



برنامه شماره ۵۰۰ گنج حضور

چو از خویش برنجیم زیون شش و پنجم  
یکی جانب خمخانه خمار بکریم  
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۷۳  
برنامه شماره ۵۰۰  
بخش ششم

گنج حضور پرویز شهبازی

بیایید بیایید به گلزار بکریم  
بر این نقطه اقبال چو پرکار بکریم  
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۷۳  
هرچه اندیشی پذیرای فناست  
آنک در اندیشه ناید آن خداست  
مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۰۷

**برنامه ۵۰۰**



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۷۳

بیا بیا بیا بیا به گلزار بگردیم  
بر این نقطه اقبال چو پرگار بگردیم  
بیا بیا که امروز به اقبال و به پیروز  
چو عشاق نوآموز بر آن یار بگردیم  
بسی تخم بگشتیم بر این شوره بگشتیم  
بر آن حَب که نگنجید در انبار بگردیم  
هر آن روی که پشت است به آخر همه زشت است  
بر آن یار نکوروی وفادار بگردیم  
چو از خویش برنجیم زبون شش و پنجیم  
یکی جانب خُمخانه خمار بگردیم  
در این غم چو نزاریم در آن دام شکاریم  
دگر کار نداریم در این کار بگردیم  
چو ما بی سر و پاییم چو ذرات هواییم  
بر آن نادره خورشید قمروار بگردیم  
چو دولاب چه گردیم پر از ناله و افغان  
چو اندیشه بی شکوت و گفتار بگردیم

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۶۱۱

که تو آن هوشی و باقی هوش پوش  
خویشتن را گم مکن یاوه مکوش  
دانک هر شهوت چو خمرست و چو بَنگ  
پرده هوشست و عاقل زوست دَنگ  
خمر تنها نیست سرمستی هوش  
هر چه شهوانیست بندد چشم و گوش

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۶۷۰

ما به خرمنگاه جان باز آمدیم  
جانب شه همچو شهباز آمدیم  
سیر گشتیم از غریبی و فراق  
سوی اصل و سوی آغاز آمدیم



وارهیدیم از گدایی و نیاز  
پای کوبان جانب ناز آمدیم

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۰۹

بر هر چه همی لرزی می‌دان که همان آرزی  
زین روی دل عاشق از عرش فزون باشد

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۸۱

در جهان هر چیز چیزی جذب کرد  
گرم گرمی را کشید و سرد سرد  
قسم باطل باطلان را می‌کشند  
باقیان از باقیان هم سرخوشند  
ناریان مر ناریان را جاذب‌اند  
نوریان مر نوریان را طالب‌اند  
چشم چون بستی ترا تاسه گرفت  
نور چشم از نور روزن کی شکفت؟  
تاسه تو جذب نور چشم بود  
تا بپیوندد به نور روز زود  
چشم باز ار تاسه گیرد مر ترا  
دانک چشم دل ببستی بر گشا

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۸۸۸

پنبه برون کن ز گوش عقل و بصر را مپوش  
کان صنم حله پوش سوی بصر می‌رود  
نای و دف و چنگ را از پی گوش زبند  
نقش جهان جانب نقش نگر می‌رود  
آن نظری جو که آن هست ز نور قدیم  
کاین نظر ناریت همچو شرر می‌رود  
جنس رود سوی جنس بس بود این امتحان  
شه سوی شه می‌رود خر سوی خر می‌رود  
هر چه نهال ترست جانب بستان برند  
خشک چو هیزم شود زیر تبر می‌رود



آب معانی بخور هر دم چون شاخ تر  
شکر که در باغ عشق جوی شکر می‌رود  
بس کن از این امر و نهی بین که تو نفس حرون  
چونش بگویی مرو لنگ بتر می‌رود

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۷۹

تو سفرکردی ز نطفه تا بعقل  
نه بگامی بود نه منزل نه نقل  
سیر جان بی چون بود در دور و دیر  
جسم ما از جان بیاموزید سیر  
سیر جسمانه رها کرد او کنون  
می‌رود بی‌چون نهان در شکل چون  
گفت روزی می‌شدم مشتاق‌وار  
تا ببینم در بشر انوار یار  
تا ببینم قُلُومی در قطره‌ای  
آفتابی درج اندر ذره‌ای

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۶۷۸

ده چراغ ار حاضر آید در مکان  
هر یکی باشد بصورت غیر آن  
فرق نتوان کرد نور هر یکی  
چون به نورش روی آری بی‌شکی

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۶۸۳

صورت سرکش گدازان کن به رنج  
تا ببینی زیر او وحدت چو گنج  
ور تو نگدازی عنایتهای او  
خود گدازد ای دلم مولای او  
او نماید هم به دلها خویش را  
او بدوزد خرقة درویش را



مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۰۶

دوزخ و جنت همه اجزای اوست  
هرچه اندیشی تو او بالای اوست  
هرچه اندیشی پذیرای فناست  
آنک در اندیشه ناید آن خداست  
بر در این خانه گستاخی ز چیست  
گر همی دانند کاندر خانه کیست؟  
ابلهان تعظیم مسجد می کنند  
در خرابی اهل دل جد می کنند  
آن مجازست این حقیقت ای خران  
نیست مسجد جز درون سروران  
مسجدی کان اندرون اولیاست  
سجده‌گاه جمله است آنجا خداست

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۹

حال او اینست کو خود زان سو است  
چون بود بی تو کسی کان تو است؟  
حق همی گوید که آری ای نزه  
لیک بشنو صبر آر و صبر به  
صبح نزدیکست خامش کم خروش  
من همی کوشم پی تو تو مکوش

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۸۵

آنچ می گوید درین اندیشه‌ام  
آن هم از دستان آن نفسست هم  
و آنچ می گوید غفورست و رحیم  
نیست آن جز حیلۀ نفسِ لئیم  
ای ز غم مرده که دست از نان تهیست  
چون غفورست و رحیم این ترس چیست؟

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۶۲

همچو آینه شوی خامش و گویا تو اگر  
همه دل گردی و بر گفت زبان نستیزی



منسوب به مولانا

دیده ای خواهم که باشد شه شناس  
تا شناسد شاه را در هر لباس

عطار، منطق الطیر

مرد می‌باید که باشد شه شناس  
گر ببیند شاه را در صد لباس

\*

با سلام و احوالپرسی، پانصدمین برنامه گنج حضور را امروز با غزل شماره ۱۴۷۳، از دیوان شمس مولانا شروع می‌کنم:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۷۳

بیایید بیایید به گلزار بگردیم  
بر این نقطه اقبال چو پرگار بگردیم

- مولانا همه انسان‌ها را به گشت و سیاحت در گلزار دعوت می‌کند. این دعوت برای بقای بشریت ضروری است و تک تک ما باید، برای زنده شدن، بدون توجه به دیگران، فردا" به این دعوت، پاسخ مثبت دهیم.
- بارها گفتیم: گلزار سَمِیْل فضای حقیقت، سَمِیْل یکتایی فضای این لحظه است، عملی انفرادی است. انسان هشیارانه می‌تواند در آن به گشت و گزار و سیاحت بپردازد.
- در این امر مهم و ضروری که همه انسان‌ها دعوت شده‌اند، هر یک از ما شخصا روی خود تمرکز می‌کنیم.
- سخن از نقطه اقبال و از پرگار آغاز شد، که اشاره به بخت، اشاره به خود ماست. ما که هشیاری و امتداد خدا هستیم.
- ما در مقام هشیاری، وارد این جهان شدیم.
- بمحض ورودمان، به کمک و از طریق پدر و مادر و خانواده و سایر اطرافیان و مردم، بتدریج، انبوهی از مفاهیم از جنس فکر، از جنس ذهن، به ما تحمیل شد.
- اولین مفهوم تحمیلی اما لازم، اسم مان بود.
- همینکه فهمیدیم که یک اسم مفهومی و فکری داریم، خود را با آن مساوی دانستیم.
- حول و حوش این اسم، مفاهیم و داده‌های دیگری را اضافه کردیم.
- با کمک هشیاری، یک تصویر ذهنی از خود، من جدید ما، با فکر و مفاهیم بافته شد و من ذهنی، شکل گرفت.
- در واقع این من ذهنی با جذب شدن به فکرها و مفاهیم، با جذب شدن به پدیده‌ها و وضعیت‌ها و با کسب مالکیت اجسام، با چسبیدن به فرم‌ها و دنیای مادی، به اصطلاح، هم هویت شد، به عبارتی:
- هشیاری در ذهن، به خواب رفت.
- البته این وضعیت موقتی است و قرار است که ما از این هم هویت شدگی و از خواب ذهن بیدار شویم.
- بی شک، بازی با مفاهیم و خواب در ذهن، در چند سال اول زندگی ضروری و تا حدی طنز آمیز است.



مثلاً، بچه های چهار، پنج ساله، با همبازی خود، حین شکل گیری و تقویت من ذهنی خود، برای نشان دادن برتری متعلقات خود نسبت به دیگری، به مقایسه می پردازند:

« پدر من از پدر تو قوی تر است، خانه ما بزرگتر از خانه شماست، اسباب بازی من بیشتر از اسباب بازی توست، در واقع ما می توانیم بگوییم که ما دو نوع من داریم:

من اصلی، همان هشیاری اولیه ای ست که بودیم و به اینجا رسیدیم.

من ذهنی، تصویری ست که از خود داریم و ساخته و پرداخته فکر است و مفهوم.

خصیصه و مشخصه من اصلی ما " بودن " است و خصیصه و مشخصه من ذهنی ما داشتن است.

قرار است که من اصلی به خواب ذهن رفته ما، پس از طی پروسه ای بیدار شده و به همان هشیاری اولیه مان اما اینبار آگاهانه، زنده شود و روی پای خود بایستیم و این به معنای بیدار شدن ماست.

حال، وقتی بیدار شدیم، یک نقطه اقبال، بخت، خدا، زندگی را پیدا کرده ایم.

اقبال یا بخت، خدا، زندگی، برعکس آنچه من ذهنی تصور می کند، داشتنی نیست.

بنظر من ذهنی بخت، اقبال، زندگی، خدا، داشتنی ست و اگر کسی بخت و اقبال را داشته باشد، خوشبخت می شود، رویدادهای خوب برایش رخ می دهد، در حالیکه ما خود بخت، خود اقبال، خود زندگی هستیم. ما نمی توانیم بخت را داشته باشیم، بیداری، بخت و نقطه اقبال ماست.

ولی اشکال اینجاست:

اگر در من ذهنی باقی بمانیم، این نقطه اقبال که در مرکز دایره دل و دید ماست، بدست نمی آید.

اگر طبق نظر من ذهنی، بخت را داشته باشیم، پس می توانیم آن را هم گم کنیم، می توانند آن را از ما بگیرند.

مردم می گویند: « زندگی ام خراب شد، اگر من هم بخت و اقبالی داشتم، و ... »

این طرز تفکر و استدلال ها غلط است مگر اینکه یک قرار داد سطحی و زبانی باشد.

پس، اگر کسی من ذهنی اش را جدی بگیرد و خود اصلی اش را مساوی این مفاهیم سطحی بداند و موضوعاتی را که ذهن اش معرفی می کند حقیقی و مهم دانسته و پایه و مواضع زندگی خود را بر اساس آنها برقرار و تنظیم کند و بخت و زندگی را داشتنی تلقی کند، این بخت و زندگی را می شود از او گرفت، آنموقع دنیا محل تهدید آمیزی می شود و هاله ترس بر همه جا سایه می افکند.

همانطور که می دانید، اساسی ترین هیجان من ذهنی ترس است. همه انسان های من ذهنی در تسلسلی از ترس بسر می برند. اگر شما می خواهید بدانید من ذهنی دارید یا نه، با تصویر ذهنی تان زندگی می کنید یا نه، دقت کنید که آیا ابعادی از ترس در وجودتان رخنه کرده یا نه؟

آیا می ترسید و فکر می کنید که یکدفعه با از دست دادن بخت، اقبال، زندگی، بد بخت و بی خدا می شوید؟ زندگی را از دست می دهید؟ می میرید؟ نابود می شوید؟

این برداشت های غلط من ذهنی ست.

ما خود زندگی و نامیرا هستیم و من اصلی مان قرار است از خواب بیدار شود. ما در حال بیدار شدن هستیم.



زندگی را نمی توان داشت، زندگی را نمی توان گم کرد.

زندگی اصل من است و غیر ممکن است که من اصل خودم را گم کنم. من، بخت، زندگی، امتداد خدا هستم، آنچه می میرد، پوسته ای است که روی اصل من را پوشانده.

هشیاری لانه و پوسته ای می سازد و به درون آن می رود، اما بتدریج بیدار می شود.

اگر بچه چهارساله بگوید:

؛؛ من از تو بالاتر می توانم بپریم ؛؛، نمکین است و سبب خنده بزرگتر هاست، ولی اگر یک آدم شصت ساله، بخواهد ثابت کند که ،، بیشتر و بالاتر از دیگری ،، ست، مضحک و بی نمک است.

تا ده، دوازده سالگی، پوسته باقی با من ذهنی ست، پُز می دهد، خود را نمایش می دهد: ،، این را دارم، آن را دارم ،، اما این برتری بینی ها برای مدتی محدود بود و باید تمام شود.

بارها گفته ایم: بافتن های من ذهنی، تا چهل، پنجاه سالگی ادامه پیدا نکند. اما اگر به این برتری بینی و توهم و بافتن ها ادامه دهیم، می دانید چه می شود؟!.

**خود اصلی مان** را به من ذهنی، به این من تصویری که بر اساس پدیده ها و وضعیت های بیرونی درست شده می بازیم.

یعنی مای مفهومی، مای توهمی، مای ساختگی و مصنوعی و آراسته، شاخه ثابت پرگار ما می شود!.

این شاخه ثابت پرگار، روی شرایط و وضعیت ها و مفاهیم، که دائم در حال تغییرند قرار می گیرد، در نتیجه، دایره ای که رسم می کنیم، کج و معوج می شود. زیرا آن پایه ای که باید ثابت باشد مدام تغییر می کند!.

اما، همانطور که مولانا در این بیت تکرار می کند، نقطه اقبال ثابت است. مرکز دایره، نقطه اقبال، خداست، زندگی ست و شما موقعی آن را می یابید که از این من ذهنی بیدار شوید و روی آن من اصلی تان، روی آن هشیاری، برقرار و بنا شوید و بایستید و حول محور خودتان و این لحظه، یا هشیاری بگردید.

پس هر انسانی، وقتی به هشیاری خود بیدار شود، شاخه ثابت پرگار و مرکز دایره را هم پیدا می کند. نقطه اتکای پرگارش مکان ثابتی ست.

در واقع انسان هایی که نقطه اتکای پرگارشان را روی وضعیت ها و شرایط و آدم ها و حوادث و دست آوردها و نموده های بیرونی می گذارند، بر اساس واکنش فکر و عمل می کنند، حتما" درد ایجاد خواهند کرد. به نتیجه نخواهند رسید.

پس شما اگر شاخه ثابت پرگارتان را هنوز روی نقطه ثابت نگذاشته اید، حداقل نقاط و نکات متغیر را می دانید، می شناسید.

می دانید که اغلب انسان ها، مثل بیماران اسکیزوفرنی دو شخصیت دارند، وقتی شخصیت کاذب شان غالب است، رفتارشان غیر اصیل و عاریه و تصنعی می شود. عین رفتار من ذهنی!.

شما رفتار من ذهنی را می شناسید:

رفتاری ست که از ریشه و عمق زندگی نشأت نمی گیرد، از زمینه و بستر و ماهیت زندگی بلند نمی شود.





فرد بخواب رفته در من ذهنی، خود، همسر، فرزندش و دیگران را مفهوم و تصویر ذهنی می بیند، در مقایسه ست، ترس و کنترل مبنای زندگی او می شود، کنترل و اداره کردن و به زیر سلطه گرفتن را معادل قدرت و عقل می داند، ترس و کنترل سبب و محرک و انگیزه فکرها و اعمال او می شود، از جهان بیرون متوقع است و از هر کسی چیزی برای رسیدن به زندگی و یا افزودن زندگی به خود، طلب می کند!

در توهم بدست آوردن بخت و اقبال، از دیگران است و چون دیگران قادر به دادن بخت و اقبال به آن نیستند، رنجیده و خشمگین می شود، خشم کوبیده شده، تبدیل به کینه می گردد.

تمام آدم هایی که به این رهنمودها و آموزش ها توجه نمی کنند و من ذهنی دارند و بیدار نشده اند، کینه و خشم و ترس و درد دارند و این خصیصه ها را در فضای پیرامون خود پخش می کنند (امروز قانون جذب را خواهیم خواند).

بدیهی ست که انسان ها از هر جنس و کیفیتی باشند، همان جنس و کیفیت را در جهان پخش می کنند و بسوی آن هم کشیده و جذب می شوند!

کسی که از جنس درد است، بسوی درد جذب می شود و در جهان درد ایجاد می کند.

هیجانان منفی دیگر من ذهنی مثل:

حسادت و عداوت و نفرت و ضدیت، به سمت هیجانان شبیه خود جذب می شوند. ولی کسی که به هشیاری حضور زنده شده یار زندگی ست. فقط هم با زنده شدن به هشیاری حضور، می توان حول یار گردید.

گلزار فضای یکتایی ست، شخص باید به اندازه کافی علائقش را از هم هویت شدگی ها و چسبیدن به جهان بیرون بریده و از من ذهنی زاینده شده باشد تا بتواند وارد فضای یکتایی شود و در اثر تحریکات جهان بیرون و واکنش ها، قضاوت ها، مقاومت ها، از آن **فضا** بیرون نیاید.

زنده شدن به هشیاری حضور، مقوله ای ذهنی نیست.

با ماندن در چارچوب ذهن نمی توانیم حضور را تجسم کنیم و ادای به حضور زنده شدن را در بیاوریم، باید واقعا هشیاری جسمی ما، به آن هشیاری ناب خدایی تبدیل شود.

آن هشیاری ناب خدایی، خود، دور خدا می گردد.

پس بیاوید، بیاوید، همه بیاوید، من شخصا، شما شخصا" به گلزار حقیقت، فضای یکتایی، این لحظه برویم، اگر ( **آنجا** ) برویم، فضا گشا می شویم. این فضا دور نیست، زیر فکرهای ماست، ولی تا زمانی که در من هستیم، با وضعیت این لحظه می جنگیم، به فضای زیر فکرهای مان متصل نمی شویم.

امروز خواهیم دید که ما نوک ثابت پرگارمان را روی وضعیت های متغیر این لحظه گذاشته ایم.

مردم معمولاً "وضعیت این لحظه را قبول ندارند و با وضعیت این لحظه که مرکز دایره زندگی شان است می ستیزند. این دایره زندگی، نتیجه تصمیمات و فکر و عمل شماست.

ولی حال، شما حاضر هستید و نقطه اقبال را پیدا کرده اید و شاخه ثابت پرگارتان را در مرکز دایره و در زیر فضای وضعیت های لحظه، قرار داده اید، نه روی وضعیت متغیر این لحظه.

حاضرید، شادید و آرامش دارید و پرگارتان، حالت و شرایط و وضعیت های زندگی بیرونی تان را ترسیم می کند.



مصدق عینی عبارت:

" رفته ره درشت من، بارِ گران ز پشت من، دلبر بردبار من، آمده برده بار من "

در واقع دایره زندگی شما را، خودتان ترسیم می کنید.

در واقع شما می توانید پایه متحرک پرگار را عقب و جلو کنید و هر طرحی که می خواهید، در زندگی تان، رسم

کنید. برآستی، زندگی در حال کشیدن طرح زندگی شماست، نه من ذهنی و نه عقل من ذهنی.

فعلاً کارهای بیشتر مردم، بر اساس تصمیمات من ذهنی ست و آن، واکنش به وضعیت این لحظه ست، از وضعیت

این لحظه هم چون هویت و زندگی می خواهیم و به ما نمی دهند، دائم با وضعیت ها سر ستیزه داریم.

با وضعیت این لحظه هم که دعوا داشته باشیم یعنی با خدا دعوا و ستیزه داریم.

زیرا، این لحظه خداست، وضعیت این لحظه هم قیافه و کلاه آن است و چون از وضعیت و کلاه لحظه، خوشمان نمی

آید، با او ستیزه می کنیم. در واقع ستیزه و قهر با این لحظه، یا ستیزه و قهر با وضعیت این لحظه، ستیزه و قهر با

خداست.

بعلاوه، با هر کس که ترشروی و اوقات تلخی و قهر و غضب می کنیم، با خدا قهر می کنیم.

امروز در مثنوی خواهیم خواند:

[منسوب به مولانا](#)

دیده ای خواهم که باشد شه شناس

تا شناسد شاه را در هر لباس

من چشمی می خواهم که شه شناس، زندگی شناس باشد، یعنی بداند این لحظه از زندگی می آید و همیشه این لحظه

ست، ولی کلاه و قیافه اش عوض می شود.

پس شما با قیافه این لحظه، با وضعیت و شرایط این لحظه مخالفت و ستیزه و دعوا نمی کنید تا با شاه آشتی کنید، شاه

را می شناسید، شاه زیر این قیافه، زیر این شرایط و زیر این وضعیت است.

شاه، خدا، زندگی، زیر این پوشش است و ما از پوشش خوشمان نمی آید.

بیاید که امروز به اقبال و به پیروز

چو عشاق نوآموز بر آن یار بگردیم

باز تکرار می کند:

بیاید که امروز، این لحظه و هر لحظه، بخت ما در حال باز شدن است. بخت خداست، بخت زندگی ست، مگر می

شود که بخت، اقبال، زندگی، با ما باشد اما اتفاقات بد برآیمان رخ دهد؟ البته که رویدادها و اتفاقات خوب و پیروز

برآیمان رخ خواهد داد. الآن شما مطمئن هستید که پیروز خواهید شد،

مولانا در سطح فردی و در سطح جمعی صحبت می کند. در مجموع می خواهد بگوید که همه انسان ها یک هشیاری

بیشتر نیستند.

همه ادیان، بیش از یک دین نیستند، طبق این صحبت، آبشخور همه ادیان یکی ست اما می دانید مشکل چیست؟



- مشکل این است که من ذهنی بر اساس هم هویت شدگی درست شده است، هم هویت شدگی با باورها، اختیار آدم ها را بدست می گیرد.

- مشکل این است که هر کسی با هر باوری که هم هویت می شود، آن را حقیقت محض می داند.

ما نباید با باور هم هویت شویم. در نتیجه هم هویت شدگی با باورها، بیشتر اوقات ادیان، بجای اینکه انسان ها را به وحدت و یگانگی برسانند، باعث ایجاد تفرقه و درد می شوند.

اگر قرار باشد که انسان ها به وحدت برسند باید همه ادیان از ذهن زاینده شوند و در فضای یکتایی حس یکی بودن و حس وحدت کنند و متوجه شوند که ریشه و زیر همه دین ها یکی است. هدف و مقصد همه ادیان، ایجاد حس وحدت و یگانگی انسان ها بوده، ولی چون من ذهنی آنها را مورد سوء استفاده قرار داده، بیشتر سبب جدایی شده. اینجا به دو مطلب مهم باید توجه کرد:

یکی اینکه ما بفهمیم من ذهنی بر اساس هم هویت شدگی با باورها و جدایی از اصل زندگی بوجود آمده.

هر باوری را دست من ذهنی بدهید، با آن هم هویت و باعث جدایی می شود. اصلاً من ذهنی، بر پایه جدایی برقرار و برجاست. من ذهنی جسم است و از هر چه که در اختیارش بگذارند، سوء استفاده می کند مثلاً از باورهای دینی. حتی در یک دین بجای وحدت تفرقه ایجاد می کند.

امروز مولانا تأکید می کند: ما می توانیم پیروز شویم و پیروزی انسان ها را بر من ذهنی، در جهان امروز ثابت کنیم. مقصود همه ادیان رساندن آدم ها به فضای یکتایی است. مُبْلِغانِ ادیان، از هشیاران و زنده گان به حضور بوده اند، و هیچ اختلافی با هم نداشته اند. البته ثابت کردن آن کار بسیار مشکلی است زیرا حتی در یک دین شاخه های مختلف بوجود آمده از آن دین، با هم ستیزه می کنند و همدیگر را کافر می دانند و می کشند، چرا؟ برای اینکه با باورهای خاص خود هم هویت اند.

مولانا می گوید: در صورتیکه پایه ثابت پرگار را روی نقطه اقبال بگذاریم، می توانیم پیروز شویم.

راه سومی هم پیشنهاد می کند: بجای من ذهنی که تا بحال دایره های فکر و اعمال ما را رسم کرده، هشیاری حضور، مرکز اقبال و اتکای ثابت ما شود.

بباید که امروز بوسیله بخت، و پیروزی، در رفع تفرقه و جدایی انسان ها پیروز خواهیم شد. زیرا انسان ها از هم جدا نیستند، حتی علم یکی بودن "دی ان آی" انسان ها را ثابت می کند.

تفاوت و اختلافات انسان ها بسیار سطحی و مربوط به محیط است که البته آن هم حائز اهمیت است.

اگر علم ثابت می کند که انسان ها بلحاظ دی ان ای یکی هستند، پس ما همه یکی هستیم.

آیا اگر از من ذهنی زاینده شویم و بر این موضوع مهم اشراف پیدا کنیم که همه در اصل یکی هستیم همدیگر را از بین نبریم و نگشیم، جنگ جهانی مخوف دیگری راه نیندازیم، پیروزی نیست؟!.

البته که این آگاهی و شناخت، بزرگترین و زیباترین پیروزی انسان است.

اینوع آموزش ها برای نیل به این مهم ما را کمک می کند.

مولانا اعلام می کند: تک تک ما، مثل عشاق نوآموز، تازه کار، بتازگی عشق حقیقی را تجربه می کنیم.



لحظه به لحظه ما در حال یادگیری هستیم. دائم تسلیم می شویم. طعم هشیاری حضور و حس وحدت را می چشیم و تجربه می کنیم. به اندازه ای که به هشیاری حضور زنده می شویم، در بیرون ابداع و نوآوری می کنیم و آن افکار پوسیده هم هویت شده را دور می اندازیم.

در اینجا مولانا بر اهمیت نوآوری عاشق اشاره می کند.

البته از آنطرف هم من ذهنی، ادعای نوآوری می کند. نور آور هم هست!، با استفاده از علم، برای کشتن انبوه آدم ها بمب اتمی می سازد، این نوآوری من ذهنی ست.

آیا نباید نوآوری علمی، تکنولوژی را به فضای وحدت و معنویت و حضور پیوند بزنیم؟ هم متجدد باشیم و هم زیر بنای معنوی داشته باشیم؟ در واقع شعور احمقانه نداشته باشیم؟.

برای اینکه من ذهنی شعور احمقانه دارد، کارهای مهمی انجام می دهد ولی در آن عقل و برکت و آبادانی نیست.

پس، مولانا می گوید ما دو راه داریم، یکی اینکه ما به اقبال پیروز خواهیم شد و بجای ستیزه ادیان یا مکاتب، و جدایی که من ذهنی دامن می زند، آخر جنگ و نابودی، مردم را به عشق دعوت کند. عشق یعنی فضای وحدت، فضای حضور و یکی شدن با خدا.

از آن فضا حرف بزنیم، از آن **فضا** نگاه کنیم، تا جهان طور دیگری دیده شود.

مشخص می شود که انسان ها صرفنظر از آنچه که می گویند و رفتار می کنند، از جنس زندگی هستند.

ما فقط حرف و عمل آنها را نمی بینیم، بلکه زندگی را در آنها می بینیم. در همین رابطه ست که می گوید بیابید در گلزار بگردیم، نه تنها ( **آنجا** ) گلزار است، بلکه بیرون هم گلزار دیده می شود.

اما هم اکنون بشر در کودستان عشق است. شخصا" باید روی خودمان کار کنیم.

شما مایوس نشوید، ما افتان و خیزان و به آرامی این مسیر را شروع کرده ایم، همینطور که امروز خواهیم دید باید صبر کنیم، نوآموز هستیم.

دائم با زندگی موازی می شویم، یعنی اتفاق این لحظه را می پذیریم، از جنس فضای زیر اتفاق می شویم و متوجه می شویم که از جنس اتفاق نیستیم، پایه ثابت پرگاران را روی اتفاق نمی گذاریم بلکه زیر آن است که تعیین می کند، چه باید بکنیم.

ما می دانیم نوآموز هستیم، اما بتدریج از جنس عشق می شویم، بتدریج در بیرون نوآوری می کنیم، این نوآوری روحانی با فضای زیر وضعیت ها، زیر فضای فکرها و هم هویت شدگی ها و زیر دردهایمان پیوند خورده. نوک ثابت پرگار روی دردهایمان نیست، اگر باشد بیشتر گرفتار خواهیم شد، بیشتر گرفتاری ایجاد خواهیم کرد.

پس هم پیروز هستیم هم بخت و اقبال خود ما هستیم، بخت را نمی توانیم گم کنیم، اقبال اصل ماست، آدم نمی تواند اصل خود را گم کند. آدم نمی تواند خدا را گم کند.

وقتی می گوییم: من خدا دارم، می فهمیم که این من ذهنی ست که حرف می زند. برای همین است که ادیان مختلف خداهای مختلف دارند، خصوصیات مختلف دارند. " اینکار درست نیست ".

همه انسان ها امتداد خدا، هشیاری هستند، اما به خواب ذهن رفته اند.



با آموزش های مولانا بیدار می شوند و روی پای خود قائم می ایستند، **حول یار می گردند**.  
بر آن یار بگردیم. کدام یار؟ یار زندگی ست، یار اصل است.

ولی باید **تبدیل شویم**، نه اینکه در ذهن باشیم و ادای حضور را در بیاوریم. **باید تبدیل شویم**.

بارها من به این موضوع اشاره کرده ام و تکرار می کنم، اگر شما **تبدیل** شوید، خودتان خواهید فهمید. از مردم نپرسید. خودتان خواهید فهمید. آرامش دارید، در بیرون اتفاقات خوب برای شما رخ می دهد، برکت زندگی از درون تان به فکرها و به عمل تان جاری می شود و آنها را پُر ثمر می کند و خود شما متوجه این موضوع می شوید. از دیگران نمی پرسید.

اگر متوجه این حالت ها نشدید، اصرار نکنید، **صبر** کنید. اگر دور یار بگردید اگر زنده به هشیاری حضور شوید، اولین کسی که متوجه این امر خواهد شد، خود شما هستید، اگر متوجه نیستید پس نشده اید. **صبر کنید**.

مولانا تأکید می کند که همه انسان ها پیروز می شوند. همه انسان ها اقبال هستند.

اگر به این حرف ها گوش دهید، خودتان بخت خودتان می شوید و چون خودتان بخت هستید، نمی توانید بخت را گم کنید. آنکه بخت را گم می کند، کسی ست که در ذهن است و در من ذهنی و در اقلام بیرونی مثلاً، در پول، در مقام، در تأیید گرفتن از مردم، بخت را جستجو می کند. **طبیعتاً** آنها فردا نیستند و از بین خواهند رفت. بخت رفت!.. (هفته قبل این موضوع را به تفسیر شرح دادیم).

جهت یادآوری، اجازه بدهید سریع، چند مطلب از مثنوی برایتان بخوانم، بعد به غزل مان برمی گردیم.

### مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۶۱۱

که تو آن هوشی و باقی هوش پوش

خویشتن را گم مکن یاوه مکوش

دانک هر شهوت چو خمرست و چو بنگ

پرده هوشست و عاقل زوست دنگ

خمر تنها نیست سرمستی هوش

هر چه شهوانیست بندد چشم و گوش

تو ای انسان، همان هوش و اندیشه ای و بقیه هستی تو، حجابی ست بر آن هوش و اندیشه. پس، خویشتن حقیقی خود را گم مکن و بیهوده در تلاش و تکاپو مباش.

تو همان هوشی، که از آنطرف (آمدی).

بقیه چیست؟ بقیه آن چهار بُعد شماسست. ابعادی که هر روز و پیوسته باید روی آنها کار کنیم زیرا متضمن رها شدن از هم هویت شدگی های ذهنی و دنیایی ست:

- بُعد فکری، باورهایی ست که با آنها هم هویت شده اید.

- بُعد فیزیکی، بدن تان است که اینهم بصورت فکدر می آید و به شما ارائه می شود. (توجه به ورزش روزانه).

- بُعد هیجانی، مثل دردها و خشم ها و کینه های تان. (اینها روپوش هستند و روی هوش را پوشانده اند).



- بُعد جانی و حیوانی ما. جان حیوانی ما هم روح ما نیست، هوش ما نیست. (هر روز دنیای بیرون را "لا" کنم، توجه کنم که هر روز تا چه حد به جان واقعی من اضافه می شود؟ چقدر به خدا زنده می شوم؟ من مسئول کشیدن هویت اصلی ام از اقلام ذهنی هستم). ما بعنوان هشیاری ناظر، می توانیم عقب بکشیم و کل چهار بُعد خود را تماشا کنیم.

پس، حالا ما می دانیم که همان هوشیم و هر چه که در این جهان بوسیله ذهن به ما ارائه می شود، هوش پوش است. جوهر زندگی را از هوش پوش ها نمی خواهیم.

علت هوش پوشی این چهار بُعد، در این است که به آنها چسبیده ایم!.

" خودت را در این مقولات گم نکن. با عقل من ذهنی خود، که به پدیده ها و وضعیت ها و شرایط و نمود های مادی بیرونی چسبیده و بر اساس آنها من اش را بزرگ کرده، بیهوده و یاوه مکوش!، زیرا بوسیله من ذهنی، برکت به این جهان نمی ریزد."

بدان که هر نوع شهوتی مانند شراب و افیون، حجاب عقل است و عاقل بر اثر آن دچار سرگشتگی می شود.

شهوت چیست؟ شهوت، من ذهنی و تجسمات آن است. شهوت، سپردن دائم حواس، به مال دنیا یا جنس مخالف یا مقام یا پول و ... ست. احساس نقص و بیچارگی کردن، بدون آنها و جستجوی شراب زندگی کردن، از آنهاست.

حرص زدن و دائم به فکر مقولات دنیوی بودن، عین شهوت است. شهوت جنسی هم یکی از آنهاست. هر شهوتی، از جمله، اعتیاد به شراب و به مواد مخدر مانند حشیش و تریاک و ... بنگ است و پرده ای هوش پوش.

هوش را می پوشاند و عاقل (من ذهنی)، را گیج و منگ و دنگ می کند.

ما گیج شده ایم و حالا شما علت گیجی مان را می دانید!.

آدم، در وادی شهوات مختلف گم شده. تمام هوش مان را بر پدیده های گذرای جهان بیرون متمرکز کرده ایم و از آنها زندگی می خواهیم! وضعیت فعلی بشر، گم شدگی در ذهن است!.

مولانا به شما می گوید:

تو خیال نکن که فقط نوشیدن ویسکی، موجب مستی عقل می شود، شراب فقط زائل کننده عقل نیست، بلکه هر پدیده شهوانی که بر آدمی غالب شود، چشم و گوش آدمی را می پوشاند و عقل را دچار زوال می کند، شهوت شهرت طلبی، شهوت فضل و زهد فروشی، شهوت خودنمایی، شهوت مال اندوزی، شهوت برتری طلبی، ... عقل را به ورطه نابودی می کشد.

ما دو من داریم. در واقع وقتی شما، نوک ثابت پرگار را روی حضور گذاشته اید، دو نوع هشیاری دارید: هشیاری حضور و هشیاری ذهنی.

همزمان، یک بُعد حضور دارید و یک بُعد ذهنی. یعنی در آن واحد، آگاه به دنیا هستید و همزمان، هشیار و آگاه به حضور.

اگر بُعد حضور از بین برود، نوک پرگار از مرکز حضور برداشته می شود. همه حواس مان به داده های بیرونی جلب و متمرکز می گردد، چشم و گوش هشیاری اصلی ما بسته و چشم و گوش من ذهنی باز می شود.

الآن وضعیت قریب به اتفاق مردم به همین صورت است.



پس: اگر دایره زندگی و مجموعه روابط خود را خوب رسم می کنیم، به این علت است که ناظر به دو بُعد خود هستیم. بُعد حضور حاضر است و به ذهن مان و به امور دنیوی نیز آگاه هستیم.

ولی بمحض اینکه فقط هشیاری جسمی خود را فعال کنیم، این لحظه از جسم آگاه باشیم، لحظه بعد هم از جسم آگاه باشیم، لحظه بعد هم از جسم آگاه باشیم و ...، بُعد حضور ضعیف تر و کم رنگ تر و کم رنگ تر و بالاخره، حول یار نمی گردیم! زیرا هر لحظه، جسمی ما را به سمت خود می کشد. پایه ثابت پرگار روی جسم تمرکز یافته، جسمی که کم و زیاد می شود، جا بجا می شود و از بین می رود. به این ترتیب نمی توان دایره ای درست و متوازن و زیبا رسم کرد.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۶۷۰

ما به خرمنگاه جان باز آمدیم  
جانب شه همچو شهباز آمدیم  
سیر گشتیم از غریبی و فراق  
سوی اصل و سوی آغاز آمدیم  
وار هیدیم از گدایی و نیاز  
پای کوبان جانب ناز آمدیم

" آنچه را که می خواستم بگویم، بهتر از این نمی توان گفت "!

**خرمنگاه جان، فضای یکتایی ست.**

- هشیاری می آید.

- به ذهن مادی می رود.

- هم هویت می شود.

من درست می کند.

دوباره به خرمنگاه جان، فضای یکتایی، برمی گردد.

همه ما می دانیم که انسان ها پس از مدتی در **آنجا** هستند.

چسبندگی و هم هویت شدگی ما با فضای مادی این دنیا، بسیار ضعیف، شل و سست است. اگر آموزش ببینیم، آگاه می شویم، حرص و شهوت ها از بین می روند، چشم مان باز می شود و جهان مادی را به راحتی رها می کنیم. علت باز نشدن چشم سیر ما این است که آموزش ندیده ایم. به نظر مولانا:

کسی که به ذهن رفت و با دنیای مادی هم هویت شد، پس از کنده شدن از هم هویت شدگی ها و بیدار شدن، دیگر آن هشیاری اولیه نیست، هشیاری دوم، نوع دیگری از هشیاری ست، آگاهانه ست! خیلی از انسان ها علیرغم اینکه الان پخته شده اند ولی هنوز باز به جهان مادی نگاه می کنند.



اما از جهان مادی هم چیزی یا آرامشی را که می خواهند نمی گیرند، حوصله شان سر رفته؛  
،، تحصیل کردیم، پولدار شدیم، ازدواج کردیم، بچه دار شدیم، بچه هایمان را بزرگ کردیم، موفق هم شدند، پُر هم دادیم، مسافرت رفتیم، خانه بزرگ خریدیم، همه در جریانِ موفقیت ما قرار گرفتند، الآن پنجاه ساله شده ایم!، آیا زندگی همین بود؟ نه این نیست. زندگی اینها نبودند!

ما به خرمناگاه جان باز آمدیم      جانب شه همچو شهباز آمدیم.

آیا شما واقعا می توانید مثل شهباز، از این فضای ذهنی پُر بزنیید و نزد خدا بروید؟!!

حتما می توانید. حتما می توانید. " روز به روز از جنس زندگی می شوید "

- به جهان نگاه نکنید.

- تسلیم شوید.

- وضعیت فعلی تان را قبل از قضاوت قبول کنید.

ما قبلا سرخوردگی از ذهن را دیده ایم. حال خیلی مشتاق زنده شدن به حضور هستیم. قبلا متوجه نبودیم، اما حال، سیر گشتیم از غریبی و فراق!

" مردم از زندگی دور از اصل خود، جدا از منشأ و حقیقت خود، خسته و سیر و کوفته شده اند "

دو منِ ذهنی در خانواده مدت سی سال به هم پرخاش و با هم مجادله می کنند، این تَنش و کشمکش و مشاجره و بحران و تقلا و قدرت نمایی، کلی صدمه زده و درد ایجاد کرده، آیا کافی نبوده؟

حس جدایی آدم ها از هم، به معنی حس جدایی از خداست.

در فضای زندگی خانوادگی، غالبا ترس بر هردو منِ ذهنی، چیره ست.

فضای خانواده های پُر از رنجش های کهنه، پُر از کینه و اندوه و آزرده و کدورت و توهین و اذیت و زحمت و

آسیب، را کسی نمی تواند آرام کند مگر اینکه تک تک افراد به خود آیند و بگویند:

" قرار نبود به این صورت جلو برویم، قرار بود چندی در منِ ذهنی، در غریبی و فراق زندگی کنیم و بعد به فضای

یکتایی برگردیم، با عشق و صمیمیت و حرمت و احترام و تواضع، با هم مراوده کنیم. هر دو با خدا یکی هستیم، قرار

بود یکدیگر را تصویر ذهنی نبینیم، جان و جوهر زندگی را در یکدیگر ببینیم، قرار بر مسابقه عقل منِ ذهنی نبود،

قرار بر برتری جویی و کنترل نبود، قرار تأکید بر من بیشتر و بهتر از تو هستم، نبود!"

ولی ما چه کردیم!؟، غریبی و فراق بین خود و زندگی، غریبی و فراق بین خودمان، برقرار کردیم!

حال، سوی اصل و سوی آغاز آمدیم. آن هشیاری خام بی فرم اولیه بودیم، الآن همان هشیاری اما بیدار و آگاهیم.

ارتباطات مهمِ ذهنی را که با پدیده ها و وضعیت ها داشتیم و از توقعات مان بر می خاست، بُریدیم، آرامش را حس

می کنیم. از هیچکس و هیچ چیز توقعی نداریم. از هیچکس هیچی نمی خواهیم.

" تصمیم بگیرید. یکدفعه می بینید که اوضاع عوض شد! ". قضاوت تان کم می شود.

چرا ما دائم قضاوت می کنیم؟

زیرا به هر جا که وارد می شویم، چیزی را برای افزودن به خود جستجو می کنیم





،، اینجا چیزی هست که باید به من اضافه شود، نمی دانم چیست اما ممکن است که اضافه شود ،، یا حداقل دنبال کسی می گردیم که بگوییم:

،، اینجا این مورد کج است و مال من کج نیست ،، پس، من از آن یکی بهترم. به میزان کمی هم شده، من ذهنی خود را تقویت کنیم.

اما اگر بیدار و آگاه شویم و توقعات من ذهنی را بشناسیم، پی خواهیم برد که توقعات، سبب رنجش می شوند.

توقعات، یک سر خود را به زندگی وصل کرده و وسوسه می کنند:

،، تو می توانی از همسر، بچه، متعلقات، زندگی و هویت بگیری ،،

یکدفعه بگویند: اینطور نیست، " از آفلین نمی توانم زندگی و آرامش حقیقی بگیرم، از هیچکس هیچی نمی خواهم

چرا باید هر جا می روم، قضاوت کنم؟ هیچ جا، هیچی نمی تواند به من اضافه کند، قضاوت را بطور کلی کنار می گذارم " .

بعضی می گویند: ،، من قضاوت می کنم، انتقاد می کنم، تا مردم را عوض کنم. باید برای اصلاح مردم انتقاد کنم ،،

" ما نمی گوئیم که نمی توانیم بچه های مان را اصلاح کنیم، اسمش را انتقاد نگذارید، اصلاح کردن از فضای عشق و حضور، با اصلاح کردن از موضع و محدوده من ذهنی فرق دارد!" .

من ذهنی می خواهد با اهانت و پرخاش و بی حرمتی و امر و نهی و توبیخ و تهدید و توسری زدن، خود را بزرگ کند. اصلاً مسئله اصلاح و تهذیب و تغییر نیست!

اما اثر کلام و رفتار عشق، به گونه دیگری ست. عشق، زندگی را می شناسد. ملامت و توهین نمی کند، کاهش نمی دهد!

انسان زنده شده به زندگی، به حضور، از طریق هیجانانگیزی منفی، نمی خواهد انسان های دیگر را عوض کند، اگر

دوست داشته باشد اصلاحاتی در دیگران بوجود آید، به زبانی که به طرف برنخورد، پیشنهاد می کند.

امروز خواهیم دید مولانا می گوید: وقتی شما من ذهنی را از کاری نهی می کنید، به سراغ همان کار می رود.

فقط منتظر بهانه ست که کسی به او بگوید اینکار را نکن، بدتر می کند.

ولی اگر به زنده حضور، فقط یادآوری و اشاره کنید که جایی، اشتباه می کند، فوراً متوجه می شود و به اصلاح خود می پردازد.

این موضوع بسیار مهم است و مولانا روی آن تأکید دارد. امروز در مثنوی خواهیم دید:

وار هیدیم از گدایی و نیاز پای کوبان جانب ناز آمدیم.

ما در من ذهنی از جهان مادی توقع بسیار داریم و گدا هستیم

گدای تأیید هستیم، گدای جلب توجه و احترام هستیم، گدای دعوت شدن به خانه مردم هستیم، گدای اتیکت با سواد بودن

و آدم حسابی بودن هستیم، گدای ابراز وجود هستیم، گدای پول بیشتر داشتن و ثروتمند تر شدن هستیم، گدای تشکر و

تمجید هستیم، کلا " گدا و نیازمندیم! کدام نیاز؟ نیازهای کاذب من ذهنی! .

اصلاً " شما بنشینید بگویید:



" من از مردم چه می خواهم؟"

نوع نیاز و نوع گدایی خود را مشخص کنید و به کمک این آموزش ها با نیازهای کاذب و گدا وارانه خود برخورد کنید.

نیازهای روانشناختی، نیازهای اساسی نیستند.

- ما به غذا نیاز داریم اما آیا به تأیید مردم هم نیاز داریم؟

- به تن پوش نیاز داریم اما آیا به مقایسه و به پُز دادن هم نیاز داریم؟

- به مسکن نیاز داریم اما به بحث و جدل و پیروز در آمدن از آن نیاز داریم؟

نیازهای من ذهنی، کاذبند. نیاز حقیقی ما نیستند. نیاز به مسکن، نیاز به سر پناه، نیاز اصیل ماست، اما آیا به خانه ای با سی اتاق خواب نیاز داریم؟ که بابت آن خود را گرفتار و قرض کنیم، تا پُز خانه سی اتاق خوابه را بدهیم!؟.

نه. این نیازهای روانشناختی، نیاز من ذهنی ست. نیازهای مصنوعی ست.

اینک، ما از گدایی و نیاز وار رَهیدیم.

آیا شما از گدایی و نیاز، وارَهیده اید؟

حالا، با ناز و رقصان و شادی کنان جانب فراوانی آمدیم. جانب شادی اصیل، فضای یکتایی!.

فراموش نکنیم که با عزا و ناله نمی توانیم بسوی خدا برویم. نگویید:

,, گرفتارم، بدبختم، بیچاره ام، ... ,, هر چه بیشتر اظهار بدبختی و بیچارگی کنید، زندگی به شما بدبختی بیشتری می دهد. باید برقصید، شاد باشید، شکر کنید، ...

امروز خواهیم دید، از اینکه خدا ما را به این جهان آورده و وارد من ذهنی می کند و بعد از من ذهنی آزاد می کند،

**باید هر لحظه خُرسند و راضی باشیم و شکر کنیم.**

در نتیجه، پایکوبان به فضای یکتایی می رویم و نه گریه کنان. اگر هم زندگی غمی به شما می دهد، طرح او برای رها ساختن شما از موانع است.

می دانید، وقتی هویت های تان از جهان مادی کنده می شوند، من ذهنی، درد می کشد.

ناراحت می شوید. اما با کنده شدن هویت های تان از جهان بیرون و با انداختن دردهای تان، زندگی به شما شادی و

آرامش بیشتر می دهد. یعنی شما پوسته ای قلبی و مصنوعی و دردناکی را می اندازید، اما بلافاصله، ماهیتی اصیل و آرام شما را در بر می گیرد.

پس بنابراین، اگر شما چیزی را در جهان مادی از دست می دهید، باز هم باید پا بکوبید که خدا چیزی را از شما

گرفت، حتما" می خواهد کیفیتی برتر نصیب تان کند.

امروز خواهیم خواند: خدا رحمت اش بیشتر از قهر اوست.

درست مثل اینکه شما، یک جایی کار می کنید، ساعتی بیست دلار دستمزد می گیرید. جایی دیگر می توانید همان کار

را به ازای ساعتی چهل دلار انجام دهید. اتفاقی می افتد. ...

این طرح و برنامه زندگی ست، که شما این کار را از دست بدهید و روزی دیگر آن کار را پیدا کنید.



وقتی کار اول را از دست می دهید، ناراحت و بی قرار هستید ولی فردا وقتی آن کار بهتر گیرتان می آید، آن اتفاق را خوشایند می بینید:

«عجب اتفاق خوبی بود، حقوقم دو برابر شد،!».

این یک مثال مادی است. جنبه غیر مادی آن نیز به همین صورت است.

وقتی چیزی را از شما می گیرند، جیغ و دادتان بالا نیاید.

بدانید که طرح و برنامه و فلسفه زندگی پشت آن قرار دارد. این ذهن محدود نمی تواند اهمیت و چیستی آن را درک کند. با این ذهن محدود نباید قضاوت کنیم و به شکر و رضا و پایکوبی ادامه دهیم.

### مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۰۹

بر هر چه همی لرزی می دان که همان آرزوی

زین روی دل عاشق از عرش فزون باشد

این یک یادآوری است: ما در ذهن به اصطلاح چه می کنیم؟

بر هر چه که می لرزی، بدان که همانقدر می ارزی.

شما به چه واکنش نشان می دهید؟

عاشق که تمام هویتش را از جهان مادی کنده، چیزی و هیچی او را نمی لرزاند. البته ممکن است که در مدرسه عشق حرکت ما افتان و خیزان و در سطح نوآموز دبستانی باشیم، ما در حال آموختن هستیم، عجله نکنید، حرکت افتان و خیزان هم خیلی خوب است و مرحله ای است که باید طی شود.

عاشقی که ایشان از آن صحبت می کند، انسانی است که از تمام هم هویت شدگی ها کنده شده، از گذشته و آینده جمع، تسلیم و آرام، با عمق بی نهایت، از جنس این لحظه، از جنس ابدیت است. از مرگ نمی ترسد، می داند از جنس زندگی و باقی است.

حس مرگ و میرایی که از آن می ترسیم، به دلیل چسبیدن من ذهنی مان به مقولات از بین رنده این جهانی است. هنگامی که پدیده ها یا وضعیت ها یا صورت هایی که با جان مان عجین شده اند، با آنها یکی شده ایم، از بین می روند، احساس مردن و از بین رفتن می کنیم.

شما اگر کاملاً از ذهن، از من ذهنی زاده شوید، من ذهنی تان صفر شود، دیگر واکنش نشان نمی دهید و عمق بی نهایت پیدا می کنید. حس ابدیت می کنید.

متأسفانه چون هر چه را که کسب کرده ایم، شبیه جان مان شده، وقتی گرفته می شود، گویی از ریشه کنده می شویم! مثلاً دردهای ما، بزرگترین مانع، در مسیر زنده شدن به هشیاری حضور ما هستند. حواس تان به دردهای تان باشد! "وقتی درد جزو وجود شما شد، باید حواس تان جمع باشد!"

صبح بمحض حرکت، باید متوجه باشیم: آیا میل به ایجاد درد داریم؟ آیا درد ایجاد می کنیم؟ (پس با درد هم هویت شده ایم). اما هر چه بیشتر همجنس آنها شویم، وضع مان خراب تر می شود. باید به خودمان بیاییم



«، چرا دوست من، آدمی ظالم است و درد ایجاد می کند؟ آیا به این معنی نیست که خود من از جنس عشق نیستم،؟!». پس، درد را مانند آهن داغی در دست، هر جا که با آن مواجه شدید، فوراً "ببندازید. اصلاً" در مورد آن، فکر هم نکنید، چون این درد برای من ذهنی سرمایه ست! **درد چیست؟**

**درد = خشم**، رنجش، کینه، حس حسادت و حس دشمنی است. کینه رنجش های کوبیده شده ست، کسی که کینه دارد، هر کاری که انجام دهد، آن کار را آلوده می کند. اما کسی که همه دردها را انداخته، دلی عاشق، با عمقی بی نهایت دارد. بی نهایت یعنی گستره و وسعت اش معلوم نیست، از عرش، فزون است.

مثل **فضا** بی ست که کائنات را در بر گرفته. فضایی که کائنات را در بر گرفته، چه وسعتی دارد؟

**نمی دانیم. اندازه ندارد!** زیرا اگر کسی بخواهد سوار یک وسیله نقلیه شود، هر چه جلو و جلوتر برود، **فضا** باز و باز تر می شود!!!.

درون شما هم **فضا** باز و باز تر می شود. در این بحر در این بحر همه چیز بگنجد، مترسید مترسید، گریبان مدرانید. هر چه که شما به اصطلاح مستقل و آزاد منش می شوید، فضای زیر فکرها و وضعیت های تان باز تر می شود. اصلاً "تعریف انسان، فضاگشایی ست. انسان، موجودی ست که در درون دائم **فضا** را باز می کند و همه چیز در آن جا می گیرد. پس بنابراین:

" اگر فضای دل من باز شود همه باورها، همه ادیان، همه رنگ ها، همه رفتارها در آن جا می شود ".

من ذهنی اتاق کوچکی ست که جز باورهای محدود، که حقیقت محض هم برایمان محسوب می شوند، هیچی در آن جا نمی گیرد.

یکی از قوانین مهمی که قبلاً در رابطه با آنها صحبت کرده ایم، **قانون جذب** است.

هنگامی که برای زاینده شدن از ذهن و از جنس زندگی شدن، تمرین می کنید، خود را ارزیابی می کنید، بی آنکه با کسی در میان بگذارید، از خود بپرسید: " من از چه جنسی هستم "؟. دقت کنید که به چه مقولاتی جذب می شوید؟

آیا به ایجاد درد و اوقات تلخی و گرفتاری در زندگی خود و دیگران، تمایل دارید؟ " فوری جواب ندهید ".

سابقه خود را نگاه و بررسی کنید. مثلاً " طی شش ماه گذشته:

- چه دعوایی راه انداخته اید؟

- کجا در خصومت ها شرکت داشته اید؟

- چه کسانی را خواسته اید عوض کنید، تغییر نکرده و رابطه به دعوا و رنجش و خشم ختم شده؟

- از چه کسانی انتقاد کرده اید و منجر به کدورت شده؟

- پشت سر چه کسانی و برای چه حرف زده اید؟

- آیا رفتار تان به کسی لطمه می زند؟

- آیا به شما پیشنهاد آشتی می کنند و شما رد می کنید و نمی پذیرید؟

این موارد را یادداشت کنید. مشخص می کند شما از چه جنسی هستید.



اگر تشخیص دادید که از جنسِ درد هستید، باید عقب بکشید و ببینید که در کدام جنبه ها سُستی و ضعف دارید.  
 اگر از جنسِ زندگی هستید و زندگی و نشاط از شما فوران کرده، دوباره سابقهٔ شش ماهه تان را نگاه و بررسی کنید.  
 - در چه نقاطی جریان زندگی راه انداخته اید؟  
 - چه تعهدی به زندگی دارید؟  
 - آیا واقعا" به بیداریِ خود تعهد دارید؟  
 - آیا هر روزه و پیوسته به چهار بُعدِ خود ناظر هستید؟  
 - آیا هشیاریِ دو گانه (ناظر بر ذهن و در حضور) دارید؟  
 اگر به بیداریِ خود و به زندگی تعهد داشته باشید، در اینصورت کلام و رفتار تان در بیرون باید با این تصمیم هماهنگ و موافق در هارمونی باشد.

**نگاه و کلام و برخوردها و رفتار شما نشان می دهد که از چه جنسی هستید.**  
 قانون جذب را برایتان تشریح می کنم. شما می توانید قانون جذب را هر روز در خودتان بازبینی کنید.

### مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۸۱

در جهان هر چیز چیزی جذب کرد

گرم گرمی را کشید و سرد سرد

اگر به پدیده های جهان هستی خوب و با دقت نگاه کنی، متوجه می شوی که هر پدیده ای، پدیدهٔ همجنس و همانندِ خود را جذب می کند. مثلاً "گرمی، گرمی را به سوی خود می کشد و سردی، سردی را.  
 - شما اگر از جنسِ گرمی، از جنسِ زندگی باشید، حتما" بسوی آدم هایی که برای ضعیف کردنِ منِ ذهنی شان، مستمر روی خود کار می کنند یا به هشیاریِ حضور زنده شده اند، جذب می شوید.  
 - اگر انرژیِ سردِ منِ ذهنی را دارید، ارتعاشِ درد، ارتعاشِ منِ ذهنی ست، سرد و زَمهریر است و بسوی منِ هایِ ذهنی بزرگتر جذب می شوید، خودتان حس می کنید.

قسم باطل باطلان را می کشند

باقیان از باقیان هم سرخوشند

اهل باطل، باطلان را که همان منِ هایِ ذهنی مقیم در ذهن هستند و من دارند و به جهان نگاه می کنند، به سوی خود جذب می کنند. اهل باطل، به سمت بزرگترهایِ شان، منِ هایِ بزرگتر: ,, چه کسی پولِ بیشتری دارد، بیشتر می تواند خودش را بگیرد، در جهان بیرون قدرت بیشتری دارد، من اش، بزرگتر و فرعون تر است و ... ,, کشیده می شوند.

اهل حق نیز، آنها که از جنسِ هشیاریِ باقی، هشیاری که نمی میرد، از جنسِ هشیاریِ حضور هستند، از وجود حق باوران و طالبان حق که ماندگارند، سرحال و خوشنود می شوند.

ما که از جنسِ هشیاری هستیم اگر هشیارانه به حضور زنده شویم، دیگر نمی میریم. مرگ رفت!.



مرگ فقط در ذهن است. ذهن مرگ را نشان می دهد.

کسی که از ذهن زاییده شده، متوجه می شود: این ذهن است که مرگ را بصورت حقیقت در آورده و ما را می ترساند.

ما که از جنس دریای بیکران زندگی هستیم، همان قطره ایم که دریا را در دل داریم و همان دریاییم که خانه قطره ست. پس، چگونه می توانیم مرگ و نابودی را تجربه کنیم؟!.

باقیان، از باقیان سرخوشند. کسی که به حضور زنده شده به سمت حضور می رود و نه به سمت من ذهنی.

ناریان مر ناریان را جاذباند

نوریان مر نوریان را طالباند

اهل آتش و دوزخیان، دوزخیان را به خود جلب می کنند و اهل نور و هدایت نیز طالب اهل نوراند.

ناریان، آنهایی هستند که در جهنم ذهن زندگی می کنند و درد ایجاد می کنند. ناری هستند، آتش و درد را دوست دارند. شما باورتان نمی شود که یکی عاشق درد باشد!؟.

دوباره به خودتان نگاه کنید. اگر ما عاشق درد نبودیم، اوقات تلخی نمی کردیم. زن و شوهرها طی ماه، چند بار با هم دعوا می کنند؟ مگر تصمیم نمی گیرند دعوا نکنند؟ اما برای اینکه ناری هستند، برای اینکه درد دارند، درد را رواج می دهند. هر کسی که درد دارد باید درد ایجاد کند. نیش عقرب که از ره کین نیست، ...

طبیعت عقرب نیش زدن و درد ایجاد کردن است، مثل ما، وقتی دردمی می کنیم!.

چرا مادر درد حمل می کنیم؟

در واقع، اگر هفت، هشت ساله و کودک می ماندیم و من مان را به هم نشان می دادیم، ,, من بیشتر از تو می پرَم، من بهتر از تو هستم، پدر من قوی تر از پدر توست ,,، با نمک بود!.

اما به ما نگفتند که این مقایسه، موقت است!.

به ما گفتند: ,, همیشه و تا وقت مردن، باید از دیگران یک سر و گردن بلندتر باشی ,,.

" این برداشت غلطی ست "

برای همین است که ما در فضایی افتاده ایم که همواره هم هویت می شویم، مقایسه می کنیم، حرص می زنیم!.

با هر چه هم که هم هویت شویم، درد ایجاد می شود. حتی با دردهای مان هم هویت می شویم.

یعنی جسم ما، تصویر ذهنی مان هم، مقداری هم هویت شدگی دارد. حاصل این هم هویت شدگی دردی ست که حمل می کند.

وقتی ما با پول مان هم هویتیم، آیا اگر آن پول را از ما بگیرند یا بدزدند، ناراحت نمی شویم؟ البته که ناراحت می شویم!.

این ناراحتی کجا می رود؟ این ناراحتی نوسان می کند و به ناراحتی های قبلی اضافه می شود، می چسبد. نمی رنجیم؟

البته که می رنجیم. خشمگین نمی شویم؟ این خشم کجا می رود؟

به خشم های قبلی می چسبد و رفته رفته من آدم خشمگینی می شوم.



منِ ذهنی دردمند، از چشم های بعضی از مردم، به بیرون نگاه می کند. تا بخواهی کمی حرکت غیر موافق با میلِ شان انجام دهی، خشمگین می شوند. داد و بیداد راه می اندازند. هر چه بیشتر و عمیق تر با درد و کینه و رنجش و پدیده های بیرونی هم هویت شویدی، هشیاری کمتر می شود. البته در چنین اشخاصی، مرض های جسمی هم بوجود می آید. مرض های جسمی، درد جسمی بوجود می آورند، درد جسمی، درد روحی ایجاد می کند. هم هویت شدگی، با مشکلات جسمی و روحی، باشنده ای بسیار دردمند خلق می کند. بعلت پایین بودن هشیاری، این باشنده، گوش شنوا هم ندارد! گم شدن در فکر و درد، دنگی و گیجی همین است. خمر تنها نیست سرمستی هوش، هر چه شهوانی ست بنده چشم و گوش. وقتی چشم و گوش بسته شود، صحبت هم فایده ندارد. شما ببینید که بعضی چقدر هشیاری شان پایین است! مگر می شنوند! فقط حرف خود را می زنند:

,, این را از دست دادم، آن را از دست دادم، به من ظلم شده، ...,,

اینها ناریان هستند. آیا ناریان می توانند روی خودشان کار کنند؟ البته. "اگر بخواهند".

هر کسی که می خواهد به گنج حضور گوش کند و می خواهد دردهای خود را بیندازد، ابتدا باید از خود بپرسد: "آیا واقعا" می خواهم دردهایم را بیندازم "؟.

اگر از درون صدای نه می آید، باید آن صدای ,, نه ,, را بشنوید و بدانید که آن نه، خرده شیشه ست، درد مقاومت می کند و نمی خواهد بیفتد.

ولی شما که هشیاری هستید، باید عقب بکشید و باز از خود بپرسید:

، آیا می خواهم دردهایم را بیندازم ،؟

ضجه ای پاسخ می دهد: ,, نه ,, بدانید که این نه، صدای منِ ذهنی ست. باید بگوییم: "بله" و آنقدر نور خدا و حضور و هشیاری ام را روی یخ دردهایم بیندازم که کم و کم تر شوند و هر جا هم متوجه شدم که خصیصه درد دارم و درد ایجاد می کنم، این خصوصیات را از خود بکنم و بیندازم.

نوریان مر نوریان را طالباند. کسانی که از جنس هشیاری و حضور هستند، دنبال نوریانند.

چشم چون بستنی ترا تاسه گرفت

نور چشم از نور روزن کی شکفت؟

به عنوان مثال: هر گاه چشمت را ببندی، دچار اندوه می شوی و به اصطلاح ,, دلت می گیرد ,, زیرا نور چشم، طاقت جدایی از نور روز جهان افروز، یعنی همان نوری که از روزنه ها و پنجره ها به خانه ها می تابد، را ندارد. به عبارتی دیگر، روز روشن شما بیرون می روید، آفتاب می درخشد. به شما می گویند چشمانت را ببند. اما نمی توانید بیش از مدتی چشم تان را ببندید، حوصله تان سر می رود، خسته می شوید.

چون با بستن چشم در روشنی روز، دل تان می گیرد، می خواهید چشم تان را باز کنید. نمی توانید صبر کنید.



تاسه تو جذب نور چشم بود

تا ببیوندد به نور روز زود

همانطور که گفته شد، چشمان جسم تو نیز نمی تواند جدایی از نور و روشنی را تحمل کند، پس بی تاب و مضطرب و کلافه می شوی. این بی تابی و بی قراری و اضطراب سبب می شود که چشمانت به سوی نور جذب و چشمانت را می گشایی.

چشم دل آدم هم اگر به روی خورشید عالم تاب حقیقت و انوار الهی بسته باشد، دچار انواع تاریکی ها و گرفتگی ها و آلام و رنج های روحی می شود. زیرا قلب و جان انسان از جنس جهان مادی نیست بلکه همطراز جهان رفیع و بالای معنوی ست.

از اینرو کسی که بخواهد قلب و روح خود را از تاریکی ها و اندوه ها و غصه ها و گرفتاری های صفات پست و فرومایه پاک کند، باید چشم دل خود را فوراً به سمت شمس حقیقت و عالم معنا بگشاید.

چشم باز آر تاسه گیرد مر ترا

دانک چشم دل بیستی بر گشا

اگر چشم هایت باز است و همه جا را می بینی اما دلت گرفته و بی تابی و بی قراری سراغت آمد، بدان که چشم دلت را فرو بسته ای پس فوراً آن را بگشا تا از این بی تابی و پریشانی رها شوی.

بیشتر مردم علیرغم اینکه چشم شان باز است و می توانند همه جا را ببینند اما بعلت اینکه مرکز و دل شان من ذهنی پُر از درد و هم هویت شدگی ست، وقتی به جهان در حال تغییر و در نتیجه به آنچه که در دل دارند و در حال تغییر است نگاه می کنند، می ترسند و ناراحت اند. زیرا توقع آنها را جهان متغیر برآورده نمی کند، می رنجند، دل شان می گیرد. اما در چنین احوالی، بدانید که چشم دل بسته ست!

چشم دل را باز کن، چشم هشیاری را باز کن، دل واقعی ما جهان متغیر نیست، دل واقعی ما حقیقتی فراسوی حواس پنجگانه ست، دل واقعی، زندگی، خداست.

امروز صحبت بر این است که شما این من ذهنی را از دل تان بکنید.

بمحض اینکه دل من ذهنی را بکنید، دل واقعی را می یابید. نپرسید دل واقعی را از کجا بیآورم؟ شما هویت های کاذب تان را بیندازید، دل واقعی آنجاست، جایی که بر حواس و بر شک و تردید مادی خود فائق آمده باشید، شما ابتدا هم از جنس همان دل بوده اید، از قدیم آن را می شناسید.

چشم هشیاری، اشتباهها می گوید: ,, من، همین من ذهنی هستم ,, اما شما این لحظه می گوید:

" نه. من هشیاری هستم، من ذهنی نیستم. ریشه بسیار عمیق ام در گنه زندگی ست، ذات من آرامش و شادی و عشقی ست که از اعماق درونم می جوشد و بالا می آید، منشأ آن، جهان بیرون نیست.

در جهان بیرون، نباتات و حیوانات به برکت این هشیاری که از اعماق وجود من می جوشد و بالا می آید، نیازمندند. من الآن تصمیم می گیرم که چشم دلم را که بسته بود، باز کنم، دیگر از پدیده های بیرونی زندگی نمی خواهم، زندگی از اعماق وجودم می جوشد و در تمام ذرات وجودم ارتعاش می یابد و من ارتعاش آن را کاملاً حس می کنم.





**مطلبی دیگر در رابطه با قانون جذب می خوانم.**

بازبینی هر روز این قوانین، بسیار مهم هستند.

وقتی بعنوان هشیاری ناظر، به من ذهنی نگاه می کنید، شناخت این قوانین به شما کمک می کنند.

**مثلاً "قانون جبران می گوید:**

اگر شما دردتان را نیندازید، زندگی، اصل شما را به شما می کازد، نشان نمی دهد.

شما زندگی هستید، یک هم هویت شدگی را می اندازید، خود را از دردی رها می کنید، در مقابل زندگی هم چهره ای

از شگفتی های اعجاز انگیز خود را هشیارانه به شما تقدیم می کند. شما، عامل اجرا کننده و این، قانون جبران است.

**قانون جبران، هم در جهان مادی و بیرون و هم در جهان معنوی اعتبار دارد.**

هر کسی به شما گفت می خواهم چیزی را به شما بدهم، پرسید: " در مقابل آن چه می خواهی "؟.

اصرار می کنند که خدمتی یا مساعدتی را بپذیرید، شما نیز اصرار کنید و بدانید که در مقابل، چه چیزی را از شما

طلب می کنند؟. باید پاسخ داده و توازن را برقرار کنید.

شما از جنس زندگی هستید، اما به زبان دویی و قراردادی صحبت می کنیم. مثلاً " می گوئیم:

زندگی به شما شادی و برکت می دهد. این عبارت غلط است اما طبق قرار دادی که با هم داریم، می دانید که شما و

زندگی، یکی هستید. دردهای تان را می اندازید، زنده می شوید.

وقتی می گوئیم، با این لحظه آشتی می کنید، در حقیقت با کی آشتی می کنید؟ " با خودتان ". کسی دیگر نیست!

با خودتان آشتی می کنید. غزل مان می گوید:

چو از خویش برنجیم زبون شش و پنجیم. اگر از خودمان برنجیم، تحت تسلط و زبون جهان مادی یعنی شش جهت و

پنج حس هستیم.

یکی جانب خمخانه خمار بگردیم. وقتی با خودمان آشتی می کنیم، در واقع با خدا آشتی می کنیم. فرض کنید که با

کسی قهر هستید، وظیفه شماست که اول دست دوستی را دراز کنید.

حال که شما می خواهید با خودتان آشتی کنید، کی دستش را اول دراز می کند؟ " شما ".

کی دستش را می گیرد؟ " شما ".

حالا، شما با خدا آشتی می کنید، کی اول دستش را دراز می کند؟ " شما ".

شما هستید که کار را انجام می دهید. البته این را هم بگوئیم:

شما با من ذهنی گام پیش نمی گذارید، در تمام این موارد، من ذهنی خودش را جلو می اندازد، من می دانم ..

در مرکز این آموزش تسلیم و سکوت قرار دارد. تسلیم یعنی، پذیرش اتفاق این لحظه قبل از قضاوت.

هر چه ما کمتر با خودمان حرف بزنییم، کمتر بگوئیم، کمتر سوال کنیم، بهتر است و به اصل و جنس خود، نزدیکتر

می شویم. اصلاً " اگر سکوت می کردیم یعنی ذهن مان حرف نمی زد، از جنس زندگی بودیم.

علت اینکه از جنس زندگی نمی توانیم بشویم این است که ذهن مان دائم در حال پُرحرفی است. ما نمی توانیم جلوی آن

پُرحرفی من ذهنی را بگیریم. حال اگر خود من ذهنی بخواد جلوی این پُرحرفی را بگیرد، خودش، قوی ترمی شود!



**فقط با تسلیم** است که شما سرمایه حضورتان را زیاد می کنید.

باید **تبدیل** شوید. سرمایه حضور که زیاد شود، من ذهنی بتدریج آرام می شود.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۸۸۸

پنبه برون کن ز گوش عقل و بصّر را مپوش

کان صنم حله پوش سوی بصّر می رود

با شما که هشیاری هستید، صحبت می کند.

پنبه ما چیست؟ پنبه ما من ذهنی ست. پنبه اصلی ما در گوش هشیاری، چیست؟

" موضوعات خوشایند من ذهنی ست. مطالبی ست که من ذهنی توجه می کند و می شنود "!

" خرد و بینش هشیاری ات را با آموخته های کاذب من ذهنی، مپوش و پنبه را از گوش هشیاری ات بیرون کن "

پنبه جان ما، پنبه سر ماست. اگر گوش سر ما نشنود، نخواهد بشنود (علت اینکه اینهمه می شنویم، توقعات ما از دنیا است)،

اگر کسی می گفت:

**" من از دنیا چیزی نمی خواهم "**

(نه اینکه کار نکنیم، پول در نیاوریم، زندگی مان را نگذرانیم، نه، ما این حرف را نمی زنیم، ولی چرا اینهمه به حرف مردم گوش می

دهیم، که چه خبر است؟ اخبار چه می گوید؟ اینجا و آنجا چه اتفاقی افتاده، ... فکر می کنیم چیزی به ما اضافه می شود). اگر شما میل

و توقعات خود را از جهان مادی کم کنید، کم کنید، کم کنید، کم کنید و بگویید:

" حالا متوجه شدم که از دیگران به من زندگی نمی رسد، پس با آدم ها کاری ندارم، هر کاری که می خواهند بکنند، با

رویدادها هم کاری ندارم، رویدادها به من زندگی نمی دهند "، به خرد درون می رسید.

بینیم که چگونه می توانیم جهان را آبادان کنیم؟

جهان با دعوی من ذهنی، آبادان نمی شود. با بحث و جدل و مسابقه و جنگ آبادان نمی شود.

باید خرد از) **آنطرف** (بوسیله فکر و عمل مان به این جهان بریزد، تا جهان آبادان شود، روابط سامان و تعادل و توازن

یابند.

پنبه برون کن ز گوش عقل و بصّر را مپوش.

عقل و بصّر هشیاری ات را نپوشان، کان صنم حله پوش سوی بصّر می رود. آن زیبا روی حریر پوش، زندگی، خدا،

بسوی دید باز هشیاری می رود و نه بسوی من ذهنی!.

من ذهنی قدمت و اصالت ندارد، پوسته و قالبی چند روزه بود، اشتباهات فکر کردیم که برای همیشه باید در آن بمانیم!.

نای و دف و چنگ را از پی گوشی زنند

نقش جهان جانب نقش نگر می رود

نی و دف و چنگ را برای گوشی که می شنود می زنند.

در جایی که چند نفر نشسته اند و گوش موسیقی ندارند، برای چه موسیقی را بنوازند؟ کسی دائم به فکر زیاد کردن

پول خود است، اصلاً" به موسیقی کاری ندارد، برای چه برای او بنوازند؟ (تمثیل است).



این خرد کیهانی، این موسیقی آسمانی، موسیقی خدایی، برای گوشِ صحبت می کند که می شنود. برای گوشِ من ذهنی که نمی تواند بشنود، صحبت نمی کند.

چرا خدا با ما صحبت نمی کند؟ برای اینکه گوش شنیدن نداریم!

چرا گوش شنیدن نداریم؟ برای اینکه گوش بزنگ خبرها و حوادث بیرون هستیم! هیا هو و غلغله و جنجال بیرون را می شنویم! گوش ها به بیرون کوک شده اند، چون بدنبال افزودن به خود از دنیای بیرون هستند و می ترسند دست آوردهای شان از دست برود. "نقش جهان جانب نقش نگر می رود".

ما نقش نگریم. زیرا من ذهنی، هشیاری جسمی ست و هشیاری جسمی جسم را می بیند و نقش همان جسم است. هشیاری جسمی من ذهنی، فقط نقش ها را می بیند. نقش بسوی او و او هم بسوی نقش می رود، این قانون جذب است. شما ببینید بیشتر بسوی چه می روید؟ نقش های این جهان؟

اگر بسوی نقش های این جهان می روید، پس بسوی او نمی روید.

آیا پایه ثابت پرگارتان روی زندگی ست یا روی نقش های این جهان؟

نقش ها و وضعیت های این جهان دائما در حال تغییرند، آفل اند، از بین رونده اند.

آیا شما وضعیت ها را می بینید و به آنها واکنش نشان می دهید؟

چرا فضای زیر وضعیت ها را نمی بینید؟

برای اینکه از آن جنس نیستید! "نقش جهان جانب نقش نگر می رود".

از این اشعار یاد می گیریم، ببینیم از چه جنسی هستیم؟

شما باید جنس تان را شناسایی و سپس به احتمال زیاد، عوض کنید!

اگر این لحظه من از نقشی آگاهم و لحظه بعد از نقشی دیگر با خیرم و لحظه بعد از نقشی دیگر خیر دارم، پس از خدا آگاه نیستم!

حالا اشکال کار این است که در همه این نقش ها، من وجود دارد. در غیاب هشیاری حضور و آن بُعد آگاهم، این نقش های من دار، مرا به واکنش و می دارند و یکی از آن واکنش ها ترس است، پس من می ترسم.

ترس، دید مرا خراب می کند، جهان را کج و معوج و جای خطرناکی می بینم!

ولی الان متوجه می شوم که تمام این نقش ها در حال از بین رفتن هستند و من می توانم نقش های از بین رونده و آفل را ببینم. معنی اش این است که در من یک هشیاری از بین رونده وجود دارد که می توانم ناپایدارها را تشخیص دهم.

مثل نور. اگر بیرنگی نبود، ما رنگ های مختلف را تشخیص نمی دادیم. پس در من یک هشیاری پایا و از بین

نرونده و غیر آفل وجود دارد و به همین دلیل است که می توانم نقش های از بین رونده را تشخیص دهم.

حالا، من از آن نقش های از بین رونده چه درسی می گیرم؟

اینکه متوجه آن برکت و آن پایایی و پایداری، که اسمش هشیاری حضور است شوم. از اول در ما بوده، اصلا" ما خود او هستیم.

پس درست می گوئیم: "نقش ها نمی گذارند من متوجه خودم شوم. فقط متوجه نقش ها هستم"،



اما یکبارہ متوجه می شوید: " نه. من، نقش نیستم، علاقه به نقش هم ندارم، از نقش ها زندگی نمی خواهم. بطور قطع و یقین می دانم که از این نقش ها، یعنی هر آنچه که ذهن ام نشان می دهد، زندگی بر نمی خیزد! نقش ها چه هستند؟

هر چه که ذهن نشان دهد، نقش است.

پس، هر چه که به ذهن تان می رسد، پذیرای فناست، آنکه در فکر شما نمی آید، خداست.

آن نظری جو که آن هست ز نور قدیم

کاین نظر ناریت همچو شرر می رود

مواظب باش! آن نظری را بجو که از نور قدیم، یعنی هشیاری اولیه ست.

نور قدیم، نور خداست، ما همه امتداد آن هستیم. اصلاً ما امتداد نور خدا هستیم. نور و هشیاری که وارد ذهن می شود، خودش را عقب می کشد، روی خود قائم می گردد.

کاری که ما با من ذهنی انجام می دهیم، ایجاد مزاحمت است. چوب لای چرخ خدا گذاشتن، ستیزه با این لحظه ست. ستیزه با وضعیت این لحظه، ستیزه با خداست. برای همین است که تسلیم بسیار مهم است. کاین نظر ناریت، این نظر من ذهنی، همچو شرر، مانند آتش، می رود.

تا زمانی که من ذهنی داریم، حتماً درد هم داریم، نظر آتشین داریم، با خود همه جا آن را حمل می کنیم.

هر کسی بهتر است که خودش را زیر سوال ببرد.

نگویید: ,, من آثار مولانا را مطالعه کرده ام، آن آقا، آن خانم، نظر ناری دارد و من نظر نور قدیم را دارم ,, در اینصورت، کی صحبت می کند؟ من ذهنی!.

هر کسی که با دیگران کار دارد، درد دارد و گرنه ما با دیگران کاری نداریم. هر کسی درخت سیبی ست. اگر درد نداشته باشیم، با دیگران کاری نداریم.

جنس رَوَد سوی جنس بس بُود این امتحان

شَه سوی شه می رود خَر سوی خر می رود

هر جنسی سوی جنس خود می رود. کافی ست چقدر باید امتحان کرد؟ شما یاد بگیرید.

هر کسی از جنس شاه است، سوی شاه می رود، هر کسی از جنس خداست، سوی خدا می رود. هر کسی از جنس من ذهنی ست، سوی من ذهنی می رود، چقدر امتحان کنیم؟ (یاد می گیریم).

هر چه نَهاَل ترست جانب بُستان بَرند

خُشک چو هیزم شود زیر نَبَر می رَوَد

نَهاَل تر را برای کاشتن به بُستان می برند. شما که از جنس زندگی هستید، انعطاف دارید، آب حیات و زندگی از شما عبور می کند، شما را به کجا می برند؟ به گلستان.

اگر کسی هم هویت شده و دُگم باشد، جامد و جدی و خشن باشد، به باورها چسبیده باشد، در اثر چسبیدن به این باورها مقدار زیادی درد ایجاد کرده باشد، به این دردها و مشتقات آنها چسبیده باشد، مثل هیزم خشک است!.



آن را کجا می برند؟ زیر تبر.

برای سوزاندن در شومینه! اینها به جهنم ذهن، می روند، تلف و هلاک می شوند، می سوزند.

حالا شما می خواهید نهالِ تر باشید یا هیزمِ خشک؟

آب معانی بخور هر دم چون شاخ تر

شکر که در باغ عشق جوی شکر می رود

ما شکر می کنیم، برای اینکه اولاً "خدا، زندگی، تمام هم و غم اش این است که ما را از مخصه من ذهنی خلاص کند، فقط کافی ست که شما چوب لای چرخش نگذارید. اگر بخواهید چوب لای چرخش نگذارید، با این لحظه ستیزه نمی کنید. با این لحظه آشتی و تسلیم باشید. " تو آب معانی بخور "

آب معانی از کجا می آید؟

وقتی شما تسلیم هستید، یعنی اتفاق این لحظه را قبل از قضاوت می پذیرید، آب و روح زندگی و جوهر و آب حیات، خرد، از شما عبور می کند و این شعور زندگی، آب معانی شما را تر و تازه نگه می دارد، مثل نهال تری که دائم آب و کود می طلبد و نیازش را ادا می کنند.

آب زندگی بی نهایت است از طرف خدا می آید، آب معانی بنوش، هر دم چون شاخ تر. از طریق تسلیم.

شکر که در باغ عشق، جوی شکر جاری ست. در باغ عشق، در باغ یکتایی، بمحض تسلیم شدن، جوی شکر، شیرینی های زندگی، خرد، زیبایی، عشق، اشتیاق، نیکی، بخشش، بصیرت، آگاهی، خلاقیت، شادی، آرامش، خوشبختی، نشاط، چابک، روان و جاری می شود.

باغ عشق، زیر وضعیت است. وضعیت، سوار تندروی این لحظه ست، وضعیت این لحظه، در شما اتفاق می افتد. شما فضای در بر گیرنده اتفاقات هستید ولی اتفاق نیستید. تا حالا اتفاق افتاده اید، حال، یاد می گیرید: اتفاق نیفتید! هر موقع اتفاق می آفتید، واکنش نشان می دهید، موقعی ست که با اتفاق و پدیده های این جهانی هم هویت شده اید و می ترسید.

ما این لحظه شکر می کنیم، نه فقط برای اینکه خدا به ما نعمت های خوب داده و نعمت های خوب را می بینیم، بلکه شکر می کنیم:

- برای اینکه: در باغ عشق، جوی شکر، جاری و در حال عبور است.

- برای اینکه: زندگی در تلاش و در حال آزاد کردن ما از ذهن است.

- بخاطر اینکه: روی پای زندگی، روی پای خود قائم می شویم تا دور یار بگردیم. خلاق باشیم، فکرهای جدید به این جهان بیاوریم.

بقول مولانا، مثل عشاق نو آموز بتدریج یاد می گیریم و می دانیم که توجه و عنایت و عشق ضربان تکاملی زندگی بر این مبناست که در بیداری و زنده شدن به حضور یاری مان کند، نه آنکه فلج مان سازد!

تکاپو و تلاش و همت این آتلیه، خدا، زندگی، یار، به سمتی ست که انسان را، شما را، عصاره تکامل را، از این هم هویت شدگی و دردها آزاد کند و شما برگزیده نیز، بر این مقصد عالی و کبیر و برجسته همکاری می کنید.



مولانا امروز همه را دعوت کرد. همه ما با هم همکاری می کنیم، همه ما در یک منظورِ ضروری و حتمی، یعنی دست یافتن به گنج حضور مشترک هستیم. همه می خواهیم به هشیاری حضور زنده شویم. اما در دو منظور بزرگ زندگی:

بلحاظِ درونی، یعنی تولد همه از ذهن و زنده شدن به گنج حضور، همه سهیم و مشترکند. زندگی در صدد است که ما را از مخصصه ذهن نجات دهد و ما این ضرورت و این مهم را سپاسگزاریم و شکر می کنیم. شکر بخاطر اینکه می توانیم حولِ یار بگردیم. (نه اینکه به ما پول داده).

بلحاظِ بیرونی، هر کسی می تواند انتخاب کند که چه کار و حرفه ای می خواهد یاد بگیرد؟ چه می خواهد در این جهان خلق کند؟ به چه هدفی می خواهد برسد؟

آثار مادی این دورِ یار گشتن هم جالب و دیدنی است! اتفاقاً توان مشاهده این آثار، در ردِ وسوسه ها و تحریکات من ذهنی، به ما کمک می کند.

اگر من ذهنی، نمی تواند عبورِ جویِ شکر در باغِ عشق را ببیند، اگر نمی تواند کمکِ زندگی به شما را برای گردیدن حولِ یار، ببیند، اگر نمی تواند شکرِ شادی را که زندگی هر لحظه در وجود شما می دمَد، بجا آورد، اما می تواند شکرِ آن چیزهایی که به شما داده، مثل: سلامتی، مثلِ دانشی که از قبل بوجود آمده و به ما رسیده و از آن استفاده می کنیم، مثلِ برخورداری از وجودِ مولانا و دیگر عارفانی که برای بیداری ما بپا خاستند، شکر کنیم! همین مولانا اگر نبود؟ ...

شکر کنید، قدرش را بدانید. این شکر و قدرشناسی بخشی از قانونِ جبران است. شکر مستلزم شناخت است.

کسانی که شناخت ندارند، نمی توانند قدردانی کنند. چه بسا شما الآن، نعمت های زیادی در اختیار دارید ولی آنها را نمی بینید! زیرا منِ ذهنی حواسش به بیشتر و اضافه کردن است! حواسش نیست که بخاطر هر آنچه دارد شکر کند و راضی باشد، ولی، ولی اینها از جمله قوانینی است که اگر قرار باشد شما از منِ ذهنی رها شوید، باید حتماً رعایت کنید. شکر کنید، راضی باشید. نباید شکایت کرد.

گفتیم: شکایت از توقعات می آید و قرارمان این شد که شما توقعاتِ تان را از همه، از جمله آدم ها و وضعیت ها و کلی پدیده های این جهانی که همگی فنا شونده اند، به صفر برسانید.

شکایت نکنید، نرنجید، خشمگین نشوید و اگر پیش آمد بدانید که منشأ آن منِ ذهنی است و فوراً برگردید و شکر کنید و راضی باشید و چون ما از عشاقِ نو آموزیم، هر چه را که زندگی پیش روی ما می گذارد، خرسند و غیر معترض و شاد هستیم. آخرین توانِ تسلیم مان را می گذاریم، حداکثر سعی مان را می کنیم. قانون مزرعه ست.

درخت کاشته ایم، با حداکثر سعی از این درخت مواظبت و مراقبت می کنیم. صبر می کنیم.

قانون مزرعه، قانون جبران است و صبر .

من باید حداکثر کوشش ام را در تسلیم و صبر بگذارم. باید حواسم به درختی باشد که می کارم. نور و آب و کود و نیازهایش برآورده شود. متوجه هم باشم که بعد از سه ماه به من میوه نمی دهد، ممکن است سال اول هیچ میوه ای ندهد و سال دوم سه عدد، سال سوم پنجاه عدد و سال پنجم هزار عدد میوه دهد. باعجله من تنظیم نیست.



قضیه افتان و خیزان ما هم بر اساس شکر و صبر و عدم ستیزه و سکوت و تسلیم تنظیم است. همه این موارد را یادداشت و به خود یاد آوری می کنیم، ارزیاب و نظاره گر و ناظرِ خودمان هستیم. من ذهنی ممکن است دوباره خودش را با دیگری مقایسه کند، ممکن است حسادت کند، ممکن است خشم های قدیمی اش ظاهر شود و بالا بیاید، ممکن است دردهای باقیمانده عود کنند، درد برای تغذیه درد می خواهد، اگر دیدیم در خانواده می خواهد با یکی اوقات تلخی راه بیندازد، عقب می کشیم و می گوئیم: " آرام باش ". از کنار من ذهنی روبرویمان به آهستگی رد می شویم، یا مسیرمان را کج می کنیم! چون می دانیم که من ذهنی دنبال راه انداختن اوقات تلخی و دعواست. مواظب من ذهنی خودمان هم هستیم. عده ای هم می خواهند ما را بهانه قرار داده و من ذهنی شان را در ایجاد درد و دعوا، اشباع و ارضاء کنند، مواظب آنها هم هستیم و این فرصت را به آنها نمی دهیم.

بس کن از این امر و نهی بین که تو نفسِ حَرون

چونش بگویی مَر و لنگ بتر میرود

این امر و نهی را بس کن، زیرا این نفسِ حرون (سرکش)، علیرغم اینکه لنگ است، اما همینکه او را از انجام کاری منع می کنی، عمداً آن کار را انجام می دهد!.

چرا لنگ است؟ برای اینکه با بی خردی و قوه درک پایین و بی ملاحظه گی و جهالت، در هر کاری آخر سر درد ایجاد می کند.

کسانی که در کار تعلیم و تربیت هستند باید توجه کنند که بیشتر مردم من ذهنی دارند، همینکه از انجام کاری منع شوند، یعنی همینکه بگوئید: "، نکن،، ولو اینکه به ضررشان باشد، واکنش نشان داده و همان کار را انجام می دهند! با توبیخ و تهدید و ارباب و زدن و امر و نهی به من ذهنی، کار درست نمی شود، پیش نمی رود. آنچه که من ذهنی را رام می کند، عشق است.

کلید معما در صبر، در لطافت، در پذیرش، در مهربانی، در نرمش، در انعطاف، در تحریک نکردن، در به واکنش و نداشتن و در فضا داری ست.

مولانا امروز گفت: ما عشاقِ نوآموز هستیم. اگر کسی حولِ محورِ خدا می گردد و از آنجا خرد و عشق می گیرد و در جهان پخش می کند، مسلماً عنصرِ موثری ست.

اگر کسی بر اساس من ذهنی امر و نهی و تحریم و تکفیر و تهدید و ممانعت می کند و بنظرش کار و عملِ درست را انجام می دهد، حتماً شکست خواهد خورد. برای اینکه حولِ محورِ من ذهنی می گردد.

مولانا در خلالِ خیلی از موضوعات به تکرار و یادآوری این مهم پرداخته:

انسانی که حول و حوشِ یار می گردد دائم دنبال اصلاح و رفع نقاط ضعف خود، حتی بلحاظ جسمی ست.

ممکن است من ذهنی ما کاملاً تبدیل نشود و ما تماماً و بزودی به حضور زنده نشویم، اما حول و حوشِ یار می گردیم. شخصی که حولِ یار می گردد، بمحض اینکه متوجه نقطه ضعف و ایرادی از خود شود، به اصلاح خود می پردازد. پرهیزی را به او یادآوری کنند، بکار می گیرد، انجام می دهد.



ولی فردِ سرکش را اگر از انجام کاری منع کنند، به ضررش هم باشد اما آن کار را انجام می دهد. فراموش نکنیم، مخصوصاً "وقتی خواهان تربیت بچه هاستیم و با آنها سر و کله می زنیم، آنها را به واکنش و اندازیم. واکنش من ذهنی به من ذهنی نتیجه بخش نیست. باید وقتی صحبت می کنیم، زنده به عشق باشیم.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۷۹

تو سفر کردی ز نطفه تا بعقل

نه بگامی بود نه منزل نه نقل

سیر جان بی چون بود در نور و دیر

جسم ما از جان بیاموزید سیر

برای مثال: تو نیز از مرحله نطفه بودن سفرهای گوناگونی طی کردی تا به مرحله عقل رسیدی. در آن سفر معنوی نه قدمی برداشتی و نه در منزلی فرود آمدی و نه ظاهراً از جایی به جای دیگر انتقال پیدا کردی!

در رابطه با سفری که از من ذهنی به سمت حضور می کنیم، مولانا مثال می زند:

آیا این سفر، بوسیله من ذهنی ما و من های ذهنی دیگر، صورت می گیرد یا بوسیله زندگی؟

تو از نطفه سفر کردی، تا انسان بزرگی شدی و به عقل رسیدی، چهل ساله شدی، آیا این رشد و سفر تو، از نطفه به عقل، بوسیله رفتن جسمی بود؟

یکی از چند مطالبی را که در این جلسه صحبت کردیم، اگر یادتان باشد، وحدت انسان ها بود. می توانیم به وحدت

ادیان نیز اشاره کنیم، تفرقه و جدایی که میان ادیان رایج است بسیار قابل توجه و اهمیت است.

از دین اگر درست استفاده شود، انسان ها را به هم و به خدا نزدیک می کند، انسان ها را یکی می کند.

اگر بدست من ذهنی بیفتد، انسان ها را از هم جدا می کند.

مولانا در رابطه با عشق هم گفت: **عشق نوآور است**، انسان عاشق، دست به ابتکارات نو می زند، ولی امروزه،

ابتکارات و نوآوری ها بر اساس عقل من ذهنی بنا می شود!

شما باید نو آوری را بر مبنای معنویت استوار و به عالم عشق پیوند دهید. عشق نوآور است، نو آوری و خلاقیتی که

بر پایه عشق بنا می شود، جهان را تخریب نمی کند.

اما بمحض اینکه نوآوری یا علم را بدست من ذهنی بدهید و به دانش و منیت من ذهنی پیوند بزنید، آغاز به تخریب می

کند. ما اینکار را کرده ایم!

امروز موضوعی را هم که اشاره کرد، در رابطه با ترس بود. هفته گذشته هم در این رابطه صحبت کردیم.

وقتی ما بعنوان هشیاری، یک من درست می کنیم، این من، خدا، زندگی، بخت را به جسم تبدیل می کند و می خواهد

آن را داشته باشد، اما همین عنوان **داشتن**، مقوله ای است که می توانند آن را از آدم بگیرند. امکان از دست دادن، ما

را می ترساند و در نتیجه ترس از مرگ ایجاد می شود: **,, ممکن است بختی را که دارم، از دست بدهم ,,**

اما ما بخت، اقبال، زندگی، را نداریم، بلکه " خود بخت هستیم ".





موضوع دیگر قابل توجه این است که به حضور زنده شدن ما، بوسیله من ذهنی یا جسم ما صورت نمی گیرد، بوسیله کارهایی که ما بلدیم در این جهان انجام دهیم، نیست.

همانطور هم که بارها مولانا به این موضوع اشاره کرده: سببیت نیست که عامل زنده شدن به حضور می شود پس، ,, اینکار را می کنم، اینکار را هم می کنم، بعد اینکار را هم می کنم، آنموقع، به حضور زنده می شوم، به خدا می رسم ,,!.

" چنین نیست ". بلکه باید اجازه بدهید، زندگی، خدا، درون، شما را متحول کند.

برای همین است که ما دائماً " روی تسلیم و سکوت تأکید می کنیم.

وقتی تسلیم می شوید، یعنی اتفاق این لحظه را بدون قید و شرط و قبل از قضاوت، می پذیرید، عقل من ذهنی را و قضاوت من ذهنی را انکار می کنید. یعنی به من ذهنی می گویید: " تو حرف نزن، تو دخالت نکن ".

هر لحظه افکار و کلام و رفتارهای من ذهنی را نفی می کنید. همین آگاهی و نظارت هر لحظه ای بر خود، سبب می شود که آن تحول و دگرگونی و حرکت درونی بوسیله زندگی، در شما صورت گیرد. از کم و کیف آن مطلع نیستیم، اما می دانیم که این تبدیل و بازگشت، صورت می گیرد. هر چند نمی دانیم مکانیسم این تحول و تبدیل چگونه است. شما هم نمی دانید که چگونه باید به هشیاری حضور زنده شد؟ " من که نمی دانم ".

ممکن است بپرسید: ,, شما که نمی دانید پس برای چه ...؟!.

ما می دانیم چه باید بکنیم و چه نباید بکنیم، ولی مکانیسم این تحول و حرکت را زندگی بعهده دارد و انجام می دهد. به همین دلیل نباید عجله کنید.

شما می دانید که درخت چگونه رشد می کند و چگونه میوه می دهد؟

چرا امسال سه عدد میوه می دهد و سال دیگر، پنجاه عدد میوه می دهد؟

چرا سال اول اصلاً میوه نمی دهد؟

سرعت رشد درخت را می توانید کنترل کنید؟ " نه ". اگر کنترل کنید، خراب می شود.

پس زندگی، خارج از اراده ما، قوانینی درونی دارد. به سبب و علت نیست. علت و معلول بوسیله ذهن بکار گرفته می شود، ما در ذهن، در جهان فیزیکی و مکانیک می دانیم چه عاملی سبب چه معلولی می شود.

مثلاً در حوزه شیمی، می دانیم که اگر اسید سولفوریک را روی روی بریزیم، چه فعل و انفعالی رخ می دهد، بارها اینکار را کرده ایم، اما به حضور زنده شدن چنین نیست. تو سفرکردی ز نطفه تا بعقل - نه بگامی بود نه منزل نه نقل. خلاصه:

نباید دخالت و نه عجله کنید. اجازه دهید که زندگی سیر این تحول و حرکت را در درون شما بعهده گیرد و به انجام برساند. سیر تکاملی به ( آن سمت ) است.

سیر جان بی چون بود در دور و دیر جسم ما از جان بیاموزید سیر

سیر روح و جان، در حیطة زمان و مکان، در درون جسم، نیست، بی چون است.



عبارتِ **چون**، مربوط به مشخصاتِ ظاهری ست، یعنی ما رفتار فلان پدیده را می دانیم، می شناسیم. مثلاً، "عسل را می توانیم مورد مطالعه قرار دهیم، بفهمیم ترکیبات آن چیست، پروسه تولید آن بوسیله زنبور چگونه ست، تولید آن چه مدت طول می کشد، عسل چه خاصیت هایی دارد و ... ، ولی فقط یکبار بچشید، می توانید بفهمید عسل چیست. فرض کنید یک نفر در مورد عسل، سالهای زیادی تحقیق کرده، ولی هیچوقت آن را نچشیده باشد، نمی داند عسل چیست، **چون** آن را تحقیق کرده، اما **بی چون**ی آن را حس نکرده!.

سیرِ جان هم، در درونِ ما، **بی چون** است. جسم، مشمولِ زمان و مکان است، رشد می کند و از بین می رود. جسمِ ما از جانِ مان حرکت را می آموزد. جسمِ ما تابعِ جان است.

سیرِ جسمانه رها کرد او کنون

می رود بی چون نهان در شکلِ چون

سیر جسمانی فاقد اعتبار است. عارفان سیر جسمانی را رها کرده اند. هر چند بر حسب ظاهر با جسم حرکت می کنند ولیکن بر حسب باطن، حرکت و سیری روحی دارند. یعنی حاضر در قلمرو طبیعتِ مادی، سیر و سلوکی روحانی دارند.

تمثیلی ست برای اینکه بدانیم کجا می خواهیم برسیم، چکار می خواهیم بکنیم و این تغییرات چگونه صورت می گیرند؟

سیرِ جسمانه، هنگامی ست که ما بر اساسِ موقعیت های بیرونی حرکت می کنیم. یعنی:

در ذهن فکر می کنیم، تصمیم می گیریم و بعد بلند می شویم و حرکت می کنیم، اینطرف آنطرف می رویم. اینها سیر جسمانه ست، بر اساسِ موضوعات و شرایط و وضعیت های بیرونی تنظیم می شود.

اما کسی دیگر، این پروسه، این خطِ سیرِ معمول را رها و **بی چون** می رود!.

وقتی ما **بی چون** می رویم، خردِ زندگی بر ایمان تعیین می کند که چگونه فکر کنیم، چه بگوییم و چگونه حرکت کنیم. ما دور او، دور یار می گردیم و او خردش را به فکر ما القاء می کند. اتفاق این لحظه را می پذیریم.

پذیرشِ اتفاق این لحظه معنایش این نیست که ما با وضعیت فعلی موافقیم و نمی خواهیم تغییرش دهیم، فرض کنید کسی به خانه ما سنگ می اندازد، ما این لحظه می پذیریم که به خانه ما سنگ می اندازند و واکنش نشان نمی دهیم، حضورمان را حفظ می کنیم، اما به این معنی نیست که درون ما نمی خواهد، ندایی، فکر سازنده ای، بیاید که ببینیم این مزاحمت را چگونه رفع کنیم!.

پذیرشِ اتفاق این لحظه، معنی اش این نیست که ما نمی خواهیم وضعیتِ مادی فعلی را عوض کنیم، معنی اش این است که نمی خواهیم واکنش نشان دهیم. نمی خواهیم از عقلِ منِ ذهنی استفاده کنیم. می خواهیم متصل به زندگی باقی بمانیم، او نحوه برخورد ما را تعیین کند و نه منِ ذهنی.

همینکه واکنش نشان دهید، منِ ذهنی فعال می شود و این سیرِ جسمانه ست. شما می خواهید:

" **بی چون** که خدا، زندگی ست، در هیبت **چون** راه برود "

می خواهیم (به) **آنجا** (برسیم).



### گفت روزی می‌شدم مشتاق‌وار

#### تا ببینم در بشر آنوار یار

این موضوع در دفتر سوم مثنوی، در قصهٔ دقوی و کراماتش، شرح داده شده که فقط چند بیت آن را برایتان می‌خوانم:

مولانا در هیبت و از زبان عارفی بنام دقوی گفت:

یکی از روزها با اشتیاقی تام، سیری روحانی را آغاز کردم تا در وجود انسان، انوار الهی را مشاهده کنم!

یعنی ببینم چگونه نور خدا در بشر کار می‌کند؟ یعنی بی‌چون چگونه در چون، می‌تواند هشیارانه فکر کند، راه برود، حرکت کند، عمل کند؟ توجه کنید:

ما می‌توانیم آگاهانه و هشیارانه بگذاریم که بی‌چون، در چون ما، در جسم ما کار کند، عمل کند.

این بی‌چونی در شکل و در جسم و در چون ما، کارکرد نور یار است، هشیاری یار است، هشیاری خدا در ماست و ما راهی بس طولانی آمده و مشتاق همین امریم.

همهٔ انسان‌ها مشتاق تجلی همین وعده بوده و هستند. این همان طلوع صبح حضور است.

آنجا که ذهن من دار، بحث و جدل کاذب روزمرگی، هیجانانگیز، وسوسه‌ها، خاموش می‌شوند و نطفهٔ تحول و تبدیل در ما جان می‌گیرد.

#### تا ببینم قُلُزْمی در قطره‌ای

#### آفتابی درج اندر ذره‌ای

در این سیر روحانی می‌خواستیم در قطره، دریا و در ذره، آفتاب را مشاهده کنم.

دریایی را در یک قطره و آفتابی را در یک ذره ببینم. (شما الآن قدر خودتان را می‌دانید).

درست است که از آنطرف بصورت هشیاری آمده و بعد گرفتار و محصور ذهن شدید، اما اگر از ذهن زابیده شوید، یک دفعه آفتاب می‌شوید!

اگر چه هنوز انسانی معمولی هستید که حرکت می‌کنید، غذا می‌خورید و ... ولی آفتاب در یک ذره خودش را نشان می‌دهد! خدا در شما زنده می‌شود. دریایی هشیاری، دریایی خرد، به اندازهٔ خدا، در شما جا می‌گیرد!

شما می‌خواهید، ما می‌خواهیم دریایی را در یک قطره ببینیم. قُلُزْمی در قطره و این مصداق عینی زنده شدن به حضور است.

بعد از زنده شدن به هشیاری حضور، آیا با این آفتابی که در ذرهٔ شما طلوع می‌کند، می‌توانید جهان را با آفتاب خودتان ببینید، یا نمی‌توانید؟

البته که می‌توانید. این آفتاب، با چشم خرد می‌بیند و شما مشتاق و دنبال همین خرد هستید.

گرفتاری ما این است که ما آفتاب موجود در ذره را هنوز بندرت پیدا کرده ایم.

هر چند، زنده شدن به هشیاری حضور، فرمان و مشیت خدا، زندگی ست. به قدرت رسیدن و فرمانروایی و پیروزی، بر نفس و بر ذهن و رسیدن به فراسوی خرد، به همهٔ ما انسان‌ها وعده داده شده.



حال، وقتی قرار است انسان به این پیروزی شگرف نائل شود، باید در تعداد زیادی از انسان ها **آفتاب در ذره طلوع کند و دریا در قطره خودش را نشان دهد.**

پس ما فقط قطره ای در دریا نیستیم، بلکه دریایی در یک قطره ایم.

**بله.** در آن دو بیت اول مولانا به ما گفت: ما در عشق حس یکی بودن می کنیم.

اگر این آفتاب در ذره، این آفتاب در هر انسانی طلوع کند، متوجه می شود که با انسان های دیگر یکی ست. همه انسان ها از جنس آن هشیاری هستند. بقول مولانا:

موسی و عیسی با هم جنگی ندارند اما پیروان شان با هم در جنگ اند!

موسی و عیسی از جنس زندگی هستند، خودشان را زندگی می دانند و همدیگر را زندگی می بینند و در فضای

یکتایی، با همه انسان ها حس یکی بودن می کنند، ولی پیروان شان که تابع من ذهنی هستند، به یکدیگر خصومت می ورزند!

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۶۷۸

ده چراغ آر حاضر آید در مکان

هر یکی باشد بصورت غیر آن

فرق نتوان کرد نور هر یکی

چون به نورش روی آری بی شکی

مثال دیگر: سفال ده عدد چراغ با هم فرق دارند اما نورشان یکی ست. یعنی اگر ده چراغ در یک مکان باشند و ظاهر

آنها با هم اختلاف داشته باشند، چون به نور آن چراغ ها نظر کنی بی گمان نمی توانی آنها را از هم جدا کنی.

(پس انبیاء و اولیاء به هر دینی که تعلق داشته باشند، چون حامل نور حقیقت اند، هیچ فرقی میان آنان نیست. اما جاهلان متعصب آن موجودات مبارک را از هم جدا می کنند و نزاع ویرانگر به راه می اندازند).

پس اگر آفتاب در ذره من طلوع کند و تو هم آفتاب شوی، نور مان یکی ست. اگر هزار شمع روشن شود، نورهای

شان یکی ست هر چند ممکن است پایه های آنها، شکل و صورت شان با هم فرق داشته باشد.

اگر به هشیاری حضورمان توجه کنیم، یکتا و یگانه ایم، اما اگر به من ذهنی و به باورهای سفت و سخت و جامدی که

چسبیده ایم توجه کنیم، بسیار متفاوت هستیم، نمی توانیم متحد شویم!

پس تنها راه، خروج از ذهن و وارد شدن به فضای یکتایی و عشق است.

\*

حال، مولانا پیشنهاد می کند:

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۶۸۳

صورت سرکش گدازان گن به رنج

تا ببینی زیر او وحدت چو گنج

صورت معنا ستیز را باید با آتش ریاضت ذوب کنی.



همینکه چند گانگی را محو کردی در زیر ویرانی های آن، گنجی به نام وحدت بیایی. (اهل سلوک، راه رهایی از صورت پرستی و تعصبات قشری و من و مایی را مبارزه با امیال و آرزوهای بی اساس دانسته اند). صورت سرکش من ذهنی، یعنی وضعیت ها و اتفاقات و فکرها، در سطح اند و زیر وضعیت ها و اتفاقات و فکرهای ما گنجی ست که همگی ما انسان ها در آن گنج مشترکیم. در سطح، هر کسی، هم هویت شدگی و باورهایی دارد که مثل کف و آشغال در سطح دریا پراکنده هستند اما گستره دریای ساکن و ثابت و عمیق، زیر آن پارازیت هاست. فرض کنید روی قسمت های کوچکی از دریا مقداری خاشاک جمع شده و روی دریا را پوشانده اند، اما زیر آنها دریا ساکن است. صورت آن سرکش و حرون، را به رنج گدازان کن. همین رنج هشیارانه ست. با رنج و درد هشیارانه باید هم هویت شدگی های مان را با اقلام این جهانی، ذوب کنیم، بیندازیم. پس، هنگامی که چیزی را از دست می دهی یا از شما می گیرند، داد و بیداد نمی کنی و به دردهای قبلی اضافه نمی کنی. هشیارانه درد می کشی و این هم هویت شدگی را می کنی.

یکی می میرد، مالی از دست می رود و شما می خواهید محزون شوید و واکنش نشان دهید! "نه". شما آرامش خودتان را حفظ کنید و این بند را بپرید، آزاد شوید. رنج دارد اما پشت آن آزادی ست. کندن هم هویت شدگی ها درد دارد اما این درد را بگذارید من ذهنی بکشد. شما می توانید در مقام ناظر بایستید: "من ذهنی، در اصل نباید درد بکشی، اما اگر شما می خواهی درد بکشی، برو بکش، خشمگین شو، بگو حیف است، من تماشا می کنم، حیف نیست، زیر این دردها، زیر این هم هویت شدگی ها، گنج وحدت و یکتایی و یگانگی ست!.

و تو نگدازی عنایتهای او

خود گدازد ای دلم مولای او

تو ای صورت پرست، اگر صورت های حق ستیز را ذوب نکنی، خداوندی که دلم غلام اوست، خود صورت های حق ستیز، دردها را ذوب خواهد کرد.

مولا در اینجا یعنی غلام. (مولا به معنی سرور هم هست).

ما یاد گرفتیم هشیارانه این صورت سرکش را که همین من ذهنی ست و روی گنج وحدت و یکتایی را گرفته، بگذاریم. صورت سرکش است، توقع دارد از فرم و شرایط و وضعیت این لحظه زندگی بگیرد. اما وضعیت این لحظه نمی تواند به او زندگی دهد، اصلاً "زندگی ندارد که به او دهد و هیچ موقع هم مطابق میل آن در نمی آید! کی وضعیت این لحظه مطابق میل ما بوده؟ اگر هم مطابق میل ما بوده، هیچی دریافت نکردیم. ما فکر کردیم که اتفاقاتی که منتظرشان هستیم، ما را شادی و امنیت و آرامش خواهند بخشید.

از همان ابتدا در انتظار بسر بردیم: دیپلم بگیریم، سرکار برویم، ازدواج کنیم، زندگی مان شروع می شود، بعد گفتیم: وقتی بچه دار شویم، زندگی مان شروع می شود، بچه دار هم شدیم زندگی مان شروع نشد، گرفتاری های مختلف پیش آمد. گفتیم: گرفتاری ها را رفع کنیم، زندگی مان شروع می شود، گرفتاری های مان هم رفع شد، خانه مان بزرگ شد، اما زندگی مان شروع نشد. پیر شدیم، نا توان شدیم باز هم زندگی شروع نشد!



در حالیکه باید می گذاختیم.

حال اگر داوطلبانه این صورت سرکش را نگذاریم، توجهات ایزدی، سرکشی ها را خواهد گدازاند. یعنی کاری خواهد کرد که با درد نوب شوند. پس:

دو راه وجود دارد یا شما داوطلبانه با زندگی همکاری می کنید و می گوئید:

- من تسلیم هستم، فهمیدم.

- ستیزه و درد ایجاد می کنید.

درد به شما فشار خواهد آورد و ناتوان تان خواهد کرد تا جایی که بفهمید باید تسلیم شوید. اگر تسلیم نشوید و به ستیزه ادامه دهید شاید در این مسیر از بین بروید چون ستیزه و مقاومت زیاد، بدن را فرسوده می کند و دچار امراض و گرفتاری های مختلف می کند، از پا در می آید.

او نماید هم به دلها خویش را

او بدوزد خرقة درویش را

آن خدا از روی لطف و حُبّ ازلی خود، هم خود را بر دل های روشن نشان می دهد و هم خرقة درویش را می دوزد. (خرقة، در اینجا کنایه از قلب است و دوختن کنایه از این است که جدایی و فراق قلب درویشان و محبان خود را به وصال مبدل می فرماید).

بالاخره خدا خودش را به شما نشان می دهد و خرقة درویش را می دوزد.

اگر شما هشیارانه و داوطلبانه به مطالب مولانا توجه کنید، زود درویش می شوید و خرقة حضور شما را می دوزد. یادمان باشد:

مقاومت در برابر اتفاقات و حوادث این لحظه، توجه به اتفاقات این جهان، من ذهنی را ایجاد، تقویت و بزرگ می کند. تسلیم و پذیرش من ذهنی را کوچک می کند. فکر نکنید که مقاومت در مقابل اتفاقات، علامت قدرت و توان و بزرگی ست، بعضی ها با هر چیزی سر ناسازگاری و مخالفت می گذارند و فکر می کنند که این سرکشی اعتبار و قدرت است! " نه ". اینطور نیست! موافقت کنید.

بپذیرید. بپذیرید. بپذیرید. بپذیرید. بپذیرید.

اینجا، مقاومت به معنی مخالفت است.

بچه ما می خواهد تعیین رشته کند مخالفت می کنیم، می خواهد ازدواج کند، دخالت می کنیم، می خواهد مستقل شود، ضدیت می کنیم، می خواهد حیوانی اهلی را در کنار خود بگیرد، مانع ایجاد می کنیم، در هر کار او دخالت می کنیم، ... اینها من ذهنی ما را تقویت و تثبیت و تشدید می کند.

ما باید از من ذهنی که پوسته ای موقتی بیش نبود، بیرون بیاییم و فضای پذیرش باشیم.

بالاخره خدا خود را به شما نشان می دهد. آیا می خواهید به زور خودش را به شما نشان دهد یا با خوشرویی و ملاطفت؟

" شما شناسایی می کنید و می فهمید که تحمل این دردها اضافی و بیهوده بوده و اصلاً نباید درد می کشیدید.



درد هشیارانه درد نیست، اگر هم هویت شدگی های ما، در سنین پایین کم بود، کندن از این هم هویت شدگی ها هم - دردتش کم بود، ولی آنقدر به هم هویت شدگی ها ادامه دادیم و درد روی هم انباشتیم، که الآن به سختی گرفتار شده ایم. اما همین آگاهی و شناسایی ها ما را آزاد می کند. متوجه گرفتار بودن مان در من ذهنی می شویم. متوجه ترس واهی و توهمی خود می شویم. هم هویت شدن و دل به آفل و ناپایا و از بین رونده سپردن، در ما باعث ایجاد ترس می شود. زیرا با آفلین یکی شده و با از بین رفتن آنها احساس می کنیم که خود نیز در حال از بین رفتن هستیم، ترس بر ما چیره می شود. اما وقتی آفلین و از بین رونده ها را رها می کنیم، متوجه می شویم که نوری پایدار در ما موجب تشخیص آفل و از بین رونده بوده. این نور پایدار، که بتدریج تبدیل به او می شویم، خداست، زندگی ست و من هستم. هر چه که فکرمان نشان می دهد، جسم است. از جنس هشیاری، خدا، نیست و شما نباید دائما "حول و حوش جسم بگردید. بیشتر مردم یا از جهنم می ترسند، یا به فکر بهشت هستند!

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۰۶

دوزخ و جنت همه اجزای اوست

هر چه اندیشی تو او بالای اوست

هر چه اندیشی پذیرای فناست

آنک در اندیشه ناید آن خداست

ما در ذهن مان دائما" به جهنم و بهشت می اندیشیم، اما باید بدانیم که اینها اقلام ذهنی هستند.

ما از جنس خدا هستیم، از جنس بهشت و جهنم و هر آنچه که ذهن مان به ما نشان می دهد و جسم هستند، نیستیم...

**او** بالاتر از آنچه ست که تو می توانی در باره اش اندیشه کنی!

هر چه که به اندیشه ات می رسد، حتما" فانی ست زیرا شما فقط جسم را می توانید ببینید. تنها ماهیتی که در حیطه فکر آدمیان در نمی آید، خداوند تعالی است.

پنج حس و ذهن ما، اجسام این جهانی را به ما معرفی می کنند، خدا به ذهن نمی آید. پس هر چه ما در ذهن بعنوان خدا، زندگی شناخته ایم غلط است.

مثلا"، به نظر شما حضور چیست؟

هر چه که در تصور شما حضور معرفی می شود، هر چه فکر کنید و هر چه که بگویید، حضور نیست!

حضور، تحول است. باید تبدیل شوید.

پس در مورد خدا، حضور، بخت، فکر نکنید، تبدیل شوید.

**تبدیل**، کوشش و مأموریتی اساسی ست که در آن هشیاری من دار جسمی به هشیاری بی من، به هشیاری خدایی، به بی چونی، مبدل می شود. اینکار مستلزم از دست دادن هویت های کاذب است. در ابتدا گفتیم:



هشیاری که ما هستیم، آمده، از خود تصویری ذهنی درست کرده و با آن تصویرِ ذهنی زندگی می کند. بیشتر مردم، در جهت افزودنِ اعتماد به نفسِ این تصویرِ ذهنی، تقلا و تلاش می کنند ولی منِ ذهنی در تمامیت و اساسش خلاف حقیقت و کذب و ناراستی ست، چه اعتماد بنفسی؟! اعتماد، از هشیاریِ پایداری که ضروری و زنده و خردمند و موثر و ذاتی ست می آید نه از یک تصویرِ ذهنی! اعتماد بنفسی که از تأیید مردم و بزرگنمایی کاذبِ خود و چسبیدن به مقولات فانی و از بین رونده ناشی شود، معتبر و مسئول و اطمینان بخش و موثق و قابل اتکا نیست! در اینوع اعتماد بنفس، من گدایِ تیتیرِ مفهومیِ آدمِ مهم بودن، هستم. دوست دارم مردم، بعنوان شخصیتِ مهمی مرا به حساب آورند و خود نیز بپذیریم که آدمِ مهمی هستم و از این طریق اعتماد بنفس ام بالا رود و اشباع شود تا مثلاً در ورود به مجلسی خجالت نکشم! "اتلافِ وقت است!"

بَرِ دَرِ این خانه گستاخی ز چیست

گَرِ همی دانند کاندَرِ خانه کیست؟

ابلهان تعظیم مسجد می کنند

در خرابی اهل دل جد می کنند

ما اگر می دانیم و فهمیده ایم که در خانه کیست، پس چرا اینقدر گستاخ هستیم!

ما دست از عقلِ منِ ذهنی بر نمی داریم و از پُر رویی تسلیم نمی شویم.

اگر حقیقتاً می دانیم که خدایی وجود دارد و ما از جنس او هستیم و می خواهد خود را از طریق ما بیان کند و امور

دنیوی سطحی و توهم بوده، پس؟ ... گستاخی ما از چیست؟

بنابراین نمی دانیم! ما منِ ذهنی و افکار و تجسم و مفاهیم آن را جدی گرفته ایم! برای شما چه؟

آیا خدا برای شما مفهومی بر اساس منِ ذهنی ست؟

یا، یک حقیقتِ زنده و رونده، در حالِ جریان و پویاست که خردش را همین همین لحظه حس می کنید؟

زنده بودنِ زندگی را حس می کنید و انرژی و خرد آن از شما جاری می شود و وضعیت های بیرونی تان را نمو و

سامان می دهد و عشق اش را از طریق شما در جهان پخش می کند، کدامیک؟

از گستاخی و ابلهی ست که خدا را مفهوم تلقی کنیم!

ابلهان تعظیم مسجد می کنند، آدم های احمق بنای مسجد و جسم را تعظیم و تکریم می کنند ولی صاحب دلان را، کسانی

که به حضور زنده اند، خدا در درون آنها زنده شده، یعنی آفتاب در زره اند و دریایی در قطره، زندگی در اندیشه و

کلام و با رفتارشان خود را ابراز می کند، سخت مورد اهانت و ستم قرار می دهند. (منظور از مسجد صورتِ ظاهری هر

عبادتگاهی ست با هر آیین و مسلکی و دل، نقطه ای ست که دایره وجود از او در حرکت آمد و کمال یافت، و سیر ازل و ابد در او به هم

پیوست و متجلی شد).

خدا، زندگی، در خاک، در جسم نیست. در درون تک تک ما، در زیر این صورتِ سرکش است.





ما من ذهنی داریم و با فکرمان دنبال موضوعی جسمی می گردیم، ابلهان تعظیم مسجد می کنند، تن ما هم مسجدی ست که در آن فکرهای مان را می پرستیم!، بجای اینکه هشیاری حضورمان را مراقبت کنیم، احترام و پاس داریم!

اما شما؟ بیشتر جسم تان را می پرستید یا هشیاری حضورتان؟  
اگر زنده به حضور بودید، در خرابی اهل دل، جدیت نمی کردید.

آن مجازست این حقیقت ای خران

نیست مسجد جز درون سروران

مسجدی کان اندرون اولیاست

سجده گاه جمله است آنجا خداست

ای آدم های احمق، هر عبادتگاهی جنبه مجازی و صوری دارد، در حالی که دل انسان کامل جنبه حقیقی دارد.

**مسجدی جز دل بزرگان معرفت و اصحاب حقیقت وجود ندارد.**

کسی که جسم را ستایش می کند، بت می پرستد.

خدا بصورت حقیقت زنده از شما جاری ست، خدا حقیقت این لحظه ست، این لحظه جاری ست ولی آنچه در ذهن تجسم کرده و می خواهید در آینده به آن برسید، مجاز است.

مسجدی که در باطن مردان الهی وجود دارد، سجده گاه همه مخلوقات است و دل آنان تجلی گاه حضرت حق است.

مسجد در درون سروران، یعنی کسانی ست که به حضور زنده اند و شما هم از آن جنس هستید. به شرط آنکه بیدار

شوید. شما هم می توانید از جنس اولیاء شوید. به هشیاری حضور زنده شوید و اگر به خودتان، به هشیاری زنده

شوید، به بخت تان زنده شده اید. آنجا مسجد و سجده گاه همه مخلوقات است.

پس ما به حضور درون خودمان و به حضور درون اولیاء، کسانی که به حضور زنده اند، احترام می گذاریم. فرم

معتبر است ولی قابل ستایش نیست. فرم از بین رفتنی ست.

چیزی که در ما از بین رفتنی نیست، همین هشیاری حضور است.

مولانا در همین سه بیت می گوید: انسانی که از تو دور است و تو را درک نکرده و در من ذهنی ست و نیز همه من

های ذهنی که با درد هم هویت اند، از خدا بی خبرند. آنها گرفتارند و غصه می خورند.

من که کم و بیش از تو آگاه شده ام و مشتاقانه می خواهم به تو برسم، صبر ندارم

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۹

حال او اینست کو خود زان سو است

چون بود بی تو کسی کان تو است؟

این مطلب را قبلاً توضیح داده، من فقط سه بیت آن را برایتان می خوانم می توانید تشریف ببرید این ابیات را از دفتر

سوم مثنوی مطالعه فرمایید.



" در جایی که حال کافران این باشد، پس حال کسی که به تو مشتاق است، یعنی اهل وصال و پیوند با توست چگونه خواهد بود؟"

کسی که از تو دور است و به تو آگاه نیست، آنطوری حالش خراب است، من که می دانم مال تو هستم، از جنس تو هستم، باید دور تو بگردم، حال مرا دریاب!

حق همی گوید که آری ای نزه  
لیک بشنو صبر آر و صبر به  
صبح نزدیکست خامش کم خروش  
من همی کوشم پی تو تو مکوش

حضرت حق به آن روحی که اهل وصال است امید می دهد:

ای روح پاک، آری، تو واقعا "عاشق منی، ولی از من خوب بشنو و شکبیا باش که شکیبایی بهتر است.

خدا می گوید: آری ای روح پاک، همه ما پاک هستیم. همه انسان ها از جنس هشیاری حضور هستند.

ولی چون به تصویر ذهنی شان نگاه می کنند و متکی اند و تصویر ذهنی شان به درد آلوده ست، از حضور فاصله گرفته اند. بمحض اینکه موانع زنده شدن به حضور را شناسایی کنیم و بگوییم:

" من این نیستم "، می توانیم همه ناخالصی های بازدارنده را بیندازیم. یا اندک اندک خود را از آن موانع سبک کنیم. خدا می گوید: ای پاک، بشنو، گوش کن، صبر کن، عجله نکن، عجله کار شیطان، عجله کار من ذهنی ست. برای چه عجله می کنی؟

**این یک تحول درونی ست!**

اشتیاق هم داریم که هر چه زودتر به حضور زنده شویم و روز به روز این زنده شدن به حضور عمیق تر شود اما دست ما نیست. همه صحبت بر سر این است که دست ما نیست. ما فقط می توانیم تسلیم شویم، پرهیز و صبر کنیم.

حال، وقتی صحبت از پرهیز می کنیم، بدانیم پرهیز از چه چیزی؟

پرهیز از ایجاد درد. پرهیز از هم هویت شدگی، پرهیز از غیبت، پرهیز از دل بستگی به وضعیت ها و پدیده های این جهانی، پرهیز از تغییر مردم، پرهیز از انتقاد و عیبجویی و عیب بینی و عیب گویی، پرهیز از امر و نهی، که مردم مخصوصا " بچه ها را به واکنش وا می دارد.

اگر پرهیز کنیم: صبح نزدیکست خامش کم خروش، سپیده دمان نزدیک است، خموش باش و کمتر فغان کن، زیرا من برای تو می کوشم و تو در تکاپو و التهاب مباش. صبح نزدیک است. صبح، فضای حضور است.

اما وقتی فکر من دار می کنی، از موضع و محدوده ذهن حرکت می کنی، شب است. خاموش باش!

وقتی لحظه را در بحث و جدل و ترمیم من خود، بزرگتر و بالا تر جلوه دادن خود، آراستن تصویر ذهنی خود در نظر دیگران، سپری کنیم، به جایی نمی رسیم.

کم کوش. کم فکر کن. کم واکنش نشان بده، یعنی اصلا " واکنش نشان نده. شب سپری شده و روز آمدنی ست و آفتاب درون تان می خواهد طلوع کند، آفتاب من، خدا، در زره می خواهد طلوع کند، صبر کن.



خاموش باش و اینقدر حرف نزن، بیشتر حرف زدن های ما، بخاطر توقعات جهان بیرون و مادی ست. همی کوشم پی تو تو مَکوش.

زیرا هر چه ما می کوشیم از موضع من ذهنی ست.

پس نکوش زیرا مانع ایجاد می کنی، از مسیر اصلی دور و جدا می شوی! می خواهی واقعا" بکوشی: همیشه با این لحظه آشتی باش.

قضیه آشتی با این لحظه، به زبان دویی ست و ممکن است غلط باشد، یعنی با خودت آشتی باش. زیرا غیر از تو هیچکس نیست. یادمان باشد که همیشه غیر از من هیچکس نیست. من با خودم آشتی می کنم، پس زندگی، خدا، می گوید: من دنبال تو می کوشم که تو را از این مخمصه بیرون بیاورم، تو دیگر مکوش.

### مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۸۵

آنچ می گوید درین اندیشه ام

آن هم از دستان آن نفسست هم

و آنچ می گوید غفورست و رحیم

نیست آن جز حیلۀ نفس لئیم

ای ز غم مرده که دست از نان تهیست

چون غفورست و رحیم این ترس چیست؟

اگر شخصی به یاوه مدعی شود که: ,, من نیز در اندیشه الهی فرو رفته ام ,,، همانا از حیلۀ ها و افسانه سرایی های نفس آماره ست.

شما در مقام ناظر، به وسوسه های من ذهنی گوش ندهید. اگر من ذهنی شما می گوید و یا شما بعنوان من ذهنی می گوید: ,, من در اندیشه حضورم، این یکی از هدف های مهم من است که به حضور زنده شوم یا خدا مرا به حضور برساند ,,، این صحبت ها حیلۀ های نفس است. بیان لفظی خدا غفور و رحیم است هم از حیلۀ های من ذهنی لئیم است.

ای کسی که از نان و نعیم دنیا دستت خالی است و از شدت اندوه جان به لبیت رسیده، اگر واقعا" ایمان داری که خداوند آمرزنده، بخشنده و مهربان است، پس چرا اینهمه می ترسی؟

اگر همانطور که من ذهنی می گوید، خدا غفور و رحیم است و بواسطی غفوری و رحیمی خدا در تو زنده ست و تو راست می گویی و به او معتقدی و شاد و آرام هستی، پس این ترس چیست؟

شما از خودتان بپرسید: اگر من واقعا" معتقدم که خدا بخشنده و مهربان و رحیم است، پس این ترس در من چیست؟

اگر ترس دارم، من ذهنی دارم، اگر من ذهنی دارم، خدا را بصورت مفهوم درآورده و با یک بُت صحبت می کنم. بُت را غفور و رحیم می دانم، من عملا" در این لحظه به آن بخشندگی و آن فراوانی پی نبرده و هنوز در ذهن هستم.

اشکالی هم ندارد، برای همین این مطالب را مطالعه می کنیم، شناسایی = آزادی ست.



وقتی به حیلۀ نفسِ لئیم پی می بریم، از آن آزاد می شویم. اگر از حیلۀ نفسِ لئیم آزاد شویم، چه می شود؟ دیگر من ذهنی با این لحظه نمی ستیزد.

### مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۶۲

همچو آینه شوی خامش و گویا تو اگر  
همه دل گردی و بر گفت زبان نستیزی

کار منِ ذهنی این است که با داده ها و گفتِ ذهن، با رویداد این لحظه بستیزد. هر چه ذهن اندیشه می کند، به زبان می آید. ما با ذهن و با گفتارِ ذهن خودمان می ستیزیم، اگر نستیزیم، آینه ای می شویم که از درون آن برکات می جوشد و بالا می آید. آینه خاموش و گویاست.

جلوی آینه بایست، با تو حرف می زند هر چند ناطق و گویا نیست. قیافه، چهره و لباس و ... را همانطور که هست منعکس می کند، همه را نشان می دهد.

شما هم وقتی جهان را تماشا می کنید و خردِ زندگی از درون شما می جوشد و بالا می آید ولی حرف نمی زنید، تبدیل به آینه زندگی شده اید.

آینه تصویر را همانطور که هست منعکس می کند اما قضاوت نمی کند، ستیزه نمی کند، ناسزا نمی گوید، ایراد نمی گیرد: ,, چرا کراوات کج است، چرا موهایت را شانۀ زده ای، چرا قدت دو متر نیست، من عکس تو را نشان نمی دهم ,, ... مقاومت نمی کند، با تو هم هویت نمی شود. از مقابل آینه کنار روید، شما را نشان نمی دهد و شما را نمی گیرد، دست از شما برمی دارد، نگه تان نمی دارد!

شما هم مثل آینه، خاموش و گویا بصورتِ باصطلاح مراقبه، به جهان نگاه می کنید، خردِ زندگی از درون به پیرامون تان می ریزد، در صورتیکه با این گفته ها ستیزه نکنید.

### منسوب به مولانا

دیده ای خواهی که باشد شه شناس

تا شناسد شاه را در هر لباس

شما در این لحظه، آن چشم، آن بصیرت و شناسایی را می خواهید، که با هر اتفاقی که رخ می دهد، نستیزید، بگویید: " این حادثه ای که رخ می دهد، کلاه خدا، قیافۀ خداست که من با چشمانم و با حس و قضاوت می بینم، ولی این لحظه خداست و من با او آشتی می کنم. چون اگر با این لحظه، با فرم این لحظه، با اتفاق این لحظه ستیزه کنم، با خدا ستیزه می کنم. حال هر لباسی که پوشیده باشد. بعضی از موقع ها لباس هایی می پوشد که ذهن من خوشش می آید، زیرا اتفاق به نفع من است، بعضی موقع ها اتفاق را بد تفسیر می کنم، ...

ولی با هر قیافه ای که خدا ظاهر شود، او را می شناسم.

می دانم که هر کاری که می کند، هر اتفاقی که این لحظه بیفتد، به نفع من است."

اگر با منِ ذهنی با اتفاق لحظه برخورد نکنیم، با آن ستیزه نکنیم و خود دنباله آن را خراب نکنیم، حتماً به نفع ماست و بهترین اتفاقی ست که برایمان رخ داده!



ممکن است بگویید: ,, اتفاقات به ضرر من تمام شد ,,!، می دانید چرا؟

برای اینکه ستیزه کرده، صبر نکردید و نگذاشتید که زندگی کار و طرح خود را پیش ببرد. مقاومت و قضاوت کردید، مثل آینه نبودید، به چیزی چسبیده و رها نکردید، شما که زندگی خود را خودتان خراب می کنید، چرا زندگی را ملامت می کنید؟

پس باید شناسایی کنیم که با اتفاق لحظه چگونه برخورد کنیم.

### عطار، منطق الطیر

مرد می باید که باشد شه شناس

گر ببیند شاه را در صد لباس

انسان باید خدا شناس باشد، شاه را، خدا را که به صد لباس ظاهر می شود، بشناسد و تشخیص دهد. همه این لباس ها قشنگ اند ولی ذهن بر اساس سود و زیان فوری خود، آنها را قضاوت و تفسیر می کند. بعضی را قشنگ و بعضی را ناپسند می بیند!

تسلیم به این معنی ست که هر اتفاقی را، بدون قید و شرط قبل از اینکه من ذهنی قضاوت کند، بد و خوب کند، خرابکاری کند، بپذیرید، اما بعد از پذیرش رویداد لحظه، اگر بخواهید می توانید وضعیت را عوض کنید.

مثلاً، شما صد دلار پول دارید، ولی نمی خواهید که تا آخر عمر صد دلار داشته باشید، پس وضعیت فعلی را که دوست ندارید، پس از تسلیم به این رویداد این لحظه، می توانید این وضعیت اذیت کننده را عوض کنید.

به شرطی آنکه در اثر تضادها و مقاومت های من ذهنی از وضعیت موجود، ناراحت نباشید. گاهی من ذهنی ما در اثر قضاوت و عیب جویی و عیب بینی و عیب گویی و چسبیدن به توهم و آفل ها اوضاع را نابسامان کرده!

سهم خود را در خراب کردن اوضاع و موقعیت موجود ببینیم. توجه کنیم که در خراب کردن اوضاع چقدر سهم داشته ایم؟! توهمات را که بجای واقعیت قرار داده ایم تشخیص دهیم.

**حاضر و ناظر، روی خود و روی شرایط موجود، برای عوض کردن اوضاع کار و تلاش کنیم.**

فرض کنید، زن و شوهری روابط خانوادگی شان بهم خورده و از هم رنجیده و در حال جدایی هستند، این مقوله ای نیست که ما بتوانیم در مورد آن قضاوت کنیم یا اشخاص نا متخصص در رابطه با آن اظهار نظر کنند:

,, بله جدا شوید، نه جدا نشوید ,,...

ایشان، همدیگر را کنترل کرده اند از کنترل و ترس درد ایجاد شده و دردها را کوبیده و تبدیل به کینه کرده اند، الآن به نقطه ای رسیده اند که هر کدام باید سهم خود را در بهم ریختن این اوضاع ببینند و بدانند که من ذهنی دارند، من ذهنی هم هویت شدگی و درد دارد.

اگر هر کدام روی خودشان کار کنند و من ذهنی خود را شناسایی کنند و با هم همکاری کنند و از درون هر یک خرد و انرژی سازنده به وضعیت بریزد، ممکن است نفر مقابل عوض شود و اوضاع تغییر کند!

ولی اگر با یک کلام قضاوت و دخالت کنیم و بگوییم: ,, اینطور کنید، آنطور کنید ,, مسئله بغرنج تر می شود.



زندگی را که طی بیست سال زخم برداشته، آرام آرام بوسیله عشق، می توان مرهم نهاد و ترمیم کرد. همانطور که امروز مولانا به ما آموخت: چو عشاق نو آموز، دور یار بگردیم. ما هر دو اشتباه کرده ایم، درد در کاسه ای ریخته ایم و کاسه پُر شده. باید منصف باشیم، از آموزش های مولانا الهام بگیریم.

\*

به غزلِ مان برگشتیم، پیغامِ غزل مشخص شده:

بسی تخم بگشتیم بر این شوری بگشتیم

بر آن حَب که نگنجید در انبار بگردیم

ما با من مان در شوره زارِ بیهودگی، بادامِ پوکِ زیادی کاشته ایم. وقتی می خواستیم با منِ ذهنی، بچه مان را تربیت کنیم، از موضع عشق حرکت نکردیم، پُز دادیم، نمراتش را به رُخ مردم کشیدیم، امر و نهی کردیم، ,, اینکار را بکن، آن کار را نکن. دکتر شو و من را بزرگ کن ,,.

هردانه که کاشتیم، با منِ ذهنی و برای بزرگ کردنِ منِ خودمان بود!.

در دوست یابی دنبال کسی می گردیم که نام و نان داشته باشد که بتوانیم خود را به او بچسبانیم و از این نزدی شدن، هویتِ هر چند کمی هم که شده کسب کنیم و بگوییم: ,, فلانی دوستِ ماست ,,.

دوستانِ ما، بچه و همسر و فرزندان، مایملکِ منِ ذهنی هستند، آنها را تبدیل به تصویرِ ذهنی کرده و به خود افزوده ایم. منِ ذهنی هر حرفی که می زند، برای معرفی و بیشتر کردن و بهتر جلوه دادن خود است و این تخم در شوره زارِ بیهودگی کاشتن و بی اثر است.

شما تجربه کرده و دیدید که نمی توانید نتیجه بگیرید!.

خوشا به حالِ کسی که در پانزده، بیست سالگی این مطالب را متوجه شود و در زندگی اش بکار بَرَد. البته شناسایی = آزادی، برای هیچ سنی دیر نیست.

دورِ آن دانه ای که در انبار نمی گنجد، بگردید! بر آن حَب که نگنجید در انبار بگردیم، کدام دانه؟

آن دانه ای که از جنسِ جسم نیست، از جنسِ حضور است، از جنسِ خداست.

تا بحال ما فکر و دانه های جسمی کاشته ایم، هیچیک نروید، فکر می کردیم گل می کاریم، خار روید!.

به کسی کمک کردیم، بعداً "دشمنِ مان شد، تعجب کردیم، چرا؟!.

برای اینکه با منِ ذهنی مان کارِ خیر و کمک کردیم. نهایتاً از درونِ آن آبروریزی و درد درآمد.

بزرگ نشده، کوچک هم شدیم!.

ولی اگر حولِ آن یار می گشتیم و خود را به او می سپردیم و انگیزه عشقی داشتیم، منِ ذهنی را کنار و از خرد و عشقِ او استفاده می کردیم، این بلاها سرمان نمی آمد!.

هر آن روی که پشت است به آخر همه زشت است

بر آن یارِ نکوروی وفادار بگردیم



هر کسی که هشیاری جسمی دارد و به جهان نگاه می کند، به خدا، به زندگی پشت کرده.

شما توجه کنید که چگونه ما به این لحظه که خداست، پشت می کنیم و می گریزیم؟!.

هر نگاهی که به گذشته پر درد و به آینده ای نا معلوم دوخته شده، در عبث و بیهوده کاری بسر می برد، زیرا گذشته پُر درد و ناراحت کننده ست و وجود هم ندارد، آینده هم توهمی بیش نیست، پس، تنها راه نجاتی که پشت و زشت و واژگونه نیست، در همین لحظه کنونی ست.

شما اگر متقاعد شده باشید که:

نجات در آینده ست، نجات در آینده ست، نجات در آینده ست، نجات در آینده ست، ... و مدام این توهم را ادامه دهید، بادام پوک می کارید!.

منِ ذهنی، مربوط به گذشته و پشت است، با مقوله های از بین رفتنی هم هویت شده، از پدیده های این جهانی که از بین رفتنی هستند، زندگی می خواهد و به همین دلیل می ترسد.

اگر دائم و تا آخر این بازی را ادامه دهد زشت خواهد بود، روی این دنیا بعد از مدتی کهنه می شود.

در حالیکه یاری هست که در مقابل همه پدیده های از بین رفتنی، آفل نیست و نکو روی وفادار است.

شما برای چه چیزی در این جهان، حرص می زدید و می گفتید که اگر در این مورد موفق شوم و به دستم برسد خوشبخت می شوم و بعد از رسیدن به آن خوشبخت نشده و نسبت به آن بی تفاوت شده اید؟!.

چه چیزی کهنه نشده، از بین نرفته و شما را خسته نکرده؟ در هم هویت شدگی با چه چیزی درد و رنج نکشیده و خسته و ناراحت نشده اید؟

خیلی از آدم ها عاشق قیافه خوشگل یا هیکل قشنگ شان هستند، البته زیبا بودن و هیکل مناسب داشتن خوب است، ولی هم هویت شدن با آنها خوب نیست، زیرا از آفلین اند، به مرور از بین می روند و زشت خواهند شد.

آیا درست است که ما دائم از پدیده های آفل زندگی بخواهیم و آنها پشت شان را به ما نشان دهند و با رنجیدن و یأس روی ما هم زشت و تلخ شود؟!.

چرا به سمت آن هشیاری نکو روی، که به این جهان نگاه می کند، برنگردیم؟!.

البته شما با منِ ذهنی (به) **آنطرف** (نگاه نکنید، تجسم نکنید.

به جای آن، هم هویت شدگی ها و چسبیدن به آفلین را ببندازید، او خود را نشان می دهد.

**خودت (آنطرف هستی)!** آن یارِ نکوروی وفادار هم اصلِ توست.

دنبال او بگردیم!.

چو از خویش برنجیم زبون شش و پنجم

یکی جانب خُمخانه خُمار بگردیم

می توانیم برنجیم را به دو صورت بخوانیم:

چو از خویش به رنجیم، یا چو از خویش برنجیم.

ما از خودمان می رنجیم.



وقتی از جنس هشیاری جسمی هستیم و خودمان را جسم می بینیم و جسم هم ناقص است، دائم از خودمان می رنجیم. چون وضعیت های این لحظه، من ذهنی ناقص ما را کامل نمی کند، ناراضی هستیم، و دائم می رنجیم یا به رنجیم، در سُخره و زبون شش جهت و پنج حس هستیم. یعنی نمی توانیم از جهان محدودیت بیرون بیاییم. با پنج حس مان جهان را می بینیم، می شنویم، بو می کنیم، لمس می کنیم، می چشیم و به ذهن می بریم و قضاوت می کنیم، حس نقص می کنیم و از حس نقص خود می رنجیم.

،، چرا اینطورم؟ چرا زندگی شخصی ام سامان ندارد؟ با اینکه همسر و فرزند و خانه و مقام و حساب بانکی معتبر دارم، اما همیشه در نقص ام ،،!؟.

" نمی دانیم که عدم رضایت ما بعثت دوری از یار است ". در رابطه با آن یار هم مولانا گفت:

اگر بخواهیم همین الان می توانیم وابستگی به جذب های این جهان را بیندازیم و به اوزنده شویم!. وقتی می گوید: بیایید بیایید به **گزار** بگردیم، یعنی بیایید که وقت آن رسیده!. چهار بُعد ما مراحل کمی خود را پشت سر گذاشته و به کیفیت نوینی رسیده.

هر انسانی که به ده سالگی می رسد، به مرحله بلوغ رسیده و قادر است، جهان را رها کند و به من واقعی اش زنده شود.

ولی اگر خود را ناقص ببینیم و از خود برنجیم و برای رفع نقص توهمی خود به جهان مادی بچسبیم و آن را رها نکنیم، درون ذهن رفته، زبون و پست و تحت تسلط پنج حس و شش جهت جهان مادی قرار می گیریم. جهان مادی و جهت ها و حس هایی که خود محدود و محتاج و ناپایدار و منقرض شوند ه اند و نمی توانند حس کمال و بی نقصی ما را تأمین کنند!.

چون احساس می کنیم که نمی توانیم کامل شویم، بیشتر از خود می رنجیم و به موضع تدافعی می اُفتیم و این حس نقص را بر دیگران انعکاس می دهیم، به سمت دیگران پرتاب می کنیم و در نتیجه برای خود و دیگری درد ایجاد می کنیم! در حالیکه قبلا" به ما گفت:

" کامل جان آمده ای دست به اُستاد نده ".

جان ما و هشیاری ای که هستیم، کامل است، مملو از آرامش و شادی و خرد است و لازم نیست که از جهان بیرون توقع و انتظار کامل کردن خود را داشته باشیم، جهان بیرونی که نمی تواند ما را تکمیل و به کمال برساند در نتیجه این سرخوردگی، از خود برنجیم:

،، من بی عرضه هستم، من بدبختم، مردم چقدر خوشبختند! ،،.

" اینطور نیست ". شما بطور قطع و یقین بدانید که بیشتر خانواده ها من ذهنی دارند و در گرفتاری بسر می برند. شما آن خانه های بزرگ و مجلل را نگاه نکنید، درون آنها پُر از گرفتاری و دعواست، خوشبختی نیست. از خود نرنجید.





اتفاقاً" رنجش از دیگران هم بعلتِ رنجش از خود است.

احساسِ نقص می کنم و از خودم می رنجم، پیش شما آمده و می گویم:

،، فلان چیز را به من بده تا نقص ام از بین برود ،،.

غافل از اینکه ناقص بودنِ مرا بخشش های جهانِ مادی رفع نمی کند، ناقص بودنِ من بعلتِ ستیزه من با رویدادِ این لحظه ست، تسلیم نمی شوم، صبر و پرهیز نمی کنم، اجازه نمی دهم شادی و خرد زندگی از اعماقِ وجودم بجوشد و بالا بیاید و این قضیه تا آخر ادامه دارد.

ما از دستِ نفسِ سرکشِ مان، که با رویدادِ این لحظه ستیزه می کند، از خود به رنجیم یا از خود می رنجیم. این لحظه ممکن است یک آدم باشد، ممکن است همسر باشد، ممکن است بچه باشد، ممکن است یک دوست باشد، فرم این لحظه یکی از این موارد است. من اگر با اینها ستیزه می کنم، پس در آشتی نیستم.

از یکی یا از چند فرمِ این لحظه، چیزی می خواهم که به من نمی دهند، در نتیجه خواهم رنجید.

حال، چرا **فضایی** نباشم که همه را در خود جا دهم، چرا خوشرو نباشم؟!.

وقتی زندگی و آرامش از اعماقِ وجودم می جوشد و بالا می آید و در من مرتعش می شود، شادم می کند، می توانم این شادی را به دیگران هم بدهم، اینجا فراوانی ست.

یکی جانبِ خُمخانه خُمار بگردیم.

بیا برویم آنجایی که خُم ها را گذاشته اند. خُمار یعنی می فروش، خدا خُم ها را گذاشته. این خُم ها سرشار از خرد و شعور و عشق و عصاره زندگی اند.

چرا آنها را از بیرون طلب می کنید که در نتیجه آن برنجید!.

چرا می گویند: ،، من بی عرضه بودم که نتوانستم از بیرون زندگی بگیرم، مردم توانستند و من نتوانستم؟!.

" اصلاً" در بیرون زندگی نیست، آنهایی که زندگی را از بیرون طلب کرده اند، خبط کرده اند، شما نمی دانید! "

بیا دورِ خُمخانه خُمار که منبع فراوانی و خرد و شادی ست بگرد. جالب اینجاست که **خُمخانه خُمار** در زیرِ فکرهای **شماست!**

چون می رنجی و ستیزه می کنی، از آن خُمخانه، بی اطلاع هستی!.

در این غم چو نزاریم در آن دام شکاریم

دگر کار نداریم در این کار بگردیم

اگر در غمِ ذهنی، نزار و لاغر و بیمار شویم، شکارِ دامِ منِ ذهنی هستیم.

ولی شما می توانید عکس آن را انجام دهید و بگویید:

" من غمِ عشقِ معشوق، غم و آرزوی رسیدن به زندگی حقیقی را دارم، غمِ این جهان را ندارم، جز او را دنبال کردن و شکارِ او شدن، کار دیگری ندارم، پس، در دامِ او شکارم "

آیا **دگر کار نداریم در این کار بگردیم**، به این معنی ست که کار نکنیم، مسئولیت نپذیریم؟.

" نه "



دورِ خدا که بگردید، دائم در این جهان کار و تلاش می کنید، فکر جدید خلق می کنید، نوآوری می کنید، انرژی و برکتِ تان به این جهان می ریزد و شکارِ او می شوید.

هر کس که این خرد و خلاقیت را در جهانِ مادی بکار نمی برد، به این معنی ست که پرگارِ او (خلاقیتش)، طرح و دایره رسم نمی کند، نوکِ شاخه ثابتِ پرگارش را روی مرکز زندگی نگذاشته و در نتیجه، در جهان مادی دایره های میزان و زیبا و در هارمونی، رسم نمی کند.

**همه حواسِ شما این باشد که دورِ یار بگردید!**

با دو هشیاری، دورِ یار می گردید و دایره رسم می کنید. هشیاری حضور، دورِ یار می گردد و در بیرون هم طرح و دایره می کشد. کار دیگری نداریم. مگر خود مولانا، کار نکرده؟.

اصلاً "این خلاقیت و این انرژی باید به کارمان بریزد. کسی که کار نمی کند، تنبل است، نباید ادعای مطالعه و پیگیری های عرفانی را داشته باشد، عرفان به معنای تنبلی و کاهلی و بی مسئولیتی نیست!

هم هویت نشدن با پدیده های این جهانی به این معنی نیست که چیزهای این جهانی را نداشته باشید! چرا شما خانه بزرگ نداشته باشید و ماشین مرسدس بنز سوار نشوید؟ چرا در منطقه خوب زندگی نکنید؟ آیا داشتن امکانات رفاهی مغایر با عرفان است؟

اگر شما با استفاده از استعدادتان، مورد مفید و با ارزشی که در خدمت مردم دنیا باشد، خلق و تولید کنید و با صادر کردن آن میلیارد شوید، بد است؟! یا اینکه در خانه دست روی دست گذاشته و بنشینید و حتی امرار معاش خود را به دیگری تحمیل کنید!؟

" نه ". شما پایه ثابتِ پرگار را روی مرکز زندگی قرار می دهید و با خرد زندگی در جهان بیرون شکل های تان را رسم می کنید. ولی حواسِ تان باشد، چون من ذهنی تمایل دارد که حواس پرت کند، ممکن است با دایره ای که در بیرون کشیده اید، هم هویت شوید! بمحض اینکه بگویید:

,, من دایره کیش خوبی هستم و مرکز دایره را پیدا کرده ام و بهتر از بقیه دایره را رسم می کنم ,, آن استعداد و برکت، قطع می شود، گرفتاری پیش می آید و از دایره بیرون می آفتی!. بقول حافظ:

نقطه عشق نمودم به تو هان سهو مکن  
ور نه چون بنگری از دایره بیرون باشی.

پس هیچ موقع به منِ ذهنی امان نمی دهیم که با هر چه خلق و ابداع و ایجاد می کنیم، هم هویت شود و من درست کند. می دانیم که اگر من درست کنیم، این انرژی و خرد قطع می شود و دیگر نمی توانیم دورِ یار بگردیم! بنابراین، به کار بیرون و آنچه که خلق می کنیم آنقدر توجه نمی کنیم، تا وصالی که صورت گرفته از بین نرود. پس همیشه می گوئیم: " دگر کار نداریم "

چو ما بی سر و پاییم چو نرات هوا  
بر آن نادره خورشید قمروار بگردیم



عاشق بی سرو پاست. تابع عقل من ذهنی نیست، سر و پا ندارد و از جهان بریده.  
 سر و پا از من ذهنی ست. منم منم می کند، عقل دارد، پا دارد، سر بلند می کند، قدرت دارد و می تواند سر و ته  
 کارها را به هم آورد، اما عاشق اینطور نیست.  
 کسی که با زندگی یکی شده، می داند که سر رشته کارها در دست زندگی ست، نه من ذهنی.  
 بنابراین عاشق، بی سر و پا، مثل ذرات هواست.  
 مانند ذرات ستون نوری که خورشید روشن و رقصان شان کرده.  
 اما شما ذره نیستید، ماه شب چهارده آید که نور خورشید زندگی را می گیرید و بر این جهان منعکس می کنید. ولی این  
 خورشیدی هم که شما دور آن می گردید، نادره ست. خورشید کمیابی ست، فقط یکی ست، نظیرش نیست.  
 بر آن نادره خورشید قمر وار بگردیم.  
 ماه شب چهارده از خود نور ندارد، نوری را که از خورشید می گیرد، بر زمین منعکس می کند و آن را روشن می  
 سازد.

نسبت به من ذهنی، بی سر و پا و مثل ذرات هوا باشیم، تا قمر وار بتوانیم این نور را منعکس کنیم.

چو دولاب چه گردیم پر از ناله و آفغان

چو اندیشه بی شکوت و گفتار بگردیم

اگر چرخ دولاب (چرخ چاه) را که در قدیم بوسیله آن از چاه ها آب بالا می کشیدند، دیده باشید (شاید امروزه هنوز در  
 روستاها وجود داشته باشد)، حول محوری می چرخید و معمولاً با اصطحاکاک زیادی همراه بود و سرو صدای زیادی  
 می کرد و این احوال من ذهنی ست.

من ذهنی از چاه مادی و حول محور مادی می خواهد امکاناتی بالا بکشد، اما آب این چاه (قدیم هم که آب از چاه بالا می  
 کشیدند، در مقایسه با آب گوارای چشمه یا آب دریا، آب صافی نبود و بعضی از مواقع گل آلود بود و مجبور بودند آن را بنوشند) اغلب،  
 گل آلود است.

یعنی ما با داد و بیداد و رنجش و شکوه از چاه مردم (مقدار کمی هم که شده) درخواست آب تأیید می کنیم:  
 ,, بگو من آدم خوب و خیر و نیکوکاری هستم، آدم دانشمندی هستم، با عرضه و سری بین سرها هستم، مورد احترام  
 هستم، ... ,, " آیا درست است که مثل چرخ چاه، پُر از ناله و فغان بگردیم؟! "

هر چه بیشتر ناله و فغان و شکوه کنیم، ناله و اندوه و دردمان مان بیشتر می شود. چرا؟

برای اینکه از جنس ناله و فغان می شویم و ناله و اندوه و فغان بیشتری را جذب می کنیم.

اگر شکایت کنیم و خشمگین باشیم و نفرین کنیم و پشت سر مردم حرف بزنیم و ناسزاگویی کنیم، گرفتارتر خواهیم  
 شد، اندیشه ای که شکایت می کند و به گفتار می آید متعلق به منی ذهنی ست. درک این موضوع ساده ست.

ولی اگر از جنس هشیاری بی شکوت و گفتار باشیم، اندیشه ای که منبع خرد و مملو از شادی ست، عین حضور است.  
 شما حداقل این موضوع را متوجه شوید که اگر ناله کنید، اگر شکایت کنید، اگر خشمگین باشید، اگر نفرین کنید، اگر  
 فحش دهید و یا پشت سر مردم حرف بزنید، گرفتارتر خواهید شد. درک این موضوع پیچیده نیست!.



مثل چرخ و چاه می خواهید از این جهان مادی چیزی بکشید که پُر از آلودگی و گل است، آب شفاف و زلال نیست. آب زلال، از درون شما می جوشد و آن، آب حیاتی ست که خرد و عشق و لطافت را همراه دارد. **حول او بگردید.**

\*

اجازه بدهید در اینجا خدا را شکر کنیم از فرصتی که نصیب مان شد و توانستیم با پانصد برنامه گنج حضور در خدمت شما باشیم و آنها را از طریق ماهواره و تلویزیون، تلفون و وب سایت و اینترنت و تعدادی (Box) دیگر از امکانات، پخش کنیم.

از اعضای گنج حضور که با حمایت مالی و ابراز علاقه شان به این برنامه که بر اساس آموزش های مولانا تهیه می شود، ما را پشتیبانی می کنند قدردانی می کنم.

این برنامه در تضعیف من ذهنی و تشویق مردم در زنده شدن به حضور و شادی زندگی و آرامش و صلح و سلامتی و تسلط بر نفس و تعادل و آسودگی خاطر، موثر است و نقش بسزایی دارد.

تعداد زیادی از مردم از طریق تلفن و ایمیل و ... اطلاع می دهند که این برنامه برایشان مفید و راهگشاست و در حل مسائل بگرنج زندگی روزمره شان از آن استفاده می کنند. باعث خوشحالی ست. از شما هم که زنگ می زنید و پیام های معنوی می دهید، قدردانی می کنم.

