به چه دردی می خورد؟ درد به دلیل این هست قرار بوده که من که آمدم به ذهن برگردم به طرف زندگی و از این چیزهایی که چسبیده ام جدا بشم و دوباره هوشیاری بشوم همان هوشیاری که قبلاً آمده بودم منتها این بار هوشیار به خودم از جنس هوشیار حضور بشوم و هوشیاری حضور فرقتش با آن هوشیاری اولیه این است که هوشیاری حضور آگاه به خودش هست شما می دانید که از جنس زندگی هستید . ما وقتی به صورت هوشیاری می آییم به شکم مادرمان، و در آنجا شروع می کنیم به نشو و نما کردن ما آن موقع نمی دانیم که ما کی هستیم ، مانمی دانیم که از جنس زندگی هستیم نا هوشیارانه می آییم و در ذهن یک تنی می تنیم ، ما این تن را لازم داریم ، این تن سایکولوژیکی است تن روانشناختی است بعد از توی این در می آییم، حالا توی این درد دست می شود، درد به شما نمی گوید که بگویید چرا خدا به من لطف ندارد چرا اینقدر ظلم می کند؟ مگر من را فراموش کرده؟ نه. درد به شما می گوید که شما این چیزهایی که به آنها چسبیده اید باید رها کنید از ذهن متولد بشوید و این قانون

خداست. شما از این سر پیچی می کنید در حال درد و در حال گرفتاری یک کارهایی را می کنید که به آنها می گوید دینداری، که عین کفر است. حالا می گوید که من با زنا که اصلیت من است و خدایت من است حضور من است می خواهم هزاران تا خرقة درست کنم و بدهم مردم بپوشند. یعنی مردم را به حضور برسانم یعنی من می خواهم که خدا بیاید از طریق من همه را به حضور برساند یک دفعه ترسایچه به من می گوید که ترسایچه هم معنی مثبت دارد یعنی یک دفعه از درون من خدایت می گوید که نکن این کار را! **پوشان که نشاید.** برای اینکه مردم غالباً از جنس من هستند نمی فهمند اینها را، متوجه نمی شوند مردم همه از جنس درد و کفر هستند، اصلیتشان را خدایتشان را پوشانده اند با ابزاری به نام من ذهنی که جسم است و فقط جسم می شناسند. خدا را جسم میدانند و می گوید اینها را نگو. **ترسایچه گوید که بپوشان که نشاید** نشاید یعنی شایسته نیست، این درست نیست و این خیلی مسئله بوجود می آید. ولی در سطر بعدی می گوید که:

بخش سوم :

اشکم چودهل گشته و دل حامل اسرار چون نه مهه گشتست ندانی که بزاید

می گوید قرار است یا قرار بوده اصلاً از اول، انسان که بوجود آمد نه سال در شکم ذهن باشد و از آنجا متولد بشود و انسان بیراهه رفته انسان هم هویت شدگی با ذهن را پیشه گرفته، حتی شما نگاه کنید این اشعار پر از معنویت و این همه مفید را ما ایرانیها یا فارسی زبانان از آن استفاده نکردیم و نخواندیم، که چی این می گوید. ما در درد غوطه ور هستیم پر از شکایت و ترس هستیم پر از کینه هستیم پر از کنترل هستیم پر از رنجش هستیم پر از شکایت هستیم و هیچ نپرسیدیم که چرا اینطوری هستیم! همه اینطوری هستند، همه زن و شوهرها با هم دعوا می کنند، هر رابطه ای پر از درد است. هر رابطه ای پر از درد است؟ این چه حرفیه!! یعنی ما آفریده شدیم، حقیقتاً این را از خودتان بپرسید که ما رفته رفته پر از درد بشویم و این درد واقعاً کاردش تا استخوان ما برسد و ما نپرسیم که چرا درد داریم که این روال طبیعی نیست روال خدا نیست! آیا واقعاً زندگی ما را به این جهان می آورد تا درد بکشیم بعد تمام شعار ما این باشد که هر چه بهتر بیشتر، جمع کنیم و در پنجاه سالگی و شصت سالگی مریض بشویم و پر از استرس بشویم یا بعضی ها دیوانه بشویم و تمام روابط ما خراب بشود و هیچ روی شادی را نبینیم و بعدش هم بمیریم و برویم هر چه که درست کردیم و جمع کردیم بماند برای یک عده ای. این درست است؟ واقعاً قرار این بوده؟ نه! اصلاً قرار این نبوده. قرار بر این بوده که شما بیایید مدت کوتاهی در یک خانواده عشقی توسط پدر و مادر و حتی برادران و خواهران، نه مثل برادران و خواهران یوسف، پراز عشق که همه به شما عشق بدهند لطافت بدهند شما در شش سالگی هفت سالگی هشت سالگی ضمن اینکه آن تن روانشناختی را می تنید که در این جهان بتوانید در این جهان نشو و نما کنید و آن بر اساس جدایی است و شما باید جدایی را یاد بگیرید، عشق را هم یاد بگیرید. یعنی ما الان باید یک هوشیاری داشته باشیم که هوشیاری خدایی، عشقی و یکی هم یک ذهن داریم که جهان را نشان می دهد که چطوری بیزینس کنم! ولی آن بیزینس ما زیر کنترل و اراده خرد زندگی است. چون از آن هویت نمی گیریم لطمه به خودمان نمی زنیم. یک عده معتقد هستند که هر چقدر بیشتر دروغ بگویند شارلاتان بشوند آنها بهتر بیزینس می کنند! نه این طور نیست. اصلاً این طور نیست. شما بیزینس تان را بگذارید زیر خرد زندگی و ببینید که شما وقتی که

سرویس می دهید به مردم و صادق هستید مشتریان شما می آیند و از شما می خردند و خیلی هم قدردانی می کنند و شما را هم نگه می دارند . حالا **اشکم چو دهل گشته و دل حامل اسرار** می پرسید چرا اینقدر درد دارید؟ این درد مثل دهل است . دهل صدای بلندی دارد. شما اگر درد دارید آن مشخصات را دارید و اگر ترس و نگرانی دارید و تمام آن چیزهای منفی را دارید اگر روابطتان خراب است روابطتان نگرانی را هست و گرفتاری را است می گوید این دهل است و وقت زاییده شدن است نه ماهه شده اید و دلت پر از اسرار است . آیا این فقط در مورد فرد است؟ شخص شما و فقط من هست؟ نه! شما نگاه کنید که در جهان چقدر بلا هست ، همین الان همین تاریخ امروز. چقدر گرفتاری هست در همین خاورمیانه ، چقدر دروغ و دقل هست. از همین بالا که نگاه کنید ، چقدر آدم می میرد و بی خانه مان می شود . این چی می گوید؟ این یک دهلی است می گوید که ما جمعاً باید دست به دست هم بدهیم که از شکم این ذهن بیاییم بیرون. این ذهن عوضی نشان می دهد. حرص دارد، زیاده طلب است و فقط جسم را می ببند . امروز خواهیم دید که می گوید **آفت این در هوا و شهوت است ****ورنه اینجا شربت اندر شربت است** یک هوشیاری داریم در ذهن که فقط فرم می شناسد، این اسمش هواست ، دنبال آن زیاده خواهی است . ما فکر می کنیم که هوشیاری فرمی باید داشته باشیم ، هوشیاری فرمی و هوشیاری جسمی فقط جسم را می ببند و چه جوری زندگیمان زیاد می شود هر لحظه حداقل یک ذره هم که شده باید زیاد بشود ، شما یک کاری بکن تا فقط یک کم به زندگی من اضافه بشود، من خیلی ممنون می شوم! یک کم پول من زیاد بشه امروز یک کم زیاد شد و من یک کمی زنده تر شدم! این غلط است این هوشیاری جسمی غلط نشان می دهد به خاطر این است که ما پر از درد هستیم درست مثل اینکه از کرمی که می خواهد پروانه متولد بشود این کرم روی زمین مرتب این طرف و آن طرف می رود شکایت می کند یا هر کاری که می کند بالاخره وقتش آمده است که این پروانه از توی این بیاید بیرون، هر کاری که بکند نمی تواند خوشبخت بشود. این کرمها را دیده اید که پروانه از آنها می آید بیرون؟ کرم وقت مردنش است، این من ذهنی وقت مردنش است و ما هم وقتمان است که مثل پروانه بیاییم بیرون. **چون نه مهه گشتست ندانی که بزاید در دو سطر اول** یادتان است که می گفت من می خواهم با این زنار هزاران خرقة درست کند یعنی خلاصه همه را به حضور برساند . مولانا می گوید من می خوام بگم! این قدرت را داشته و این ترسناچه که ساخته خودش است ترسناچه یعنی همین حضور من، همین خدایت من که به خودش هوشیار شده می گوید این کار را نکن تو این کاره نیستی. می گوید خودت را قاطی نکنی ها!! هر کاری که زندگی می کند خدا می کند بگذار که او بکند ، البته می گوید که من می خواهم که او بکند باز هم پشیمان می شود و می گوید که ولش کن من قاطی نمی شود. ما می گوئیم که همه بشوند ولی خبر نداریم که از اوضاع پس باید همین طور توکل می کنیم و کوششمان را می کنیم هر چه شد. پس بطور فردی و بطور جمعی اشک، ما حالا دو جور اشک داریم یکی اشک درد است که بشردارد الان غالباً دارد و شما ممکن است که داشته باشید، شما یک خانم یا آقای پنجاه شصت ساله این همه مصیبت کشیدیم ما، آخر برای چه؟ درد کشیدن های من این همه اشک ریختن های من به صورت منفی، یک جور هم نه اشک شوق ، بعضی از ما که نزدیک هستیم اشک شوق و آرزومندی داریم عجله داریم که من فهمیدم و می خواهم از ذهن زاییده بشوم این هم باید صبر کنم و قانون مزرعه است، زاییده شدن ما هم تابع قانون مزرعه است نمی شود که شما امروز شروع کرده اید به گوش دادن به گنج حضور ، من ذهنی انتظار دارد که یک روز یا دو روز گنج حضور گوش کردی و مولانا خواندی روز سوم دیگر باید زاییده بشوی! نه این طور

نیست. این هم تابع قانون مزرعه است که نمی شود درخت بکاری و بگویی که بعد از یک ساعت به من میوه بده. ولی شما درد هایتان را مثل دهل ببینید و شکایت نکنید نگویید که خدا به من توجه ندارد و من مظلوم واقع شدم. بگویید که تمام این درد ها را من ایجاد کردم و دلیلش هم این بوده که متوجه نشدم که باید متوجه بشوم که من باید از ذهن زاییده بشوم. هر دردی پیغامش این است منتها ما را درد را روی درد گذاشتیم. اولین درد پیغامش این بوده است. دومین درد و شکایت و رنجش و خشم را که به آن اضافه کردیم و باز اضافه کردیم و... تازه تن ما هم خراب شده، اینها اشتباهات ما بوده، کسی به ما نگفته بوده که این درد و خشم تو علتش این بوده این معنی اش این است که نباید شکایت کنید و شما روی آن هم شکایت میکنید. تازه می رنجید، وقتی که شما می رنجید در واقع درد را روی درد می گذارید. این کار را نکنید. پس دل ما حامل اسرار است و بشر این طور است همه بشرها این طور هستند و همه نه ماهه هستند و باید بزایند. می گوید نمی دانی که بشر باید بزاد، مرتب از درون به من می گوید، یواش، نشاید. نه! نه ماهه هستند همه و باید که بزاند. از هر سطر ما یک چیزی یاد می گیریم؛ مولانا در ضمن اینکه می گوید شما احتیاط کنید و مواظب باشید که من شما بیاید و کنترل را به دست بگیرد. تا ما می خواهیم یک کاری را بکنیم این من ذهنی می گوید که بگذار من بکنم. شما می خواهید مردم را بیدار کنی، من ذهنی بوق و کرنا دست می گیرد و می گوید من از همه بهتر بلد هستم و می گوید آی مردم بیایید بیدار بشوید. نه! هر کسی که یک کار مفید می خواهد بکند باید اول به من ذهنی اش بگوید تو بایست کنار. اولین شرطش این است که ما به این من ذهنی نگاه کنیم و به او بگوییم که اصلاً توکنار بایست، تو حرف زن و دخالت نکن. پس از مدتی از کار بیکار می شود ولی اوایل ما هر کار مثبتی که می کنیم، او می گوید که بگذار من بکنم. من می کنم! میکند؟ نه. این دیو است و هر کاری را که بکند درد ایجاد می شود واز توی آن درد بیرون می آید. نمی تواند بکند. پس اولین شرط این است که شما ناظر من ذهنی باشید که این کار و دخالت نکند و فکر نکند و عمل نکندو این به شما نصیحت نکند. با او مشورت نکن. هر موقع که مقاومت نشان می دهی او دارد عمل می کند هر موقع که واکنش نشان می دهی او دارد کار می کند. هر موقع شما دارید قضاوت می کنید، او دارد کار می کند. هر موقع بد و خوب می کنید، او دارد کار می کند. هر موقع ستیزه می کنید، او دارد کار می کند. هر موقع به چیزی می چسبید او دارد کار می کند، آینه زندگی به چیزی نمی چسبد. هر موقع گریه می کنید، او دارد گریه می کند. هر موقع شکایت می کنید، او دارد شکایت می کند. هر موقع می رنجید یا می ترسید او دارد می کند. آخر زندگی هم می ترسد؟ نه. هر موقع نگران هستید، او دارد کار می کند. پس در تمام این موارد شما به عنوان حضور ناظر بایستید کنار و به او بگویید برو آن گوشه بشین و بترس! من که نمی خواهم بترسم. من که تو نیستی. لحظه بعد باز می آید و می گوید که من تو هستم. دوباره شما بیدار هستید. هر موقع با این لحظه شما دارید دعوا می کنید با اتفاق این لحظه، او هست که دارد دعوا می کند. هر موقع با این لحظه آشتی هستی دوست هستی؛ این تو هستی. هر موقع لطیف هستی و از درون شاد هستی، این تو هستی. هر موقع او دارد کار می کند ناراحت هستی و عدم رضایت و یا یک چیزی کم است و نقص هست! حیف. همه چیز هست فقط حیف که فلان چیز نیست. این من ذهنی است. نگذار، نگذار که بدزدد.

در جهان یک دل وجود دارد که آن هم زندگی است، دو دل وجود ندارد. می گوید دل شاه است دل خداست. یعنی وقتی که ما از ذهن آمدم بیرون از جنس خدا می شویم. البته از جنس خدا هستیم. سطر پایین کمک می کند، می گوید که دل شاهی است که درون تنی مانند گاو است و چرا گاو؟ اول اینکه گاو زیاد می خورد. گاو نشخوار می کند، همین ژاژ خوابیدن که معنی آدامس جویدن است. آدامس جویدن یعنی حرف زدن، چقدر ما حرف می زنیم؟ ذهن ما مرتب، مشغول است و فکر های قدیمی را تکرار می کند و این فکرها من دار هستند و هر فکری که من ذهنی می کند من دار است و درد توش دارد. می گوید این گاو، این تن، شاه را می بیند اگر ذهنش را ساکت کند. پس ما متوجه می شویم که ما شاه هستیم ما از جنس زندگی هستیم، توی شکم گاو هستیم. درست مثل آن پروانه ای که درون کرم است، این تن، تن این تن نیست. بلکه تن روانشناختی است که این هم جزو اش است. این تن بافتش از فکر است و تو ذهن ساخته شده ما توی آن هستیم به عنوان دل. دل استاد است دل همه چیز است. گفتیم که یک دل است و یک استاد است بارها گفتیم که از درون همه می خواهد صحبت کند. برای اینکه صحبت کند شما باید از این تن مانند گاو با ساکت کردن ذهن بیرون بیایید. پس معلوم می شود که ما این گاو را دائم می بافیم با فکر کردن من دار و ستیزه کردن. اولش با مقاومت شروع می شود. این گاو این تن است و ما فکر می کنیم که این تن هستیم. ولی حالا ما می دانیم که این تن نیستیم. ما آن دلی هستیم که توی این تن است. اگر شما نمی دانید این را باید بدانید. ما این تن هم نیستیم، ما توی این تن زندگی می کنیم. حالا غیر از این تن ما یک تن دیگر هم بافتیم از شکم مادرمان این شروع شده و بیرون آمدم و بافتیم به نام تن روانشناختی، همین که ما از توی این متولد بشویم، می شویم همان دلی که، دل تمام جهان است همه اش خرد است و عشق است ولطافت است و همه شور و شادی است همه حس زندگی و حس یکتایی است. این گاو جدا جدا می بیند و می گوید من یکی هستم و تو یکی هستی و ما با هم فرق داریم. دائماً نوشخوار می کند فکرهای قبلی را، شما اگر دیدید فکرهای قبلی را تکرار می کنید، بدانید که از جنس من ذهنی هستید. مخصوصاً وقتی که ما بیدار می شویم اولین بار ما متوجه می شویم ما یک سری الگوهای فکری منفی را مرتباً تکرار می کنیم. اگر شما به حضور رسیده باشید علامتش این است اولین بار متوجه می شوید که یک سری فکرهای منفی را مرتباً برای خودتان تکرار می کنید و درد تولید می کنید. هر کسی که متوجه این بشود یعنی دارد به حضور می رسد و دارد متولد می شود. دارد می کشد خودش را از این گاو بیرون. می گوید که هیچ کاری نباید بکنی بلکه باید این ژاژ خواهی را کم کنی.

بخش چهارم:

چقدر خوب است ما همین طور که در زندگی پیش می رویم کمتر قضاوت کنیم، ما که نمی توانیم نکنیم که، ما توی این گاو هستیم و این هنوز دارد نوشخوار می کند ما می توانیم یاد بگیریم در طول روز به هر کسی که نگاه می کنیم بگویم آیا من همه چیز را باید ارزیابی و بد و خوب و قضاوت کنم؟ خودم جواب می دهم که نه، به من مربوط نیست. آیا چیزی که به من مربوط نیست، من به خودم مربوط می کنم؟ نه! اگر کسی خواست مربوط بکند من مربوط میکنم؟ نه! یکی آمده است و می گوید که من از شما می خواهم که من را نصیحت کنی! نه برو دنبال کارت من نمی توانم نصیحت کنم. شما ببین که من آدم خوبی هستم؟ من اوضاع

را می گویم ! نه من باید در این صورت تو را ارزیابی و قضاوت کنم و نمی خواهم بکنم. نه اینکه حتی ما داوطلبانه برویم و قضاوت کنیم که این اینطوری است و آن یکی آنطوری است . شما هر چه بیشتر قضاوت کنید گاو قوی تر می شود و نمی شود که ما بیاییم بیرون. این از طریق عدم مقاومت و عدم قضاوت عدم چسبیدن به چیزها، مثل آینه که ما امروز گفتیم که ما چطوری آینه می شویم. ما یواش یواش ذهن را ساکت می کنیم. پس معلوم می شود هر چه ما ساکت تر می شویم ، ما به اصلمان نزدیکتر می شویم. ما نمی توانیم که این گاو را از بین ببریم ، پس بهتر است که نبافیم و در این صورت این گاو یواش یواش از بین می رود و ما می شویم خودمان. به همین سادگی. در پایین می گوید که ما می گوئیم که آینه ما را زنگ گرفته ، بگذار که من زنگش را پاک کنم . حالا با چه چیزی پاک میکند؟ با من ذهنی. این گاو است، بلد نیست. آبادانی و سامان دادن هم در این جهان، زندگی میکند. شما موقعی کار اصلیتان شروع می شود که شما خودتان را در اختیار زندگی قرار می دهد در این صورت از ذهن متولد شدید و در فضای یکتایی با زندگی یکی هستید و از این لحظه تکان نمی خورید. اتفاقات شما را از جا نمی کنند بیرون، اتفاقات نمی کشند شما را توی خودشان، در این صورت در اختیار زندگی قرار می گیرید، و این دفعه شما اثرگذار خواهید بود در این جهان. تا زمانیکه نشدید بهترین کار این است که ما روی خودمان کار کنیم و اگر کسی ما را کشید و گفت بیا برای ما کار کن و ما را نصیحت کن و ما را درست کن، شما می گوئید که من کاری به کار شما ندارم و من فقط روی خودم کار می کنم. تا ما بشیم. این طوری هم نیست که ما حضور را بدست بیاریم . ما از جنس زندگی می شویم ، نه اینکه زندگی را بدست می آوریم. من ذهنی بر اساس جدایی کار می کند و ما فکر می کنیم که ما می توانیم که زندگی را بدست بیاوریم و بگذاریم توی جیبمان . نه! ما من را رها می کنیم و از جنس خدا می شویم. شما نمی توانید خدا را داشته باشید و خدا را بدست بیاورید، شما فقط می توانید از جنس او بشوید. از جنس او بشوید نمی توانید بدست بیاورید و نمی توانید بشناسید. از خودتان این سوالات را بکنید که این حرفهایی که ما می زنیم این حرفها از جنس زندگی است؟ نه اینها جسم هستند. زندگی بوسیله ارتعاش، وقتی که ما حاضر هستیم از ما بیان میشود، بصورت انرژی بین کلمات ، بین جملات، از این خلأ ، در این خلعی که وجود دارد. وقتی که ما حاضر هستیم نه وقتی که از جنس من ذهنی هستیم. از جنس من ذهنی که هستیم فقط می توانیم درد ایجاد کنیم .

هر سوی جهد لیک به ناچار بساید

وان دانه که افتاد در این هاون عشاق

یعنی و آن دانه وقتی که می افتد توی هاون ممکن است که بجهد به این طرف آن طرف ولی نمی تواند که در برود بالاخره باید ساییده بشود. اولش دانه بد قلق می جهد ولی از هاون نمی تواند بیرون بجهد. ما همان دانه هستیم. هاون عشاق همین جهان است یعنی ما به عنوان فرم در هوشیاری حضور محاصره شدیم و این فرم توی هاون عاشقان است ، می گوید هاون عشاق. پس این جهان هاون عشاق است . شما نگوئید که چرا من را این قدر می کوبند؟ چرا می کوبند! برای اینکه در این پوسته شما یک دانه ای هست که این پوسته آنقدر باید ساییده بشود تا این دانه بیاید بیرون. باید این فرم شما بشکند و زندگی می خواهد آن را بشکند چون زندگی هاون است. پس اول ما می فهمیم که ما دانه ای هستیم توی پوسته ای هستیم که دانه را باید بکوبند و این جهان و این مصیبتها که سر ما می آید و دائم می کوبد، کی می کوبد؟ زندگی می کوبد . هاون عشاق بی فرمی است. شما به عنوان جسم توی

آن هاون هستيد. هاون را هم شما نمی بينيد و كوبنده را هم نمی بينيم. ما فقط وقتی ضربه زده می شود حس می کنيم که یک ضربه ای خورده ايم. خب اين ضربه را شما می رسيد از خودتان که اين ضربه را کی زد؟ ظاهراً یک آدمی می زند يا دولت می زند ، ظاهراً دوست يا همسر شما می زند ولی باطناً زندگی می زند . زندگی با وسائل مختلف به شما ضربه ميزند. می دانيد چرا ضربه ميزند؟ می خواد شما را خرد کند. چرا می خواهد خرد کند؟ برای اينکه شما به عنوان هوشیاری از اين دانه بياييد بيرون. اگر نزنند اين را رها نمی کنيد البته یک راه دیگری هم دارد می خواهيد که در هاون کوبيده نشويد اسمش هزار بار گفتيم که مرگ اختیاری است. مرتب مولانا به ما می گويد که شما با اختيار خودتان از ذهن بياييد بيرون. شما از اين لحظه به بعد اتفاق اين لحظه را بپذيريد لحظه بعد هم بپذيريد. پس بنابراین با فرم اين لحظه آشتی می کنيد. اين لحظه چه اتفاقی می افتد؟ می گويد که اين رفيق و دوست من است هر اتفاقی که می افتد . نگذاريد که ذهن قضاوت کند ، شما بگويد من دوست اين لحظه هستم و مقاومت نمی کنيد و از اين بی مقاومتی یک برکتی می آيد بيرون، که اين برکت شما را می زائوند. اول اينکه برکت حقیقتاً نيکی و برکتی زندگی از اين بی مقاومتی همين الان می تواند بريزد به فکر های شما وبه رفتار شما و آنها را خلاق کند. شما همين الان می توانيد استفاده کنيد ولی پی از مدتی که با فرم اين لحظه مرتباً آشتی کرديد برای هزار بار برای ميليون بار اين کار را کرديد .برای اينکه ممکن است که اين لحظه بگويد که من با اين لحظه آشتی هستم و یک لحظه بعد ذهن شما را می کشد و می گويد اين چيه؟ نه. همان موقع بايد بگويد نه ، من با فرم اين لحظه آشتی می کنم چون اين لحظه یکی فرمش است و یکی هم زیر فرمش است . فرم اين لحظه را من ذهنی نمی پسندد با فرم می ستيزد، وقتی با فرم می ستيزد با خود زندگی می ستيزد چون فقط فرم نيست ، کل اين اتفاق را بوجود آورده و وقتی شما با آن می ستيزيد با زندگی می ستيزيد. پس الان با فرم اين لحظه با اتفاق اين لحظه آشتی می کنيد بعد ذهن شما، شما را می کشد و شما ستيزه می کنيد ولی يادتان می آيد که نه، من دوباره بايد آشتی کنم. دوباره يادتان می رود و دوباره آشتی می کنيد و..... هزار بار ده هزار بار اين کار را ميکنند اين شما را می زائوند و یک دفعه می بينيد که شما عوض شديد و یک آدم ديگری شده ايد و با اتفاقات ديگر ستيزه نمی کنيد، برای اينکه آن هوشیاری از ذهن آمده است بيرون. شما وقتی نمی رويد توی، ذهن يواش يواش برقرار می شويد در یک هوشیاری که از جنس ذهن ديگر نيست ، شما اين کار را بکنيد و بعد خواهيد ديد که هر دفعه که با فرم اين لحظه آشتی می کنيد، یک ذره فضا ايجاد می شود اطراف آن موضوع، دفعه بعد بيشتر می شود و دفعه بعد باز بيشتر می شود مرتب فضا بيشتر ميشود یک دفعه اتفاقی در شما می افتد و حس می کنيد که شما فضای خالی هستيد و شما اتفاقات نيستيد. ديگر اتفاقات اثرش را از دست می دهد و اين دفعه شما اين طرف هستيد يعنی در طرف زندگی هستيد و مرکز ثقلتان از ذهن آمده بيرون و افتاده روی زندگی . خرد زندگی حالا از شما جاری می شود ، کافي است که مدتی اين کار را بکنيد ولی تا زمانی که ما اين کار را نکرديم در هاون عشاق هستيم و اين خط يا هر خطی به شما اين اطلاعات را می دهد که اگر به کار ببريد واقعاً شما را نجات می دهد. پس از اين هر ضربه ای که به شما می خورد بگويد که اين ضربه را زندگی به من می زند فقط برای بيداری من است . من هم چون انسان بيدار و هوشیاری هستم می خواهم که از طريق انتخاب بروم و از طريق ضربه نروم . اگر من انتخاب نکنم زندگی دوباره ضربه می زند و من در هاون هستم ، خب شما به جایی که بکوبند در هاون بگذار من خودم پوست خودم را بکنم ، مرتب یک لايه از خودم می کنم با دوست شدن با فرم اين لحظه ولی اگر شما اين

موضوع را رعایت نکنید و با اختیار خودتان این کار را نکنید بدانید که در هاون عشق هستید که همین جهان است. شما وقتی که خودتان، پوست خودتان را می کنید از هاون عشاق خارج می شوید یعنی از این جهان خارج می شوید. می شود که یک کسی حاضر باشد مثل من و شما باشد ولی توی این جهان باشد و توی این جهان هم کار کند. ما باید به چنین جایی برسیم.

از خانه عشق آنک ببرد چو کیوتر هر جا که رود عاقبت کار بیاید

خانه عشق، فضای یکتایی این لحظه است ما از خانه عشق پریدیم، ما به زبان دینی پیش خدا بودیم به صورت هوشیاری آمدم و وارد ذهن شدیم و حالا توی ذهن مرتب می پریم به این طرف و آن طرف. می پریم و روی این فرم می نشنیم، باز روی آن فرم می نشنیم. از این فرم زندگی می خواهیم از آن فرم زندگی می خواهیم، راه را گم کردیم. کیوتر را که بعضی ها نگاه می داشتند و پروازشان می دانند و این کیوتر می رفت و باز می گشت. حالا فرض کنید که کیوتری راهش را گم کند و دائم روی این پشت بام بشیند و بچه ها به آن سنگ بزنند و بعد برود روی پشت بام خانه دیگری بشیند به امید اینکه به او دانه بدهند ولی باز به او سنگ بزنند، خب بالاخره بعد از اینکه چند جا به او سنگ بزنند بعد متوجه می شود که باید برگردد به خانه خودش. خانه خودش را بالاخره می گردد و پیدا می کند. می گوید از خانه عشق هر کسی که ببرد یا که ببرد مثل کیوتر که ما پریده ایم، هر کجا که برود مثل ما که در ذهن همه جا رفتیم و متوجه شدیم که بی خودی روی این فرم نشستیم و باز روی آن فرم نشستیم، روی این اتفاق نشستیم... الان بی خودی ما منتظر هستیم که کسی بیاید و ما را نجات دهد، بی خودی ما منتظر هستیم که در آینده یک اتفاقی می افتد و من را خوشبخت می کند. هر کسی منتظر یک آدمی یا یک چیزی یا یک اتفاقی است! نه منتظر نباش. به جای آن از ذهن بیا بیرون و بگذار زندگی از طریق تو کار بکند، می گوید این هوشیاری هر کجا که برود عاقبت بر می گردد به فضای یکتایی این لحظه. به خودتان نگاه کنید ببینید اگر درد می کشید شما کیوتری هستید که شما که روی فرمهای مختلف روی اتفاقات مختلف می نشینید و از آنها زندگی می خواهید و یک دفعه یادتان می آید که باید از آنجا برگردید به خانه اصلی، به خانه عشق. خانه عشق، فضای یکتایی این لحظه است که باید هوشیارانه به آن برگردید.

آینه ای که شمس الحق تبریز بسازد زنگار کجا گیرد و صیقل به چه باید

شما می گوید که این به من نمی آید من باید کتاب بخوانم، باید پیش بزرگان بشنم سواد ندارم و من شایستگی ندارم از این حرفها و... من ذهنی می زند این جور حرفها را. ولی شما آینه ای هستید که خود خدا ساخته. می گوید آینه ای را که شمس الحق تبریز که به جای زندگی نشسته، یادمان باشد که هر کسی که صد در صد به زندگی زنده شده و از ذهن متولد شده او هم از جنس خداست. او هم شمس الحق تبریز است. ولی آینه اولیه ما، ذات ما به صورت هوشیاری ما که در این جهان که نساختیمش از آن طرف آمده است. می گوید آینه ای که شمس الحق تبریز بسازد این که زنگ نمی زند. این که آینه معمولی نیست که زنگ بزند پس چرا ما باید صیقل کنیم؟ از شما می پرسم همین لحظه شما به گنج حضور برسی، می گویند که باید صیقل کنم! باید سمباده بزنم آینه ام را، چون این همه زنگار گرفته رویش! البته یادمان باشد ما از ذهن می توانیم بیایم بیرون وقتی ناظر ذهنتان هستید می آید بیرون

ولی باز این ذهن ما را می کشد. چیزی که زمان می برد برقرار شدن در فضای حضور است، به حضور رسیدن این همین لحظه هم می تواند باشد. شما به این برنامه ممکن است که گوش کنید و در حین گوش کردن به این برنامه و اشعار مولانا یک دفعه هوشیاری حضورتان می آید بالا و هوشیاری من دار زایل و کم می شود و هوشیاری حضور شما زنده می شود و شما ذهنتان را می بینید ولی وقتی یکی دو ساعت می گذارد دوباره بر میگردد سر جایش و دوباره ذهن غالب می شود. پس مرتب که می گویم تکرار و تکرار کلید است این سی دی ها کلید هستند برای این است که در روز دو سه ساعت شما تمرین میکنید وقت به وقت، سی دی را می گیرید ده دقیقه گوش می کنید و میروید، باز برمی گردید ده دقیقه گوش می کنید، همین طور به تناوب گوش می کنید در طول روز که شما را از ذهن بکشد بیرون و به شما یادآوری کند این سی دی های گنج حضور که با این لحظه آشتی کنید ما مرتب یادمان می رود که با این لحظه باید آشتی کنیم برای اینکه ذهن ما از طریق مقاومت و جنگیدن با فرم این لحظه است که خودش را می سازد آن گاوی که صحبت کردیم، این که اصلاً ما می بافیم که می گوید ژاژ خاریدن یا آدامس جویدن، ذهن بیشتر حرفهایست ستیزه است. یکی خودش است و یکی دیگر هم در ذهن تجسم میکند، دائم این، این را می گوید و آن یکی آن را می گوید و.. اینها ستیزه هستند و اینها من ذهنی را بزرگتر میکند. ما به این کار دست نباید بزنیم. شما نروید و رانندگی کنید یک دفعه یک نفر را در ذهن مجسم کنید و یکی او بگوید و یکی شما. من ذهنی خودش را اینطوری تقویت می کند به جای آن اینها را گوش کنید به جای آن هر فرمی که در ذهنتان ظاهر می شود با آن آشتی کنید، اگر یادتان رفت به خودتان یادآوری کنید که این کلید است. آشتی با فرم این لحظه کلید است و فرم این لحظه چه از گذشته می آورید و چه الان دارد اتفاق می افتد. ذهنتان آن را دارد به نشان می دهد هر چه که ذهنتان به شما نشان می دهد با آن آشتی کنید. این کلید است و این مهم است. بی مقاومتی برکت است. یک اسم دیگرش در زبان فارسی صبر است. صبر یعنی اینکه من با فرم این لحظه آشتی می کنم و همین طوری آشتی می کنم و می مانم به این ترتیب برکت زندگی می آید بالا و به من کمک می کند. صبر و بی مقاومتی هر دو یک چیز هستند.

بخش پنجم:

اجازه بدهید که چند خط از مثنوی برایتان بخوانم، بارها پیشنهاد کردم که تفسیر مثنوی به قلم استاد کریم زمانی را شما بخردید و مثنوی را از روی آن مطالعه بکنید و هم چنین آن قسمتهایی را که ما اینجا می خوانیم به اندازه ای که وقت ما اجازه می دهد می توانید از روی آن نگاه کنید. این قسمت از مثنوی از شماره ۸ دفتر دوم شروع میشود.

بلبل زینجا برفت و بازگشت

بهر صید این معانی بازگشت

ساعت شمه مسکن این باز باد

تا ابد بر خلق این در باز باد

اینجا بلبل، بلبل همین هوشیاری است در شعر داشتیم که گفت کبوتر اینها همه سمبلیک است. پس انسان به عنوان هوشیاری می رود به ذهن و از ذهن بر می گردد. برای چه بر می گردد؟ مولانا می گوید برای صید معانی که من دارم در مثنوی بیان می کنم این جور معانی. بعد می گوید که وقتی که بر می گردد ساعد شاه، ساعد معشوق، ساعد خدا مسکن این باز باشد، باز باشد یعنی

مسکن او است. یعنی ما داریم بر می گردیم باز شکاری بودیم و آمدیم به این جهان و حالا داریم بر می گردیم دوباره هوشیارانه روی ساعد شاه می نشینیم و برای شاه شکار می کنیم و این منظور ما به صورت هوشیاری به این جهان است. دوباره تکرار کنم که منظور ما این نیست که بیاییم اینجا درد را روی درد بگذاریم و یک سری متعلقات مادی جمع کنیم و بعد بمیریم و برویم. نه. در هفت، هشت، نه سالگی باید بر گردیم روی ساعد شاه بنشینیم و برای او شکار کنیم. و تا ابد انشاالله این در، یعنی در بازگشت برای خلق باز باشد که برای خلق باز نیست، چرا باز نیست؟ برای اینکه ما با هوشیاری جسمی می خواهیم این در را باز کنیم. تسلیم نمی شناسیم. تسلیم گفتم که یعنی پذیرش اتفاق این لحظه باز کردن این در است.

آفت این در هوا و شهوت است

ورنه اینجا شربت اندر شربتست

می گوید آفت این در، این که ما در این ذهن الان گرفتار شدیم فقط هوشیاری جسمی و ذهنی که داریم این گرفتاری ما است که اسم این هواست. هوا گاهی اوقات می گوئیم هوا یعنی چی؟ می گوئیم نفس. خوب نفس یعنی چی، یعنی هوا. شهوت یعنی چی؟ بعضی ها فکر می کنند که شهوت فقط منظور شهوت جنسی است که به آن معنی نیست. هوا یعنی همین هوشیاری جسمی ذهنی که ما الان داریم غیر از جسم چیز دیگری را نمی شناسد در حالی که خدا از جنس جسم نیست از جنس بی فرمی است. ما از جنس چی هستیم؟ از خودتان سوال کنید که من از جنس چی هستم؟ از جنس بی فرمی و از جنس هوشیاری هستم. پس هوا که در واقع ذهن و فکر ما هست و حس ماست. در واقع ما از دریافتهای ذهنی مثل دیدن و شنیدن را وارد ذهن میکنیم و قضاوت می کنیم و در آنجا یک شعوری داریم که آن شعور ذهنی است که به درد این جهان می خورد، این شعور جسمی این هوا فقط جسم را می شناسد از طرف دیگر فقط شعور جسمی داشتن، هوا داشتن معنی اش این است که ما قطع هستیم از زندگی. برای این هست که می گوید آفت این در، یعنی در به سوی خدا. چرا بسته است؟ برای اینکه ما فقط هوشیاری جسمی داریم. امتحانش خیلی راحت است شما ببینید که غیر از چیزی که ذهنتان نشان می دهد غیر از آن چیز دیگری می شناسید؟ اگر نمی شناسید، هوا دارید. دچار هوا و نفس هستید و هیچ اشکالی هم ندارد همه ما دچار این هستیم. ولی کسی که دچار هوا است یعنی فقط هوشیاری جسمی دارد فقط جسم می شناسد واضح است که زندگی را از چه چیزی می خواهد بگیرد؛ از چیزی که می شناسد و آن هم جسم است. برای همین است که ما خیلی علاقمند، به جسم هستیم به فرم هستیم. می گوئیم که من فرم می خواهم برای اینکه چیز دیگری نمی شناسم. حالا چون از فرم زندگی می خواهم فکر می کنم اگر فرمها را زیاد کنم زندگیم زیادتیر می شود، این اسمش شهوت است. شهوت ظاهراً معنی اش زیاده خواهی است، زیاد خواهی اگر از روی هوشیاری حضور باشد در این جهان هیچ اشکالی ندارد ولی اگر برای این باشد که اگر به شما اینقدر مثلاً پولتان زیاد شد اینقدر هم زندگیان اضافه می شود و در ذهنتان فکر کنید که زندگی و کیفیت زندگی بستگی به متعلقات دارد، به پول دارد و به مقام دارد یا چیزهای که ذهن بتواند نشان بدهد این غلط است و این همان هوا و شهوت است. هوا یعنی هوشیاری جسمی، علاقه به هوشیاری جسمی و شهوت یعنی میل شدید به اضافه کردن آن، آنقدر که ما می گوئیم که اگر پولم ده سال دیگر به اینجا رسید من زندگیم شروع می شود. شهوت حتماً نباید جنسی باشد یا به سکس مخالف باشد. آن هم از آن جسم است. ذهن آن هم جسم می بیند. مثلاً می گوید شهوت جنسی و سکس چیز خوبی است، پس هر

چه بیشتر بهتر. پول خیلی چیز خوبی است پس هر چه بیشتر بهتر، خانه هر چه بزرگتر بهتر، تعدادش هم زیادت، ساختمان همینطور، مقام همینطور و حالا یک مقام چیه! ما باید ده تا مقام داشته باشیم! فکر می کنیم اینها چیزها زیاد تر بشود بهتر است. اینها درد سر است، شما باید حاضر باشید و به حضور برسید تا انرژی زنده زندگی از شما پخش بشود، حالا کم است یا زیاد است، حالا شما سعی کنید که زیاد کنید ولی کم و زیاد آن خیلی فرقی ندارد. آفت و این در هوا و شهوت است***ورنه اینجا شربت اندر شربت است یعنی جهان این لحظه شربت است لحظه بعد شربت است و... لحظه بعد شربت است یعنی زیبایی و شادی و کیف کردن است. شادی زندگی این لحظه است که شما از جنس زندگی است و شما باید شادی کنید و لحظه بعد هم شادی کنید و لحظه بعد باز شادی کنید. این طور نیست که یک لحظه باید غمگین باشید و یک لحظه باید شاد باشید این کار ذهن است. ذهن می گوید که پنج دقیقه باید توی سرم بزنم و پنج دقیقه باید کیف کنم. نه این ذهن است. تازه شادی ذهنی اصلاح خوشی است، ذهن خوشی و ناخوشی دارد. فقط هوا و شهوت یعنی هوشیاری جسمی و میل به زیاد کردن است که زندگی ما را خراب می کند وگرنه اینجا هر لحظه خوشگذرانی و عروسی است.

چشمبند آن جهان حلق و دهان

این دهان بر بند تا بینی عیان

می گوید که این که چشمهای تو بسته شده آن جهان را نمی بینی، آن جهان، جهان حضور است برای اینکه این لحظه یکی فرمش است که ما هستیم ما از جنس اتفاق هستیم «اشتباهاً» ما اصلمان زندگی و فساداری است. می گوید چشمبند یعنی چیزی که روی چشم می بندد تا چشم نبیند حالا چشم بند ما چی است؟ همین هوشیاری جسمی و هوا. که این هوا از طریق حلق و دهان است برای اینکه از طریق حرف زدن است در واقع این دهان و زبان ما حرفهای ذهن را می زند. چه ما با ذهنمان بگوییم و چه با زبانمان بگوییم و اینها را این فکرها را ما می خوریم. فکر از ذهنمان می گذرد و ما با آنها هم هویت می شویم یعنی این فکرها را به خودمان می خورانیم دیگر. پس این چشمبند ما است اینکه می گوئیم فرما را زیاد کنیم این چشمبند ما است. می گوید اگر این دهان را ببندی و حرف نزدی یک دفعه می بینی که آن جهان هم باز شد. دو جهان داریم، یکی جهان فرم است و یکی جهان بی فرمی است که ما از آن جنس هستیم و آماده است برای ما در این جهان. آن جهانی نیست که شما می میرید و می روید! نه. جهنم هم فضای پر از درد ذهن است که خیلی ها توی آن هستند الان، بهشت هم فضای یکتایی این لحظه است که شما از این ذهن کاملاً جدا شده اید. می خواهی تو این را عیان ببینی؟ دهانت را ببند ذهنت را خاموش کن.

ای دهان تو خود دهانه دوزخی

وی جهان تو بر مثال برزخی

این دهان، ما از طریق فکر و حرف زندمان می افتمیم توی جهنم. کدام جهنم؟ همین دوزخ همین فکر درد و ذهن است. ذهن پر از درد است پر از فکرهای درد ساز است. فکری که با آنها هم هوست شده ایم. اگر باوری دارید که کسی تکان می دهد آنها را و شما واکنش نشان می دهید، شما در جهنم هستید. آخر می شود که ما هر لحظه فکر کنیم و نگران بشویم؟ باز فکر کنیم و باز نگران شویم و اضطراب داشته باشیم و بترسیم؟ از آدمها بترسیم و از آنها نگران باشیم؟ از طریق این فکر هست و زبان. در این

معانی زبان و ذهن و فکر همه یکی هستند، همه یعنی هوشیاری مادی هستند . می توانست بگوید که ای هوشیاری مادی، تو دوزخ هستی. اینجا می گوید ای دهان . چون ما می توانیم دهانمان را ببندیم و حرف نزنیم البته اگر دهان را ببندیم باید ذهن خاموش کنیم گفتیم که نباید قضاوت کنیم نباید مقاومت نشان بدهیم و نباید به چیزها بچسبیم مثل آینه بشویم. امروز صحبت سر آینه است آیا شما می توانید آینه بشوید؟ می توانید، بله می توانید. شما می توانید آینه بچه تان بشوید؟ امروز کمی که بخوانیم می رسم به آینه و دلم می خواهد که شما حتماً آن را بشنوید. می گوید این جهان یک جای موقتی است، شما ببینید که همه چیز در حال گذر است. آیا به فکرتان می رسد که شما آمده اید به این جهان که برزخ است ، برزخ یعنی شما از یک جایی آمده اید و در جایی متوقف می شوید وبعد می روید به بهشت. یعنی شما به عنوان هوشیاری آمده اید و علل العصول باید تا شش هفت سالگی یا در ده سالگی در جایی که ذهن است کمی توقف می کردید و یک استراحتی می کردید و یک خودی می ساختید که بتوانید در این جهان زندگی کنید و یک دفعه خودتان را از آن بزنوید و خودتان را برسانید به بهشت. می گوید ای جهان ای ذهن « جهان همان ذهن است، » هر چه که شما فرم در این جهان می بینید ، کی نشان می دهد به شما؟ ذهن شما! در این جهان که ما فقط جهان را می بینیم ، برای اینکه فقط آشنایی با فکر و ذهن داریم ، آشنا به آن یکی نور نیستیم، می خواهیم آشنا بشویم که می گوید

شیر صافی پهلوی جوهای خون

نور باقی پهلوی دنیای دون

شما حواست باشد که در این جهان، نور باقی وجود دارد . نور باقی یعنی نور ایزدی، هوشیاری ایزدی اصل شما. اصلاً هوشیاری که یک هوشیاری بیشتر نیست. نور باقی یعنی نه نور ذهنی، چون نور ذهنی دائم نیست و موقت است . یک چیزی درست می شود و بعد می رود، هر لحظه شما یک فکر درست می کنید که این نور باقی یا هوشیاری باقی نیست. نور باقی آن قسمت ثابت شما است . اصلاً این همه چیزها که می گذرند شما از کجا می فهمید که اینها گذرا هستند، برای اینکه در شما یک چیز ثابتی وجود دارد پس گذرا بودن اینها را که شما می فهمید، این جهان را ، به این علت است که شما ثابت هستید و در شما یک نور باقی وجود دارد اگر نور باقی نبود به چه صورتی شما می توانستید بفهمید که نور گذرا است. شما وضعیتهای گذرا را می شناسید الان می گوید به آنها نچسبید ، معنی اش آن نیست که شما بگویید که یک چیز خوبی اینجا هست ولی من از این لذت نمی برم چون این گذرا است یا چیز بدی است و چون گذرا است درد من را کمی کم می کند و بالاخره می گذرد دیگر! گفتن اینها کمی درد را کم میکند؟ نه به خاطر اینها نیست ، شما می توانید از چیزهای خوب لذت ببرید ، چیزهای بد هم که می آیند صبر کنید برای اینکه نور باقی هستید. این معنی اش این است که هر چیزی در حال گذر است و این اشاره می کند در شما به یک چیز ثابت. اما می گوید که نور باقی پهلوی نور غیر باقی است یعنی ذهن. نور غیر باقی یعنی ذهن و نور باقی چسبیده به آن است. یعنی شما تا از ذهن بیایید بیرون آن می شوید . در این جهان دائم درد می کشیم، جوهای خون که دردهای ما هستند ، ولی شیر صافی درمان آن است و پهلوی آن است. یک دفعه ما هوشیار می شویم به فضا داری و فضا را باز میکنیم می شویم شیر صافی و جوهای خون می روند، درد های می روند. می گوید که همه چیز اینجاست اینطوری نیست که ما باید بمیریم و برویم آن دنیا و حالا چی بشود و یا چی نشود! این برزخ، این جهان محل تبدیل شما است و اگر تا بحال تبدیل نشدید باید بشوید.

چون درو گامی زنی بی احتیاط

شیر تو خون می شود از اختلاط

یک قدم زد آدم اندر ذوق نفس

شد فراق صدر جنت طوق نفس

همینطور که در پستان مادر شیر از خون گرفته می شود و شیر و خون پهلوی هم هستند و قاطی نمی شوند می گوید اگر شما در این جهان بی احتیاط قدم برارید یعنی هر قدمی که می گذارید باید احتیاط کنید که آیا این قدم با هوشیاری حضور گذاشته می شود یا من می گذارد. در اینجا است که ما به استاد و راهنما و مشاور احتیاج داریم. هم در جهان مادی « اتفاقاً این روزها» و هم برای کار معنوی. می گوید اگر در این جهان شما بی احتیاط قدم بردارید در این صورت درد یعنی خون قاطی می شود با شیر و گرفتاری پیدا می کنید. یعنی ما باید هوشیاری حضور داشته باشیم اگر از اول به ما می گفتند در خانواده با عشق و تربیت درست به ما یاد می دادند که هوشیاری حضور چه جوری در ما زنده می شود و وقتی که ما ده سال داشتیم با عشق بیرون می آمدیم اگر همه عشق داشتند ما دیگر شیر را با خون قاطی نمی کردیم. ولی ما خون و درد و جدایی مبنای زندگیمان شده است. اگر ما در چهل سالگی دچار درد هستیم و نمی دانیم چطور درمان کنیم، برای این است که بی احتیاط قدم برداشتیم و راهنما نداشتیم این صحبت‌های بزرگان را نخواندیم و بی احتیاط قدم بر زدیم. مثال می زند و می گوید که

یک قدم زد آدم اندر ذوق نفس

شد فراق صدر جنت طوق نفس

آدم اولیه، حضرت آدم در ذوق نفس مطابق با میل نفس و میل هوا. یعنی هوا هم همین هوشیاری جسمی است یک دفعه آدم اولیه، می گوید خدا به او گفته بود که می توانی از ذهنت استفاده کنی، ذهن انسان وقتی بوجود آمد به او گفت از ذهنت استفاده کن فکر کن ولی با ذهن هم هویت نشو، یعنی قضاوت‌هایت را نخور. آنها غذای تو نیستند و نرو به ذهن به صورت ذهن برنخیز. در ذهن حس وجود، بوجود نیاور. اینها را خدا به آدم گفته بود ولی آدم گوش نکرد. آدم فکر کرد قضاوت کرد و با قضاوت‌هایش هم هویت شد و یک دفعه یک حس وجودی در ذهنش بوجود آمد و از آنجا شروع شد که همان عکس معروف را می شناسید. خدا آمد و دید که آدم و هوا عورتینشان را پوشاندن و خودشان را از هم پوشاندن، تا آن موقع نمی دانستند که در فضای وحدت این آدم هست و آن یکی حواست ولی حالا همدیگر را جدا می بینند و جدایی بوجود آمده. پس گفت شما از غذایی که گفته بودم نخورید، خوردید. در فرهنگ آن طرف هست گندم یا سیب و در این طرف هست محصول درخت دانش که قضاوت است، به آنها گفته بود که قضاوتتان را نخورید یعنی خدا گفته بود به ما در اینجا هر چه که به آدم گفته بود به ما هم مربوط است ما هم از نسل او هستیم. می گوید او یک گناه کرده و گناهش هم این بود که با ذهنش هم هویت شده و نفس درست کرده. تا آن موقع فقط خدا بود و هوشیاری بود و حوا و آدم هوشیاری بودند و در فضای وحدت، یکی بودند و یک دفعه دید که اینها جاهایی از هم را قائم میکنند، پس گفت جدایی را شما یاد گرفتید و شما از بهشت رانده می شوید. بهشت کجا بود؟ فضای یکتایی این لحظه و بعد از این دیگر حس یکتایی نخواهید کرد. بنابراین در جدایی خواهید ماند، مگر اینکه از این شمشیر آتشین رد بشوید که این شمشیر آتشین همین طور می چرخد و اگر شما از توی این رد بشوید تکه تکه خواهید شد. یعنی چی؟ یعنی این فرماتون را باید تکه تکه کنید، این من را باید

تکه تکه کنید تا به عشق برسید. فقط عشق است که می تواند شما را با خدا دوباره یکی کند و ما هنوز داریم سعی می کنیم که آن حرفها را اجرا کنیم . می گوید

شد فراق صدر جفت طوق نفس

یک قدم زد آدم اندر ذوق نفس

فقط نفس ذوق کرد در آن هم هویت شدگی و نفس درست شد . فراق یعنی جدایی . جدایی از صدر بهشت شد طوق یعنی گردنبندی در روی نفسش. خودش نفس شد و جدایی از بهشت شد گردنبند او . حالا گردنبند خوب است انسان می تواند این گردنبند را در بیاورد ولی یادش رفته که در بیاورد .

بخش ششم:

حالا می گوید

بهر نانی چند آب چشم ریخت

همچو دیو از وی فرشته میگریخت

لیک آن مودر دو دیده رسته بود

گر چه یک مو بُد گنه کو جسته بود

وقتی آدم از جنس نفس شد بعد فرشته ها که الهام بسته های انرژی را می آوردند برای این آدم حالا از او مثل دیو می گریختند . پس ما الهام ایزدی را نمی گیریم برای اینکه ما از جنس هوا هستیم و شهوت داریم و فرشته از ما همین طور که از دیو می گریزد از ما هم می گریزد و به خاطر نانی چند که همین فرما هستند؛ خب در فرهنگ خاورمیانه ها معمولاً این گندم هست این چیز حرام، برای همین می گوید نانی چند آب چشم ریخت که آب چشم زندگی است. می گوید زندگی را رها کرد و هدر کرد به خاطر فرم. به زبانهای مختلف می بینید که مولانا مرتب به ما می گوید که چکار باید بکنیم . آیا هوشیاری حضور در این لحظه برای شما مهم است یا هم هویت شدن با فرمهای زندگی؟ وقتی زنده به هوشیاری حضور می شوید این هم می توانید داشته باشید ، شما حاضر هستید که زندگی را از زندگی بگیرید و از فرما نخواهید؟ آیا تا به حال ثابت شده برای شما که فرما به شما زندگی نمی دهند؟ چقدر ما افسرده شدیم و به بن بست برخوردیم که از یکی می خواستیم ما را خوشبخت کند و به ما هویت بدهد ما را ساپورت کند و نکرد مثل همسرمان مثل بچه مان مثل دوستان؟ چرا ما این فضای درون را باز نمی کنید که این فضای یکتایی را که پر از شادی و خرد است ما این اشتباه را نکنیم. می گوید گر چه که اشتباهش خیلی کوچک بود به اندازه مو بود، هم هویت شدن با ذهن این یک گناه کوچک است در مقابل این همه گناهی که ما می کنیم اما این مو در چشمانش رسته بود این من ذهنی مویی است که در چشم ما رسته است. حالا هم می گوید که این چشم ما چشم کی هست!

موی در دیده بود کوه عظیم

بود آدم دیده نور قدیم

نور قدیم همین خدا و نورازلی است. می گوید آدم یعنی ما ، چشم خدا هستیم. حالا که شما این را می شنوید از مولانا ، پس باید خیلی مواظب باشید . اگر ما چشم خدا هستیم ما تا حالا با جدایی عمل می کردیم. گفتیم که این من هستم و آن هم خدا که رفته یک

جایی در آسمانها قائم شده و نمی بیند و حالا کو تا قیامت که ما زنده بشویم و به اعمال ما رسیدگی بشود حالا کی من را می بیند؟ دارد می گوید تو چشم خدا هستی یعنی خدا می خواهد از چشمان تو جهان را ببیند و به جهان نگاه کند و تو چشم نور قدیم هستی، پس شما نمی توانید که جدایی را پایه قرار بدهی و بگویی حالا کی من را می بیند؟ مردم که من را نمی بینند ، من هر کاری می خواهم می توانم بکنم ! مردم نمی توانند دروغ من را فاش کنند ، مهم نیست ما می توانیم دروغ بگوییم و کارمان را به جلو ببریم. درست در نمی آید این. می گوید هوشیاری این جسم را درست کرده این مغز را درست کرده تا خودش را از شما بیان کند و شما چشم نور قدیم هستید، مواظب باشید. اما من درست کردی این من یک مو هست که در چشم روییده. قدیم یک مریضی بود ، شاید الان هم باشد که مو در چشم می رویید و گرفتار میکرد و چشم بیناییش را از دست می داد و دائماً هم درد می کرد. شما فرض کنید که چشم آدم بیماری بگیرد که هر چه را که می بیند با درد همراه باشد، ما الان همینطوری شدیم. درست است که گناهش فقط یک مو بود ولی این توی چمش رسته بود و می گوید

گردد آن آدم بکردی مشورت در پشمانی نگفتی معذرت

اگر آدم اولیه و همینطور ما ، اگر مشورت بکنیم آن آدم اگر مشورت می کرد ، مشورتش حضور بود . مشورت آدم اولیه کی بود؟ همین حضوری بود که به او میگفت چکار کن. بجای اینکه از حضور بپرسد رفت از ذهنش و فرما پرسید و گرفتار شد اگر مشورت میکرد بعداً پشیمان نمی شد و معذرت نمی خواست.

زانک با عقلی چو عقلی جفت شد مانع بد فعلی و بد گفت شد

نفس با نفس دگر چون یار شد عقل جزوی عاطل و بی کار شد

اگر یک عقلی یعنی خرد، دو تا آدم حاضر به زندگی با هم یار بشوند و با هم جفت بشوند، در این صورت اینها آینه هم می شوند و عقلشان دو تا می شود و مشورت اینها با هم سبب این می شود که هوشیار باشند و حرفی نزنند و کاری نکنند که سبب درد بشود و هم هویت شدگی باشد . برای همین می گویند که یار ، دوست آینه دوست است. می خواهیم به آنجا برسیم که شما اگر آینه دوستان بشوید و دوستان آینه شما در این صورت شما به هم کمک می کنید. انشالله زن و شوهرها آینه هم باشند، یادمان باشد که آینه حرف نمی زند. همچو آینه شوی خاموش و گویا تو اگر **** همه دل گردی و بر گفت زبان نستیزی آینه مقاومت نمی کند آینه زبانش و ذهنش خاموش است . یعنی اگر شما آینه بشوید باید با انرژی حرف بزنید . نمی تونید قضاوت کنید که چرا اینطوری هستید اینطوری هستی و بعد بگویید که من آینه هستم. نمی توانی انتقاد کنی و ایراد بگیری ، یک مقداری هم انرژی بد منتقل کنی و تحقیر کنی قضاوت کنی و انتقاد کنی و غیبت کنی و بعد بگویی که من آینه هستم. برای اینکه خواستم که بفهمد که چه جوری است! این آینه است؟ نه این آینه نیست این نفس است. می گوید نفس با نفس دیگر چون یار شد وقتی نفسی به نفس دیگر می رسد ، وقتی من ذهنی به من ذهنی دیگری می رسد ، به قول معروف دیوانه چو دیوانه ببیند خوشش آید، نفس از نفس خوشش می آید. من ذهنی به من ذهنی بزرگتر توجه دارد که ، به به ! چه خودش را نشان می دهد ای کاش من هم می توانستم خودی نشان بدهم !

چه مقامی دارد و با مقامش هم هویت است وقتی حرف می زند همه از او می ترسند . من ذهنی از این چیزها خوش می آید، من ذهنی با من ذهنی رفیق می شود در این صورت این عقل جزوی ، اصلاً عاطل و باطل شده یعنی داریم بادام پوک می کاریم و هر چه داریم می کاریم از آن درد بیرون می آید. چقدر مهم است که در اوایل کار انسان خلوت بکند اگر حقیقتاً می خواهد کاری بکند خودش را جدا بکند مدتی و مواظب خودش باشد . وقتی که شما یک مقداری حضور می بینید و دارید روی خودتان کار می کنید، برای همین می گوئیم که روی خودتان کار کنید و آن هوشیاری حضوری را که ایجاد می کنید این سرمایه اولیه شما است باید مواظب باشید که در مراحل اولیه انسان واکنش نشان می دهد و یک مقدار زیادی کوشش می کند و کار می کند فضا ایجاد می کند و بعد چند نفر می آیند و سبب واکنش می شوند و فضا بسته می شود . ولی وقتی که فضا باز شد باز شد و فضای شما بی نهایت شد شما هوشیارانه از واکنش پرهیز می کنید . اصلاً پرهیز هم نمی کنید واکنش دیگر نشان نمی دهید . در این بحر در این بحر همه چیز بگنجد*** مرسید مرسید گریبان مدرانید . وقتی که فضا کوچک است یا فضا بسته است ما گریبان می درانیم ولی وقتی فضا باز می شود همه چیز در آن جا می شود. نفس با نفس دیگر عقل را عاطل و باطل می کند و ما بادام پوک می کاریم. بعد از ده سال بیست سال متوجه می شویم که بادامهای ما همه پوک بوده و هیچ کدام به ما محصول که نداد که هیچ ، برای ما درد هم ایجاد کرد.

چون ز تنهایی تو نومید شوی

زیر سایه یار خورشیدی شوی

رو بجو یار خدایی را تو زود

چون چنان کردی خدا یار تو بود

دارد پیشنهاد می کند به ما مولانا که ما تنها نمی توانیم این کار را بکنیم، باید یک استادی داشته باشیم . اگر شما بتوانید این لحظه را بپذیرید، استاد از درون به شما کمک می کند و اگر نمی توانید یک استاد بیرونی که به حضور رسیده به شما کمک می کند ولی ما خوشبختانه مولانا را داریم. مولانا جامع است و به شما کمک می کند اینها را بخوانید و چندین بار بخوانید و بگذارید تا معانی در شما باز بشود و راه رابه شما نشان می دهد. تنها نباشید ، تنها آدم نومید می شود. تنها نمی تواند این کار را بکند. اگر می توانید یک گروهی تشکیل بدهید در این گروه معنوی هیچ بحث سیاسی و بحث دینی نباید باشد، از این دو کانال که مردم دین خودشان را با هم مقایسه می کنند و روشهای سیاسی را و وقتی بحث سیاسی می کنید شیطان در آنجا رخنه می کند و گروه را به هم می زند. گروههای معنوی نباید بحث و جدل توی آن باشد وگرنه به هم می ریزد ، یا یک نفر آن بالا باید باشد که نگذارد دیو رخنه کند. برای اینکه گروه معنوی که می تواند کمک کند به انسانها زودی من ذهنی رخنه می کند آنجا و می بینید که بحث و جدل و گفتگو و دعا بعد از مدتی پیدا شد و همه رفتند. زیر سایه یار. یار کسی هست که زنده به حضور است و این یار آینه شما هم هست. می گوید که برو یک یار خدایی را تو زود پیدا کن اگر این کار را بکنی در این صورت خدا یار تو است.

آنک در خلوت نظر بر دوختست

آخر آن را هم ز یار آموختست

خلوت غیار باید نه یار

پوستین بهر دی آمد نه بهار

این یاری که در خلوت نشسته و نظرش را نسبت به دنیا دوخته ، یعنی خودش را از دنیا کنده ، به قول انگلیسی ها تمام Attachment را انداخته و به آن چیزهایی که چسبیده بود انداخته ، دیگر فرم به او زندگی نمی دهد و از فرم دیگر زندگی نمی خواهد این را از کی یاد گرفته؟ این را از معشوق عرفانی و از خدا و از زندگی یاد گرفته. پس فرق نمی کند که چه زندگی به کمک شما بیاید چه انسانی که به حضور رسیده بیاید ، هردو یکی است به شرطی که این انسان حقیقتاً به حضور رسیده باشد. می گوید خلوت را و دوری را تو باید از اغیار بکنی. اغیار همین من های ذهنی هستند ، نه از یار . بنابراین تنها نباش . پوستین که ما را می پوشاند برای زمستان است نه برای بهار. بهار وقتی ما پیش یک یاری مثل مولانا هستیم بهار خودمان را از او دور نمی کنیم و خودمان را از او نمی پوشانیم. یار آینه ما هم هست ، خودمان را از او نمی پوشانیم . آیا معنی اش این است که ما غیر می بینیم ؟ نفس می بینیم؟ نه صحبت سر این است که شما می خواهید از ذهن خودتان را بکشید بیرون و احتیاج به کسی دارید که از بیرون به عنوان آینه به شما کمک کند شما معمولاً خوتان ماما هستید و خودتان ، خودتان را می زائونید و اگر کسی را هم پیدا کردید که خدایی بود و می تواند به شما کمک کند حقیقتاً اصیل بود آدم خوشبختی هستید. زود این کار به نتیجه می رسد نه همین خواندن مولانا به شما کمک می کند .

نورافزون گشت و ره پیدا شود

عقل با عقل دیگر دو تا شود

این هم همان معنی است یعنی دو تا انسان خردمند که حاضر هستند و زنده به زندگی هستند عقل آنها با هم جمع می شود با سینرژزی، یک دفعه یک آدم حاضر با یک آدم حاضر جمع می شوند عقلشان چند برابر می شود . در این صورت نور زیادتر می شود و راه پیدا می شود. ولی وقتی نفس با نفس دیگر می خندد ظلمت و تاریکی بیشتر می شود و راه پنهان می شود. صحبت ما سر این که ما از ذهن می خواهیم بباییم بیرون گفت این در برای نفس برای هوا برای شهوت اول بسته است ، دو نفر که هوا دارند و شهوت دارند به هم کمک می کنند و تاریکی زیاد می کنند آنها در را نمی توانند پیدا کنند. کسی باید باشد که در را به اینها نشان بدهد و هوای اینها را و شهوت اینها را بیارد پایین. ساکتشان کند و خودش هم آرامش داشته باشد . هیچ کس به اندازه مولانا به ما کمک نمی کند اگر شما این هفت جلد مثنوی مولانا را بخريد و خودتان یک خلوتی پیدا کنید مخصوصاً اگر سن شما بیشتر از پنجاه است من به شما پیشنهاد می کنم که حتماً این کار را بکنید بعضی ها به این پیشنهاد من عمل کردند و واقعاً الان زنگ می زنند و تشکر می کنند . این تفسیر مثنوی را هفت جلدش را گرفته اند و جلد به جلد خوانده اند . هم یک خلوتی می کنید و هم وقتتان می گذرد و هم راحتان را پیدا می کنید . چندین بار که می خوانید راه خودش را به شما نشان می دهد.

از خس و خاشاک او را پاک دار

یار چشم تست ای مرد شکار

چشم را از خس رهاوردی مکن

هین بجاروب زبان گردی مکن

اگر یار پیدا کردید اگر شما با فرم این لحظه آشتی کردید و یار به شما خودش را نشان داد در این صورت با جارو به زبان یعنی دیگر حرف نزن. هر موقع ما حرف من دار می زنیم گرد و خاک و بلند می کنیم و میرود به چشم یار. یار یا یک انسان دیگر

هست با فضای درون که هیچ فرقی نمی کند وقتی گرد و خاک می کنیم میرود به چشم او. حرف که می زنیم و مرتب می گوئیم من من من در این صورت یار آن حرفی را که باید بزند نمیزند. اگر بیرونی باشد و اگر درونی باشد هم که در فوراً بسته می شود. پس زبان را نگه دار. **هین بجاروب به زبان گردی مکن** یعنی گرد و خاک نکن **چشم را از خس رهاوردی مکن** یعنی به چشم یار یا به چشم خودت خس را نیاور به عنوان سوغاتی.

چون که مؤمن آینه مؤمن بود

روی او ز آلودگی ایمن بود

یار آیینست جان را در حزن

در رخ آینه ای جان دم مزن

چون که مؤمن چون که یار آینه یار است چون که دوست آینه دوست است. الان صحبت سر این است که شما که این برنامه را گوش میکنید آیا واقعاً آینه بچه تان هستید آینه همسران هستید؟ مؤمن آینه مؤمن است. انسان با ایمان کسی است که زنده به حضور است. حتماً آینه مؤمن است. مؤمن هم کسی است که به آینه مؤمن نگاه میکند، دوست به دوست کمک می کند نه با من ذهنی، با من ذهنی نمی توانید آینه بشوید. برای اینکه من ذهنی اولین کاری که می کند این است که مقاومت می کند می خواهد خودش را بزرگ کند. بعدش قضاوت می کند و بعدش به قضاوتش می چسبد توقع دارد و واکنش نشان می دهد وقتی چسبید به چیزها از آنها چیزی مثل هویت یا خوشبختی می خواهد. من ذهنی نمی تواند آینه باشد، درست است که می تواند راجع به مثلاً آن آقا صحبت کند که چه ایرادی دارد فکر می کند که این ایرادها را بگویند این آینه است چون همه را می گویند! اینها انعکاس گرفتاریهای خودمان است روی او. شما نباید گرفتاریهای خودتان را منتان را روی یکی منعکس کنید و بعد بگویید که من آینه تو هستم و دارم کمک می کنم به تو. برای همین می گویند که ما باید روی خودمان تمرکز کنیم اگر روزی آینه بشویم مردم به ما می گویند که ما آینه هستیم نباید بگوییم که ما آینه هستیم ولی سعی کنیم که آینه باشیم. خواهید دید که وقتی آینه باشید خودتان می فهمید. آینه یک انرژی گرمی هم از خودش ساطع می کند که انسانها وقتی که خودشان را در آن می بینند درست است که ایرادهایشان را می بینند ولی نمی رنجند. حتی من می گویم که، من ذهنی هم وقتی خودش را در آینه مؤمن می بیند، نمی رنجد. البته من ذهنی بنا به تعریف با این لحظه ستیزه می کند یعنی با خدا ستیزه می کند، کسی که با این لحظه ستیزه می کند با خدا ستیزه می کند. شما ممکن است که فکر کنید با فرم این لحظه دارید ستیزه می کنید و این به خدا کاری ندارد! نه کار به خدا دارد. شما با فرم این لحظه ستیزه می کنید یعنی من دارید. من اصلاً تشکیلاتش به این است که با خدا ستیزه کند. با زندگی ستیزه کند و با ستیزه است که بوجود می آید. آدم هم اشتباهش همین بود که داشت در بالا توضیح می داد. پس اگر ما آینه یکی هستیم و یکی هم آینه ما در این صورت روی ما در این صورت مرتب تمیز می شود. ما چون خودمان را در آینه او می بینیم و دائم تمیز می کنیم. اگر یک آینه ای داشته باشیم وقتی خشمگین باشیم، خشم مان را در آن آینه می بینیم، می بینیم که این خشم ما بی جا است. فوراً خشم مان را پاک میکنیم و از آلودگی ایمن هستیم اگر یاری داشته باشیم که او آینه ما باشد. حالا شما خودتان را زیر میکروسکوپ یا ذره بین بگذارید ببینید که آیا شما آینه هستید یا نه. آینه برای دوستانان برای همسران و... اگر قضاوت کنید دیگر آینه نیستید اگر مقاومت و واکنش نشان بدهید آینه نیستید اگر بچسبید به یک چیزی و ولش نکنید دائم بگویند و تکرار کنید دیگر آینه نیستید. پس چسبیده اید

به یک چیزی آینه این کار را نمی کند. اگر شما هر کاری که آینه می کند بکنید آینه می شوید. می گوید یار آینه ما است جان ما است موقع پریشانی، در درد. وقتی به درد می افتید یار آینه ما می شود و ما را نشان می دهد و ما می بینیم که چه اشکالی داریم اشکال ما منیت ما است اشکال ما هم هویت شدگیهای ما است. یک آینه عشقی ضمن اینکه ایراد ما را می گوید ما نمی رنجیم، مثل مولانا، مولانا وقتی اینها را می گوید ما نمی گیریم اینها را شخصی کنیم و بگوییم که اینها را فقط به من می گوید! عارفان ببینید که چطور حرف می زند، عارفان اینطوری می گویند که این گرفتاری عمومی است و صحبت آدم همین است، چرا می گوید آدم؟ یعنی گرفتاری آدم گرفتاری همه بشریت است، هیچ فرقی نمی کند که چینی باشد امریکایی باشد ایرانی باشد بریزیلی باشد و.. اینها همه من دارند. همه ما جنگ طلبی و ستیزه طلبی داریم باید به هم کمک کنیم، همه ما مو در چشم مان رسته، همه ما از هوا و شهوت استفاده می کنیم. پس همه ما به همه کمک می کنیم تا از این گرفتاری رها بشویم هیچ کس نمی تواند بگوید که چرا به من می گویی؟ من که به تو نمی گویم! همه ما یک جور گرفتاری و مرض داریم و می خواهیم کمک کنیم به هم بلکن از این گرفتاری خودمان را نجات دهیم. مرضی که نسل به نسل به ما رسیده.

در رخ آینه ای جان دم مزن این دم زدن است. همین که حرف می زنی روی آینه را می پوشانی، هم آینه درون را. آینه حرف نمی زند دیگر پس ببینید که مولانا چقدر تأکید می کند همان شعری که اول خواندم که گفت **غیرنطق و غیر ایما و سجل *** صد هزاران ترجمان خیزد ز دل . والسلام**

