

برنامه شماره ۴۹۵ گنج حضور



رغبت به عاشقان کن ای جان صد رغایب
بنشین میان مستان اینک مه و کواکب
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۶
صبح کاذب را ز صادق و شناس
رنگ می را باز دان از رنگ کاس
مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۷۵۵
برنامه ۴۹۵

Program # 495

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۶

ر غبت به عاشقان کن ای جان صد ر غایب
 بنشین میان مستان اینک مه و کواکب
 آن روز پر عجایب وان محشر قیامت
 گشتست پیش حُسنَت مُسْتَعْرِقِ عجایب
 چون طیبات خواندی بر طیبین فشانندی
 طیب تر از تو کی بُود ای معدن اَطایب
 جان را ز تست هر دم سلطانی مسلم
 این شکر از کی گویم از شاه یا ز صاحب
 در جیب خاک کردی ارواح پاک جیبان
 سر کرده در گریبان چون صوفیان مراقب
 عشق تو چون درآمد اندیشه مرد پیشش
 عشق تو صبح صادق اندیشه صبح کاذب
 ای عقل باش حیران نی وصل جو نه هجران
 چون وصل گوش داری زان کس که نیست غایب
 جان چیست فقر و حاجت جان بخش کیست جز تو
 ای قبله حوایج معشوقه مطالب
 نک نقد شد قیامت اینک یکی علامت
 طالع شد آفتاب از جانب مغارب
 درکش رمیدگان را محنت رسیدگان را
 زان جذبه‌های جانی ای جذبه تو غالب
 تا ببند این دو دیده صبح خدا دمیده
 دام طلب دریده مطلوب گشته طالب
 عشق و طلب چه باشد آینه تجلی
 نقش و حسد چه باشد آینه معایب
 کو بلبل چمن‌ها تا گفتمی سخن‌ها
 نگذشت بر دهان‌ها یا دست هیچ کاتب

نه از نقش‌های صورت نه از صاف و نه از کدورت
نه از ماضی و نه حالی نه از زهد نه از مراتب

عقلم برفت از جا باقیش را تو فرما
ای از دَرت نرفته کس ناامید و غایب

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۵

آواز داد اختر بس روشنست امشب
گفتم ستارگان را مَه با منست امشب
بررو به بام بالا از بهر الصلا را
گل چیدنست امشب می خوردنست امشب
تا روز دلبر ما اندر برست چون دل
دستش به مهر ما را در گردنست امشب
تا روز زَنگیان را با روم دار و گیرست
تا روز چَنگیان را تَنتن تَنست امشب
تا روز ساغر می در گردش است و بخشش
تا روز گل به خلوت با سوسنست امشب
امشب شراب وصلت بر خاص و عام ریزم
شادی آنک ماهت بر روزنست امشب
داوود وار ما را آهن چو موم گردد
کآهن رباست دلبر دل آهنست امشب
بگشای دست دل را تا پای عشق کوید
کان زار ترس دیده در مأمُنتست امشب
بر روی چون زر من ای بخت بوسه می‌ده
کاین زر گازدیده در معدنست امشب
آن کو به مکر و دانش می‌بست راه ما را
پالان خر بر او نه کو کودنست امشب
شمشیر آبدارش پوسیده است و چوبین
وان نیزه درازش چون سوزنست امشب
خرگاه عنکبوتست آن قلعه حَصینش

برگستوان و خُودش چون روغنست امشب

خاموش کن که طامع آلکن بود همیشه
با او چه بحث داری کو الکنست امشب

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۸۰۶

مُژده مُژده همه عشاق بِکوبید دو دست
کانک از دست بِشد دست زنان می‌آید
خُشتر از جان چه بود جان برود باک مدار
غم رفتن چه خوری چون به از آن می‌آید
هر کسی در عجبی و عجب من اینست
کو نگنجد به میان چون به میان می‌آید

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۵۴

همه حیات در اینست کاذِبُوا بَقَرَه
چو عاشقان حیاتید چون پس بَقَرید؟
هزار شیر تو را بنده‌اند چه بود گاو؟
هزار تاج زَر آمد چه در غم کم‌رید؟
چو شب خطیب تو ماهست بر چنین منبر
اگر نه فهم تباهست از چه در سَم‌رید؟

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۴۵

لذت عشق بُتان را ز زَحیران مطلب
صبح کاذب بود این قافله را سخت مُضل

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۷۵۴

ذکر حق کن بانگ غولان را بسوز
چشم نرگس را ازین کرکس بدوز
صبح کاذب را ز صادق و شناس
رنگ می را باز دان از رنگ کاس

تا بُود کز دیدگان هفت رنگ
دیده‌ای پیدا کند صبر و درنگ
رنگها بینی بجز این رنگها
گوهران بینی به جای سنگها
گوهر چه؟ بلک دریایی شوی
آفتاب چرخ‌پیمایی شوی

کارکن در کارگه باشد نهان
تو برو در کارگه بینش عیان

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۳

می ده گزافه ساقیا تا کم شود خوف و رجا
گردن بزن اندیشه را ما از کجا او از کجا
پیش آر نوشانوش را از بیخ برکن هوش را
آن عیش بی‌روپوش را از بند هستی برگشا
در مجلس ما سرخوش آبرقع ز چهره برگشا
زان سان که اول آمدی ای یَفْعَلُ الله ما یشا
دیوانگان جسته بین از بند هستی رسته بین
در بی‌دلی دل بسته بین کاین دل بود دام بلا
زوتر بیا هین دیر شد دل زین ولایت سیر شد
مستش کن و بازش رَهان زین گفتن زوتر بیا
بگشا ز دستم این رسن بر بند پای بوالحسن
پُر ده قدح را تا که من سر را بنشناسم ز پا

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸

گویی مرا چون می‌روی؟ گستاخ و افزون می‌روی؟
بنگر که در خون می‌روی آخر نگویی تا کجا؟
گفتم کز آتش‌های دل بر روی مَقرش‌های دل
می غلط در سودای دل تا بحر یَفْعَلُ ما یشا
هر دم رسولی می‌رسد جان را گریبان می‌کشد

بر دل خیالی می‌دود یعنی به اصل خود بیا

*

با سلام و احوالپرسی، برنامه گنج حضور امروز را با غزل شماره ۳۰۶ از دیوان شمس مولانا شروع می‌کنم، در ضمن این چهارصد و نود و پنجمین برنامه گنج حضور است:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۶

رغبت به عاشقان کن ای جان صد رَغایب

بنشین میان مَستان اینک مَه و گَواکب

مولانا با یک صحنه آرای، وضعیتِ انسان و خلقت و خدا، زندگی را توصیف و به نمایش می‌گذارد.

در آن صحنه، زندگی ماه است و همه انسان ها، مستان یا عاشقان هستند.

ماه، وسط نشسته و گَواکب یعنی ستاره گان، نورِ زیبایِ ماه را که نمادِ عشق و خرد و زیبایی و لطافت و همه خصوصیاتِ یوسفی ست، پخش می‌کنند.

پس در صحنه، یک ماه و کلی ستاره ست. ممکن است کسی بگوید الآن که اوضاع اینطور نیست!

به همین دلیل است که می‌گوید: " رغبت به عاشقان کن "

همه انسان ها بالقوه، عاشق هستند.

عاشق به این معنی که می‌توانند از چَنبره و پوسته منِ ذهنی یا ذهن که امروز توضیح خواهیم داد، آزاد، و وارد فضای یکتایی این لحظه شوند و در آنجا حسِ یکی بودن با زندگی، خدا کنند.

اینکار، ممکن و آسان بنظر می‌آید. زیرا هشیاری راه طولانی را در مسیر تکاملی خود پیموده.

هشیاری در ما، از مرحله جمادی، نباتی و حیوانی را تا انسان، عبور کرده و کامل تر شده و اینک در ما، آن هشیاری، به دامِ ذهن افتاده، به خوابِ ذهن فرو رفته و بنظر می‌آید در آنجا گیر افتاده.

ولی این گیر افتادن، بسیار شُل و سُست و ناپایدار است. با شنیدن و فراگیری معرفت و دانش و آگاهی مولانایی، انسان ها می‌توانند از خوابِ ذهن، بیدار شوند و بلافاصله چسبیدن و وفادار ماندن به پدیده های فنا پذیر و هلاک شونده و بی ثبات را ترک کنند و از ذهن بیرون بپرند. اینکار امکان پذیر و عملی ست.

بنابراین می‌گوید: رغبت به عاشقان کن. رغبت به همانها که این جهت و مسیر را طی کردند.

ای جانِ صد رَغایب (جمع رَغیبه) به معنی اجناسِ مرغوب و نفیس و بسیار پُر بها ست و منظور، انسان است.

انسان جنسِ برگزیده و واجد شرایط و مرغوب، از جنسِ هشیاری تقریباً " آزاد شده ست. گیر و وابستگی هایش خیلی شُل است.

علت آزاد نشدن ما از زندانِ مخوفِ درد و هم هویتِ شدگی با دنیا، عدم شناختِ مان از خودمان است.

نمی دانیم کی و در چه مقام و جایگاهی هستیم!

کسی به ما نگفته یا به اندازه کافی نگفته اند یا بنحوی که متوجه شویم، نگفته اند که ما: از جنسِ خدایت، از جنسِ هشیاری، فرزندیِ عشق، از جنسِ زندگی هستیم.

حالا مولانا یاد آوری و بیدارمان می کند و می گوید: **اصل ما پوسته ای بنامِ منِ ذهنی نیست.**

من در طولِ این غزل، فرایندِ تشکیلِ منِ ذهنی را توضیح خواهم داد.

ولی مختصراً" اشاره کنم که خدایت، هشیاری بی فرم، زنده، از آنطرف می آید، در شکمِ مادرمان، در فرمِ حلول می کند و تار و پودِ ما را می تند. پس از حدود نه ماه، از شکمِ مادرمان زائیده می شویم و بتدریج، تا دو، سه سالگی، طی پروسه ای و بوسیله حس پنجگانه (دیدن، شنیدن، بوئیدن، چشیدن و لمس کردن) جذبِ پدیده های مختلف این جهانی و چسبیدن به آنها، واردِ ذهن می شویم.

به آهستگی و با بزرگتر شدن، جذب شدن و چسبیدن به اقلامِ جهانی، بیشتر و گسترده تر می شود.

کم کم انسان در ذهن، هویتی بنامِ حس وجود، در نتیجه بردن حواس پنجگانه به ذهن، خوب و بد کردن و مقایسه و قضاوت کردن، برای خود کسب می کند و هویتِ اصلی اش را که همان هشیاری بی فرم، از جنسِ زندگی و خدایت بودن، بود، فراموش می کند و تقریباً" به خواب فرو می رود.

هویت یعنی حس وجود. یعنی: من کی هستم؟ من چه هستم؟

هشیاری قبل از اینکه وارد ذهن شود، بی فرم و از جنسِ عشق و زندگی ست.

اما وقتی وارد ذهن می شود، آن اصل و آن منِ ابتدا را فراموش می کند و منِ دیگری خلق می کند.

یک منِ توهمی که زندگی را بصورتِ مفهوم و جسم و فکر می بیند.

بافتِ این من، بافتِ فکری ست یعنی بوسیله فکر درست می شود. عینی و واقعی نیست. توهمی ست.

به این معنی که ما زندگی را به مفهوم، فکر، جسم، تبدیل کرده و در واقع:

بجای زنده بودن به زندگی، زندگی را فکر می کنیم.

همه آدم ها باید وارد این ماجرا شوند. مثل اینکه هشیاری برنامه دارد:

لانه ای بسازد، در درونِ آن لانه، بافت یا هویتی تازه برای خود بتند و بعد دوباره از آن خارج و به اصل خود برگردد.

این بافت که اسمش **منِ ذهنی** ست، **دو جنبه دارد:**

محتوای منِ ذهنی (چه هست؟) و ساختمانِ منِ ذهنی (چگونه ست؟).

وقتی از یک بچه، اسباب بازی اش را بگیریم، دردش می آید و به گریه می افتد. حال اگر اسباب بازی دیگری به او بدهیم، بلافاصله اسباب بازی دوم را می پذیرد و آرام می شود.

پس متوجه می شویم که محتوا قابل تغییر است.

ما هم به همین صورت.

محتوا، هویتِ اصلی خود، آن هشیاریِ اولیه را گم و یا فراموش کرده به پدیده های دیگر می چسبیم و با آنها به اصطلاح هم هویت، یکی و موقتا" آرام می شویم.

اما اگر این محتواى جدید، این پدیده جدید را که اصلِ ما نیست، اما با چسبیدن به آن به ظاهر" آرام شده ایم، گم کنیم یا آن را از ما بگیرند، ناراحت می شویم، واکنش نشان می دهیم.

مشخصه ساختمانِ منِ ذهنی، عبارتِ مهم، **,, مالِ من ,,** است.

در کودکی ما بوسیله یکی شدن، هم هویت شدن، با اسباب بازی و با عبارت **,, مالِ من است ,,**، بعنوان ساختارِ و محتوا، منِ ذهنی را می سازیم و با جلوتر آمدن، کم کم آن را ادامه داده و بزرگتر می کنیم.

مثلا" اسباب بازی کودک که ماشین کوچولویی ست، وقتی بزرگ شد، تبدیل به اتومبیلی می شود که با آن رانندگی می کند. هر چیزی می تواند محتوا باشد.

محتواهای مهم را، شرطی شدگی های فرهنگی، یعنی آموخته ها و یادگیری های خانوادگی و فرهنگی تعیین می کنند. بستگی به اینکه کجا زندگی می کنیم، ارزش ها و معیارهای جامعه ای که در آن زندگی می کنیم، کدام ها هستند، شرطی شدگی های مان متفاوت است.

شرایط هر منطقه، رعایت اصولی را که ساخته و پرداخته افراد همان منطقه ست، طلب می کند. بکار گیری کُدها رفتارِ ها و ... در طولِ سالیان، شرطی شدگی ها را واردِ ذهنِ مان می کند و آنها را در ما شکل می دهد.

با آن چیزهایی که آنجا، بیرون، مهم است، هم هویت می شویم.

این شرطی شدگی ها، مانعِ نفوذِ هشیاریِ حضور، به ذهن می شوند.

این شرطی شدگی های بیرونی بیشترین انرژی و حواسِ ما را می بلعند و هشیاری را جذبِ خود و تلف می کنند.

اما این هویتِ شرطی شده تقلبی ست، اصلِ ما نیست.

ما می توانیم کُدها و رفتارِ ها و معیارهای جامعه را بعنوانِ محتوایی که می خواهیم هویتِ مان را به آنها ببخشیم، انتخاب کنیم، اما هویتی که کسب می شود، اصلِ ما نیست.

خداییت را می شود گم یا فراموش کرد ولی نمی شود همان هویت را به اجسام داد.

همانطور که گفتیم: اجسام ذهنی: فکرها، مفاهیم، وضعیت ها، فُرم ها، و چارچوب هایی هستند که ما می توانیم در ذهن مان تجسم کنیم و به آنها حسِ هویت بدهیم و به آنها بچسبیم، چهار قسم اند.

به عبارت دیگر، ما با چهار بُعد وجودی مان سر و کار داریم: سه بُعد مادی و یک بُعد معنوی.

بُعد مادی شامل: بُعد فیزیکی - بُعد ذهنی - بُعد هیجانی ست.

بُعد معنوی شامل: بُعد جان، بُعد بی فُرمی ماست. قرار است که از این بُعد غیر مادی، از هشیاری ای که می توانیم به آن زنده شویم، خرد و انرژی زنده زندگی و خدایی به آن سه بُعد مادی جاری شود. اگر این مهم صورت نگیرد، زندگی معمولی مان سر و سامان نخواهد داشت. در این بُعد، همه بُعدها، همه ادیان، همه فُرم ها، همه چیز می گنجد.

بُعد معنوی ما بسان آسمان است و سه بُعد دیگر، ستاره ها و اجرام سماوی ست که آسمان، آنها را در بر گرفته.

بُعد فیزیکی: ذهن، اجسام فیزیکی، اتومبیل، مداد، حتی تن آدم، بچه و همسر را، بصورت جسم می بیند، با آنها هم هویت می شود. یعنی می گوئیم: **مال من است**.

بُعد فکری، ذهنی: باورها، فکرها، فُرم ها، خوش آمدن، بد آمدن ها و ... را در بر می گیرد.

بُعد هیجانی: در ارتباط با اجتماع، در ارتباط با دیگران است. دردها را که زائیده ترس و خشم و کینه و رنجش و قضاوت و ... ست، در بر می گیرد.

هم هویت شدن، یک نوع حالت است. هم هویت شدن (بنظرم، این عبارت را خودم درست کردم، چون قبلاً آن را جایی نشنیده بودم و بکار برده نشده بود. در این رابطه گاهی اوقات واژه همانیدن، یعنی همان درست کردن را بکار می برم)، یعنی هویت خود را به چیزی بخشیدن. و ما اینکار را می کنیم.

به هر چه که هویت مان را ببخشیم، بوسیله ساختار **مال من**، جزو ما می شود: **تو مال منی. تو منی.**

پس: هشیاری وارد ذهن می شود، خود را گم می کند. می خواهد همان را، یعنی خودش را پیدا، ترمیم و درست کند. به اجسام می چسبد، با آنها یکی می شود و **هویت خودش را به آنها، می بخشد.**

به عبارت دیگر، به تجسمات خود، به مفاهیم، به فُرم ها، به دانسته های خود، حس وجود، حس هویت می بخشد.

حالا، به هر مقوله گذرا و از دست رفتنی که ما هویت مان، جنس خودمان را، ببخشیم، چون اساساً و بنیاداً ناپایدار و هلاک شونده هستند و از دست خواهند رفت، درد و غم ایجاد خواهند کرد.

مال من، درد دارد. اصلاً یک راه شناسایی آزاد شدن از ذهن این است که شما بگوئید: **من هیچی ندارم.**

هیچی مال من نیست. این مال من، واقعاً توهم است و ذهن ایجاد کرده. همسر، بچه، اتومبیل، پول، مال من نیست، من از جنس هشیاری هستم.

لا، یعنی: نه. یعنی من این نیستم. اتفاقاً فضای ذهن، فضای لا ست.

شما وقتی بیدار و آگاه، تفاوت بین هشیاری جسمی و هشیاری زنده حضور را تشخیص می دهید، هر چه فضای ذهن به شما، بعنوان **مال من**، نشان می دهد، من هشیار شما می گوید:

نه، **مال من** نیست. این **بچه مال من** نیست. این **مقام مال من** نیست، این **دانش مال من** نیست، ...

بچه، درخت سیبی جداست که باید محصول خودش را بدهد. باید مستقیماً به خاک، به زندگی وصل شود و خدا، زندگی، خودش را از طریق او بیان کند. من نمی توانم سایه ام را روی او بیندازم. **مال من** نیست.

مال من، توهم است. این شناسایی مهم را مولانا به ما می دهد.

در طول غزل خواهیم خواند اما بعنوان مقدمه عرض می کنم:

پس، بوسیله محتوا و ساختار، به اصطلاح روانشناسی، ذهن و بافتی که اسمش را من ذهنی گذاشته ایم، تماماً شرطی شده. (در واقع، من جذب ذهن شده ام، من ذهنی می نامیم).

واژه شرطی شده، اصطلاح غیرعادی و عجیب و غریبی نیست. شرطی شده، یعنی یاد گرفته، ناخودآگاه و بطور اتوماتیک، بدون اینکه متوجه شویم و بتوانیم پیش بینی کنیم، واکنش نشان دهیم.

مثلاً گاهی، اتفاقی می افتد و ما فوراً "خشمگین می شویم. پیش بینی نمی کردیم و نمی دانستیم که ممکن است ناگهان خشمگین شویم، بعد هم پشیمان می شویم. چون این خشم، از یک شرطی شدگی برآمده بود.

پس، من ذهنی تماماً شرطی شده ست.

حال، وقتی هشیار می شویم و بعنوان هشیاری از ذهن بیرون می آییم، تمام ساختار و محتوای من ذهنی را می بینیم و بر انواع و اقسام فرمول های آن اشراف پیدا می کنیم. متوجه می شویم که در آنجا هشیاری به اقلام و مواردی هویت داده، با آنها یکی شده. این اقلام و موارد، چهار نوع هستند که قبلاً هم به آنها اشاره شد.

مثلاً، اقلام فیزیکی مثل خانه و اقلام هیجانی مثل درد.

کسی به رنجش اش می چسبد و به رنجش اش حس وجود می دهد، مثل اینکه رنجش اش، خود اوست. در حالیکه این حس، خیال است.

باورها اگر چه مثل این خودکار، جسم نیستند ولی شکل و آرایش، فرمسیون ها و ساختمان های انرژی هستند. همه باورهایی را که به ذهن می بریم و به آنها حس هویت می دهیم و به آنها می چسبیم، مبنای مقایسه قرار می گیرند.

برای همین است که می گوییم: باورهای من، بهتر از باورهای دیگران است.

یعنی: من من، با من دیگران، مقایسه می شود.

باورهای سیاسی، باورهای مذهبی، باورهای ملی، باورهای خانوادگی، باورهای شخصی، همه می توانند محتوای من ذهنی باشند و مبنای مقایسه قرار گیرند.

به خاطر داشته باشیم که هشیاری، خداییت، نیروی بی نهایت هشیار و خلاق، ابتدا خود، این کارها را می کند. چرا اینکار را می کند؟

بنظر می آید: اینکار لازم است.

گویی یک ماهیت آسمانی، تکه ای از بی فرمی خود را به زمین پرتاب می کند زیرا قصد دارد لانه ای بسازد و آنجا برود. حال، ما بگوییم: ای ماهیت آسمانی چرا مرا به اینجا پرتاب کردی؟! ما پاره ای از آن ماهیتی هستیم که همه چیز را آفرید.

در حالیکه فکر می کنیم یک بدن و یک شخصیت مستقل هستیم! فکر می کنیم که فقط این وجود فیزیکی هستیم!.

هم هویت شدگی یعنی: شما پدیده ای را در ذهن تجسم کنید و بگویید این پدیده بسیار خوبی است و من می خواهم هویت ام را به این پدیده ببخشم و بعد بگویم من/این هستم.

اما این هم هویت شدن توهمی، همیشه درد خواهد داشت.

برای اینکه بعد از آن، همان مورد، همان پدیده، مرکز شما قرار می گیرد و عینک دید شما می شود. دیدی که غلط است و شما را به دردسر خواهد انداخت. بعلاوه این پدیده، از بین رفتنی، گذرا و آفل است و وقتی از بین می رود، خشمگین خواهید شد و یا خواهید ترسید، مخلوط خشم و ترس و هیجانات منفی، بعلاوه غلط دیدن، به شما درد خواهد داد. " دیوانه می شویم ".

به جسم ها چسبیده، از طریق عینک جسم، جهان را می بینیم، هر چه بیشتر بهتر.

جمع می کنیم، خشمگین هستیم، همه توطئه کرده اند، یک حالت دیوانگی. حالت سبک مغزی. خبط دماغ. علیرغم اینکه از جنس هشیاری هستیم اما هشیار نیستیم.

حال آنکه، جوهر و پیام درد، این است که شما بنشینید و به خود بگویید:

این چه کاری ست! من چرا درد می کشم؟ بنظر می آید که زندگی ما را به ذهن می فرستد. یک طرف کشی را بدست دارد و می کشد. طرف دیگر کش در دست ماست. ما کش را می کشیم، می کشیم، می کشیم، می کشیم. هر چه بیشتر می کشیم، بیشتر درمان می آید. در نقطه ای، تمام پتانسیل کش، کشیده شده و دیگر نمی توان کش را کشید یا کش پاره می شود. بیدار می شویم.

کسی باید از ذهن بیرون بیاید و تذکر دهد: کارهایی که از مبنا و پایگاه من ذهنی، انجام می گیرند، درست نیستند، میزان هشیاری را پایین می آورند. یک سر این کش دست زندگی، دست خداست. یکطرفش را هم ما می کشیم.

هر چه شما به اتفاق این لحظه مقاومت کنید، با چیزهای آفل هم هویت شوید، قضاوت کنید و با قضاوت تان هم هویت شوید، کش را بیشتر می کشید.

"نکشید". کسی که تسلیم می شود آرام آرام به آن سمت برمی گردد. او می کشد.

هر چه شما بکشید، درد بیشتر می شود.

اما در نقطه ای، هر کس باید به خود بگوید: چرا کشم را می کشم؟!.

چرا با لحظه و رویداد آن مخالفت و دعوا می کنم؟! چرا مقاومت می کنم?!.

شما می دانید وقتی به من ذهنی می روید، هشیاری تان، هشیاری جسمی ست.

برای اینکه ما به جسم ها هویت داده ایم. از این جسم، به جسمی دیگر که خودمان هستیم، می پریم و از این اجسام زندگی و هویت می خواهیم.

یکی از این جسم ها همسر ماست، یک جسم دیگر بچه ماست، یک جسم دیگر دوست ماست، یک جسم دیگر، پول ماست، یک جسم دیگر اتومبیل ماست، یک جسم دیگر مقام ماست، یک جسم دیگر باورهای ماست، یک جسم دیگر بدن (بعضی ها می گویند) خوشگلی من است، با آنها هم هویت ایم.

(من فلان باورم. فلان شخصیت ام. فلان نقش را دارم. بچه ام فلانی ست. خانه ام فلان جاست، سوادم ...).

گفتیم: ما، شما هستیم. اموال، من: شما هستم.

شما هم تأیید کنید، بگویید: من، شما هستم. به من حس هویت بدهید.

اما این اجسام، این موقعیت ها، این فرم ها، نمی توانند تقاضای ما را پاسخ دهند.

مولانا می گوید: ما از طریق محتوا و مال من، با اجسام هم هویت می شویم. یکدفعه تصمیم می گیریم که یک کسی یا یک چیزی مال ما باشد. یعنی، ذهن! با یک طناب نامریی خودمان را به آن موضوع یا مقوله یا فرد، وصل می کنیم و خود را به آن سنجاق و می چسبانیم. احساس بزرگ تر شدن می کنیم.

بشر هم هویت شده ناگاه، فکر می کند که هر چه بیشتر محتوا جمع کند و با آنها هم هویت شود، بزرگتر می شود! این طرز تفکر غلط، و توهم ذهن است.

در واقع کلید قضیه اینجاست:

به درون ذهن می رویم، با پدیده های این جهانی (از طریق محتوا و مال من، کسانی یا چیزهایی را با یک طناب نامریی به خود وصل می کنیم و با آنها و از داشتن آنها احساس بزرگی می کنیم) هم هویت می شویم، هر چه بیشتر، بهتر ... اما هر چه بیشتر به ذهن می رویم، هر چه بیشتر، اضافه می کنیم و به خود می چسبانیم، اما خود گم شده مان را پیدا نمی کنیم، آن حس امنیت و شادی و آرامشی را که دنبال می کنیم، از این فرم ها و دارم، دارم، ها دریافت نمی کنیم. ناگاه، در سپیده دمی، متوجه می شویم که فضای ذهن و طناب های نامریی آن جوابگوی انتظارات روح تشنه و عاصی و مشتاق و

جستجوگرمان نیست. از آنجا که بالقوه هشیاری فضای وحدت و یکتایی هستیم، در یک بیداری و رستخیز ناگهان، بالفعل، به سوی زندگی، خدا، برمی گردیم.

سپس، با دید و دلی تازه، مُنبَعث از پایگاه و مقام آن فضا، مجدداً "به جهانِ فُرم، بر می گردیم.

اما این گذار، ما را به بلوغ رسانده. مثل میوه پخته. پزانده.

این برخاستن از فضای یکتایی، از زندگی، از اصل خود، و بازگشت به دنیای فُرم، بازگشتی متفاوت است. حال، هشیاری، از خود آگاه است.

هشیارانه می فهمیم: **من هشیاری هستم.**

قبلاً" نمی فهمیدیم. در واقع، فلسفه و حکمت رفتن به ذهن، چسبیدن به اجسام و درد کشیدن، همین بیدار شدن و بیرون پریدن از ذهن بود. و ماجراجویی های بعد آن.

ما الآن می دانیم که علاوه بر هشیاری جسمی، هشیاری ذهنی، هشیاری دیگری نیز هستیم. **هشیاری حضور.**

هشیاری ای که روی خود قائم است و ما می خواهیم همان شویم.

همانطور که گفتیم: فلسفه پریدن از این جسم به آن جسم این است که ما یک روز بفهمیم که در اجسام بیرونی زندگی نیست و ما از جنس جسم نیستیم و اینکار اشتباه است. هم هویت شدگی اشتباه بوده. بیش از حد در هم هویت شدگی ماندن، اشتباه بوده. همانطور که اقامت در شکم مادر بیولوژیکی مان را زندگی، نه ماه تعیین کرده، در خارج از شکم مادر هم، هویت شدگی ها مدت محدودی دارد.

باید دست از هم هویت شدگی ها بکشیم. البته، این از دست دادن ها، درد دارد.

درده، دوازده سالگی، باید محفظه ذهن را ترک می کردیم. نه اینکه باز همانجا بمانیم، حرص بزنیم، و با هر چه بیشتر بهتر: حالا دیگر چه اضافه کنم، چه باید بدست بیاورم، چه کسی را بگویم، چوب لای چرخ کی بگذارم، چه کسی را تحقیر کنم، ... همیشه درمقایسه باشیم، خودمان را مطرح و بالا ببریم، به دیگران لطمه بزنیم، حسادت کنیم، بدی مردم را بگوییم، و ... آب به آسیاب من ذهنی بریزیم!

این اوضاع را اگر خیلی ادامه بدهید و کش را خیلی بکشید، درد ایجاد خواهید کرد.

درد هم که دائم به ما هشدار و تذکر می دهد: این راه اشتباه ست.

یعنی هر چه بیشتر کش را می کشیم و به کشیدن کش اصرار می کنیم، چون سر کش، دست زندگی ست، مُدام ندا می دهد: برگرد. نرو. زیاد نرو. به اندازه کافی رفتی! برگرد.

حالا، باز هم در مورد من ذهنی صحبت خواهیم کرد و مثال هایی خواهیم زد.

مولانا می گوید: آدم های هم هویت شده، مَستان هستند. اینها خیلی شل به اجسام چسبیده اند.

رو به زندگی می گوید: (البته ما هم زندگی هستیم وقتی اینها را می گوئیم، خودمان هم می شنویم). تو بیا، رَغَبَت به عاشقان کن. رَغَبَت به عاشقان کن، یعنی: ای زندگی، ای خدا، رَغَبَت به ما کن که شُل به چیزها، به فُرم ها چسبیده ایم، اگر تو، کمی توجه مان کنی، متوجه می شویم که در حال ارتکاب اشتباه هستیم. متوجه می شویم که تو جانِ همه ما، تو خودت هستی. رَغَبَت کن. بین مَستان، مانند ماه بین ستاره گانی که نور تو را منعکس می کنیم. بنشین. حالا،

آن روز پرعجایب وان محشر قیامت

گشتست پیش حُسنت مُسْتَعْرِقِ عجایب

آن روزِ شگفت انگیز و پر از چیزهای عجیب و غریب و آن محشر (زنده شدن) و آن قیامت (بلند شدن)، ... یعنی چه؟ درموردِ شخصِ شما یعنی، شما شناسایی می کنید، متوجه می شوید که این هم هویت شدگی، هویت بخشیدن به چیزها در ذهن، توهمی بوده و همه اش در فضای لا بودیم. شما همه را لا می کنید، یعنی چه؟ یعنی من هیچکدام از این هم هویت شدگی ها، هیچکدام از این شرطی شدگی های موروثی، نیستم. آن مرحله، محدود و قراردادی بوده، الآن بیدار می شوم.

پس می گوئیم: (محشر قیامت) من که در ذهن مرده ام، در حالِ بیدار شدن هستم و می خواهم بیدار بمانم. می خواهم زنده بشوم و روی پایِ هشیاری بایستم. رویِ پایِ همان جنسی که قبل از ورود به ذهن، بودم. (راجع به تن صحبت نمی کنیم).

آن روزِ پرِ عجایب و آن محشرِ قیامت، همین لحظه ست. تحتِ نگاه ماه و زیباییِ تو، این لحظه قیامت است و من در حال شناسایی هم هویت شدگی هایم هستم. هم هویت شدگی هایی که ابتدا، و برای مدتِ محدودی درست و لازم بوده ولی نه بعد از نه سالگی، ده سالگی، بیست سالگی!.

اینک، من در حالِ بیدار، زنده شدن هستم. رویِ پایِ هشیاری قائم می شوم و قرار است حُسنِ تو، از طریقِ من منعکس شود و بِدِرَخْشَد و در جهان بیان شود.

این جهان، همین لحظه غرقِ چیزهای شگفت انگیز است، چرا؟

برای اینکه تو مثلاً ماه، از طریقِ انسان ها خودت را، عشق و خرد و زیبایی ات، زنده بودن، زندگی را بیان می کنی. همه انسان ها حسِ زنده بودن می کنند و از منِ ذهنی می خواهند خارج و بیدار شوند و بیدار بمانند. این انسان ها، چیزهای عجیب و غریبی خلق خواهند کرد. همین الآن، این لحظه، قیامت است و من در حالِ بیدار شدن هستم. ما، دو قیامت داریم: قیامت بزرگ (محشر) و قیامتِ کوچک.

قیامتِ کوچک، همین نقطه بیداری، آگاه شدن و بیدار ماندنِ ماست.

در قیامت کوچک، هر کس می تواند بگوید: بله. من متوجه چهار بُعد خود (سه بُعد مادی: فیزیکی، فکری، هیجانی و یک بُعد معنوی)، همچنین، دردهایی که به آنها هویت داده و فکر می کردم منم، شده ام.

مولانا گفت: این چهار بُعد، به مثابه ریشه ای ست که چهار شاخه گل، بر آن روییده. هفته گذشته هم گفت:

شد درختِ کثرِ مَقومِ حقِ نما أَصلُهُ ثابت و فَرَعُهُ فی السَّمَاءِ

یعنی وجودِ ما، تنِ ما، این چهار تا شاخه، این چهار بُعد، به هم بافته شده اند، نمی توانید یکی از شاخه ها را بیرون کشیده و جدا کنید. بمحض اینکه بیدار شویم و بیدار بمانیم، ریشه را می بینیم.

درختی هستیم که ریشه ما در هشیاری حضور است. الآن، هشیاری حضور را فراموش کرده ایم.

نمی گوئیم: گم کرده ایم، می گوئیم: فراموش کرده ایم.

اگر کسی الآن به دردها چسبیده، به چیزهای این جهانی چسبیده و می خواهد از آنها هویت بگیرد، موقتاً "هشیاری را، بودن را، خدا را (اسمش هر چه خواهیم می توانیم بگذاریم)، اصلِ مان را، فراموش کرده. هشیاری به خواب رفته.

پس، این صحنه ست. بعد هم می گوید:

چون طبیات خواندی بر طیبین فشانندی

طیبتیر از تو کی بود ای معدنِ اطایب

طبیات (جمع طَبِین، پاکان)، به آیه ای از قرآن اشاره می کند: زنانِ پاک، به مردانِ پاک تعلق دارند و مردانِ پاک، به زنانِ پاک. در اینمورد هم خیلی تأکید می کند. زنانِ خبیث، متعلق به مردانِ خبیث و مردانِ خبیث، متعلق به زنانِ خبیث اند. (البته راجع به زن و مرد صحبت نمی کند، سمبلیک صحبت می کند).

در فرهنگ عامیانه این طرز تفکر وجود دارد که مرد روی زن اثر می گذارد. مرد به هشیاری، به خدا تشبیه شده، و زن به ذهن. وقتی ذهن ساده شود، هشیاری روی آن اثر می گذارد.

حالا که شما فرمودید: زن سمبلِ ذهن و مرد سمبلِ هشیاری ست، وقتی ما از ذهن متولد می شویم و حسِ هویت از ذهن کنده می شود، یعنی آن هم هویت شدگی ها با دردها و با فکرها از بین می روند، ذهن ما ساده می شود.

سپس زندگی می تواند روی ما یا ذهن ما اثر بگذارد. می تواند تماماً "واردِ وجود ما، واردِ آن چهار بُعد و آن چهار شاخه شود. درختِ کثر، حق نما می شود. یعنی آثارِ عشق و خرد در تمامِ ابعادِ وجودیِ ما ظاهر می شود، فکرهای ما خلاق، تنِ مان سالم، احساساتی با کیفیتِ عالی، از عمقِ زندگی نشأت می گیرد.

نه اینکه چون امروز هزار دلار بدست آوردم، خوشحال شوم، یا چون هزار دلار از دست دادم، بد حال شوم. شادی و خوشحالی مربوط به ذهن است.

به خدا می گوئیم: حالا که تو می گویی: زنانِ پاک، متعلق به مردانِ پاک هستند، پس پاک تر از تو کیست؟

پس، ذهن و بدنِ ما، در اختیارِ تو که معدنِ پاکی هستی. تو اثر بگذار.

پس متوجه شدیم: انسان ها مثل ستاره دور ماه هستند و این لحظه قیامت است.

با شنیدن این ندا و آموزش، همه در حال زنده شدن هستند. خدا معدنِ پاکی ست. بر اساسِ جوهر و پیام این آموزش، ذهن ما هم باید پاک شود. زیرا: **ذهن پاک و انسان پاک، به خدا می رسند.**

یعنی: همینکه ما از ذهن زاینده شویم و یا ذهن را از حسِ هویت هایی که قبلاً" به او داده بودیم، پاک کنیم، در اختیارِ زندگی، خدا قرار می گیریم.

*

حال، سریع غزلی با هم می خوانیم. ببینید مولانا در مورد ستاره ای که نورِ خدا را منعکس می کند، چه می گوید؟

چه خصوصیتی دارد؟ آیا در جهان، غم و اندوه منتشر می کند یا عشق و زیبایی می پراکند؟

البته شما، جواب آن را شما می دانید. شادی و آرامش در جهان پخش می کند. در غزلِ 305 می خوانیم:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۵

آواز داد اختر بس روشنست امشب

گفتم ستارگان را مه با منست امشب

امشب، منظور، شبِ جسم است. یعنی همین الآن در این جهان، ما، در اجسام سرمایه گذاری شده ایم. ولی می دانیم که بعنوانِ هشیاریِ حضور، در مقامِ هشیاریِ قائم به ذاتِ حضور، می توانیم از ذهن بکنیم.

ما این بدن نیستیم. در تمثیلِ ستاره گان و ماه، یادتان باشد، یکی از اخترها، ستاره ها، ندا داد: امشب خیلی روشن است. "یکی از شما، مثل مولانا"، به بقیه ستاره گان، به بقیه انسان ها: امشب، مه با من است. با خدا، با زندگی، حسِ یکتایی می کنم.

برو به بام بالا از بهر الصلا را

گل چینست امشب می خوردنست امشب

(اساساً" شبِ ما، این جهان، باید به اینصورت باشد). به اوج و تعالی برو، فرای تمامِ فُرم ها. به آسمانِ قلمرو درون.

در غزل هم می گوید: بوسیلهٔ توست که ما سلطانِ عالمیم. سلطانِ عالم یعنی، سلطانِ مملکتِ خود. یعنی هر چه که ذهنِ من، از فُرم و وضعیت، تجسم می کند، که رویِ من اثر بگذارد، بی فایده ست زیرا وِرایِ همهٔ نقش و نشانه ها، انگاره و انگاشته ها هستم و تأثیر نمی پذیرم.

پس، بالایِ آسمان، فرای همه چیز، مردم را (الصلا) دعوتِ عمومی کن.

ستاره ای که از ماه هشیاری می گیرد، کسی که ماه را حس می کند، شما که به حضور زنده می شوید، این انرژی و عشق را مثل مولانا، در جهان پخش می کنید.

امشب همه اش می زندگی را می نوشیم و این می سبب خلاقیت ما در جهان می شود، گل می چینیم. زیبایی می آفرینیم.

تا روز دلبر ما اندر برست چون دل
دستش به مهر ما را در گردنست امشب

واقعا" همینطور است. تا روز (همه ببینند).

مولانا معتقد است که تا قیامت بزرگ، که همه باشندگان، به هشیاری حضور زنده شوند، از نظر زمانی، خیلی مانده. اما حالا، راجع به انسان صحبت می کنیم.

فرض کنید، همه انسان ها به هشیاری حضور، که بقای انسان، به این شرط و به این کیفیت والا، نیاز و بستگی دارد، زنده شوند، بقای انسان، به خطر خواهد افتاد اگر، به رهایی هشیاری گیر افتاده در ذهن، تردید کنیم.

موقعی که بچه هستیم، به لانه ذهن می رویم، با انواع پدیده ها و فکرها و تصاویر ذهنی هم هویت می شویم، ولی وقتی بالغ شدیم، باید بفهمیم جریان چیست؟

ما نباید ایراد بگیریم، نباید انتقاد و ملامت کنیم، بلکه باید متوجه شویم که همه یک نقطه اشتراک داریم و آن زاینده شدن از ذهن و زنده شدن به هشیاری حضور است. برای نیل به این منظور، در این مهم با هم همکاری کنیم.

همه انسان ها اول باید به هشیاری حضور زنده شوند، بعد دریابند و بسنجند که در بیرون چه گلی می خواهند بچینند، چه می خواهند بیافرینند، اتفاقا" این منظور، این مقصود، این به حضور رسیدن، گل این قصه، گل این ماجرا، گل ان صحنه آرای است. نیک، خیر و خوش و شایسته ست زیرا خرد زندگی، انرژی خلاق و هشیار، از ما به آنچه که می آفرینیم، جاری می شود. خوب و نیکوست، درد نخواهد داشت.

اگر با من ذهنی بیافرینیم، با ارتعاش انرژی منفی و مخرب، بادم پوک می کاریم. همه شما تجربه کرده اید. زحمت کشیده اید، بچه بزرگ کرده اید، دوست پیدا کرده اید و آخر سر به دعوا و قهر ختم شده. زن و شوهرها هم همینطور. چرا؟

برای اینکه از پایگاه من ذهنی با هم ارتباط پیدا کرده اند. من ذهنی، فضا دار نیست، چالش ها را نمی پذیرد. هر ارتباطی، هر چالشی، هر فکری، که از چارچوب من ذهنی بلند می شود، نهایتا" اعتراض و خشم و ترس و نگرانی را بدنبال دارد.

انسان فرم است و بودن. فرم ما با فرم های دیگر در ارتباط است و مابین این دو فرم، قلب عشق می تپد. مثلا" عشق فرم مادری و فرزندی. اگر هر دو عشق از جنس فرم باشد، این عشق اصیل نیست. اما اگر بُعد بودن مادر زنده باشد، مادر در فرزندش زندگی را می بیند. اما اگر بُعد ذهنی مادر بیدار باشد، با بزرگ شدن بچه با نگاه به او در این اندیشه ست که آیا دکتر یا مهندس می شود تا آبرویش را بخرد؟ نقشه ها می کشد تا بر او مسلط باشد، ... چون بُعد بودن، در مادر تعطیل است، این پیوند مادر، فرزندی، به درد و جدایی منتهی می شود.

فرم ها در بیرون با هم نسبت دارند اما نسبت ها مهم نیستند، عشق نیستند، عشق، زنده شدن به بودن است، زنده شدن به هشیاری حضور.

اگر بُعد بودن، بین زن و مرد بوجود نیاید، دو جسم در کنار هم بسر می برند اما بعد از مدتی از هم خسته می شوند چون از جنسِ فرم هستند و ریشه در بودن ندارند. دو منِ ذهنی نمی توانند در کنار هم بودن را درست ادامه دهند. عاشق، زنده به هشیاری حضور، بُعد بودن اش کار می کند. بدون نیاز به تسلط گری، با دیگران شاد است. قضاوت و تفسیرهای ذهنی در کار نیست، در خرد و فساداری شناور است.

تا روز، تا زمانی که ما در تن هستیم و همه در تن هستند، دلبر ما کنار ماست و ما را بغل کرده. دستش هم در گردن ماست، یعنی ما با زندگی یکی هستیم. هر چالشی را در خود جا داده و بدون اعتراض به مقصود زندگی که زنده شدن به هشیاری حضور است، پاسخ مثبت می دهیم. بافت منِ ذهنی تا این حد شل و سست است. منِ ذهنی قلعه حصین و محکم اش، مثل تار عنکبوت است. کسی که متوجه توهمی بودن آن شود، فوراً "انسجام آن را به هم ریخته و خرابش می کند.

تا روز زنگیان را با روم دار و گیرست

تا روز چنگیان را تنتن تنست امشب

امشب چه خبر است؟

زنگیان، اشخاصی هستند که منِ ذهنی دارند و با درد هم هویت اند. یعنی درد حمل می کنند و دردمند و دردناکند. انکار کننده زندگی، می خواهند درد پخش کنند، با اجسام هم هویت اند، شعارشان هرچه بیشتر، بهتر است، برای اینکار حاضرند همه کار بکنند. اینان زنگیان هستند. زنگیان (اینها تمثیل است) یعنی سیاه پوستان.

روم، سفید پوستان، یعنی انسان هایی که حاضرند، به حضور زنده اند. شما بدانید و آگاه باشید که اگر بخواهید از ذهن متولد شوید و هشیاری در شما روی پای خود قائم شود و به حضور زنده شوید، انسان های من دارِ ذهنی، با شما دعوا و ستیز خواهند داشت. (تا رستاخیزی که خود آنها هم از درون، به هشیاری حضور زنده شوند). ولی وظیفه شما واکنش نشان دادن و دعوا، مقابله به مثل، با آنهاست؟ نه. هشیاری حضور، قابل صدمه نیست.

بواسطه شما چنگیان، خدا، زندگی، ساز خود را می نوازد و آهنگ عشق و زیبایی خود را از طریق شما پخش می کند. پس شما چنگیان، چنگ و ساز می زنید. می نوازید. تنتن تنک هستید، مشغول پخش زیبایی و زندگی هستید. در حالیکه زنگیان هم با شما درگیرند ولی شما کار اصلی تان را رها نمی کنید که با آنها درگیر شوید.

روح آزاد شده مغلوب من های ذهنی نیست. به زندگی نمی توان آسیب رساند.

زیرا شما در اختیار خدا قرار گرفته اید که خودش را بوسیله شما بیان کند. با مردم چکار دارید؟ آنها که به شما ایراد می گیرند، انتقاد می کنند، می گویند: هر کس راست راست راست بگوید احمق است و تو ساده و احمق هستی، هر کس که دروغ بگوید، زرنک باشد، عاقل است.!

نه. اینطور نیست.

تا روز ساغر می در گردش است و بخشش

تا روز گل به خلوت با سوسنسنت امشب

امشب و شب این دنیا جای خوش گذرانی ست. نباید اینقدر جنگ و دعوا و ستیزه باشد. تا روز حضور بیاید و همه هشیار و روشن شوند، ساغر می، در گردش است. یعنی خدا می خواهد می خرد و عشق را بوسیله شما، بگرداند. شما، ستاره ای که متوجه این صحنه و دورنما شده اید و همه آنهایی که به این برنامه گوش می کنند، و متوجه این چشم انداز و این گستره، شده اند، می توانید بگویید:

ما ماه را می بینیم و از ذهن بیرون پریدیم و الآن، ماه، ساغر این می را به گردش در آورده ...
در سخاوتمندی و فراوانی به همه عطا می کنیم و تا روز شکفتن گل حضور، طلوع گل زندگی، باز شدن گل خدایت انسان، بسان گل چلچراغی سوسن، سوسن گوینده که با ده زبان، مثل ذهن ما که ساده شده و در اختیار هشیاری، قرار گرفته، عشق و خرد زندگی را بیان می کند.
تا روز گل به خلوت با سوسنست امشب.

امشب شراب وصلت بر خاص و عام ریزم

شادی آنک ماهت بر روزنست امشب

الآن، این لحظه که شب دنیاست، ما اشتباهات در هم هویت شدگی با چیزها و دردها گیر افتاده ایم.
امشب، شراب وصل تو را، آن شرابی که از طریق وصل و یکی شدن با تو، به من می رسد، به کسانی که هنوز تو را آنطور که باید تشخیص نداده اند، شناسایی و کشف، نکرده اند، هنوز یکی بودن من و تو را نفهمیده اند، اعم از مردم عادی و خاص (آنها که سواد بالا دارند)، به همه می بخشم.
هر دو، خاص و عام، شراب وصل مولانا را نیاز دارند.

ما ممکن است آدم های با سوادی باشیم، تحصیلات عالی و دانشگاهی داشته باشیم، ولی تحصیلات سطح بالای کتابی و دانشگاهی، درس زندگی را به ما نمی آموزند.

آن دروس، در مورد فرم و ماده ست، که البته آنها هم بجای خود، بسیار بسیار مهم هستند، اما از استاد دانشگاه تا آدم عادی، ضرورتاً این شراب وصل و یگانگی را سرو کنیم تا بنوشند. چرا؟

به شادی آنکه، ماه تو در روزن است. یعنی مثل اینکه زیر گنبد حمام، نشسته ایم و ماه را هم از روزنی کوچک می بینیم. این روزن، روزن همین لحظه ست و این لحظه، فضای یکتایی هم هست و بنابراین وصل، بودن، را از دست نمی دهیم.

من ذهنی، میل به چرخیدن به سمت جهان را دارد و انسانی که به حضور زنده و بیدار شده و بیدار مانده یک ذره هم که به جهان فرم آلوده می شود، دوباره میل دارد غلطیده و به سمت یکتایی برود.

انسان من دار ذهنی، برای لطیف و رقیق شدن و کسب حس و حال آرام و معنوی، به کوه و جنگل و سبزه زار پناه می برد. از آواز پرنده ها لذت می برد، از دیدن سقف آسمان بلند و درختان تنومند و سر به فلک کشیده مسرور می شود، طبیعت زیبا و دل انگیز را می ستاید و ...

اما، در بازگشت به محل معمولی زندگی خود، سکون و آرامش و حس های خوبی را که در اثر جنگل رفتن و مراقبه و مدیتیشن، کسب کرده بود، به یکباره زمین گذاشته و غرق نگرانی های معمول خود می شود. دیری نمی پاید که

غیبت و زیاد و کم شدن حساب بانکی و اضطراب و ترس و عصبانیت و رنجش ها و واکنش منفی نشان دادن به دیگران و به رویدادها و اوقات تلخی و ستیزه و مقاومت در برابر اتفاق لحظه و ... سراغش می آید و دوباره غرق دنیا می شود.

اما آنکه به هشیاری حضور، به زندگی، زنده شده، اگر حتی بزور هم بخواهند او را مجبور کنند که عصبانی شود، اوقات تلخی کند، هر چه او را به واکنش نشان دادن تحریک کنند، ممکن است یک لحظه، تن دهد ولی دوباره، غل غل خورده و به سمت فضای یکتایی می غلند. اما:

اگر از روزن، که تسلیم شدگی همین لحظه ست، هنگامه ای ست که هم هویت شدگی و شرطی شدگی ها را آگاهانه، هشیارانه لا می کنیم،

اگر از روزن، که همین فاصله بین فکرهاست، زندگی را ببینیم،

اگر از روزن، فاصله بین تحریک و پاسخ را تأمل کنیم،

اگر از روزن، ماه را ببینیم، به او وصل شویم، شادی مان معتبر و پا بر جا و بقاء خواهد داشت.

در شرطی شدگی، تحریک به پاسخ چسبیده، در شرطی شدگی تا کسی چیزی می گوید، فوراً واکنش نشان می دهیم و عصبانی می شویم. چرا؟ برای اینکه تحریک به پاسخ چسبیده، به ما امان نمی دهد. حال شما اگر فاصله بین تحریک و پاسخ را —از کنید، آن زیر، زندگی ست.

همینکه متوجه هم هویت شدگی خود شده و آنها را هشیارانه لا کنیم، (ایندفعه در صورتی که ضرر ببینم، بر خلاف گذشته که بالا پایین می جهیدم و عصبانی می شدم، واکنش نشان نمی دهم. امروز با اینکه هزار دلار ضرر کردم، اما هنوز پاسخ و تحریک به هم نچسبیده اند. ذهن ام می خواهد واکنش نشان دهد ولی من تأمل می کنم و ناراحت نمی شوم). بتدریج، شناسایی ها صورت می گیرد و از شرطی شدگی ها پاک و آزاد می شویم.

به همین ترتیب است که شما از روزن، ماه را می بینید.

داوود وار ما را آهن چو موم گردد

کآهن ربا ست دلبر دل آهنست امشب

داوود، آهن را که می تواند سَمْبُلِ دل، باشد، نرم می کرد.

مانند داوود که آهن را مانند موم نرم و قابل انعطاف می کرد، ما نیز آهنِ دلِ تنگ و سخت و خشن را مثل موم نرم می کنیم. دل های هم هویت شده و پر از درد، سفت و تیره و هیجان زده، جسم و جامد، شبیه آهن اند. آنها را به جمودی و سردی و سختی آهن تشبیه می کند.

فردوسی گفت: آهنگری یعنی با دل کار کردن. دل را آزاد کردن.

دلِ ما آهن است و دلبر، آهنربا.

شما اگر دلِ تان نرم شود، دلِ تان از جنسِ یکتایی شود، فضای اطرافِ شما هم نرم می شود. علت اینکه بیرون اینقدر خشن و جدی و سفت است و دنیا با شما کنار نمی آید، به این دلیل است که جسم و جمود و جدیت مرکز و دلِ شما قرار گرفته.

اگر یادتان هست، امروز هم داریم برایتان می خوانم. گفت: فضای یکتایی، کارگاه ست. شما اگر از این جهان، از من های ذهنی متولد و وارد فضای یکتایی شوید، جهان برای شما، نرم و لطیف و مثل موم می شود. ولی تا زمانی که با انواع فرم های جهان، یکی هستید، جهان دشوار و سنگین و سخت است، زیرا دل شما، سفت و سخت است و همینطور هم عمل می کند. پس، دلبر آهنباست و دل ما را می کشد. شما بیایید دست دل را باز کنید.

ولی دل ما که همان هشیاری جسمی ست، به دنیا چسبیده. تمثیل شکار میمون ها یادتان هست؟ گفت: در جنگل های (شاید، آمریکای جنوبی)، شکار میمون ها برای شکارچی ها دشوار بود. به همین دلیل برای شکار آنها، بر ساقه درخت ها، سوراخ ها، محفظه هایی، تعبیه کردند (آماده و تدارک دیدند). گردو در آن محفظه ها می گذاشتند. میمون برای برداشتن گردو، دست خود را داخل محفظه می برد، ولی وقتی گردو را مشت می کرد، دستش گیر کرده و دیگر نمی توانست مشتش را بیرون بکشد. گردو را رها نمی کرد و به این ترتیب، شکارچی براحتی می توانست میمون را شکار کند. میمون زیرکی آن را دارد که بفهمد اگر مشتش را باز کند می تواند دستش را از محفظه بیرون بکشد و خود را نجات دهد، ولی آنقدر به این گردو علاقه دارد که دستش را باز نمی کند و بالاخره شکار می شود. شما چه؟ آیا حاضر هستید دست و دل تان را که در محفظه و مخمصه دنیا گیر کرده و با آن چیزها را گرفته و به فرم ها از طریق هم هویت شدن، چسبیده اید، آزاد کنید؟

بگشای دست دل را تا پای عشق کوبد

کان زار ترس دیده در مأمّنت امشب

دست دل را باز کن تا عشق از طریق شما بر قصد، پای بکوبد. در هزار جا، دست دل ما گیر کرده. دل ما به هزار محفظه و سوراخ درخت، تقسیم شده و در آنجا گردویی گرفته و گردو بازی می کنیم. در این رابطه، حکایتی از دفتر ششم هم خیلی جالب است:

تمثیلی ست در رابطه با بعضی از ما که با ذهن هم هویت هستیم و می خواهیم خدا را ملاقات کنیم. عاشقی، خود را شیفته معشوق خود نشان می داد. روزی معشوق به او پیغام داد که امشب به فلان جا بیا و به انتظار من باش تا فلان ساعت به دیدنت بیایم. عاشق طبق قرار بر سر وعده گاه حاضر شد و منتظر ماند. اما چون مدت انتظار طولانی شد، از فرط خستگی خوابش برد. معشوق، دقایقی بعد رسیده، عاشق را در خواب می بیند. تعدادی گردو در جیب او می گذارد و می گوید: تو فعلاً "مثل طفل بازیگوش، برو با این گردوها بازی کن و تو اهل عشق و عاشقی نیستی!".

به هر حال، گویی که خدا به ما تعدادی گردو داده (حالا نمی دانم کی داده. من به این معتقد نیستم اما عده ای معتقدند که باشندگان دیگری آمده و ما را متقاعد کرده اند که گردو بازی کنیم). یعنی:

انسانی که از جنس خدایت، از جنس هشیاری حضور است، به این جهان آمده، یک سری گردو پیدا کرده و تماماً" به گردو بازی مشغول است. این گردوها، مقام او، بچه و همسر و ماشین و سپرده بانکی او، ... ست.

همه حواس اش به این گردو بازی هاست تا مرگش فرا می رسد.

این هشیاری انسانی، مقوله خطرناکی ست. چندتایی گردو به انسان بدهید، تا آخر عمرش به گردو بازی مشغول می شود. البته من فکر می کنم همانطور که مولانا می گوید: اکثریت ما متوجه قضیه و جریان اصلی نشده ایم.

اگر دقت کنیم و آثار مولانا و دیگر عارفان، فردوسی، نظامی، حافظ را بخوانیم و شناخت پیدا کنیم، بیداری بشر سرعت می یابد. ما می توانیم حداقل مولانا را مطالعه کنیم.

پس اینجا، گیر و پیچ و اشکالی وجود دارد که بشر، مدام به گردو بازی مشغول است!.

چگونه ست که آدمی بفهمد: همه این پدیده ها و فرم ها و وضعیت ها و کسب شده ها، همه از بین رفتنی اند و

خودش هم خواهد مُرد ولی تا لحظه مرگ گردو بازی کند و همه حواس او به کم و زیاد شدن گردوها باشد؟!.

می خواهی چکار کنی؟ تو که چند سال دیگر می میری! چرا نگران گردوها هستی؟!.

چطور نمی فهمد؟

گفته اند: پس اشکالی وجود دارد!.

بنظر من، مانعی نیست. جز، تحریک وسایل ارتباط جمعی.

امروز تلویزیون را باز کنید، از همه طرف، انسان ها را به تقویت و حفظ من ذهنی، تشویق می کنند.

همه می دوند. خُب فردی، تأمل می کند و این مطالب را می خواند و احساس می کند موضوع را فهمیده. بعد به خیابان

می رود. می بیند همه در تقلا و تکاپو و مضطرب، می دوند.

کجا می دوید؟

دنبال گردو.

پس این همه، دنبال گردو می دوند، درست است، ما هم بدویم. اگر ندویم، چیزی کم داریم.

باید با گردوها و با هم بازی کنیم، گردوهای مان را که بدست آورده ایم، به هم نشان دهیم. پُر بدهیم. ...

ولی اگر ما خودمان را از نفوذ وسایل ارتباط جمعی، که ما را به پشتیبانی و تأیید و بسط و تثبیت من ذهنی تشویق می

کنند، مصون و در حفاظ و حراست، نگه داریم، به کُنه ماجرا، پی خواهیم برد.

امروز مولانا به شما یادآوری می کند: این چسبیدن و پیوستگی به دنیا و گردوها خیلی سُست و شُل است. نترس. تو

آزاد می شوی. بشرط اینکه دیگران روی تو اثر نگذارند.

امروز هم گفت: زنگیان ول نمی کنند. زنگیان کسانی هستند که شما را به وفادار ماندن و پرداختن و خشنود کردن من

ذهنی ترغیب می کنند. به درد، می کشانند. به زیاد کردن گردوها و بازی با آنها گرایش و سوق می دهند.

ولی رومیان، همه تنتن تن اند، نظم و ترتیب، فرمان و قانون و ساز زندگی را می نوازند.

بگشای دست دل را تا پای عشق کوبد.

کان زارِ ترس دیده در مأمنست امشب.

این منِ ذهنی، در هم هویت شدگی بسیار ترسیده و شکایت کرده و نالیده. اما این باشنده نالان و شاکی و ترسیده، امشب

در محل امنی ست. (در مأمن).

شما از آن فضای خطرناک ترس و نگرانی، شکوه و اضطراب، چسبیده به وضعیت های آفل، حرکت کرده و به فضای یکتایی که مأمن و میعادگاه آمنی ست، می روید.

ما چه می فهمیم؟ درست است که وضعیت فعلی من، نا متعادل و لغزان، ترسناک و دشوار و نگران کننده و پُر درد است، ولی من درد کشیده، پزیده و رسیده ام.

در غزل هم می گوید: بکش این رمیدگان را، محنت کشیدگان را، برای اینکه قدرت کشش و جذبۀ تو غالب است. بدانید: جذبۀ خدا، زندگی، مسلط و غالب، برتر و حکم فرماست. اصلاً "مسیر و منظور حرکت تکاملی زندگی، این است که ما را از ذهن و از این دردسر بیرون بکشد. ولی ما نمی گذاریم.

شما اجازه ندهید، تلویزیون و رادیو و روزنامه، اخبار بد را در وجود شما بریزد و نگران تان کند.

وسائل ارتباط جمعی، دائم ترس و ترغیب را به وجود ما تزریق می کنند.

یادمان باشد، رهبران عالم، انسان های به حضور رسیده نیستند. اینها واقعا" اگر بخواهند جهان را نجات دهند، باید به حضور برسند.

باید خرد هشیار، به آنها کمک کند و گرنه عقل من ذهنی و عقل حقه باز و حریص و طماع گردد و گردو باز و توطئه گر، نمی تواند گره از کلاف سردرگم جهان باز کند. حال، بگذریم.

بر روی چون زر من ای بخت بوسه می ده

کاین زر گازدیده در معدنست امشب

ای بخت!، بخت، همین هشیاری حضور، فضای یکتایی ست.

بخت یعنی دم و مرحله ای که شما واقعا" خرد زندگی را جذب و بگذارید که از شما روان و جاری، تراوش کند. آگاهی و معرفت، فضل و کمال و بصیرت، به فکر و به عمل تان سرازیر شود. موضوع و مقصود، قریحه و تغییر و فصل نیکی بیافرینید.

بخت یعنی دائماً" در وصل و حضور بودن، **بخت یعنی به من ذهنی نرویم.** (مسیر عکس آن را خوب می شناسیم).

از هم هویت شدگی با آن چهار بُعد (فیزیکی، فکری، هیجانی، جان) دست بکشیم و به فضای یکتایی برویم. دست مان را از سوراخ هزار درخت در آوریم. هزار دست داریم و در هزار مقوله فرو رفته ایم، این هزار دست هر کدام در سوراخ درختی ست و هر دست گردویی گرفته.

بعضی از این گردو ها، درد است. بعضی از این گردوها، باور است. بعضی از جنس متعلقات است که می توانیم ببینیم. تشخیص و دیدن آنها راحت است.

مثلاً" شما باید بتوانید از هم هویت شدگی با پول، مخصوصاً" پول، خودتان را آزاد کنید. با پول تان، با همسرتان، با بچه تان هم هویت نشوید. بدانید که ارتباط با همسر و بچه، فضای عشقی، فضای یکتایی می خواهد و نه چارچوب من ذهنی و منیت و خودبینی و مقایسه و سوء استفاده.

توقع و انتظارات من ذهنی، در عشق ریشه ندارد: ,, بچه جان، تو باید بزرگ شوی و دکتر شوی و مرا سربلند کنی، باید تصورات و رویاهایی را که من نتوانستم عملی سازم، بدست آوری، باید موفق شوی و مرا سربلند و مفتخر کنی تا حس موفقیت کنم ,, ...

بر روی چون زر من ای بخت بوسه می‌ده. در فضای یکتایی هستم و عاشق شده ام. آیا بخت بوسه می زند یا نه؟ البته. هر کس که در فضای یکتایی باشد، در همه جنبه ها شانس می آورد. هر کاری انجام دهد، بهترین شانس با او خواهد بود. برای اینکه زر ما پخته شده. شما الآن که سی، چهل، پنجاه سال تان است، مقدار زیادی درد کشیده اید، اگر خودتان را، طلای خود را که کمی ناخالصی دارد، با انبر، در کوره پرهیز، بپزاند. ما الآن می فهمیم که آتش کوره پرهیز، باید ما را بپزاند.

شما اگر بخواهید دست تان را که در سوراخ درخت گیر کرده، بیرون بکشید، باید گردوها را رها کنید. گردو سبیل هر چیزی ست که ما به آن علاقه داریم و به آن چسبیده ایم. رها کردن گردو درد دارد. کندن از وابستگی ها، درد دارد.

شما، خانم، آقا، توقعات خودتان را از همه به صفر برسانید. نخواهید. هیچی نخواهید.

توقع، درد دارد. از همه انتظار داشتن، درد دارد. ,, هیچی نخواهیم !,,.

بعضی ها هیچ حس سرویس و خدمت دهی ندارند. فکرمی کنند که خلق شده اند همه مردم به آنها سرویس بدهند و همه در خدمت و نوکرشان باشند. هر چه بیشتر، برایشان بهتر و رضایت بخش تر است!. هر کس، چیزی، به آنها بدهکار است.

چنین چیزی نیست.!

اگر به کوره رویم، یعنی آگاهانه، هشیارانه می گوییم: این عقاید، این شرطی شدگی ها، این آموخته ها، کهنه و غلط اند. من می خواهم خودم را از این انتظارات رها کنم و تا بحال اشتباه کرده ام. قبول اشتباه دردناک است. من ذهنی زیر بار نمی رود.

هر کدام از ما روزی، باید در خانه، درب را ببندیم و به خود اعتراف کنیم که اشتباه کرده ایم و به کسی هم نگوییم که آبرویمان برود، ابتدا اینکار سخت است.

اما پس از مدتی که دست های مان را باز کردیم و اعتراف کردیم، نزد همه می توانیم اعتراف کنیم. آنموقع عقیده مردم، برایمان مهم نیست.

اما تا آنموقع بهتر است که اشتباه خودمان را به خودمان اعتراف کنیم. برگردیم. قبول این اشتباه، برایمان سخت است. اما من، هشیارانه می پذیرم و درد آن را هم تحمل می کنم. کشیدن آن درد، معادل رعایت همین قانون جبران است. به همین دلیل می گوید: زر دیده. داخل کوره رفته و خارج شده.

کوره ما شناسایی صادقانه و اعتراف و برگشتن از خبط ها و اشتباهات گذشته ست، نه پوشاندن!.

این خبط هامجموعا" ناشی از هم هویت شدگی هاست.

اصلا" از همان اول تکلیف خود را روشن کنیم، بگوییم:

ابتدا کودک بودم، عَقل نمی رسید، کسی هم در مَذمتِ هم هویت شدگی، چیزی به من نگفت و هم هویت شدم. یعنی به چیزها حس وجود، هویت بخشیدم. **الآن می خواهم به کوره بروم.** زَر به معدن آمده. آن هشیاریِ اولیه، از همه بندها آزاد شده و به درونِ معدن، به فضایِ یکتایی رسیده. بخت، بر این خوش بخت، مدام بوسه می زند.

آن کو به مکر و دانش می‌بست راه ما را

پالان خر بر او نه کو کودنست امشب

آن کو؟ (عقلِ منِ ذهنی).

در فرآیندِ هم هویت شدگی با پدیده ها و آدم ها و وضعیت ها و متعلقات و دلبستگی ها، گفتیم:

ما که اصل و جنس و ریشه مان، هشیاری ست، این توانایی را داریم که به مقولاتِ مختلف نگاه کنیم و هویتِ مان را به آنها ببخشیم و بعد بگوییم: **,,مالِ من,,**

در ذهن، با خطوطی نامریی، به مقولات و چیزهای زیادی، وصل و بسته شده ایم و عبارت: **اینها مالِ من است**، را که هویتِ مان را به آنها بخشیده ایم، بکار می بریم. فکر می کنیم:

واقعا "من این موارد و این مقولات هستم!". و این تصور غلطی ست.

ولی از این: **مالِ من** ها، درد ایجاد می شود. مجموعه هشیاری جسمی و هشیاری هم هویت شدگی، درد و مکر است. منِ ذهنی هم در این خصوص می گوید: **دانشِ من**، از همه بیشتر و بهتر است. اصلاً، من حقیقت را می گویم.

آیا شما قبول دارید که عقلِ هم هویت شدگی که با درد هم همراه است، عقلِ اصیلی نیست؟

فرض کنید کسی با چیزی، با جسمی، با آدمی، در بیرون هم هویت و دلش به آن بند باشد و حول و حوش آن فکر کند. مدام می ترسد، مبادا آن شخص، او را ترک کند و برود و یا آن موقعیت، آن شیء را از دست بدهد. آیا این عقلِ سلیم، عقلِ اصیل، عقلی ست که از گزند و آفات، در امان است؟

نه. عقلِ مکر و حيله و بند است که پای هشیاری را می بندد.

ما بصورتِ هشیاری، از این مکر و دانشِ پوسیده و شرطی شده عقلِ منِ ذهنی، آگاه و بیدار می شویم و می فهمیم این مکر و دانش، بدرد ما نمی خورد. عقلِ خر کودن است، پالان خر را روی آن می گذاریم.

به این ترتیب، مولانا، در این شناسایی به ما کمک می کند:

شما بعد از این اگر متوجه شدید که مبنا و پایه دانشی، ترس و خشم و هم هویت شدگی ست، بگویید:

این دانش، حيله گر و کودن است و مربوط به منِ ذهنی ست.

اصلِ ما هشیاری ست. اتفاقاً اگر شما این شناسایی را بکنید و این مکر و دانش را دور بیندازید و بعد از آن وارد فضایِ یکتایی بشوید، این ذهن در حلِ مشکلات به شما کمک می کند. ولی الآن که از آن هویت می خواهید، هیچ کمکی به شما نمی کند و بیشتر منحرف تان می کند.

اگر شما خودتان را در این وضعیت می بینید، به حرفِ منِ ذهنی تان گوش ندهید. مولانا بخوانید. راه حلِ مسائلِ تان را از آن در بیاورید.

شمشیر آبدارش پوسیده است و چوبین

وان نیزه درازش چون سوزنست امشب

قبلاً" منِ ذهنی، هشیاری جسمی، شما را اذیت می کرد:

تو هیچی نداری، خودت را با مردم مقایسه کن، خانه شان را ببین، همسرشان را ببین، بچه های شان را ببین، چقدر خوشبخت اند، ... شمشیرش را فرو می کرد.

مَرَدُم را اذیت می کرد، غیبت می کرد، مانع در مسیرِ زندگی دیگران بوجود می آورد، اما چون شناسایی اش کرده ایم، شمشیرِ آبدارش، امروز چوبین شده.

نیزه درازِ منِ ذهنی، به همه جا می رسد. از آمریکا، ایران را اذیت می کند.

می تواند با تلفن، فامیل اش را در آنطرف دنیا اذیت کند. نیزه دراز دارد.

نیزه دراز، قدرتِ ایجادِ دردِ منِ ذهنی دردمند است.

کسی که درد دارد و می خواهد دردش را در جهان پخش کند، نیزه اش را دراز کرده، اما امشب مثلِ سوزن شده.

وقتی شما، منِ دردمندِ خود را شناسایی کنید، منِ دردمندِ دیگران را هم می توانید شناسایی کنید، می فهمید:

منِ دردمندِ مثلِ عقرب می خواهد نیش بزند. مواظب اش هستید.

هر کسی می خواهد به حضور زنده شود، باید از ضربِ دردِ اطرافیانش خودش را در آمان نگه دارد. گاهی دردِ فامیل

ها و دوستانی را که منِ ذهنی دردمند دارند، و می خواهند درد پراکنده کنند، شناسایی می کنیم و خودمان را در آمان

نگه می داریم.

امروز مولانا گفت: تا روز(دم، هنگام، روزِ آگاهی و بیداری)، زنگیان با رومیان در ستیزند. هر کسی که منِ ذهنی دردمند

دارد، با خدا در این لحظه ستیزه می کند. هرکسی با خدا ستیزه کند، با همه ستیزه می کند.

با خدا چگونه ستیزه می کند؟

نمی گذارد انرژی زنده کننده، واردِ وجودش شود، خود را مریض می کند. از خرد و آرامش و شادی ایزدی خود را

محروم می کند.

هم هویتِ شدگیِ منِ ذهنی، مثلِ خر گاهِ عنکبوت است. همین علامت و نشانه خوبی برای شماست:

ولو اینکه، چیزهایی را در ذهن تان می بینید که خیلی مهم و اذیت کننده هستند و وضعیت ناجور است و ... ولی در

حقیقت، چنین چیزی، نیست.

خرگاه عنکبوتست آن قلعه حصینش

برگستوان و خُودش چون روغنست امشب

امشب، شما متوجه شدید که تشکیلاتِ منِ ذهنی، هم هویتِ شدگی با درد و با چیزهایِ این جهانی، خر گاهِ عنکبوتی

ست و شما بعنوانِ عنصری آگاه و هشیار، فوراً" می توانید این معادله را به هم بریزید.

همه چیز و همه کس را می توانید لا کنید. فوراً" می توانید اشتباهاتِ تان را ببینید.

هشیاری جسمی، منِ ذهنی، قلعهٔ حصین (مستحکم) داشت و بنظر می آمد که کسی نمی تواند وارد آن شود ولی شما بعنوان هشیاری، به سنگر دفاعی خودتان که بنظر می آید مستحکم است، راه دارید. شما خر گاه عنکبوتی و قلعهٔ مستحکم او را می توانید به هم بریزید. چند ستون آن را بکشید، آن قلعهٔ بنظر محکم، فرو می ریزد. مثلاً "وقتی کسی دردهایش را ببندازد، دردهایش را ببخشد، تمام آدم هایی را که در زندگی از آنها رنجیده، ببخشد، یکی از ارکان مهم این بُرج و باروی مطمئن و محکم، کشیده می شود. توجه می کنید: تمام باورها، مثلاً "باورهای مذهبی، برای این بوجود آمده اند که به گونه ای ما را از مخصصهٔ منِ ذهنی که خدا را می پوشاند، در آورند و به فضای یکتایی ببرند. فضایی که بی فرم می شویم و نمی توانیم خود را تعریف و معین کنیم، چون با چیزی هم هویت نیستیم، نه پول و نه درد و نه مقامی که اگر به آنها اهانت شوند، عکس العمل نشان دهیم، رها و بی تفاوت هستیم. فضایی که انرژی و شراب مست کنندهٔ زندگی به امور این جهانی مان سرازیر می کند. فضایی که برای پرسش کی هستم؟ چه دارم؟ جوابی ندارم. نه پول بانکم و نه پدرم و نه مادر و نه معلم و ... نمی دانم کی هستم و نمی خواهم بدانم. حال، اگر یک باور مذهبی، در این راستاست که بتوانم پُر دهم، بگویم این حقیقت است و آن حقیقت نیست، این باور برتر و بهتر از آن بقیه باورهاست و ... و سبب جدایی و ستیزه شود، من در حال ارتکاب اشتباه و محکم کردن ستون منِ ذهنی و هشیاری جسمی، هستم! این باورها قرار است کمک کنند و از مخصصهٔ توهم، مرا نجات دهند، و نه برعکس: ,, من / از تو بهترم ,,.! اساساً "هر لحظه، همه عمر باید حواس ام به خودم باشد، باید آموزش مذهبی، عرفانی، (هر چه) را به خود اعمال و خودم را از خر گاه عنکبوتی و زندانِ مستحکم هشیاری جسمانی، نجات دهم. بنظر می آید که امشب، این منِ ذهنی برگسٹوان (لباس رزم) و خُودش (کلاه آهنی)، مثلِ روغن شده. قبلاً "چکار می کردید؟! شب، در خانه نشسته و خبط و اشتباهات و فکرهای گذشته، از ذهنِ تان عبور و مرور می کرد و خوابِ تان نمی برد و از فردا نگران بودید: مبدا آنکه دوستش دارم، به او وابسته هستم، مرا ترک کند! مبدا تمام پول هایم را از دست دهم! مبدا مریض شوم و گنج خانه بمانم و کسی مرا دکتر نبرد! مبدا کسی احوالم را نپرسد! ... این افکار، مدام سراغِ تان می آمد. اما الآن، نه. زیرا، شمشیرِ آبدار و نیزهٔ منِ ذهنی، دائم به پشت و پهلویِ ما فرو می رفت و اذیت می کرد. الآن شمشیرِ منِ ذهنی، چوبین شده و سوزنِ اش کوچک شده و نمی تواند با آنها نه ما و نه دیگران را اذیت کند، به او می خندیم. "قبول می کنم. مریض شوم، تنها شوم، پول نداشته باشم، فقیر باشم، ماشین مرسدس بنز نداشته باشم، کسی احوالم را نپرسد، بالاخره باید بمیرم، جایی می اُفتم و می میرم، ...".

منِ ذهنی همواره تهدید می کند.

یکی از راههایی که منِ ذهنی به آن زنده ست و بوسیله آن قوام پیدا می کند، **خواستن** است.

بارها در این مورد گفته ایم. یادتان هست گفتیم:

منِ ذهنی دو جنبه دارد: محتوا و ساختار.

ساختار: یکی از مشخصاتِ ساختار، **خواستن و خواستن** است. معلوم نیست این خواستن برای چه؟!.

منِ ذهنی می گوید: من می خواهم. ما متوجه نمی شویم که در این خواستن ها، نیازهای روانشناختی هست. همه به اندازه کافی می توانند داشته باشند ولی نیازهای روانشناختی که به ما غلبه کرده (اگر موفق شود به ما غلبه کند) حریص می شویم. حریص، خواستنِ مریض گونه ست و آن فکری که ما با آن هم هویت شده ایم این است که هر چه بیشتر، داشته باشم، بیشتر زندگی خواهم داشت.

بعضی می گویند: علت اینکه شاد و خوشبخت نیستم، این است که چیزهای زیادی ندارم که با آنها هم هویت شوم. اگر چیزهای زیادی جمع کنم و با آنها هم هویت شوم، زندگی ام زیادتیر می شود. نمی داند، بیچاره تر می شود!.

شما فرض کنید که آدم ده دست داشته باشد و در ده سوراخ و محفظه درخت گیر کرده باشد، یا یک دفعه هزار دست داشته باشد، با هزار دست گیر کرده، اصلاً "یادش می رود کجا؟، از کدام نقطه؟، خودش را آزاد کند! کجا گیر کرده! شما فهمیدید که اگر ماه را می بینید، ستاره هستید.

یکی از ستاره ها مثلاً "همین مولانا ست که برای خلاصی و رهایی شما، این روشنگری ها را می کند. خُب ماه در آغوش همه ماست و می خواهد همه ما را در آغوش بگیرد و نورش را به ما می تاباند ولی ما تا بحال، نورش را رد کرده ایم. به نور خدا، نه، و به نور دنیا و منِ ذهنی (نور شیطان) بله، گفته ایم. به ستیزه با اتفاق این لحظه، بله گفته ایم.

اما با شناخت و آگاهی، تشکیلاتِ منِ ذهنی، به هم می ریزد.

خاموش کن که طامع آلکن بُود همیشه

با او چه بحث داری کو الکنست امشب

طامع (حریص)، کسی ست که تمام فکر و ذکرش، بدست آوردن چیزهای بیشتر برای هم هویت شدگی بیشتر است.

این آدم نمی داند، پی نبرده که اصلاً از اول قرار نبود اوضاع بدین منوال پیش رود.

ما برای هم هویت شدن ابتدا، به چند چیز نیاز داشتیم. اما بعد می بایستی آگاه و بیدار، از همه هم هویت شدگی های مان کنده و به حضور زنده شویم.

قرار نبود به اینهمه چیز بچسبیم. خاصاً "اینکه ماحصل همه این هم هویت شدگی ها درد است.

نهایتاً این حریصی که زاینده هشیاری جسمی و منِ ذهنی ست، آدمی را آلکن می کند.

حال، چرا با منِ ذهنی که در تاریکی و الکن است، زبانِ معقول و منطقی ندارد بحث می کنید، با او زیاد حرف بزنید، هم هویت اش می شوید. با او بحث نکنید.

امشب ذهن آلکن است. مولانا می گوید: حرف هایی را هم که امشب زدم، آلکنی، بود. در غزل هم می گوید:

خواهش می کنم بقیه اش را تو بگو.

ذهن نمی تواند این پیام ها را نه درک و نه بیان کند، پس چه کسی باید دنباله آن را بیان کند؟

تجلی و معرفی این پیام ها را هشیاری زنده به حضور، شما، که با این آموزش ها تا بحال باید به آن فضای یکتایی، رفته باشید می توانید دنباله آن را عرضه کنید.

اگر پس از این گفتگوها و توضیحات، زندگی خواست از درون شما، از طریق شما، با شما صحبت کند، اجازه دهید تا سخن بگوید و خود را در پشت حصار من ذهنی مخفی نکند.

وقتی زندگی از درون شما حرف می زند من ذهنی را که آلکن است و همه حواس اش به بیرون و حرف دنیا را می زند و هیاهو و همه دنیای را منعکس می کند، خاموش کنید. کنارش بگذارید. حرف او حرف زندگی نیست.

جان را ز تست هر دم سلطانی مسلم

این شکر از کی گویم از شاه یا ز صاحب

پس، ما ستاره گان هستیم و زندگی ماه است. این لحظه نورش را پراکنده کرده، ما با او یکی هستیم و قرار است نور او را منعکس کنیم و جان ما هر دم، هر لحظه، منظور از هر لحظه، این لحظه ست، پادشاهی ما به جهان، به مملکت وجود خودمان، از حس یکتایی با اوست که مسلم می شود.

من ذهنی پادشاه نیست. بنده، اسیر، بیچاره ست.

هر کسی که بخواهد در این جهان، به هشیاری حضور زنده شود، باید از عقل من ذهنی و فرم ها و فکرها و وابستگی ها، خودش را آزاد کرده باشد و هیچ فرمی روی او اثر نگذارد. واکنش نشان ندهد. تعادل و آرامش او، با تغییر امور جهان بیرون، به هم نخورد.

اگر کسی با تغییر امور جهان بیرون، تعادل و حالش دگرگون شود، پادشاه وجود خود نیست. ولی مولانا می گوید: پادشاهی ما، از توست. ما هر چه را که می خواهیم، دست اول از تو می گیریم. حس زنده بودن، حس امنیت (داشتن مأمَن)، حس هویت (می دانم الان زندگی هستم)، حس لطافت، حس عشق، حس خلاقیت، همه این اقلام زندگی را از تو می گیریم.

حال، من باید شکرگزار باشم.

با این صحنه آرایی که مولانا کرده، اینک:

هشیاری در انسان، به درجه ای رسیده که می تواند نور ماه را که سمبل خدا، زندگی ست، هشیارانه منعکس کند. باید شکر گزار بود.

من برای اینکار باید از خدا، که شاه است و هم از صاحب (وزیر)، عارفان، انسان هایی که به حضور رسیده اند و به ما کمک کرده و می گویند که چه کنیم، تا تعادل و هشیاری را در زندگی خود برقرار کنیم، سپاسگزار باشیم.

ایا عارفان به ما کمک کرده اند؟ مولانا به شما کمک می کند، یا نه؟ حتماً می کنند.

هشیاری که از ذهن متولد شود، هشیاری حضور است که دائم می زندگی را پخش می کند. ما شکر گزاریم او هم هستیم. که چنین انسانی در زندگی ما وجود دارد یا بوده، قدرش را می دانیم.

الآن مولانا، حالت دیگری را برایمان تشریح می کند:

در جیب خاک کردی ارواح پاک جیبان
سر کرده در گریبان چون صوفیان مراقب

جیب (چاک سینه).

وقتی هشیاری خفته در در ذهن، بیدار می شود و روی ذات و اصل خود قائم می ایستد،

بواقع در همین بدن خاکی، ظهور و نمود دارد و آشکار و مشهود است.

جسم و تن که ظرف و معرف این هشیاری ناب هستند، پاک و منزّه اند (شد درخت کز موم حق نما).

در درون جسم انسان های پاک، جان و روح و شعور پاک منظور، سپرده و به ودیعه گذاشته شده. یعنی هر انسانی که از حصار ذهن متولد می شود، جسم او هم پاک، خالص و طاهر می شود.

وقتی شما اجازه بدهید از آن ریشه، که زندگی زنده ست، زیر فرم است، خرد و شعور و برکت بالا بیاید و در چهار بُعد وجودی شما پخش شود، جسم پاک می شود، یکی از اثرات آن همین سلامتی ست: نبودن حس حسادت و رقابت و نگرانی و اضطراب. ارتعاش حس آرامش و شادی در تمام ذرات وجود شما.

مرکز ثقل تان، زیر این فرم است. فکرو هیجان و فیزیک تان از کیفیت های فضای یکتایی تغذیه می کند.

همه ابعاد بدن، مثل صوفیان در حال مراقبه هستند، در حال مراقبه هستند. یعنی:

ذهن را خاموش، به تو وصل هستند.

یعنی شما در این لحظه، بوسیله صندوق فکرها، از این فکر به آن فکر، معتاد به فرم و جهان نیستید. زیرا هر فکر، فرمی، چیزی ست از این جهان و این مراقبه نیست.

در مراقبه این ذهن، آرام شده و به جهان نمی دود چون از آن چیزی نمی خواهد. این شناسایی ها مهم است.

شناسایی اینکه جهان بیرون نمی تواند به شما زندگی دهد، فکر شما را آرام می کند. عجله ندارید که از این موضوع به آن موضوع بپرید: "من که رمق امورم را دست اول، از زندگی می گیرم، در حال مراقبه ام، یعنی وصل به زندگی ام. به جهان نمی روم"، ...

رسیدن به این نقطه، ایده آل و عالی ست. (تا حدودی هم که رعایت شود، اهمیت دارد و مهم است).

مراقبه یعنی وصل به کُنه و ریشه زندگی.

مراقبه برای چیست؟ مراقبه، مدیتیشن، سرعتِ فکر را پایین می آورد. حالتی ست از آگاهی بی اندازه خالص.

در حالت معمولی، آگاهی آمیخته با هیجان و افکار مختلف و هیاوهی ذهن است اما در حالت مراقبه، فکر از سطح به عمق رفته و با ریشه زندگی پیوند می خورد، حالتِ یکتایی، تمام پدیده های هستی، خود را به شما نشان می دهد.

این شناسایی ها مهم هستند. لازم نیست کارهای خیلی مشکل انجام دهیم، ولی باید شناخت پیدا کنیم.

در ما الآن هشیاری حضور و هشیاری من دارِ ذهنی وجود دارد. شما باید توجه داشته باشید و آن دو هشیاری را بشناسید. بقول مولانا، چه چیزی مرغوب و چه چیزی نامرغوب است. رغایب، یعنی همین.

هشیاری حضور مرغوب است.

هشیاری من دارِ ذهنی مضطرب، بیچاره، در رنجش و درد و از این شاخه به آن شاخه پریدن و ترسیدن و حسادت و قضاوت و حرص و ... است. و این ویژگی ها مضر و مسموم کننده ست.

پس، مثلاً صوفیان، در خلوتِ درون، مراقبِ هشیاری، مراقبه می کند.

عشق تو چون درآمد اندیشه مرد پیشش

عشق تو صبح صادق اندیشه صبح کاذب

وقتی این شناسایی ها صورت گرفت و از ذهن زایل شده، گردوها را در لانه جا گذاشته و دستم را از تعدادی سوراخ بیرون کشیدم.

وقتی آدم از چند سوراخ و محفظه، دستش را بیرون بیاورد، میزانِ هشیاری اش بالاتر می رود.

از طریق تسلیم، یعنی پذیرشِ اتفاقِ این لحظه، انسان به هشیاری حضور زنده می شود. تسلیم ما را از جنس خدا می کند.

وقتی عشق تو در می آید، اندیشه، منِ ذهنی، می میرد.

یعنی متوجه می شوید: آن بافتی که در اثرِ هویت بخشی شما به موضوعاتِ مختلف در همان ابتدا، بوجود آمد، کاذب بود و هشیاری آن هم، هشیاری جسمی، صبح کاذب است.

پس عشق تو صبح صادق است و اندیشه، یعنی هشیاریِ ذهنی، صبح کاذب.

می دانید که وقتی شب هنگام، نزدیکِ صبح، به افق نگاه می کنید، بنظر می آید صبح شده.

قدیم، هنگام سفر و جابجایی، در بینِ کاروانیان، کسی که ماهر و با تجربه بود، می توانست صبح کاذب را از صبح صادق، تشخیص دهد. در طلوعِ صبح کاذب، اجازه نیایش یا حرکت، به کاروانیان و همسفران را نمی داد. از آنها می خواست که صبر کنند و در صبح واقعی به، نیایش بپردازند و سپس کاروان راه بیفتد.

این صبحِ اولی، صبحِ کاذب، شبیه هشیاریِ جسمی، شبیه هم هویتِ شدگی ست و آدمی را به اشتباه می اندازد. منظور اینکه: نیایش شما، وقتی صبحِ تان کاذب است و هشیاریِ تان جسمی ست، اصالت ندارد. (تشبیه است).
به عبارتِ دیگر:

یعنی با منِ ذهنی، با هشیاریِ جسمیِ ذهنی، در صبحِ کاذب، به خدا نمی شود وصل شد. کسانی که هنوز اسیرِ محدودهٔ ذهنِ شان هستند، مخصوصاً" با دردها هم هویت شده اند و با ذهنِ شان خدا، زندگی را جستجو می کنند (نه با دید و دلِ خود)، به خدا، به خود، نخواهند رسید.

اندیشه و هم هویتِ شدگی، با صبحِ کاذب است.

اگر کاروانیان، در صبحِ کاذب نیایش کرده و به راه می افتادند، ممکن بود با راهزنان یا حیواناتِ وحشی مواجه شوند. بنابراین، نیایش و جستجویِ خدا، در ذهن، در صبحِ کاذب صلاح نیست. با اقداماتی، ابتدا باید از صُبحِ کاذب، هشیاریِ جسمی، حرکت کنیم، رها شویم.
حال، چند مثالِ ساده، این موضوع را روشن تر می کند.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۸۰۶

مُژده مُژده همه عُشاق بکوبید دو دست

کانک از دست پُشد دستِ زنان می آید

مُژده مُژده، خبر خوبی ست. همهٔ انسان ها که عاشقان هستند باید به شادی و رقص بپردازند. آنچه را که از دست داده و فراموش کرده بودیم: **خداییت، بودنِ مان**، دستِ زنان و شادیِ کنان بسوی ما می آید.
وقتی باید منِ ذهنی را از دست بدهیم، وقتی باید منِ ذهنی از بین برود، دردِ مان می آید. " هشیارانه تحمل کن ".
جانِ منِ ذهنی را از دست بده.

خوشتتر از جان چه بود جان برود باک مدار

غم رفتنِ چه خوری چون به از آن می آید

اگر جانِ منِ ذهنی برود، خوش تر از آن چه بُود؟ باکِ مدار و غم رفتنِ او را نخور.
هر موقع شما دردتان می آید، جانِ منِ ذهنی ست که درد می کُشد.
اگر کسی، آگاه شود، به شناختِ راستین و حقیقی دست یابد، می تواند همهٔ هم هویتِ شدگی ها، همهٔ شرطیِ شدگی ها و همهٔ دردهایش را یکباره ببیند. یا با تمرین، طی یکماه، یکسال ببیند.
نوید رسیدنِ جانی نیکوتر و خوش تر از این جانِ پُر غصه و درد و اضطراب، در راه است.
به از آن جانِ پُر درد، چیست؟ هشیاریِ نابِ حضور، اصلِ ماست.

هر کسی در عَجبی و عَجب من اینست

کو نگنجد به میان چون به میان می‌آید

هر کسی از چیزی تعجب می‌کند و من از این تعجب می‌کنم (این نکته بسیار مهم است، هم در تشکیلِ منِ ذهنی و هم زاییده شدنِ ما از منِ ذهنی): خدا و خداییتی که ما از جنسِ آن هستیم، چگونه واردِ قفس و محفظهٔ کوچکی بنامِ ذهن می‌شود؟! به همین ترتیب، وقتی ما از ذهن بیدار و زاییده می‌شویم و بیدار می‌مانیم، به باشنده ای بی نهایت فضا دار و وسیع و فراخ سینه ای تبدیل می‌شویم که تمام کائنات: گوناگونی، تنوع، ناهمواری، تفاوت، غیر و غریب، ... در ما جا می‌شود. ما که تن و محدودیم. محتوای کائنات، چگونه در ما می‌گنجد؟!.

مولانا از این موضوع، تعجب می‌کند. شما هم تعجب کنید. **می‌شود! می‌گنجد!**

وقتی از ذهن زاییده و از جنسِ خدا می‌شویم، عمقِ بی نهایت پیدا می‌کنیم.

عمقِ بی نهایت، وسعتِ بی نهایت ...

در این بحر، در این بحر، همه چیز بگنجد مترسید، مترسید، گریبان مدرانید.

در کدام بحر؟ همان بحری که ابتدائاً از آن برخاسته بودیم و شناختی که به آن زنده شدیم. تشخیص و شناسایی و دیدنِ هم هویت شدگی ها و دردها و توهمات و بساطِ عنکبوتی و شمشیرِ چوبی آنها.

یکدفعه، عمقِ ما بی نهایت می‌شود. قبلاً از چه می‌ترسیدیم؟ از مُردن.

یکدفعه، حسِ اَبَدِیت می‌کنیم، چگونه! چگونه حسِ اَبَدِیت در این زمانِ محدود، جا می‌شود؟!.

در این نسبتاً صد سال! چگونه ابدیت در این صد سال، می‌گنجد؟!، جا می‌شود!.

جا می‌شود.

شما از جنسِ میرایی نیستید، خیس شدنی، کو بیذنی، کتک خوردنی نیستید.

درختی هستید که ریشهٔ چهار بُعد و چهار شاخهٔ خود را می‌شناسد.

چهار شاخه، چهار بُعدی که آنتن مانند، عشق و برکت و زیبایی و آرامش و شادی را در جهان پخش می‌کند.

درختی هستید که اصل خود، آن شعورِ هشیار، بودن و زندگی، را می‌شناسد. دست و زبان و ترجمانِ اوست.

اولین کسی که از این موهبت برخوردار می‌شود، خودِ شخصِ شماست.

*

ابیاتی از مولانا برایتان می‌خوانم که شناساییِ منِ ذهنی را برایتان آسان تر می‌کند و اگر این شناسایی گسترش پیدا

کند و همه جانبه شود، شما بعنوانِ هشیاریِ خدایی حضور، راحت تر می‌توانید دست هایِ تان را باز کنید و هر چه

را در جهان بیرون که همه گذرا هستند، گرفته اید، رها کنید:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۵۴

همه حیات در اینست کاذبُوا بَقَرَه

چو عاشقان حیاتید چون پس بَقَرید؟

هزار شیر تو را بنده اند چه بود گاو؟

هزار تاج زر آمد چه در غم کمزید؟

وقتی از ذهن بیرون می آییم و می توانیم هشیاریِ ماه را منعکس کنیم، هزار شیر، بندهٔ ما می شود. همهٔ موجودات، محتاج ما، محتاج این نور هستند. هزار تاج زر آمد.

یعنی سلطانی می شویم که به آنصورت احتیاج به جهان نداریم. آیا نباید غذا بخوریم؟ به خانه نیاز نداریم؟ البته، ضروریات را نیاز داریم ولی احتیاجاتِ روانشناختی مثل حرص نداریم. زندگی را در چیزها نمی بینیم. مثل مست ها و بیهوش ها دنبال پدیده ها و فرم ها نمی دَویم، چنگ زده، نگه داریم و نهایتاً "مثل آن میمون گیر بیفتیم. به پادشاه بودن خود اشراف و آگاهی داریم. در غم کمر نیستیم. همهٔ هم هویت شدگی ها کمر هستند. شاه تاج دارد، کمرش زیاد مهم نیست.

چو شب خطیب تو ماهست بر چنین منبر

اگر نه فهم تباهست از چه در سَمزید؟

سَمز، یعنی افسانه. افسانه همین هشیاریِ منِ ذهنی ست. هشیاریِ جسمی ست. الان که شب است و در جسم هستیم، خطیب ما، سُخنگویِ ما کیست؟ کی از طریقِ ما حرف می زند؟ ما. خدا. اگر فهمِ منِ ذهنی تباه نیست، اگر آن هشیاریِ جسمی، یعنی هشیاریِ حاصل از هم هویت شدگی ها، هشیاریِ حاصل از دلبستگی ها، عقلِ اجسام، را نداریم، اگر در توهم نیستیم، پس برای چه در "سَمزید"؟! ما عقلِ اجسام را پیدا کرده ایم، چگونه؟ ما در مقامِ هشیاری، در هر سنی، این توان را داریم که به هر چیزی هویت ببخشیم. از همان ابتدا که پا به جهان می گذاریم، به چیزها هویت ببخشیم. یعنی: به آدم ها، به اشیاء، به موقعیت ها، به دردها، و ... دلبستگی پیدا کرده و آنها را مرکزِ خود، دلِ خود قرار دهیم، آنها را خود و خود را آنها معرفی کنیم و دائم در تقلای اضافه کردنِ آنها باشیم. قدرت و عقلِ مان، اصلیت و هویتِ مان را از آنها بگیریم.

به عبارت دیگر، می گوییم: "من، این پدیده ها هستم"!!

اما از آنجا که/این مقولات، از بین رفتنی هستند، دائم در ترس و نگرانی و اضطراب از دست دادنِ آنها بسر می بریم. اگر کسی به آنها دست بزند یا به آنها اهانت کند، واکنش منفی نشان می دهیم. حال، اگر این برداشت، این عقل، این قدرت، این هویت، این من، این توجه و این هزینه کردن، تباه و کاذب و توهمی و خیال نیست، پس چرا در افسانه و در "سَمزیم"؟! بیشترِ مردم در افسانه و در خیالبافی خود هستند. هر کس باید به خود نگاه کند.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۴۵

لذت عشق بُتان را ز زحیران مطلب

صُبْح کاذب بُود این قافله را سخت مُضل

لذتِ عشقِ بتان، به معنی آن حالِ خوبی ست که شما، وقتی وصل هستید، پیدا می کنید. در این وصل، هر لحظه، بسته زندگی، بسته خرد به سمت شما سرازیر می شود و شما، آنها را هشیارانه خرج می کنید و لذت اش را می برید. بسته های زندگی را نمی توان با حس های پنجگانه باز کرد. احساس های لطیف تری که ورای توان این حس های جسمی ست، بسته ها و راه حل ها و کلید ها را می تواند دریافت کند. حال خوب، آرامش، شادی، برکتِ زندگی، لذتِ عشق را نمی توان از آدم های دردمند سراغ گرفت. زحیران آدم های مبتلا و هم هویت شده با دردها هستند، آنها که در صبح کاذب گم شده اند. قافله مانده هایی که در صبح کاذب به راه افتادند و راه را گم کردند. از آنها تقلید نکن. این نشانه ها و دلالت ها به شما، به ما کمک می کنند بلند می شویم. سرزندگی و شَعَف و تازه نفسی را حس می کنیم. دوست داریم که دیگران این زنده شدن به زندگی و طراوت و تازگی و نوظهوری این احساس را حس کنند! اما ... از آنها نطلب. آنها نمی توانند لطافتِ این وصل را، حس کنند، بفهمند. کسی که هم و غم اش، هم هویت شدگی و پخش درد آن است، نمی تواند لذتِ اتصال به زندگی، بودن، را بفهمد. چرا از او می پرسیم؟! نا امید می شوی. بخواهی او را تغییر دهی، گرفتار می شوی، تا زمانی که خودش آماده نباشد، متوجه نمی شود. متأسفانه، از طریق تربیت خانوادگی یا آموزش های مدرسه و دانشگاهی، به ما یاد ندادند و متوجه نشدیم که با پدیده ها و اجسام و فرم ها و آدم ها هم هویت می شویم و بعد از مدتی باید بیدار شده و صبح کاذب و صبح صادق را از هم تشخیص دهیم! (در دوران تحصیلی ما رایج نبود، حالا را نمی دانم). صبح کاذب، یعنی هشیاری جسمی و دردمندی، درد را بدوش کشیدن و برای دیگران درد ایجاد کردن، قافله بشر، را گمراه کرده. کلید کار، راه حل این است که شخص شما، روی خودتان کار کنید. با کسی کار نداشته باشید. از کسی انتظار نداشته باشید که قوه درک و خردورزی شما را بفهمد. وضعیتِ زندگی شخصی و وصول به حقیقتِ خود را بیخود به دیگران، توضیح ندهید. بیخود تشویق نکنید. از آنها تقلید نکنید. اکثریت، جزو قافله ای هستند که سخت به گمراهی افتاده اند.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۷۵۴

ذکر حق کن بانگ غولان را بسوز

چشم نرگس را ازین کرکس بدوز

حق را ذکر کن. این لحظه، عملاً و با دل و در زیر فکرها، با او حسِ یکی بودن کن، تسلیم شو. البته اگر با زبان هم می خواهی خدا را ذکر، تقدیر و قدردانی کنی، رواست اما نه با هشیاری جسمی و نه با منِ ذهنی.

بلکه هنگامی که از جنس خدا، از جنس زندگی و اصل خود هستی. تا صدای گمراه کننده غول های بیابان نفس را بسوزانی. چشم دل خود را از دنیا و دنیا پرستان فرو بند.

غولان، کسانی هستند که با دنیا عجین و هم هویت شده اند، بانگ و غوغا و سروصدای آنها را بسوز. نگذار منحرف ات کنند.

اصلاً" یکی از راههای زنده نشدن به حضور و به اشتباه افتادن و موفق نشدن این است که آدم به دیگران نگاه کند. خود و آنها را با هم مقایسه کند. بهترین مشی برای شما: مطالعه مولانا است.

من پیشنهاد می کنم: روی خودتان کار کنید، همیشه این پیشنهاد را داده ام. من هم همین کار را می کنم. چشم نرگس را ازین کرکس بدوز، چشم نرگس، چشم دل شماس. این چشم را از دنیا طلبان و هم هویت شدگان با دنیا و با دردها، بدوز. کرکس، درد است و سَمبُلِ شخص هم هویت شده با دنیاست.

صبح کاذب را ز صادق و شناس

رنگ می را باز دان از رنگ کاس

صبح کاذب، بامداد دروغین، هشیاری من دار جسمی، هشیاری هم هویت شده را از بامداد راستین، از صبح صادق که واقعاً" روز می شود و صبح واقعی ست، باز شناس و آن دو را از یکدیگر تمیز بده.

به عبارت دیگر: " خود را که از ذهن بیرون آمده و هشیاری دیگری پیدا می کنی، بشناس، اگر هنوز من داری، درد داری، باید فقط روی خودت کار کنی."

رنگ شراب را از جام شراب تشخیص بده. این دو را بشناس و بدان که رنگ می، با رنگ کاسه، جام، فرق دارد. (می در اینجا کنایه از حقیقت و جام، کنایه از صورت است. سالک باید میان حقیقت و اوهام تفاوت نهد. سعادت دنیوی مانند فجر کاذب است که مردم را به اشتباه می اندازد ولی سعادت اخروی مانند فجر صادق است).

رنگ می بیرنگ است، شرطی نشده ست، مثل هشیاری شرطی نشده ست.

هشیاری شرطی شده مربوط به ذهن و فضای شرطی شده ست. من ذهنی تماماً" شرطی شده ست. پاسخ های من ذهنی ناآگاهانه و از قبل ضبط و آرشیو شده و اتوماتیک و سریع است. بدون آنکه متوجه شوید واکنش نشان می دهد. گرفتار می کند.

شما در حال شناسایی من ذهنی هستید. من ذهنی کاسه شراب است و شما شراب. کاسه ذهن است و شما، شراب. محتوای آن.

تا بُود کز دیدگان هفت رنگ

دیده ای پیدا کند صبر و درنگ

شاید بر اثر صبر و شکیبایی از همین دیدگانی که بجز رنگ های هفتگانه، رنگی نمی بیند، دیده ای دیگر پیدا کنی. (صبر بر ریاضت و مجاهده نفس، دیده باطنی را بینا می کند و سبب می شود که آدمی بجز رنگ های هفتگانه - جهان کثرت حقیقت بیرنگی عالم الهی را ببیند).

شما اگر صبر و تأمل داشته باشید، ساکت باشید، نگاه کنید، تسلیم شوید، هشیاری حضور و تسلیم را مبنای زندگی و مبنای تشخیص قرار دهید، متوجه خواهید شد که همیشه این لحظه ست.

ما بعنوان من ذهنی، اتفاق این لحظه را بجای این لحظه می گیریم، این لحظه، اتفاق اش نیست. من ذهنی اتفاق را می بیند، با اتفاق، ستیزه می کند.

شما با اتفاق لحظه، ستیزه نکنید، از جنس شراب می شوید، از جنس هشیاری می شوید و آن را مبنای تشخیص قرار می دهید، هر لحظه اینکار را می کنید. هر لحظه، با اتفاق این لحظه آشتی هستید. یادتان رفت دوباره آشتی می کنید. فراموش نکنید:

شما فضای زیر اتفاق هستید و نه اتفاق این لحظه.

مثالی برای اینکه شما رنگ را بفهمید:

ما همیشه راجع به شرطی شدگی صحبت می کنیم:

مثلاً" در یک اتاق هستید و به مبلی که در آن قرار دارد، نگاه می کنید. در این اثنا، با یکی اوقات تلخی شده و به سختی دعوا کرده و ناراحت می شوید. مبلی که آنجاست، این خاصیت را دارد که ناراحتی و خشم و رنجش و غضب و اختلال و تعرض و پریشانی و غوغای رخ داده شده را جذب و نگه دارد.

همچنین، بعداً، فردا، پس فردا، بمحض دیدن آن مبلی، با اینکه فرد طرف مقابل هم در اتاق حضور ندارد، اما آن جریان، آن حوزه منفی جذب شده در مبلی، در شما ایجاد تشویش و نگرانی می کند.

این وضعیت را شرطی شدگی می نامیم. یعنی شما به مکان، به پدیده ها، موضوعات، اتفاقات، آدم ها، شرایط، اشیاء، ... رنگ و بو می دهید.

موضوعی شما را به موضوعی دیگر، به خاطره ای دیگر، سنجاق و گیر می دهد و خاصیتی مانند درد، در شما بیدار می شود. این مبلی قبلاً" در شما درد ایجاد نمی کرد و در ناراحت کردن شما نقش نداشت، با دیدن آن حالت خاصی نداشتید، اما حالا، دیدن آن شما را ناراحت می کند. پس، رنگ و بو گرفته و حالت هایی را در شما زنده می کند. جهان ذهن، جهان رنگ و بوست.

بارها گفته ایم: دعوا، مرافه های خانوادگی، کشاکش ها و اختلافات و مشاجرات، فضا و اجسام، را آلوده می کنند. خانه و وسایل و فضای آن، خاصیت ناراحت کنندگی، اضطراب بخشی، پیدا می کنند.

پدر، مادرها، در اتاق خواب، در سالن پذیرایی، در آشپزخانه، در حیاط، در حضور بچه ها، دعوا می کنند، همه چیز و همه قسمت های خانه را به درد آلوده می کنند. این اجسام هم توانایی پیدا می کنند که بعداً" آن حس ناراحتی و درد را زنده کنند. ولو، افرادی که دعوا می کردند، آنجا نباشند.

این جهان، جهان هفت رنگ است و اجسام و مکان ها رنگ و بو می گیرند مگر اینکه از جهان ذهن و رنگ و بو، با صبر و درنگ، چشم هشیاری پیدا کنیم. این صبر، خیلی مهم است.

تسلیم شده، صبر می کنیم. تا بیداری هشیاری، آگاهانه درد را تحمل می کنیم.

رنگها بینی بجز این رنگها

گوهران بینی به جای سنگها

با آن چشمی که بر اثر صبر و شکیبایی بینا شده می توانی غیر از هفت رنگ ظاهری، رنگ های دیگری نیز بینی و به جای سنگ های بی ارزش، گوهرهای ارزشمند را مشاهده کنی.

الآن که در ذهن هستیم، به چیزها شرطی شده و دنبال آنها هستیم.

این چیزهایی که به آنها علاقه مندیم و از آنها هویت می خواهیم، کجا هستند؟ از اینطرف به آن طرف می پریم.

حالا دیگر آنها را نمی بینیم، یا علاوه بردیدن آنها، رنگ های دیگری را هم می بینیم. الآن دیگر رنگ ها، رنگ نیستند بلکه بسته های زندگی، خلاقیت و برکتی ست که از جهان دیگر می آید.

تو، از جنس زندگی، به جای سنگ، گوهر می بینی. قبلاً "سنگ را سنگ می دیدی.

گوهر چه؟ بلک دریایی شوی

آفتاب چرخ پیمایی شوی

گوهر چیست! گوهر چه ارزشی دارد؟ وسعت پیدا می کنی. به دریا مبدل می شوی.

خورشیدی می شوی و افلاک را در می نوردی.

آفتابی که نور و برکت زندگی را پخش می کنی. قبلاً "گفت: ماه زندگی ست و شما ستاره هستید، الآن این ستاره ها را

بزرگ کرد و آفتاب شد. مرتب بزرگتر می شوی. هرچه بیشتر نور و شادی و برکت زندگی را پخش کنیم، بزرگتر می

شویم. این هم قانون جبران است:

هر چه بیشتر می دهی، بیشتر از آنطرف می گیری. مثل مولانا. حسادت در کار نیست.

کارکن در کارگاه باشد نهان

تو برو در کارگاه بینش عیان

کارگر در کارگاه پنهان است. تو به کارگاه برو و او را آشکارا ببین. (کارکن می تواند اشاره به حق تعالی باشد و کارگاه به عدم

و فنای مطلق. انسان سالک برای دیدن حق، چاره ای ندارد جز آنکه وجود موهوم خود را نفی کند و به فنا برسد. همچنین انسان می تواند

برای خودشناسی و شناخت فرمانروا و عامل حقیقی اعضا و جوارح کارخانه بدن، باید در خود اندیشه کند تا بدان شناخت یابد).

کارگاه فضای یکتایی ست و کارکن، شما و زندگی هستید.

کارگاه بیرون نیست. یعنی شما هم هویت شدگی و جدایی های بیرون را مبنای زندگی قرار ندهید و در دنیا شروع به

کار کردن کنید. این حرکت از ذهن و بیدار شدن و به هشیاری حضور زنده شدن، یک حرکت شخصی و فردی ست،

دسته جمعی نمی توانیم به فضای وحدت برویم. هر کس باید روی خودش کار می کند.

"اول به کارگاه می روم، به آن فضای یکتایی".

کارکن، شما و خدا هستید. شما با او یکی هستید.

هر کس که کار می کند، آنجاست در کارگاه. کارگاه فضای یکتایی ست.

هشیاری، فقط یک هشیاری ست، یک خداست. وارد فرم شده. وقتی روی خودش زنده می شود، به فضای دیگری که

فضای ذهن و فضای فرم ها نیست می رود و آنجا کارگاه است.

از آنجا، از آن منشأ و مبداء، از آن قاعده و از آن زادگاه باید برای جهان کار کرد.

مولانا می گوید: آنجا، به آن کارگاه، به آن سرچشمه و محرک کُل، به آن عِلّت العِلَل، به نزد او برو.

به این ترتیب، وضعیتِ خودمان را بعنوان انسان توضیح و تشریح می کنیم. الآن در چه موقعیتی هستیم و مولانا چه تغییری را پیشنهاد می کند و شما خود نیز، ارزیابی کنید که کجا هستید؟ با دیگران هم خودتان را مقایسه نکنید. باز چند بیت از مولانا سریع می خوانم. مربوط به شناساییِ منِ ذهنی ست و روشِ آزاد شدن.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۳

می ده گزافه ساقیا تا کم شود خوف و رجا

گردن بزن اندیشه را ما از کجا او از کجا

ساقی، پی در پی و زیاد می بده تا از حصارِ منِ ذهنی رها و به هشیاریِ حضور زنده شوم.

که مهمترین و بهترین راه آن تسلیم است.

در تسلیم، خوف، یعنی ترس و رجا، یعنی امیدواری را، کم می کنیم. خوف و رجا متعلق به ذهن است. ذهن با ترس و امید کار می کند و این نوسانات باید کم شوند. این راه درست زندگی نیست.

" در ذهن، یک لحظه امیدوارم، یک لحظه می ترسم، یک لحظه فکر می کنم فلان کس می آید و به من زندگی می دهد، لحظه دیگر می گویم: نه ممکن است برود. یک لحظه می گویم: ممکن است پول گیرم بیاید و وضعیت ام بهتر شود، لحظه دیگر می گویم: نه ممکن است گیرم نیاید. دائم، بین خوشحالی و ناراحتی، ترس و امید، خوف و رجا، در نَوسان ام."

گردن بزن اندیشه را ما از کجا او از کجا، سیستمِ تار عنکبوتیِ منِ ذهنی را، که همه راه هایش می پیچاند و می تاباند و گرفتار می کند، خراب کن.

ما در مقام و شأن و صلاحیتِ هشیاری، در مقامِ برگزیده، باید به زندگی زنده شویم و خرد و برکتِ زندگی را به این جهان بیاوریم، در حالیکه منِ ذهنی، مدام در حالِ جمع کردن و ترسیدن و خوف و رجاست. در خشم و در اضافه کردن است.

هشیاریِ حضور، مأموریتِ دیگری دارد، او می خواهد انرژی و زیبایی و خردِ زندگی را به این جهان آورد و دنبالِ خلاقیت است، دنبالِ عشق است. او کجا و ما کجا؟!.

پیش آر نوشانوش را از بیخ برکن هوش را

آن عیش بی‌روپوش را از بند هستی برگشا

در اَثَرِ نوشانوش (نوشیدنِ شرابِ زندگی، شرابِ هشیاریِ خالص)، در اَثَرِ شادی و آرامش است که این مهم صورت می گیرد. با ملامت کردن، با تحقیر کردن، با انتقاد، با زدن، انسان از منِ ذهنی، زاییده نمی شود. اگر ما، دیگران را به واکنش و ترس و خشم و داریم، از منِ ذهنی متولد نمی شوند. به وحدت نمی رسند. ما نوشانوش، باید نرمش و عشق را پخش کنیم.

" هوشِ منِ ذهنی را از بیخِ بَرکن. آن عیشِ بیِ روپوش، هشیاریِ حضور، نوشانوش و شادی و کار از آن کارگاه ست که منِ ذهنی و هوش اش را از بیخ و بُنِ برمی کند.

عیشِ بیِ روپوش، زندگیِ بدونِ روپوشِ ذهن است. از بندِ هستیِ بَرگشا. یعنی ما همه آگاهانه یا ناآگاهانه، به جهان، به هستی چسبیده ایم، هستی همان حسِ هویتی بود که خودمان ابتدائاً" به پدیده ها، به چیزها بخشیدیم. و فکر کردیم که آن چیزها ما هستیم. این طرز تلقی غلط بوده.

از بندِ هستی برگشا. " راحت است، خُب شما می توانید اینکار را بکنید ".

در مجلسِ ما سرخوش آ بُرَقع زِ چهره بَرگشا

زان سان که اول آمدی ای یَفْعَلُ الله ما یَشا

در این لحظه، آنچه زندگی می خواهد، خدا می خواهد، همان می شود.

اتفاقاً" یَفْعَلُ الله ما یَشا (هر چه خدا بخواهد همان می شود) پیام بسیار مهمی ست.

یعنی شما در این لحظه تسلیم و موازی با زندگی هستید، به وضعیت این لحظه اعتراض نمی کنید و اجازه می دهید، زندگی طرح خود را به اجرا درآورد. در مجلسِ ما سرخوش آ.

راجع به چه موضوعی صحبت می کند؟

راجع به اینکه ساقی می بیاورد.

ساقی خداست و می او خَرَد، آرامش و شادی و عشق است، زیبایی ست: مست بیا. سرخوش آ.

آمدنِ ساقی به زندگی ما، بستگی به حالتِ مان دارد.

ساقی، موقعی سرخوش به مجلسِ ما می آید که شاد باشیم. هر چه شاد تر و آرامش بیشتری داشته باشیم، بیشتر از جنسِ او می شویم. اگر گرفتارِ ذهن و مشتقاتِ آن، مثلِ خشم ها، رنجش ها، قضاوت ها، دردها، ... و یا افسرده و غمگین باشیم، به همان میزان از جنسِ خدا دور می شویم.

با اختیار و آگاهی که داریم، هر چه شادتر و آرام تر باشیم، راحت تر می توانیم از مخصصهٔ ذهنی آزاد شویم.

بُرَقع زِ چهره برگشا، این روبنده را از رویت بردار. آنطور که اول آمده بودی.

اول چگونه آمده بودی؟

مولانا غیر مستقیم می گوید: " اول خودت آمدی ".

یعنی اول خودِ زندگی، خودِ هشیاری، خودِ خدا بوده که بصورت شما به این جهان آمده. همان طوری بیا.

یعنی چه؟ یعنی: ای ذهنِ سَمِج و چَموش، ما را رها کن. تو که هر کاری که دل ات می خواهد انجام می دهی ...! نتیجه اینکه:

شما، این لحظه تسلیم باشید و ببینید زندگی چه طرحی برایتان دارد.

دیوانگانِ جَسته بین، از بندِ هستی رَسته بین

در بی‌دلی، دل بسته بین، کاین دل بُود دام بلا

عده ای از این زنجیر جسته اند. در حالیکه بی دل اند، اما دلِ شان را به خدا، به زندگی بسته اند.

ابتدا، دلِ شان، پُر از گرفتاری، به جهان وصل بود، اما بعد، دل از فُرم بریده، به او بسته اند.

آیا این تئوری ست؟ نه. شما ممکن است بگویید من چگونه دلم را به زندگی ببندم!؟.

بمحض اینکه شما، دلِ تان را از جهانِ فُرم باز کنید، بلافاصله به زندگی بسته می شود. زیرا از آن جنس هستید.

دلِ اصلی ما، دامِ بلاست.

هر مسئله و تحیر، آشفتگی و ناگواری و نا هنجاری، در فضایِ شِگفتِ یکتایی، باقی نمی ماند. ذوب، مُنتقی و بیرنگ می شود.

انسان هایی که به هشیایِ حضور زنده شده اند، در ناملایماتِ زندگی، آرامش شان را از دست نمی دهند.

زیرا در آن فضا سیر می کنند. از آن فضا، اشباع می شوند.

زوتر بیا هین دیر شد دل زین ولایت سیر شد

مستش کن و بازش رهان زین گفتنِ زوتر بیا

زود بیا برای اینکه ما به کمک تو احتیاج داریم.

اینجا می فهمیم که بوسیلهٔ تکنیک ها و راه هایی که منِ ذهنی نشان می دهد، ما از گرفتاری های آن خارج خواهیم

شد. منِ ذهنی دائم چیزی را تصور، و به سمتِ آن حرکت می کند. به سمت و سویی که خدا نیست، زندگی نیست.

جسم است و مدام ترغیب می کند: تو باید بیایی! در نتیجه ما را در ذهن زندانی و نگه می دارد.

به همین دلیل، من دائم تکرار می کنم:

تسلیم. تسلیم.

تسلیم، تبعیت و تمکینِ این لحظه و اجرایِ طرحِ زندگی ست، همان که خدا می خواهد و حتماً همان می شود.

اگر شما تسلیم باشید و عقلِ منِ ذهنی را بکار نبرید، خواهید دید که کار درست می شود. اجازه بدهید که زندگی با

خردش وضعیتِ های شما را سامان بخشد.

زود بیا. دیر شده و دلم از ولایتِ ذهن، سیر شده.

من که فکر می کنم او هستم، مرا مست کن و از این گفتنِ زودتر بیا، باز رهان.

زودتر بیا، دو نوع است: اکثراً از موضعِ منِ ذهنی ست. عجله می کنیم. این عجله از پایگاهِ ذهن برمی خیزد.

ما می گوئیم: کی از این ذهن زاییده می شوم؟ کی به حضور زنده می شوم؟ ...

هر چه بیشتر عجله کنید، بیشتر در ذهن باقی می مانید.

مولانا، غیر مستقیم به شما می گوید: نباید بگویید زودتر بیا.

کارِ ما چیست؟

کارِ ما تسلیم و موازی شدن با زندگی و عدم ستیزه با فُرمِ این لحظه ست.

فهمیدنِ اینکه: ما فضایِ زیرِ اتفاقِ این لحظه هستیم.

ما از جنسِ اتفاق نیستیم.

ما اتفاق نمی آفیم.

ما از آن جنسِ ثابتِ زیرِ اتفاق هستیم.

همهٔ اینها را می دانیم و بخاطر می سپاریم. حالتِ تسلیم را به هم نمی ریزیم. عجله هم نداریم. می خواهیم ببینیم طرحِ بعدیِ زندگی چیست؟ در عینِ حال، هر چه در توان داریم بکار می بریم. ولی بمحضِ اینکه بگوییم: کو؟! به ذهن رفته ایم.

بگشا ز دستم این رَسَن بر بند پای بوالحسن

پُر ده قَدَح را تا که من سَر را بنشناسم ز پا

از دستم این رَسَن (طناب) را باز کن. پای بوالحسن (اینجا منِ ذهنی ست) را ببند. شما باید اینکار را بکنید.

اینها را می گوییم، خودمان هم می شنویم.

به زندگی می گوییم: تو بکن، خودمان می شنویم، خودمان باور می کنیم، خودمان هم عمل می کنیم.

اگر شما اتفاقِ این لحظه را قبول کنید، همهٔ این اتفاقات می افتند.

پایِ منِ ذهنی تان بسته می شود و دستِ زندگی، دستِ آرامش و شادی تان باز می شود. مستِ زندگی می شوید. سر

از پا نمی شناسید، به این معنی که:

به حرفِ ذهن گوش نمی کنید. تحتِ نفوذ و تسلطِ بازی ها و اداهای آن قرار نمی گیرید.

یادمان باشد تا هشیار و جدی، تسلیمِ اتفاقاتِ لحظه نشویم، نمی توانیم از ذهن بیرون بیاییم.

کارِ زندگی، بازی ست.

یک روز چیزی زیاد و روزی دیگر کم می شود، یک روز بدنیا می آییم، یک روز مریض می شویم و می میریم. همهٔ

اینها بازی ست. بازیِ فُرم است. همین بدنِ ما یک روز خاک بود، موادِ شیمیایی بود. همین موادِ شیمیایی، حالا من را

ساخته. صد و پنجاه سالِ دیگر بدنِ یکی دیگر را می سازد. بازیِ فُرم است. اصل، هشیاری ست.

شما تا مست نشوید، این بدن و مالِ دنیا را رها نکنید، به شعور و هشیاری برتر، وصل نخواهید شد.

همهٔ حرف ها، همهٔ رفتارها، ... مفاهیم را جدی می گیرید، در حالیکه هیچکدام جدی نیستند. بازی اند.

هیچی جدی نیست. آن ابتکاری را که خردِ زندگی بوجود می آورد، نیک است. وگرنه فُرم ها بوجود می آیند و از بین

می روند: سود می کنم، ضرر می کنم، خانه ام کوچک می شود، بزرگ می شود، به مقام می رسم، از مقام می

اُفتم، ... همهٔ اینها بهانهٔ سرویس دهی ست. بهانه ای برای اینکه امتحان شوید:

آیا خردِ فضای وحدت و یکتایی، از شما بیان می شود؟ این معرفت و خرد به کارها می ریزد؟ این خرد به سمتِ

مردم جاری می شود؟

همینکه زندگی را جدی بگیرید، از جنسِ اتفاق می شوید.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸

گویی مرا چون می روی؟ گستاخ و افزون می روی؟

بنگر که در خون می روی آخر نگویی تا کجا؟

به من می گوید: تو چگونه می روی؟ خیلی گستاخ شده ای! زیادی می روی!.

وقتی که ما، فُرم های هم هویت شدگی را خراب کنیم، مردم تعجب می کنند.

نگاه کن که در خون می روی آخر نگویی تا کجا؟ می روی!.

تا کجا فُرم ها و هم هویت شدگی ها را خراب می کنیم؟ تا آنجا که تسلیم کامل شویم. در این لحظه حاضر و ناظر باشیم

در این لحظه فقط نگاه کنیم، اعتراض نکنیم و جاری شویم.

یعنی عشق و خردِ زندگی جاری می شود و ما نگاه می کنیم.

گفتم کز آتش های دل بر روی مفرش های دل

می غلط در سودای دل تا بحر یَفْعَل ما یشا

من از آتش های دل گفتم. عشق، زیبایی، خرد، آتش های دل هستند.

وقتی دل ما زندگی ست، عشق و زیبایی و خردِ زندگی از ما جاری می شود.

تمرکز من روی این دل است. بر آن بام می غلطم.

دقت کنید: مردم به صورتِ هشیاری، روی چه می غلطند؟

اکثرا" با گذشته و با ذهن هم هویت اند. اکثرا" گذشته زنده هستند. گویی گذشته راه می رود.

وضعیت های زندگی و آینده شان، بر اساس گذشته پهن می شود. انگار فرشی ست که روی آن راه می روند. این

فرش را امتداد گذشته پهن می کند. مدام پا می گذارند و فرش، گذشته، به تکرار پهن می شود.

آیا خوب پهن می شود؟ نه. با پشیمانی، با حسرت، با رنجش، با درد، با ...

منِ ذهنی آن را پهن می کند.

این دفعه، شما چگونه جلو می روید؟

هویت تان را از گذشته کنده اید، از زمان بیرون آمده و این لحظه تسلیم هستید. این لحظه هر اتفاقی می افتد، شما پا

روی آن می گذارید. لحظه بعد تسلیم و موازی هستید.

مراقب فرشِ زندگی هستید. نه اینکه گذشته شما فرش را پهن کند!.

یک عده می گویند: آینده ما، امتداد گذشته ست. اما این خرد و رزی نیست. توهم ذهن است. خلاق نیست.

ذات جهان، تغییر است. شما می خواهید چگونه تغییر کنید؟

آیا منظور از تغییر، بیشتر شدن گرفتاری و بدبختی ماست؟!.

مثلا" کسی مثل من بگوید: من الان شصت و هشت سال دارم، بقیه اش هم هر چه مانده امتداد منِ ذهنی ام باشد که

گذشته پُر از درد و گرفتاری بوده. آیا این درست است؟ نه.

حالا یک نوع برخورد دیگر هم هست، می گوئیم: من تسلیم می شوم، زندگی فرش پهن می کند، پایم را روی آن می

گذارم. دوباره تسلیم می شوم، فرش دیگری پهن می کند، پا روی آن می گذارم. باز تسلیم می شوم، فرش دیگر زندگی

پهن می شود و به همین ترتیب ادامه می دهم.

تا جایی که دیگر هیچ اعتراضی نکنم. تا جایی که عبارت:

"خدا هر کاری که می خواهد بکند"، در من زنده شود.

اگر شما واقعا اینکار را بکنید، یعنی هیچ دخالتی در آنچه که اتفاق می افتد نکنید، زندگی ست که می آفریند.

یعنی شما همیشه با این لحظه، آشتی هستید.

با زندگی آشتی هستید، معادل این است که با اتفاق لحظه آشتی هستید. طوریکه به دریایی می رسید که هیچ چیز

دیگری نمی بینید. غیر از اینکه بگویید:

زندگی ست که در این لحظه وضعیت ها را روی من باز می کند و راه دیگری ندارم.

یعنی: من به عقل من ذهنی گوش نمی دهم. آشتی با زندگی، از درونم می جوشد.

مردم هم انتقاد یا هر کاری که می خواهند بکنند، مهم نیست.

هر دم رسولی می رسد جان را گریبان می کشد

بر دل خیالی می دود یعنی به اصل خود بیا

هر دم رسولی، قاصدی می رسد و جان گریبان ما را می کشد و بر دل ما خیالی می دود، مثل اینکه آن خیال به ما

بگوید: به اصل خودت برگرد. یعنی از اصل خودت دور شده ای.

ای عقل باش حیران نی وصل جو نه هجران

چون وصل گوش داری زان کس که نیست غایب

پس از اینهمه صحبت، جوهر غزل مشخص شد:

عقل ما باید دائما در شگفتی باشد و حیران شود.

کسی که عقل اش دائم در حیرانی ست، نه وصل می جوید و نه هجران.

این قضیه وصل و هجران، در ذهن ما را گرفتار و نگه می دارد.

فقط باید حیران شود و بگوید: من دیگر بلد نیستم.

ما بعنوان هشیاری می شنویم که عقل ما، عقل من ذهنی ما، هشیاری جسمی، ذهنی، کاره ای نیست، و اگر بوسیله آن

عقل در ذهن بدنبال وصل باشم، به سوی خدای دروغین، که ذهن ام منعکس کرده می روم.

این حس وصل و هجران، بوسیله ذهن، دروغین است.

چون وصل گوش داری زان کس که نیست غایب، گوش داری، یعنی انتظار داری.

چگونه انتظار وصل داری از آن کسی که هیچ موقع غایب نبوده!

خدا، هیچ موقع غایب نیست. همیشه با ماست. اصلا ما او هستیم. بنابراین، کسی که در ذهن است و دنبال رسیدن

به خداست، هیچ موقع به او نمی رسد.

با ذهن نباید حرکت کنیم. بهترین راه تسلیم است.

جان چیست فقر و حاجت، جان بخش کیست جز تو

ای قیله حوایج معشوقه مطالب

آن صحنه آرای یادتان هست که گفت: ماه وسط و ستاره ها، ما انسان ها، در اطرافش؟
وقتی انسان دست هایش را باز کرد و همه گردوها را انداخت و از سوراخ درخت ها، دست هایش را بیرون آورد، چه می ماند؟

فقر. فقر، یعنی بی نیازی به جهان.

در آن حال، وقتی شما می گوئید: من کی هستم؟ یادت نمی افتد: من همسر هستم، من بچه ام هستم، من پولم هستم، من معلم هستم، من پرفسور هستم، من دکتر هستم، فقط می گوئید: من هستم.

من ذهنی دائم می گوید: من این هستم، من آن هستم.

ما دو نوع من داریم: من اصلی و من ذهنی. من اصلی، روی پای زندگی ست که ما هستیم.

من ذهنی هم ما هستیم، که به جهان، چسبیده ایم.

وقتی خودمان را آزاد کردیم، فقر پیش آمده.

فقر یعنی: من از جهان هویت نمی گیرم. فقر و حاجت، بی نیازی به جهان است و نیازمندی به زندگی.

جان بخش کیست؟ جان بخش، زندگی ست. معشوقه و قبله همه حوائج و همه نیازها و همه خواسته های ما.

وقتی به فضای یکتایی می روید، هر چه برای جهان بیرون می خواهید، از آن پایگاه، خلق می کنید و می دانید که منبع همه این سعادت و موهبت، از آنجاست. بیرون نمی روید.

قبلا" گفت: کارکن، در کارگاه باشد نهان.

نک نقد شد قیامت اینک یکی علامت

طالع شد آفتاب از جانب مغارب

همانطور که قبلا" گفتیم: در فرهنگ ادبیات ایران، این اعتقاد متداول است که وقتی قیامت می شود آفتاب از مغرب طلوع می کند.

مانند این است که بگوئیم: ماه در وسط و ستاره ها اطراف آن هستند. بعضی از ستاره گان تا بحال، نور خورشید، نور ماه، نور خدا را جذب می کردند، الان از ذهن، از مغرب در حال طلوع هستند.

ذهن، مغرب است. تا حالا، همه چیز در آنجا، مثل باتلاق فرو می رفت. هر چه زندگی، انرژی و توان و صلاحیت به سمت مان روانه کرد، به جای اینکه صرف شادی و کیفیت زندگی مان کنیم، به باتلاق من ذهنی تقدیم کردیم:

فلانی این را گفت، پشت سرم حرف زدند، رنجیدم، باید بهتر از او باشم، نمی توانم تحمل اش کنم، دعوتم نکردند، احترام نگذاشتند، تأیید نکردند، ... اینها باتلاق های من ذهنی هستند.

نک نقد شد قیامت اینک یکی علامت، اینک، قیامت نقد شد.

ای بشر، ای کسانی که این صحبت ها را می شنوید، الان وقت این صحبت ها نیست، وقت بالا آمدن آفتاب ما از ذهن است. الان قیامت است. قیامت توست و این هم یک علامت.

آفتاب تو در حال طلوع است. طالع شد آفتاب از جانب مغارب.

این آفتاب را من ذهنی تو به طلوع در نمی آورد، اگر تسلیم شویدی، آفتاب را زندگی، خدا، از مغرب ها بالا می آورد.

پس، در اثر رعایت آن مواردی که امروز راجع به آنها صحبت کردیم، آفتاب شما، از ذهن شما طلوع می کند و بالا می آید.

شما بوسیله من ذهنی، نگو: ,, صبر ندارم، کی می شود؟ عجله دارم، می خواهم ببینم، با ذهن می خواهم ببینم ,, ... " با ذهن نمی توانی ببینی "

ما فقط می توانیم تبدیل شویم.

شما نمی توانید با ذهن خدا را ببینید. ولی می توانید به جنس او تبدیل شوید.

همیشه یادمان باشد: با ذهن نخواهیم زنده شدن به حضور را اندازه گیری کنیم:

,, من می خواهم ببینم چند درصد به حضور رسیدم، خط کش بیاورید ,,

" نمی شود اندازه گرفت "

بتدریج مردم به شما خواهند گفت: شما کمی عوض شده اید!. چقدر آرام و لطیف و مملو از انرژی مثبت شده اید!.

بعد آرام آرام خودتان متوجه می شوید که وضعیت ها حامی شما هستند.

دیگران در سرو سامان بخشیدن به اموری که به شما مربوط می شود، همکاری می کنند.

مردم چوب لای چرخ تان نمی گذارند. عده ای دوست تان دارند، ...

اینها علانم درست شدن وضعیت هاست. ولی:

امتحان بر امتحان است ای پدر هین به کمتر امتحان خود را مَخر.

دَرکِش رَمیدگان را محنت رسیدگان را

زان جَذبه های جانی ای جَذبه تو غالب

رَمیدگان چه کسانی هستند؟ آنهایی که با ذهن هم هویت شده اند.

امروز هم هویت شدگی را صحبت کردیم. گفتیم: ما به ذهن وارد می شویم، به پدیده ها، فُرم ها، وضعیت ها، دردها

چسبیده و به آنها، حسِ هویت می بخشیم و خوشبختی خود را در آنها جستجو می کنیم، ولی آنچه را که در جستجوی

آن هستیم پیدا نمی کنیم، بعکس، در آنها گم می شویم.

اگر زیاد اصرار کنیم و معمولاً هم اصرار می کنیم (بدلیل اینکه همه اینکار را می کنند و ما را هم به اینکار تشویق می کنند)،

می رَمیم. از این لحظه، از این زندگی می رَمیم.

اگر بخواهید بپرسید: خدا کجاست؟ خدا در این لحظه ست. این لحظه، جا و وطن ماست.

از این لحظه، می رَمیم، به گذشته و به آینده می رویم. بیشتر مردم، در سالها پیش یا در آینده زندگی می کنند، در این

لحظه نیستند. تجربه نقد این لحظه را نمی بینند در نتیجه حکمت، ضمیر و خرد زندگی، به فکرهاشان نمی ریزد.

حالات های کهنه را می خواهند دوباره زنده کنند.

نمی دانند اصلاً چنین چیزی ممکن نیست.

از این لحظه رَمیده هستند.

شما ببینید از این لحظه چگونه می رَمید و فرار می کنید؟

فرار از این لحظه، فرار از خدا هم هست. محنت رسیدگان را، این بیچاره ها درد کشیده اند. هر کسی از این لحظه، برآمد، دچار درد می شود. هر کسی از این لحظه برآمد، یعنی نمی خواهد تسلیم شود. هر کسی اتفاق این لحظه را بدون قید و شرط، قبل از قضاوت قبول کند، دیگر نمی رمد. یک لحظه از محنت و رنج خلاص می شود، زان جذبه های جانی ای جذبه تو غالب. جذبه غالب هم، به شما امید می دهد که، نیروی زندگی بر جان ما غالب است. یعنی، شما بعنوان هشیاری، الآن بوسیله زندگی، خدا، بسوی یکتایی کشیده می شوید، نیرویی دیگر، که شما اعمال می کنید، تشویق به لذت دنیوی می کند. شما از یک طرف می کشید و او از طرف دیگر. ولی جذبه او، خدا، زندگی، همیشه غالب است. این کار، سبب درد شما می شود. اگر شما زیر فشار و درد زیاد هستید بدانید که جوهری بنام زندگی شما را می کشد، جذبه او غالب است. چگونه غالب است؟ دائم چیزهایی را که به آنها چسبیده اید، از دست شما می گیرد و شما را دچار درد می کند. بنظر شما، دیگران، مردم، عوامل بیرونی، اینکار را می کنند: ,, ای بی انصاف ها، ای بی مروت ها، ببینید چکار کردند ,,!... جذبه ای گرم این کار است و شما خبر ندارید. اگر زیر فشار گرفتاری و اضطراب هستید، بدانید که درگیر چنین کششی هستید. چسبیدن را رها کنید. بگذارید جذبه غالب، بکشد، یک ذره شل کنید. شما اگر هزار دست دارید و هزار دست گردوها را گرفته، وقتی کشیده می شوید، هزار دست به درد می آید. ولی تا موقعی که همه دست ها را باز کنید و بروید، او می کشد.

تا بیند این دو دیده صبح خدا دمیده

دام طلب دریده مطلوب گشته طالب

تا این دو دیده درونی دمیدن صبح خدا را ببیند.

صبح خدا، غیر از این صبح است. صبح خدا یعنی صبحی که شما متوجه می شوید: جنس تان چیست!.

روز می شود و این من ذهنی دام طلب است.

شما اگر با خدا یکی شوید و طلب داشته باشید، فرق می کند با اینکه من داشته باشید و طلبکار باشید.

وقتی من دارید و طلبکار هم هستید، دامی ست و تله. گرفتاری ببار می آورد.

صبح خدا می دمد، یعنی شما از ذهن زاییده می شوید. کشیده می شوید و می روید.

دام طلب من ذهنی، دریده می شود، مطلوب، طالب می شود!.

عشق و طلب چه باشد آینه تجلی

نقش و حسد چه باشد آینه معایب

قبلا" خدایی درست کرده و عبادتش می کردیم.

تصویر ذهنی، من، بودیم و خدایی ذهنی هم داشتیم و به او می گفتیم تو ما را بکش ببر. ما عاشق ایم و تو معشوق. ما طالب ایم و تو مطلوب.

ولی در دام طلب بودیم. وقتی آن دام دریده شد، الآن تو تبدیل به او شده ای، حالا که، تو به او، تبدیل شده ای، چه می شود؟ با زندگی یکی می شوید و این یعنی عشق.

بعلاوه طلب شما، طلب خرد و آرامش و عشق و زیبایی از آنطرف است.

چه چیزی را عشق و طلب می نامد؟ آن چیست؟

آینه تجلی. یعنی شما آینه می شوید مثل همان ستاره ای که نور ماه را منعکس می کند.

دائماً خدا خودش را از طریق شما بیان می کند. تجلی یعنی بیان برکات خدا از طریق شما.

خدا در شما متجلی می شود.

نقش و حسد چه باشد؟

آینه معایب، من ذهنی، با نقش ها هم هویت است. من ذهنی، همان بافتی ست که گفتیم به چیزها هویت می بخشد.

مجموع اینها در اثر چرخش ذهن، آغاز به حرکت می کنند.

شما می بینید که ما الآن روی یک چیزی فکر می کنیم و لحظه بعد در مورد چیزی دیگر و این چیز، مدام می چرخد.

یعنی تمرکز ما روی چیزهای مختلف است. این تمرکز ما روی چیزهای مختلف، تصویری می سازد که این تصویر

تصویر من ذهنی ست.

فراموش نکنیم که نقش ها هم جزو تصاویر ذهنی هستند. نقش هم به معنی تصویر ذهنی ست و هم به معنی نقش.

مثلاً: نقش پدری، نقش مادری. چقدر ما به نقش پدری، نقش مادری، چسبیدیم؟

مادرها نقش مادری را (بعضی از مادرها) تا سن هشتاد سالگی (پسرش شصت ساله ست)، حفظ می کنند، به نقش احتیاج

دارند. نقش را باید بیندازیم.

هر نقشی که شما در زندگی بعهده گرفته اید باید بیندازید. نقش رئیسی، نقش مرئوسی، نقش پدری، نقش مادری، نقش

فرزندی، اینها ما نیستیم. نقش ها ما نیستیم.

این من ذهنی ست که نقش های مختلف می گیرد و با هر نقشی به گونه ای بازی می کند.

نقش و حسد چیست؟ هر کسی که از جنس نقش است، حسد هم دارد. هر کس که من ذهنی دارد همیشه حسادت دارد.

نمی شود حسودی نداشته باشد. هر کسی که من ذهنی دارد، اگر قوی باشد فقط با مقایسه خودش را ارزیابی می کند.

بنابر این حسود هم هست، همیشه کم می آورد.

نقش و حسد چه باشد آینه معایب، آینه معایب ایم.

همه اش معایب را می بینیم. نقص ها را می بینیم: ,, این اینطور است و آن آنطور است ,, و ...

در حالیکه نقص های ما پلکان تکامل اند. نقص خیلی خوب است. نقص جای کار هشیاری ایزدی ست. شما با خرد

خودتان به نقص ها ایراد نگیرید. ملامت هم نکنید. نگاه کنید.

"خریتان را بکار برید، نقص را برطرف کنید."

همیشه هم می دانید در جسم کمال وجود ندارد. جسم همیشه ناقص است و ما نقص ها را می پذیریم. در رفع شان می کوشیم. ولی آنها را به سر مردم نمی کویم. اصلاً "نقص ها را نمی بینیم. بهترین کار این است:

آفرین خوب است، بهتر می شود، خوب است بهتر می شود، ...

این راه ترقی ست. ولی هر کسی که با نقش هم هویت است، ایرادها را می خواهد بزرگ کند، نقص ها را می بیند، خوبی ها را نمی بیند.

ما خوبی های خودمان را می بینیم ولی نقص هایمان را نمی بینیم، نمی شناسیم. حال مولانا می گوید:

کو بلبل چمن ها تا گفتمی سخن ها

نگذشت بر دهان ها یا دست هیچ کاتب

کجاست آن بلبلی، آن انسانی که بلبل نغمه خوان چمن هاست؟

یعنی به حضور رسیده و زیبایی ها را می بیند، با گل سر و کار دارد، تا من سخن هایی بگویم که تا حال هیچکس نگفته. دست هیچ کاتبی ننوشته. این سخن ها مربوط به نقش ها نیست.

نه از نقش های صورت نه از صاف و نه از کدورت

نه از ماضی و نه حالی نه از زُهد نه از مراتب

من، خرد، برکت، عشق، را از آنطرف می آورم. نه من و نه شما، راجع به نقش های صورت، راجع به موضوعاتی که ذهن به آن می پردازد: نه از صاف و نه از کدورت، صحبت نمی کنیم.

صافی و کدورت، مربوط به ذهن است.

هشیاری بیرنگ ایزدی که برکت همراه آن است، غیر از صافی و کدورت ذهن است، نه از ماضی، گذشته و نه از آینده ست. کسی که از گذشته می گوید (گذشته و آینده دو روی یک سکه ست)، کسی که بر اساس گذشته من ذهنی، به آینده نگاه می کند. پُر از نقص است.

ما الآن از چه ناراحتیم؟

از اینکه زندگی نکردیم، از اینکه نقص داریم، از اینکه چقدر مشکل داشتیم،

از اینکه چرا اینهمه مسئله برای ما بوجود آمد، و ...

ماضی و گذشته ما، پایه من ذهنی ماست و از آن بسیار ناراضی هستیم. من ذهنی، حال را هم گذشته می بیند و این غلط است.

شما الآن وقتی تسلیم شوید، دیگر به مشکلات و چالش های گذشته بر نمی گردید، دیگر از گذشته نمی گوید.

بنابراین، به آینده هم نمی روید.

دائم بین گذشته و آینده در تردد نیستید.

نه از ماضی و نه حالی نه از زهد نه از مراتب، اینجا، نه حالی، منظور این حال زمانی نیست، به معنی این لحظه نیست. زمان، بُعد افقی گذشته و آینده ست که مربوط به ذهن است. من ذهنی با گذشته و آینده کار می کند، من اصلی، در و با این لحظه ست.

کسی که در این لحظه ست و خرد و برکت زندگی و شادی و آرامش، از آن نظم و قاعده و شعور لایتناهی، به فکر و جسم اش می ریزد، اصلاً" به فکر گذشته نیست، الآن سیراب می شود. ما چرا از گذشته ناراحت هستیم؟

می گویم: ,, با کسی ازدواج کردم که خوشبختم نکرد، اشتباه کردم. اگر همسرم کس دیگر بود الآن وضع ام خیلی بهتر بود .,, ما اینجا ماندیم، اگر به مملکت دیگری رفته بودیم الآن زندگی مان روبراه بود .,, اشکالی وجود دارد، باید کوچ کنم و بروم .,,

اینها توهم است. زندگی در اعماق وجود شماست. اگر شما الآن تسلیم شوید، خرد و معرفت زندگی از درون شما می جوشد و بالا می آید و شما را سیراب می کند. در بیرون و در مملکتی دیگر نیست، در اعماق وجود خود شماست. این نقص هایی که مانند آیینۀ معایب، من ذهنی می بیند، مربوط به جهان بیرون است و هیچ موقع کامل نمی شود. با همسر کسی دیگر بودن، با مملکت عوض کردن، با کوچ کردن و رفتن به جای دیگر، مشکل ما حل نمی شود. همسر دیگر، مملکت دیگر، جای دیگر و ... ، باز به همان نقطه اول بر می گردیم:

,, اینجا خوب بوده و بیخود رفتم .,,

اما توجه نداریم که اگر همینجا زندگی بود، از اول نمی رفتیم، ...

اینها همه توهم است.

اینکه من ذهنی، خارج از فضای وحدت، زاهدی و پارسایی می کند و خود را در مراتب و مقام و منزلت آراسته و زینت می بخشد، صحبت نمی کنم. من دنبال ثلثی هستم که حرف های مرا بفهمد.

عقلم برفت از جا باقیش را تو فرما

ای از دَرت نرفته کس ناامید و غایب

پس از اینهمه صحبت، بقیه اش را زندگی زنده شده در درون شما بیان می کند.

شما به صحبت های او گوش می کنید.

من ذهنی شما خاموش شده.

متوجه شده اید که از دَرب او هیچکس نا امید و غایب و به حضور نرسیده، نخواهد رفت.

البته می توانست خایب باشد، به معنی ناکام. یعنی کسی از دَرب تو نا امید و نا کام نرفته.

این به شما نشان می دهد که اگر شما با تعهد و با قانون جبران و با صبر و تسلیم وارد این مسیر شوید، از دَرب او نا امید و ناکام و غایب، نخواهید شد. یعنی کاملاً" در من ذهنی نخواهید ماند.

اراده هشیاری خالص و ناب، تمایل به پیشرفت دارد.

نیروی الهی خودش را همیشه رو به بهبود سوق می دهد. شما جز پیشرفت، چاره ای ندارید.

*