

برنامه شماره ۴۱۶ گنج حضور اجرا: پرویز شهبازی

۵



چو در دل پای بنهادی بشد از دست اندیشه
میان بگشاد اسرار و میان بریست اندیشه
به پیش جان درآمد دل که اندر خود مکن منزل
گران جان دید مر جان را سبک برجست اندیشه
رسید از عشق جاسوسش که بسم الله زمین بوسش
در این اندیشه بیخود شد به حق پیوست اندیشه
خرابات بتان درشد حریف رطل و ساغر شد
همه غیبش مصور شد زهی سرمست اندیشه
برست او از خوداندیشی چنان آمد ز بی خویشی
که از هر کس همی پرسد عجب خود هست اندیشه
فلک از خوف دل کم زد دو دست خویش بر هم زد
که از من کس نرست آخر چگونه رست اندیشه
چنین اندیشه را هر کس نهد دامی به پیش و پس
گمان دارد که درگنجد به دام و شست اندیشه
چو هر نقشی که می جوید ز اندیشه همی روید
تو مر هر نقش را مپرست و خود پرست اندیشه
جواهر جمله ساکن بد همه همچون اماکن بد
شکافید این جواهر را و بیرون جست اندیشه
جهان کهنه را بنگر گهی فریه گهی لاغر
که درد کهنه زان دارد که نوزاد است اندیشه
که درد زه ازان دارد که تا شه زاده‌ای زاید
نتیجه سربلند آمد چو شد سربست اندیشه
چو دل از غم رسول آمد بر دل جبرئیل آمد
چو مریم از دو صد عیسی شده‌ست آبست اندیشه
چو شهد شمس تبریزی فزاید در مزاجم خون
از آن چون زخم فصادی رگ دل خست اندیشه

با سلام و احوالپرسی برنامه گنج حضور امروز را با غزل شماره ۲۲۹۷ از دیوان شمس مولانا شروع می‌کنم.

چو در دل پای بنهادی بشد از دست اندیشه

میان بگشاد اسرار و میان بر بست اندیشه

مولانا می‌گوید وقتی که انسان پا می‌گذارد توی دل، اندیشه کنترلش را روی ما از دست می‌دهد و در این حالت اسرار زندگی خودش را به ما نشان می‌دهد و اندیشه از بین می‌رود یا از ما دست بر می‌دارد. به عبارت دیگر شال و کلاهش را می‌بندد و می‌رود. اولاً که وقتی نگاه میکنیم به کل غزل، مولانا به تغییری اشاره میکند به حرکتی اشاره میکند که ما باید انجام بدهیم و این هم بسیار طبیعی است و می‌گوید پا بگذاری توی دل و این طبیعی است و کی این کار را میکند؟ تو. یعنی هر انسانی و بعد راجع به اندیشه صحبت میکند. می‌گوید که یک نوع اندیشه ای وجود دارد که باید آن مست بشود باید دست از تو بردارد پس معلوم می‌شود به حالتی از ما اشاره میکند که اندیشه که در اینجا معادل یک نوع هوشیاری هست، ما را کیپ گرفته و این اندیشه که باید از دست برود و ما را آزاد کند و ما فکر میکنیم که او هستیم، همین اندیشه ذهنی و یا همین هوشیاری من دار ذهنی یا گاهی اوقات می‌گوییم هوشیاری جسمی که الان ما داریم. بیشتر انسانها هوشیاری جسمی دارند. هوشیاری جسمی یعنی چی؟ یعنی این که ما وقتی به عنوان هوشیاری می‌آییم به این جهان، شما به بچه‌های کوچک نگاه کنید یک جور هوشیاری یا اندیشه در آنها بوجود می‌آید یا در ذهنشان بوجود می‌آید که دائماً راجع به یک جسم فکر می‌کنند، یک چیزی که بوسیله حسشان می‌توانند حس کنند. مثلاً می‌توانند ببینند، راجع به صداها می‌تواند صداها را میشنوند و می‌توانند لمس کنند. پس این اندیشه ای که بیشتر انسانها در آن محبوس هستند و گیر کردند اندیشه جسمی است و خواهیم دید که مولانا برای هوشیاری، ستوه مختلف قائل است و این حقیقت دارد و همینطور در این غزل اشاره میکند که هوشیاری توانسته در آن چیزی که محبوس بوده آن را بشکافد و بیاید بیرون، مثلاً ما این تکامل هوشیاری را در این جهان می‌شناسیم، از سنگ آمده به نبات مثل درخت. اول سنگ بوده و بعد درخت بوجود آمده و بعد حیوان. هوشیاری که در حیوان وجود دارد یک درجه بهتر از هوشیاری درختی هست. حالا دوباره حیوان را شکافیده آمده به انسان. در انسان در یک حالتی که می‌گوییم هوشیاری جسمی گیر افتاده و می‌خواهد که آن را بشکافد و دوباره خود را آزاد کند و الان آن مسئولیت به ما واگذار

شده و دارد در مورد آن صحبت میکند و در این جا ما نگران نیستیم که ما چطوری این کار را بکنیم، مثلاً سنگ نگران نبوده که هوشیاری چطوری می خواهد آن را بشکافد، برود به گیاه. گیاه هم نگران نبوده که چطور من را می خواهد بشکافد، حالا من چکار کنم و وظیفه من چی هست؟ خودش هوشیاری این کار را میکند و این روند طبیعی و تکاملی هوشیاری هست. وقتی می گوئیم هوشیاری، راجع به استعدادی صحبت می کنیم که در ما هست. توانایی تشخیص، که فرم ندارد و ما آن هستیم. الان اگر تو ذهن باشی، توانایی تشخیص ما منحصر میشود فقط به اجسام و ما فقط اجسام را می شناسیم. اما مولانا می گوید که این گرفتاری زاست و دردآور هست. در سطر پایین می گوید که:

به پیش جان در آمد دل که اندر خود مکن منزل گران جان دید مرجان را سبک برجست اندیشه

یعنی ما الان در خودمان زندگی میکنیم. خودمان را هم جسم می بینیم برای اینکه هوشیاری جسمی می تواند فقط جسم ببیند. گران جان دید مرجان را یعنی دید جان گران است، سنگین است. در من ذهنی چیزها، تغییرات سنگین هستند و ما در مقابلش مقاومت می کنیم، جان ما سنگین است، پس دل جان را دید که گران است و یکدفعه این اندیشه برجست. حالا وقتی بر می جهد اندیشه، ما هم که فقط یک آگاهی هستیم، ما میدانیم هستیم و شما نمی میریم، اینجا من ذهنی هستید که مولانا می گوید گران جان است، از من ذهنی بپرید بیرون، جانتان سبک است و یک آگاهی است و نمی میرد و زنده است. حالا می گوئیم که چرا گران جان هستیم و یعنی چی. در این برنامه و کلاً روش مولانا، هوشیار کردن ما به اوضاع است و فرض بر این است که این هوشیاری تشخیص دهنده در ما هست و این درست هم است و همین که ما شناسایی می کنیم یک حالتی را که با ما نمی خورد، سبک از آن می جھیم. پس شناسایی مساوی با آزادی است این یادمان نرود. وقتی این غزلها و مثنوی را می خوانیم، تنها کاری که را می کنیم این است که شناسایی می کنیم وضعیت فعلی را، که در این مورد سطر بالا می گوید اندیشه، یک جور اندیشه گفتیم که اندیشه من دار ذهنی است که هوشیاری من دار جسمی است. و پایین می گوید که همین اندیشه که هوشیاری باشد می پرد از این. چه جوری می پرد؟ با شناسایی. همین حرفهایی که الان می خواهیم بزنیم به شما این شناسایی را می دهد که از یک وضعیتی بپرید به یک وضعیت دیگر و این تبدیل هوشیاری است. اینطوری که ما به عنوان هوشیاری جسمی گرفته ایم چیزها را و از آنها زندگی میخواهیم، یکدفعه متوجه می شویم که اینها زندگی ندارند، اینها را رها میکنیم. متوجه می شویم که رویدادها و جسمهای بیرونی یعنی این جهان و تمام چیزهایی که ذهن ما نشان می دهد نمی تواند به ما هویت یا زندگی بدهد. الان در این حالت، ما شناسایی ما منحصر هست به شناسایی هوشیاری جسمی، یعنی ما با فکرمان فقط اجسام را می شناسیم. حالا اشکال این کار چی هست؟ اشکال این کار این است که چون ما فقط اجسام را می شناسیم با این هوشیاری که الان توی آن زندانی هستیم از آنها همه چیز می خواهیم، یک توقعات نا بجا و غیر اصولی ما روی آنها گذاشته ایم، چون چیز دیگر نمی شناسیم. آن چیزی که ذهن ما می شناسد به آن می گوئیم که تو بگو من کی هستم؟ تو به من کمک کن تا من ذاتم را بشناسم و خدا را بشناسم؟ خب او می گوید که من نمی توانم! ما می گوئیم که نمی توانم که نمی شود

ما فقط تو را می شناسیم ، ما فقط رویدادها را می شناسیم، برای اینکه هر لحظه در فکر ما یک فکری می آید و آن مربوط به بیرون است. من از آنها می خواهم به من بگویند که کی هستم و من را خوشبخت کنند و انسانهای دیگر را هم به صورت فرم، نقش و صورت می بینم مثل همسر و بچه ام و حتی از آنها هم می خواهم که به من کمک کنند تا من خوشبخت شوم. و این استنباط غلط پیش می آید که انگار کسی می تواند به یک کس دیگر کمک کند که تا آن خوشبخت بشود یا خوشبختی به او بدهد و آرامش بدهد. چرا این توهم به ما عارض شده ؟ برای اینکه ما غیر از جسم چیز دیگری را نمی شناسیم. حالا با خواندن این اشعار متوجه می شویم که این یک توهم است. مثلاً شما وضعیت خودتان را نگاه می کنید و می گویند که راست می گوید من فقط راجع به چیزها و رویدادها فکر میکنم و چون فقط اینها را می شناسم و آدمها را هم به صورت نقش می بینم، از آنها توقعاتی دارم. توقعات من این است که آنها من را خوشبخت کنند آنها من را شاد کنند و به من آرامش دهند کمک کنند من خودم را پیدا کنم. خب الان مولانا می گوید که این امکان ندارد و این یک توهم است. خب شما این را شناسایی میکنید. با این شناسایی چکار می خواهید بکنید؟ یکدفعه آن هوشیاری که در شما هست یک درجه خودش را میکشد برای اینکه شما الان تصمیم گرفتید که دیگر توقع خوشبختی از کسی و چیزی نداشته باشید.

بخش دوم:

یکدفعه برای شما این شناسایی پیش می آید که من دارم به اجسام بی نهایت اهمیت می دهم. از آنها چیزی می خواهم که به من نمی توانند بدهند به دلیل اینکه من آنها را بیش از حد مهم می دانم. بنابراین چیزهایی می خواهم که به من نمی توانند بدهند و این را شناسایی می کنم. بعد متوجه می شوم که، خیلی خب تا حالا این کار را کردم، تمام آن چیزهایی که من به آنها چسبیده ام چون فکر میکنم که اینها من را خوشبخت کنند من چسبیده ام به اینها و هر موقع که می خواهند اینها از بین بروند من ناراحت می شوم، بنابراین هر تغییر کوچکی در زندگی من سنگین است چون کل من را تکان می دهد. ولی یکدفعه شما متوجه می شوید که اجسام، آن چیزی که به من نشان می دهد هم اهمیت ندارند. اصلاً طبیعتاً اینها اقلامی هستند که در رقص خلقت، دارند شرکت می کنند. رقص خلقت چی هست، رقص آفرینش؟ یعنی یک چیزی بدنیا می آید و آن یکی میمیرد و دائماً می آید و میروند. همان طور که ذهن ما یک چیز الان نشان میدهد و لحظه بعد هم یک چیز دیگر نشان میدهد، خب من دارم شناسایی میکنم. اگر رقص آفرینش وجود دارد و من تا حالا چیزی را سراغ ندارم که باقی مانده باشد هر چیزی که بدنیا آمده در این رقص از بین رفته از جمله وجود جسمی من بعد از مدتی از بین میرود، نمی شود که نرود. هر چیزی که بوجود می آید می رود و مرتب اجسام می رقصند. و من متوجه می شوم که من در این رقص هیچ مشارکتی ندارم برای اینکه من سنگین هستم و تا بحال هوشیاری جسمی داشتم، توقعات نا بجا و بیش از حد زیاد روی آنها گذاشته بودم و از آنها می خواستم که به من بگویند که من کی هستم، خدا را به من بشناسان و خود من را هم به من بشناسان ولی الان می فهمم که نه، من ذاتاً از جنس زندگی هستم. از جنس خدا هستم و این اجسام یک چیز خارجی هستند و تا حالا

چسبیده بودم به آنها و فکر میکردم که اینها هستم و سنگین شده بودم. متوجه می شوم که این توقع داشتن از این چیزها و آدمها به صورت جسم، سبب ناخوشنودی و ناخرسندی من از زندگی شده بود از آدمها شده بود، الان این شناسایی را می کنم. سبک می جهم مثل اندیشه. من آن هوشیاری هستم که سبک الان می جهم از چیزهایی که به آنها چسبیدم و با سبک جستن، غمهای من دارد به پایان میرسد برای اینکه من از فرم دیگر چیزی نمی خواهم، من الان فهمیدم از جنس دل هستم، همانطور که شما به فضا نگاه میکنید، چی می بینید؟ دو تا چیز. یکی اجسام آسمانی مثل ماه و خورشید و ستارگان. یکی هم فضا که سبب شده که اینها در فضا غوطه ور باشند. درون شما هم همینطور است. درون شما هم یک فضا وجود دارد که الان بسته شده، برای آنکه کیپ چسبیده بودیم به چیزها و الان رها میکنیم، فضای درون باز می شود. قبلاً به رویدادها و هر اتفاقی که می افتاد، مقاومت می کردید الان دیگر نمی کنید اطراف هر چی که اتفاق می افتد شما فضا ایجاد می کنید برای اینکه شده اید آن فضا و متوجه می شوید که فکرهای شما هر چیزی که ذهن شما نشان می دهد محتوای این فضا هستند و متوجه می شوید که این فضا که باز می شود دل آن است. و وقتی پا می نهی به آن معنی اش این است که شما از جنس آن می شوید. از کجا پا می نهی؟ از همین محتوا. محتوا جسم بود فضا را جمع کرده بودیم، گفتیم که این جسم هستیم، که همین که گفت **بشد از دست اندیشه** اول من ذهنی، من ذهنی جسم است و ما فکر میکردیم که آن هستیم. الان شناخت پیدا کردیم راجع به من ذهنی و خصوصیات آن. مثلاً یکی از خصوصیت های این من ذهنی این بود که به هر اتفاقی مقاومت نشان میداد ولی ما الان هر اتفاقی که می افتد در درون ما می افتد و ما فضا را باز کردیم می دانیم که از جنس اتفاق نیستیم و اتفاق دارد در ما می افتد. بنابراین اطراف این اتفاق فضا وجود دارد و چون فضا پر از خرد است ما دیگر شده ایم آن فضا، خرد ما به این اتفاق و این وضعیت جاری است و الان متوجه می شویم که آن اول، به اتفاق مقاومت نشان می دادیم و قربانی اتفاق میشدیم، الان متوجه می شویم که ما فضا هستیم و هر اتفاقی می افتد با ما یکی است چون هر اتفاقی که در این لحظه می افتد با من یکی هست، پس من در مقابلش نمی ایستم. چون در مقابلش نمی ایستم قربانی آن اتفاق هم نیستم. متوجه می شوم که قبلاً مقاومت می کردم قربانی آن اتفاق می شدم. یعنی آن اتفاق تعیین می کرد که من خوشحال باشم یا بد حال باشم، خوشبخت باشم یا بدبخت باشم. الان اطراف اتفاق هستیم، الان می بینم که اتفاقات می افتند ولی در زمینه یک آرامش و حتی شادی وجود دارد. هر اتفاقی که می افتد، یعنی شما زمینه و زیر بنای این اتفاقات هستید. اتفاق می افتد و شما هیچ ناراحت نمی شوید. اتفاق می افتد و هنوز آرامش زمینه را شما دارید، برای اینکه می دانید که اتفاق در شما می افتد، کما اینکه در غزل می گوید **چو هر نقشی که می جوید ز اندیشه همی روید** یعنی هر نقشی که شما جستجو می کنید از اندیشه میروید؛ یعنی از شما می آید بالا، شما اندیشه هستید. بعد می گوید **تو هر نقش را مپرس و خود پپرست اندیشه** تو هر نقشی که بوجود می آید را پرستش نکن، خود پپرست اندیشه یعنی ما آن فضایی که ایجاد شده و آن دل را پرستش میکنیم که آن از جنس خدا شدن است، آن همان فضای یکتایی است. می گوید که تو آن را پپرست. پس معلوم می شود که ما دو حالت داریم. یکی این که من ذهنی شدیم و چسبیدیم به چیزها و فقط هوشیاری جسمی داریم، هوشیاری دیگری

در ما نیست، بنابراین هر چه که ما در ذهنمان نشان می دهد آن را می بینیم و در آن زندانی هستیم و جسمها را مهم می دانیم و تعیین کننده می بینیم و یک حالت دیگر این است که پریدیم از آن و جسمها را می بینیم ولی یک هوشیاری دیگری وجود دارد مثل فضا و آسمان، آسمان ما باز شده و ما آن آسمان هستیم و دوباره چیزها می بینیم ولی این دفعه در چیزها من وجود ندارد. الان من زنده ام به این فضا و آن چیزهایی که ذهن من نشان می دهد بی من است و بی وجود چون من با آنها هم هویت نیستم چون می دانم که در اینها زندگی نیست و این شناسایی را کردم. اگر الان هم شما این شناسایی را کردید و یکی دو روزه اتفاق نیوفتاد با ید باشید همانطور که در غزل هم می گوید **چو شد آبستن اندیشه** یعنی شما این شناسایی را که می کنید واقعاً آبستن می شویم به زایمان آن حضور، تبدیل شدن و پا گذاشتن به فضای یکتایی این لحظه. حضور چی هست؟ اولاً چیز نیست و در شما وجود دارد. وقتی شما می بینید که اتفاقات در رو می افتد و در زیر شما آرامش دارید، آن آرامش در زیر حضور شماست، چیز دیگری نیست. یواش یواش عمیق تر می شود و شما متوجه می شوید که شما آن آرامش هستید و اتفاقات معتبر هستند و لی مهم و تعیین کننده نیستند. تعیین کننده شادی و آرامش ما نیستند. عملاً این به شما ثابت می شود که این شادی و آرامش از درون می آید نه از بیرون. قبلاً از بیرون می خواستید. چون ما غیر از بیرون چیز دیگری را نمی شناختیم. دیگر چه خصوصیتی دارد آن اندیشه سطر اول **چو در دل پای بنهادی بشد از دست اندیشه** این اندیشه، یک سطحی از اندیشه و هوشیاری هست که ما در من ذهنی داریم همین اندیشه یا هوشیاری جسمی است، دیگر چه خصوصیتی دارد؟ شما بشینید برای خودتان تعریف کنید. این هوشیاری، یکی از خصوصیتهاش این است که دائماً لحظه بعد یا آینده از این لحظه برایش مهمتر است. نگاه کنید به خودتان. برای این هوشیاری این لحظه مهم نیست در حالیکه این لحظه زندگی است. این لحظه را چون هوشیاری جسمی است محتوایش را می بیند، این لحظه را به عنوان اتفاق این لحظه می بیند بنابراین زیرش را که زندگی هست نمی بیند، در ابتدا هوشیاری من ذهنی قبل از تبدیل شدن فقط جسم را می بیند و اتفاق را می بیند ولی این اتفاق به او آن خوشبختی و آرامش را نمی دهد، دنبال اتفاقی هست که خوشبختش کند این توهم است. من الان می بینم این اتفاقی که این لحظه افتاده یا ذهن نشان می دهد، من را خوشبخت نمی کند چون اگر می کرد که حس می کردم درضمن هم متوجه نیستم که علت ناخوشبختی من همین هوشیاری جسمی است، چون وقتی از یک هوشیاری دیگری باید به من بیاید که هوشیاری حضور است تا زمانی که من به این چسبیده ام آن یکی نمی آید. حالا برای این هوشیاری اگر بخواهیم تعریف کنیم اندیشه اول را یا من ذهنی را یک جور هوشیاری است که دائماً آینده مهم تر از این لحظه است. لحظه بعد بهتر و مهم تر از این لحظه است. لحظه بعد می آید دوباره همین کار را خواهد کرد، دوباره خواهد گفت لحظه بعد مهم تر است. یعنی اگر تعریف ساده ای بخواهیم بگوییم. حالا چرا مولانا می گوید اندیشه؟ برای این که شما شخصی نکنید، نگویید که چقدر من بدبخت شدم و فقط من اینطور هستم. نه! در همه انسانها این هوشیاری جسمی وجود دارد برای همین بارها گفته ایم که ما این را شخصی نکنیم و بدانیم که همه این طور هست. هر کسی که به این دنیا می آید من ذهنی دارد، من ذهنی درگیری و گرفتاری و درد دارد. همه انسانها این درد را این من ذهنی را در خودشان

بوجود می آورند، اول هوشیاری جسمی دارند و باید اول از این مسیر رد بشوند که گفتیم از طریق شناسایی انسانها آشنا هستند که لحظه بعد مهم تر از این لحظه است ولی لحظه بعد هم بصورت این لحظه می آید وقتی می آید باز می گوئیم که لحظه بعد مهم تر است و باز لحظه بعد مهم تر است و... تا پایمان برسد به پای قبر.

پس هیچ وقت ما خوشبخت نمی شویم شما می خواهید که این راه را ادامه دهید؟ البته که نه نمی خواهید. برای همین گوش می دهید و شناسایی میکند این موضوع مهم را. پس هر چقدر ما خصوصیات اندیشه در من ذهنی را بشناسیم که چکار میکند، راحت تر می توانیم از شرش خلاص شویم مثلاً شما الان می دانید که آن چیزی که ذهنتان نشان میدهد که آینده بهتر از این لحظه است، این درست نیست و توهم است. این را این ساختمان من ذهنی نشان میدهد و فقط شما نیستید که این طور هستید و همه این طور هستند و این غلط است. همین که این را شناسایی کنید به درجه ای آزاد می شوید و در اینجا باقی نمی مانیم ما. اگر برای من به عنوان انسان من ذهنی لحظه بعد بهتر از این لحظه است، پس من از این لحظه راضی نیستم این که می گفتیم رضا و شکر کجا رفت؟ پس اینها همه شعار است که می گوئیم شکر کنید راضی باشیم. از این لحظه راضی باشیم، بله من این را فهمیدم و از این بعد از این لحظه راضی خواهم بود! در حالی که در ساختمانی هستم که ذاتاً علاقمند به آینده است به این لحظه اهمیت نمی دهد برای اینکه ذاتش ایجاب میکند که این طور باشد. اگر قرار باشد شما بگویید که این لحظه مهم است و این زندگی است دیگر من ذهنی وجود ندارد. من ذهنی به آینده علاقمند است. حالا چرا به آینده علاقمند است؟ برای اینکه براساس گذشته درست شده. این علاقه شدید به آینده و اینکه ما فکر میکنیم بهترین لحظات هنوز در آینده است چرا اینطور فکر میکنیم؟ فکر میکنیم که بهترین چیزها در آینده است و چون چیزها به ما زندگی خواهند داد و بهترین لحظات و بهترین چیزها در آینده است. اصلاً این توهم است برای اینکه اگر شما یک کمی دقیق نگاه کنید متوجه می شوید که همیشه ما در این لحظه هستیم. همیشه در این لحظه هستیم و از این لحظه تکان نمی خوریم. آن هم که ما فکر می کنیم که چیز خیلی خوبی هست و به آن خواهیم رسید، آن هم در این لحظه خواهد آمد. وقتی به آن می رسیم ای لحظه خواهد بود. پس معلوم میشود که ما در این لحظه ایستادیم بصورت فضا داری و چیزها مرتباً عوض می شوند. این عوض شدن چیزها توهم زمان را بوجود می آورد زمان روانشناختی و چیز خواستن و خوشبختی خواستن از چیزها توهم من ذهنی را بوجود می آورد. شما حداقل به این قضیه توجه میکنید که این سیستم اندیشه که اول مطرح شد که می گوید از دست رفت این اندیشه و شال و کلاهش را برداشت و رفت این همان اندیشه من ذهنی است که آینده را مهم تر از این لحظه نشان می دهد. آیا ما به همین جا متوقف می شویم؟ من ذهنی یا این هوشیاری جسمی چون از این لحظه که زندگی است فقط جسمش را می بیند، این جسم را پله می کند البته اگر خیلی لطف کند به ما، پله میکند برای آن چیزی که خیلی در آینده مهم است. یعنی من ذهنی، از آنها که بصورت جسم میبیند از هر چیز دیگری که بصورت جسم می بیند می خواهد وسیله قرار بدهد برای رسیدن به آن چیزی که فکر میکند خوشبختش خواهد کرد و به نتیجه خواهد رساند، به ثمر خواهد رساند. ما فکر میکنیم که گذشته به ثمر نرسیده هستیم، یادتان باشد اگر شما از این لحظه ناراضی

هستید البته ما شعار میدهیم که باید راضی باشیم، رضا و شکر چیزهایی مهم هستند . گفتم اگر شما در یک ساختار فکری باشید که به شما اتوماتیک می گوید که آینده یا لحظه بعد بهتر از این لحظه است، شما نمی توانید شکر گذار باشید. معنی اش این است که این لحظه خوب نیست. اتفاق این لحظه هر چی می خواهد باشد خوب نیست. و دلیل هم دارید، می گوید که من الان احساس ناخوشبختی میکنم و علتش بیشتر موقعها می گوید که تو هستی. خیلی از ملامت های ما از نزدیکان ما این است که می گویم تو من را خوشبخت نمی توانی بکنی، واضح است که یواش یواش ما طرف مقابل را یا هر اتفاق را وسیله قرار می دهیم برای رسیدن به آنجا، ولی این اول کار است بعداً یکدفعه متوجه می شویم که نه تنها کمک نمی کند بلکه بلوکه کرده راه ما را. تو نمیگذاری و تو جلوی من را گرفتی ... و شروع می کنید به ملامت و مقابله کردن در مقابل آن چیزی که ذهن ما نشان می دهد چه اتفاق باشد و چه یک آدم دیگری باشد. شما الان شناسایی می کنید که این از ساختار هوشیاری جسمی است نه واقعا اینطوری که شما می بینید. اینطوری نیست! از اینجا ناشی شده که تو فکر کردی این شخص می تواند شما را خوشبخت کند، هیچ انسانی نمی تواند انسان دیگری را خوشبخت کند به هر صورتی . البته ما می توانیم هوشیاری پخش کنیم. اگر شما به هوشیاری حضور زنده بشوید، انرژی که از شما پخش میشود به دیگران می تواند کمک کند یا حرفهایی که میزنید ولی آن خوشبخت کردن نیست این فقط یک جوری انرژی دادن است که آن طرف شناسایی کند ولی کار را شما انجام میدید نه کسی که این هوشیاری را به شما می دهد، شما عمل می کنید و شما پایتان را به دل می گذارید ، شما با این لحظه یا اتفاق این لحظه ستیزه میکنید خب آن کسی که باید آشتی کند کی هست؟ قدم اول را بردارد؟ شما هستید . شما یک دفعه متوجه می شوید که این لحظه زندگی است خدا است که شما بصورت جسم میبینید و با آن ستیزه میکنید پس با خدا ستیزه میکنید . اولین کسی که دستش را دراز می کند برای آشتی کی هست؟ خدا نیست، شما هستید. شما امتداد خودش هستید. خود زندگی هستید ، شما قدم بر می دارید . شما شنا سایی میکنید .

بخش سوم:

در اینجا دویی نیست دیگر درست مثل اینکه مولانا می گوید هوشیار می آید ، پایین که می گوید **جواهر جمله ساکن بد و همه همچون اماکن بود *** شکافید این جواهر را و بیرون جست اندیشه** یعنی طبع شما جوهر شما فکر میکند که جوهر شما این من ذهنی است، مثل مکان و فرم است اصلاً فرم ذهنی است **شکافید این جواهر را و بیرون جست اندیشه** یا هوشیاری می شکافد این طبع و این من ذهنی را این ذهن را این ساختار فکری را و بیرون می جهد. البته شما هم با آن می جھید . برای اینکه ما الان با امکانات هوشیاری جسمی میگویم که ما چطوری اینکار را بکنیم ؟ چطور از این مخصصه خودمان را نجات بدهیم؟ اینها را فهمیدیم . شما چوب لای چرخ نگذارید با من ذهنی با روشهای من ذهنی ما به هیچ جایی نمی رسیم ، خود هوشیاری کارش را می کند و بارها گفته است مولانا که من دارم می کوشم یعنی خدا به شما می گوید که من دارم می کوشم تو دیگر مکوش. تو با این من ذهنی ات نکوش ، من دارم برای تو می کوشم و تو را آزاد کنم. ما با فکر کردن من دار چوب لای آزادی خودمان می گذاریم ، نه اینکه کمک

کنیم. بهترین چیز فقط هیچ کاری نکردن و آرام بودن است و به حرف من ذهنی گوش نکردن است. پس می بینید که آن اندیشه اول که ما متوجه می شویم که ما هستیم در ذهن و بارها گفته ایم که این یک هوشیاری بقا است، تا نه سالگی ده سالگی در انسان کافی است و اگر خانواده حمایتی باشد و از عشق باشد به ما کمک میکند که ما بجهیم از این ساختار فکری، از این هم هویت شدگی و در نه سلگی ده سالگی هم هویت شدند با چیزها و فکرها و کمی در که زیاد نیست ولی این راه را ادامه دادن تا آخر و هوشیاری جسمی داشتن و خودت را جسم فرض کردن و با یکی دیگر مقایسه کردن و هر لحظه مقایسه کردن، هر لحظه درد را اضافه کردن و به درد چسبیدن این کار درست نیست. اگر این کار را کرده ایم باید متوجه بشویم و این را هم باید شناسایی کنیم، شناسایی مساوی با آزادی است. اگر ما اشتباه کرده ایم، خب می گوئیم که اشتباه کرده ایم. مرتب درد آمده و به درد هم چیبیده ایم، همه ما اشتباه کردیم و اشتباهمان را هم اقرار میکنیم و بر میگردیم. برای اینکه نه ما جامعه حمایتی داشته ایم و نه خانواده پر از عشق داشتیم. اما جامعه رقابتی و اینکه به ما گفته اند که تو هیچ کاره ای یا کارهای به ما یاد دادند که انجام بدهیم به عنوان معنویت که اصلاً معنوی نیستند. من از شما سوال می کنم چه چیزی به شما کمک می کند که این تبدیل یعنی از این اندیشه در بسته بیاید بیرون و بروید به فضای یکتایی این لحظه؟ چه چیزی به شما کمک میکند؟ اگر به شما کمک نمی کند، نکن. برای اینکه تنها تمرین معنویت همین است. مولانا این طوری که می گوید تنها تمرین معنویت، تسلیم پذیرش اتفاق این لحظه است که شما را از جنس آرامش زیر فرما میکند و شما را میبرد به فضای یکتایی، از این دویی در می آورد، یکی از مشخصات این اندیشه که در من ذهنی است دویی است یعنی می گوید یکی من یکی خدا. خدا بیاید و به من کمک کند. یعنی من جدا از او هستم و این نمی شود. در اندیشه یکتایی، شما می گوئید که یک هوشیاری هست که خودش دارد به خودش کمک میکند و خودش بیدار می شود. یعنی شما شعور بیدار شونده هستید و درد را می بینید و می گوئید چرا من درد میکشم؟! حالا مولانا را می خوانید که می گوید که شما در یک ساختار فکری هستید که آینده را مهم تر از این لحظه میدانند این ساختار فکری شما نیستید. شما اگر از اینجا بجهید بیرون، طبق آن الگو فکر نکنید، یک دفعه یک هوشیاری دیگری به شما دست میدهد که می بینید هوشیاری که می گوید آینده بهتر از این لحظه است در حالیکه این لحظه زندگی، این غلط است و اینکه در اینجا نایستاده ام دارم میدوم، کجا دارم میدوم و عجله دارم؟ تا برسم به یک جایی در آینده، یعنی دارم می دوم تا برسم به لحظه بعد. چرا می خواهم برسم به لحظه بعد؟ چون این ساختار فکری به من دارد می گوید که لحظه بعد بهتر از این لحظه است و من این را قبول می کردم. ولی حالا این را قبول نمی کنم. شما دیگر این را قبول نمی کنید و می گوئید که بهترین لحظه من همین لحظه است، برای اینکه این لحظه زندگی هست. یک دفعه زندگی باز می شود. در مورد آینده و گذشته هم که فکر میکنم در این لحظه فکر میکنم. و آینده و گذشته فقط یک فکر هستند. حقیقت ندارند. اینها را دارم شناسایی میکنم و اگر دیدم که این ساختار فکری من را رها نمی کند و من اینجا هستم در این لحظه ولی بیشتر حواسم، یعنی عمده توجهم، در یک جایی در آینده هست پس من دچار استرس هستم. چون این شکاف بین من که اینجا هستم و آن جایی که باید باشم وجود دارد الان. پس ساختار فکری یا من ذهنی

در کار است و من این را می فهمم و به خودم می آیم و می گویم که نه من در این لحظه هستم ، آن چیزی که می خواهم به آن برسم به من زندگی نمی دهد ، آن فقط یک جسم یا یک مکان هست یک وضعیت است و وضعیتها به من زندگی نمی دهند. پس من هر موقع که رسیدم به آنجا، رسیدم، ولی زندگی من به آن بستگی ندارد . بعد می بینید که استرس شما دارد از بین می رود. استرس موقعی می آید که شما اینجا باشید و عجله کنید که برسید به آنجا و نمی رسید. حالا آن کسانی که یا چیزهایی که اینجا هستند و به نظر می آید که نمی خواهند بگذارند شما به آنجا برسید، شما با آنها دعوا دارید . حالا این را شناسایی میکنید که با آنها دعوا ندارید برای اینکه آنها جزو لاینفک این لحظه هستند و شما این لحظه هستید و با آن یکی هستید توجه می کنید که اتفاق این لحظه با شما یکی هست وقتی با اتفاق این لحظه یکی شدید دیگر در مقابل آن نمی ایستید. با اتفاق این لحظه شما یکی هستید. در واقع شما با زندگی یکی هستید. از جنس زندگی هستید ولی اتفاق این لحظه جزو زندگی در این لحظه است. پس اصلاً یک تکه از وجود شما هست چطور می شود که شما آن را از خودتان برانید. وقتی می پذیرید اینجا مولانا در این غزل هم به ما گفته پیغمبی از عشق به ما می رسد که بسم الله ، حالا که فهمیدی زمین عشق را ببوس.

متوجه شدیم که چرا گران جان هستیم، متوجه شدیم که باید به دل پا بنهیم، متوجه شدیم که چرا باید از این اندیشه یا هوشیاری حرکت کنیم به یک هوشیاری دیگری که هوشیاری حضور هست و اگر هوشیار جسمی داریم این هوشیاری جسمی مختصاتی دارد که من بیشتر آنها را توضیح دادم و اگر شما این مختصات را در خودتان می بینید، می کشید عقب و به خودتان نگاه میکنید و نگویید که من دارم این کار را میکنم ، بگویید ساختار فکری که من فکر میکنم که او هستم این کار را دارد میکند و من این ساختار فکری هستم نه این کار را می خواهم بکنم، بلکه اتفاق این لحظه را می پذیرم، می گویم که تا حالا این ساختار فکری به من گفته به اتفاق این لحظه بگو نه از حالا به بعد می خواهم بگویم آره. این من را از جنس زندگی میکند.

رسید از عشق جاسوسش که بسم الله زمین بوسش در این اندیشه بیخود شد به حق پیوست اندیشه

این هوشیاری هست که دارد حرکت میکند. وقتی ما این شناسایی را کردیم، یک دفعه از عشق یک پیغمبی می آید . جاسوسش یعنی یک اشاره ای از آن ، یک چیزی در شما زنده می شود چون پا گذاشتید در فضای یکتایی و عشق، که وحدت است . وحدت شما و یکی شدن شما با زندگی ، را عشق بوجود می آورد . اگر شما پا گذاشتید در دل و این فضا را باز کردید، الان شما می گوید که من شناسایی کردم ، من این ساختار فکری نیستم بلکه این محتوای زندگی در این لحظه است و من از جنس زندگی هستم و این محتوا را رها میکنم، یک دفعه از جنس زیر این اتفاقات می شوم. از جنس زیر اتفاقات، فضای یکتی هست. یعنی در آنجا ما و همه انسانها و خدا یکی هستیم. اصلاً نمی فهمیم که کی به کی هست. آن عشق است ، که اگر شما آنجا باشید هر لحظه عشق به صورت بسته های خرد و شادی از شما بیان میشود. رسید از عشق جاسوسش یک لحظه یک آرامشی به شما دست داد . این پیغام عشق هست ، که حالا

بسم الله یعنی شروع کن یعنی همین الان. بسم الله به معنی به نام خدا هم هست. به نام رسیدن به خدا و زنده شدن به خدا، زمین را ببوس، پای عشق را ببوس. یعنی تسلیم شو. شما می دانستید در پذیرش و بله گفتن به اتاق این لحظه همین بوسیدن پای عشق است. زنده شدن به عشق است. پذیرش عشق هست که شما وارد آن بشوید و عشق خودش را از شما بیان کند. می گوید در همین اندیشه ها، یک دفعه اندیشه بی خود می شود. همین اندیشه ها که قبلاً می گفت من این من ذهنی هستم و این کارها را میکرد و ستیزه می کرد مخالفت می کرد و درد بوجود می آورد حالا همین اندیشه بی خود شد، مست شد. **به حق پیوست اندیشه.** یعنی با خدا یکی شد چطوری؟ از جنس فضای آرامش زیر اتفاقات شد. شما الان دیگر می دانید که شما اتفاق نیستید بلکه اتفاق در شما می افتد. همه چیز در شما اتفاق می افتد. فکر ها در شما بر می خیزد، آن سطر پایین که می گوید **چو هر نقشی که می جویی ز اندیشه همی روید** این اندیشه با آن اندیشه یا این هوشیاری با آن هوشیاری فرق میکند. وقتی شما به حق می پیوندید شما از جنس اندیشه حضور می شود. میبینید که مولانا آن سر اندیشه را بسته به خدا و این سرش را آورده به وصل به من ذهنی، هوشیاری جسمی. این تماماً یک هوشیاری است که بیدار میشود و میرود و میرود... تا به خدا برسد. دو تا نیست. درست مثل اینکه زندگی می آید و تجربه می کند و بیدار می شود، بیدار می شود... خودش دارد بیدار میشود نه اینکه کسی او را بیدار میکند. درد هم بیدار کننده است. شما حتی دردهایتان را پیغام عشق می توانید در نظر بگیرید. یعنی اینقدر به ما لطافت دادند که ما نفهمیدیم تا بالاخره این درد بوجود آمد.

خرابات بتان در شد حریف رطل و ساغر شد همیشه غیث مصور شد زهی سرمست اندیشه

شما هم با آن دارید می روید. برای اینکه شما فقط یک آگاهی هستید. وارد خرابات زیبا رویان شد. خرابات در اینجا مثل میخانه که معادل فضای یکتایی این لحظه است، محل زندگی است، محل عیش و عشرت است. خرابات بتان یعنی فضای زیبا رویان، کجاست؟ وقتی شما من ذهنی را ترک کردی وارد آنجا شدید. خرابات بتان در شد یعنی وارد شد. و این دفعه رطل و ساغر بدست گرفت. یعنی هوشیاری وقتی از من ذهنی و ذهن خارج میشود و از جنس فضای زیر این محتوای ذهن می شود، ما شروع می کنیم شراب زندگی را، انرژی شادی و آرامش را بسته به درجه بیداریمان، خوردن. آنهایی که بیدار شدن مثل مولانا رطل عشق می خورند و رطل یعنی قح بزرگ و آنهایی که نه با ساغر کوچک شراب می خورند. کوچک، کوچک میخورند. همه اسرار غیب، به زبان دویی و زبان جسمی ما نمی توانیم مصور شدن غیب را بگوییم که چی هست، ما باید تبدیل بشویم مثالش هم مولانا است. مولانا این اطلاعات را از کجا آورده؟ قبل از او که نبوده؟ همین قصه تکامل را که می گوید، هوشیاری سوراخ کرده هسته مثلاً نبات را یا حیوان را و برجسته بیرون. اینها را از کجا می گوید؟ آن چیزی که او می بیند یک انسان من ذهنی نمی بیند. **همه غیث مصور شد زهی سرمست اندیشه** پس چقدر سرمست هست این اندیشه و اسرار غیبی را بیان میکند و یک چیز نوعی را به این جهان می آورد. همه این چیزهایی که ما در این جهان داریم در واقع مدیون عارفان و البته دانشمندان هم جزو عارفان بودند آنهایی که فرمولهای ریاضی یا فیزیک را کشف کردند آنها هم جزو کسانی بودند که دست پیدا کردند به دانش غیبی. شما هم میتوانید، شما این

ساختار جسمی رها کنید، تسلیم بشوید، با پذیرش اتفاقات این لحظه یک دفعه آرام آرام می بینید که فضای زیر باز میشود و این به سواد بستگی ندارد. گاهی اوقات دانش زیاد ذهنی، جلو گیرنده است. برای اینکه وقتی دانش ما زیاد میشود من ذهنی با آنها هم هویت است و می خواهیم که با آنها همه چیز را حل کنیم و آنها هیچ کلیدی نیستند برای ما. مدتها طول می کشد که تا ما این سواد ذهنیمان را بندابیم دور و بگوییم که اینها بدرد نمی خورد و تمام اینهایی که در دانشگاه خواندیم اینها فقط به درد این که مثلاً پول در بیاوریم و پول بساریم. نمی گویم که بدرد نمی خورد اینها، خیلی هم مهم هستند پول می سازیم، راه و ساختمان می سازیم ولی با دانشی که ما پول می سازیم با آن نمی توانیم به خدا برسیم. آن دانش عملی است، ابتداءً از آن طرف آمده، آن دانشمندی که آن را کشف کرده ولی مهندسی که فقط خودش را به این فرمولها بسته و می خواهد با این فرمولها همه چیز را حل کند نمی تواند. باید این دانش را بگذارد کنار و خودش را آزاد کند تا بتواند به اسرار غیبی دست پیدا کند و اصلاً بفهمد که چه جوری زندگی بکند که شاد باشد و آرامش داشته باشد. با دیگران چطور رفتار کند بفهمد که طلبکار نیست، بفهمد که از دیگران نباید این همه توقع داشته باشد. بفهمد که چیزها و فرمولها به او زندگی نمی دهد. همه اتفاقات را نمی تواند با این فرمولها حل کند. تا یک چیزی می شود فوراً فرمول را می نویسند. این طوری که نمی شود! انسانها از جنس زندگی هستند. انسانها از جنس فرمول نیستند و به فرمول در نمی آیند.

برست او از خوداندیشی چنان آمد ز بی خویشی **که از هر کس همی پرسد عجب خود هست اندیشه**

اینها را دیگر آنقدر من توضیح دادم که شما الان می دانید، می گوید، اندیشه یا ما رها شدیم از خود اندیشی. در هوشیاری جسمی ما همه حواسمان این است که اولاً راجع به چیزها بی اندیشیم، چیزها به ما زندگی میدهند و آنها را زیاد کنیم، هر چه بیشتر بهتر و این ساختار فکری که ما فکر میکنیم که این هستیم یک جاهایی هم زخمی میشود، مثلاً حرف میزنند و حرف مردم به ما بر می خورد. ما این را باید تعمیر کنیم. واکنش نشان می دهیم برای تعمیر. شما داد میزنید و من داد محکمتر میزنم تا تعمیرش کنم. تو یک فحش دادی و من هم دو تا میدهم، خب من از تو جلوتر هستم. اینها همه خود اندیشی هست و برای نگهداری و بافتن من ذهنی است. من ذهنی مرتب می بافد. یک جایی را خراب میکنی باز دومرتبه می بافد و درست میکند. تعمیر میکند و از خودش دفاع میکند. همه واکنشهای ما دفاع من ذهنی است و ما از این میرهیم. ما می رنجیم برای اینکه تو نمیگذاری من به آن چیزی که می خواهد من را خوشبخت کند برسیم. فکر می کنم که اگر به آنجا برسیم زندگی من شروع میشود. نمی دانم که این توهم ذهن است و از این رستم. شما همینها را تمرین کنید کلی از خود اندیشی میرهید. اما از خود اندیشی رهیدن، اصلاً از این خود بیرون آمدن است. شما نمی توانید توی خود باشید ولی نخواهید که خود را درست کنید. برای اینکه به محض بروید توی به من ذهنی و بگوید که من این هستم این شروع می کند به کار خودش. شما هم مجبور هستید که اطاعت کنید. خشم، ترس، خودت اندیشی، وقتی که خود اندیشی میکنی، میترسی. مثلاً وقتی خود اندیشی می کنیم خود چون جسم است می ترسیم که من چی میشوم؟ برای من چه اتفاقی می افتد؟ نکند بمیرم، نکند یک کسی که من خیلی دوستش دارم بمیرد یا یک چیزیش بشود، نگران میشوید. خود اندیشی ترس و اضطراب دارد. برای اینکه خودم را

جسم می بینم و همین که بیرون آمدید و متوجه شدید که بی خویش هستید و این فضای در برگیرنده حتی این تن هستید، یک دفعه ترس مرگ و اضطراب از بین می‌رود. برای اینکه شما منتظر نیستید که از یک چیزی در آینده چیزی بگیری. ما چرا می‌ترسیم؟ برای اینکه می‌ترسیم که از آن چیزی که داریم و فکر می‌کنیم که به ما زندگی می‌دهد یا در آینده می‌شود بدست آورد که به ما زندگی بدهد نتوانیم بدست بیاوریم، از این می‌ترسیم و اضطراب داریم. بی خویش که بشویم دیگر این نیست. می‌گویند که از بی خویشی چنان آمد یعنی فنا شد، که نمی‌داند که وجود دارد و از همه می‌پرسد که واقعاً اندیشه وجود دارد؟! اندیشه، هوشیاری ما هستیم. ما وقتی فنا شدیم و از من ذهنی خارج شدیم از خود اندیشی جدا شدیم و بی خویش شدیم از بی خویشی چنان بر می‌خیزیم به عنوان هوشیاری که انسانهای دیگر را زندگی می‌بینیم، زندگی را در جمادات و نباتات هم می‌بینیم در حیوانات هم می‌بینیم. اگر فقط زندگی بین شدیم و در خدمت زندگی هستیم می‌پرسیم از این و آن، البته تمثیل شاعرانه هم هست که اندیشه واقعاً وجود دارد؟! اصل ما هوشیاری است. آن چیزی که وجود دارد بر می‌خیزد به عنوان جسم، پس اصل ما که هوشیاری هست اصلاً وجود ندارد ولی زنده است. وقتی می‌گویند هست اندیشه، هست، وجود، وجود چیزی هست که بر می‌خیزد و نمایان است. این گلدان و این گل وجود دارد، خلاء وجود ندارد. فضا وجود ندارد. وقتی به آسمان نگاه می‌کنید، بله ماه جسم است و وجود دارد ولی فضای اطراف آن وجود دارد، نه وجود ندارد، بلکه فضا خالی است. اگر بگوییم پُر از یک چیزی هست، آن هم غلط است. پر نیست، وجود ندارد. برای همین می‌پرسد که آیا شما تا به حال به این احساس رسیده‌اید که شما به نظر می‌آید که اصلاً وجود ندارید. چیزی به شما بر نمی‌خورد؟ چیزی به شما می‌گویند و به شما بر نمی‌خورد؟ در عین حال که خدمتکار به زندگی هستید، مسئول هستید و سخت کار می‌کنید و سرویس می‌دهید ولی مثل اینکه اصلاً وجود ندارید، سبک. حرف مردم به شما بر نمی‌خورد و یک جور دیگر میشود اشکالی ندارد، رویداد اینجوری میشود آن طوری می‌شود اشکالی ندارد، چرا که شما از جنس رویداد نیستید. شما می‌گویید که رویداد این لحظه وجود دارد ولی من که آرامش زیر این رویداد هستم، من از جنس فضا و خلاء هستم؛ من وجود ندارم ولی زنده هستم.

بخش چهارم:

فلک از خوف دل کم زد دو دست خویش بر هم زد **که از من کس نرست آخر چگونه رست اندیشه**

فلک همین به تله اندازنده هوشیاری است، هوشیاری در جماد مثل سنگ به تله افتاده، سنگ نمی‌تواند غیر از سنگ باشد، درخت هم نمی‌تواند غیر درخت باشد، حیوان هم نمیتواند شیر نمی‌تواند غیر شیر باشد، مجبور شده و مانده آنجا و به تله افتاده. حالا این فلکی که می‌چرخد، می‌گوید که انسان را هم انداخته‌ام در من ذهنی. ولی مولانا می‌گوید که این من ذهنی خیلی شل است مثل سنگ نیست با یک ذره هوشیاری دادن به انسانها، این من ذهنی به هم میریزد و هوشیاری خودش را می‌کشد بیرون و به همین دلیل هست که ما این برنامه را پخش می‌کنیم و مولانا واقعاً در این مورد کمک می‌کند. یعنی چنان آموزش معنوی را به شما ارائه می‌کند که

مو اصلاً لای درزش نمی رود و ما ایرانیان و فارسی زبانان به طور کلی باید قدرش را بدانیم و باید بخوانیم و باید این شناسایی را از این مرد بزرگ بگیریم. الان می گوید فلک فکر کرده که من ذهنی هم مثل سنگ هست هوشیاری رفته آن تو و سالها ما را آنجا نگه داشته، فلک آن قسمت به تله اندازنده و چرخنده است. یعنی سیستم وجود در این جهان، که هوشیاری در آن به تله افتاده، می گوید یک دفعه ترسید از کی؟ از دل. یک چیزی را که من به زندان انداخته بودم، آن در رفت و آن هوشیاری انسان بود. **فلک از خوف دل کم زد** و شروع کرد به کمی یواش تر ، قبلاً توپش خیلی پر بود و دو دست خود را بر هم زد به حالت افسوس که تا حالا کسی از چنگ من در نرفته این اندیشه چطوری رست؟ اندیشه انسان رست، پس وقتی از ذهن می آییم بیرون، از این سیستم فلکی که می چرخد و رویدادها پیش می آید ما اصلاً بیرون هستیم که اتفاقات را بوجود می آورد. می گوید آن توی من بود در سلطه من بود چطوری هوشیاری انسانی رست از من! هر انسانی به حضور رسیده از حیطة سلطه فلک رفت بیرون.

چنین اندیشه را هر کس نهد دامی به پیش و پس گمان دارد که در گنجد به دام و شست اندیشه

این اندیشه ای که سوراخ کرده طبع ها را و آمده بیرون ، اندیشه ای است که در ذهن انسان هر لحظه میل داره سوراخ کند و بیاید بیرون تا ما از جنس هوشیاری حضور بشویم، از جسم بجهیم بیرون و از جنس جسم نباشیم. این هوشیاری جسمی را بندازیم، می گوید که هر کس یعنی هر انسانی دام می نهد به پیش و پس. در پیش و پس که همین گذشته و آینده است. گفتم دام ما در واقع دام زمان روانشناختی است و میل شدید این ساختار فکری به رفتن به آینده است و اینکه ما فکر می کنیم بهترین چیزها هنوز در آینده است این که میل داریم ما با فرم این لحظه ستیزه کنیم برای اینکه آن چیز خوب در آینده است. این جهل ما به اینکه نباید از اجسام خوشبختی بخواهیم و خوشبختی بخواهیم . اینها سبب میشود که زمان روانشناختی بوجود بیاید، زمان روانشناختی همچنین از اینجا بوجود می آید که ما به جای زندگی در این لحظه، فرم این لحظه را می بینیم و فقط به فرما توجه داریم و به نظر می آید که این فرم یکی است و آن فرم هم یکی است و اینها را ذهن وقتی می خواهد انبار کند و ذخیره کند هر کدام به صورت یک لحظه دیده می شوند. به نظر می آید که امروز هزاران لحظه بود و بعضی ها خوب بودند و بعضی ها بد بودند این طور نیست، همیشه این لحظه است ذهن این طوری نشان می دهد. اگر ما این شناسایی ها را بکنیم ، یک دفعه می بینیم که ما دیگر در این لحظه که باید زنده باشیم بجای این لحظه که زندگی هست و تا ابد هم این لحظه است، به جای آن نمی رویم به گذشته و آینده. این گذشته و آینده تله ما است ، تله من ذهنی است. یعنی شما هر چقدر از چیزها زندگی بخواهید ، اینقدر باید در گذشته و آینده باشید. هر چه بیشتر شما از چیزها زندگی می خواهید و چیزها را محترم و مهم می شناسید، اینقدر در گذشته و آینده گیر خواهید کرد. یا در گذشته هستید یا در آینده. به تدریج که شما از چیزها چیزی نمی خواهید و توقعتان را بر می دارید یواش یواش این زمان روانشناختی جمع می شود و متوجه می شوید که این یک فکر است و از فکر نمی شود زندگی گرفت. این بینش خیلی مهم است و خیلی ظریف است و کم کم قضاوت کردن من دار از بین می رود. یعنی بی قضاوتی عبارت است از اینکه شما در این لحظه وقتی یک اتفاقی می افتد با این اتفاق یکی هستید و

نمی دانید حقیقتاً که این اتفاق خوب است یا بد. من ذهنی چون چیزها را پشت سر هم چیده، می داند که این اتفاق خوب است اگر صد هزار دلار الان سود کرد خوب است و اصلاً بحث ندارد و زیادتیش هم بهتر است و مرتب پشت سر هم می چینم ولی آن کسی که بی قضاوتی را تمرین می کند ابتدا از اینجا می آید که می گوید من از چیزها زندگی نمی خواهم. وقتی که شما از چیزها زندگی نمی خواهید یک جور دیگری می بینید اصلاً یک چیزهایی می بینید که قبلاً نمی دیدید. وقتی ذهن می چسباند شما را به چیزی که این زندگی دارد الان شما به طور کلی بینشتان محدود می شود، مخصوصاً اگر ترس با آن همراه باشد که شاید آن چیز را از دست بدهم دیگر همه چیز را کج و امج می بینید. بنابراین قضاوت ما همیشه غلط است این که یکی می گوید که من می دانم این خیلی خوب است یا بد است، این نشانگر این است که دارد با من ذهنی قضاوت می کند. شما اگر بی قضاوتی را تمرین کنید، می گوید که وقتی اتفاق خیلی خوبی می افتد و مردم تبریک می گویند، شما می گویند که شاید خوب باشد. بله ممکن است بد باشد، مردم می گویند چقدری بد شد این اتفاق برای شما افتاده! بله ممکن است بد باشد. حقیقتاً نجسبیده آید به این اتفاق برای اینکه از جنس آن نیستید، آن کسی که می گوید این بد است، بدا به حالت، بیچاره شدی و کوت شکست، آن آدمی هست که به اتفاق چسبیده. نه کمر زندگی را هیچ کس نمی تواند بشکند، اتفاق نمی تواند بشکند. پس هر کسی که دام می گذارد به این اندیشه. برای اینکه وقتی ما به گذشته و آینده فکر می کنیم اندیشه ما که هوشیاری و زندگی است به تله می افتد. می بینید که زندگی ما الان به تله افتاده، وقتی که شما می رنجید زندگی به تله نمی افتد؟ وقتی درد ایجاد می کنید زندگی به تله نمی افتد؟ وقتی زندگی را در این لحظه ما به طور پر زندگی نمی کنیم، تلف می شود و به تله می افتد. اصلاً تمام رنجشهای ما زندگی به تله افتاده است. باید ببخشیم اینها را برای مثال اینها را می گویم.

چنین اندیشه را هر کس نهد دامی به پیش و پس فکر میکند؛ گمان دارد که در گنجد، ما فکر می کنیم که واقعاً جا می شود در دام و شست. شست هم یعنی دام و تله. تله هم ذهن است فکر است الگوی فکری است. آیا اندیشه در الگوی فکری می گنجد؟ نه نمی گنجد. الان راجع به اندیشه ای صحبت می کنیم که همین هوشیاری است، همین هوشیاری خدایی که سنگ را سوراخ کرده و از حیوان بیرون جسته و از نبات بیرون جسته، از من ذهنی می خواهد بیرون بجهد، شما بخواهید بگنجانید بله می توانید بگنجانید ولی درد می آید، این همه گرفتاری، این همه غم و غصه و درد که داریم اینها همه برای این است که ما می خواهیم اندیشه را در دام و شست جا بدهیم. ما مولانا را میخوانیم و بزرگان دیگر، را که خودمان را با آن موازی کنیم و خودمان را سامان بدهیم، بعضی از ما حتی این اشتباه را میکنیم که می خواهیم مولانا را در غالبهای محدود خودمان که پر از درهست جا بدهیم، حالا جرات هم میکنیم و می گوئیم که اشتباه کردم و خب بلد هم نبودم. اصلاً حواسمان نیست که شاید ما درگیر یک ساختار فکری هستیم و زندگی و هوشیاری را به تله می اندازیم. اصلاً حواسمان نیست که پر از غم و درد هستیم. ما باید از خودمان سوال کنیم که اصلاً حال من خوب است؟ من می خواهم که حالم خوب باشد. چرا حال من خوب نیست؟ این همه حرف می زنم، این همه مردم را نصیحت میکنم،

این همه دانش دارم، این همه مردم را نصیحت می کنم ، پس چرا حال من خوب نیست؟ چرا اینقدر درد می کشم؟ جواب این را باید پیدا کنید، برای اینکه برای زندگی تله گذاشته اید.

چو هر نقشی که می جوید ز اندیشه همی روید تو مرهر نقش را مپرست و خود مپرست اندیشه

هر نقشی را که انسان می پرستد، باید بداند که از فضای زیر اندیشه ها که شما باشید از اندیشه همی روید، ما نقش را می گیریم یا نه؟ نقش همین چیزهایی است که ذهن ما نشان می دهد همین چیزهایی که ما از آنها زندگی می خواهیم. اینها از کجا می رویند، از اندیشه می رویند. در اینجا اندیشه، هوشیاری زیر اجسام است. این فضا مثال خوبی هست. هر جسمی محاصره شده با فضا، این خلاء و این فضا، اندرون ما را هم فرا گرفته. فیزیکدانان می گویند ۹۹/۹۹۹ بدن ما خالی است. پس شما می بینید که زندگی خودش را انتشار داده به ما، در درون ما بصورت خلاء. یعنی این که ما در من ذهنی می گوئیم یکی من، یکی زندگی و یکی خدا! این در واقع توهم ذهن است. خود زندگی و خود هوشیاری است که دارد شما را اداره می کند. این حرف فیزیکدانان هم به ما کمک می کند که به خودمان اعتماد کنیم. ما خودمان نیستیم آن چیزی که ذهن نشان می دهد ما آن نیستیم بلکه همین خلاء و همین هوشیاری هستیم و تازه وقتی ما را تقسیم میکنند، تقسیم می کنند و.... کوچکترین ذره اش مثل موج است، مثل یک نت موسیقی است. از اینکه ما این همه کار ناشایست می کنیم و فکر می کنیم کسی ما را نمی بیند! نه، هر لحظه که شما کاری می کنید که در امتداد زندگی نیست، همان موقع هم تنبیه می شوید. همان موقع هم درد ایجاد می کنید، همان موقع هم گرفتاری ایجاد می کنید، نمی توانید نکنید. هیچ کسی نیست، شما خودتان هستید؛ خودتان می کنید و خودتان دردش را می کشید و خودتان بیدار می شوید و خودتان زندگی هستید. تو که الان نقش می آفرینی و این نقشها را می پرستی و می خواهی از آنها زندگی بگیری، بجای اینکه از این نقشها زندگی بگیری، بدان که تو خودت زندگی هستی. اینها از تو می رویند، چرا چیزی را که تولید می کنی و بوجود می آوری اینها را می پرستی؟ همین آفرینندگی خودت را بپرست که اندیشه است، اندیشه، نه این فکری که ما می کنیم این اندیشه آن اندیشه نیست. یادتان هست که گفت به حق پیوست اندیشه این هوشیاری حضور است. گفتم هوشیاری حضور که ما تعریف جسمی که نمی توانیم از آن بکنیم. هوشیاری حضور را شما می توانید حس کنید و وقتی که اتفاقات در درون ما می افتند در زیر در زمینه وقتی که شما آرامش دارید خیلیها که به برنامه تلویزیونی گنج حضور گوش می دهند این را در خودشان بوجود آورده اند و می گویند که الان اتفاقات که می افتد قبلاً ناراحت میشدند ولی الان در رونما، در جبهه روبین، اتفاقات می افتد و در جبهه زیرین آرامش دارند. این آرامش همان هوشیاری حضور است. که به آنها می گوید که تو این اتفاق نیستی. اتفاقات مرتب می گذرد و شما واکنش نشان نده. حالا به شما می گوید که تو هر نقش را مپرست، نرو دنبال نقش. شما حالا بیدار شدید و می دانید که نقشها را نباید بپرستید. خود بپرست اندیشه، پرستیدن اندیشه یعنی تو بکش عقب و بگو من زندگی هستم، پرستیدن اندیشه، یعنی هوشیاری ما از اینکه ما هوشیاری هستیم. یعنی ما خدا را و زندگی را می پرستیم که ما از آن جنس هستیم. پرستیدن هم معنی اش این است که من همین جنس زندگی باقی می مانم. وقتی شما از

جنس واکنش نمی شوید و از جنس زندگی باقی می مانید در حالیکه اتفاقات در رو می افتند، شما دارید خدا را می پرستید. اما خدا را شما نمی پرستید، همین خدا و زندگی هست که دارد خودش را می پرستد و خودش را تأیید می کند. شما همیشه می گوید که من زندگی هستم و باید عملاً خودش باشید. اگر واکنش نشان بدهید، دیگر نیستید. واکنش نشان بدهید از جنس اتفاق هستید و فضا جمع شده است. برای همین می گوید **خود پرست اندیشه**.

جواهر جمله ساکن بد همه همچون اماکن بد شکافید این جواهر را و بیرون جست اندیشه

چند بار این را امروز توضیح دادم امروز، به نظرم می گوید که این جواهر یعنی جوهرها، طبیعاً مثل من ذهنی. ما الان فکر می کنیم که من ذهنی هستیم. ما الان فکر میکنیم این هوشیاری هست که در سر هر لحظه هست که فقط اجسام را می بیند ما او هستیم در حالیکه هوشیاری می خواهد این را بشکافد و بیرون بجهد. همه آنها ساکن بودند و همه آنها مثل مکان بودند، فرم بودند. سنگ فرم است یا نه؟ البته که فرم است. حیوان و نبات فرم هستند؟ بله. **شکافید این جواهر** را یعنی توانسته آنها را بشکافد و بیاید بیرون. الان من ذهنی را می خواهد بشکافد شما اجازه نمی دهید و اگر اجازه ندهید درد خواهید کشید. اگر در می کشید بدانید که این اندیشه و این هوشیاری می خواهد ذهن شما که خودش هستید را بشکافد، هم شما را و هم خودش را می خواهد بکشد بیرون و شما نمی گذارید. شما با آن همکاری نمی کنید. اینها را که الان می خوانید و شناسایی می کنید بعد از این همکاری میکنید. همکاری شما هم آشتی با اتفاق این لحظه است. دوست شدن با اتفاق این لحظه است. کی دوست می شود و اولین قدم را بر می دارد؟ شما بر می دارید.

بخش پنجم:

جهان کهنه را بنگر گهی فربه گهی لاغر که درد کهنه زان دارد که نوزاد است اندیشه

این جهان کهنه را نگاه کن، جهانی که می بینی بعضی اوقات چاق و فربه است و بعضی موقعها هم لاغر است. موقعی که چاق است معلوم هست که حامله است می خواهد یک چیزی بزاد و درد کهنه از آنجا دارد که اندیشه هنوز بچه است یعنی اندیشه به اندازه کافی زشد نکرده که جهان را که در اثر به تله افتادن هوشیاری یا اندیشه بوجود آمده آزاد بکند. مثلاً در مورد ما، ما درد کهنه داریم هم فرداً و هم بصورت جمعی. در مورد کهنگی جهان می گویند پانزده بیلیون سال پیش جهان بر اثر یک انفجار بزرگ که این انفجار هم از هیچ بوجود آمده، جهان بوجود آمده و از آن لحظه در حال گسترش و پیچیده شدن است. پیچیده شدن جهان را شما روز به روز دارید می بینید. حتی پیچیده شدن انسانها و روابط بین آنها روز به روز پیچیدگی در جهان بیشتر می شود و چیزهای جدید کشف

می شود که ما با آن کاری نداریم در مورد فرد شما، درد کهنه وجود دارد یعنی از ابتدای زندگی شما درد ایجاد شده، در شما مانده در نوع بشر که میگویند بشر به این صورتی که ما می بینیم زیر دویست هزار سال که بوجود آمده، بشری مثل من و شما. پس هوشیاری در ذهن هم بسیار بچه است. دویست هزار سال اصلاً رقمی نیست، تازه کمتر از این هم هست که انسان اندیشمند و ابزار ساز، یعنی من ذهنی بوجود آمده و هوشیاری وارد ذهن انسان شده و توانسته انسان اندیشمند را بوجود بیاورد که من و شما باشیم. حالا در مورد انسان صحبت کنیم، انسان درد کهنه دارد. از بدو تولدش درد ایجاد کرده و هم هویت شده با چیزها و با ابزارها با روابط با وضعیتها، از ابتدا هم در جنگ و کشت و کشتار بوده و مقدار زیادی درد ایجاد کرده و درد در همین ذهن بشری هست. شاید باور کردنی باشد که حتی این درد ها بوسیله ژن منتقل می شود از انسانی به انسان دیگر. به هر صورت، هنوز که هنوز است ما درد ایجاد می کنیم و ما درد کهنه را از آنجا داریم که می گوید هنوز هوشیاری، اندیشه، نوزاد است. یعنی تازه متولد شده و کوچولو است. هم، اندیشه من ذهنی که گفتیم زیر دویست هزار سال است اما خیلی جالب است که انسان تازگیها شناخته که فقط من ذهنی نیست، اولین شخص مکتوب، بودا بوده شاید قبل از او زرتشت بوده و انسانهایی از این قبیل تک و توک و در این عصر هست که تعداد انسانهایی که به حضور می رسند دارد زیاد می شود و از زمان مسیح تا حالا بگیریم مثلاً سه هزار سال که رقمی نیست. پس می گوید که درد کهنه را ما از آنجا داریم که هنوز به اندازه کافی اندیشه یا هوشیاری حضور در این جهان بوجود نیامده اگر بوجود بیاد ما دردهای کهنه مان را از بین میبریم. کما اینکه اگر در شخص شما هوشیاری حضور بوجود بیاد و این شناختهایی که امروز صحبت کردیم بوجود بیاد فوراً متوجه می شوید که درد یک چیز اضافی است. درد غیر لازم است و درد نمی تواند مبنای زندگی باشد. درد یک ابزاری بوده برای هوشیار کردن شما به اینکه درد لازم نیست و الان دارد این را توضیح می دهد

که درد زه از آن دارد که تا شه زاده ای زاید

نتیجه سر بلند آمد چو شد سر بست اندیشه

می گوید که درد ذهن این درد حاملگی این درد زهدان از آنجا انسان دارد که شهزاده ای بزاد، شهزاده همین هوشیاری حضور است و این موفقیت آمیز بوده، کما اینکه می بینید در خیلی بزرگان ما بوجود آمده کما و بیش در انسانهایی که به این برنامه گوش می کنند بوجود آمده. کما اینکه می بینید زندگیشان عوض شده، شناختن که یک هوشیاری توام با آرامش وجود دارد که حق طبیعی آنهاست، قرار بوده که تبدیل بشوند به هوشیاری و برای همین هست که آمدند و بعد از این در خدمت زندگی هستند عشق هستند عشق زیبایی و آرامشش را از طریق آنها پخش می کند، همین امروز در همین زمان می بینیم که تعدادی از مردم برای اولین بار در تاریخ انسان به تعداد زیاد دارند بوجود می آیند. پس می گوید کل انسان را می گوید و فرد فرد هم صادق است، کل انسان درد دارد و آنجا گفت که بعضی موقعها چاق بوده، حاملگی اش مشخص بوده هر موقع که چاق بوده یک هوشیاری جسته و در انسان هم الان چاق شده. شده یا نشده؟ جهان پر از درد است. پر از هم هویت شدگی و حرص است و ما درد داریم و می گوید که این درد درد حاملگی است. که چی بزاد؟ که شهزاده بزاد. شهزاده همین فرزند خداست، شاه خداست. پس معلوم می شود که هوشیاری حضور که از انسان زاده

می شود از انسان من ذهنی و اصل ما او هست. ما شهزاده هستیم و از جنس خدا هستیم و نتیجه هم موفقیت آمیز است برای اینکه مدتها سر بسته بوده اندیشه. این سر بسته بودن هم در مورد فردی صدق می کند و هم در مورد جمع. اگر قبول کنیم که انسان اندیشمن، دویست هزار سال است مثلاً کمی گویم کمتر از این هست که بوجود آمده من ذهنی هم یواش یواش بوجود آمده و توسعه پیدا کرده که این همه جنگ و ستیزه را هم بوجود آورده درد را بوجود آورده الان. ولی سر بسته مانده، پخته. سر بسته ماندن خوب است، شما شاید یک سال دو سال به این برنامه گوش کنید و مولانا بخوانید و هیچ اتفاقی نیوفتد برای اینکه دارد می پزد آن زیر، یک روز صبح که پا می شوید یک دفعه متوجه بشوید که یک چیزهای جدیدی را دارید می بیند. پس این گوش کردن و تعمل کردن بیخود نیست، بعضی ها عجله می کنند؛ عجله نباید کرد. این با قانون صبر و مزرعه کار می کند. هیچ کس نباید عجله کند. نمی شود در عرض دو سه ماه به گنج حضور رسید، ممکن است نمی گویم که نمی شود ولی معمولاً یک مدتی ما باید سر بسته بمانیم و گوش بدهیم تا مل کنیم، گوش کنیم تا مل کنیم و.. یک دفعه می بینیم که تغییرات شروع می شود و میوه دارد می دهد. نتیجه سر بلند آمد چو شد سر بست اندیشه سر بست یعنی سر بسته، سر بست ماندن در ذهن.

چو دل از غم رسول آمد بر دل جبرئیل آمد چو مریم از دو صد عیسی شده ست آبست اندیشه

وضعیت ما را دارد می گوید وقتی که دل ما به ما پیغام درد می دهد، یعنی غم ما را گرفته پس ما حامله هستیم. شما اگر وضع زندگیتان خراب است و پر از درد و گرفتاری هستید بدانید که جبرئیل آمده پیش شما یعنی موقع زایمان شماست. به جایی که شکایت کنید و بگویید که من گرفتارم، بدبختم بدانید که پخته شده و رسیدید و این درد برای این است که شما را آگاه کند که از این جنس درد نیستید. بدانید که شما درد را مبنای زندگی قرار دادید. پیغام درد را بگیرید، پیغام درد این است که تسلیم بشوید، درد آمده تسلیم شما نشدید، درد بیشتر آمده باز تسلیم نشدید و.... بالاخره شما مریض شدید، مریضی ها به شما فشار آورده و شما باز تسلیم نشدید و شکایت کردید و سفت شدید و دوباره دفاع کردید! حالا پیغام مولانا را می گیرید که باید تسلیم بشوید. عشق می آید و به شما می گوید که بسم الله یعنی تسلیم شو. شروع کن از پذیرش اتفاق بی قید و شرط این لحظه، این شما را هدایت میکند به آرامش زیر این اتفاقات پس شما پیغام درد را بگیرید و بدانید که خدا الان دارد نگاه می کند و دارد عیسی را از درون شما می کشد بیرون. عیسی یا مسیح خدایت شماست. مولانا دائماً از این تمثیل استفاده می کند. می گوید که ما مثل مریم هستیم، تمثیل مریم هم به این دلیل است که مریم بدون سمبلیک بدون نزدیکی با کسی حامله شد، ما هم چه مرد و چه زن حامله هستیم به عیسی، به مسیح. مسیح خدایت ما است که در درون ما از خودش آگاه نیست به محض اینکه متولی بشود، از خودش آگاه می شود و از درون رحم ساختار فکری ما می آید بیرون چو مریم از دو صد عیسی شده ست آبست اندیشه، آبست یعنی آبستن. یعنی همه انسانها، دو صد یعنی زیاد، یعنی همه انسانها حامله هستند به مسیح، گفتم مسیح همین هوشیاری است که وقتی تو شکم مادر است از خودش آگاه نیست وقتی که بیاید بیرون می فهمد که مسیح است و از جنس خداست و ما هم همینطور. پیغام درد را بگیرید، وقتی گرفتار هستید وقتی در مانده هستید بدانید که

دریافت می کنید این پیغام را. درد ما را می پزد و تسلیم میکند درد ما را کمک میکند که بیزیریم، ما اول کله شقیم و نا فرمان هستیم و ستیزه جو هستیم و همه اینها درد ایجاد می کند. درد هم به ما کمک میکند و درد هم می پزد. درد ما را خم می کند ولی نباید ادامه بدهید تا بشکنیم. ما باید به دوستان و فرزندانمان هر کسی را که می بینیم، به آنها پیشنهاد کنید که این درد شما برای این است که شما حامله هستید به خدایبتان و موقع زایمانتان رسیده و درد به شما نشان می دهد که راهی را که شما می رفتید غلط بوده و آن راه من ذهنی و ستیزه بوده. نرو دیگر و این لحظه تسلیم بشو و بگو من این لحظه می خواهم تسلیم بشوم می خواهم با این لحظه و با خدا آشتی کنم و اولین قدم را هم من بر میدارم. شما که درد مند هستید نگوید که خوب حالا که این طوری هست یکی بیاید و به من کمک کند و دست من را بگیرد. تنها آدمی که دست شما را می گیرد خود شما هستید و باید پاشید و روی پای خودتان بایستید برای اینکه شما خود هوشیاری هستید و خودش، خودش را می زائوند و ماما هم لازم ندارید، ماما همین شعر ها هستند، این شعر ها را بخوانید و خودتان، خودتان را بزائونید. این هم یک تمثیلی بود که مولانا زد.

از آن چون زخم فصادی رگ دل خست اندیشه

چو شهد شمس تبریزی فزاید در مزاجم خون

شهد یعنی عسل مخصوصاً جای صاف عسل. یعنی شراب زندگی، شمس تبریزی همان فضای زیرین است. شمس این جهان و آن جهان. شما وقتی به حضور می رسید کاملاً، شما هم میشوید از جنس شمس تبریزی. وقتی شعاع شمس تبریزی، عسل صاف شمس تبریزی به مزاج من خون اضافه میکند، اینها همه حس کردنی است. مزاج اینجا، مزاج جسمی نیست، خون هم این خونی نیست که در بدن ما هست. یعنی وقتی من می خواهم زندگی کنم یک دفعه یک شادی و آرامشی در من دمیده می شود مزاج معنوی من، مزاج یعنی طبع ولی ما این مزاج را نمی توانیم ترجمه کنیم شما باید حسش کنید، وقتی که من به حضور می رسم و وقتی وارد دل می شوم و وقتی وارد فضای یکتایی می شوم یک دفعه میبینم که این عسل این شراب این شیرینی وارد مزاج من شد، حتی وارد این مزاج جسمی من شد یعنی هم فکر من و هم بدن من و هم هیجانان من همه از جنس آرامش و زیبایی می شوند و درست مثل اینکه یک آرامشی از فرق سر شما وارد می شود و نوک انگشتانتان خارج میشود. شهد شمس تبریزی فزاید در مزاجم خون انرژی می دهد به من و زنده میکند من را به این علت است که، فصاد یعنی کسی که رگ را میزند، خصت یعنی زخمی کردن و بریدن، می گوید برای همین است که رگ دل من را اندیشه زد. اندیشه بلد است که چه جوری سوراخ کند رگ آن هوشیاری چرکین و من دار و درد ناک بیرون بریزد و شما پر از شهد شمس تبریزی بشوید. یعنی پر بشوید از نور. اگر شما دردمند هستید و مرکز شما پر از درد است بدانید وقتش هست که هوشیاری و خدا و هر چیزی که اسمش را می گذارید پاره کند خون شما را و خون بد بریزد بیرون که خون خوب در شما جاری بشود. زخم بد نیست اگر درست تفسیرش کنید، درست معنی اش کنید. هر دردی که به شما وارد می شود این طوری بدانید که پیغام آور این هست که شما باید تسلیم بشوید، شما باید قبول کنید اتفاق این لحظه را، شما باید با زندگی آشتی کنید. اگر این پیغام را می گیرید شمس تبریزی شهدش را در شما وارد می کند و انرژی می دهد به تمام اعضای شما و هر چیزی که در

شما هست. بارها گفته ایم که به محض اینکه این اتفاق بیوفتد خرد زندگی می ریزد به فکر های ما، به اعمال ما. اعمال شما و فکر های شما را بار دار میکند. برکت زندگی در جاهای دیگر مولانا می گوید می ریزد به فکر ها و اعمال شما و از شما می ریزد به این جهان. این برکت هست که به وضعتهای شما سامان می دهد. پس وقتی دردمند هستید شما خیلی نزدیک هستید به اینکه این خدایت شما از شما زائیده بشود و این خون بد بریزد و این خون خوب جای آن را بگیرد. به شرطی که این پیغام متوقف کردن سنتیزه و کارهای من ذهنی را بگذارید کنار برای اینکه خست شما را زخمی کرده تا این خون بد از شما بریزد و این این پیغام را شما بگیرید. شما نگوئید که به من ظلم شده و درباره شکایت کنید. می دانید ما چطوری این را می پوشانیم؟ با شکایت، با خشم و رنجش. ما از همه می رنجیم و از خدا هم می رنجیم. من ذهنی از دویی گفتیم که یکی من کی خدا، ظلم میکند و من را یادش رفته، شکایت می کنیم و می رنجیم، این راهش نیست. درد پیغامش این است که تسلیم شو. درد پیغامش ان است که دستت را دراز کن با زندگی و خدا در این لحظه آشتی کن. قدمتت را بردار.