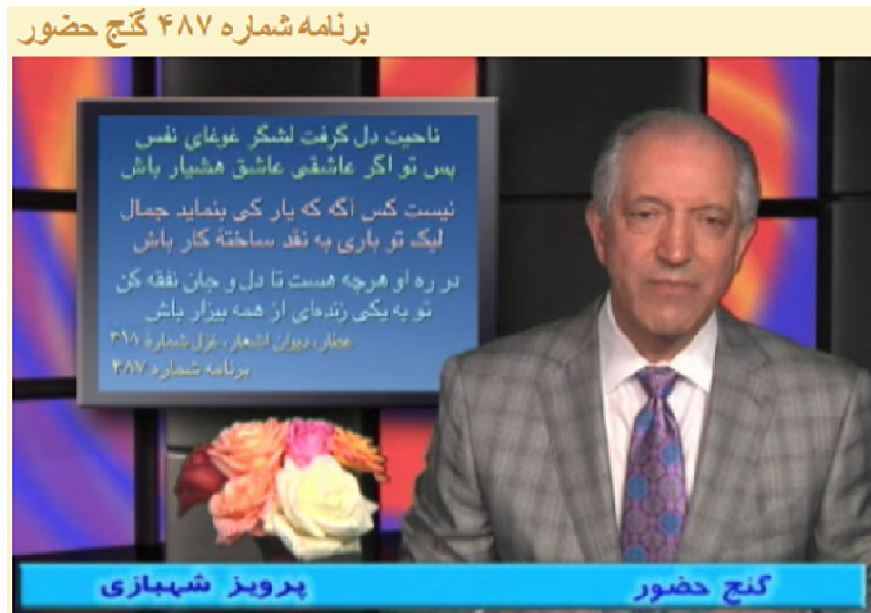


Program # 487



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۶۵۰

خوش بنوشم تو اگر زهر نهی در جامم
 پخته و خام تو را گر نپذیرم خامم
 عاشق هدیه نیم عاشق آن دست توام
 سنقر دانه نیم ایبک بند دامم
 از تغار تو اگر خون رسد همچو سگان
 گر من آن را قدح خاص ندانم عامم
 غنچه و خار تو را دایه شوم همچو زمین
 تا سَمِعْنَا وَاطَعْنَا کنی ای جان نامم
 ملخ حکم تو تا مزرعه ام را بچرید
 گر نگردم تلف تو علف ایامم
 ساقی صبر بیا رطل گرانم درده
 تا چو ریگش به یکی بار فروآشامم
 گویم شَشِیْپِی و چون پشه بی آرامی
 چون دلارام نیابم به چه چیز آرامم
 همچو دزدان ز عسس من همه شب در بیمم
 همچو خورشیدپرستان به سحر بر بامم
 مهر غیر تو بود در دل من مُهر ضلال
 شکر غیر تو بود در سر من سرسامم
 به زبان گر نکنم یاد شکرخانه تو
 کام و ناکام بود لذت آن در کامم
 خبر رشک تو می آرد اشک تر من
 نه به تقلید بل از دیده دهد پیغامم

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۰۲۹

آن یوسف معانی و آن گنج رایگانی
 خود را اگر فروشد دانی عجب خریدن
 کو مشتری واقف در دو دم مخالف
 در پرده ساز کردن در پرده‌ها دویدن
 ای عاشق موفق وی صادق مصدق
 می‌بایدت چو گردون بر قطب خود تنیدن

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۷۴۶

صورتی از صورتی دیگر کمال
 گر بجوید باشد آن عین ضلال

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۱۱

کدام دانه فرورفت در زمین که نرست
 چرا به دانه انسانت این گمان باشد
 کدام دلو فرورفت و پر برون نامد
 ز چاه یوسف جان را چرا فغان باشد
 دهان چو بستی از این سوی آن طرف بگشا
 که های هوی تو در جو لامکان باشد

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۱۹

غلام پاسبانانم که یارم پاسبانستی
 به چستی و به شبخیزی چو ماه و اخترانستی
 غلام باغبانانم که یارم باغبانستی
 به تری و به رعنایی چو شاخ ارغوانستی
 نباشد عاشقی عیبی وگر عیب است تا باشد
 که نفسم عیب دان آمد و یارم غیب دانستی

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۵۶۳

قصه بازرگان کی طوطی محبوس او را پیغام داد به طوطیان هندوستان هنگام رفتن به تجارت

ای عجب آن عهد و آن سوگند کو؟
 و عده‌های آن لب چون قند کو؟
 گر فراق بنده از بد بندگیست
 چون تو با بد بد کنی پس فرق چیست؟
 ای بدی که تو کنی در خشم و جنگ
 با طرب‌تر از سماع و بانگ جنگ
 ای جفای تو ز دولت خوب‌تر
 و انتقام تو ز جان محبوب‌تر
 نار تو اینست نورت چون بود؟
 ماتم این تا خود که سورت چون بود؟
 از حلاوتها که دارد جور تو
 وز لطافت کس نیابد غور تو
 نالم و ترسم که او باور کند
 وز کرم آن جور را کمتر کند
 عاشقم بر قهر و بر لطفش بجد
 بُوَ الْعَجَبِ مِنْ عَاشِقِ اَيْنِ هِرْ دُو ضِد
 والله ار زین خار در بستان شوم
 همچو بلبل زین سبب نالان شوم
 این عجب بلبل که بگشاید دهان
 تا خورد او خار را با گلستان
 این چه بلبل؟ این نهنگ آتشیست
 جمله ناخوشها ز عشق او را خوشیست
 عاشق کُست و خود کُست او
 عاشق خویشست و عشق خویش‌جو

قرآن کریم، سوره الفجر، آیه ۱۴

إِنَّ رَبَّكَ لَبِالْمِرْصَادِ
فَأَمَّا الْإِنْسَانُ إِذَا مَا ابْتَلَاهُ رَبُّهُ فَأَكْرَمَهُ وَنَعَّمَهُ فَيَقُولُ رَبِّي أَكْرَمَنِ
وَأَمَّا إِذَا مَا ابْتَلَاهُ فَقَدَرَ عَلَيْهِ رِزْقَهُ فَيَقُولُ رَبِّي أَهَانَنِ

ترجمه فارسی

یقیناً پروردگار تو در کمین گاه است.
پس اما انسان هنگامی که پروردگارش او را بیازماید و او را گرامی دارد و به او نعمت بخشد، (مغرور می شود)، می گوید: « پروردگارم مرا گرامی داشته است ». و اما هنگامی که او را بیازماید، پس روزی اش را بر او تنگ گیرد (ناامید می شود و) می گوید: « پروردگارم مرا خوار کرده است ».

ترجمه انگلیسی

Indeed, your Lord is in observation.

And as for, man when his lord tries him and [thus] is generous to him and favors him, he says, “ my lord has honored me “.

But when he tries him and restricts his provision he says,” my lord has humiliated me”.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۱

عاشق شدن پادشاه بر کنیزک رنجور و تدبیر کردن در صحت او

آن یکی خر داشت و پالانش نبود
یافت پالان گرگ خر را در رُبود

کوزه بودش آب می‌نامد بدست
 آب را چون یافت خود کوزه شکست
 شه طبیبان جمع کرد از چپ و راست
 گفت جان هر دو در دست شماست
 جان من سهلست جان جانم اوست
 درمند و خسته‌ام درمانم اوست
 هر که درمان کرد مر جان مرا
 برد گنج و دُرّ و مرجان مرا
 جمله گفتندش که جانبازی کنیم
 فهم گرد آریم و انبازی کنیم
 هر یکی از ما مسیح عالمیست
 هر آلم را در کف ما مر همیست
 گر خدا خواهد نگفتند از بَطْر
 پس خدا بنمودشان عجز بشر
 ترک استننا مرادم قَسْوَتیست
 نه همین گفتن که عارض حالتیست
 ای بسا ناورده استننا بگفت
 جان او با جان استنناست جفت
 هرچه کردند از علاج و از دوا
 گشت رنج افزون و حاجت ناروا
 آن کنیزک از مرض چون موی شد
 چشم شه از اشکِ خون، چون جوی شد
 از قضا سِرِ کنگبین صفرا نمود
 روغن بادام خشکی می‌فزود
 از هلیله قبض شد اطلاق رفت
 آب آتش را مدد شد همچو نفت

ای دل اگر عاشقی در پی دلداری باش
بر در دل روز و شب منتظر یار باش
دلبر تو دایما بر در دل حاضر است
رو در دل برگشای حاضر و بیدار باش
ناحیت دل گرفت لشگر غوغای نفس
پس تو اگر عاشقی عاشق هشیار باش
نیست کس آگه که یار کی بنماید جمال
لیک تو باری به نقد ساخته کار باش
در ره او هر چه هست تا دل و جان نفقه کن
تو به یکی زنده‌ای از همه بیزار باش
گر دل و جان تو را در بقا آرزوست
دم مزین و در فنا همدم عطار باش



با سلام و احوالپرسی برنامه گنج حضور امروز را، با غزل شماره 1650 از دیوان شمس مولانا، شروع می‌کنم:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۶۵۰

خوش بنوشم تو اگر زهر نهی در جامم

پخته و خام تو را گر نپذیرم خامم

پس، ما بعنوان هشیاری انسانی که همان هشیاری خدایی ست به خدا و خود، روی می آوریم. در واقع طنین این گفتگو را خود نیز می شنویم.

این گفتگو و راز و نیاز، بدقت بیدار کننده ست. بیداری از چه؟ بیداری از خوابِ ذهن.

" اگر زهر هم در جامم بریزی، به گوارایی و دلچسبی، صمیمانه، می نوشم.

و اگر انواع نعمت ها، رویدادها را، آنچه را که ذهن، مثبت و منفی، پخته و خام، قضاوت می کند، بدون قید و شرط و قبل از قضاوت نپذیرم، خامم. "

خام، جهت مخالف پخته ست. انسان خام، انسانی ست که هنوز در ذهن زندگی می کند و هشیاری جسمی دارد. زندگی را در اجسام جستجو می کند و در این لحظه بودن را نمی شناسد. فقط شدن را می شناسد.

هشیاری جسمی که مربوط به ذهن است، او را از پدیده های بیرونی آگاه می کند. بنابراین برکات اساسی

زندگی مثل حس امنیت و حس خوشبختی و موفقیت و به ثمر رسیدگی، را در بیرون و از چیزها و آدم های

دیگر، جستجو می کند. به هشیاری عشقی دست نیافته.

ممکن است این سوال مطرح شود که سرودن چنین غزلی توسط مولانا چه منظور و ضرورتی دارد و چه باید

از آن بیاموزیم که در عمل به کار گیریم؟

علت آن، ارتباط ما، ارتباط هشیاری انسانی فرم دار، به هشیاری خدایی بی فرمی ست که از آنطرف می آید.

قبلا" گفتیم:

وقتی از شکم مادر بیولوژیکی مان متولد می شویم، پنج حس جسمی (بینایی، بویایی، شنوایی، چشایی، لامسه)

و فکرمان به کار می افتد.

از آن به بعد، هر چه را که می بینیم و با هر چه که در ارتباط قرار می گیریم، بصورت فکر و تصویر

درآورده و جذب آنها می شویم.

بتدریج که جلو می رویم، بانک فکری تصویری ذهنی از تجربیات گذشته خود ایجاد می کنیم.

هر چه که می بینیم، و جذب آنها می شویم، بصورت فکر و تصویر در بانکی که در ذهن مان ایجاد شده آرشیو

و انبار می کنیم.

بتدریج که جلو می رویم با مجموعه تجربیاتی که کسب می کنیم، یک تصویر ذهنی از خود، می سازیم. این تصویر ذهنی که اصطلاحاً "به آن هویت فکری یا من فکری یا من ذهنی می گوئیم، "ما"، نیستیم. این من ذهنی، همان بانک داده ها، انبار شده از پدیده ها و موضوعات بیرونی، برای انسان از همان ابتدای ده، دوازده سالگی، پرده یا گلیمی می بافتد.

این گلیم فکری تصویری، این تابلوی پرنقش، ذهن ماست.

این گلیم، گل های متعدد و زیبایی دارد.

برخی از این گل ها برای ما بسیار مهم و خواستنی و بعضی دیگر بسیار زشت اند و مورد پسند ما نیستند.

این گلیم ما را فریب داده و می گوید: *این تابلو، همه زندگی و وجود و سرمایه توست.*

غافل از اینکه ما هشیاری ای هستیم که جذب نقش های این گلیم شده ایم و زندگی می خواهد ما را از نقش ها و رنگ های فانی و پاک شونده این گلیم که سخت به آن چسبیده ایم، بیرون بکشد.

در حالیکه گرایش و علاقه شدید ما، به گل های گلیم روز افزون است. می خواهیم گل ها و نقش هایی را که دوست نداریم کنده و پاک کنیم و به جای آنها گل ها و رنگ آمیزی هایی را که دوست داریم بگذاریم و گلیم و تابلوی تعریف کننده خود را کامل و زیبا تر کنیم.

و اما همانطور که امروز خواهیم دید، زندگی این سیستم فکری، این باشنده، این انسان تازه کار کم تجربه را محاصره کرده.

اگر این انسان، در خانواده و محیطی عشقی بزرگ شود، به او یاد خواهند داد که:

این گلیم و گل های رنگارنگ و متفاوت آن تو نیستی. اصل تو نیست.

تو خدایت و هشیاری ای هستی که فقط و الآن، جذب این گلیم و طرح هایش شده ای و قرار است که زندگی تو را از گل های این گلیم جدا و پس از بیداری، بعنوان هشیاری ناب، روی خودت قائم کند.

زندگی می خواهد از طریق تو، بوسیله تو، عشق و خرد و زیبایی خود را بیان و در این جهان پخش کند.

بنابراین تو این گلیمی که انواع گل ها و طرح ها و نقش ها را در بر گرفته، نیستی، نیستی.

پس، در ده، دوازده، بیست سالگی، آن فرد، آن انسان، متوجه خواهد شد که این گلیم و آنچه را که در بر دارد، اصل او نیست و باید خود را از هم هویت شدگی با این طرح ها و نقش های گلیم، بیزد و خود را بیرون بکشد، یا طبق آموزش هایی که دیده، و آموخته گلیم را تا نود سال دست نخورده حفظ و مراقبت و بر دوش بکشد.

اکثر ما آدم ها آن گلیم و محتویاتش را بر دوش گرفته و تا آخر عمر حمل می کنیم.

همینکه وارد این جهان می شویم، از نظر جسمی و دانش و تعلقات و ... شروع به گسترش می کنیم و من

ذهنی مان از هر گسترشی، به نفع خود سوء استفاده می کند.

اگر به نوجوانی بیآموزند:

من ذهنی از گسترش تو سوء استفاده می کند و این بزرگ شدن و مقایسه، غلو و توهمی ست، بیدار می شود و احتمالاً اجازه نمی دهد، مورد سوء استفاده من ذهنی اش قرار گیرد. به ندای زندگی که او را به سمت خود می خواند:

" ذهن ات را در اختیار من قرار بده. من از طریق تو فکرهای نیک می کنم. اعمال پر برکت انجام می دهم، بدن ات را سالم و از طریق تو خرد زندگی را بیان می کنم ".
ولی اینکار صورت نمی گیرد، چون ما در یک جامعه بیدار و عشقی زندگی نمی کنیم. معیار رشد، رقابت و مقایسه ست. من ذهنی برای برنده شدن در رقابت و مقایسه با دیگران، قرار می گیرد.
مثلاً با جلوتر رفتن، موقعی که نقش بعهده می گیریم، نقش همسری، نقش پدری یا مادری، نقش معلمی، نقش استادی، ... با این نقش ها، گل های گلیم، هم هویت می شویم.
ابتدائاً نیز، بلافاصله بعد از تولد، با اسمی که روی ما می گذارند، اولین مفهوم و تصویر و مشغله بیرون را به ما تحمیل می کنند و ما فکر می کنیم که این اسم تحمیلی، مساوی "من" است. این اسم، "من"، هستم.
به این من مفهومی، توهمی، موضوعات دیگر، همسر و بچه و مقام و پول و متعلقات و ... را هم بصورت فکر و تصویر روی گلیم مان اضافه و چسبانده و این من را بزرگ تر و مغرور تر می کنیم.
در حالیکه زندگی در کمین و ما را محاصره کرده.

هفته های قبل مولانا گفت: " جذب گلیم ذهن شدن، مانند همان دانه ای ست که در زمین زندگی کاشته شده.

تو بعنوان هشیاری در درون این ذهن یا این من ذهنی مثل یک دانه قرار گرفته ای.

برای دسترسی به استعداد و قابلیت و اسانس هشیاری ناب تو، خدا می خواهد این دانه را بشکافد. اما اگر تو بخواهی نقش ها و طرح های آن گلیم را کامل و اضافه کنی یا قالب دانه گی ات را حفظ و دست نخورده نگه داری، بر خلاف قانون زندگی عمل کرده ای که به بیداری تو کمک نخواهد کرد."

این مطالب را قبلاً توضیح داده و امروز هم یادآوری خواهیم کرد.

در حالیکه با این گلیم و تابلوی زیبا و نقش هایش مشغولم، سی ساله، همسر و بچه و حرفه ای دارم و در شرایط خوب و مناسبی بسر می برم، ناگهان زندگی، یکی از گل های گلیم ام را بیرون می کشد (موقعیت حرفه ای ایم تنزل پیدا می کند، همسر ترک ام می کند، عزیزی را از دست می دهم، ...)، فریادم بلند می شود:

چه شد؟ تا حالا خدا به من لطف داشت، حالا، لطف اش را از من دریغ می کند! این چه خدایی ست؟

همینکه گل مهمی کنده شد، دو راه دارم:

یا باید متوجه پیغام زندگی شوم،

یا بر این تصور می مانم که به من ظلم شده.

" چرا نتوانستم گلیم ام را کامل کنم؟ چرا گلی که برایم خیلی مهم بود، کنده شد؟ تمام زندگیم مقام بود، ثروتم بود، همسرم بود، حالا این ضایعه را چطور ترمیم کنم؟". اینجاست که شما بعنوان شاگرد مولانا، منتظر کنده شدن گلی که با آن هم هویت شده اید هستید. طبق روال خدشه ناپذیر زندگی:

تمام کسانی که به این جهان می آیند و با پدیده ها و اقلام این جهانی تصویر ذهنی می سازند و با داده ها، با گل های گلیم شان، هم هویت می شوند، زندگی برایشان کار و برنامه دارد و نمی تواند تا هشتاد سالگی، تصویر سازی ذهنی و افزودن گل های گلیم را بپذیرد. مولانا می گوید:

آماده باشید اگر تا پنجاه سالگی هم هویت شدگی با گل های گلیم را ادامه داده اید، با تمام دست آوردهایتان خوب یا بد هم هویت شده اید:

- به خود مفتخر می شوید: به به! چه گلیم خوش آب و رنگی، من اینم، اینها مال من است!.

- حس مظلومیت می کنید: به من ظلم شده، پولم را برده پس نداده، همسرم ترک ام کرده، بچه هایم رفته اند، نمک ام را خوردند، نمکدان شکستند، آی مردم به دادم برسید، آی خدا، تو چطور خدایی بودی! ... (اینها هم جزو گلیم اند. با اینها هم، هم هویت ایم).

ولی شما می دانید که هیچیک از گل های این گلیم نخواهند ماند. بیدار شوید و با زندگی همکاری کنید. اگر زندگی یکی از گل هایش را کند، شما هم گلی دیگر از آن را بکنید و بدانید که زندگی دنبال اصل شماست. می خواهد شما را از هم هویت شدگی هایتان بیرون بکشد.

هشباری وارد جهان مادی و سپس جذب اقلام ذهنی می شود. این اقلام ذهنی را بارها توضیح داده ایم، آنها را به سه دسته تقسیم کرده ایم:

باورها.

اقلام فیزیکی، مثل پول و خانه و مقام و همسر و ...

دردها و رنجش ها.

ما که خود را تصویر و مفهومی محدود و ذهنی شناخته ایم، این مقوله ها را هم بصورت فرم و فکر و صورت در آورده و به خود وصل کرده و با آنها که جزو نقش ها و گل های گلیم ام هستند، یکی شده و با یکی یکی آنها هم هویت شده ایم.

حال من و شما که اینجا نشسته ایم، می دانیم که طرح و برنامه مسلم زندگی این است که دانه به دانه، این گل ها را بکند، چکار می خواهید بکنید؟

می‌گوییم: این‌کنده شدن تلخ است. ذهن من با این اقلام هم هویت شده. زندگی این گل‌ها را برده و یا خواهد برد و من ناراحتم. پس، درد را هشیارانه می‌کشم: خوش بنوشم.

وقتی در بیست و پنج سالگی ازدواج می‌کردیم، خوش بودیم و می‌رقصیدیم، ولی حالا طلاق می‌گیریم. آنموقع غسل می‌خوردیم و حالا زهر مار می‌خوریم. الآن من بیدار می‌شوم. با زندگی صحبت می‌کنم.

در حالیکه می‌دانم من و زندگی یکی هستیم. یعنی پژواک و طنینِ ندای خود را می‌شنوم. با کسی کاری ندارم و همیشه نور افکن روی خودم است:

با گوارایی زهری را که به من می‌دهی، می‌نوشم.

آیا زندگی می‌تواند به ما زهر نلوشاند؟ نه نمی‌شود.

برای اینکه وقتی با ذهن هم هویت ایم، مثل فرعون، می‌زنیم، می‌بریم، می‌شکنیم، گوشمان به چیزی به کسی بدهکار نیست. ممکن است اتفاق بدی هم بیفتد. ممکن است گل‌های گلیم را بکنند و ممکن است تن مریض شود و قسمتی از بدن از کار بیفتد، اما می‌تازیم.

ناگهان، زندگی سراغمان آمده و گل مهمی را می‌کند، داد و بیداد راه می‌اندازیم.

ذهن به من می‌گوید که این اتفاق تلخ نباید روی می‌داد، چرا برای من این اتفاق بیفتد!؟.

مولانا می‌گوید: داد و بیداد راه انداختن ندارد. شما الآن بیدار می‌شوید. به خود بگویید:

ذهن من این رویداد را شخصی می‌کند. ذهن ما دائم به شخصی کردن موضوعات مشغول است. مثلاً" در ازدحام ترافیک، راننده ای جلوی ماشین ما می‌پیچد، سریع واکنش نشان داده و اعتراض می‌کنیم:

چرا این اتفاق برای من بیفتد!؟.

در حالیکه این فرد جلوی بقیه ماشین‌ها هم می‌پیچد.

علت این آشفتگی و واکنش منفی نشان دادن برای این است که تو خواب ماندی. در ده، دوازده سالگی متوجه نشدی که نباید با گل‌های گلیم هم هویت ماند.

یادمان باشد که در قصه‌های مولانا، یا در قصه‌های فرهنگی ما، مثلاً" در قصه یوسف، اسانس ما همان هشیاری ای ست که از آنطرف آمده. تمام چیزهای نیک در ماست. اما برادران یوسف، یوسف را به ثمنِ بَخس، مبلغ نازلی می‌فروشند. به چند سکه نقره.

ما را هم که از جنس هشیاری هستیم، در همان بدو تولدمان، مثل یوسف، پدر و مادر و اطرافیان و فامیل و مردم، برادرها، ما را می‌فروشند.

ما را به چاه هم هویت شدگی با فکرها و پدیده‌ها و چیزها، می‌اندازند.

ده، دوازده سالگی، نقطه عطفی ست برای بیداری ما، یا اینکه کلاً" یوسفیت و خودمان را می‌فروشیم.

یوسف را کاروانیان از چاه بیرون آوردند اما بعد برادران رسیدند و او را بعنوان نوکر خود، به قیمت بسیار ناچیزی فروختند. کاروانیان پول زیادی نداشتند، اما برادران، یوسف را با پول کم ارزش کاروانیان، چند سکه ناچیز نقره، معاوضه کردند.

ما یوسف مان را، هم خود و هم برادران مان، به قیمت نازلی فروختیم و فروختند. هیچکس یوسفیت و اسانس و اصل مان، هشیاری زنده کننده مان را به ما، نَشِناساند.

چرا به نقطه عطف، اشاره کردم؟

زیرا، ما دو بار متولد می شویم، یکبار بعد از نه ماه از شکم مادر بیولوژیکی مان، متولد می شویم و مادر دومی هم داریم که همین ذهن ایت و یوسفیت ما در شکم آن است، ذهن ما حامله ست.

دومین تولد ما، زاییده شدن از ذهن است.

همیشه جهان در جهان است.

وقتی که در فضای تاریک و محدود شکم مادرمان که خون می خوریم و درد می کشیم و فشار تحمل می کنیم، قرار داریم، اگر بگویند: " شما در داخل جهانی بسیار وسیع تر و زیبا تر و پر برکت تر دیگری قرار دارید، باورمان نمی شود ".

می گوئیم: جهان همین جاست.

وقتی هم وارد شکم ذهن می شویم عارفان یادآوری مان می کنند:

" اینجا برایتان تنگ است. خون دل می خورید و ناراحت هستید و در کینه و خشمگین و رنجیده و مضطرب اید. بایداز این جهان متولد شوید ".

همانطور که مدت نه ماه می توانستیم در شکم مادرمان بمانیم، اینجا هم مدت نه سال، پانزده سال، بیست سال می توانیم در توهم و در این فضای تنگ و تاریک و محدود بمانیم اما اگر بیشتر امتدادش دهیم، زندگی ناراضی خواهد شد و تلافی اش را در خواهد آورد.

کودکی که خود را با دوستش مقایسه می کند و می گوید من بالاتر و بیشتر از تو می توانم بپریم، پدرم قوی تر از پدرت هست، خانه ما بزرگ تر از خانه شماست، من از تو بهتر درس می خوانم، ... زندگی از او می پذیرد: " بپر، تطبیق بده، مقایسه کن. بازی های بچه گانه خوب است، دانه "من" ات را بساز ".

(چون ما اول آن دانه را می سازیم).

اما اگر آدمی هفتاد ساله بگوید: من بالاتر از تو می پریم، بچه من درس خوان تر از بچه توست، احترام سن و سال ام را نگه نداشتند، ... زشت است.

نشان می دهد که این هفتاد ساله آن نقطه عطف را متوجه نشده و از دست داده و یوسفیت او به مبلغ ناچیزی فروخته شد.

امروز هر یک از این ابیاتی که برایتان خواهم خواند، راهنمای این موضوع است. انگار از کوهی در حال صعود هستیم، در بعضی از نقاط فلش زده و علامتی زده اند که مسیر کدام طرفی است و مواظب باشید، فلان نقطه لغزنده است و ... این ابیات هم علامت راهنماست، سبب شناسایی و عدم لغزش شما در فرو رفتن بیشتر در چاله ذهن خواهد شد و شما را به فضای یکتایی هدایت می کند. ما باید از حصار ذهن بیرون برویم.

ابیات این غزل هم برای مراقبه و تعادل روحیه تان بسیار مناسب است. آنها را بارها بخوانید، قسمت هایی را که به دل تان می نشیند و دوست دارید، حفظ کنید، یادآوری می کند که چه اعمالی را انجام و از چه کارهایی پرهیز کنید.

پس، متوجه شدیم که ما یوسفیت خود را با چیزهای این جهانی و هم هویت شده گی هایمان، معامله کرده ایم. گلیم پر نقش و نگاری برای خود بافته ایم.

زندگی دنبال بیداری ماست.

با کندن هر گُل از مجموعه این گلیم، می خواهد ما را از خواب ذهن مان بیدار کند.

در فضا خوابِ ذهن، ما گل های گلیم مان را بیشتر شاخ و برگ می دهیم.

دانه گی خود را نیز محافظت و در پی درشت تر کردن آن هستیم. توجه نداریم که برای این منظور به این

جهان نیامده ایم. بلکه قرار بوده که برای مدت کوتاهی جذبِ ذهن شده و بعد بیدار شویم.

هشیارانه خود را از ذهن آزاد کنیم.

اما ما اینکار را نکرده ایم و هنوز به روش غلط خود ادامه می دهیم. حال با خواندن این اشعار بتدریج بیدار و آزاد می شویم.

وقتی اولین گُل و یا چند گل را از گلیم کندند، فوری نمی خواهیم جایگزین سازی کنیم.

وقتی گلِ گلیم کنده می شود، ممکن است مردم سراغمان بیایند و اظهار ناراحتی و تأسف و یا ملامت مان کنند،

اما نباید به اظهارات من ذهنی آنها بها داد. زیرا دانه ماندن تان را تقویت و تشویق می کنند.

مثلاً در بسیاری از ازدواج ها، دو منِ ذهنی، با هم زندگی مشترک شان را آغاز می کنند. هر یک به امید

آنکه دیگری می تواند خوشبختی و امنیت طرفِ مقابلش را تأمین کند. اما پس از مدتی، که هر یک سعی در

کنترل دیگری دارد بگومگو ها شروع می شود:

تو نتوانستی مرا خوشبخت کنی،

تو نتوانستی در پیشرفتِ این زندگی همکاری کنی،

اگر با تو ازدواج نکرده بودم الان در این وضعیت نبودم، دوستانم را ببین، تقصیر تو بود.

خانواده ات را ترجیح دادی، از من در مقابل خانواده ات دفاع نکردی، ...

بالاخره این ملامت ها و سرزنش ها به طلاق ختم می شود.

بجای بررسی اشکال در خود، و توجه به من های ذهنی خود، که باعث مسمومیت این رابطه ها می شوند، فوراً با جایگزین سازی، گلیم صدمه دیده را ترمیم می کنیم. فراموش نکنیم که من ذهنی برای بقاء خود نیاز به ایجاد درد دارد و برای رفع این نیاز، درد را همواره یدک می کشد.

در حالتی دیگر که جای خالی گلیم را نتوانیم تحمل کنیم، سراغ قرص و مشروبات الکلی و مواد مخدر و وسایل ارتباط جمعی مسموم می رویم.

هیچیک از این روش ها درست نیست. من ذهنی ما را به این نقطه می کشاند.

در این اثنا، برادران یوسف که از هر لحظه استفاده می کنند تا ما را داخل چاه نگهدارند، بصورت عده ای از مردم هم به سرمان می ریزند و دائم تحریک مان می کنند:

بدبخت شدی، کاشکی اینطور نشده بود، حق تو این نبود، ...

در پاسخ شان باید گفت: من آموزش های مولانا را دنبال می کنم، می گوید:

اگر زندگی زهر به جامت ریخت، بگو من می خواهم با گوارایی این زهر را نوش کنم.

این لحظه این واقعه را، هر چه را که زندگی برابم در نظر گرفته می پذیرم.

ما باید یک نفر، یک نفر، تک، تک، خودمان را بیدار کنیم. امروز مولانا برایمان توضیح خواهد داد.

آن هشیاری که پخته و خام، اتفاقات خوب و بدی را که ذهن قضاوت می کند، یکجا و بدون قید و شرط می پذیرد، هشیاری ای ست که دوباره به سوی زندگی جاری می شود.

اما اگر مقاومت کنیم و بگوییم: " من این زهر را نمی نوشم "، برنج، دوباره من ذهنی تقویت می شود.

شما نخواهید گلیم را اصلاح کنید. از گلیم سازی و تعمیر کاری گلیم، استعفا دهید. اگر چند گلیم کهنه شد، دقت کنید که چرا اینطور می شود؟ و دتان هم قیچی برداشته و هویت تان را از گل های این گلیم توهمی، با هشیاری در آورید. بکنید.

عاشق هدیه نیم عاشق آن دست توام

سنقر دانه نیم اییک بند دامم

وقتی شما تا حدی به زندگی که اصل تان است بیدار شده اید ولو اینکه مقداری هم هویت شدگی دارید، درد دارید، ولی اشکالی هم ندارد.

ما در حالیکه از جنس زندگی هستیم به زندگی می گوئیم:

من عاشق نعمت ها و هدیه زندگی نیستم، اینجا ننشسته ام بینم زندگی، خدا، چه کادویی به من می دهد، که اگر خوب است شکر کنم، بلکه عاشق دستش هستم.

می خواهم آن دست را ببینم. درک این نکته بسیار مهم است، برای عارفان و دین داران حقیقی، کسی که به حضور زنده شده، نعمت های زندگی، اتفاقاتی که می افتند، آنچه را که ذهن به صورت خوب و بد قضاوت می کند، مهم نیست. بلکه نکته قابل توجه، تمرکز بر دست زندگی ست.

سنقر (غلام) دانه نیم.

یک دام داریم، یک دانه.

من غلام دانه نیستم، بنده و عاشق دام تو هستم، این دام، همان دام خدا، فضای یکتایی ست. شما می توانید بپذیرید که ولو اینکه من ذهنی دارید، از جنس زندگی و عاشق زندگی هستید؟ زندگی فقط عاشق خودش است. یعنی شما عاشق خودتان هستید. نه بوسیله من ذهنی، بلکه بوسیله هشیاری.

هشیاری فقط عاشق خودش است. غیر از خودش هیچی نیست، همه در عدم و در معرض نیستی اند. گلیمی را که بافته ایم، از توهم است و متوجه آن نیستیم. هر لحظه به گلی از گلیم توجه داریم، لحظه بعد به گلی دیگر و لحظه بعد به گلی دیگر، و به همین ترتیب ...

همه حواس و نگاه مان، مشغول گلیم است. از گل های گلیم، که از جنس فکر و تصویر و توهم اند، حس امنیت و حس زندگی و خوشبختی می خواهیم. اما این گل ها، این هم هویت شدگی ها هیچگاه قادر نیستند آنچه را که دائم در طلب شان هستیم، به ما ارائه دهند.

یک من ذهنی تمام عیار محال است بتواند شکر کند. با ناقص شدن گل گلیم، ناراضی تر می شود: این گلم ناقص شد، آن یکی درست نشد، هنوز خانه نخریدم، خانه ام کوچک است، همسر خوب نیست، بچه ها به حرفم گوش نمی دهند، از کارم ناراضی هستم، دوستانم خوب نیستند، رئیس ام آنطوری ست، ... اینها همه گل های گلیم اند. که نمی توان دلخواه و کامل شان کرد، اما این بیچاره کمال را در تکامل گلیم می بیند. نقش ها و گل های این گلیم، تصویرهای ذهنی یا صورت های فکری، کادوهای زندگی اند. ما اصلاً "عاشق هدایای زندگی نیستیم، عاشق این فضای یکتایی هستیم و می دانیم که اگر من ذهنی داریم، طلبکاریم.

با یک درجه من ذهنی بهتر، در حالیکه آن من ذهنی سابق نیستم، حالا از نعمت هایی که به من داده شده قدرشناسی می کنم.

این حالت و وضعیت بهتر از آن حالت و وضعیت قبلی ست. الان می فهمم، همسر خوبی دارم، بچه های خوبی دارم، محل زندگی مناسبی دارم، بخاطر همین نعمت ها خدا، زندگی، را شکر می کنم. این شکر بهتر از ناشکری قبلی ست ولی کافی نیست.

این شکر مقدمه ای ست که می تواند ما را به خداییت خود، آشنا کند:

من بجز از زنده شدن به زندگی و زنده شدن به حضور را نمی خواهم.

این کادوهای زندگی، این صورت ها، گذرا هستند. به آنها نمی چسبم و آویزانِ شان نمی شوم، حواس ام هست که با از بین رفتن آنها، ابراز ناآرامی نکنم.

بخاطر وصول ام به خدا و زندگی، شکرگزارم. عاشقِ بندِ دام هستم. می خواهم در بندِ زندگی، فضای یکتایی، بیفتم و از آنجا بیرون نیایم. عاشق کادوها و گل های گلیم ام نیستم.

از تغار تو اگر خون رسدم همچو سگان

گر من آن را قدح خاص ندانم عامم

عام یعنی آدم معمولی و بدون بینش که در حصارِ منِ ذهنی ست.

در قدیم، تغار ظرف بزرگ ماست بود.

اگر این لحظه، از خزانه خدا، مثل سگان به من خون می رسد (البته به بیشترمان خون می رسد، در تمثیل، من ذهنی شبیه سگ است).

یعنی خدا، زندگی، دانه منِ ذهنی ما را محاصره کرده و در ابتلاء ایم، از هر فرصتی استفاده می کند تا ما را از آن محفظه بیرون بکشد.

به ما ضربه می زند تا این دانه را بشکافد. اما هنوز متوجه نیستیم و هنوز با عقلِ منِ ذهنی و منیت اقدام می کنیم. و با ادامه آن اوضاع بدتر می شود.

اگر از خزانه تو به من استرس و ناراحتی می رسد و می رنجم و برایم اتفاقات بد رخ می دهد، اگر آن را قدح خاص نبینم، اگر آن قدح پُر شرابی را که مخصوص من در این لحظه ریخته شد، با جان و دل سر نکشم،

پذیرش و تسلیم و توکل نداشته باشم، پس، مانند فردی عامی و بدون بینش، در حصارِ منِ ذهنی ام.

پس بعبارتی باید، هشیارانه درد بکشید.

بدون دردِ هشیارانه نمی توانیم به حضور برسیم.

وقتی به این جهان می آییم با پدیده ها و موضوعات و موقعیت ها و متعلقات مادی و فیزیکی و باورها و

چیزهای مختلف، هم هویت می شویم، با جان و دل به آنها می چسبیم، یکی می شویم.

کم کم متوجه از بین رفتن این دلبستگی ها و تغییر برخی دیگر از جمله جسم مان می شویم.

دانشمندان غلط بودن باورهایمان را اثبات می کنند.

آنموقع تمام هویت ما متزلزل می شود.

در کشور های بلوک شرق، سیستم فکری کمونیسم، جواب معضلاتِ جامعه نبود و سقوط کرد. عده زیادی که با

این باورها شدیداً "و کاملاً" هم هویت بودند، خودکشی کردند.

ما فقط به اقلام فیزیکی و درد هایمان نجسبیدیم، باورها هم خیلی مهم هستند، آنها را نباید دستِ کم گرفت. وقتی

زیر پای باورها خالی و ناگهان به خود ما ثابت می شود که غلط اند، چه کنیم؟ خود را از بین ببریم؟

چرا بیدار نمی شوید و بگویید: " من باورهایم نیستم "

پس، این درس را از مولانا می گیریم:

هر شرابی که الان مولانا به ما می دهد، شراب خاصی ست که خاص ما تهیه شده و این اتفاق بهترین اتفاقی ست که در این لحظه بر ایمان رخ می دهد.

اعتراض و مقاومت نکنید تسلیم شوید. شراب را بنوشید.

اگر ذهن تان امان نمی دهد درد هشیارانه بکشید. صبر کنید. صبر.

صبر قانون جبران است، قانون مزرعه ست. باغبان درختی می کارد، صبر دارد و می داند که نمی تواند درخت را همین حالا بکارد و نیم ساعت دیگر میوه آن را بچیند. این نهال باید پروسه رشد خود را طی کند. خورشید به آن بتابد. من هم بعنوان باغبان، کود آن را تهیه کنم، بیل بزنم، علف های هرز را مانند پرهیز از اطرافش دور کنم، باغبانم.

پس من، این قرار را با خود می گذارم:

در این لحظه، بهترین حضورم را به زندگی ارائه می دهم.

من، شما، همه ما اینطور می گوئیم: " 10%، 20%، نمی دانم تا چند درصد، اما می دانم که آدم خاصی هستم " .

در هر حالی، **بهترین حضور، بهترین فکر، بهترین عمل ام را در به لحظه ارائه می دهم.**

به گوشه ای نمی خزم، باید کار کنم.

بهترین فکر از حضور و بودن، زاییده می شود.

حالا، من ده درصد، بیست درصد، حاضر و از جنس بودن و از جنس زندگی هستم. از همان بیست درصد، بودن، استفاده کرده و بهترین فکرم را و بهترین عمل ام را انجام می دهم و می دانم که طی این مسیر ممکن است مرتکب اشتباهی هم بشوم، اما، مولانا به مقوله ای بنام حزم (احتیاط و مصلحت اندیشی - دوراندیشی) هم تأکید می کند.

اینطور نیست که جهان بیرون را رها کرده باشم، در رابطه با امورات جاری روزمره ام با متخصص های

مربوطه در بیرون هم مشورت می کنم، کارهای قانونی، با یک وکیل، مسائل مالیاتی با یک متخصص

مالیات، مسائل رابطه ای دارم با یک مشاور، و تا آنجا که مقدور است از خرد انسان های با تجربه هم استفاده

می کنم اما مسلم می دانم که هشیاری حضور، بهترین یارم است و خرد هم از همانجا می آید.

مشاورت دیگران را هم با او می سنجم و می دانم. کسی را ملامت نمی کنم و زیر نور افکن و دقت و توجه به

خود هستم. با کسی هم کاری ندارم و اگر کسی از کنده شدن گل های گلیم ام با ابراز ناسپاسی از زندگی در

مسیر بیداری ام مانع ایجاد کرد، او را به خود سپرده و دنبال آموزش های مولانا را می گیرم.

حال، چند بیت از مثنوی خواهیم خواند که مثل علائم راهنما هستند و به جهت مسیر توجه مان می دهند.

در مورد یوسف صحبت کردیم.

الآن شما می گوئید: فهمیدم، من یوسف ام را فروخته ام. حالا مولانا می گوید:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۰۲۹

آن یوسف معانی و آن گنج رایگانی

خود را اگر فروشد دانی عجب خریدن

کو مشتری واقف در دو دم مخالف

در پرده ساز کردن در پرده ها دودین

ای عاشق موفق وی صادق مصدق

می بایدت چو گردون بر قطب خود تنیدن

حالا، ما پنجاه سالمان شده و می بینیم که یوسف مان را فروخته ایم. حالا دوباره باید یوسف مان را بخریم.

آن یوسف معانی، آن حضور را که اجازه دادیم جذب چیزهای این جهانی شود و دوباره نخواستیم بدستش

آوریم.

آن یوسف معانی، آن گنج خدایی و رایگان، اگر خودش را به ما بفروشد شما بلدید آن را بخرید؟

می دانید قیمت آن چند است؟

قیمتش تمام هم هویت شدگی های شماست. تمام گل های گلیم تان است که با آنها هم هویت آید. معنی آن نیست

که باید تمام اموال تان را از پنجره بیرون بیندازید، نه. ولی قسمتی از آن گل ها، دردها و نقش های تان است،

نقش پدری، مادری.

امروزه ما می بینیم مادری شصت سالش شده، از نقش مادری اش هنوز هویت می گیرد و برای فرزند چهل

ساله اش دکتر یا مهندس بسیار خردمند، تعیین تکلیف می کند: " من مادرم، بهتر می دانم ".

چنین چیزی نیست. این غلط است. شما با نقش مادری یا پدری هم هویت آید.

نقش یکی از گل های آن گلیم است، می خواهید یوسفیت خود را دوباره بخرید، گل ها را باید یکی یکی بکنید.

الگوها را از قدرت بیندازید.

حالا می گوید: مشتری واقف کو؟ واقعا کم اند.

شما مشتری آگاه هستید؟ یوسف را می شناسید؟ اصل تان را می شناسید؟ حاضرید برای آن پول بدهید؟ حاضر

هستید در مقابل اش دردها و کینه های تان را بدهید؟ حاضرید نقش تان، نقش مادری تان را بدهید؟ فرزندتان را

آزاد بگذارید؟ نه، حاضر نیستید.

پس؛ شما مشتری یوسف نیستید. مشتری واقف آن است که از یوسف آگاه است. ما آن موقع یوسف را نشناختیم و مجانی رهایش کردیم. برادران مجبورمان کردند، آنطور یادمان دادند.

اصلاً "بهترین چیز همین یوسفیتِ زندگی ماست. اصلاً" برای همین آمدیم که شما هشیارانه خودتان را از این گلیم پر نقش و نگار، بیرون بکشید. هشیارانه.

دردِ هشیارانه به شما کمک می کند. شما می گوئید:

من الآن می دانم که با گلی از گلیم ام که کنده شده، هم هویت بودم و الآن درد دارم. درد می کشم.

درد را می بینم، اما قرص نمی گیرم و این درد را آگاهانه و با صبر تحمل می کنم. می دانم که هر گلِ این گلیم، فرصتی ست برای رهایی از ذهن.

دردِ هشیارانه کشیدن برای یوسفیت، درد را زیاد نمی کند.

اما آدم مریض و من ذهنی می گوید: درد کشیدن را چیز خوبی می داند و از آن طریق با مظلوم نمایی باز در جهت کسب گلی دیگر برای گلیم اش یا در صدد تعمیر یکی از گل های گلیم است.

شما هشیارید که این گل باید می رفت، دست شما نبود.

در رابطه با مقوله **بخشیدن**، قابل ذکر است: ما خیلی روی بخشیدن تأکید می کنیم.

مردم می گویند:

هر چند فلانی خیلی ظلم کرده بود اما لطف کردم و او را بخشیدم.

این عبارت، درست نیست. این نوع برخورد مربوط به من ذهنی ست. می دانید بخشیدن یعنی چه؟

مثلاً "ما می گوئیم: من همسر را که به من ظلم کرده بود، بخشیدم.

بخشیدم یعنی: شناسایی می کنید، متوجه می شوید، می فهمید، آموغ که رنجیده بودید، اشتباه کردید.

برای اینکه شما که یک کیفیتِ فضا گشا بودید، آموغ، همسران هر کار می کرد، شما باید فضا را باز می

کردید و نمی رنجیدید. آن رنجش را هم تا به حال، آب و کود نمی دادید، نگه نمی داشتید. این اشتباه شما بوده.

الآن هم که بیدار می شوید اشتباه خودتان را شناسایی می کنید نه اعمالی که او انجام داد. نه. نگویید:

" او بیاید معذرت خواهی کند تا من ببخشم ". نه.

شما این اشتباه را در خود شناسایی می کنید: " من فضا گشایی بودم، مثل آسمان بودم، من آسمان وجودم را

بستم و رنجیدم، الآن می فهمم که باید فضا را باز می کردم و نباید می رنجیدم و او هر کاری که می خواست

انجام می داد، ستیزه می کرد، فحش و واکنش نشان می داد، ولی من نمی رنجیدم، فضا را باز می کردم ".

آموغ، به این موضوع آگاه نبودید و اشراف نداشتید، حال که فهمیدید، یاد گرفتید. پس، اشتباه خودتان را

شناسایی و آن اشتباه را رفع می کنید. هشیاری حضور، زندگی، هر لحظه کرامت خالص و بخشش است.

این اسمش بخشیدن است. طبق این معناست که شما بخشیدید.

بخشیدن این نیست که خود را در سطح بالا احساس کنید که می توانید یکی را ببخشید و دیگری را نبخشید، نه. این که همین فرعونیت است. شما بدانید دو دم مخالف داریم:

ذهن، جسم، که به سمت جسم می رود.

هشیاری، که به سمت هشیاری می رود.

شما اگر به هشیاری حضور زنده شده باشید، مثلاً، "الآن چیزی بیان می کنید، چون دیگر از جنس حضور هستید ولو اینکه به ذهن هم بروید پس از مدتی جمع و جور شده و به فضای یکتایی برمی گردید.

ولی اگر احتمالاً "الآن از جنس جسم و ذهن و فکر و هویت ذهنی هستید و از آن گلیم هویت می خواهید و دائماً آن را تماشا می کنید، ولو اینکه به یک علتی یک ذره شما به ناظر گلیم تبدیل شوید، دوباره جذب گلیم می شوید. برای اینکه از جنس جسم هستید و هشیاری جسمی دارید.

دو دم مخالف، دو بیان مخالف، دو گویش مخالف: یکی ذهن است و یکی حضور.

آیا می شود ما به حضور زنده شویم؟

در پرده اصلی، در پرده فضای یکتایی، ساز کنیم؟ در آن پرده بنوازیم و از آن سکو به پرده های ذهن، پرده های مختلف مادی، پرتاب شویم؟

شما اگر مشتری واقف باشید می دانید که یوسف هستید و باید به فضای یکتایی حرکت کنید.

پرده یکتایی را ساز و از آنجا به سمت پرده های مادی بدوید. اینکار را می خواهیم بکنیم.

نمی خواهیم گلیم خوبی درست کنیم. نه اینکه نمی خواهیم بیافرینیم ولی گلیم، محدوده راحتی و آسایش و رفاه شما هم هست. این گلیم، گلیم کنترل هم هست، در این گلیم بچه ها و همسر هم هستند. اگر بچه های من کمی دور شوند، فریادم بلند می شود. برای اینکه احساس عدم امنیت می کنم. همسر هم زیر کنترل من است، آن یک دایره حرکت دارد و آنها را هم من تعیین می کنم وگرنه، وضعیت گلیم به هم می خورد.

تعادل گلیم به هم بخورد من بیچاره می شوم. این درست نیست.

ای عاشق موفق، عاشق موفق کیست؟ اولاً "که ما انسان ها، در بین همه باشند گانی که عاشق زندگی هستند، موفق ترینیم. همه، حتی درخت ها عاشق زندگی هستند، ولی ما عاشق موفق هستیم. ما خود او هستیم، خیلی شل به ذهن چسبیده ایم.

خیلی سست و ناپایدار در ذهن گیر هستیم، با ذره ای بیداری، زندگی، قابله همیشه آماده، ما را از رحم ذهن، بیرون می کشد، می زباند.

ما عاشق موفقیم و صادق مُصدق. یعنی یک راستی بی نظیر تأیید شده خدایی هستیم. خدا مهر تأییدش را روی ما زده، البته در ذهن، دروغین شده ایم. دروغ هم می گوئیم.

این گلیم را کاملاً نمی شود درست و کامل کرد، مقداری از آن را هم باید با دروغ ترمیم کنیم.

صد هزار دلار پول داریم، می‌گوییم: دو میلیون دلار داریم. چیزی را نمی‌دانیم، تظاهر می‌کنیم می‌دانیم. گلیم قشنگ مان را به دیگران نشان می‌دهیم و مردم هم آن تأیید می‌کنند، ما خودمان هم باورمان می‌شود که گلیم ما قشنگ است. باور مردم را برای باور و تأیید خود لازم داریم.

در واقع می‌دانیم که خودمان را دوست نداریم، برای اینکه اگر کسی خودش را دوست داشته باشد، دروغ نمی‌گوید. زندگی عاشق خودش است. شما همینکه از جنس هشیاری حضور شدید دیگر دروغ نمی‌گویید. برای اینکه اتفاقات، آن هدیه‌ها، آن چیزهایی که در بیرون از آنها هویت و زندگی می‌گرفتید تمام می‌شود.

ما واقعا" راستین و تأیید شده زندگی هستیم، حالا این راستین، این هشیاری حضور، همین که اصل ماست در ذهن گیر افتاده باید بیرون بیاید و خودش را حول خودش بتند.

از اینجا ما می‌فهمیم که واقعا" من ذهنی و آدم‌های من ذهنی و برادران یوسف که ما را محاصره کرده اند نمی‌توانند به ما کمک کنند.

ما باید از طریق تسلیم (بیت اول از تسلیم می‌گوید)، تسلیم یعنی پذیرش اتفاق این لحظه بدون قید و شرط قبل از قضاوت، که یک مقدار از آن هشیاری را که از آن جنس هستیم، آزاد می‌کند، و از آن جنسی می‌شویم که قبل از وارد شدن به ذهن بودیم، از جنس هشیاری شویم.

این دفعه از خودمان آگاهیم، هشیاران، هشیاران، حول آن رهایی، می‌گردیم. در حال زبایندن خود هستیم. هشیاری ای که بزرگ می‌شود و تبدیل به بی‌نهایت و به فضایی که همه چیز را در درون خود جا می‌دهد. اتفاقات زندگی شما در داخل آن فضا رخ می‌دهد.

ما می‌توانیم بپذیریم که مثل آسمان هستیم، آسمان، فضای خالی ست و اتفاقات مثل ستاره هایش هستند.

ما اتفاق نمی‌افتیم، اتفاقات درون ما می‌افتند. ما از جنس اتفاقات نیستیم. ما باید مثل گردون، مثل آسمان که حول خودش می‌تند و از ستاره هایش پیروی نمی‌کند، باشیم. اینها هر کدام به ما یک مسیر را نشان می‌دهند و از شناسایی خود و آن مسیر شما راه را پیدا می‌کنید.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۷۴۶

صورتی از صورتی دیگر کمال

گر بجوید باشد آن عین ضلال

این هم یک علامت ست.

اگر من ذهنی بعنوان صورت، فرم، از صورتی دیگر درخواست کمال کند، این کار گمراهی محض است.

یعنی مخلوق ذاتا" نمی‌تواند به مخلوق دیگر کمال بخشد، زیرا کمال از خالق است.

وقتی ما بعنوان هشیاری اولیه جذب ذهن شدیم، یوسفیت را فروختیم و جسم و صورت شدیم.

این هشیاری باید از زهدان ذهن مجدداً متولد شود. بعد از این تولد، باید رشد کرده و گسترده و کمال یابد و ریشه بی نهایت پیدا کند. از نظر من ذهنی، گلیم باید کامل شود. از نظر من ذهنی این دانه هشیاری را که خدا در سطح ذهن کاشته، باید دانه بهتر و درشت تری شود. و این در حالی ست که مقصد دانه کاشته شده در زمین، شکافته شدن است. ما هم الآن شناسایی کردیم که تمام الگوها و گل های این گلیم که دائماً حواس مان به آن است، در حال گذر و فرو ریختن اند. جسم ما هم یکی از آن گل هاست. گاهی اوقات خیلی هم با آن هم هویت ایم. مخصوصاً اگر قوی و جوان و خوشگل باشیم. شما الآن متوجه می شوید که اگر من ذهنی دارید نمی توانید از صورت دیگری مثلاً " همسران کمال بطلبید. او نمی تواند به شما کمک کند که به گنج حضور برسید، برکات زندگی را به شما نمی دهد. از حالا به بعد، از همسران شکوه نمی کنید: " چرا مرا خوشبخت نمی کنی، چرا به من حس امنیت، حس موفقیت و حس به ثمر رسیدگی نمی دهی، چرا قدر مرا نمی دانی "، ... این هم یکی از طلبکاری هاست. هیچ انسان دیگری نمی تواند ما را به حضور برساند. فقط هشیاری درون ما از طریق تسلیم یا همین پرهیز و شکر و تسلیم و صبر و رضا، آرام آرام از من ذهنی زاده می شود. شما به گل های گلیم تان که نگاه می کنید، همه صورت اند. هیچکدام شما را به کمال نمی رسانند. از حالا به بعد به گل ها و نقش و نگار های این گلیم نگاه نمی کنید. از کسی طلبکار نمی شوید: " دیگران، عرفا یا کسانی که رهبران مذهبی ما بودند و ما را به جایی نرساندند "، ... شکایت و ملامت نمی کنید، اگر صورتی از صورتی دیگر کمال بطلبید، کمال جستجو کند، عین ضلالت و گمراهی ست. یعنی، گم کردن خود، در فکر و توهم و تار و پود آن گلیم است. ما در اضطراب و نگرانی و ترس صدمه دیدن گل های این گلیم بسر می بریم. در این تصور غرق ایم که اگر مثلاً: " این گل و آن گل این گلیم صدمه بخورد، چکار کنم "؟. ما از گل های این گلیم کمال جستجو می کنیم. رسیدن به کمال با گل های این گلیم، امکان پذیر نیست. ممکن است که جوان بیست ساله نداند، اما شما می دانید که یک قسمت آن را درست می کنید، یک جای دیگر آن کج می شود. اگر زندگی را به اندازه کافی تجربه کرده و پنجاه، شصت ساله باشید حتماً می دانید، که شما نمی توانید صدمات این گلیم را کامل و ترمیم کنید، جایی را مرمت می کنید، گوشه ای دیگر، به هم می ریزد، در سطح صورت و فرم، کمال وجود ندارد، نباید جستجو کنید. اصلاً " جستجوی کمال، در سطح جسم و صورت و نقش، گمراهی ست.

پس ما، در فُرم کمال را جستجو نمی کنیم.
 بعد از این هر روز، طبق این علامت راهنما، اگر دیدیم طلبکار کمال هستیم یعنی از کسی انتظار داریم که در
 به حضور رسیدن ما را کمک کند، یا برکات زندگی مثل حس امنیت، حس خوشبختی، حس زندگی را به ما
 بدهد، آنجا متوقف می شویم.
 انتظار، نقطه لغزش و پرتگاه است.
 توقع و انتظار کمال از انسان های دیگر، از پول و متعلقات تان، مرز لغزش است.
 وقتی توقع و انتظاراتی که از دیگران دارید برآورده نمی شود و نتیجه نمی دهد، می رنجید، خشمگین می شوید
 و به تله می افتید.

شما فکر می کنید ما چطور گیر افتادیم؟
 یکی از عوامل گیر افتادن، همین توقع و انتظار است.

در سمبلیسم دانه، گفتیم: باغبان دانه را زیر زمین می کارد.
 شما، همه، یوسفیت خود را فروختید و فروختند. چگونه؟
 این یوسفیت چه شد؟
 جذب فرم شد.

فرم، که اسانس و یوسفیت ما را احاطه کرده، مانند یک دانه است.
 دانه ای که اسانس و یوسفیت ما در آن پنهان است.
 حال، بجای اینکه اجازه دهیم این دانه شکافته شود، مقاومت کرده و مانع ایجاد می کنیم.
 خدا می خواهد این دانه شکافته شود.
 بعضی از مواقع، گل های گلیم مان را می کند یا ضربه ای به این دانه که زیر زمین است، می زند.
باید بدانیم:

خدا ما را مثل دانه زیر زمین کاشته که:
 در زیر زمین شکافته شده و بعد جوانه بزنیم.
 اگر شما می گوئید که نه چنین چیزی نیست دانه جوانه نمی زند، انسان جوانه نمی زند، اگر انسان جوانه می زد
 پس بعد از اینهمه سال چرا هنوز آدمی اینجاست، در این نقطه از تکامل خود است؟ ... "نه"
 انسان ها یکسری اشتباهات را در طول تاریخ مرتکب شده و نسل به نسل به هم منتقل کرده اند.
 عرفا متوجه شده اند، مثلاً "مولانا، خواسته و می خواهد ما را متوجه می کند.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۱۱

کدام دانه فرورفت در زمین که نرست

چرا به دانه انسانیت این گمان باشد

کدام دلو فرورفت و پر برون نامد

ز چاه یوسف جان را چرا فغان باشد

دهان چو بستی از این سوی آن طرف بگشا

که های هوی تو در جو لامکان باشد

پس ما، یکبار بعنوان هشیاری به این جهان آمدیم و سپس در دانه من ذهنی مستقر شدیم.

این دانه در زمین خدا کاشته شده.

وقتی هم این تن می میرد، جسما" می میریم، دوباره در زمین کاشته می شویم.

مولانا به هر دو کاشته شدن اشاره دارد.

کدام دانه به زیر زمین رفت و زمین، مثل دایه آن را پرورش نداد و جوانه نزد و بیرون نیامد؟

(در صورتی که آب و کود به آن بدهند - خدا هم به ما آب و کود می دهد).

تو چرا به دانه انسان این شک را داری؟ شما از خودتان بپرسید چرا شک دارید؟

از این به بعد، شما به خودتان شک نمی کنید: " من بی عرضه و بی لیاقت که خدا و بنده بر سرم زده، من به

حضور برسم!؟

این تصورات من ذهنی ست.

من ذهنی وقتی صحبت رسیدن به فضای یکتایی می شود، عقب می کشد و می گوید: " من لیاقت ندارم ". جایی

دیگر که من ذهنی را نمایش می دهند فرعون می شود: " از من بهتر نیست ".

نه. هر دو غلط است.

ما در جهان مادی هم جایی داریم و باید این تعادل حفظ شود. اما از نظر زندگی همه ما انسان ها لیاقت متولد

شدن از ذهن و زنده شدن به حضور و وارد شدن به فضای یکتایی را داریم و این مقوله ای ابر انسانی نیست،

حالت طبیعی ماست مثل بچه ای که طبیعی ست که از شکم مادر متولد شود. حالت طبیعی ست که بچه چهار

دست و پا راه برود و کناره میز را بگیرد و یکبار به راه بیفتد و حالت طبیعی یک بچه ست که خودش خود را

راه ببرد و راه رفتن را یاد بگیرد، حالت طبیعی یک بچه ست که زبان باز کند.

این کارها را ما نمی کنیم.

پس حالت طبیعی بشر است که اگر برادران یوسف بگذارند، از شکم ذهن هم متولد شود و ریشه بی نهایت پیدا

کند. مولانا مثال می زند:

کدام دَلو فرو رفت و پُر برون نامد؟
 دَلوی را که با طناب به ته چاه می فرستیم، پُر نمی شود و بالا نمی آید؟ حتماً پُر می شود.
 ما هم دو بار ته چاه می رویم:
 اولین بار افتادن در چاهِ فکری ست که در همین ده، دوازده سالگی، توسط برادران یوسف همه ما در آن می
 اُفتیم.
 دومین چاه هم وقتی ست که می میریم و جسم مان در چاهِ زمین، در باغچه زندگی کاشته می شود.
 نگران نباش، تو از جنسِ نامیرا هستی، جایی کاشته می شوی که رشد کنی و بالا بیایی.
 شما اگر دهان تان را از این جهان بستید، اگر چشم را از این جهان و گل های گلیم برداشتید، آنطرف باز می
 کنید، در آن سو باز می کنید.
 وقتی حس های جسمی و مادی مان را با آگاهی مهار می کنیم، حس های غیر جسمانی مان آغاز به کار می
 کنند. صداها و ندای زندگی را می شنویم. نادیده های فرا جسم را می بینیم.
 به سمت هم جنسان خود کشیده می شویم. حس یگانگی و وحدت با دیگر باشندگان جهان هستی، در تمام
 لحظات زندگی مان موج می زند.
 با اتصال به جهان فراوانی هیچگاه کم و کسر نخواهیم داشت و ریسمان جهش از چاه ها همیشه در دسترس و
 مسافران سبکبار و سبکبال، همواره در سلامیم ...
 می پرسید: کدام جهان؟ من باورم نمی شود.
 درست مثل آن بچه ای که در شکم مادر به او بگویند: تو در جهان دیگر خواهی بود که خورشید هست، مادر
 هست، بستنی و شیرینی هست، گل و باران و دوست، هست، باور نمی کند.
 حال اگر به ما هم که در قالب ذهن و در جهان فرم هستیم، بگویند:
 این جهان فرمی، ذهنی که شما می بینید، در جهان بزرگتری از قرار و آرامش و فراوانی و تعادل دارد،
 باورتان نمی شود.
 اگر از زهدانِ ذهن، زاییده شوید می بینید، متوجه می شوید که این جهان در جهان دیگری ست. فضای بی
 نهایی و بی نیازی و فراوانی و آرامش و تعادل و شادی و وحدت.
 ولی چون پیوسته چشم تان به گل های گلیم و حرف های جهان فرم و ذهن بوده، گوش و چشم و دل به پیغام
 های پنهان بسته بوده.
 دهانت را بستنی از ... ،
 اگر شما هویت تان را از فرم ها، از گل های این گلیم، بیرون بکشید و از ذهن زاییده شوید، آگاهانه بمیرید،
 جسماً" بمیرید و یا از هم هویت شدگی ها دست کشیده و آگاه بمیرید، فرقی نمی کند، حس های فرا سوی شما،

حس های غیر جسمی و غیر ملموس شما، به آنطرف باز می شود.

های و هوی تو، بیان تو و نواختن آهنگ های زیبای تو، میدان رقص تو، در جو لامکان است.

جو لامکان، فضای یکتایی این لحظه ست.

ولی حال، ما به اقلامی چسبیده ایم که ذهن به ما نشان می دهد. این پرده ذهن را عرفای ایران، پرده پندار می نامند. پرده پندار همان تصاویر و فکرهای چسبیده به گلیمی ست که همواره آن را پیش رو داریم، نگاه و با خود حمل می کنیم.

امروز حداقل از مولانا این مطلب را یاد می گیریم که اگر گل های گلیم مان در حال کنده شدن است، بجای گریه زاری و بالا پایین پریدن، آرام بنشینیم و تأمل کنیم:

" از جنس هشیاری هستیم و زندگی می خواهد دانه ما را بشکوفاند. می خواهد که دانه ما جوانه بزند "

در پاسخ به مردمی که می گویند: کمرت شکست!

بگویند: دنبال کار خودتان بروید.

شما دانه ای بودید که در زمین خدا کاشته شده اید. با تسلیم و توکل، جوانه می زنید.

این جوانه، مقدمه حضور هشیارانه ست.

حضور هشیارانه ای که لیاقت اش را دارید. مختص آدم های استثنایی نیست، حق شما و روال طبیعی تکامل شماست. ولو اینکه ذهن این کار را یک عمل آبر انسانی نشان می دهد.

خرد زندگی بوسیله انسان به حضور رسیده که شما هستید، متولد می شود.

شما هم تا به حال به درجه ای از هشیاری حضور زنده شده اید، وگرنه به این برنامه گوش نمی کردید.

با توجه به این برنامه و پیگیری این آموزش ها، حداقل، پس از مدتی به دردهای معمولی، به رویدادهایی که در خانواده رخ می دهند و شما را می رنجانند، لبخند می زنید.

برای اینکه بتدریج آن فضا (در این بحر در این بحر همه چیز بگنجد ...) خود ش را در شما برقرار می کند و برکت اش را به فکر و به عمل شما می ریزد، فکر، سوار بر هشیاری، مبنای عمل سازنده می شود، مردم به شما توجه و به اعمال درست و اصیل شما احترام می گذارند و در رابطه با شما، رفتارشان را عوض می کنند.

متوجه می شوید که در خانه شما از دعوای افراطی، ستیزه، کینه و واکنش منفی، کم تحملی و ... خبری نیست و یا خیلی کمتر شده! این برکات از اعماق وجود شما می جوشد.

این هم مطلبی ست که شما بدانید:

خدا یک باغبان است یک پاسبان است. ماهم باغبان و پاسبانیم.

(چمن سبز لحظه را با گل های هشیاری، زینت و باغبانی و پاسبانی می کنیم).

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۱۹

غلام پاسبانانم که یارم پاسبانستی
 به چستی و به شبخیزی چو ماه و اخترانستی
 غلام باغبانانم که یارم باغبانستی
 به تری و به رعنایی چو شاخ ارغوانستی
 نباشد عاشقی عیبی وگر عیب است تا باشد
 که نفسم عیب دان آمد و یارم غیب دانستی

کسی که ما را کاشته باغبان است و کسی که محافظت مان می کند، پاسبان است. شما هم این خاصیت را دارید. ما از جنس او هستیم. شما باغبانی و پاسبانی هشیاری تان را قبول می کنید. پرهیز شما از موضع سفارشات و اندرزهای دیگران نیست، بلکه به ضرورت و دستاوردهای پرهیز آگاهانه، واقف اید.

می دانید که هر کدام از این هم هویت شدگی ها، حرص ها و طمع ها، ما را به محدوده من ذهنی می کشاند. می دانید، اگر در حصار و محدوده من ذهنی بمانید، برکت زندگی، آرامش و شادی و خرد زندگی، به شما دسترسی پیدا نخواهد کرد. بنابراین در این جهان درد خواهد آفرید، به زندگی با کیفیتی که دنبال آن هستید، نخواهید رسید.

حرص به شما زندگی نخواهد داد، بنابراین دنبالش نمی روید، نه به این دلیل که از اوامر دینی ست، نه به این دلیل که اگر مردم متوجه حرص زدن ام شوند، زشت است و آبرویم می رود، بلکه به این دلیل که شما الآن فهمیده اید:

در صورتیکه ولع و حرص را دنبال کنید، چون ریشه در اصل زندگی ندارد، شما را در مدار هشیاری جسمی نگه می دارد، آنچه را هم که بدست بیاورید، با چماق زندگی گرفته خواهد شد، به جهت زندگی با کیفیت نمی روید، به درد می رسید، پس مجهز به پرهیز، شما پاسبان خودتان هستید. پاسبان این هشیاری بی فرمی که کسب کرده اید.

وقتی تسلیم می شوید و اتفاق این لحظه را قبل از قضاوت بی قید و شرط می پذیرید، مقداری هشیاری به دام افتاده شما، آزاد می شود. ممکن است مقداری هم هشیاران درد بکشید، اما آگاهید که همین درجه از هشیاری حضور، تمام سرمایه شما و منشأ خرد و اصل شماست.

من غلام پاسبانانم، برای اینکه یار من پاسبان است. پاسبانی که در چستی، زیرکی و شبخیزی، مثل ماه و اختران، ماه و ستاره گان است.

پس این زندگی، این پاسبان، که شما همان هستید، در شبخیزی، در خیزش از فضای شب، در خیزش از فضای ذهن است، خودش خود را از شب و جهل و ذهن بیدار می کند.

شاید هم نگذارید، مانع شوید. یا دیگران نگذارند و مانع شوند.
 زیرا، چه ما، چه دیگران، وقتی من ذهنی داریم مثل برادران یوسف هستیم.
 من غلام باغبانانم و یارم باغبان است. واقعا " یار ما باغبان است برای اینکه دانه من ذهنی ما را، جهت جوانه
 زدن هشیاری، کاشته.
 باغبان لطیف ما، با صبر و در انتظار، بی خشم و بی چُمَاق، آب و فرصت و فراست و خورشید و پرورش مان
 می دهد، ... می پرسید:

" پس چرا گل های گلیم ام را می کند "؟!

برای اینکه ما متوجه نیستیم که اصلا " گلیمی وجود ندارد! . به هیچ نقطه ای وصل نیست!
 گلیم و نقش هایش توهم اند. طبق لطف و کرم او، این توهم، این نفس، تا جایی، تا حدی، قابل پذیرش است، حد
 و میزانی که لازمه شکفتن است، اما شما برای چه تا هشتاد سال، در قالب و دانه اید؟!
 چرا با مفلسی، اقامت در زندان بی امان را ادامه می دهید!؟!

" طی نود سال، در هر طلوع و غروب خورشید، در حالیکه که خورشید ثابت بود و غروب و طلوعی نداشت،
 پیامی دادم، با نقش های گلیم که یکی پس از دیگری چیده شد، پیام دادم، در انوار گرم و رقصان و زیبایی که در
 تکه هیزمی سیاه و سخت و سرد نهادم، پیامت دادم، با خنده ام بر شاخساری خشک و برهنه، با صدها سیب
 یک دانه، با عطری که از آنجا آمد، در هشیاری ای که در فرم جنین پیچید، با روحی که به قطره ای دمید، با
 طیننی که از اعماق وجودت برخاست، ... پیامت دادم، که بدنبال تو، بدنبال خودم، دست از سر تو بر نمی
 دارم. تو از برهوت تنهایی و دلتنگی، از فاصله من تا تو، از سختی لعل و دامن سبز چمن و بلند پروازی
 مرغان دریایی بر فراز آسمان بخت، تا دروازه گنبد آرام بلند، سفر کردی، تو ارتعاش زیبا و آواز منی، نغمه
 تار منی، مهر من و مهر منی، طرح و مقصود منی، راهبه راه منی، "مسیح باز مصلوب منی" *، تو در من و
 هم تو منی، ... ارجعی "

من باغبانم، دانه کاشته ام.

فرض کنید باغبانی ده هزار دانه را زیر زمین کاشته تا تبدیل به درخت شوند.

هیچکدام از اینها پرورش پیدا نکنند دانه ها بگویند:

باید مقاومت کنیم و هیچکدام جوانه نزنیم، رشد نکنیم، درخت نشویم، این باغبان چه باغبانی ست!.

باغبان نمی گوید که شما چه دانه هایی هستید که قانون زندگی را رعایت نمی کنید!.

طبق قانون زندگی: شما باید رشد کنید.

شما می خواهید قانون زندگی را زیر پا بگذارید؟! می خواهید همگی در زیر زمین بپوسید؟!.

ما اینکار را کردیم. ما در مسیر رشد هم، مانع ایجاد می کنیم.

همگی در جهت منفی، در کار هم دخالت می کنیم، تمایل به کنترل یکدیگر داریم، حسادت می کنیم، دنبال درد دادن به یکدیگر هستیم، ... مجموعه عواملی که رسیدن به هشیاری حضور را به تأخیر می اندازد. یار من به رعنائی هم تر و هم زیبا، نرم و لطیف مثل شاخ ارغوان است. عاشقی عیب نیست، عاشقی چیست؟ عاشقی یعنی: شما از ذهن زاییده شده و با خدا یکی شوید. این عیب نیست. من ذهنی، برادران یوسف، می گویند: این عیب است. خُب اگر این عیب است، باشد. عیب باشد. من اگر به وحدت برسم، عیب نیست. می دانم که نفس من عیب دان است، منبع و مخزن معایب است. من ذهنی نقص بین است. ما دائم در جستجوی یافتن نقایص مردم هستیم، عطش انتقاد داریم. اگر کسی صد مزیت و نکته مثبت دارد و پنج عیب، ما آن پنج عیب را زیر ذره بین می بریم. من ذهنی نگاه می کند که ببیند کی چه عیبی دارد، کجایش کج است؟ این خانم، این آقا چه عیبی دارند؟ چه اشکالی دارند؟

قضاوت می کنیم و ایراد می گیریم. واقعا من ذهنی نسبت به این چیزها، ناخودآگاه و نا هشیار است. همه این عیب بینی ها و ایرادگیری ها برای این است که خود را مطرح و در مقایسه، متشخص تر و بالاتر از دیگران نمایش دهیم، این حسیض ذلت، نهایت بدبختی بشر نیست؟

الآن متوجه می شویم:

هر وقت نقص می بینیم، من ذهنی را تقویت می کنیم. اصلا، کمال بخشیدن به فرم های زندگی در منظر است. می پرسید: ما نباید فرم های زندگی را سرو سامان دهیم؟!، سرو وضع و بدن مان را رسیدگی کنیم؟!، البته که درست است، اصلا آن برکت، آن هشیاری، برای کمال بخشیدن به فرم است. فرم از آنجا کمال می پذیرد. خرد زندگی وقتی به فکر و به عمل شما جاری می شود، به آن کمال می بخشد. تن تان را سلامت می کند. بهترین و سازنده ترین فکرها را خلق می کنید. پس ما چه می گوئیم؟! این قرار را با هم گذاشتیم که:

هر لحظه، بهترین میزان حضور، بهترین فکر، و بهترین عمل را انجام دهیم. هر لحظه. بیکار نمی نشینیم. زندگی باغبان بسیار مهربانی ست و ما دانه ایم. همینکه جوانه زدیم و یک مقدار هشیاری از محفظه ذهن هم هویت شده و جسمی، زاییده شد، ما هم به نوبه خود به باغبان تبدیل می شویم. مآلا ما هم باغبانیم. پاسبانیم. پاسبان کسی نیست که چماق بردارد و به دیگران بزند که چرا فلان کار را غلط انجام می دهید، به جنبه تری، رطوبت و زاینده گی و رعنائی، زیبایی و رشادت محافظ و نگهبان هم نگاه کنیم.

من ذهنی می خواهد دیگران را اصلاح کند. و چون خودش بودن را نمی شناسد، عمل نمی کند.

من ذهنی می گوید: من منیت ام را حفظ کنم، دیگران را عوض کنم.

ما اگر می خواهیم دیگران عوض شوند، باید خودمان را عوض کنیم. ما نمی توانیم در خانواده، آنجا که بچه هایمان بزرگ می شوند، همسرمان آنجاست، دروغ بگوئیم.

یکی زنگ خانه را می زند، من پدر، به بچه ام می گویم: بگو نیست.
و به این ترتیب، در حال آموزش دروغ به بچه ام هستم. من اگر می خواهم باغبان باشم، واقعا باید باغبانی کنم. راستین باشم. بعضی ها می گویند که این گنج حضور، برای زن و بچه من خیلی خوب است، سی دی بفرستید که آنها گوش دهند. خودم بلدم گوش نمی کنم.
آیا این شیوه برخورد، درست است؟ نه.

هر زنی، هر مردی، من ذهنی دارد و از این من ذهنی باید زاینده شود.
می گوئیم: هر چند خانم و بچه های شما گوش کردند ولی شما من ذهنی دارید، البته خوب است که حداقل یک نفر در خانواده به حضور رسیده باشد ولی این روایت که ما خودمان رعایت نکنیم و معلم درد باشیم و متوجه این مهم نباشیم که ما، اول و باید در خودمان بودن را ایجاد کنیم، فکر و عمل را ایجاد کنیم، آموغ از بچه مان انتظار داشته باشیم، برای همین است که این شیوه که مختص من ذهنی ست، کار نمی کند.

قصه ای از مثنوی می خوانیم که از تأثیرات منفی این شیوه برخورد صحبت می کند:
یعنی شما آب را روی آتش بریزید، یک دفعه آتش، شعله ورتر می شود. ما با نیت خوب و با گفتار خوب با بچه مان صحبت می کنیم: " درس بخوان، پیشرفت کن، به نفع توست، ما این راه را آمده ایم، بلدیم، ... ".
اما از آنجا که با عشق نمی گوئیم، با من مان، می گوئیم، عوض اینکه به حرف مان گوش دهند و سراغ درس شان بروند، خردشان را بکار بیاندازند، اعتراض می کنند، واکنش نشان می دهند. به حرف ما گوش نمی دهند.
تعجب می کنیم: شانس نداریم.

در حالیکه، ما روی خودمان کار نکرده ایم، هم هویت شدگی داریم، از پایگاه هم هویت شدگی صحبت می کنیم. عشق نداریم. آن تری و رعناپی را که مثل شاخ ارغوان است، نداریم. مثل باغبان عمل نمی کنیم، عشق نداریم.

نباشد عاشقی عیبی وگر عیب است تا باشد

که نفسم عیب دان آمد و یارم غیب دانستی

عقل من ذهنی، عیب دان و یار ما، از آن فضای یکتایی لحظه، غیب دان است.

ما فکر می کنیم که با انتقاد، با بدخلی، با کنترل، با دعوا و عیب جویی می توانیم مردم را عوض کنیم و اوضاع را بهتر و سر و سامان بخشیم.

این قصه را که قسمتی از دفتر اول است، سریع برایتان می خوانم. چند بیت از قصه اول مثنوی.

پادشاهی (که شما باشید)، به شکار می رود. یعنی از مادر متولد می شود. هشیاری به این جهان می آید. این پادشاه، عاشق کنیزکی می شود. این کنیزک همین من ذهنی، همین ذهن، همین گلیمی ست که بافتیم. ما یک دل نه صد دل عاشق کنیزک می شویم و کنیزک را می خریم. یادمان باشد، موقعی که کنیزک را می خریم، احتمال دارد که یوسفیت مان را فروخته باشیم. یوسفیت مان را هم احتمالاً "بعدا"، شاید هم آگاهانه، می فروشیم. ابتدا دور این هشیاری، تار و پود دانه گی تنیده شده و به لانه ذهن می رویم و سپس روی پدیده های این جهانی، متمرکز می شویم و به آنها می چسبیم. در نقطه عطفی، اگر به ما کمک می شد، اگر در خانواده به بچه هایمان یاد می دادیم: "رقابت، منیت، مقوله هایی موقت و ذهنی اند. چیزها، موقعیت ها، متعلقاتی که شیفته آنها می شوی و حس امنیت و حس خوشبختی ات را در آنها جستجو می کنی و بعد بدست شان می آوری، به آنها و به خودت افتخار می کنی، به اصطلاح با آنها هم هویت، یکی می شوی، باید بدانی که نهایتاً موقتی و گذرا هستند و پس از مدتی از دست شان خواهی داد. مثلاً "وقتی رنگ و بوی شاخه گل رز را می بینی لذت میبری هر کاری در رابطه با حفظ و نگهداری آن انجام می دهی اما می دانی که ماندگار نیست. با از دست دادن هر یک از چیزهایی که بدست آورده ای، ناراحت می شوی و دردت می آید. واکنش نشان می دهی، به زندگی معترض می شوی، ... اما وقتی مطمئن باشی که طبق روال مسلم زندگی، فرم ها ناپایدارند و در مراحل مختلف زندگی از دست می روند، بهتر می توانی خودت را بشناسی و با مسائل مختلف زندگی برخورد کنی و برای کسب حس خوشبختی و امنیتت به چاره اندیشی اساسی و حقیقی بپردازی، ...". بچه ها، توان درک و یادگیری این مطالب را دارند و باید آماده شان کرد.

پادشاه، عاشق کنیزک می شود و او را می خرد ولی وقتی می خواهد از او کام بگیرد، کنیزک مریض می شود. در رابطه با ما هم، زن یا مرد، می بینید که تار و پود آن گلیم را پُر نقش و نگار می بافیم، گسترش اش می دهیم.

به آن افتخار می کنیم و می خواهیم از آن بعنوان معرف من خود استفاده کرده و از زیبایی و رفاه آن بهره مند شویم. اما در این زمان، اشکالاتی رخ می دهد که نمی توانیم از دست آوردهایمان کام بگیریم. (نمی توانیم علت اشکال را هم تشخیص دهیم).

بالاخره، شاه دنبال دکترها می فرستد. این دکترها زمینی هستند من ذهنی دارند. دکترها می گویند: هر یک از ما در شفا بخشی، مسیح هستیم. به تو کمک و کنیزک را مداوا می کنیم.

معالجه کُنیزک را متکی بر منِ ذهنی و دانشِ ذهنی خود، شروع می کنند، بی آنکه به انشاءالله، یعنی اگر خدا بخواهد، نظری داشته باشند.

ما هم شاه هستیم و عاشقِ کُنیزکی که مریض شده.

مثلاً، "عاشقِ همسرمان، ازدواج کردیم. طولی نمی کشد که در خانواده، رابطه مان مریض می شود. محیطِ خانه، پراز رنجش و گرفتاری و ستیزه.

رابطه منِ مادر، منِ همسر، با طرفینِ مقابلم خوب نیست، اختلاف داریم، راضی نیستم، زندگی ام آنطور که تصور کرده بودم، پیش نمی رود، خلاصه، رابطه مان مریض شده.

دلیلِ مریضی این رابطه، این کُنیزک، هویتِ جسمی ست و کسانی که می خواهند به تو کمک کنند و این روابط را اصلاح و شفا بخشند، من دارند و تو هم از همان ابتدا، با توقعات و دانشِ ذهنی ات که از اعماق وجودت بیرون نیامده و دانشی هدایت گر نبوده، شروع کردی و بی اعتقاد به مداوای بی چون و بی آنکه بگویی: اگر خدا بخواهد، با علت و معلول های این جهانی ادامه داده ای!.

اگر خدا بخواهد، یعنی این لحظه تسلیم باشی، و بدانی که همیشه همین لحظه ست و تو همواره در همین لحظه هستی و در این لحظه از جنس بی نهایت و بی زمان می شوی تا عشق و خرد زندگی را حس و انرژی بیدار کننده تو در جهان پخش شود و از این طریق به باشندگان دیگر نیز کمک کنی. در واقع اجازه دهی که دست خدا، پای هشیاری، به زندگی مان باز و به کار آید و در امور جاری شود. نه اینکه لفظاً "بگویی.

طبیعیان کُنیزک با عقلِ ذهن شان آغاز به کار کردند.

ما نیز که الآن در لانه منِ ذهنی مان هستیم و عاشقِ کُنیزک، هر لحظه از طریق تسلیم می گوئیم: انشاءالله. اگر خدا بخواهد و ...

مولانا می گوید: درست نیست که شما چشم و گوشِ دل تان را ببندید و دل تان جامد شود ولی به زبان انشاءالله بگوئید و در دل، با رابطه علت و معلولی این جهانی کار کنید. ما اینکار را می کنیم.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۵۶۳

قصه بازرگان کی طوطی محبوس او را پیغام داد به طوطیان هندوستان هنگام رفتن به تجارت

ای عجب آن عهد و آن سوگند کو؟

وعده های آن لب چون قند کو؟

شگفتا آن عهد و سوگند کجا رفت؟! کو آن وعده هایی که از لبان شیرین گفتار شما شنیدم؟!.

ما با زندگی، با خدا، عهد بستیم. او از ما پرسیده: من خدای شما هستم؟ تو خود من هستی؟

ما پاسخ داده ایم: بله.

او گفته که من کمک می کنم که تو این جزو من بودن، از جنس من بودن را حفظ کنی.
پس کو آن عهد؟

گر فراق بنده از بد بندگیست

چون تو با بد بد کنی پس فرق چیست؟

یکی از روش های بیانی مولانا اینست که در میان نقل داستان، ناگهان خطاب را به سوی محبوب حقیقی باز می گرداند و آنچه از چشمه باطن و قلبش جوشیده بر زبان می راند. بیت فوق یکی از این موارد است:
اگر من بر اثر بجا نیارودن وظایف بندگی ام، دچار این فراق گشته ام و تو بدی را با بدی عوض دهی، پس
فرق میان خداوند و بنده چیست؟

مولانا، در حال بیدار کردن ماست:

آیا جدایی ما از خدا، از بد بندگی ست؟ بله از بد بندگی ماست.

با من ذهنی نشسته و به گل های گلیم توهمی مان نگاه می کنیم.

این بد بندگی ست که زندگی را بجای اینکه از خدا بخواهیم، از فرم ها بطلبیم.

ما اراده ای آزاد داریم. اراده آزاد ما وجه تمایز ما با حیوان است.

تمام مزیت ما این است که قدرت انتخاب داریم.

حالا کسی که در ذهن افتاده انتخاب کرده با اراده آزاد، منیت" اش را ادامه دهد.

اما اگر بیدار شود، می تواند دوباره بسوی زندگی برگردد.

ای بدی که تو کنی در خشم و جنگ

با طربتر از سماع و بانگ چنگ

ای محبوب حقیقی، هر بدی و جفایی که تو به گاه خشم بر من می کنی، برای من شوق انگیز تر و دلنشین تر از شنیدن نغمه شورانگیز چنگ است.

در غزل هم گفت:

" چنانچه حواس ام پرت شود و بد بندگی کنم، برای بیداری و آگاهی ام، به جانم زهر بریزی، قسمتی از وجودم را بکنی، برایم از شنیدن آوای چنگ، از هر چیز خوشایندی که در این جهان است، دلپذیرتر است."

زیرا می خواهی، مرا متولد و آزاد کنی.

اینها همه علائمی برای بیداری ماست.

ای جفای تو ز دولت خوبتر

و انتقام تو ز جان محبوبتر

ای محبوب حقیقی، جفای تو از شانس و توفیق دنیوی و دولت و ثروت ظاهری، زیباتر است، چنانکه تلافی تو از جان و عمر و زندگی، نیکوتر و مرغوب تر است.

ما در وادی من ذهنی ادامه داده و بیدار نمی شویم. ذهن از گذرا بودن چیزهای این جهان تعجب می کند و در شگفتی ست که چرا خدا چیزها را از ما می گیرد!؟

در حالیکه گذرا بودن چیزها، هشدارمان می دهد:

در ما عنصری راستین و دائم و نامتغیری وجود دارد، که "آنیم".

ما این پیغام را نمی گیریم و زودگذر بودن و از بین رفتن چیزها را جفا تلقی می کنیم.

حُب این بد بندگی و بد فهمی (عدم تسلیم) ماست. به چیزی که از بین رونده بود چسبیدیم از او زندگی خواستیم، و چون از بین می روند می ترسیم. اینها خیال و توهم اند، نباید بیدار شویم؟ گل های گلیم را می گیرد که بیدار شویم. هر رویداد و اتفاقی که برای شما رخ می دهد و ذهن قضاوت می کند بد و انتقام و تنبیه است، برای بیداری شماست.

اینطور نیست که شما یک بنده هستید و یک خدای ذهنی هم وجود دارد و با شما لج افتاده.

یکی از خواستنی هایتان را می گیرد، ناله زاری می کنید، یکی دیگر از خواستنی هایتان را می گیرد، هر چه بیشتر ناله و بیداد کنید و نفهمید که چرا این دلبستگی ها را می گیرد، بیشتر خواهد گرفت و نارضایتی و دردی را که می کشید، مشکلی را حل نمی کند بلکه پیام زندگی را می پوشاند و بیداری را به تأخیر می اندازد.

یکی از پس از دیگری گل های گلیم شما کنده می شود ولی باز توجه نمی کنید و پیام را نمی شنوید.

به چیدن گل های گلیم ادامه می دهد که بیدار شوید و جلوی عبور جریان زندگی را نگیرید ولی باز تسلیم نمی شوید و می گوید: با من لج است.

بله. با آن "من" ی که دارید، لج است. چون آن من، خیال و توهمی بیش نیست. اصلاً "من" ی وجود ندارد. من یک دانه بود که باید شکافته و در هم پیچیده می شد. دانه من، نه سال، ده سال، بیست سال، نه هشتاد سال.

نار تو اینست نورت چون بُود؟

ماتم این تا خود که سورت چون بُود؟

اگر شراره قهرت اینست، پس فروغ لطفت چگونه است؟ اگر سوگ تو اینست، پس شادی و جشن تو چگونه ست؟

اگر گل های گلیم ما، منِ ذهنی ما، پدیده های مرفه و لذت بخش این جهانی که به آنها چسبیده و با آنها چنان مسرور و خشنودیم که نمی خواهیم از دست شان بدهیم، اما در نظر تو چون نار و سوزاننده نیکبختی ماست، پس نور، شکوه، شادی، عشق ابدی که جایگزین گل های گلیم مان، برای ما مقدر کرده ای، چگونه خواهد بود!؟

اگر مجموعه این عیش و خرسندی و خشنودی های ما، در منظر تو، ماتم محسوب می شوند، بزم و سور و ضیافتی که شایسته و سزاوار ما دیدی، چه خواهد بود!؟

واقعا! هم منِ ذهنی نار و جهنم است. ما از نعمت ها در ذهن خوشمان می آید، از تو هم گلیم خوشمان می آید و برایش شادی می کنیم. ماتم تو این است، سور تو چگونه خواهد بود!؟

سور موقعی ست که ما از این گلیم کنده شده و با فضای یکتایی یکی شده و شادی و آرامش اش را از طریق ما بیان می کند.

از حلاوتها که دارد جور تو

وز لطافت کس نیابد غور تو

قهر و جفای تو چنان پر لطف است که به وصف در ننگد و تو چنان لطیفی که کسی نمی تواند به گُنه وجود تو رسد.

پس، از حلاوت ها و شیرینی هایی که جور تو دارد، بی خبریم و فکر کسی به گُنه لطف تو راه ندارد.

نالَم و ترسم که او باور کند

وز کرم آن جور را کمتر کند

از جفای او می نالَم و می ترسم که آن محبوب حقیقی، ناله هایم را باور کند، ناله ام را نشان ناخشنودی ام محسوب دارد و از روی بزرگواری و مهربانی، جور و جفای خویش را از من دریغ دارد.

به عبارت دیگر، مبادا غم و اندوه و ناله مرا بشنود و باور کند و از لطف و گرم بی حد و حصرش، آن بزم و سور و ضیافت و آن عشق ابدی را که سزاوارم می دید، دریغ کند و بگذارد که به این خواب خیالی و توهمی ادامه دهم.

با درصد کمی بیداری، ولو کمی هم ناله کنیم، اما نمی خواهیم که این جور کمتر شود، می خواهیم اتفاقاتی بیفتد و به طریقی، هم هویت شدگی ها را به ما نشان دهد. نمی خواهیم در منِ ذهنی و در خواب بمانیم.

عاشقم بر قهر و بر لطفش بجد

بُوالعَجَب من عاشق این هر دو ضد

براستی که من عاشق لطف و قهر آن محبوب حقیقی هستم. شگفتا که من نسبت به این هر دو ضد عشق می ورزم. یعنی عاشق لطف و قهر او هستم. این ابیات جملگی ناظر بر مقام رضاست.

در عالم عاشقی این مسلم است که قهر و بلا مَحَكِ صِدْق، طلب و خُلوص عشق است و معشوق بدین وسیله عاشق را در بوتۀ امتحان می نهد و چون عاشق بر بلا صابر باشد نقد وجودش آشکار شود. شما می گوئید: به قهر و به لطف اش، به هر دو عاشقم.

این لحظه، معشوق از لطف یا به قهر، هم هویتی با چیزی را می گیرد. عجیب است که شما اگر از جنس هشیاری حضور شوید اتفاقی را که می افتد و ذهن قضاوت می کند که این اتفاق بد است، شما خوشحال هستید و اگر اتفاق خوب بیفتد باز هم خوشحال هستید. این مبنای رضا است.

هشیاری حضور یکی از خاصه هایش، رضایت است. یعنی شما به این بینش و بیداری رسیده اید که از فُرم ها و صورت ها زندگی نمی خواهید. راضی هستید. شادی، هویت نمی خواهید، توقع ندارید که فُرم ها و صورت ها شما را تعریف کنند، بنابراین مهم نیست که اتفاقات چه هستند، هر چیزی را که ذهن تفسیر به لطف و به قهر می کند، برای شما مهم نیست. عاشق هر دو هستید. می دانید که قهرش پیامی در بر دارد و لطف اش هم نعمتی را در بر دارد و همیشه و الآن همینطور است.

این بیت با غزل ما می خواند و شما بعنوان علامت راهنما یاد می گیرید که اگر قهرش آمد شما آن انرژی را نوش جان می کنید و درد هشیارانه می کشید و می گوئید:

" زندگی، چیزی را که هم هویت ام بود، قسمتی از وجودم در آن سرمایه گذاری شده بود، گرفته تا راهنمایی ام کند. خود را در دردها و در فکرها گم نمی کنم، مظلوم نمایی نمی کنم، سرم را به دیوار نمی کوبم و راضی ام. ولی اگر هنوز من ذهنی ام غالب است و این رخداد را ظلم خدا تلقی می کند، بینا و هشیار، آرام درد هشیارانه می کشم ". درد هشیارانه مدتتش خیلی کوتاه است.

والله ار زین خار در بستان شوم

همچو بلبل زین سبب نالان شوم

این عجب بلبل که بگشاید دهان

تا خورد او خار را با گلستان

این چه بلبل؟ این نهنگ آتشیست

جمله ناخوشها ز عشق او را خوشیست

به خدا سوگند، اگر من از این خارستان بلا بگریزم و به بوستان و گلستان راحتی و آسایش بروم، مانند بلبل که از خار بلا گریخته و به راحتی رسیده ناله و فغان سر می دهم.

شگفتا از اینکه بلبلی دهان بگشاید تا خار و گل را با هم بخورد. یعنی جفا و بلا را همچون لطف و صفا بپذیرد.

(البته بلبل سست عهد و ناپایدار است و بوستان را تا موقعی می خواهد که یغماچی خزان بر آن نتاخته و زرد و خوشیده اش

نکرده حال آنکه در ابیات پیشین خواندیم که عاشق صادق بر قهر و بلا تسلیم است و سینه چاک به استقبال آن می رود. از اینرو تشبیه خود را عوض و به نهنگ آتشخوار تشبیه می کند).

این عاشق بلا کش (مولانا)، دیگر چه بلبل است؟ این اصلاً "بلبل نیست، نهنگی آتشین و آتشخوار است.

نه تنها از قهر و جفای معشوق نمی گریزد بلکه خود را در بطن و متن جفا می افکند و همه ناخوشی ها را عاشقانه می پذیرد و آن را خوشی و دلپذیری می شمرد.

شما آرام آرام که عاشق قهر و لطف می شوید، آرام آرام وجود اصلی تان از ذهن زاییده می شود و این نهنگ که بزرگ شود، تمام قهر و لطف و خار و گلستان همه را می بلعد.

پس، اگر از این خار، از این من دهنی، به بستان بروم، مثل بلبل نالان می شوم. این عجب که بلبل دهانش را باز کند و خار و گلستان را با هم بخورد. خار و گلستان، ذهن است.

بلبل نمی تواند اینکار را بکند بلبل بهار آواز می خواند و زمستان ها می خوابد. نه این بلبل نیست یک نهنگ است یعنی وجود اصلی شما که از این ذهن زاییده می شود یک فضای عجیب و غریبی ست که اسمش را نهنگ گذاشته که هیچ ناهمانگی، عدم تعادل و توازن و ناسازگاری، هیچ غصه ای را نمی گذارد بماند. همه را می بلعد. ذوب می کند. در اینجاست که می گوید:

عاشق کُست و خود کُست او

عاشق خویشست و عشق خویش جو

این بنده عاشق در واقع بر کل عالم عشق می ورزد. او به مرتبه کل رسیده است. عاشق حقیقی از من جزیی خود گذشته و به حقیقت حق پیوسته، دیگر به عنوان فرد مطرح نیست. به عبارتی دیگر وجودش مناسب با هستی حضرت معشوق بسط یافته بطوری که خود را در همه چیز و همه چیز را در خود می بیند. بدین جهت بر مظاهر عالم هستی عشق می ورزد و همگان را صرف نظر از خون و نژاد و ملیت و مرام و مسلک دوست می دارد. او عاشق خود است اما نه خود شخصی بلکه عاشق خود نوعی و کلی ست یعنی عاشق همه هستی ست. ابیات اخیر ناظر بر مقام والای رضاست. سالک همینکه به برکت ریاضت و تهذیب نفس و حصول کشف و شهود از دام شرک نهانی بیرون جست و از دل و جان به آیین حنف توحید در آمد و ابراهیم وار بر همه معبودهای آفل نفسانی و ظاهری زد به مقام رضا می رسد و رضا ثمره محبت و ولایت کامل الهی ست. چنین شخصی از صمیم دل معتقد می شود که در قسمت ازلی خطا نرفته و هر چه بر او رسد خیر محض است. هم خدا و هم ما کُل هستیم. خدا عاشق خودش است و ما هم عاشق خودمان هستیم. پس ما که از ذهن زاییده می شویم، کُل می شویم. خدا هم کُل است و ما عاشق کُل هستیم. این هشیاری یک دفعه بی نهایت می شود. اگر بخواهیم به زبان ذهن بیان کنیم، خدا دو خاصیت دارد: ابدیت و بی نهایت.

شما الآن بی نهایت فضا بشوید تمام کهکشان را در بر می گیرید. کُل آن را. همه چیز در شما اتفاق می افتد. انسان بلحاظِ هشیاریِ حضور، عاشقِ خودش است. این هشیاریِ حضور عاشقِ خودش است. برای اینکه خودِ هشیاریِ خودِ خداست و خدا فقط عاشقِ خودش هست. غیر از خودش چیزی وجود ندارد و ما بوسیلهٔ توهم یک چیزی بنام منِ ذهنی درست کرده ایم. منِ ذهنی وجود ندارد. ما بتدریج بیدار می شویم. برای همین است که شما به کارهای او می خندید. مطلبی هم از قرآن برایتان می خوانم که به این موضوع مربوط است.

قرآن کریم، سوره الفجر، آیه ۱۴

إِنَّ رَبَّكَ لَبِالْمُرْصَادِ
فَأَمَّا الْإِنْسَانُ إِذَا مَا ابْتَلَاهُ رَبُّهُ فَأَكْرَمَهُ وَنَعَّمَهُ فَيَقُولُ رَبِّي أَكْرَمَنِ
وَأَمَّا إِذَا مَا ابْتَلَاهُ فَقَدَرَ عَلَيْهِ رِزْقَهُ فَيَقُولُ رَبِّي أَهَانَنِ

ترجمه فارسی

یقیناً پروردگار تو در کمین گاه است.

پس اما انسان هنگامی که پروردگارش او را بیازماید و او را گرامی دارد و به او نعمت بخشد، (مغرور می شود)، می گوید: « پروردگارم مرا گرامی داشته است ».

و اما هنگامی که او را بیازماید، پس روزی اش را بر او تنگ گیرد (ناامید می شود) می گوید: « پروردگارم مرا خوار کرده است ».

ترجمه انگلیسی:

Indeed, your Lord is in observation.

And as for, man when his lord tries him and [thus] is generous to him and favors him, he says, “ my lord has honored me “.

But when he tries him and restricts his provision he says,” my lord has humiliated me “.

یقیناً پروردگار تو در کمین گاه است. یعنی شما که بعنوان هشیاری که به لانه ذهن و دانه رفته اید، مطمئن باشید که خدا در حال نظارت و نگاه شماست.

درست است که ما در من ذهنی گیر افتاده ایم ولی بوسیله فضایی که بر ما اشراف دارد و نگاهمان می کند محاصره شده ایم. ما خود او هستیم.

پس بنابراین، ما در حال نظارت هستیم. وقتی در ذهن هستیم، چیزهایی به ما اضافه می شود، می گوئیم: " خدا لطف داشته "، و وقتی آنها را یکی یکی می گیرد، می گوئیم: " این چه خدایی ست "!. یعنی در مدار هشیاری جسمی، ما خدا را تا آنجا قبول داریم که نعماتش را فراوان می گیریم، اما وقتی که ما را امتحان می کند و نعمت هایش را کم می کند یا می گیرد، می گوئیم: خدا مرا تحقیر کرده است. این درست نیست.

چه موقع بیدار می شویم؟ وقتی که به جد عاشق قهر و لطف اش هستیم.

همانطور که خدمت تان عرض کردم، به این ابیات، بعنوان علامت راهنما نگاه می کنیم. هر کدام از اینها، فضای حضور را به ما اشاره می کند. می خوانیم و راه را پیدا می کنیم.

کارهایی را که انجام شان در این بیداری به ما کمک می کنند و همچنین کارهایی را هم انجام شان در این بیداری به ما کمک نمی کنند، شناسایی می کنیم.

لازم به گفتن است که شناسایی = آزادی ست.

بمحض اینکه گیر افتادن خود را شناسایی کنیم، همان شناسایی مساوی آزادی ست.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۱

عاشق شدن پادشاه بر کنیزک رنجور و تدبیر کردن در صحت او

آن یکی خر داشت و پالانش نبود

یافت پالان گرگ خر را در رُبود

کوزه بودش آب می نامد بدست

آب را چون یافت خود کوزه شکست

یکی خری داشت و این خر پالان نداشت، نمی توانست سوارش شود.

پالان پیدا کرد اما گرگ خر را ربود و خورد.

یکی از معانی این دو بیت این است که ما انسان ها باید بموقع عمل کنیم. نه اینکه وقتی جوان هستیم، سی

سالمان شده، من ذهنی داشته باشیم و وقتی هشتاد سالمان شد به حضور برسیم.

دیگر آن جوانی و آن قدرت عمل از بین رفته. مثلاً "دایره عمل و و نفوذ و تأثیر گذاری و کارایی یک انسان به حضور رسیده بیست، سی ساله، در جامعه، وسیع تر از توان عملی یک انسان به حضور رسیده هشتاد ساله است. این موضوع، در مورد بشریت و در رابطه با ما هم صدق می کند. در موقعیت کنونی آگاهی و بیداری بشریت از ضروریات است و نباید خیلی تأخیر داشت. اهمیت این موضوع در حال حاضر در رابطه با ما هم صدق می کند. باید در مورد خود و دوستان و بچه ها و جوانانمان و تا آنجا که دایره نفوذمان اجازه می دهد، در این مسیر، یعنی زنده شدن به گنج حضور، بموقع، تلاش کنیم تا بتوانیم از فراست و فرصت و امکاناتی که در دسترس مان داریم استفاده کرده تا خرد و عشق زندگی بتواند هر چه سریع تر از طریق ما خود را بیان کند.

مثال دیگری در این رابطه می گوید:

شخصی کوزه ای داشت ولی هر چه می گشت آب نمی یافت، همینکه آب را یافت کوزه اش شکسته شد. انسان در هیچ لحظه ای در این دنیا بطور کامل به مقصودش نایل نشود. انسان همیشه آرزوهایی حاصل نشده دارد و هر کام و لذتی، قرین ناکامی و رنجی دگر است.

اما این را هم می دانیم که رسیدن و زنده شدن به حضور، همانطور که باز به آن اشاره خواهد شد، دست ما نیست. من ذهنی عجله می کند: دیر شده. با عجله اینکار درست نمی شود. پروسه خود را باید طی کند. از قانون صبر و قانون جبران به دفعات صحبت کرده ایم. امروز هم در مورد قانون مزرعه، باغبان و دانه صحبت خواهیم کرد.

قانون مزرعه چه می گوید؟

شما دانه ای را می کارید، ولی برای به ثمر رسیدنش باید صبر کنید. زمان خاص خود را لازم دارد. وقتی کار کردن روی خودتان را هم شروع می کنید، باید صبر داشته باشید. برای زنده شدن به هشیاری حضور به زمانی مکفی، نیاز دارید.

دومین مرحله قانون جبران است، شما هر کاری که از دست تان بر می آید، باید انجام دهید. البته نه با من ذهنی. اینجا دقت و ظرافت لازم است و با عجله و گلی گویی و بحث و جدل و دعوا کار درست نمی شود.

کما اینکه در اولین قصه مولوی، بیت 41 دفتر اول، در داستان پادشاه و کنیزک، به ما توضیح می دهد:

شه طبیبان جمع کرد از چپ و راست

گفت جان هر دو در دست شماست

یادمان هست که پادشاه عاشق کنیزک بود. او را خرید ولی چون نمی توانست از او کام بگیرد، طبیبان را از همه طرف به سوی خود فراخواند و گفت: بقای جان من و این کنیزک در دست شماست.

مثل ما که عاشقِ منِ ذهنی مان شدیم ولی همینکه خواستیم کام بگیریم، گلیم پر نقش و نگارِ مان، صدمه دید و مریض شد و نتوانستیم از آن برای همیشه بهره مند شویم.

شاه، طبیبان را که طبیبانِ منِ ذهنی اند از چپ و راست جمع کرد.

طبیبانِ منِ ذهنی دار، نمی توانند به ما که منِ ذهنی داریم، کمک کنند. زندانی، زندانی را نمی تواند آزاد کند.

جان من سهلست جان جانم اوست

دردمند و خسته‌ام درمانم اوست

شاه به اطبا گفت: جان من در مقابل جان کنیزک ارزش ندارد. در حقیقت، جانِ جانم هموست. فردی خسته و درد مندم و مایهٔ درمانم اوست.

ما می گوئیم: جان من، مهم نیست. این گلیم و گل هایش که به من زندگی و خوشبختی و امنیت می دهند، مهم اند و جان مرا نجات می دهند.

در حالیکه همهٔ ما، از دستِ منِ ذهنی و رفتار و اعمالش به رنج و ستوه آمده و در اندوه و خسته ایم، باز فکر می کنیم که درمان مان این کنیزک، این گل های گلیم اند، که نباید کنده شوند. نه اینطور نیست.

قصه ادامه می دهد: طبیبِ الهی می آید.

منظور از صحبت ام ادامهٔ قصه نیست، اینجا، طبیبانِ زمینیِ منِ ذهنی، چه می گویند:

هر که درمان کرد مر جان مرا

برد گنج و دُرّ و مرجان مرا

شاه می گوید، من و شما می گوئیم: اگر هر یک از شما اطبا، جان مرا درمان کند، گنجینه و مروارید و مرجان مرا تصاحب خواهد کرد.

هر کسی که این گلیم را که گل هایی از آن کنده شده، گل هایی که حس هویت و خوشبختی به من می دهند، تعمیر و درمان کند، ذخیرهٔ دُرّ و مرجان ام را به او می دهم.

ما می گوئیم: خانوادهٔ ما مریض است، محیط زندگی مان آرام نیست، با همسر اختلاف دارم، آیا کسی می تواند به ما کمک کند؟

شما می توانید کمک کنید، به شرط آنکه دنبال گلیم و گل ها نگردید. از آن چشمه، هشیاری، خرد عشق، که از درون تان می جوشد، برگزید و به جهان اطراف پخش کنید. این چشمه آماده ست، فقط چون شما به گلیم و گل هایش نگاه می کنید، چشمه را نمی بینید.

جمله گفتندش که جانبازی کنیم

فهم گرد آریم و انبازی کنیم

همهٔ طبیبان معمولی و زمینی و منِ ذهنی گفتند:

ما هر کاری از دست مان برآید انجام می دهیم. عقل هایمان را روی هم می گذاریم و با هم مشورت می کنیم و حاضریم جان مان را هم بدهیم.

حالا، شما یاد می گیرید که طبیبان من ذهنی نمی توانند به شما کمک کنند. چرا؟ برای اینکه هر یک ادعا دارند.

هر یکی از ما مسیح عالمیست

هر آلم را در کف ما مرهمیست

گر خدا خواهد نگفتند از بطر

پس خدا بنمودشان عجز بشر

طبیبان گفتند: هر یک از ما مسیح دانشمند است و برای هر دردی دوا و درمانی داریم. چون آن حکیمان خودبین و مغرور به مهارت و حذاقت خود اعتماد داشتند، مشیت قاهر الهی را که فوق سبب هاست نادیده گرفتند. پس خداوند نیز عجز و درماندگی آنان را به خودشان نشان داد.

ما هم مریضی مان را به طبیبان من ذهنی ارائه می دهیم، آنها خود خواه اند و ادعا دارند. گر چه خودشان را عارف نشان دهند.

آنها نگفتند اگر خدا بخواد و گفتند: هر یک از ما مسیح هستیم. بیمار را دست بزنیم، شفا پیدا می کند.

من های ذهنی می گویند: اگر شما به حرف های من گوش بدهید، به حضور می رسید.

نه. اینطور نیست.

اینجا، مولانا به ما یادآوری می کند: " شما که می خواهید به خودتان کمک کنید، باید در این لحظه اجازه دهید که هشیاری حضور، از شما زاییده شود و آن را پایه و مبنا قرار دهید. خدا خواهد. یعنی انشاءالله "

اینها، " انشاءالله، اگر خدا خواهد "، نگفتند. (شما چه می گویند؟). حالا شما می گویند:

من روی خودم کار می کنم و از مولانا هم کمک می گیرم، ولی آیا این لحظه، فقط "خدا بخواد" را شما به زبان می گویند و دل تان بسته ست؟.

پس، خدا کاری کرد که موفق نشوند. (بنمودشان بشر، ناتوان)، بشر همین من ذهنی ست.

ترک استننا مرادم قسوتیست

نه همین گفتن که عارض حالتیست

منظورم از بی اعتنا شدن به انشاءالله، خشونت و ندانستگی و سهل انگاری و غفلتی ست که بر دل آدمی چیره می شود. نه گفتن زبانی و لفظی ست.

استننا اصطلاحاً به معنی انشاءالله گفتن است. یعنی انشاءالله نگفتند یا چیزی برای مستمندان کنار نگذاشتند.

استننا، یعنی همین: اگر خدا بخواد. همین توکل، همین انشاءالله.

این یعنی تسلیم. یعنی پذیرش اتفاق این لحظه. اگر شما واقعا روی خودتان کار می کنید، می دانید که ذات زندگی نیک است و خدا مهربان و لطیف است و با شما لج نیست، می خواهد شما را متولد کند، دانه را تبدیل کند. به خود می گوید: من غفلت کردم، پیام ها را نگرفته و بیدار نشدم. دیگران را هم ملامت نمی کنم و نمی گویم که برادران یوسف باعث شدند که پیغام ها را نگیرم. الان بیدار شدم و می خواهم روی خودم کار کنم ولی این لحظه، واقفم که اگر دانه بودن ام را حفظ کنم و انشاءالله را فقط به زبان بیاورم، پذیرفته نیست، اصالت ندارد. تا آن دست، آن بیداری، آن هشیاری به من کمک نکند، نمی توانم به هشیاری حضور زنده شوم.

ترک استثنا، یعنی ترک انشاءالله. انسان هایی که این را نمی گویند، قساوت، سنگدلی و هم هویت شدگی با باورها و دردها و پدیده های این جهانی، دل شان را سخت کرده، اما لفظاً "اگر خدا بخواد" را به زبان می آورند و در عمل چنین نیست.

ادعای زبانی و لفظی، قدرت مانور عقل من ذهنی را زایل نمی کند. شما نمی توانید عملاً "عقل من ذهنی را رهبر و پیشوای خود کنید ولی به زبان ادعای "هر چه خدا بخواد"، داشته باشید هر چند خرده نیکو کاری هایی هم انجام دهید.

نه. مهم: "بودن" است. بعد فکر و سپس عمل.

بودن - فکر - عمل.

بعضی از عمل ها، مانند پرهیز اگر ادامه پیدا کند ممکن است ما را به بودن برساند. نه همین گفتن که عارض حالتیست، فقط، گفتن، سطحی ست.

ای بسا ناورده استثنا بگفت

جان او با جان استثناست جفت

چه بسیارند کسانی که کلمه انشاءالله را بی آنکه بر زبان آورند، جان و روح شان با حقیقت آن قرین است. بطوریکه رخداد هر امری را معلق به مشیت الهی می دانند. پس عارف بالله، موثر حقیقی را در عالم، فقط ذات احدیت داند و بس و این اعتقاد را قلباً و قالباً دارد نه فقط لساناً.

ای بسا آدم هایی که به زبان نمی گویند: "اگر خدا بخواد"، ولی آن انرژی حیات بخش، از آنها عبور می کند و جاری ست. با دل، "اگر خدا بخواد" را همراه دارند. جان استثنا با جان زندگی یکی ست. شما الان می گوید که اگر این لحظه در هشیاری حضور نیستید ولی چون توان انتخاب دارید، دست شماست که این لحظه تسلیم باشید یا نباشید، ولی اگر تسلیم باشید پس، قهر و لطف را با هم می پذیرید.

این مهم است که هرکس بداند، قهر خواهد آمد، گل های گلیم بطور اجتناب ناپذیر کنده خواهند شد، در نقطه ای، جایی، چیزی را از ما خواهند گرفت که اصلاً" انتظارش را نداریم. دردمان خواهد آمد، واکنش نشان خواهیم داد.

من نمی گویم که منتظر اتفاقات بد باشیم ولی ما خیر نداریم که با چیزها هم هویت ایم. کسی که همینطور سرش را پایین انداخته و دائم انباشته می کند و زندگی را در داشتن ها می بیند، نه ورزش و نه غذای مناسب را رعایت می کند و روابط اش آشفته و فقط پول را زیاد می کند، از این آموزش ها و آموزش های مولانا و بقیه عَرَفَا خبر ندارد و یا آگاهانه و ناآگاهانه از کنارشان می گذرد و دائم گل های گلیم را آرایش می کند و با آنها هم هویت می شود، باید بداند در جایی، چیزی را از او خواهند گرفت. حتی ممکن است سلامتی قسمتی از بدن اش را از دست بدهد. برای اینکه من دارد. من او صدمه اش خواهد زد.

" زیاد می کنم، هم هویت می شوم، زیاد می کنم، هم هویت می شوم، زیاد می کنم، هم هویت می شوم، خودم را با دیگران مقایسه می کنم. پُر می دهم " ...

این آدم فکر می کند که همه چیز در پول خلاصه می شود ولی اینطور نیست. پس، زندگی چه شد!؟!.

اتفاقات بد، به اندازه ای که من ذهنی داریم، برایمان رخ می دهد.

هرچه کردند از علاج و از دوا

گشت رنج افزون و حاجت ناروا

آن کنیزک از مرض چون موی شد

چشم شه از اشک خون، چون جوی شد

طیبیان هر چه در راه درمان و شفای کنیزک کوشیدند توفیقی نیافتند و رنج و درد او بیشتر شد و در نتیجه حاجت شاه برآورده نگشت. آنها مشیت قاهر الهی را نادیده گرفته و مدهوش دانش ذهنی خود شده بودند. کنیزک بیمار از شدت بیماری چنان نحیف شد که گویی مویی بیش نیست و چشمان شاه از اشک خونین مانند جویبار شد.

این من های ذهنی، انشاءالله نگفتند، زیرا بعد حضور را بسته و با تصویر ناقص ذهنی خود بدنبال انجام کار بودند، در نتیجه نتوانستند آن انرژی زنده و حیات بخش را از خود عبور و بعد جاری کنند، پس، از خرد و برکت زندگی محروم شدند.

شما و ما اینجا یاد می گیریم:

هر چه بیشتر گل های گلیم را آرایش و هم هویتی ها را زیادتیر و بیشتر و حواس مان را به گلیم اختصاص دهیم، مریض تر می شویم.

انشاءالله، که نقش قطعی و مسلم هدایتگر زندگی را، در امورمان بکار گیریم تا از آن برکت بی بهره نمایم.

از قضا سِرْکَنگَبین صَفرا نمود
 روغن بادام خشکی می‌فزود
 از هلیله قبض شد اطلاق رفت
 آب آتش را مدد شد همچو نفت

به این قسمت توجه کنید:

قضای الهی چنین اقتضا کرد که سِرْکَنگَبین (سِکَنجَبین) با آنکه طبعاً دافع صَفراست، در مورد این کنیزک قضیه بر عکس شد و موجب فزونی صَفراش شد، و نیز روغن بادام که طبعاً مُلین و روان کننده مزاج است در این مورد، خشکی و بیوست افزود.

هلیله به جای اینکه شکم را روان کند موجب خشکی و بیوست شد و آب به جای آنکه آتش را خاموش کند، مانند نفت شعله آن را تیزتر و پر لهیب تر کرد.

اگر می بینید که حرف هایی با نیت خوب می زنید ولی جواب عکس می گیرید، به یاد بیاورید، که گفتم وقتی با بچه مان صحبت می کنیم، حرف های خوب و منطقی که از تجربیات زندگی مان سرچشمه می گیرد بکار می بریم: " اینکار را نکن خطرناک است، آنجا نرو، ما رفتیم و نتیجه اش را دیدیم "، ... اما گوش بدهکار نیست. چرا؟

چون، خود زنده به حضور نیستیم، عشق واقعی ما به فرزندمان نمی تواند آنطوری که باید، خود را بروز دهد. به همین ترتیب، روغن بادام خشکی را اضافه کرد و سکنجبین صفر را.

هلیله بجای اینکه سبب روانی مزاج شود و آب هم که باید آتش را خاموش می کرد هیچیک کاربُردی نداشتند. چرا؟

برای اینکه ما با هشیاری و برکت زندگی که از اعماق وجود و در این لحظه بیرون می آید، شروع نکردیم. مثلاً در انتخاب رشته و محل زندگی فرزندمان، اگر پای من ذهنی ما، بعنوان پدر یا مادر، به میان کشیده شود، نمی خواهیم که محل زندگیش دورتر از ما باشد و لو اینکه به رشته مورد علاقه خود نپردازد. در صورتیکه اگر از موضع هشیاری حضور در لحظه، حرکت کنیم، اجازه می دهیم که درخت سیب او هم به زمین وصل شود و ریشه و شاخ و برگ و سیب درخت خود را بدهد.

این مورد مهمی ست برای اینکه خیلی ها، با من ذهنی شروع می کنند، با من ذهنی می خواهند به حضور برسند. من ذهنی را نگه می دارند، حرف می زنند، استدلال و فکر می کنند و از یک گوشه ذهن حرکت، به گوشه ای دیگر، از فکری به فکری دیگر، دائماً در حبس ذهن اند. ممکن است از آن پایگاه کارهای خیری هم انجام دهند، که بدتر، راه به جایی نمی برد. بقول مولانا:

بجای اینکه مثل آب آتش را خاموش کند، تبدیل به نفت می شود.

ما قصد هم صحبتی با همسر را داریم، کادو تهیه می کنیم، ناگهان طرف عصبانی شده و مشکلات بیشتری در خانواده بوجود می آید. در مدت بسیار کوتاهی وضعیت دگرگون می شود. دنباله ماجرا، نه اینکه بستگی به هشیاری جسمی (اوج بگومگو) یا هشیاری حضورمان (تسلیم و توکل و پرهیز و صبر ...) دارد؟.

الآن می دانیم: حتماً زهر در جام مان ریخته خواهد شد. خوش بنوشیم. می دانیم که عاشق هدیه خدا نیستیم بلکه عاشق دست اش هستیم و به دانه نگاه نمی کنیم، به دام خدا نگاه می کنیم، می خواهیم در دام خدا بیفتیم و اگر از تغار او خون به ما می رسد، می فهمیم که اشکال از ماست و می دانیم که این قدح و شراب خاصی است که زندگی برای ما تدارک دیده و ما باید نوش جان کنیم، تسلیم و راضی.

غنچه و خار تو را دایه شوم همچو زمین

تا سَمِعْنَا و اَطَعْنَا کنی ای جان نامم

زمین شما، خار یا گل بکارید هر دو را پرورش می دهد.

من هم مثل زمین، قهر و لطف تو را مثل دایه، پرورش می دهم.

شما الآن، تسلیم هستید و راضی و توکل دارید، اتفاقات می افتند، من ذهنی همین کنار ایستاده و آنها را قضاوت می کند. شما در حال کوشش هستید که با ذهن و مشتقاتش هم هویت نشده و به قضاوت ها و پرازیت ها و وراجی های او توجه نمی کنید.

به درجه ای از هشیاری رسیده اید که مثل زمین، هر دو را پرورش می دهید. " شنیدیم و اطاعت کردیم "، " شنیدیم و اطاعت کردیم ". (آیه قرآن است).

در این مرحله، خرد زندگی کار می کند. ذهن می گوید: اگر اتفاقات، بد و خوب، خار و گل اند، شنیدیم و اطاعت کردیم و راضی و تسلیم هستیم.

فراموش نکنیم که باید مدتی بگذرد تا هشیاری خودش را در ما برقرار کند و به وضعیت های زندگی ما بریزد و تغییر ایجاد کند و این مستلزم زمان است.

ملخ حکم تو تا مزرعه ام را بچرید

گر نگردم تلف تو علف ایامم

مولانا می گوید: ما الآن مصداق عینی یک مزرعه ایم. محصولات مزرعه همان مواردی است که با آنها هم هویت شده ایم. خدا هم، مثل ملخ هایی که ناگهان حمله می کنند و مزرعه را لخت می کنند، همه محصول مزرعه را می خورند.

حکم خدا، زندگی، مزرعه ما را خواهد خورد. ما باید منتظر باشیم، چنین اتفاقی خواهد افتاد و افتاده.

حال که اینطور است: " هر چه را که داده ای خواهی گرفت، از جمله بدن ام، طی این هفتاد، هشتاد سال، که زنده ام اگر تلف تو نشوم، به حضور نرسم، از جنس اولیه ام نشوم، خودم را نتوانم از ذهن بزایانم، پس، علف ایامم. گاو زمان مرا خواهد خورد."

شما می خواهید علف گاو زمان شوید یا نه تبدیل به زندگی و با خدا، جاودانه شوید؟
اینکه ما را خواهد خورد. اگر با محصولات مزرعه، با گل های گلیم مان، هم هویت شویم و مفتخر به آنها با به و چه چه هر چه آبادتر و گسترده ترشان کنیم: این از گل آفتابگردان، این هم از درخت سیب، ... همسر، پول، فرزندان، مقام ...

ملخ حکم خدا همه اینها را لخت خواهد کرد. بالاخره خواهد کند. بهتر است تلف خدا شوید تا اینکه علف زمان شوید. نگذارید گاو زمان همه را بجود.

آن دانه هم می تواند در زیر زمین بپوسد و یا جوانه بزند و درخت شود.

ساقی صبر بیا رطل گرانم درده

تا چو ریگش به یکی بار فروآشامم

پس، می بینید: قانون مزرعه شامل قانون صبر و قانون جبران است.

در شروع یک هشیاری، ...

مثل محصول خوب یک مزرعه، کاشتن صبر است و هرکاری که برای پرورش محصول از دست مان برمی آید، جبران است.

من ذهنی عجله دارد ولو اینکه شما یک دفعه از ذهن زاییده شده و به حضور زنده شوید، مدتی طول می کشد تا این حضور برکت اش را به وضعیت های بیرونی شما بریزد و آن وضعیت ها را عوض کند، یک مرتبه عملی نیست. باید صبر کرد.

من ذهنی با عجله اش همه چیز را خراب می کند. دائم می خواهد بپرد و ابراز وجود و نسبت به دیگران ابراز برتری نماید. این کار، جاری شدن قوانین زندگی، دست ما نیست.

در بیت قبل گفت: من مثل دایه، مثل زمین همه را می پرورانم.

خوش اخلاقی، بد اخلاقی، درس خوانی، یا درس نخوانی بچه به دایه ربط ندارد. ما هم دایه ایم.

ما هم معامله نمی کنیم، فرضاً اگر دخالت و استدلال کنیم که:

" مطمئناً اگر اینکار را بکنم وضع بهتر می شود ... ، اشکالی ندارد، اما باید مسلم بدانیم:

با قوانین زندگی باید راه و کنار آمد.

ما قانون زندگی را زیر پا گذاشته ایم. قانون رضا، رضایت، از ذات هشیاری ست.

از موضع هشیاری حرکت کنید. مبدا من های ذهنی ادعای طبابت شما را کنند.

مبادا از قُرم ها، زندگی بخواهید.

مبادا کمال را از صورت ها بخواهید. اگر صبر نکنید، جلو نمی روید.

ساقی صبر بیا، قدح بزرگ را به من بده تا مثل یک ریگ زارِ داغ (مثل کاسه ای آب که روی ریگ زاری داغ بریزیم همه را یکجا می بلعد)، شراب را یکبارہ بنوشم.

پس، فهمیدیم که بدون صبر نمی شود. با صبر قدح های بزرگ می آید.

گوییم شپشپی و چون پشه بی آرامی

چون دل آرام نیابم به چه چیز آرام

شپشپ، یعنی مضطرب و نگران.

مثل پشه آرامش نداری، پشه سبک است و وقتی بادِ حوادث می وزد، آن را به هر طرف پرتاب می کند.

ما هم ریشه نداریم، مثل پشه سبک ایم، چون هم هویت ایم. بادِ حوادث، چیزهایی را که به آنها چسبیده ایم می بَرَد. مجبوریم از این شاخه هم هویت شدگی به آن شاخه آن و از این طرف به آن طرف بپریم. آرامش نداریم.

نگران و مُضطرب هستیم.

تو می گویی: من نگرانم و مثل پشه آرامش ندارم، وقتی دل آرام ندارم، با چه آرامش پیدا کنم؟

ما باید دل آرام را پیدا کنیم. دل آرامی که در واقع خود مان هستیم. روی چیزهایی نشسته ایم که بادِ حوادث، آنها را از جا می کند و ما مجبوریم بپریم. به چیزهایی دل بسته ایم که در حال تغییرند. دل مان را مثل سلیمان، باید نسبت به این اقلام سرد کنیم. اگر دل آرام را پیدا نکنیم؟! ...

سلیمان، پادشاه جهان قُرم و هشیار به حضور بود. باد بر او آغاز کژ وزیدن نمود. سلیمان به باد گفت: کژ موز. پاسخ آمد: کژ مشین.

حوادث طوری رخ می داد که بر وفق مراد سلیمان نبود. باد، زندگی، تاج سلیمان را کج کرد. سلیمان با دستش تاج را راست کرد و گفت: کج مشو.

ما هم می خواهیم بر وضعیت ها و بر جهان مادی مسلط باشیم اما این رویدادها و جهان مادی هستند که بر ما مسلط اند. رویدادها می آیند و ما را مُشوش می کنند. تاج شاهی مان کج می شود.

تاج به سلیمان گفت: بر چیزی غیر از زندگی، غیر از خدا، در جهان مادی دل بسته ای.

سلیمان دلش را بر پدیده مورد علاقه اش دل سرد کرد. تاج راست شد.

حال، مواقعی هم که تاج را با دست اش کج می کرد، تاج راست می شد.

شما اگر عمداً هم بخواهید اتفاقات نامساعد برایتان بیفتند، نخواهد افتاد، چون مسلط و حاکم بر جهان مادی و زندگی خود هستید.

پس ما باید دل آرام را پیدا کنیم وگرنه مثل پشه، مضطرب و ناآرامیم.

همچو دزدان ز عسس من همه شب در بیمم

همچو خورشیدپرستان به سحر بر بامم

ما اگر بعنوان هشیاری هم هویت با چیزها هستیم، یعنی چیزهایی از این جهان دزدیده ایم. بنابراین از عَسَسِ (داروغه، پلیس) خدا می ترسیم. ما الآن هشیار می شویم به اینکه چیزهایی را که دزدیده ایم باید بیاندازیم. مثل یک دزد که خود را به پلیس معرفی می کند و می گوید: من اینها را دزدیده ام، می خواهم تحویل دهم. رئیس پلیس هم موارد را تحویل می گیرد و تأکید می کند: "دیگر دزدی نکن". وضعیت ما هم به همین ترتیب است. ما می گوئیم: این موارد را برداشته و با آنها هم هویت شده ایم. حال همه را پس می دهیم، هویت مان را از گُل های گلیم، بیرون می کشیم. الآن با پرهیز مواظب هستیم که با اقلام این گلیم، هم هویت نشویم. این ترس، پرهیز و احتیاط است. شما الآن می دانید که اگر بیشتر هم هویتی هایتان را انداخته اید، و خودتان را تا حدودی آزاد کرده اید، اما باز هم برای به حضور زنده شدن، باید صبر کنید. گرچه، عُرفا نمی گویند حضور چیست، اما حضور چه نیست، را توضیح می دهند. چرا که ذهن، در تعریف و نام گذاری حضور، اختراع و ماجراجویی جدیدی نکند. امکان انداختن یکباره همه هم هویت شدگی ها وجود ندارد. زندگی که شما را محاصره و به تماشا ایستاده متوجه است که چه موقع آزاد و رها شده اید، دست شما نیست. ما الآن از عَسَسِ می ترسیم. مراقبیم که مورد جدیدی نذریم. قبلاً از دزدی ها ضرر دیده ایم. الآن مواظبیم. هم هویت نباید بشویم. همین هشیاری و مراقبت، باعث می شود که مثل خورشید پرستان، که صبح به پشت بام می روند و رو به شرق منتظر طلوع خورشیدند، منتظر طلوع خورشید درون مان باشیم. خورشید زندگی، خورشید حضور، خورشید خرد. پس: اگر هم هویت شدیم می اندازیم و دیگر هم هویت نمی شویم. ناظر و منتظر طلوع خورشید درون مان می مانیم. صبر می کنیم اما این انتظار، انتظار من ذهنی و توقع نیست، نمی گوئیم فردا، دو روز دیگر، باید به حضور زنده شویم. آرام و صبور و ریلکس، تسلیم دمیدن خورشید رهایی مان می شویم. همانطور که عطار می گوید: شما آماده و منتظر هستید. این انتظار، انتظار توقع نیست. انتظار با تأمل و بدون شتاب است. ما، در من ذهنی، منتظر کسب شادی زندگی از چیزها در آینده هستیم: "اگر ازدواج کردم، اگر به این مقام رسیدم، اگر مدرکم را گرفتم، ... منتظر زندگی هستم. زندگی ام شروع می شود".

این انتظار، همان انتظارِ با تأمل و بدون شتاب نیست.

در انتظار با تأمل و بدون شتاب، بدون دخالتِ منِ ذهنی، شما هم هویتِ شدگیِ ها را انداخته و عجله ندارید و منتظرِ طلوعِ خورشیدِ درون تان هستید، این انتظار، انتظارِ بی شتاب و صبورانهٔ طلوعِ خورشیدِ حضور ماست.

پس، منتظریم و صبور.

عطار، دیوان اشعار، غزل شماره ۴۱۸

ای دل اگر عاشقی در پی دلدار باش
بر در دل روز و شب منتظر یار باش
دلبر تو دایما بر در دل حاضر است
رو در دل برگشای حاضر و بیدار باش

پس شما حاضر هستید و می دانید که زندگی بر در دل، دائماً آمادهٔ پذیرایی شماست. اما اگر فعلاً "خودش را نشان نمی دهد، علت اش این است که هنوز کاملاً" تصفیه نشده آید.

ما دائماً در پی دلدار هستیم، هر چند هنوز آگاهی که کمی حرص داریم و جاذبه های بیرونی ما را به سمت خود می کشند.

البته نه اینکه چیزهای بیرونی را کسب نکنیم، خانه نخریم، ماشین نخریم، مدرک نگیریم، درس نخوانیم، ... ، نه. ولی به حالتِ گسترشِ اقلامِ مادی و افزودنِ دانش ها به خود، مان آگاه هستیم، باید اجازه دهیم که این گسترش ها و افزودن ها از موضع و پایگاهِ هشیارِ حضور صورت گیرد و خرد و برکات اش به این گسترده گی ها جاری شود.

نه اینکه منِ ذهنی سوء استفاده کرده و این گسترده گی ها را غصب و ناعادلانه و ناروا، مصرفِ منیت کند.

دلبر ما دائماً، بر در دل حاضر است. با ما دشمن نیست. لطیف است. اما ...

ناحیت دل گرفت لشگر غوغای نفس
پس تو اگر عاشقی عاشقِ هشیار باش
نیست کس آگه که یار کی بنماید جمال
لیک تو باری به نقد ساخته کار باش

معلوم نیست که چه موقع یار خودش را نشان دهد.

این لحظه هر چه در توان دارید می گذارید. آماده آید.

شما اجازه نمی دهید توجه زنده تان را اتفاقات و چیزهای بیرونی بزدند. شما این لحظه حاضر هستید، لحظه بعد حاضر هستید، لحظه بعد حاضرید، در حدی که می توانید آمادهٔ مقدماتِ کار باشید.

در ره او هر چه هست تا دل و جان نفقه کن

تو به یکی زنده‌ای از همه بیزار باش

ما اینکار را نمی‌کنیم. هم هویت شدگی‌ها و دردهایمان را می‌خواهیم نگه داریم. نمی‌خواهیم با دل و جان ببخشیم.

به یکی زنده‌ای، به خودت، به خدا، زنده‌ای، از همه توجه‌ات را بر گیر. نگذار توجه‌ات را بدزدند.

وقتی به خود زنده‌اید، لطیف و فسادار، همه را در خود جا می‌گیرید.

در این بحر، در این بحر، هم چیز بگنجد، نترسید، نترسید، گریبان‌م‌درانید.

گر دل و جان تو را در بقا آرزوست

دم مزن و در فنا همدم عطار باش

اگر دل و جان شما را در جاودانگی آرزوست، می‌خواهی از جنس جاودانگی و ابدیت و خدا شوی (که هستی) و آن را حس و تجربه کنی، در اینصورت، قبلاً "هم داشتیم که گفت:

انصتوا، ساکت باش.

در فنا شدن، کوشش کن. همدم عطار شو.

اما گفتگوهای من ذهنی و فکر بعد از فکر، نمی‌گذارند ما فنا شویم.

از هر گفتگوی ذهنی، که شما را بزرگ و من ذهنی‌تان را تقویت و شما را به دفاع از خود و می‌دارد، پرهیز کنید تا مثل عطار، فنا شوید.

مهر غیر تو بود در دل من مهر ضلال

شکر غیر تو بود در سر من سرسام

اگر من، غیر از تو، غیر از خدا، غیر از زندگی، غیر از اصل خودم، به چیز دیگری مهر پورزم و متوجه

نشوم که ذات من، فقط عاشق خود، خدا هم فقط عاشق خود است، مهر گمراهی و ضلالت خورده‌ام.

این مهر گمراهی را هم خدا می‌زند. اگر مهر گمراهی من ذهنی روی ما بخورد تا زمانی که متوجه نشویم و

نگذاریم که این دانه شکافته شود، و این آموزش‌ها را بکار نیندیم، در سرسامیم. (سرسام، تورم سر که معادل آن

امروزه میگرن، مریضی‌های عصبی، مریضی‌های اخلاقی من ذهنی ست).

آدمی، در من ذهنی هزار کار انجام می‌دهد، مثلاً "از صورت‌های دیگر، زندگی و کمال طلب می‌کند،

ملامت می‌کند، می‌رنجد، خشمگین می‌شود، توقع دارد، هر چه بیشتر، بهتر، حرص دارد، از اضافه کردن

می‌خواهد زندگی بگیرد، ... اینها در من ذهنی منطقی به نظر می‌رسد ولی همه، مهر گمراهی و مقاومت ما

در مقابل جریان یکطرفه زندگی ست.

این مقاومت موهوم و تصنعی، سبب می‌شود که خرد زندگی قطع شود.

ما با عقلِ منِ ذهنی زندگی می‌کنیم. عقلِ منِ ذهنی یعنی گمراهی و شکرِ غیرِ تو. اگر بخاطرِ هدیه‌های زندگی و متعلقات، شکر کنیم، سببِ سرسامِ می‌شود. زیرا آنموقع، من حواس ام به هدیه‌ت دوست، حواس ام را از آفریدن گرفته و به آفریده داده‌ام.

هفته قبل گفتیم: به ثمر رسیدگی ما موقعی ست که از فضای یکتایی، با آرامش و با لطافت می‌آفرینیم. این لحظه، که خردِ زندگی از شما عبور می‌کند و تماشاگرِ آن هستید، عینِ به ثمر رسیدگی ست. نه اینکه اگرچه من دکتر شوم، به ثمر می‌رسم. البته که می‌توانی او را هم طوری تربیت کنی که دکتر شود، یاد بده که از خطرها پرهیز کند، وقتش را چگونه صرف کند، به چه چیزهایی چه مقدار اهمیت بدهد، رابطه اش را با دیگران بر چه مبنایی برقرار کند، چه چیزهایی می‌توانند بواقع به او حس خوشبختی و امنیت دهند، و ... هر چه بلدی یادش بده، ولی در یک زمینه و مبنای عشقی.

ما می‌دانیم که شکرِ نعمت‌های کسب شده بر اساسِ منِ ذهنی، سرسام آور است. شکرِ اصیل، هنگامی ست که واردِ فضای یکتایی و از جنسِ زندگی شده ایم. قدرِ این زنده شدن به زندگی و زنده شدن به لحظه را می‌دانیم و از آن مراقبت می‌کنیم و به کمتر از این قانع نیستیم. این همان زندگی‌ای بود که در اصل، دنبالش بودیم نه آن چیزهایی که منِ ذهنی ارزش می‌داند و ارائه می‌دهد. البته آنها را هم به دست می‌آوریم نه اینکه از آنها خود را محروم کنیم.

اصلاً" در این رابطه محرومیت معنا ندارد. یکی از دلایلِ اقامتِ ما در منِ ذهنی و ماندن در مدارِ هشپاری جسمی، محرومیت است. ما غلط فهمیدیم که باید خودمان را محروم کنیم، بچه‌هایمان را محروم کنیم، محرومیت یعنی منِ ذهنی. پرهیز، محرومیت نیست.

ما نباید هم هویت با نعمت‌ها بشویم ولی باید از نعمت‌های زندگی استفاده کنیم. اگر از آن فضا می‌آفرینیم، زیاد کنیم، به دیگران کمک و ببخشیم. ولی هم هویت نشویم. هم هویت شدگی ما را از آن فضا جدا می‌کند.

به زبانِ گر نکند یاد شکرخانه تو
کام و ناکام بود لذت آن در کام

مولانا می‌گوید: اگر من که با تو یکی هستم، بعد از اینکه از ذهن زاده شده و وارد فضای یکتایی شدم و از آن فضا خلق کنم، امکان ندارد که آن را به زبان نیاورم.

به عبارتِ دیگر، امتحانی هم هست، اگر دلِ ما زندگی شود و زنده به یکتایی شویم، نمی‌شود که تمام اعضای بدن ما از جمله زبان و فکر و عمل ما متکی به آن ماهیت و کیفیت نباشد. امکان ندارد.

اگر من به زبان، شکرخانه تو را بیان نکند (همانطور که شکر را در این ابیات می‌ریزد) ناکام می‌شوم. نمی‌شود که به تو کام پیدا کنم و در جهان مادی ناکام شوم.

نمی شود شما به فضای یکتایی زنده شوید ولی بدن تان سالم نباشد و اتفاقات خوب برایتان رخ ندهد. شادی از شما به بیرون تراوش نکند، ابراز نشود، نیکی نیافرینید، آثار خوب نیافرینید، زندگی تان پُر خیر نشود، هر کسی در اطراف شماست، شاد نشود، آرامش شما به او منتقل نشود، چنین چیزی ممکن نیست. پس، در جهان مادی این نیکبختی پخش می شود، اما نه از روی تقلید.

خبر رشک تو می آرد اشک تر من

نه به تقلید بل از دیده دهد پیغام

غیرت یعنی قانون. خبری که از غیرت تو، قانون تو می آید، اینست که: خدا فقط خودش را دوست دارد و تا زمانی که از جنس تو هم هستیم، را به آنجا راه نمی دهد. ما هم چون از جنس او هستیم به چیز دیگر نمی توانیم دل ببندیم. دل ببندیم دردمان می آید. اما این غیرت باعث می شود که تلاش کنیم با او یکی شویم. وقتی شما از جنس هشیاری حضور شوید، موقعی که به جهان مادی می آید، کاملاً جذب نمی شوید ولو اینکه مثلاً یک بار هم خشمگین شوید، آن رنجش، بعد از دو سه دقیقه از بین می رود، فوراً باز به فضای یکتایی برمی گردید و عمق بی نهایت خود را پیدا می کنید. خبری که از قانون غیرت تو می آید، اشک مرا در می آورد. قدیم معتقد بودند که اشک چشم، سَمْبَلِ لُطَافَت و عشق است و از دل بر می آید و در واقع خون دلی است که از چشم بیرون می ریزد ولی چشم این خون را جذب می کند و برای همین قرمز می شود. " این اشکی که جاری ست، از دل می آید. اشک تر من، به تحریک دیگران نیست و نه از روی تقلید، بلکه از شوق وصال و یکی شدن با توست که از عمق جان من سرچشمه می گیرد. مثلاً یک مجلس روزه، که یکی واقعا" از ته دل گریه می کند و دیگری با نگاه به دیگران، گریه می کند. کار خلاق من، از طبیعی ترین حالت زندگی نشأت می گیرد، از اینکه با تو یکی شده ام بر می آید. از اعماق وجودم سر می زند و در اثر واکنش و تقلید و محرکات بیرونی نیست. این پیغامی ست که از آن فضا می آورم ".

ما هم به همان نقطه می رویم که با زندگی یکی شویم.

پیغامی که از طریق ما بیان می شود از روی تقلید نباشد بلکه از اعماق وجودمان نشأت گرفته و بصورت عشق و برکت زندگی در این جهان ساطع شود.

