

عطار، دیوان اشعار، غزل شماره ۳۸

چون به اصل اصل در پیوسته بی‌تو جان توست  
پس تویی بی‌تو که از تو آن تویی پنهان توست  
این تویی جزوی به نفس و آن تویی کلی به دل  
لیک تو نه این نه آنی بلکه هر دو آن توست  
تو درین و تو در آن تو کی رسی هرگز به تو  
زانکه اصل تو برون از نفس توست و جان توست  
بود تو اینجا حجاب افتاد و نابودت حجاب  
بود و نابودت چه خواهی کرد چون نقصان توست  
چون ز نابود و ز بود خویش بگذشتی تمام  
می‌دانم تا به جز تو کیست کو سلطان توست  
هر چه هست و بود و خواهد بود هر سه ذره است  
ذره را منگر چو خورشید است کو پیشان توست  
تو مبین و تو مدان، گر دید و دانش بایدت  
کانچه تو بینی و تو دانی همه زندان توست  
بی سر و پا گر برون آیی ازین میدان چو گو  
تا ابد گر هست گویی در خم چوگان توست  
عین عینت چون به غیب الغیب در پوشیده‌اند  
پس یقین می‌دان که عینت غیب جاویدان توست  
صدر غیب‌الغیب را سلطان جاویدان تویی  
جز تو گر چیزی است در هر دو جهان دوران توست  
هم ز جسم و جان تو خاست این جهان و آن جهان  
هم بهشت و دوزخ از کفر تو و ایمان توست  
هم خداوندت سرشت و هم ملایک سجده کرد  
پس تویی معشوق خاص و چرخ سرگردان توست  
ای عجب تو کور خویش و ذره ذره در دو کون  
با هزاران دیده دایم تا ابد حیران توست  
بر دل عطار روشن گشت همچون آفتاب  
کاسمان نیلگون فیروزه‌ای از کان توست

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۰۴

قوم دیگر سخت پنهان می‌روند  
شهرهٔ خلقان ظاهر کی شوند؟  
این همه دارند و چشم هیچ کس  
بر نیفتد بر کیشان یک نفس  
هم کرامتشان هم ایشان در حرم  
نامشان را نشنوند ابدال هم

### مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۳۰

دوزخ آشامان جنت بخش روز رستخیز  
حاکمند و نی دعا دانند و نه نفرین کنند  
از لطافت کوه‌ها را در هوا رقصان کنند  
وز حلاوت بحر‌ها را چون شکر شیرین کنند  
جسم‌ها را جان کنند و جان جاویدان کنند  
سنگ‌ها را کان لعل و کفرها را دین کنند

### مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۷۸

بشنو اکنون قصه‌ٔ آن ره‌روان  
که ندارند اعتراضی در جهان  
ز اولیا اهل دعا خود دیگرند  
که همی‌دوزند و گاهی می‌درند  
قوم دیگر می‌شناسم ز اولیا  
که دهانشان بسته باشد از دعا  
از رضا که هست رام آن کرام  
جستن دفع قضاشان شد حرام  
در قضا ذوقی همی‌بینند خاص  
کفرشان آید طلب کردن خلاص  
حسن ظنی بر دل ایشان گشود  
که نپوشند از غمی جامه‌ٔ کبود

### مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۹۷۹

در طلب زن دایما تو هر دو دست  
که طلب در راه نیکو رهبرست  
لنگ و لوک و خفته‌شکل و بی‌ادب  
سوی او می‌غیژ و او را می‌طلب  
گه بگفت و گه بخاموشی و گه  
بوی کردن گیر هر سو بوی شه

### مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۷۵۶

لیک بعضی رو سوی دُم کرده‌اند  
گرچه سر اصلست سر گم کرده‌اند  
لیک آن سر پیش این ضالان گم  
می‌دهد داد سری از راه دُم  
آن ز سر می‌یابد آن داد این ز دُم  
قوم دیگر پا و سر کردند گم  
چونک گم شد جمله جمله یافتند  
از کم آمد سوی کل بشتافتند

هوش را بگذار وانگه هوشدار  
گوش را بر بند وانگه گوشدار  
نه نگویم زانک خامی تو هنوز  
در بهاری تو ندیدستی تموز  
این جهان همچون درختست ای کرام  
ما برو چون میوه‌های نیم‌خام  
سخت گیرد خامها مر شاخ را  
زانک در خامی نشاید کاخ را  
چون بیخت و گشت شیرین لبگزان  
سست گیرد شاخها را بعد از آن  
چون از آن اقبال شیرین شد دهان  
سرد شد بر آدمی مُلک جهان  
سخت‌گیری و تعصب خامی است  
تا جنینی کار خون‌آشامی است  
چیز دیگر ماند اما گفتنش  
با تو روخُ الْقُدُس گوید بی مَنَش  
نه تو گویی هم بگوش خویشتن  
نه من ونه غیرمن ای هم تو من  
همچو آن وقتی که خواب اندر روی  
تو ز پیش خود به پیش خود شوی  
بشنوی از خویش و پنداری فلان  
با تو اندر خواب گفتست آن نهان  
تو یکی تو نیستی ای خوش رفیق  
بلک گردونی و دریای عمیق  
آن تو زفتت که آن نهصدتوست  
قلزمست و غرقه گاه صد توست  
خود چه جای حد بیداریست و خواب  
دم مزن وَاللّهِ اَعْلَمُ بِالصُّوَابِ  
دم مزن تا بشنوی از دم زنان  
آنچ نامد در زبان و در بیان  
دم مزن تا بشنوی زان آفتاب  
آنچ نامد در کتاب و در خطاب  
دم مزن تا دم زند بهر تو روح  
آشنا بگذار در کشتی نوح  
همچو کنعان کشنا می‌کرد او  
که نخواهم کشتی نوح عدو  
هی بیا در کشتی بابا نشین  
تا نگردي غرق طوفان ای مهین  
گفت نه من آشنا آموختم  
من بجز شمع تو شمع افروختم  
هین مکن کین موج طوفان بلاست  
دست و پا و آشنا امروز لاست  
باد قهرست و بلای شمع کُش

جز که شمع حق نمی‌پاید خمش  
گفت نه رفتم برآن کوه بلند  
عاصمست آن کُهِ مرا از هر گزند  
هین مکن که کوه کاهست این زمان  
جز حبیب خویش را ندهد امان  
گفت من کی پند تو بشنوده‌ام؟  
که طمع کردی که من زین دوده‌ام  
خوش نیامد گفت تو هرگز مرا  
من بری‌ام از تو در هر دو سرا  
هین مکن بابا که روز ناز نیست  
مر خدا را خویشی وانباز نیست  
تا کنون کردی واین دم نازکیست  
اندرین درگاه گیرا ناز کیست؟  
لَمْ يَلِدْ لَمْ يُوَلِّدْست او از قِدم  
نه پدر دارد نه فرزند و نه عم  
ناز فرزندان کجا خواهد کشید؟  
ناز بابایان کجا خواهد شنید؟  
نیستم مولود پیرا کم بناز  
نیستم والد جوانا کم گراز  
نیستم شوهر نیم من شهوتی  
ناز را بگذار اینجا ای ستی  
جز خضوع و بندگی و اضطرار  
اندرین حضرت ندارد اعتبار  
گفت بابا سالها این گفته‌ای  
باز می‌گویی بجهل آشفته‌ای  
چند ازینها گفته‌ای با هرکسی  
تا جواب سرد بشنودی بسی  
این دم سرد تو در گوشم نرفت  
خاصه اکنون که شدم دانا و زفت  
گفت بابا چه زیان دارد اگر  
بشنوی یکبار تو پند پدر؟  
همچنین می‌گفت او پند لطیف  
همچنان می‌گفت او دفع عنیف  
نه پدر از نُصح کنعان سیر شد  
نه دمی در گوش آن اذبیر شد  
اندرین گفتن بدند و موج تیز  
بر سر کنعان زد وشد ریز ریز

چون به اصل در پیوسته بی تو جان توست

پس تویی بی تو که از آن تویی پنهان توست

اصل اصل بودن و هوشیاری و خداست. بدون این تصویر ذهنی که تو فکر می‌کنی آن هستی که همه چیز را با عینک آن می بینی بدون توجه به آن و آن چیزهایی که می‌بینند؛ جان تو، اصل تو هوشیاری است و به اصل اصل وصل هستی .

اصل اصل یعنی منشاء همه‌ی چیزها، حالا، همین مطلب سبب رفع ترس و نگرانی شما می‌شود.

برای اینکه **من ذهنی** می‌دانید؛ **در اثر هم هویت شدگی با مفاهیم جهان بیرون و جدایی** تشکیل شده است . بارها گفته- ایم و بد نیست باز تکرار کنیم که اولش ما به صورت هوشیاری به این جهان می‌آییم و هنگامی که سنمان خیلی پایین است اسمی برما می‌گذارند ، آن اسم یک مفهوم است، یک کلمه است، آن مفهوم یک قلم ذهنی است، از جنس ذهن است و از جنس فکر است .

برای اولین دفعه مفهوم را روی هوشیاری تحمیل می‌کنند و بعد از آن هنگامی که به ما نگاه می‌کنند اسم ما را می-گویند و ما اسممان را که یک مفهوم است با خودمان که هوشیاری هستیم و از جنس خدایت هستیم و به اصل اصل پیوسته هستیم یکی می‌گیریم و یواش یواش خودمان را به صورت هوشیاری در مفهومی که بعداً بوجود می‌آوریم به نام، تصویر ذهنی یا من‌ذهنی گم می‌کنیم .

پس اول با اسم ما شروع می‌شود و اسم ما یک مفهوم است یک فکر است و بعداً فکرهای دیگری که به ما مربوط است ساخته می‌شود در ذهنمان و به آن با یک ارتباط نامرعی وصل می‌شود و مجموعه‌ی همه‌ی این چیزها با هم یک تصویر ذهنی بوجود می‌آورد که اسمش من ذهنی است و همه فکر می‌کنند آن هستند.

برای اینکه اولین بار ما چشمانمان را باز می‌کنیم در ذهن، در فکر و آن را می‌بینیم .

اینجا می‌گوید بی تو؛ یعنی همین تو، **توی ذهنی**

آیا این توی ذهنی یا من ذهنی لازم است؟ امروز خواهیم دید، بله لازم است ، ما باید به صورت هوشیاری توی ذهن برویم و چیزی ببافیم و اون چیز در واقع پوسته‌ی روانشناختی ماست است و مثل یک لباس می‌ماند منتها از فکر ساخته شده است.

حتی امروز هم در مثنوی خواهیم خواند که ما در این هم هویت-  
شدگی،

**هم هویت شدگی یعنی: چسبیدن به چیزهایی که در ذهنمان  
تجسم می کنیم و به صورت هوشیاری جذب شدن به آنها و آنها  
را عین خود کردن و این ، سبب بی نهایت کوچک شدن می شود.**

برای اینکه و امروز خواهیم دید که ما در اصل بی نهایت  
هستیم و به صورت عجیب و غریبی هوشیاری از بی نهایت به  
درون چیز کوچکی می رود و بعد در آنجا مثل میوه می رسد و  
بعد از آنجا خودش خودش را می زایاند و دوباره بی نهایت  
می شود ولی این هوشیاری که رفته الان تو ذهن یک جوری است  
و وقتی که می رسد و زاییده می شود هوشیارانه و روی خوش  
قائم می شود یه جور دیگری است. الان که زاییده می شود ،  
رسیده و از خودش آگاه است.

امروز عطار و مولانا می گویند و ما خواهیم دید که منظور  
ما از آمدن به این جهان ، زنده شدن به این توی دوم است  
که در بیت اول مصرع دوم اشاره می کند.

**پس تویی بی تو، که از تو آن تویی پنهان توست.**

الان که مردم همه فکر می کنند همین تصویر ذهنی هستند،  
همین من ذهنی هستند ، اینطوری معنی کنیم که بی تو  
هستند. **بدون توی اون بی نهایت هستند برای اینکه فقط  
تصویر ذهنی هستند.**

شما به خودتان نگاه کنید و ببینید هنوز تصویر ذهنی  
هستید اگر تصویر ذهنی هستید پس تو هستید بدون اون توی  
اساسی و بی نهایت عمق ، پس توی بی تو که از تو، یعنی توی  
من ذهنی، اون تویی، اون هوشیاری بی نهایت اون تویی  
اصلی، پنهان توست؛ نمی بینی و نمی دانی.

شما بارها خاصیت توی حضور و توی ذهنی را با هم مقایسه  
کرده اید، برای یادآوری مجدداً گفته می شود. **توی من ذهنی**  
: از هم هویت شدگی با مفاهیم و جدایی از خدا ، زندگی و  
دیگران بوجود آمده و خودش را می خواهد مشخص کند، واکنش  
نشان می دهد، زندگی کردن را با واکنش می سنجد، رفتارهای  
پیش ساخته دارد، الگوهای ذهنی دارد که با آنها هم هویت  
است. چشمش به جهان بیرون است و جهان بیرون را به صورت  
مفاهیم می بیند ، از آن مفاهیم زندگی می خواهد، هویت می-  
خواهد ، خوشبختی می خواهد.

و حواسش نیست که یک تویی دیگری وجود دارد که بی نهایت عمق دارد ، که این تویی فضا دار است . ذاتش از آرامش است، اگر به حرکت بیافتد به صوت شادی در ذرات وجود ما مرتعش می شود، فضاگشاست، بی نهایت چیز درش جا می شود، اصلاً خود من ذهنی در توی آن قرار گرفته است.

اتفاقات در توی آن می افتد و همیشه نسبت به این لحظه زنده است، در این لحظه زنده است، از جنس این لحظه است ، در این لحظه عمقش خیلی زیاد است، بی نهایت است از جنس خدا است و به ابدیت زنده است، یعنی حس مردن نمی کند، برای اینکه زندگی را دست اول حس می کند .

این یکی مفهوم است، مفهوم یک چیز پلاستیکی است. می گوید زندگی، ولی نمی داند زندگی چیست، اون یکی به زندگی زنده است، لازم نیست شاهد بیاورد که من زنده ام . این یکی می گوید که خوب وقتی اتفاقات خوب می افتد به من یک خوشی دست می دهد و من زنده می شوم و این زندگی اش است یا وقتی واکنش نشان می دهم ، من زنده می شوم . واکنش را زندگی می داند. بر اساس نقصان ساخته شده است این توی من ذهنی، وقتی می گوید توی بی تو، یعنی توی من ذهنی بدون اون توی اصلی.

البته عطار یک جوری شعر گفته است که می توانستیم بگوییم توی حقیقی بی تو، ولی من ترجیح دادم که اینطوری معنی کنم .

از اتفاق این لحظه، می دانید من ذهنی ( این تویی که از توی اصلی خبر ندارد زندگی می خواهد)، همیشه سرخورده است، همینطور که دیده اید حس نقصان ما را ول نمی کند، بیشتر مردم من ذهنی دارند و با آن نگاه می کنند و با عینک مفاهیم ذهنی به جهان نگاه می کنند.

ترس مهم ترین هیجانش است، محال است که یک نفر تویی بدون آن توی اصلی داشته باشد و ترس نداشته باشد، استرس نداشته باشد، حس جدایی نکند ، حس گم شدگی در این جهان نکند، حس گنجی نکند، اینها خصوصیات این من ذهنی است. نگران نباشد، تعصب نسبت به گذشته نداشته باشد، اضطراب نسبت به آینده نداشته باشد. مقاومت نسبت به اتفاقات نداشته باشد، اصلاً با مقاومت درست می شود این تویی بی تو،

اما شما الان از گفته‌ی عطار نگرانی‌تان برطرف میشود چرا که می‌گویید جان تو، اصل تو هوشیاری است و به اصل اصل وصل است.

اگر شما الان بدانید با این همه گرفتاری‌هایی که من ذهنی‌تان بوجود آورده، هنوز به اصل اصل وصل هستید، این شما را کمی آسوده‌تر نمی‌کند که نگرانی‌تان از بین برود؟

شما می‌گویید، من که به اصل اصل وصل هستم، حالا این اتفاقات و پیش‌آمدها و دید من ذهنی من ساخته شده‌ی توهمات من است. اصل من به زندگی وصل است. این شما را آسوده‌تر نمی‌کند؟ و می‌دانید که **زندگی اداره‌ی امور شما را بدست دارد** و این من ذهنی با این جور دیدهای غلط مزاحم است، حالا کار ما چی است؟ کار ما شناسایی این تویی بی تو است این من ذهنی است؛ بلکه چون شناسایی مساوی آزادی است، با این شناسایی از شرش راحت بشویم.

یکی ممکن است بپرسد، آقا اگر این شر دارد اصلاً برای چه زندگی این را ساخته است؟

لازمه، ما باید در این جهان جدایی را یاد بگیریم. هوشیاری این تو می‌پزد، یک عامل مثل رحم مادر می‌ماند. شما ممکن است بپرسید آقا، رحم مادر به چه درد می‌خورد. به هر دردی که شما می‌بینید می‌خورد؛ بچه می‌آید و آنجا ساخته می‌شود. این هوشیاری هم که می‌خواهد روی پای خودش قائم شود، در آنجا ساخته می‌شود ولی یک مدتی دارد و مادام‌العمر نمی‌توانیم آنجا بمانیم. همانطوری که حاملگی یک خانم یک مدت خاصی دارد.

خوب دوباره تکرار کنم که این توی بی تو یا من ذهنی به چیزهای فناپذیر چسبیده است و چون آنها دارند از بین می‌روند، می‌ترسد. شما اینها را که می‌شنوید شناسایی می‌کنید. شناسایی می‌کنید که من به چه چیزهایی چسبیده ام؟ می‌نویسید، ارزش دارد بنویسید. برای اینکه می‌خواهید من ذهنی‌تان را شناسایی کنید. اگر من ذهنی‌تان را شناسایی نکنید، آزاد نمی‌شوید.

آیا توضیح یک همچنین غزلی از عطار در یک برنامه‌ی تلویزیونی لازم است؟ البته که لازم است، شما به تجربه - هر سنی که دارید- دریافته‌اید، اگر هم سنتان پایین است به پدر، مادر و دوستانتان و به فامیلتان نگاه کنید و

ببینید که آیا اینها که این همه زحمت کشیدند، مدرسه رفتند، دانشگاه رفتند، سرکار رفتند، ازدواج کردند، آیا حس خوشبختی می‌کنند؟ اگر درست دقت کنید خواهید دید که اکثراً نه، اکثراً توی زندگی مانده‌اند. چرا؟ برای اینکه از آن چهارتا بعدی که ما داریم بعد معنوی‌شان را که همین تویی پنهان است را پیدا نکردند، اصلاً مهم نیست. برای اینکه جامعه به ما یاد می‌دهد آدم باید از نظر مادی روی پای خود بایستد و البته این هم درست است؛ ولی توی مدرسه، چه دبستان و چه دبیرستان و چه دانشگاه یک نفر نمی‌گوید بعد معنوی تان چطور؟! شما اصلاً توجه به بعد معنوی‌تان دارید؟ از دانشگاه که می‌آیید بیرون، برو سرکار، پول دربیاور، اصل کار پول است، نه که بد باشد پس بعد معنوی چه؟!!

ما حس خوشبختی نمی‌توانیم بکنیم، خوشحال نخواهیم شد، با مردم، با اهل خانواده نمی‌توانیم رابطه خوب و حداقل انعطاف‌پذیر، چیزی که دلخوشی باصطلاح توش باشد برقرار کنیم؛ چون به من ذهنی مان قوام بخشیده ایم، بعد مادی ما پیشرفت می‌کند و بعد معنوی ما هیچ.

پس ما لازم می‌دانیم این چیزها را بخوانیم و بهانه نگیریم که مگر ما دانشجوی ادبیات هستیم و یا مثلاً اینجا کلاس ادبیات است که شما شعر عطار می‌خوانید. نه چاره ای نداریم و این برنامه کمک می‌کند بدین دلیل که کسی که روزی 8 الی 9 ساعت به سرکار میرود و می‌آید، دیگه وقت ندارد که بنشینند و کتاب مولانا و عطار بخوانند. مخصوصاً موقعی که باید بخوانند، بین سنین بیست تا چهل سالگی دیگر باید بخوانند. دیگه وقتی که آدم در زناشویی دعواهایش را کرده و طلاق گرفته و اوقات تلخی بوجود آورده و رابطه اش با همسرش و بچه‌هاش به هم خورده و یک مقدار گیج و ناامید شده، اونموقع هم خیلی دیر نشده ولی موقعش زمانی است که ما شدید هم کار می‌کنیم. پس اگر یک ذره توجه کنیم می‌بینیم که بعد معنوی ما را این برنامه بوسیله ی عرفایی که ازشون مطلب می‌خوانیم بازم می‌کند. تقویت می‌کند و شما این را لازم دارید.

هر کسی که سنش به اندازه ی من است، این را می‌داند، به طور قطع و یقین و هرکسی که جوان است، بیست سالش است فعلاً قبول کند که اگر این بعد معنوی را روشن نکند محال

است که خوشبخت شود ، اگر پول تمام عالم را هم داشته باشد و با خوشگل ترین و بهترین طرف مقابل هم ازدواج کند باز هم به جایی نمی رسد.

### این تویی جزوی به نفس و آن تویی کلی به دل لیک تونه این و نه آنی بلکه هر دو آن توست

یک تویی داریم که می‌گوید جزوی است. این تویی جزوی همین « من ذهنی» است. همین من ذهنی که از مفاهیم درست شده و یک بافت فکری است. هزاران ساعت هم توضیح بدسیم درباره‌ی این من ذهنی بازهم کمه! بازهم چون من ذهنی هستیم نمی-فهمیم.

حالا توضیح می‌دهیم: پس این تویی جزوی ، کوچک، که خودش را هم بزرگ می‌داند ، به نفس است و آن تویی کلی به دل است. حالا یه کسی که نفس دارد، یه کسی که من ذهنی دارد، فکر می‌کند تویی کلی هم با فکر ساخته شده است. نه تویی کلی از فکر ساخته نشده است.

شما تویی کلی را که الان با گوشتان می‌شنوید، تجسم نکنید که این یک چیز بزرگی است؛ باید تبدیل بشویم، باید این تویی جزوی که هوشیاری‌اش جسمی است، این هوشیاری جسمی تبدیل به یک نوع هوشیاری دیگری شود که بی‌فرم است ، یک هوشیاری ای که هوشیاری باصطلاح روی خودش قائم شده است. هوشیاری از خودش آگاه شده است.

در بیت بعدی داریم که می‌گوید: تو در این و تو در آن ، تو کی رسی هرگز به تو.

پس ما هوشیاری هستیم در اصل، هوشیاری الان به جهان نگاه می‌کند ، ما می‌خواهیم بگوییم که هوشیاری می‌تواند برگردد و به زندگی نگاه کند. هوشیاری می‌تواند روی خودش قائم شود. هفته‌ی گذشته گفتیم شبیه از خواب بیدار شدن است، ما وقتی از خواب بیدار می‌شویم ، بیدار می‌شویم ، به چیزی بیدار نمی‌شویم .

پس ما بوسیله‌ی فکر تجسم نمی‌کنیم؛ که آن هوشیاری کلی یا تویی کلی به دل اگر زنده بشویم، دل ما بی‌نهایت می‌شود. این دل مرکز ما، همون فضایی می‌شود که بی‌نهایت است فعلاً زیر فکرها مون است، به محض اینکه ما از فکرها پایین بیایم و آن فضا را باز کنیم؛ یک دفعه متوجه می‌شویم که

این فضا لایتناهی است و تمام فرم ما را هم دربرگرفته است . وقتی به اون تبدیل بشویم متوجه می شویم که ما جسم هم داریم . بلکه ما حتی ممکن است خشممان را هم ببینیم ، وضعیت‌هایمان را هم ببینیم .

متوجه می شویم که گذشته و آینده یک چیز توهمی در ذهن است، ما فکر داریم برای همین می‌گوید که : تو، ما فرض می‌کنیم که ما متوجه می شویم یک من ذهنی داریم که این تویی جزوی است و یک تویی دیگه داریم که کلی است اما ما اگر به آن فضای لایتناهی هم زنده شویم ، هنوز جسم داریم ، هنوز فکر داریم. با فکر و جسم کار داریم ، بنابراین می بینید که عطار می‌گوید که نه اینی و نه آنی.

برای اینکه من ذهنی آدم را به اشتباه می‌اندازد. برای اینکه یا می‌رود من ذهنی می‌شود و می‌گوید همه‌ی زندگی این است و یا اصلاً تمام من ذهنی را این‌دفعه اگر بخواهد زایل کند می‌گوید که من اصلاً جسم ندارم. من تماماً تبدیل به هوشیاری شدم، خدا شدم. همچنین چیزی نیست، پس ما هم جسم داریم و هم جان داریم. هم حضور داریم .

حضور به صورت عمق بی‌نهایت در این لحظه ، عمق بی‌نهایت معادل فضای لایتناهی هم هست که در بیت آخر عطار می‌گوید. می‌گوید این فضای بیرونی، آسمان، روشن شد به من، مثل آفتاب. که آسمان چه خاصیتی دارد؟ آسمان فضاگشاست، یک کره‌ای متولد می‌شود جا باز می‌کند، کش می‌آید. ما چه خاصیتی داریم؟ ما هم فضاگشا هستیم. می‌گوید که آسمان که در بیرون است، یک فیروزه ، یک جواهر از کان توی انسان است، از معدن توی انسان است.

امروز عطار ما را به ما توضیح می‌دهد. بعضی قسمت‌هایش را ممکن است درک کنیم، بعضی قسمت‌هایش را ممکن است قبول نکنیم. اشکالی ندارد؛ اگر نتوانیم بپذیریم بوسیله‌ی ذهنمان .

آسمان بیرون، فضای لایتناهی است که همه‌چیز را دربرگرفته است. این اجرام سماوی ، کهکشانها در چی قرار گرفته اند؟ در خلاء ، در فضای خالی، این فضا خاصیت فضاگشایی دارد، کش می‌آید. در درون ما هم چنین فضایی است. تازه می‌گوید این فضا یک جواهر کوچک از معدن توست و فیروزه‌ای از کان توست.

پس ما علی‌الاصول چنان فضاگشایی داریم، مایی که می‌رویم توی من ذهنی، اینقدر سخت‌گیر می‌شویم، اینقدر سفت می‌گیریم دنیا را که اجازه نمی‌دهیم چیزها اونطوری که باید باشند، باشند. یا اونطوری که هستند باشند. اینقدر سخت‌گیری می‌کنیم. ما یک فضاگشا هستیم، اینقدر فضاگشا که این فضاگشایی آسمان یک تکه‌ی کوچکی از ماست.

پس متوجه شدیم یک تویی جزوی داریم، این تویی جزوی نفس ماست. فعلاً، ما اون تو گیر هستیم (بعضی از ما، ممکنه شما آزاد شده باشید، بیشتر مردم). یک تویی کلی داریم که دل ماست. بوسیله‌ی من ذهنی نمی‌توانیم جسم اش کنیم. باید بهش زنده بشویم. اما می‌دانیم در ذهن، به این تله نمی‌افتیم که ذهن به ما بگوید: من الآن دیگر من ندارم، نفس ندارم، نه می‌دانیم که می‌توانیم به حضور زنده شویم، ولی هنوز یک مقدار نفس داشته باشیم.

ولی اگر واقعاً با عمق زیاد به حضور زنده شویم، ذهن ما منیت را به طور کامل از دست می‌دهد و ذهن ما بدنمان را و چیزهای این جهانی را بدون منیت ما نشان می‌دهد. آیا این کار سخت است؟ بله زمان می‌برد، تمرین می‌خواهد. لزومی دارد؟ بستگی به میل شماست. امکان دارد؟ بله. ولی اینکه ما واقعاً یکمقدار زیادی به حضور زنده شویم فعلاً و ذهنمان را ببینیم که چه بازی‌هایی در می‌آورد و خشممان را ببینیم و استرسمان را ببینیم و اجازه بدهیم این حضور زندگی ما را اداره کند. این یک چیز عملی و به هر حال همه‌ی مردم بهش نیازمندند و ما لازم داریم.

اینکه شما تا کجا می‌خواهید این حضور را عمیق کنید و من تان را کوچک کنید. ولی یه موقعی می‌شود که شما به حضور زنده می‌شوید و با چشم حضور به جهان و به من تان نگاه می‌کنید. آن موقع دیگر من تان نمی‌تواند بازی در بیاورد. برای اینکه شما زنده شده اید به حضور. و با این تمرینات حتماً زنده خواهید شد.

### **تو در این و تو در آن تو کی رسی هرگز به تو زانکه اصل تو برون از نفس توست و جان توست**

می‌توانیم بگوییم تو در این و تو در آن، یعنی تو در این نفس و آن من کلی ولی اگر اینطوری بگوییم، یعنی بوسیله‌ی ذهن آن من کلی را مجسم می‌کنید.

درست شبیه اینکه بگوییم که ما به عنوان هوشیاری توی ذهن گاهی تو این چیز هستیم ، گاهی تمرکزمان روی اون یکی چیز است. از این برمی‌داریم و می‌گذاریم روی اون یکی چیز.

حالا دو تا اصلی هاش رو در نظر بگیر ، یکی‌ش من ذهنی است؛ اما من ذهنی گاهی یک دلی منعکس می‌کند که این دل واقعی نیست. هر کسی به حضور زنده شود متوجه می‌شود که نیازهای مادی هم دارد ، جسم هم دارد، این ذهن با گذشته و آینده کار می‌کند ولی تو ذهن لازم نیست من باشد. لازم نیست ما واکنش‌نشان بدهیم، لازم نیست ما مقاومت کنیم در مقابل اتفاقات.

اتفاقاً وقتی ما به حضور زنده می‌شویم امروز خواهیم خواند، می‌فهمیم اتفاقی که در این لحظه می‌افتد بهترین اتفاقی است که می‌تواند برای ما بیفتد، هر اتفاقی که می‌افتد در جهت کم کردن من ذهنی و زیاد کردن حضور است. و آوردن عشق به این جهان، هر اتفاقی که برای شما می‌افتد. منتها من ذهنی اینها را نمی‌داند که، بنابراین در مقابل اتفاقات مقاومت نشان می‌دهد.

شما وقتی به حضور زنده شوید متوجه می‌شوید که اون قسمتی از من شما که در ذهن باقی مانده است ، می‌خواهد به چیزهای فانی بچسبد. می‌خواهد به اتفاقات بچسبد، می‌خواهد برنجد، می‌خواهد خشمگین شود. کینه اش را می‌خواهد ادامه دهد ولی شما عاقل‌تر از آن هستید. شما الان دارید تماشا می‌کنید. شما الان بهش می‌گویید نه، الان مغلوب او نیستید دیگر، او مغلوب شماست، ضعیف شده و شما قوی شده‌اید.

حالا اگر شما به عنوان هوشیاری دائماً در این چیز و اون چیز باشید. حالا به جهان نگاه می‌کنید، این لحظه هوشیاری جسمی دارید و یاد هم گرفتید که اگر به این چیز و به اون چیز نگاه کنید باهاش هم هویت شوید ، نمی‌دانید به طور مراقبه‌ای هم می‌شد نگاه کرد. می‌شود به چیزها نگاه کرد و از کنارشان رد شد، قضاوت نکرد. دانش قضاوتی این جهان را بعضی‌ها انداخته‌اند. لازم نیست قضاوت کنند.

بارها گفته ایم چرا قضاوت می‌کنیم؟! برای اینکه من ذهنی ذاتش به نقصان است و حس نقص می‌کند و یک چیزی کم است و دائماً نگاه می‌کند که این دور و برها ممکن است چیزی باشه

که به ما اضافه شود و این نقص ما را کم کند. در حالی که این نقص به این ترتیب رفع نمی‌شود. پایین خواهیم دید. این نقص هنگامی رفع می‌شود که ما برویم و به آن تویی برسیم .

می‌گوید تو کی رسی هرگز به تو، تو در این و تو در آن، یعنی توی هوشیاری که به جهان نگاه می‌کنی کی می‌روی و به زندگی می‌رسی، فقط باید به خودت برسی، به کس دیگر لازم نیست برسی. یعنی باید بگوییم الآن من هوشیاری هستم که باید متوجه بشوم هوشیاری هستم.

من کی می‌رسم به خودم. اینطوری بگوییم. اینطوری هم می‌توانیم بگوییم که یک زندگی و یک هوشیاری است که آمده به این جهان و دارد یواش یواش بیدار می‌شود و عقب می‌کشد و روی خودش قائم می‌شود و اون شما هستید. دو تا چیز نیست. درست است که می‌گوید تو کی رسی هرگز به تو؛ یعنی هیچ-وقت نمی‌رسی. اگر قرار باشد اینطوری که ما انجام داده‌ایم تا حالا، یعنی تو نفس مانده‌ایم و در نفس یک من داریم و فکر کردیم این من هستیم. این من دارد می‌رود به سوی یک خدای توهمی که خودش ساخته و تو نفس دارد حرکت می‌کند. کی ما می‌رسیم؟ هیچ موقع، هیچ موقع نمی‌رسیم. این کار غلط است و برای همین می‌گوید زانکه اصل تو برون از نفس توست و اصل ما بیرون از نفس است.

ما الآن چون هم هویت شدیم توی نفس گیرافتاده‌ایم. آیا بعضی‌ها می‌ترسند بروند از نفس بیرون؛ می‌گویند: آقا ما نفسمان را ضعیف کنیم؛ ما اینجا به چیزهایی علاقه‌مند شدیم مثل سکس و غذا و گردش و نکند میل ما کم بشود؛ یک چیزی از دست بدهیم. نه نه شما نترس، بلکه اون هوشیاری و اون حضور اینها را بلنس می‌کند، متعادل می‌کند و شما می‌توانید بیشتر لذت ببرید اما درش من نیست، درش حرص نیست، چسبیدن نیست. اگر بچسبی به همون چیزی که دلت می‌خواهد، لذت هم نمی‌توانی ببری، برای اینکه ترس نمی‌گذارد. ترس از دست دادن.

بارها گفته‌ایم این را: اصل ما برون از ذهن - ذهن من دار - است، که اسمش نفس است و جان ماست. جان اصلی ماست، نه جان حیوانی ما.

حتی می‌توانستیم اینطوری معنی کنیم که اگر هوشیاری می‌گیریم و متوجه ایم که اصل ما هوشیاری هست . زان که اصل تو بیرون از نفس توست و جان توست و این جان را جان حیوانی حساب کنیم . اما اینطوری نمی‌خوانم من . همونطوری که قبلاً خواندیم .

فرض کنید که جان، در اینجا جان به معنای همان هوشیاری نشسته است و اصل ما ، اصل ما بیرون از این ذهن است و وقتی بیرون از این آمد، روی خودش قائم است، زندگی زنده به خودش است و اون جان ماست، جان زنده‌ی ماست. این جانی است که هیچ موقع نمی‌میرد و این جانی است که متوجه می‌شود که هم ذهن دارد و هم جان دارد و هم نیازهای مادی دارد؛ ولی به اصل اصل وصل است. حالا هوشیارانه وصل به اصل اصل است.

### **بود تو اینجا حجاب افتاد و نابودت حجاب بود و نابودت چه خواهی کرد چون نقصان توست**

بود تو، هر چیزی ست که ما داریم و باهاش هم هویت شده ایم . **در این من ذهنی** یک سری اقلام هست که بود ماست یعنی اینها را داریم، مثل بدن ما و خصوصیت های بدن ما، خوشگل است، بلند است یا زشت است؛ **هر جور که شما می‌بینید .**

پول است ، سواد است و هرچیزی که ما داریم و باهاش هم- هویت هستیم و می‌گوییم که اینها ما هستیم . یک سری چیزها هم هست که نابود است؛ اونها چیزهایی است که ما بدست نیاورده ایم، از دست داده ایم، حتی این بود و نابود می‌تواند وجود و عدم وجود را نشان دهد. **یعنی وجود ما در این جهان به عنوان من ذهنی و مردن ما ، پس از اینکه مردیم به این جسم ،** اگر اینطوری بگیریم باید ما متوجه بشویم که در این زمان زندگی که ما در این جهان هستیم باید هوشیارانه به زندگی زنده شویم . اگر نشویم شما انتظار نداشته باشید که ؛ بعضی ها می‌گویند وقتی مردیم خوب می‌رویم اونجا یه جوری به زندگی زنده می‌شویم، به حضور می‌رسیم . نه کارگاه اینجاست. **کارگاه اینجاست** و حالا شما فعلاً به این جهان نگاه می‌کنید و متوجه می‌شوید که یک سری بودها دارید و یکسری نابودها و هر دو **پرده** است.

در واقع هر کسی که از جهان بیرون خوشبختی می‌خواهد و حتی خوشحالی می‌خواهد ؛ دو جور آدم می‌تواند ناخوشحال شود،

یکی آن چیزی که می خواهد بدست آورد و باهاش هم هویت شود و یکی آنکه بدست نیاورد و با نبودنش هم هویت بشود ، برنجد ، نبودنش که واضح است ، نیست که ، پس فکر می کنیم نقصان است؛ بودنش هم که به ما زندگی نمی دهد باز هم نقصان است!

نقصان به این معنی هست که این بافت ذهنی بر اساس بود و نبوده ها درست شده که ما باهاش هم هویت هستیم . و یک سری مجموعش ، برآیندش نارضایتی است چرا؟ هر چی که هست و نیست به ما رضایت نمی دهد. اصلاً ذات من ذهنی حس نقص است.

شما به خودتان نگاه کنید؛ ولو اینکه هزاران دلار پول دارید ، خونه دارید و هر چیزی که دلتون می خواستید دارید ، می بینید که حس نقص می کنید. یعنی یک چیزی کم است؛ حس کمبود، چه چیزی کم است، هی آدم فکر می کند چه چیزی کم است آخر؟!

بعضی ها ندارند می گویند خیلی خوب نداریم دیگر کم است! هر دو در توهم اند. اونی که دارد و اونی که ندارد. چون انسان یک جور است.

شما به همه ی انسانها نگاه کنید؛ من ذهنی دارم. اگر از من ذهنی به صورت هوشیاری زاییده شده باشند هوشیاری هستند. هیچ فرق نمی کند هوشیاری از جنس حضور است و من ذهنی هم از جنس من ذهنی است، فقط اقلامی که هم هویت شده نسبت به فرهنگهای مختلف و ممالک مختلف فرق می کند.

در این کشور ، در این شهر ، یک چیزهایی ارزش حساب می شود ، من با اونها هم هویتام و در یک جای دیگر ، یک چیزهای دیگر . ولی مکانیسم هم هویت شدگی و جدایی و اینکه من ذهنی از فکر درست شده است ؛ همه جا یکی است. پس انسان یک نفر بیشتر نیست. این یک نفر دائماً حس کمبود می کند و این حس کمبود دست بردار نیست.

باور نمی کنید، شما بروید و یک آدم ثروتمند پیدا کنید که شما ندارید و اون دارد، بگویید آقا شما ماشاءالله که همه چیز دارید ، پس خیلی خوشبختید.

می گوید نه نیستم. پس تو چه مشکلی داری؟ نمی دانم یک چیزی کم است!

آیا اینکه یک چیزی کم است، چیز خوبی است یا چیز بدی است؟ نه نه چیز خوب نه چیز بد است. ابزار زندگی است . این حس نقص به شما می‌گوید که این جایی که تو هستی ، جای تو نیست. اینطوری که تو زندگی می‌کنی . این تویی ذهنی است. اینجا جای تو نیست، باید زود حرکت کنی و از این ذهن بری بیرون و روی خدایت خودت قائم بشوی. این را می‌گوید و این حس نقصان و کمبود از ما دستبردار نیست.

شما برسید و تحقیق کنید. مهم است این را بدانید و باور کنید . برای اینکه از شما الآن پرسند می‌گویید که خیلی خوب، من که چیزی ندارم، نه خونه دارم . حالا خیلی ها می‌گویند نه همسر دارم، نه بچه دارم ، نه خونه دارم، نه مدرک دارم، خوب معلوم است که من آدم بدبختی هستم. نه به اونها نیست که می‌خواهی بدست بیاوری.

خوشبختی به اونها نیست. شما اگر می‌دانستید که از چه جنسی هستی، روی پای خدایت خودت قائم می‌شدی ، از ذهن خودت را می‌زائوندی ، می‌دیدي که این خوشبختی و شادی و آرامش در ذات شماست و از درون به بیرون است!

من ذهنی می‌گویم از بیرون به درون است! من چیزها را بدست بیاورم و اونها به من خوشبختی بدهند، تا من خوشبخت بشوم .

حتی موفقیت هم همینطور. این لحظه اگر شما حاضرید و انرژی حضور و خرد زندگی از شما رد می‌شود و عشق از شما عبور می‌کند و می‌ریزد به این جهان. شما موفقید. این لحظه . پس موفقیت هم چیز لحظه ای است. اینطوری نیست که نگاه کنید این آقا یا این خانم موفق است. من ذهنی می‌گویم خوب اینهمه چیز دارند ، معلوم است که اینها موفقند. وصل می‌کند موفقیت را به چیزهای این جهانی.

ببینیم چه می‌گوید : می‌گوید بود و نابودت نقصان توست. باور کنید.

### چون ز نابود و ز بود خویش بگذشتی تمام می ندانم تا به جز تو کیست کو سلطان توست

اگر شما بتوانید با این حرفهای عطار از بود و نابودت که باهاش هم‌هویت هستی ؛ ما از نابودمان رنجش داریم، خشمگین هستیم، گیرمان نیامده است؛ گیر یکی دیگر آمده است. اون

رفته و خوشبخت شده و موفق شده است ، من نشدم. حالا این چیزهایی که گیرت آمده است چه؟ اینها هم کم است!

اینطوری نیست. هویتت رو بکن از بود و نابودت. اگر تمام اینها را بیاندازی؛ یعنی تمام هم هویتشدگی را از اجسام بیرونی و از دردها و از دردها ، از دردها، دردها خیلی مشکل است؛ بیاندازی . می‌گوید که تو که دیگر نمی‌مانی . به جز تو چه کسی می‌ماند؟ می‌گوید نمی‌دانم؛ اسمی روی آن ندارم . این اصل توست . اصل تو هم خداست . می‌دانم تا به جز تو کیست کو سلطان توست.

همین سلطان توست. اگر شما اینها را بیاندازی و به صفر برسی ، هیچ نباشی . چه کسی هست اونجا ؟ حالا شما می - دانید که اگر نیاندازید چه می‌شود. حالا ما نمی‌گوییم تمام بگذریم. یه مقداری بگذریم. یواش یواش از بود و نابود بگذریم. صبر کنید. صبر کنید. من می‌دانم یک دفعه نمی‌شود انداخت. این هم می‌گوید چون ز نابود و ز بود خویش بگذشتی تمام.

الآن می‌گوید که اون چیزی که می‌ماند چه کسی است؟ می‌خواهد بگوید اون چیزی که می‌ماند، اون راهنمای توست. شما می - خواهید فضای زیر اتفاقات و بود و نابودها خودش را به شما نشان بدهد؟ شما اینها را بیاندازید. بگذرید از شون . گذشتن شبیه لا کردن است. شما می‌گویید من از جنس تو نیستم، تو هم از جنس من نیستی و من از تو گذشتم.

معنی اش این نیست که شما اینها را از پنجره بیاندازید دور. شما اموالتان را لازم دارید، هویتتان را از آنها بکنید. و دردهاتون را هم بیاندازید. اصلاً شک نکنید ، فکر نکنید در انداختن رنجشها و کدورت ها. به هیچ وجه اینها ارزش نیستند!

**هر چه هست و بود و خواهد بود هر سه ذره است  
ذره را منگر چو خورشید است کو پیشان توست**

هر چه که شما الآن تو ذهنتان می‌بینید . هر چه هست یعنی وجود دارد. در کجا وجود دارد؟ در بیرون وجود دارد یا در بدن شما وجود دارد. چیزی که ذهنتان نشان می‌دهد، چیزی که بوده و الآن نیست و یا هست و یا در آینده خواهد بود که شما تجسم می‌کنید و منتظرش هستید و باهاش هم هویت هستید و انتظار زندگی ازش دارید؛ همه‌ی اینها ذره است، ذره است

یعنی مفهوم است. یک ذره‌ی ذهنی است، مفهوم است، چیز  
ذهنی است، در مقابل خورشید. ذره و خورشید!

می‌گوید که تو ذره را نگاه نکن، ذره را منگر کو خورشید  
است کو پیشان توست. برای اینکه خورشید است که پیشاپیش  
تو راه می‌رود. پس ما می‌توانیم این عینکی را که از جسم و  
از بود و نبود به چشمانمان زده‌ایم با انداختن تمام یک-  
دفعه متوجه شویم که خورشید زندگی که خدایت ماست که اصل  
ماست، ظاهر شد و این است که دارد جلوجلو می‌رود و  
راهنمای ماست نه اون من ذهنی.

برای اینکه ما تا به حال می‌گفتیم. می‌گوید ذره است. تا  
به حال به ذره نگاه می‌کردیم تا به حال به ذهنمان نگاه  
می‌کردیم. می‌گوییم: خلاصه‌ش ما اینها را داریم، اونها را  
هم که از دست دادیم نشد دیگر، اینها را می‌خواهیم بدست  
بیاوریم تو اینها زندگی هست، اینها را داشتیم نگاه می-  
کردیم. تا به حال به ذهنمان نگاه می‌کردیم. یعنی ذهنمان  
هم جهان بیرون را نشان می‌دهد.

آیا اقدام بیرونی به ما می‌تواند خرد بدهند؟! ما می  
توانیم با عینک اونها به جهان نگاه کنیم. تا به حال  
کرده‌ایم دیگر. این ترس، اضطراب، استرس ما از کجا آمده  
است؟ از اینکه با عینک اونها به جهان نگاه کردیم درحالی  
که ما خورشید هستیم. این خورشید از کجا آمده است؟  
خورشید زیر این بود و نبود بود.

### ذره را منگر کو خورشید است کو پیشان توست

خورشید همون فضای زیر فکرهايمان است. شما دیگر از حرکت  
فکر هويت نمی‌گیرید. از کجا می‌فهمیم؟ دیگران فکری را  
در شما القاء می‌کنند؛ چیزی را می‌گویند، شما واکنش  
نشان نمی‌دهید دیگر. برای اینکه خورشید دارد به شما می  
گوید چه کار کن. خورشید از درون به شما راه را نشان می  
دهد. شما دیگر واکنش نشان نمی‌دهید.

شما به عقل چیزها دیگه توجه نمی‌کنید. برای اینکه صاحب  
عقل شدید. صاحب خرد شدید. خرد زندگی شدید. خورشید هم  
شما هستید هم زندگی است و هم خداست.

شما فکر می‌کنید غیر ممکن است این صحبتها؟ این عطار  
اینها را از کجا آورده؟ عطار تو دانشگاه‌های آمریکا که

تحصیل نکرده بوده. شما می‌گویید که این حتماً رفته دانشگاه‌های خارجی و از اون‌ها یک چیزهایی یاد گرفته. اینها از خودش آورده. جوشیده آمده بالا. یک چیزی متوجه شده. عارف بوده. خورشید را متوجه شده. داره با کی صحبت می‌کنه؟ با تو، با من، با دیگران

می‌گوید من اینها را دیدم اینطوری است. حالا شما اگر گوش بدهید و عمل کنید در شما ظاهر می‌شود. خورشید تمام ممکن است ظاهر نشود؛ ولی یواش یواش خواهید دید که خردمند می‌شوید، شما خواهید دید که واکنش نشان نمی‌دهید. ترمز نمی‌کنید. مقاومت نشان نمی‌دهید. دیگر به چیزها نمی‌چسبید. به هرچه هست و بود و خواهد بود نمی‌چسبید. دیگر کاملاً شناخته‌اید اینها از بین رفتنی هستند. اگر بچسبم می‌ترسم. اگر بترسم خودم رو نمی‌تونم جمع و جور کنم. گیج می‌شوم.

ذره را منگر کو خورشید است کو پیشان توست

### تو مبین و تو مدان ، گر دید و دانش بایدت کانچه تو بینی و تو دانی همه زندان توست

برای من ذهنی قبول این بسیار سخت است؛ برای اینکه من ذهنی، دانسته‌های خودش را وحی منزل می‌داند؛ برای اینکه با اون‌ها هم هویت شده، مثل جان‌ها رو دوست دارد، اصلاً جان‌هاست!

ما چرا واکنش نشان می‌دهیم؟ برای اینکه اون الگوها را که چسبیده‌ایم بهشون، خودمان می‌دانیم، می‌گوییم به ما حمله می‌شود. به باورهای ما حمله می‌شود مثل اینکه به ما حمله می‌شود. باورهای ما زیر سوال رفته، شما می‌بینید بچه‌های ما به راحتی باورهای ما را زیر پا می‌گذارند.

تو مبین و تو مدان ؛ یعنی یک دانشی هست که از اون خورشید می‌آید؛ گفت : تو خودت را صفر کن؛ خورشید را می‌بینی، پس تو با ذهنت مبین و تو مدان. ما یاد گرفتیم، ذهنیات را جمع کردیم و اینها را دانش خودمان می‌بینیم و قضاوت می‌کنیم. قضاوت می‌کنیم، تفسیر می‌کنیم، خوب و بد می‌کنیم و یک اسم روی آن می‌گذاریم، اینها با کدوم

دانش است؟ با دانشهای ذهنی است. با دیدن چشمهامان که وقتی می بینیم، بلافاصله می بریم به ذهنمان، در ذهنمان الگوهای شرطی شده وجود دارد، با اونها خوب و بد می کنیم، یک اسمی روش می گذاریم، این غلط است، این ما را در ذهن نگه می دارد، دید و دانش از اون خورشید می آید. ما اگر قضاوت نکنیم، و واکنش نشان ندهیم و مقاومت نکنیم، کلی جلو می افتیم. ما می توانیم یا بگیریم بگوییم نمی دانم، نمی دانم.

امروز یک چیزهایی مخصوصاً خواهیم خواند، در اینکه اتفاقات می افتد، ما فوراً قضاوت می کنیم. شما از کجا می دانید اتفاقات به نفعتان است یا به ضررتان است؟ چرا تسلیم نمی شوید؟ چرا نمی پذیرید؟ تسلیم، ما رو به زندگی وصل می کند. تویی ما را با اون تویی اصلی یکی می کند. اگر به صورت هوشیاری در نظر بگیریم با تسلیم، پذیرش اتفاق این لحظه بدون قید و شرط، قبل از قضاوت، قبل از قضاوت (اگر قضاوت کنیم، می افتیم به ذهن) قبل از قضاوت ما را از جنس اون هوشیاری ای می کند که از قبل از اینکه این عینک رو بزنی (عینک من ذهنی را بزنی)، داشتیم. یک لحظه؛ برای همین می گوید: تو مبین و تو مدان.

شما می توانید یاد بگیرید بگویید نمی دانم؛ نمی دانم.

### کان چه تو بینی و تو دانی همه زندان توست

ما هرچیزی که می بینم و می دانیم، این من ذهنی گرفته و باهاش هم هویت شده و زندان ماست. یعنی افتادیم اون تو! فکر می کنیم عاقل هستیم.

ما به جای اینکه بگوییم می دانم، می دانم، مردم می دانم. بهتر است همه را بگوییم نمی دانم؛ واقعاً بگوییم نمی دانم، نمی دانم، واقعاً ندانیم و دانسته های ذهنی مان را انکار کنیم؛ شما فکر می کنید آدم کودن می شود، بگوید نمی دانم؟

نه عقل بهتری پیدا می کنید! از عقل چیزهایی که باهاش هم هویت هستیم و عینک دید ما هستند، درمی آیم و یکجور دیگه می بینیم. یواش یواش شما می بینید که واکنش نشان نمی دهید، یواش یواش شما متوجه می شوید که فقط هوشیاری جسمی ندارید، یک هوشیاری دیگر ای یواش یواش در شما بوجود می آید به نام هوشیاری حضور که این خردمند است!

به شما کمک می‌کند و دید بهتری می‌دهد! دید بالاتری می‌دهد و می‌بینید که دارید فضا باز می‌کنید!

می‌بینید که اشکالی هم نداره که اونطوری هم باشد، هیچ اشکالی نداره، یک دفعه متوجه می‌شوید خرد شما می‌گه اونطوری که اون آدم انجام می‌ده بهتره اصلاً؛ ما الان می‌گوییم اینطوری که ما می‌گوییم بهتر از این نمی‌شود، برای اینکه باهاش هم هویت ایم، اگر غیر این انجام دهی به من توهین می‌شود! یک ذره حضور ما عمیق‌تر شود می‌بینیم که اونطوری که دیگران عمل می‌کنند بهتر است. در سطح مادی. حالا؛ بعد از همه‌ی این حرفها ما می‌خواهیم بفهمیم که هر چیزی که می‌بینم؛ اینها زندان ماست.

حالا این را بشنوید شما، می‌خواهید قبول کن و می‌خواهید نکن!

چند تا بیت از مولانا می‌خوانم که به ما کمک کند؛ می‌بینیم و می‌دانیم و می‌خواهیم خودمان را مشخص کنیم. می‌گوییم ، منم، آی مردم به من توجه کنید، من می‌دانم، از من بپرسید. این غلط است.

#### مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۰۴

قوم دیگر سخت پنهان می‌روند  
شهرهٔ خلقان ظاهر کی شوند؟  
این همه دارند و چشم هیچ کس  
بر نیفتد بر کیاشان یک نفس  
هم کرامتشان هم ایشان در حرم  
نامشان را نشنوند ابدال هم

یک قومی هستند که اینها سخت پنهان می‌روند، نمی‌گویید من می‌دانم ، قضاوت نمی‌کنند، باورهاشون رو به رخ مردم نمی‌کشند. نمی‌گویند حقیقت در باورهای ماست. می‌دانند حقیقت در باور نمی‌گنجد. خدا در باور نمی‌گنجد؛ سخت پنهان می‌روند مشهور آدمهای ظاهرین هم نمی‌شوند!  
خلقان ظاهر، یعنی منهای ذهنی، اونهایی که ظاهر را می‌بینند فقط!

## برنیافتد بر

## این همه دارند و چشم هیچکس کیاشان یک نفس

این همه چیز دارند، این عطار رو نگاه کن، مولانا رو نگاه کن، دارند یا ندارند؟ ما اینها را نمی‌دانیم، از اونها یاد می‌گیریم. به ما کمک می‌کند. این همه دارند، اصلاً وصل به انبار هستند، انبار زندگی، اما چشم هیچکس بر بزرگی-شان نمی‌افتد!

یک لحظه مردم خیال نمی‌کنند که اینها دارند، خودشان را به رخ مردم نمی‌کشند. آیا ما می‌توانیم یک جوری کار کنیم که خودنمایی نکنیم، خودمان را به رخ مردم نکشیم؛ خودمان را پنهان کنیم. اون چیزی که می‌شویم، واقعاً پنهان نگاه داریم.

اگر جواب سوال را می‌دانیم ندهیم. حرف نزنیم، خاموش باشیم. می‌بینید که اینها را به ما پیشنهاد می‌کنند. اگر شما دنبال تبدیل هوشیاری هستید. اگر نه من ذهنی را اساس می‌دانید و می‌گویید که آدم باید هر جا که می‌رود نقل مجلس باشد، مردم تحویل بگیرند آدم را، صدر مجلس بنشانند، احترام بگذارند، مهمان دعوت کنند، هر جا مهمونی هست من را هم دعوت کنند، برای اینکه من آدم حسابی ام، بلکه از بقیه بهترم؛ نه این راهش نیست!

در نیافتد بر کیاشان یک نفس، چشم هیچکس اینها را نمی-بیند.

## هم کرامتشان هم ایشان در حرم نامشان را نشنوند ابدال هم

اینها هم کرامتشان، برای اینکه از اون طرف انرژی زنده کننده را، عشق را، لطافت را می‌آوند به این جهان. هم کرامتشان و هم خودشان در پوشش خداوندی هستند. نامشان را حتی انسانهای معنوی هم نمی‌شنوند. ابدال، انسانهای معنوی، انسانهایی که تو این جهان هستند و این جهان با معنویت اونها زنده است.

گاهی این سوال پیش می‌آید: با این همه اغتشاش، با این همه من ذهنی، چرا این جهان به هم نمی‌ریزد؟! انسانهای معنوی این انرژی خردمندان و زنده کننده را به جهان می-دمند!

حالا یکی از جاهایی که ما باید ساکت باشیم، و نمی‌توانیم ساکت باشیم، موقعی است که اتفاقی می‌افتد و این اتفاق را زندگی به بار می‌آورد، که بهترین اتفاقی است که می‌تواند برای ما بیافتد، به جای تسلیم، به جای رضا، به جای قضاوت نکردن؛ ننالیدن، ما یا نفرین می‌کنیم یا دعا می‌کنیم یا از کسی می‌خواهیم برای ما دعا کن.

این قضیه‌ی دعا خیلی جالب است، دعا به صورتی که ما بهش نگاه می‌کنیم، بهترین کار این است که بگوییم اصلاً دعا نکنیم ما. شما به جای دعا کردن تسلیم بشوید! تسلیم بشوید و دو مطلب موازی بشوید با زندگی و بگذاریم که زندگی کار خودش را بکند و ما نیایم فضولی کنیم در کار زندگی!

ما با من ذهنی داریم قضاوت می‌کنیم و 99% و نه 100% داریم غلط قضاوت می‌کنیم! ما خبر نداریم، ما اصلاً عادت به اعتراض و مقاومت داریم. اصلاً با مقاومت من ذهنی درست شده است، ما اعتراض و مقاومت را دعا می‌دانیم.

بهتر است نخواهیم چیزی از خدا، و موازی بشویم؛ ببینیم چه اتفاقی می‌خواهد بیافتد! به طور قطع و یقین می‌دانیم که زندگی و خدا دنبال درست کردن کارهای ماست. این را می‌دانیم، گفت اصل اصل تو به زندگی وصل است، نگران نباش.

خوب این خرد زندگی دارد سامان می‌دهد به زندگی شما، یا بی‌سامانی ایجاد می‌کند؟

این می‌شود که ما معتقد باشیم که حالا اسمش را بگذار خدا یا بودن یا زندگی؛ دست اندر کار اغتشاش در زندگی ماست؟ می‌خواهد بدی‌ها را بوجود بیاورد. می‌خواهد ما را مریض کند!

این قابل قبول است؟ یا ما با خواسته‌های نا به جای من ذهنی، خودمان را به آن دردسرها می‌اندازیم؟ و زندگی می‌خواهد سرو سامان بدهد و ما با خواسته‌ها و اصرار در دعا به بیراهه می‌رویم.

[مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۳۰](#)

دوزخ آشامان جنت بخش روز رستخیز  
حاکمند و نی دعا دانند و نه نفرین کنند

از لطافت کوه‌ها را در هوا رقصان کنند  
وز حلاوت بحر‌ها را چون شکر شیرین کنند  
جسم‌ها را جان کنند و جان جاویدان کنند  
سنگ‌ها را کان لعل و کفرها را دین کنند

## دوزخ آشامان جنت بخش روز رستخیز دانند و نه نفرین کنند

اون کسانی که دوزخ را می‌آشامند! عارفان! شما اگر به حضور زنده شوید، دوزخ خودتان را اول خاموش می‌کنید. دوزخ دیگران را هم خاموش می‌کنید.

**دوزخ این هم هویت شدگی با دردها و باورهای ذهنی است.**  
اینها دوزخ آشامان، جنت بخش و بهشت بخش روز رستخیز (یعنی این لحظه) هستند و در این لحظه اینها حاکمند. کسی که به حضور کاملاً زنده است. صد درصد. حالا هر درصدی واقعاً، صد در صد که از کجا بیاوریم، صد در صد!

شما 90 درصد هم به زندگی زنده بشوید ولو 10 درصد هم من داشته باشید، شما همین دوزخ آشام می‌شوید؛ شما خردمند می‌شوید، شما آدمها را از درد نجات می‌توانید بدهید. نه که بروید دخالت کنید بلکه همین بودن شما و پخش انرژی شما، انرژی حضور، انعطاف‌پذیری شما، این پخش آرامش شما در اطراف کافی است! اینها می‌گویند نه دعا می‌دانند و نه نفرین می‌کنند.

ولی ما با من ذهنی هم دعا می‌کنیم و هم نفرین می‌کنیم. نفرین چرا می‌کنید؟ نفرین ما را می‌گیرد! نفرین اول ما را می‌گیرد، ما نباید نفرین کنیم. دعا هم اصلاً یک جور دیگر است. با من ذهنی اصلاً نباید هم دعا کنیم. ما که تشخیص نمی‌دهیم.

اصلاً بهتر است ما به جای اینکه دعا کنیم تسلیم شویم، ولی قانون جبران را رعایت کنیم. بعضی‌ها هم با دعا به اشتباه می‌افتند؛ قانون جبران را زیرپا می‌گذارند، کار نمی‌کنند، درس نمی‌خوانند، به این چیزها گوش نمی‌دهند. در من ذهنی گیر می‌کنند. بعد با بدترین حالت من ذهنی می‌گویند ما می‌رویم طواف قبر مولانا را می‌کنیم. مولانا خودش نجات می‌دهد. آخر این درست است؟ این دعاست؟

واقعاً کسی به این معتقد باشد عقل درست و حسابی دارد؟! یک فال بگیریم ببینیم چه می‌گوید! اون قانون جبران چه شد؟ زحمت تو چه شد؟ مگر می‌شود در جهان واقعی شما قانون جبران را کنار بگذارید و به دعا و این چیزها متوصل بشوی. ما بهترین دعامان تسلیم است.

ما بهترین حالتان این است که موازی با زندگی شویم و ببینیم زندگی، اصل اصل که به ما وصل است، چه جوری می‌خواهد تغییر دهد و هر تغییری که پیش می‌آید تسلیم باشیم و اجازه بدهیم سرو سامان پیدا کند زندگی مان! دخالت نکنیم!

## وز حلاوت

## از لطافت کوه‌ها را در هوا رقصان کنند بحرها را چون شکر شیرین کنند

از بس لطیف هستند، پس ما باید لطیف بشویم. به جای اینکه زمخت بشویم و یک‌چیزی بخواهیم از پایگاه زمختی! کوه‌ها، من های ذهنی هستند، من های ذهنی را رقصان می‌کنند. از بس شیرین هستند؛ دریاهاى ذهنی را مثل شکر شیرین می‌کنند. یعنی تبدیلهش می‌کنند.

ما یک همچنین آدمهایی پیدا کنیم خیلی خوب است. جسم‌ها را جان کنند و جان جاویدان کنند.

جسم‌ها باز هم همین من های ذهنی اند که امروز گفت اون تویی که ذهنی است!

جسم‌ها را جان می‌کنند، یعنی هوشیاری اش را تبدیل می‌کنند به هوشیاری حضور و این هوشیاری حضور جاویدان می‌ماند. اینها نه تنها به ما دانش و شناسایی می‌دهد؛ بلکه دارد ما را هم هل می‌دهد که ما هم تبدیل بشویم.

## سنگ‌ها را کان لعل و کفرها را دین کنند

سنگ‌ها، اینها من ذهنی سنگ شده هستند، دل‌های جامد. ما اگر با چیزهای مادی هم هویت شدیم و اون را آوردیم و مرکزمان قرار دادیم و دل ما شد؛ شدیم سنگ.

می‌شود یکی این را دربیارود و به جایش همن فضای بی‌نهایت وسیع این لحظه را بگذارد.

لعل بشود، جواهر بشود. من فضاگشا بشوم. به جای اعتراض، به جای مقاومت به اتفاقات فضا را باز کنم.

کفرها. کفر چیه؟ کفر همین هم هویت شدگی با چیزهای مادی و دردها و اون را دل قرار دادن است. کفرها، هم هویت شدگی‌ها را از بین می‌برند و تبدیل به دین می‌کنند.

دین چیست؟ دین همان حضور است! وقتی شما دلتان به خدا زنده شد، دین پیدا کردید. برای این که اون به شما می‌گوید که چه کار کنید. اون لحظه خلاق است و هر لحظه بهترین فکر را در ذهنتان می‌گذارد.

شما لازم نیست به این طرف و اون طرف نگاه کنید و ببینید چه فکری باید بکنید، به مسئله‌تان نگاه می‌کنید. دلتان پاک است، دلتان بی‌نهایت است، از اعماق وجودتان خرد می‌جوشد و بالا می‌آید. بدون اینکه واکنش نشان دهید به شما می‌گوید که چه کار کنید؟!

اون برکت، اون خرد به زندگی سامان می‌دهد. نه اینکه از دل سنگ بی‌رحم، بر اساس یک باور قبلی که معلوم نیست چه کسی درست کرده است، من یک راهنمایی بگیرم و در وضعیت فعلی که مسئله من است به کار ببرم. اون مسئله را حل نمی‌کند. مسئله را مشکل تر می‌کند.

حالا اینها را به دنبال بی‌تی خواندیم که گفت: تو مبین و تو مدان

پس معلم می‌شود که بعلاوه بر چیزهای ذهنی که به عنوان عقل من در سرم جمع کرده ام و باهاشون هم هویت شده ام؛ یک خرد

دیگری هست که از اعماق وجود من می‌جوشد و بالا می‌آید و این قابل دسترس است برای همه! به شرط آنکه اصرار در آن دیده‌ها و باورها نکنند. اصرار به دل سنگشان نکنند. واقعاً ما باید منصف باشیم و بگوییم من زندگی ام کار نمی‌کند، اون چیزهایی که می‌دانستم کار نکرده. این همه اصرار، این همه دعوا اشتباه بوده، اعتراف بکنیم، اشکالی ندارد اعتراف بکنیم ما! که راه را اشتباه رفتیم. بعد معنوی و بعد عرفانی در انسان وجود دارد. انسان 4 تا بعد دارد. بعد فیزیکی، بعد فکری، بعد هیجانی، مثل خشم و ترس، بعد معنوی

بعد معنوی فراموش شده است؛ بعد معنوی بسیار بسیار مهم است. هیچ موقع به ما نگفتند بعد معنوی هم داریم. نه در دبستان، نه در دبیرستان و نه در دانشگاه.

هیچ کس نگفت؛ در حالی که منبع انرژی من، منبع خرد من، بعد معنوی من است. این بعد معنوی باید باشد تا من آن دانش بیرونی کتاب را که یاد گرفته‌ام، مهندسی، پزشکی، یا هر چیزی، به این باید پیوند بزنم. این باید زیر باشد، من از اون استفاده کنم. وگرنه اگر آن را سوار من ذهنی ام بکنم؛ آن دانش را این من (من ذهنی) بگیرد؛ همه خرابی‌ها را بوجود می‌آورد. حالا می‌گوید:

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۷۸

بشنو اکنون قصهٔ آن ره‌روان  
 که ندارند اعتراضی در جهان  
 ز اولیا اهل دعا خود دیگرند  
 که همی‌دوزند و گاهی می‌درند  
 قوم دیگر می‌شناسم ز اولیا  
 که دهانشان بسته باشد از دعا  
 از رضا که هست رام آن کرام  
 جستن دفع قضاشان شد حرام  
 در قضا ذوقی همی‌بینند خاص  
 کفرشان آید طلب کردن خلاص  
 حسن ظنی بر دل ایشان گشود  
 که نپوشند از غمی جامهٔ کبود

بشنو اکنون قصهٔ آن ره‌روان      که ندارند اعتراضی  
 در جهان

آیا شما از این ره‌روان می‌توانید بشوید که با دانش ذهنی‌تان اعتراض نکنید. عیب نبینید. امروز عطار به ما یکی نقص را گفت، یک دید و دانش من ذهنی را گفت. به شما گفت که پیشاپیش خورشید هست؛ حیف نیست که از این دانسته‌ها و دیده‌های جسمی استفاده می‌کنید.

قصهٔ اون کسانی را بشنو که اعتراضی در جهان ندارند؛ برای اینکه این لحظه اونقدر متکی به زندگی هستند و می‌دانند که زندگی می‌خواهد سامان بدهد، نظم بدهد به زندگی ما، به

وضعیت و کلمه‌ی توکل را به کار ببریم. توکل یک چیز دور از ذهن نیست. یک عقل معمولی هم می‌گوید خوب یک سیستمی که من را آفریده، بوجود آورده، واقعاً برای گیرانداختن و بدبختی من را نیافریده؛ پس چه چیزی است که من را اینطوری کرده؟ من آن را می‌خواهم بشناسم. چه کار می‌کنم که اینطوری می‌شود.

**بشنو اکنون قصه‌ی آن رهروان که ندارند اعتراضی در جهان**  
برای اینکه اعتراض با من ذهنی، و با دانشی است که ما باهاش هم هویت هستیم.

### **ز اولیا و اهل دعا خود دیگرند که همی دوزند و دیگر می‌درند**

یک سری اولیای دیگری هستند که بعد اینها اهل دعا هستند، اینها می‌درند و می‌دوزند. یک سری از انسانهای معنوی وجود دارند که می‌توانند سیستم من ذهنی ما را بدرند و دوباره بدوزند. اینها هم یک فرقه هستند- اینها اهل دعا هستند- اینها می‌توانند دعا کنند- اگر اینها دعا کردند. اصلاً اگر شما مورد پذیرش یک عارف قرار بگیرید- کاری ندارد شما خودتان را نگاه کنید و ببینید با این صحبت‌های مولانا و عطار می‌خوانید، واقعاً مطابقت دارید؟ اگر دارید پس اینها به شما دعا می‌کنند. خود همین مطابقت دعا ست. الان دارند می‌درند و می‌دوزند اگر شما خوب توجه می‌کنید. اما صحبت من بر این است که ما مواظب حرفهایمان و خواسته‌هایمان باشیم.

و مخصوصاً از خدا. برای اینکه ما با من ذهنی‌مان داریم قضاوت می‌کنیم. شما نخواه چون اون چیز اگر اتفاق بیافتد، ممکن است بدبخت بشوی.

**قوم دیگر می‌شناسم از اولیا  
که دهانشان بسته باشد از دعا**

من می‌گویم ما از این قوم باشیم؛ ما که فعلاً به اونجا نرسیده‌ایم که واقعاً بدریم و بدوزیم. ما می‌گوییم اصلاً کاری با دیگران نداریم. ما کار خودمان را داریم. نورافکن روی خودمان است و ما از قومی هستیم که دهانمان هم از دعا بسته است.

**از رضا که هست رام آن کرام  
قضاشان شد حرام**

می‌گوید: این رضا، اینکه شما این لحظه حاضر هستید، تسلیم هستید و توکل دارید و می‌دانید که زندگی در این لحظه بهترین اتفاق را برای شما پیش می‌آورد ولو آنکه ظاهرش بد

است ، شما تسلیم هستید و راضی هستید و رضا رام شما بزرگواران است. و شما نمی‌آیید و بگویید که این قضا را ، این اتفاق بد را ، از ما رفع کن. شما نگاه می‌کنید که این اتفاق بد شما را به کدام سمت و سو می‌برد. این معنی اش این نیست که ما قانون جبران را رعایت نمی‌کنیم؛ اتفاقاً ما داریم هدایت می‌شویم به سمت زندگی؛ در حال تسلیم شما یک دفعه می‌بینید که از اعماق وجودتان یک عقلهایی و یک خرده‌هایی می‌جوشد و بالا می‌آید که تا حالا به ذهنتان نمی‌رسید و دارد می‌گوید شما چه کار کنید. به شرط اینکه با اون اتفاق ستیزه نکنید. شاخ به شاخ نشوید. چون هر موقع اعتراض می‌کنید و شاخ به شاخ می‌شوید این من ذهنی زنده می‌شود. عقل من ذهنی ما را منحرف می‌کند و به گرفتاری می‌اندازد.

### در قضا ذوقی همی‌بینند خاص کفرشان آید طلب کردن خلاص

در اتفاقی که می‌افتد در این لحظه بوسیله‌ی زندگی ؛ شما می‌دانید که شما مهم هستید و طرح زندگی این است که شما را از این ذهن بیرون بکشد و تسلیم هستید و در این قضا یک ذوق خاصی می‌بینید؛ بنابراین خلاص کردن خودتان را از آن اتفاق به صورتی که من ذهنی می‌خواهد نمی‌خواهید. من ذهنی می‌گوید از اینجا فرار کنم به اونجا- شما فرار نمی‌کنید از این لحظه- این لحظه ولو اینکه اتفاق بد می‌افتد ، می‌مانید و خواهید دید که زندگی دارد به شما چه چیزی یاد می‌دهد. درسش را یاد می‌گیرید.

### حسن ظنّی بر دل ایشان گشود جامهٔ کبود که نپوشند از غمی

می‌گوید زندگی یک حسن ظنّی در دل ما باز می‌کند، حسن ظن چیست؟ شما بعد از این خواهید دید که با یک حسن فکر و اندیشه به جهان نگاه می‌کنید؛ به اتفاقات، شما می‌دانید هر اتفاقی که الان می‌افتد به نفع شما ست؛ بهترین اتفاقی است که می‌تواند برایتان بیافتد. به شرط آنکه از یاد بگیرید و درس بگیرید و از یاد فرار نکنید. این حسن ظن در دل شما گشوده شده و بنابراین از هیچ غمی جامه‌ی کبود نمی‌پوشید. درد هوشیارانه می‌کشید ، درد هوشیارانه، این غم آمده ، درد هوشیارانه می‌کشیم و اعتراض نمی‌کنیم، دعا هم نمی‌کنیم. و یواش یواش می‌بینیم که غم از بین می‌رود؛ و از زیر این فضای حضور خودش را به ما نشان می‌دهد!

پس از این بر غزل برمی‌گردیم .

## بی سر و پا گر برون آیی از این میدان چو گوی ابد گر هست گویی در خم چوگان توست تا

پس به ما گفت که شما به خودت بگو که من نمی دانم و واقعاً این را قبول کن و واقعاً اگر اینطوری باشد، بی سر و بی پا می شوی، بی سروپا مثل گوی، این توپهای گرد، دست و پا ندارند دیگر، دست و پا قضاوتهای ماست، تفسیر ماست، واکنش های ماست، دانستنهای ماست، راه‌حلهای ماست، آیا برخی راه‌حلهای ما در جهان مادی بدرد نمی خورد؟ چرا به درد می‌خورد، اون چیزهایی که در گذشته یاد گرفته ایم ، بدرد می‌خورد. ولی در روشنایی خرد حضور این لحظه، که آیا من تمام انعطاف را دارم؟ آیا با چیزی هم‌هویت نیستم؟ آیا من خشم ندارم؟ آیا واکنش نشان نمی دهم؟ این پیشنهاد من از درون فضا دار ما می‌آید یا از ذهن واکنش کننده ی من؟

اما یک جایی هست که امروز در مثنوی هم رسیدیم ، خواهیم خواند، ما حس باصطلاح درماندگی می‌کنیم، حس تواضع می‌کنیم، واقعاً متواضع می‌شویم، واقعاً می‌گوییم ما نمی‌دانیم، و در آن موقع هست که بی‌سر و بی‌پا می‌شویم، مثل گوی؛ اگر بی-سروپا بشویم، متوجه می‌شویم که ما این دستها را از جهان مادی واقعاً کنده ایم و با یک چوگان زندگی ما از این ذهن می‌پریم بیرون.

مثل گوی، و اگر اینطوری بشود، در اینصورت هرچه موانع درسر راه ما باشد، این گوی دومی موانع است، هم می تواند موانع باشد و هم می‌تواند انسانهایی که اونها هم گوی شده اند، شما آدمی می شوی که می توانی انسانها را با چوگانیت اگر گوی شده اند بزنی و از ذهن بیاندازی بیرون! اگر بی-سرو پا شده اند ، اگر می‌گویند نمی‌دانیم، اگر واقعاً متواضع هستند، اگر تظاهر نمی‌کنند.

یک موقعی ما باید واقعاً صفر بشویم، و از صفر دوباره شروع کنیم و بر اساس حضور بیایم بالا، پس این گوی دومی می‌تواند موانع هستی جلوی ما باشد، می تواند سمبل هر گوی دیگری باشد که، انسانی است که باصطلاح گوی شده، متواضع شده، در خم چوگان ما می‌تواند قرار بگیرد.

بله یک مطلبی دوباره از مولانا می‌خوانم بلکه کمک کند به ما، می‌گوید:

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۹۷۹

در طلب زن دایما تو هر دو دست  
که طلب در راه نیکو رهبرست  
لنگ و لوک و خفته شکل و بی ادب  
سوی او می‌غیژ و او را می‌طلب  
گه بگفت و گه بخاموشی و گه  
بوی کردن گیر هر سو بوی شه

یعنی ما اگر اون دست و پا رو از دست بدهیم و واقعاً این دفعه دو دستمان را در طلب بزنیم، طلب، طلب چیزها نیست، طلب طلب واقعاً متواضع شدن و نخواستن این زندگی و معنویت از چیزهای بیرونی و تسلیم، و اینکه من کاملاً هوشیارم که دیگر طلب خدا را از جهان بیرون نمی‌کنم و دانش من به من کمک نکرده، ذهن من به من کمک نکرده، من دنبال این هستم که این تویی من که هوشیاری من است با زندگی یکی شود که از اول یکی بوده است.

می‌گوید که تو لنگ، لوک، یعنی آدم با چهار دست و پا راه برود، خفته شکل، یعنی خمیده، و بی ادب ولو اینکه اصول ادب رو رعایت نمی‌کنی. یعنی ما تسلیم می‌شویم، ما این چیزها را می‌دانیم و می‌خواهیم عمل کنیم، کاملاً نمی‌توانیم عمل کنیم، در نتیجه درست مثل بچه که چهار دست و پا می‌خزه، لنگ، لوک، خفته شکل، بی ادب است، هر جور است، ما داریم می‌خزیم و او را طلب می‌کنیم.

«او» جای خدا نشسته است، وقتی طلب می‌کنیم، یادمان باشد که نفی دانش ذهنی است، اگر با ذهنمان طلب کنیم به جایی نمی‌رسیم.

به این علت من این بیت را اینجا می‌خوانم که بدانیم ما با ذهن نمی‌توانیم بخوایم، با ذهن بخوایم، اگر ما زندگی را و هوشیاری را با ذهنمان داریم تجسم می‌کنیم و بوسیله‌ی ذهنمان می‌خواهیم به سمتش برویم، هیچ موقع بهش نخواهیم رسید. اما ما می‌تونیم لنگ و لوک و بی ادب و خفته شکل با این لحظه آشتی کنیم.

ما میدانیم نباید حرص بورزیم، یک دفعه می‌بینیم داریم حرص می‌ورزیم، اشکالی ندارد، افتان و خیزان داریم می‌رویم. ما قرار است با این لحظه آشتی کنیم، یک دفعه می‌بینیم نه با این لحظه داریم می‌جنگیم؛ ما قرار است صادق باشیم، یک دفعه می‌بینیم داریم دروغ می‌گوییم، یک دفعه

بس می‌کنیم. ما می‌بینم اشتباه کردیم ولی زیر بار اشتباه نمی‌رویم؛ یادمان می‌آد لنگ و لوک و خفته شکل و بی‌ادب، بی‌ادب یعنی، ما کاملاً نمی‌توانیم این کار را انجام بدهیم، ما کاملاً چه جوری تسلیم شویم؟

ما یادمان است الآن با اتفاق این لحظه آشتی می‌کنیم، تسلیم می‌شویم، لحظه‌ی بعد یادمان می‌رود، اشکالی ندارد؛ هر موقع تسلیم می‌شویم از جنس هوشیاری می‌شویم به سوی اون می‌خزیم، هر لحظه با این لحظه ستیزه می‌کنیم داریم با خدا ستیزه می‌کنیم، یک دفعه یادمان می‌افتد و معذب می‌شویم. یادمان می‌رود بی‌ادب می‌شویم.

یک دفعه، رضا یادمان می‌رود، شکر یادمان می‌رود، بی‌ادب می‌شویم، یادمان می‌افتد شکر می‌کنیم، از اتفاق این لحظه حس رضایت‌مندی می‌کنیم؛ می‌گوییم این اتفاق دارد من رو سرو سامان می‌دهد، من هوشیار هستم، که حاضر باشم که تسلیم باشم و ببینم که من کدام سمت می‌روم ولی کاملاً هوشیار هستم؛ قانون جبران را رعایت می‌کنم هر زحمتی داشته باشه، می‌کشم، کار می‌کنم روی خودم فعالانه کار می‌کنم؛ نرفتم یک جایی بنشینم و بگویم خدا بیاید من رو عوض کند.

### لنگ و لوک و خفته شکل و بی‌ادب      سوی او می- غیژ و او را می‌طلب

گاهی به گفت، اینها به گفت است، و گاهی خاموش و گاهی هم بو می‌کشم؛ برای اینکه زندگی نمی‌آید و بگوید آهان اون زندگی! (با دست اشاره کند و نشان دهد) زندگی را دیدم من؛ با ذهن نمی‌آید.

بو ظریفترین حس است، بو بکش، بوی خدا رو بکش یعنی به صورت ظریف از درون شما می‌جوشد و می‌آید بالا؛ شما باید آماده باشی، و حواست جمع باشد؛ اگر حواست را چیزهای بیرونی دزدیده اند؛ واکنش هر لحظه می‌آید و می‌دزدد!

یک عده ای هنوز فکر می‌کنن در این زندگی هست، در اون زندگی هست و همه‌ی حواسشان به زندگی بیرون است! اینطوری نمی‌شود!

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۷۵۶

لیک بعضی رو سوی دُم کرده اند  
گرچه سر اصلست سر گم کرده اند  
لیک آن سر پیش این ضالان گم  
می‌دهد داد سری از راه دُم  
آن ز سر می‌یابد آن داد این ز دُم  
قوم دیگر پا و سر کردند گم  
چونک گم شد جمله جمله یافتند  
از کم آمد سوی کل بشتافتند

گرچه سر

لیک بعضی رو سوی دم کرده اند  
اصلست سر گم کرده اند

یک عده ای رو به دم کرده اند، یعنی رو به من ذهنی کرده اند، من ذهنی را قوام می دهند، درست است که سر اصل است، سر سر حضور است، ولی سر را گم کرده اند، اما اون سر اصلی از طریق دم خودش را نشان می‌دهد. و به صورت درد نشان می‌دهد، به صورت گرفتاری نشان می‌دهد. بعضی ها هم سر را سر ذهنی گرفته اند، فکر کرده اند که یک سری باورهای خوب سراسر است و یک سری باورهای بد دم است! بنابراین دم را رها کرده اند و رفتند به باورهای ذهنی خوب چسبیده اند؛ ولی مولانا می‌گوید نه!

وقتی که باورهای خوب و باورهای بد با هم گم شدند، اصلش این کم آمد است، ما کم می آوریم، ما می‌دانیم که جهان مادی باید این خاصیت بیش از حد مهم بودنش را از دست بدهد؛ تا حالا ما بیش از حد اهمیت داده ایم و ما هی باید کم بشویم، کم بشویم؛ از کم آمد اونقدر کم بشویم کم بشویم که صفر بشویم.

شما تا کم نشوید، کم نشوید، کم نشوید.. شما اگر بدانید دیگر کم نمی‌شوید! یک جایی باید بگویید نمی دانم و واقعاً هم به این کار عمل کنید. این نمی دانم فقط به نمی دانم نیست، عمل هم باید بکنیم.

مثلاً ما دنبال عوض کردن دیگران نمی رویم، نصیحت نمی کنیم، دخالت نمی کنیم در کار دیگری، عیبها را نمی بینیم، عیب نمی گوییم، انتقاد نمی‌کنیم، کسی یا چیزی را نمی خواهیم درست کنیم مگر خودمان را! اینها همه سبب کم شدن میشود!

یه کسی دوپست کیلو وزن دارد ، مثلاً می خواد وزنش رو بکند پنجاه کیلو، خوب باید صد و پنجاه کیلو لاغر بشود؛ چقدر این من ذهنی ما باید لاغر بشود تا یک ذره این حضور ما بیشتر بشود. شما بکشید عقب و به من تان نگاه کنید، تخمین بزنید، چقدر میل به تغییر دیگران دارید؟ چقدر نصیحت می کنید؟ چقدر توقع دارید از دیگران؟ آیا این توقع تان صفر است یا خیلی است؟ به اندازه ای که توقع دارید می توانیم بگوییم من هم بزرگ است! به اندازه ای که جهان را می خواهید عوض کنید، من تان بزرگ است؛ به اندازه ای که می دانید جواب سوال هر کسی را ، من تان بزرگه!

کم آمد ، همه ی اینها باید صفر بشود؛ بگویید نمی دانم ، من چه می دانم چه جوری تو را عوض کنم! من راه حل مسئله ی تو رو نمی دانم! مسئولیت خودت رو خودت به عهده بگیر!

چقدر قضاوت می کنم؟ وقتی قضاوت می کنم بعدش چه می گویم؟ چقدر تفسیر می کنم؟ وقتی چیزها را می گویم و می گویم این نشان اون است! اون نشان اون است! اینها را به هم وصل می کنم و یک داستان درست می کنم و خودم را ناراحت می کنم و به یکی انگ می زنم؛ چقدر این کارها را می کنم؟ اینها زیاد آمد است!

کم آمد، روز به روز ما من ذهنی مان را وزن می کنیم ؛ ببینیم وزنش دارد پایین می آید یا نه؟ چقدر به جهان بیرون نگاه می کنم؟ همیشه به جهان بیرون؟ پس من از جهان بیرون چیزی می خواهم؛ من می دانم جهان بیرون فانی است ! هرچقدر بیشتر نگاه می کنم ، بیشتر خواهم ترسید، هرچقدر بیشتر از اون زندگی می خواهم بیشتر ناراحت خواهم شد؛ هر چقدر بیشتر هم هویت بشوم، بیشتر وزن خواهم داشت!

### عین عینت چون به غیب الغیب درپوشیده اند یقین می دان که عینت غیب جاویدان توست

می گه ، عین عین تو رو ، اصل تو رو به غیب الغیب، یعنی خیلی غیب، یعنی چیزی که از من و تو ؛ من یک چیزی بدانم ، شما ندانید، این غیب شماست؛ یک غیبی وجود دارد که هیچ ذهنی نمی تواند بداند، اون دیگر غیب الغیب است؛ یعنی مال این جهان نیست، مال فرم نیست، عین عین ما را که همان هوشیاری باشیم ، در غیب الغیب پوشیده اند؛

## پس یقین می‌دان که عینت، غیب جاویدان توست

یعنی ما بوسیله ی ذهنمان عین مان را نمی توانیم بشناسیم؛ عین یعنی اون چیزی که اصل ماست و گرچه که الان ما خودمان را من ذهنی می‌بینیم و مشخصات من‌ذهنی، این عین ماست؟ نه این عین ما نیست. این انعکاس هوشیاری ماست.

هوشیاری آمده به این جهان و این من ذهنی را منعکس کرده، درست شبیه اینکه دیده اید که، معمارها می‌گویند که نقشه به من بدهید، نقشه را می‌آورند روی دو تا کاغذ؛ می‌گویند که آقا این که نقشه ی ساختمان نیست؛ می‌گوید: نه این ساختمان است، در واقع انعکاس ساختمان است؛ تصویر ساختمان است روی صفحه که معمارها می‌فهمند، مهندسين هم می‌گفتند که این رسم فنی است! نگاه می‌کنند می‌گویند بله این تصویر آن است.

این را چه کسی منعکس کرده است؟ ذهن معمار! هوشیاری هم یک من ذهنی منعکس کرده؛ پس من ذهنی نمی‌تواند هوشیاری را بشناسد. غیب جاویدان ماست، یعنی همیشه غیب خواهد بود؛ به هیچ وجه نباید بوسیله ی ذهنمان ما هوشیاری را بشناسیم!

اما می‌گوید:

## صدر غیب الغیب را سلطان جاویدان تویی جز تو گر چیزی ست در هر دو جهان دوران توست

از اینجا به بعد عطار روی حالتی می‌رود که واقعاً ما باید تبدیل بشویم؛ متوجه بشویم؛ ولی همینکه می‌خوانیم و می‌شنویم، می‌توانیم ببینیم عارفان چطوری نگاه می‌کنند و چه می‌گویند به ما؟! شنیدنش مفید است، اگر هم با ذهن می‌خواهیم بفهمیم و ذهن ما قبول نمی‌کند؛ اشکالی ندارد!

می‌گوید: صدر غیب الغیب، صدر یعنی صدر مجلس، بالا، از همه بالاتر، ما هستیم، ما انسانها. سلطان جاویدان این هوشیاری ست که در واقع به زبان دینی بگوییم؛ این هوشیاری خداییت است و خداست و می‌آید به این جهان و برمی‌گردد و روی خودش قائم می‌شود. و این هوشیاری خالص که از ذهن گرفته می‌شود و روی خودش قائم می‌شود این می

گویند یک چیز غیبی است که چیز نیست، یک نه چیز غیبی است و این تو هستی! پس تو سلطان همیشگی هستی! هم تو هستی و هم خدا هست؛ می گویند اگر غیر از تو چیزی هست در این جهان، دور این هوشیاری خالص می چرخد!

باید تبدیل بشویم و این موضوع را متوجه بشویم. ولی همه ی اینها عظمت خلقت ما انسانها را نشان می دهد! که آخر غزل می گویند که حیف، حیف که تو کور خودت هستی و همه چی دور تو می گردد! پایین می گویند که الان می رسم،

### هم ز جسم و جان تو خاست این جهان و آن جهان هم بهشت و دوزخ از کفر تو و ایمان توست

ما این همه از جهنم می ترسیم که بعد از اینکه بمیریم ببرند و بیاندازند در جهنم، اینکه کارهای خوب می کنیم که برویم به بهشت، دارد می گویند: این جهان و آن جهان، از جسم و جان تو برخاست، یک حالتش این است که بگوییم تمام این کائنات و این خلقت برای این است که این هوشیاری ای که اصل انسان است و به اصل اصل وصل است و یا اصل اصل است؛ هوشیاری ای که روی خودش به طور هوشیارانه قائم شده، برای این بوده است که مولانا هم می گویند!

و اینکه ما اینقدر فکر می کنیم که بهشت و دوزخ خارج از ما یک جایی وجود دارد که یک آتشی روشن کرده اند و ما را مثلاً به جهنم می اندازند، یا یک باغی هست و گل و اینها زیاد دارد و بهشت است، اینچنین چیزی نیست می گویند.

می گویند: بهشت همین حالت حضور توست، پس هوشیاری وقتی که می خورد به جهان مادی برمی گردد روی خودش، این بهشت است و هر چیزی که این در جهان خلق می کند این نیک است و برکت دارد و زیباست و از این هوشیاری قائم به خود عشق به این جهان تشعشع می کند و دوزخ هم همین تو ذهن ماندن و هم هویت شدن با باورها و دردهاست.

کسی که در ذهنش درد می کشد، فقط جهان مادی را می بیند و از چیزهای مادی زندگی می خواهد و اونها هم زندگی نمی دهند، خشمگین است، عصبی است، استرس دارد، ترس دارد، این هم در جهنم است!

پس می‌گوید: هم بهشت و دوزخ از کفر تو و ایمان توست،  
بهشت از ایمان توست، دوزخ هم از کفر توست.

**کفر یعنی پوشیدن، وقتی ما هم هویت می‌شویم با جهان مادی،  
چه چیز را می‌پوشانیم؟ فضای زیر را، فضای زیر همان اصل  
اصل است، ما الان دیگر شناختیم کفر را، نمی‌پوشانیم دیگر،  
ما قرار است نپوشانیم. امروز یاد گرفتیم از بود و  
نبودمان به طور کامل بگذریم.**

### **پس هم خداوندت سرشت و هم ملائک سجده کرد تویی معشوق خاص و چرخ سرگردان توست**

هم خدا تو را با دستهای خودش سرشته است و درست کرده  
است، خدا دست ندارد، یعنی شما از ساخته‌شده‌های اصلی  
زندگی هستید، و هم هرچه در جهان است، می‌گوید ملائک به  
تو سجده کردند. تو را خدا آفریده و ملائک هم به تو سجده  
کرده، پس تو، تو یعنی همین هوشیاری حضور، هوشیاری ای  
که روی خودش قائم شده، تو معشوق خاص هستی و همه چیز دور  
تو می‌گردد!

البته ممکن است که این چیزها برای ما قابل قبول نباشد،  
برای اینکه ما اسیر شهوات این جهانی هستیم، اسیر حرص  
هستیم، اسیر اضافه کردن هستیم، ما من ذهنی ای داریم که  
شعارش هرچه بیشتر بهتر است؛ زندگی را در چیزها می‌داند،  
در جمع کردن چیزها می‌داند؛ و در اونها جستجو می‌کند، حتی  
خدا را در ذهن جستجو می‌کند.

به هر صورت اینکه ما ببینیم انسانهایی مثل مولانا و  
عطار و عرفای بزرگ ما به انسان چطوری نگاه نکرده اند،  
خوبه، شما الان شنیدید، چه شخص شما که به خودتان می‌گویید  
من که یک موجود ناچیزی هستم؛ اصلاً ناچیز نیستید،  
احترامتان به خودتان بیشتر شد، خودتان رو قبول دارید،  
می‌دانید که به اصل اصل وصل هستید، می‌دانید که شما را هم  
زندگی سرشته است، خداوند سرشته است، و هرچیزی که اسمش  
را می‌گذارید ملائک، به شما سجده کرده است.

یعنی هرچیزی که در این جهان هست، تعظیم می‌کند به این  
هوشیاری ای که روی خودش قائم است، البته به غیر از  
شیطان، نماینده‌ی شیطان همان من‌ذهنی ماست، من‌ذهنی این

حضور را نمی‌شناسد، اینها هم اطلاعاتی ست که عطار و مولانا به ما می‌دهند.

## ای عجب تو کور خویش و ذره ذره در دو کون هزاران دیده دائم تا ابد حیران توست

می‌گوید ای عجب، ما انسانها نمی‌بینیم خودمان را. ما الان بیدار می‌شویم که در ما یک منی و تویی وجود دارد که از جنس خدایت است و اگر ما چوب لای چرخ زندگی نگذاریم؛ و با منمان دعا نکنیم و ستیزه نکنیم؛ و چیزی نخواهیم؛ این خدایت که الان با این خواسته‌ها و هم‌هویت شدن‌ها اونجا گیر کرده؛ دیگر ما هوشیارانه چوب لای چرخ نمی‌گذاریم؛ اجازه می‌دهیم که زندگی ما را از ذهن بیرون بیاورد؛ بزائوند و در صدد این کار است در همه‌ی انسانها، و سامان و نظم در زندگی ما موقعی پیش خواهد آمد که ما از ذهن زاییده بشویم و مادامی که در ذهن هستیم و با عینک جسمی به جهان نگاه می‌کنیم؛ ما روی خوشی را نخواهیم دید؛ کما اینکه ندیده ایم.

با مختصر بررسی هر کسی متوجه می‌شود که هرچه که بزرگتر شده است، سنش بالا رفته است، عقلش بیشتر شده است، چون من ذهنی اش هم رشد کرده، خوشی‌اش و شادی‌اش کمتر شده است. بچه بود شادتر بود؛ سوال باید بکند که من سنم بیشتر شده، پولم بیشتر شده، امکاناتم بیشتر شده، چرا پس زندگی ام کمتر شده است؟

به دلیل اینکه با عینک من ذهنی نگاه می‌کند؛ تمام ذرات عالم با دیده‌هاشان، حیران ما هستند؛ حیران من ذهنی نیستند؛ شاید هم تأسف می‌خورند؛ می‌گویند این انسان با این همه امکانات رفته و تو ذهن گیر کرده است. متوجه نیست، مرتب به خودش لطمه می‌زند و اونها تعجب می‌کنند که چرا این کار را می‌کند؟! و ما متوجه نیستیم.

تا ابد، دایم، زندگی این لحظه را می‌شناسد، دایم هم یعنی هر لحظه، تا ابد یعنی این لحظه‌ی ابدی، نه اینکه بی‌نهایت آینده. یعنی لحظه به لحظه زندگی منتظر است که ما انسانها از ذهن زاییده بشویم. و تمام ذرات عالم منتظر این کار هستند. و حیران ما هستند. هم منتظر اند و هم حیران ما؛ این موضوع در خیلی از جاها نوشته شده است.

البته تمام ذرات عالم از جمله ، نباتات ، از جمله جمادات، از جمله حیوانات واقعاً از این حالت حضور ما هوشیاری می‌گیرند؛ و آشنا می‌شوند و هوشیار می‌شوند به زیبایی خودشان. حالا این موضوع یک موضوع دیگه ای است.

## در دل عطار روشن گشت همچون آفتاب نیلگون فیروزه ای از کان توست کاسمان

می‌گوید: برای من مثل خورشید روشن شده است که، پس خودش اونجا بوده است، که این آسمان این فضا که اینقدر فضا دارد؛ اینقدر حالت کشش دارد ، حالت گشایش دارد که می‌تواند همه چیز را در خودش جا بدهد و مرتب هم کش می‌تواند بیاید؛ این یک فیروزه ای ، یک جواهری از معدن همین ما انسانهاست. کدام معدن؟ معدنی که وقتی ما از ذهن به صورت هوشیاری زاییده می‌شویم و روی خودمان قائم می‌شویم.

### مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۲۹۱

هوش را بگذار وانگه هوش‌دار  
گوش را بر بند وانگه گوش‌دار  
نه نگویم زانک خامی تو هنوز  
در بهاری تو ندیدستی تموز  
این جهان همچون درختست ای کرام  
ما برو چون میوه‌های نیم‌خام  
سخت گیرد خامها مر شاخ را  
زانک در خامی نشاید کاخ را  
چون بپخت و گشت شیرین لب‌گزان  
سست گیرد شاخها را بعد از آن  
چون از آن اقبال شیرین شد دهان  
سرد شد بر آدمی مُلک جهان  
سخت‌گیری و تعصب خامی است  
تا جنینی کار خون‌آشامی است  
چیز دیگر ماند اما گفتنش  
با تو روخُ القُدس گوید بی مَنش  
نه تو گویی هم بگوش خویشتن  
نه من ونه غیرمن ای هم تو من  
همچو آن وقتی که خواب اندر روی  
تو ز پیش خود به پیش خود شوی  
بشنوی از خویش و پنداری فلان  
با تو اندر خواب گفتست آن نهان  
تو یکی تو نیستی ای خوش رفیق  
بلک گردونی ودریای عمیق  
آن تو زفتت که آن نهصدتوست

قلزمست و غرقه گاه صد توست  
خود چه جای حد بیداریست و خواب  
دم مزن وَاللهَ اَعْلَمُ بِالصَّوَابِ  
دم مزن تا بشنوی از دم زبان  
آنچ نامد در زبان و در بیان  
دم مزن تا بشنوی زان آفتاب  
آنچ نامد در کتاب و در خطاب  
دم مزن تا دم زند بهر تو روح  
آشنا بگذار در کشتی نوح  
همچو کنعان کشنا می‌کرد او  
که نخواهم کشتی نوح عدو  
هی بیا در کشتی بابا نشین  
تا نگردي غرق طوفان ای مهین  
گفت نه من آشنا آموختم  
من بجز شمع تو شمع افروختم  
هین مکن کین موج طوفان بلاست  
دست و پا و آشنا امروز لاست  
باد قهرست و بلای شمع کُش  
جز که شمع حق نمی‌پاید خمش  
گفت نه رفتم بر آن کوه بلند  
عاصمست آن که مرا از هر گزند  
هین مکن که کوه کاهست این زمان  
جز حبیب خویش را ندهد امان  
گفت من کی پند تو بشنوده‌ام؟  
که طمع کردی که من زین دوده‌ام  
خوش نیامد گفت تو هرگز مرا  
من برئ‌ام از تو در هر دو سرا  
هین مکن بابا که روز ناز نیست  
مر خدا را خویشی و انباز نیست  
تا کنون کردی و این دم نازکیست  
اندرین درگاه گیرا ناز کیست؟  
لَمْ يَلِدْ لَمْ يُولَدْست او از قَدَم  
نه پدر دارد نه فرزند و نه عم  
ناز فرزندان کجا خواهد کشید؟  
ناز بابایان کجا خواهد شنید؟  
نیستم مولود پیرا کم بناز  
نیستم والد جوانا کم گراز  
نیستم شوهر نیم من شهوتی  
ناز را بگذار اینجا ای ستی  
جز خضوع و بندگی و اضطرار  
اندرین حضرت ندارد اعتبار  
گفت بابا سالها این گفته‌ای  
باز می‌گویی بجهل آشفته‌ای  
چند ازینها گفته‌ای با هرکسی  
تا جواب سرد بشنودی بسی

این دم سرد تو در گوشم نرفت  
خاصه اکنون که شدم دانا و زفت  
گفت بابا چه زیان دارد اگر  
بشنوی یکبار تو پند پدر؟  
همچنین می‌گفت او پند لطیف  
همچنان می‌گفت او دفع عنیف  
نه پدر از نصح کنعان سیر شد  
نه دمی در گوش آن اذبیر شد  
اندرین گفتن بدند و موج تیز  
بر سر کنعان زد و شد ریز ریز

اجازه بدهید در این قسمت چند بیت از مثنوی برایتان بخوانم که مربوط به کاری است که امروز انجام می‌دهیم. این مثنوی از دفتر سوم داستان معروف اختلاف کردن در شکل پیل است. این قصه را قبلاً به تفصیل صحبت کرده ایم و من الان قسمتی از آن را دوباره برایتان می‌خوانم.

هوش من ذهنی را کنار بگذار؛ اونموقع یک هوش دیگری در تو بالا می‌آید و اون موقع به هوش باش؛ با اون هوش کار کن.

این گوش حسی را ببرند، می‌گه این گوش حسی تو، وصل به اون ذهنه فعلاً، پس همه‌ی قضاوت‌ها و تفسیرها و یادگیری‌هایت را کنار بگذار. به محض اینکه می‌شنوی به ذهن می‌بری، یا حداقل وقتی می‌شنوی به ذهن مبر! قبل از آنکه به ذهنت ببری همونجا نگه دار. اونموقع گوش بده، قضاوت نکن.

معنی‌ش این نیست که ما می‌گوییم قضاوت نکن ما چیزهای مضر را با چیزهای مفید قاطی کنیم و هیچ تشخیصی نداشته باشیم.

نه این نیست. اون چیزی که من ذهنی انجام می‌دهد، قضاوت من دار است. معمولاً توام با واکنش است و بد و خوب کردن است و ناشی از اون نقصان من ذهنی است که می‌خواهد خودش را کامل کند.

با تشخیص اینکه اینجا چی هست که ممکن است به من اضافه شود و از اون شعار معروف «هرچی بیشتر بهتر» که من ذهنی قبول کرده است و همیشه یادش هست، نشأت می‌گیرد.

قبل از این می‌گفت من می‌خواهم یک چیزی به تو بگویم و تو وقتی گوش می‌کنی اینطوری گوش کن.

الان می‌گویند نه نمی‌گویم:

نه نگویم زان که تو خامی هنوز  
بهاری تو ندیدی تموز

می گوید: نه نمی گویم، برای اینکه تو هنوز خامی، در  
بهار هستی و یک میوه ای هستی که هنوز نارس هستی، کال  
هستی. چسبیده ای به درخت و هنوز آفتاب گرم تابستان را  
ندیدی تا برسی!

یعنی همونطوری که الان خواهیم دید، خودش هم می گوید:

این جهان همچون درخت است ای کرام  
او چون میوه های نیم خام

ما به صورت هوشیاری رفتیم به ذهنمان و ذهنمان جهان را  
نشان می دهد و چسبیده ایم به جهان، به صورت یک میوه نیم  
خام، یعنی نیم کال، نیم پخته، و هنوز نپزیدیم، هنوز  
آفتاب تابستان را ندیده ایم!

سخت گیرد خامها مر شاخ را  
خامی نشاید کاخ را

پس اگر ما هنوز به جهان نگاه می کنیم و از جهان و چیزهای  
این جهان زندگی می خواهیم، هویت می خواهیم، خوشبختی می-  
خواهیم، زیبایی می خواهیم و نمی دانیم که اینها از اعماق  
وجود ما می آید.

همون هوشیاری ای که اگر جدا بشود، روی خودش قائم بشود،  
منبع اینهاست. به طوری که عطار گفت که آسمان یک جواهری  
از اون کان است. تا زمانی که اون را نشناخته؛ سخت می-  
گیرد، خامها شاخ ها را.

یعنی میوه ی نارس سخت می گیرد شاخه را تا برسد. ما هم  
جهان را سخت گرفته ایم. چرا سخت گرفته ایم؟ چون هنوز  
اونقدر بالغ نشده ایم تا بفهمیم اون چیزهایی که ما می-  
خواهیم در جهان نیست. و به ما هم نگفتند. شاید بعد از  
این ما بچه هایمان را تربیت می کنیم، یا حتی دبستان،  
دبیرستان و دانشگاه؛ این چیزها را درس بدهند؛ که ما  
یواش یواش که بالغ می شویم چنگمان را شل کنیم از جهان!

سخت گیرد خامها مر شاخ را  
خامی نشاید کاخ را

زان که در

و وقتی که میوه کال باشد نمی‌چینند ببرند به کاخ پیش شاه بگذارند. ما هم تا زمانی که نرسیدیم، و به صورت هوشیاری نپخته هستیم؛ چسبیده ایم به جهان نمی‌آییم بیرون. پس معلوم می‌شود که خدا یا زندگی به این حضور ما احتیاج دارد؛ و طبق جلوی ایشان گذاشته می‌شود. یعنی وارد کاخ زندگی می‌شویم، برای اینکه رسیدیم؛ اگر برسیم البته!

### سست گیرد

### چون بپخت و گشت شیرین لب‌گزان شاخها را بعد از آن

اگر میوه ای برسد، بپزد و شیرین بشود؛ به طوری که آدم وقتی می‌خورد لب‌هاش رو بگزد؛ اینقدر شیرین شود، بعد از آن شاخها را سست می‌گیرد! مثلاً ما می‌بینیم سیب یا هلو وقتی می‌رسد؛ یک‌دفعه می‌افتد پایین. ما هم وقتی می‌رسیم، جهان را رها می‌کنیم. متوجه می‌شویم.

یک انسانی اگر به تجربیات خودش هم نگاه کند، شاید در پنجاه سالگی بفهمد دیگر؛ اونقدر که این برکات را از جهان خواست و به او نداد؛ و سرخورده اش کرد، متوجه می‌شود که دیگر از جهان نباید بخواهد. بنابراین فکرهايش را جدی نمی‌گیرد؛ برای اینکه فکرهايش مربوط به این جهان است، از آدمهای دیگر هم نمی‌خواهد، برای اینکه می‌فهمد خودش جسم شده بوده و آدمهای دیگر را هم جسم کرده بوده و از آنها خوشبختی می‌خواسته و آنها خوشبختی نداشتن که بدهند، بنابراین آنها مقصر نیستند؛ اشتباه خودش بوده و خوشبختی در درون خودش بوده است.

### چون از آن اقبال شیرین شد دهان سرد شد بر آدمی ملک جهان

همین که آدم مزه حضور رو بچشد، اقبال یعنی بخت، از اون بخت، پس معلوم می‌شود بخت چیست؟! بخت ما اون حضور ماست. تا زمانی که حضور ما از ذهن زاییده نشده و چسبیده به جهان، ما به صورت هوشیاری چسبیدیم به جهان، در جهان آدمها هستند؛ مثلاً ما چسبیده ایم به یک سری آدمها و از

اونها توقع زندگی داریم. خیلی ها اینطوری اند. چسبیدند به مقام، چسبیدند به پول، به پول!

حالا، چون از آن اقبال شیرین شد دهان، وقتی آدم دهانش شیرین بشود از اون بختی که روی خودش قائم می‌شود، دلش سرد می‌شود؛ می‌فهمد که در جهان خبری نیست؛ اینقدر حرص نمی‌زند؛ اینقدر خودش را اذیت نمی‌کند، اینقدر خودش را به در و دیوار نمی‌زند، برای اینکه بگوید هرچی بیشتر بهتر.

## تا جنینی

## سخت‌گیری و تعصب خامی است کار خون‌آشامی است

پس معلوم می‌شود سخت گرفتن، هر کسی سخت‌گیر است، یعنی مقاومت دارد به اتفاق این لحظه، با آدمها نمی‌سازد، این سخت‌گیر است، پس معلوم می‌شود جهان رو سخت گرفته است. این جهان فقط آدمها نیستند، هرچیزی به صورت مفهوم به ما ارائه شده در ذهن و ما به مفاهیم چسبیده ایم. وقتی سخت چسبیده ایم به مفاهیم، مفاهیم هم چیزها را نشان می‌دهد، آدمها را نشان می‌دهد، پول را نشان می‌دهد، مقام را نشان می‌دهد؛ هرچه بیشتر چسبیده است، محکمتر چسبیده است، سخت‌گیرتر است. مثل اون میوه که چسبیده، هرچقدر کالتر و نارستر سفتتر چسبیده است!

سخت‌گیری و تعصب که این حقیقت است، یک خامی است؛ تا زمانی که جنینی، همونطوری که جنین در شکم مادر دائماً خون می‌خورد، تا زمانی هم که داخل رحم ذهن هستیم باید خون بخوریم، باید استرس بکشیم، خشم بکشیم، پس متوجه می‌شویم جریان چیست، ما باید پخته بشویم و از ذهن زاییده بشویم.

هر چه زودتر بهتر، اگر نشویم تا زمانی که در ذهن هستیم با زیاد کردن کار درست نمی‌شود. برای اینکه زیاد هم نکنیم در ذهن مثل جنین هستیم و باید خون بخوریم؛ استرس بکشیم، پولمان زیادتر شود بیشتر استرس می‌کشیم، اما اگر زاده بشویم، پولمان زیادتر شود، چون با پول هم هویت نیستیم، می‌توانیم خرج کنیم در خدمت مردم، به خودمان خدمت کنیم، از اون لذت ببریم، خرج کنیم برای خودمان. بعضی ها پول دارند برای خودشان هم دلشان نمی‌آید خرج

کنند؛ حاضر نیستند خرج کنند حتی این مطالب را یاد بگیرند.

سخت گرفته اند ، پس ما سخت نمی‌گیریم . اگر سخت گرفتیم ، هر موقع دیدید مقاومت می‌کنید، رد نمی شوید از اتفاقات ، گیر می‌دهید، بدانید که یک سری باورها را سفت چسبیده اید. اونها رو باید رها کنید، باید بپزید، تا متوجه نشوید، شناسایی نکنید که این باورها به شما زندگی نمی‌دهند، پخته نمی شوید. باید نورافکن روی خودمان باشد و مدام خودمان را بررسی کنیم. با کسی هم کاری نداشته باشیم .

### چیز دیگر ماند، اما گفتنش گفت بی منش با تو روح القدس

اینجاهاش خیلی قشنگ است. یک چیز دیگری مانده که به تو گفته شود ، اولش گفت من اسرار را می‌گویم ، بعد گفت نمی گویم برای اینکه تو هنوز خامی و چسبیده ای ، ولی الان می گوید چیز دیگر مانده باید گفته بشود؛ اما به تو روح می‌گوید اون رو، روح چیست؟ همین هوشیاری، هوشیاری خودش به تو می‌گوید من نمی گویم؛ از کس دیگری نمی توانی بشنوی، الان دارد توضیح می دهد.

این مطلب بسیار بسیار مهم است که **خرد بوسیله‌ی هوشیاری** به گوش هوشیاری گفته می‌شود. ما باید تسلیم بشویم و یواش یواش خودمان را از جنس اون هوشیاری بکنیم که از اول بودیم .

### نه تو گویی به گوش خویشتن غیر من ای هم تو من نه من و نه

می گوید که، روح القدس به تو می‌گوید، می‌گوید نه تو می‌گویی به گوش خودت؛ نه من می گویم نه غیر من، درحالی که تو من هستی.

ما انسانها به لحاظ هوشیاری یکی هستیم ، خدایت هستیم ، به لحاظ جسمی جدا هستیم . چون الان من ذهنی داریم ، فکر می کنیم که مثلاً این و اون باید به ما بگویند؛ در حالی که اینکه ما بدانیم از چه جنسی هستیم ، خودمان به گوش خودمان می‌گوییم .

## همچو آن وقتی که تو خواب اندر روی ز پیش خود به پیش خود روی

می‌گوید آن وقتی که تو خواب می‌روی؛ تو به عنوان هوشیاری  
می‌روی پیش هوشیاری. خوب، بعد

## بشنوی از خویش و پنداری فلان اندر خواب گفته است آن نهان

تو وقتی خواب می‌روی خودتی فقط؛ یک دفعه خودت که هوشیاری  
هستی به جای خودت می‌نشینی؛ یک دفعه، به جای یکی دیگر  
می‌نشینی، به جای یکی دیگر می‌نشینی، با اون گفتگو می‌کنی،  
اونجا که اون نیست. پس هوشیاری توست که به جای همه  
اونها می‌نشینند، این را تمثیل می‌زند. می‌خواهد بگوید که  
یک هوشیاری هست در جهان و همه اون هستند. ظاهرش یک کس  
است، باطنش یک نفر بیشتر نیست.

همونطور که در خواب یک نفر بیشتر نیست، ما خوابیده ایم،  
ما داریم خواب می‌بینیم، اونجا که دیگر کسی نیست که.  
درست است؟!

می‌خواهد بگوید که چطور ممکن است یک آدم به گوش خودش  
حرف بزند، مثل اینکه خواب می‌رود، خودش با خودش حرف می‌-  
زند یا خودش با یکی دیگر حرف می‌زند. در حالی که یک  
هوشیاری بیشتر نیست. پس اینی که داریم می‌گوییم ما  
هوشیاری هستیم داریم می‌آییم به این جهان، به صورت یک  
هوشیاری برمی‌گردیم روی خودمان، خودمان با خودمان می‌-  
گوییم چیزها را. پس در ذات این هوشیاری خرد هست، خودش  
به یاد خودش می‌آورد، خودش به خودش می‌گوید و شما معدن  
اون هستید. دارد این چیزها را می‌گوید!

## تو یکی تو نیستی ای خوش رفیق گردونی و دریای عمیق

پس ای خوش رفیق، ای دوست من، تو یکی این من ذهنی نیستی،  
فقط این من ذهنی نیستی. بلکه یک آسمان هستی، گردون  
یعنی آسمان، بارها گفتیم که ما مثل آسمان بزرگ هستیم،  
الان هم عطار به ما گفت که این آسمان، یک جواهری از  
آسمان ماست یعنی ما اینقدر فضاگشا و فضا دار هستیم. بلکه  
گردونی و آسمان هست و دریای عمیق؛ یعنی هم می‌توانیم

آسمان بی‌نهایت باشیم و هم دریای با عمق بی‌نهایت ما انسانها. در صورتی که از من ذهنی زاییده بشویم. در من ذهنی کوچک هستیم. کال مثل یک میوه چسبیدیم به جهان، جهان را هم چه چیزی به ما نشان می‌دهد؟ ذهن

### آن تو زفتت که آن نهصد توست غرچه‌گاه صد توست قلزمست و

آن تو بزرگ تو، زفت یعنی بزرگ، پس ما یک تو کوچک داریم و یک تو بزرگ. امروز عطار هم به ما گفت. آن تو بزرگ تو که نهصدتو است، نهصد علامت بسیاری، یعنی خیلی بزرگ است دریاست؛ قلزم است و هزاران تا مثل تو را می‌تواند در خودش غرق کند. تو کوچک را، اونطوری که ما خودمان را می‌بینیم که باید چیزها به ما اضافه بشود تا زندگی پیدا کنیم. سر چیزهای کوچک واکنش نشان می‌دهیم؛ تحمل نداریم؛ صبر نداریم؛ سر چیزهای کوچک خشمگین می‌شویم؛ ما عمق بی‌نهایت داریم.

بارها این رو گفتیم؛ خدا دو تا خاصیت دارد؛ یکی ابدیت و یکی بی‌نهایت. ابدیت یعنی بی‌نهایت این لحظه، این لحظه ابدی است؛ زنده شدن به این لحظه، و بی‌نهایت هم به صورت بی‌نهایت عمق در ما تجربه می‌شود. و اگر خودمون را بشناسیم پس خدا را هم می‌شناسیم. اگر بی‌نهایت عمق و ابدیت را شناختیم پس خدا را هم شناخته ایم. دارد اینها را می‌گوید!

می‌گوید قلزم است و غرچه‌گاه صد تا، می‌توانستیم بگوییم صدتو است، یعنی صد تو یا صد تا تو است. بعد می‌گوید:

### خود چه جای حد بیداریست و خواب مزن و الله و اعلم بالصواب دم

می‌گوید من گفتم، تمثیل زدم که آدم خواب می‌بیند؛ و در حال خواب با یکی حرف می‌زند، درحالی که یک نفر است، پس یک هوشیاری هست، آدم وقتی خواب می‌بیند می‌رود پیش خودش. نه اینها تمثیل خوبی نبود، جای بیداری و خواب نیست. بلکه بهتر است دم نزن، دم نزن یعنی حرف نزن و خاموش بشوی، خودت اون دریای بی‌نهایت عمیق را حس می‌کنی. لازم نیست من با صحبت به تو بگویم!

دم مزن و الله اعلم بالصواب ، یعنی خداوند به درستی و راستی داناتر است؛ یعنی لازم نیست که ما حرف بزنی بلکه بهتر است که خدا خودش بگوید که چقدر عمیق و چقدر زنده هست و این زندگی ابدی است!

## آنچه

## دم مزن تا بشنوی از دم زنان نآمد در زبان و در بیان

تو حرف نزن ، خاموش باش؛ پس دم مزن یعنی چه؟ یعنی کاملاً ذهن را خاموش کن. یعنی این هوشیاری جسمی را که در اثر تحریک ذهن ، بوسیله‌ی تحریک‌های بیرونی بوجود می‌آید به صفر برسان؛ دم مزن. نه که حرف نزن ولی ذهنت مرتب این لحظه یک فکر ، لحظه دیگر یک فکر، نه ذهنت را خاموش کن. خاموش کردن ذهن شناسایی این مطلب است که در جهان بیرون زندگی نیست، هویت نیست، خوشبختی نیست. در چیزها نیست.

نه که چیزها را ما لازم داریم برای زندگی؛ ما باید پول در بیاوریم، کار کنیم، البته کار ما مهم است ، که این خرد ما و عشق ما می‌ریزد به کارمان. از طریق کارمان ما سرویس می‌دهیم به مردم. کسی که بی‌کار است و توقع پول دارد و توقع درآمد دارد، این آدم بدبختی است؛ ما آفریده شدیم سرویس بدهیم، کار خیلی چیز خوبی است؛ بعضی‌ها فرار می‌کنند.

می‌گویند که ، اگر ما خوب شناسایی کردیم که زندگی در جهان بیرون نیست؛ قضاوت فروکش می‌کند، جستجو در جهان بیرون فروکش می‌کند، واکنش فروکش می‌کند، می‌گوییم آقا من برای چه واکنش نشان می‌دهم. مگر چه می‌خواهد بشود حالا! اضافه بشود یا نشود زندگی من که زیادتر نمی‌شود!

در نتیجه ذهن سرعتش می‌آد پایین، که هر لحظه من باید یک فکری بکنم ، این فکر من قضاوتی باشد، که ببینم چه خبری است اینجا، اصلاً به من مربوط نیست چه خبر است. هر خبری می‌خواهد باشد. اینها کارهایی است که پیش می‌آید، کجا ختم می‌شود. در دم نزن!

## دم مزن تا بشنوی از دم زنان

این دم‌زنان انسانهای معنوی اند. دم‌زنان را می‌توانیم زندگی هم بگیریم که می‌خواهد دم بزند از طریق ما ، ما

خفه اش کردیم. ما به زندگی می‌گوییم تو فعلاً حرف نزن من دارم حرف می‌زنم. مرتب از اون زیر می‌گوید بابا حرف را من بلدم، تو چرا حرف می‌زنی؛ بزار من بگویم چه بگو، تو بگو دیگر حالا می‌گوییم نه!

دم مزن تا بشنوی از دم زنان، پس دم‌زنان انسانهای معنوی اند، خود زندگی هم همینطور

### آنچه نامد در زبان و در بیان

اونی که در زبان نمی‌آید، اونی که به گفته نمی‌آید، اونی که به گفته نمی‌آد چیست؟ اون عشق است، اون خرد است، اون خلایقیت است، اون به ظهور رساندن استعدادها باطنی است؛ در زبان و در بیان، زیبایی است، زیبایی را من چه جوری به زبان بیاورم؟

### دم مزن تا بشنوی زان آفتاب در خطاب و آنچ نامد در کتاب و

پس تو ذهنت را خاموش کن، عطار گفت اگر تو ذهنت را خاموش کنی، از بود و نابودت بگذری، اون زیر خورشید رو می‌بینی، خورشید جلویت راه می‌رود، اینجا هم همین را می‌گوید.

دم مزن تا بشنوی زان آفتاب، آفتاب رمز زندگی است، خداست یا انسان معنوی. ما از بس دم می‌زنیم، نمی‌شنویم مولانا عطار و بقیه ی بزرگان چه می‌گویند، مخصوصاً اون کسی که از درون ما می‌خواهد دم بزند که در کتاب و خطاب نمی‌آید، در کتاب نیست.

برای اینکه تا شما می‌خواهی یک چیزی را بنویسی، چیز خوب را، حالا ما اینها را تفسیر می‌کنیم و تا حدودی در می‌آوریم معانی را. ولی این لحظه که این خرد از شما بجوشد، این زندگی از شما بجوشد، این شادی در ذرات وجود شما ارتعاش کند؛ اون را که ما تو کتاب نمی‌توانیم بنویسیم که کتاب که چه جوری بخونین شما این را؟ باید بیان بشود، این لحظه باید زنده باشی تو.

برای همین می‌گوید:

## دم مزن تا بشنوی زان آفتاب نامد در کتاب و در خطاب

زان که

### دم مزن تا دم زند بهر تو روح آشنا بگذار در کشتی نوح

می گوید: تو دم مزن، تا روح برای تو صحبت کند، همین هوشیاری که تو هستی ها، همین هوشیاری شروع کند، ذهنت را بکار می‌گیرد، وقتی صفر شدی، آفتاب شروع می‌کند، آفتاب هم از ذهن تو استفاده می‌کند؛ الان دیگر ذهنت ساده شده است.

تا دم زند بهر تو روح، تو بیا شنا را بگذار در کشتی نوح. حالا می‌آید داستان نوح را می‌گوید. کشتی نوح کشتی خداست، کشتی وحدت است، کشتی وحدت در واقع فضای یکتایی است در این لحظه است. ما چاره ای نداریم که این جهان را که در واقع دریای ذهن است، رها کنیم و برویم به کشتی نوح.

کشتی نوح فضای یکتایی است؛ تو بیا شنا را بگذار. آشنا بگذار؛ در حالی که طوفان شده و تو می‌خواهی شنا کنی؛ و نوح هم کشتی اش آماده است؛ نوح در اینجا رمز خداست، کشتی اش هم فضای یکتایی است و طوفان هم طوفان بلاست.

طوفان بلا، آیا برای ما می‌آید یا نمی‌آید؟ می‌آید. برای چه می‌آید، برای اینکه با من ذهنی، با شعار هر چی بیشتر بهتر و با حرص و مقاومت و چسبیدن به دنیا و اینها پیش می‌رویم. و روان شناسان مخصوصاً می‌گویند، اسمش را گذاشته اند بحران میان سالی! حوالی چهل، چهل و پنج یک دفعه انسانها حس پوچی می‌کنند. می‌بینند همه‌چیز دارند ولی یک-چیزی کم است، شروع می‌کنند به ملامت کردن دیگران، مخصوصاً همسر، پدر، مادر، این دنیا که چرا من خوشبخت نیستم؟ خوب طوفان آمده!

ما اگر زیادی در ذهن بایستیم، طوفان ما را می‌گیرد؛ وقتی طوفان ما رو می‌گیرد، الان نوح دارد به پسرش نصیحت می‌کند، که تو شنا را رها کن، بیا در کشتی یکتایی.

که نخواهم

همچو کنعان کاشنا می‌کرد او  
کشتی نوح عدو

ما مثل پسر نوح هستیم که اسمش کنعان بود و فرض کنید طوفان است و کشتی نوح آماده است و نوح هم به پسرش می-گوید که : بابا بیا سوار کشتی بشو. این مذاکره ی ما به عنوان من ذهنی و زندگی است.

زندگی به ما می‌گوید بیا طوفان دارد می‌آید و این طوفان بلاهای زندگی است. بلاهای زندگی برای این می‌آید که تو در ذهن گیر کردی و ما هم گوش نمی‌کنیم.

همچو کنعان کاشنا می کرد او. کنعان شنا می‌کرد روی آب، فرض کن سطح آب هم بالا آمده است. این فرضی است ، این تمثیل است! که من کشتی نوح دشمن را نمی خواهم، ما می-گوییم که نوح، خدا ، دشمن ماست یا نه؟ البته به زبان حال می‌گوییم، همین که با اتفاق این لحظه ما می‌جنگیم، همین که تسلیم نمی‌شویم، همین که مقاومت داریم، همین که اتفاق این لحظه را قضاوت می‌کنیم، و چیزی بر اساس خواسته های نفس‌آلوده ی من ذهنی می‌خواهیم، اینها چیست؟ اینها همین جنگ است دیگر!

که می‌گوییم این لحظه دشمن ماست، ما می‌گوییم به عنوان من ذهنی؛ این لحظه زندگی ست ، خداست ، چطور دشمن شماست؟

می‌گوید : من نخواهم کشتی نوح دشمن رو

### هی بیا در کشتی بابا نشین طوفان ای مهین

می‌گوید: مهین یعنی طفلی، خار ، ذلیل، می‌گوید که بیا در کشتی بابا نشین؛ زندگی می‌گوید به ما. به ما می‌گوید با اینهمه زحمت و گرفتاری که داری شنا می‌کنی، تو بیا فضای یکتایی!

### گفت نه، من آشنا آموختم شمع تو شمع افروختم

پسر نوح، کنعان می گوید نه من رفتم و شنا یاد گرفتم، همونطوری که ما می‌گوییم، ما می‌گوییم رفتیم دانشگاه؛ علم یاد گرفتیم، بلدیم.من شنا کردن یاد گرفتم. امروز عطار هم به ما گفت که تو مبین و تو مدان. این کنعان هم همین را گفت، من شنا یاد گرفتم ، به غیر از شمع تو ، یعنی

شمع خدا، شمع حضور، ما شمع افروختیم. این شمع من ذهنی است.

می‌گوییم یا نمی‌گوییم؟ البته که می‌گوییم، ما شمع من ذهنی افروختیم، ما به زندگی می‌گوییم. با اتفاق این لحظه می‌ستیزیم، ما تسلیم نیستیم، می‌گوییم که ما شمع من ذهنی خودمان را افروختیم. می‌گوییم ما به تو احتیاجی نداریم. حالا نوح می‌گوید:

### هین مکن کاین موج طوفان بلاست آشنا امروز لاست دست و پا و

زندگی به ما به زبان حال می‌گوید؛ نکن این موج طوفان بلاست. ما تجربه کردیم یا نه؟ اگر شما خشم دارید، استرس دارید، نگرانی دارید، گیج شدید، حس جدایی می‌کنید و متوقع هستید از جهان بیرون و از انسانها و واقعاً ناامید شدید؛ موج طوفان بلا شما را گرفته. نوح به شما می‌گوید، خدا به شما می‌گوید، دست و پا و آشنا امروز لاست. دست و پا، همان توانایی های من ذهنی تو و اینکه شنا می‌کنی و کارت را با اونها پیش می‌بری امروز لاست. یعنی هیچ است، بدرد نمی خورد!

### باد قهر است و بلای شمع کش شمع حق نمی‌پاید خموش

این باد قهر خداست، توجه می‌کنیم؛ قرار بر این بوده است که ما به عنوان هوشیاری بیایم به این جهان، یک مدت کوتاهی در ذهن باشیم و من داشته باشیم، بعد من داشتن مجاز نیست.

اینطوری که ما پیش رفتیم و قهر و ترس و استرس و مقایسه و حسادت و اینها و رنجش و کینه؛ اینها قرار نبوده؛ اینها را ما بیش از حد جلو رفتیم. بیش از حد به جهان اهمیت دادیم؛ به ما یاد دادند همه چیز در جهان است؛ یاد ندادن که همه چیز در درون ماست. می‌گوید این باد قهر خداست و بلای شمع کش است، این بلا به تو ثابت خواهد کرد که هر شمع من ذهنی خاموش خواهد شد. به غیر از شمع حق؛ یعنی شمع حضور. یعنی محاصره شدیم ما هر کاری بکنیم نمی‌شود، به غیر از اینکه از ذهن بیایم بیرون؛ همین حرفهایی که امروز زدیم و این شمع خدایی را روشن کنیم. به عنوان

حضور از ذهن زاییده بشویم و خاموش باش. اینها رو نوح می-گوید به پسرش.

باد قهرست و بلای شمع‌کش؛ جز که شمع حق نمی‌پاید، یعنی پایدار نیست. خاموش!

### گفت نه رفتم بر آن کوه بلند آن که مرا از هر گزند عاصمت

گفت که ، پسر نوح گفت، نه، من دارم می‌روم به سر آن کوه بلند، عاصم یعنی نگهدارنده. آن کوه مرا از هر گزند نگه می‌دارد ! یعنی آب سطحش می‌آید بالا، طوفان است یا هرچیزی من می‌روم بالای کوه. کوه چیست؟ کوه بلند، همون چیزی که ذهن ما نشان می‌دهد، بزرگترین دانش. بزرگترین دانش ذهنی، بزرگترین باورها، بهترین باورها. نگه می‌دارد ما را؟ آیا شما با این بزرگترین دانشهای ذهنی توانسته اید مسئله رابطه با همسران ، با بچه هایتان ، با دوستانتان را حل کنید؟ توانسته اید ؟ به زور شد؟ نه نشد . پس عاصم نیست؛ نگه دارنده نیست.

دوباره نوح می‌گوید:

### هین مکن که کوه گاه است این زمان جز حبیب خویش را ندهد امان

از زبان نوح می‌گوید، از زبان خدا می‌گویند، از زبان زندگی می‌گویند؛ هر چه که اسمش را می‌گذارید. می‌گویند که نکن ! این کار رو نکن! برای اینکه کوه، بزرگترین علم عالم، گاه است این لحظه، کمکی نمی‌کند، فقط به دوستهای خودش امان می‌دهد؛ دوستهای خودش چه کسانی هستند؟ اونهایی هستند که از جنس خودش اند. اونیه که به عنوان هوشیاری رفته در ذهن و اصرار دارد به من ذهنی، به اون امان نمی‌دهد! حبیب یعنی دوست.

### گفت من کی پند تو بشنوده ام که گمان کردی که من زین دوده ام

پسر نوح می‌گوید، یعنی ما می‌گوییم؛ من کی پند تو را شنیده ام؟ تو پدر منی ، این همه به من پند دادی کی من شنیده ام؟ نصیحت کردی. که الان طمع کردی یعنی انتظار

داری که من از دودمان تو باشم. از خانواده‌ی تو باشم.  
دوده ام یعنی دودمانم.

انگار ما به زندگی بگوییم ما کی به حرف تو گوش دادیم که  
تو فکر کردی ما از جنس تو هستیم! ما که از جنس تو  
نیستیم! ولی ما از جنس زندگی هستیم. ما از جنس هوشیاری  
هستیم.

### خوش نیامد گفت تو هرگز مرا بری ام از تو در هر دو سرا من

راست هم می‌گوید، ما هیچ موقع از اتفاق این لحظه خوشمان  
نیامده؛ خوش نیامد گفت من هرگز تو را؛ هیچ موقع از  
سخنهای تو من خوش نیامده. پسر نوح دارد به پدرش می-  
گوید؛ ما داریم به زندگی می‌گوییم. ما از تو در هر دو  
سرا بری هستیم. بری یعنی دور. آیا این درسته؟ به نظر  
شما اینجوری که ما حرف می‌زنیم، با این وضعیتی که  
امروز توجیه کردیم؛ این رفتار ما که با این لحظه می  
ستیزیم، از این لحظه فرار می‌کنیم؛ با این لحظه مخالفت  
می‌کنیم؛ این درسته؟ نه درست نیست.

حالا نوح می‌گوید:

### هین مکن بابا که روز ناز نیست خدا را خویشی و انباز نیست مر

میگوید که: بابا جان، امروز روز ناز نیست، من می‌گویم  
بیا سوار کشتی بشو؛ تو هی می‌گویی که من شنا بلدم و شمع  
خودم رو افروختم و فکر خودم رو دارم و می‌روم سر اون  
کوه. ناز داری می‌کنی؛ امروز روز ناز نیست. من چقدر ناز  
تو رو بکشم؛ اینها را از زبان زندگی می‌گوید؛ چقدر زحمت  
کشیدم، چقدر به زبانهای مختلف گفتم.

مر خدا را خویشی و انباز نیست؛ یعنی خدا شریک ندارد و  
خدا فامیل ندارد. یعنی الان پایین می‌گوید یا تو تسلیم می-  
شوی و یا از بین می‌روی.

### تاکنون کردی و این دم نازکیست این درگاه گیرا ناز کیست؟ اندر

می گوید که : تا حالا ناز کردی، ما انسانها ناز کردیم، حالا اسمش رو بگذار ناز، ولی حالا دم باریکیست؛ حالا خیلی حساس شده قضیه! مخصوصاً کسی که چهل ، پنجاه سال دارد؛ این لحظه براش خیلی باریک و نازکه! یک ذره جلوتر برود ، این میزند و خرد می کند.

ما نمی خواهیم در اثر اقامت زیاد در ذهن، و مخالفت با زندگی و فرار از این لحظه، و مقاومت و واکنش بدنمان را خراب کنیم؛ دچار امراض بشویم ، گیج بشویم ، اونقدر هوشیاری ما بیاید پایین که ما نفهمیم جریان چیست؛ این درسها رو نفهمیم. برای اینکه انسان اینقدر هم مقاوم نیست، در اثر فشارهای روحی خرد می شود. گیج می شود. خیلی ها قرص اعصاب می خورند. چند ماه یک بار اضافه می کنند، هوشیاری شان پایین می آید ؛ متوجه نمی شوند؛ بدنشان را خراب می کنند.

تاکنون کردی؛ تا حالا ناز کردی ، حالا این لحظه ی باریکی ست، و در این درگاه خدا می گوید، خلاصه ناز هیچ کس نمی گیرد؛ گیرا ناز کیست، یعنی به ناز هیچ کس گوش نمی کند؛ باید از ذهن متولد بشوی و اگر در آن بمانی ناز هیچ کس را نمی خرد!

نه

### لم یلد لم یولدست او از قدم پدر دارد و نه فرزند و نه عم

می گوید: خدا و اصل تو، هر دو، لم یلد لم یولد است، یعنی نه زاییده شده و نه زاده است؛ از قدم، قدم یعنی قدیم. از قدیم. پس بنابراین خدایت ما هم ، یعنی هوشیاری نه زاده شده و نه می زاید. اون چیزی که درست می شود، اینها همه فرم است، هوشیاری نه می زاید نه زاده می شود. می آید به این جهان، برمی گردد روی خودش قائم می شود. و اسمش را بگذار خدایت ، لم یلد لم یولد است، از قدیم، نه پدر دارد ، نه فرزند و نه عم. یعنی فامیل هم ندارد؛ پس حضور در این جهان فامیل ندارد . یک حضور بیشتر نیست.

ناز فرزندان کجا خواهد کشید؟  
ناز بابایان کجا خواهد شنید؟

مولانا با این لطفی که دارد؛ این تأخیر ما در ذهن و ادامه ی گرفتاری را اسمش را می‌گذارد ناز!

نوح می‌گوید که ، تو و خدا هر دو از یک جنس هستید و بنابراین پدر و مادر و عمو و این چیزها را نمی‌شناسد؛ ناز فرزندان را نمی‌کشد، من ناز تو را می‌کشم ولی خدا نمی‌کشد و ناز بابایان را نمی‌شنود.

### نیستم مولود پیرا کم بناز والد جوانا کم گراز نیستم

اینها را خدا می‌گوید: من مولود نیستم؛ یعنی من بچه‌ی کسی نیستم؛ ای پیر کم ناز کن و پدر و مادر کسی هم نیستم؛ ای جوان کم ناز کن. کم زاری کن!

### نیستم شوهر نیم من شهوتی اینجا ای ستی ناز را بگذار

شوهرم نیستم. دارد می‌گوید که، نوح به پسرش می‌گوید که: نگاه کن خدا از این چیزها نیست؛ من دارم منت تو را می‌کشم ، ولی تو هر چه زودتر، یعنی ما هر چه زودتر از ذهن باید بپریم بیرون! خدا نه شوهر است که زنش برود و ناز کند و شوهر چون شهوتی است، ناز زنش را بکشد!

### نیستم شوهر نیم من شهوتی را بگذار اینجا ای ستی ناز

ای پاکیزه دامن، ای خاتون ناز را بگذار، یعنی همه ناز را بیاندازید زمین. اینجا جای ناز نیست.

### جز خضوع و بندگی و اضطراب اندرین حضرت ندارد اعتبار

از زبان نوح می‌گوید، می‌گوید که جز تواضع ، و تسلیم و اضطراب و اینکه بگوییم که از دست ما کاری ساخته نیست؛ تسلیم ایم، عقل ما صفر است، عقل ما نمی‌رسد؛ در این بارگاه هیچ چیز دیگری اعتبار ندارد! نه فامیل می‌شناسد، نه بچه است و نه پدر و مادر است، هیچ کدام از اینها را نمی‌شناسد.

باز می-

گفت بابا سالها این گفته ای  
گویی به جهل آشفته ای

گفت بابا جان، چندین سال این حرفها را می‌زنی، دوباره تکرار می‌کنی، نادانی تو را آشفته کرده است. واقعاً این جواب زندگی است که ما باید بدهیم؟ سالها به زبان مختلف به ما می‌گوید که تو بیا تو کشتی بابا نشین، و از این گرفتاری های ذهن و من ذهنی من تو را خلاص کنم. ما باید این جواب را بدهیم؟

باز

گفت بابا سالها این گفته ای  
می‌گویی به جهل آشفته ای

تا

چند از اینها گفته ای با هر کسی  
جواب سرد بشنودی بسی

چقدر از این حرفهای بی‌مصرف با همه گفتی؛ البته پسر نوح می‌گوید که تو جوابهای سرد و سربالا شنیدی از همه.

خاصه اکنون

این دم سرد تو در گوشم نرفت  
که شدم دانا و زفت

این حرفهای بی‌مصرف تو هیچ موقع به گوش من نرفته. آیا به گوش ما رفته یا نرفته؟ حالا شما از خودتان سوال کنید. به زبانهای مختلف زندگی با ما حرف زده، گفته بیا در این کشتی بابا نشین، به گوش شما رفته؟ گفته حرص نزن، حسادت نکن، درد ایجاد نکن، دردها را بیانداز.

ما گفتیم الان می‌گویی؟ الان که بزرگ شدم و دانا شدم. خاصه، مخصوصاً الان، پنجاه سالمه، همه چیز را می‌دانم!

بشنوی تو

گفت بابا چه زیان دارد اگر  
یک بار پند پدر؟

نوح می‌گوید، زندگی هم به ما می‌گوید، می‌گوید چه زیان دارد اگر یک بار حرف من رو بشنوی. اینکه می‌گویم بیانداز وزنه ها را، درست مثل آتش است. درست مثل آتش سوزانی که تو دستت گذاشته ای. یک دفعه بگذار زمین بزار همه بیافتد. چه می‌شود اگر یک بار پند من رو بشنوی؟ پند پدر را.

## همچنین می‌گفت او پند لطیف می‌گفت او دفع عنیف

### همچنان

همینطور نوح پند لطیف می‌گفت، همینطور زندگی به ما پند لطیف می‌دهد؛ همچنان کنعان پسر نوح جوابهای توام با خشونت و نه می‌داد، مثل ما. مرتب زندگی پند لطیف به ما می‌دهد ولی ما با خشونت، با واکنش، با درد جوابش را می‌دهیم. عنیف یعنی خشن، باخشونت.

## نه پدر از نصح کنعان سیر شد در گوش او ادبیر شد

### نه دمی

نه پدر از نصیحت کردن کنعان سیر شد، نه یکی از حرفهای نوح به گوش آن بدبخت رفت.

امیدوارم مال ما اینطوری نباشد.

## اندر این گفتن بدند و موج تیز کنعان زد و شد ریز ریز

### بر سر

همینکه نوح نصیحت می‌کرد و اون با خشونت جواب می‌داد و می‌گفت نه، در این گفتگو بودند که یک خیزآب عظیم، یک موج بزرگ، بر سر کنعان زد و کنعان ریز ریز شد.

خوب اجازه بدهید در اینجا مطلب را خاتمه بدهیم. امیدوارم شما پند نوح یا زندگی را که به زبانهای مختلف می‌دهد را بشنوید تا این موج تیز بر سرمون نزند!

پایان