



هین، که هنگام صابران آمد  
وقت سختی و امتحان آمد  
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۸۴  
بس دعاها کان زیانست و هلاک  
وز کرم می نشنود یزدان پاک  
مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۴۰  
برنامه ۵۱۸

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۸۴

هین که هنگام صابران آمد  
وقت سختی و امتحان آمد  
این چنین وقت عهدها شکنند  
کارد چون سوی استخوان آمد  
عهد و سوگند سخت سست شود  
مرد را کار چون به جان آمد  
هله، ای دل، تو خویش سست مکن  
دل قوی کن که وقت آن آمد  
چون زر سرخ اندر آتش خند  
تا بگویند زر کان آمد  
گرم خوش رو به پیش تیغ اجل  
بانگ برزن که پهلوان آمد  
با خدا باش و نصرت از وی خواه  
که مددها ز آسمان آمد  
ای خدا آستین فضل فشان  
چونک بنده بر آستان آمد  
چون صدف ما دهان گشادستیم  
کابر فضل تو در فشان آمد  
ای بسا خار خشک کز دل او  
در پناه تو گلستان آمد  
من نشان کرده‌ام تو را که ز تو  
دلخوشی‌های بی‌نشان آمد  
وقت رحمت و وقت عاطفت است  
که مرا زخم بس گران آمد  
ای ابابیل، هین، که بر کعبه  
لشکر و پیل بی‌کران آمد  
عقل گوید مرا: خمش کن، بس  
که خداوند غیب دان آمد



من خمش کردم، ای خدای، لیکن  
 بی من از خان من فغان آمد  
 ما رَمَيْت اذْ رَمَيْت هم ز خداست  
 تیر ناگه کز این کمان آمد

\*



متن کتیبه سر در معبد آپولو در دلفی یونان  
**خودت را بشناس.**

Know thyself gnothi seauton.

\*

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۳۵

**دزدیدن مارگیر ماری را از مارگیری دیگر**

دزدکی از مارگیری مار برد  
 ز ابلهی آن را غنیمت می‌شمرد  
 وا رهید آن مارگیر از زخم مار  
 مار کشت آن دزد او را زار زار  
 مارگیرش دید، پس بشناختش  
 گفت: از جان مار من پرداختش  
 در دعا می‌خواستی جانم ازو  
 کش بیابم، مار بستانم ازو  
 شکر حق را، کان دعا مردود شد  
 من زیان پنداشتم، آن سود شد



بس دعاها کان زیانست و هلاک  
وز کرم می‌نشنود یزدان پاک

[مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۹۰۷](#)

گر شوم مشغول اشکال و جواب  
تشنگان را کی توانم داد آب  
گر تو اشکالی بکلی و حرج  
صبر کن، الصَّبْرُ مِفْتَاحُ الْفَرْجِ

\*

با سلام و احوالپرسی برنامه گنج حضور امروز را با [غزل شماره ۹۸۴](#) از دیوان شمس مولانا شروع می‌کنم:

[مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۸۴](#)

هین که هنگام صابران آمد  
وقت سختی و امتحان آمد

هین، به دو معنی ست. یعنی:

زود باش. عجله کن. و یا اینک.

هنگام یعنی: موقع، دوره.

صابران، یعنی کسانی که صبر می‌کنند.

مصرع دوم بیت هم، اشاره می‌کند که **وقت سختی و امتحان هست**.

کاری که هنگام صبر می‌خواهیم انجام دهیم، سخت است و ما مرتب امتحان می‌شویم.

همانطور که بارها گفتیم:

" ما انسان‌ها از جنس **زندگی** هستیم، از جنس **بودن** هستیم، از جنس **هشیاری** هستیم "

همه این کلمات از جنس فکرند و به صرف اینکه به ذهن می‌گوییم و می‌دانیم که از جنس خداییت هستیم، ما را از جنس خداییت نمی‌کند.

این را هم می‌دانیم که ما بعنوان هشیاری بی‌فرم، از طریق فکرهامان جذب جهان مادی هستیم.

در این جهان، برای ما، چیزهایی مهم و جدی است و ما با آنها هم هویت ایم.



هشیاری، که ما باشیم، یا گاهی اوقات می‌گوییم: **بودن**، یا **زندگی**، یا **خدائیت**، با این محتویات زندگی ما، هم هویت است. و اگر ما می‌دانیم که چه چیزی در این جهان، برای ما مهم است و جدی است و با آنها هم هویت ایم، بنابراین: ما می‌دانیم چه چیزی خوب است و چه چیزی بد است و ذهن ما مرتب قضاوت خواهد کرد.

بنابراین، آنکه ما الآن هستیم و خیلی از انسانها هستند، باشندده ای ست فکری، بنام منِ ذهنی که می‌داند چه چیزی مهم است و چه چیزی مهم نیست و بنابراین، یاد گرفته قضاوت کند، تفسیر کند و ما بعنوان هشیاری در اثر قضاوت و تفسیر و خوب و بد کردن، مرتب به ذهن و به این دنیا می‌رویم، در حالیکه اصل ما هشیاری ست!.

حالا اگر کسی بخواد به آن هشیاری بدون فرم که اول بود، برگردد، در حالیکه از طریق فکرهاش به این جهان مادی بسته شده، مولانا، **صبر** را پیشنهاد می‌کند.

**صبر**، در واقع، این لحظه، با پذیرفتن اتفاق این لحظه، شروع می‌شود.

می‌خواهیم ببینیم **صبر چیست؟**

بنظر می‌آید می‌گوید که:

اینک، یا، زود باش، متوجه بشو، آئی خبر دار!، چطور تو خبر نداری؟ هین!.

به انسان می‌گوید، به همه انسان ها.

چون همه انسان ها، بصورت هشیاری به این جهان می‌آیند، می‌روند، جذب ذهن می‌شوند و در ذهن، با چیزهایی که برایشان مهم است، هم هویت می‌شوند و اگر، ما می‌دانیم چه چیزی برایمان مهم است، پس محتوای ذهن مان، آن چیزی که ذهن مان به ما نشان می‌دهد، بیشتر از فضای در بر گیرنده آن چیز، برایمان مهم است!.

برای اینکه هر لحظه ما، به محتوای ذهن مان می‌رویم و می‌بینیم که آیا آن چیزهای جدی و مهم را هنوز داریم؟،

بیشتر می‌شوند؟، یا بدتر می‌شوند؟.

اگر بیشتر می‌شوند، خوشحال می‌شویم، اگر بدتر می‌شوند، غمگین می‌شویم. بنابراین در گروه قضاوت و تفسیر ذهن مان هستیم.

ما نمی‌توانیم از ذهن مان و از این منِ ذهنی خودمان را نجات دهیم مگر با **صبر**.

و انسان از وقتی که بصورت هشیاری در ذهن افتاده، (هزاران سال است، اصلا" معلوم نیست چندین هزار سال است؟ امروز این موضوع را مختصرا" بررسی خواهیم کرد)، نمی‌تواند از ذهن اش رها شود و دانستنِ ذهنی آن هم کافی نیست.

دانستنِ اینکه ما از جنس خدائیت، از جنس هشیاری هستیم که به ذهن افتاده ایم و در ذهن گرفتار هم هویت شدگی با محتوای ذهن مان و دردها هستیم، کافی نیست، برای رها شدن کافی نیست!.

چه چیزی کافی است و راه این رهایی، کدام است؟.

مولانا راه را به ما نشان می‌دهد:

دورانِ صابران است. هم دورانش است و هم هنگام آن، برای شخص شما.

- از کجا آغاز کنیم؟

از همین لحظه، که صحبت می‌کنیم، آغاز می‌شود. **صبر**.



**صبر**، پذیرش اتفاق این لحظه هست، **هشیارانه**. ما الآن هشیار هستیم به اینکه:

من اتفاق این لحظه را هشیارانه و قبل از قضاوت می پذیرم و آگاه هستم که نیرویی مرا به سوی ذهن خواهد بُرد و من در این لحظه در حال پذیرش ایستاده ام، راضی ام، شاکرم و شکر می کنم و این تعادل که:

من، در اثر پذیرش اتفاق این لحظه، به این لحظه آمدم، (یک لحظه). و

**آگاه هستم** که فقط این لحظه وجود دارد، یک تعادل دینامیک است.

یعنی هر لحظه، ذهن من، دوباره می خواهد مرا به این جهان، جهان مادی، به گذشته و آینده بکشد.

پس اگر من، اتفاق این لحظه را، قبل از قضاوت (هر چه می خواهد باشد)، پذیرفتم، آگاه هستم که ذهن من سعی می کند مرا دوباره به ذهن بکشد، چون من یک لحظه، با پذیرش اتفاق این لحظه، از ذهن خارج شدم.

ولی ذهن، با وسایلی که دارد، مرا خواهد کشید، این را هم آگاه هستم.

در واقع، صبر اقلامی دارد:

یکی از عمده ترین ها، آگاهی ست. که الآن شما، از این موضوعات، آگاهید:

**1 - قبل از قضاوت**، این لحظه را قبول کردید. **قبل از قضاوت**.

اگر بعد از قضاوت بپذیرید، **تحمل** می شود، **صبر** نمی شود.

**تحمل**، **صبر** من ذهنی ست.

مثلاً، **این لحظه**، اتفاقی می افتد، همسرم چیزی می گوید، من قضاوت می کنم و فکر می کنم که این توهین است ولی هیچی نمی گویم! این صبر است؟

"نه". این تحمل است. فشار می آید.

یک چیز دیگر می گوید، باز هم ملاحظه می کنم و چیزی نمی گویم ولی قضاوت می کنم و می دانم که این چیز بدی ست و می خواهد به من توهین کند!

**کی** اینها را می گوید؟

**من** ذهنی من، می گوید!

من مجهز به یک من ذهنی ام، خودم را جسم می دانم، هشیاری جسمی دارم، همسرم هم همینطور. ما همدیگر را به واکنش وادار می کنیم و از اینکار لذت می بریم. از همدیگر بعنوان قطب استفاده می کنیم. گرچه که قرار نیست، اینطور باشد، ولی ما اینکار را می کنیم، برای اینکه اسیر من ذهنی هستیم.

حالا، می خواهیم از ذهن خارج شویم و به فضای یکتایی این لحظه برویم، **صبر** می کنیم. پس، اول:

**- هشیار به این لحظه می شویم.**

هشیار (هشیار، هشیار، هشیار، ... برای اینکه این هشیاری در واقع، کاتالیزوری ست که فقط این لحظه وجود دارد و من از جنس این لحظه هستم که به ذهن رفته ام)، قبل از اینکه قضاوت کنم، هشیاری، یا من، **این لحظه را می پذیرم**.

ولی از این هم آگاه هستم که با کوچکترین تلنگر، ممکن است از حالت صبر، خارج شوم.

(اگر، نمی دانم که قضاوت و تفسیر و مقاومت، مرا به ذهن می برد، الآن دیگر می دانم). **دوم:**



- می دانم اگر، مقاومت کنم، صبر تمام می شود و به ذهن می روم.

پس صبر، کار هشیاری حضور است و هشیاری حضور هم، اصل من است. ولی من می دانم که جذب ذهن هستم.

دانستن اینکه جذب ذهن شدم، مرا هشیار نمی کند، مرا از جنس زندگی نمی کند.

حالا، من می خواهم ببینم که این حرف مولانا را می توانم بفهمم و روی خودم اعمال کنم؟

فقط هم خودم می توانم بکار ببرم.

گفتم، از این لحظه شروع می کنم، نقطه شروع اش همین لحظه ست، همیشه این لحظه ست و از جنس هشیاری هستم، برای اینکه پذیرفتم.

پذیرفتن اتفاق این لحظه مرا یک لحظه، از جنس هشیاری می کند، من با اتفاق این لحظه آشتی می کنم.

لحظه بعد، اشتباه می کنم، قضاوت می کنم، به ذهن می روم، البته صبر تمام می شود ولی چون یادم آمد، دوباره به

حالت صبر برمی گردم.

اصلاً، صبر برای چیست؟

صبر برای اینکه: من بعنوان هشیاری می دانم که جذب ذهن شده ام و باید کاری را که در مورد آن صحبت می کنیم،

آنقدر ادامه دهم، تا من بعنوان هشیاری، از ذهن رها شوم. از ذهن، زاییده شوم و هر دفعه که سعی می کنم، یک

قسمتی از من می میرد! یک قسمت ام را می شناسم.

صبر، سبب می شود (بسیار بسیار مهم است)، یعنی اگر ما، یک لحظه پذیرفتیم و از ذهن، بیرون آمدیم، سبب می شود که

ما به خرد ایزدی دست پیدا کنیم، یا خرد ایزدی به ما دست پیدا کند.

در واقع، آخر این غزل، ختم می شود به اینکه:

ما مثل یک کمان هستیم، خدا از طریق ما، تیر می اندازد، یعنی فکر می کند.

الآن هم، اگر ما تسلیم شویم و اتفاق این لحظه را بپذیریم، یک تیری بوسیله خدا انداخته می شود، این تیر، خرد است،

هشیاری ست و " یک قسمت از مسائل شما را حل می کند ". (همه را حل نمی کند، همه را حل نمی کند).

همانطور که الآن صحبت خواهم کرد، راهکار این است:

الآن که در ذهن هستم، من نمی توانم اصل ام را بشناسم! اصل ام چیست؟

خدا از چه چیزی ست؟

اصل من، از جنس خداست. با ذهن ام، نه می توانم خدا را بشناسم و نه اصل ام را!.

الآن، مختصراً" توضیح خواهم داد که ما اگر خودمان را بشناسیم، خدا را هم می شناسیم.

اگر خدا را بشناسیم، خودمان را هم می شناسیم، برای اینکه هر دو از یک جنس هستیم.

ولی الآن چون در ذهن هستیم، هیچکدام را نمی توانیم بشناسیم.

اما، می توانیم، بشناسیم، آن چیزی که ما نیستیم.

آن چیزی که خدا نیست، آن چیزی که ما نیستیم را می توانیم بشناسیم!.

و بنابراین با صبر، در حال شناسایی همان ها هستیم.



وقتی عقل ایزدی، خرد ایزدی در اثر صبر، یعنی پذیرش اتفاق این لحظه و نگه داشتن این تعادل دینامیک، (تعادل دینامیک یا پویا، عبارت است از اینکه شما در این لحظه ایستاده اید، همسران حرفی می زند و ذهن تان می خواهد چیزی بگوید و واکنش نشان دهد، آرام هستید و واکنش نشان نمی دهید. ولی تحمل نمی کنید، قبل از قضاوت پذیرفتید، در حال صبر کردن هستید). الان، از شما عبور می کند، مثل اینکه خدا تیر می اندازد، خدا، فکر می کند. در حال شناسایی هستید و آن قسمتی از شما را که می خواست بالا بیاید، با شناسایی از شرش، رها می شوید.

یواش یواش شناسایی می کنید، چه چیزی شما نیستید. چه چیزی خدائیت نیست و یکی یکی رها می کنید.

آیا این کار طول می کشد؟ " بله ". طول می کشد.

**صبر می خواهد.**

آیا نگهداری این صبر، سخت است؟ " بله ". برای اینکه هر لحظه ما می دانیم که چه چیزی برای ما مهم است و نفس ما، یا من ذهنی ما می گوید که آن چیزهای مهم باید پایدار بمانند:

از جمله آبروی ما، از جمله حیثیت بدلی ما، از جمله تصویری که مردم از ما ساخته اند، نباید خدشه دار شود، تأییدهایی که از مردم می گیریم، توجه مردم برای ما مهم است، میزان پول ما مهم است، سلامتی ما مهم است، بدن ما مهم است، شکل بدن ما مهم است، اینکه مردم چطور فکر می کنند مهم است، ... ما با اینها هم هویت ایم. به هر کدام از اینها حمله شود، واکنش نشان می دهیم. واکنش هم ما را به ذهن می برد. **سخت است.**

وقت سختی ست! وقت سختی و امتحان آمد.

(دوباره به این بیت برمی گردم).

اجازه بدهید توضیحی دهم:

از زمان های خیلی خیلی قدیم، یعنی قبل از اسلام، قبل از مسیح، قبل از بودا، فیلسوفان و انسان های عارف، متوجه شده بودند که انسان باید خودش را بشناسد.

و قبل از اینکه بوسیله ذهن اش سوالی بپرسد، که هزاران سوال دارد، باید به این سوال جواب دهد: **من کی هستم؟** و می دانسته که بوسیله ذهن نمی تواند به این سوال جواب دهد.

اگر بخواهیم به این سوال قدیمی، کهن، جواب دهیم و شما بخواهید به ذهن تان بروید، هر چه ذهن تان بگوید، جواب سوال، نیست.

شما به خودتان می گوئید: "، هر کسی باید این سوال را از خودش بپرسد ،،".

قبل از اینکه از دیگران بپرسیم که آیا من انسان خوبی هستم؟ پدر خوبی هستم؟ مادر خوبی هستم؟ آدم موفقی هستم؟، باید خودش از خودش بپرسد "، **من کی هستم؟** ،،".

شما بگوئید: "، **من کی هستم؟** ،،".

اگر جواب سوال به این صورت باشد که اول اسمش را بگوید، بعد حرفه اش را بگوید، بعد سابقه زندگی اش را بگوید، بعد وضعیت بدنی اش را بگوید، ... آیا اینها جواب سوال است؟





« من می دانم آدم خشمگین و رنجیده ای هستم، ... »،  
آیا اینها جواب سوال است؟ " نه ". اینها جواب این سوال نیست.

در سوال: **من کی هستم؟**

دو نوع جواب پیدا کردن هست:

- یکی اینکه، به **ذهن مان برویم** و بوسیله فکر جواب دهیم.

- یکی دیگر اینکه، **تأمل کنیم، صبر کنیم، این بیت را به تمام معنی بفهمیم و به خودمان اعمال کنیم** و در اثر صبر و سختی و امتحان، امتحان، متوجه شویم که ما از جنس بودن هستیم، از جنس بی نهایت خدا هستیم، با خدا هم جنس هستیم، خدا از جنس بی نهایت و ابدیت است ما از همان جنس هستیم. نه با ذهن!، بگوییم: **بله. من از جنس روح نامیرا هستم.**

بعضی ها کمی پیشرفته ترند (مثلاً) نمی گویند: اسم من شهبازی ست، شغلم مهندسی یا معلمی ست، پدر هستم، ... اینها را نمی گویند، می گویند:

**ما روح نامیرا هستیم، ما جاودانه هستیم، ما از جنس هشیاری هستیم، ما خدائیت هستیم، ...**

آیا با ذهن، درست می گویند؟

" **امتحان می آید.** "

بعضی ها می گویند: من از جنس خدائیت هستم، ریشه بی نهایت دارم، از جنس بودن ام. تا زمانی که، خبر بد می آید.

یکدفعه خبر می آید: ما شین ات را دزدیده اند! پنج هزار دلار ضرر کرده ای!

ورشکست می شود!

قیمت خانه اش پایین می آید.

همسرش می گوید: می خواهم از تو جدا شوم!

وقتی این خبرها را می شنود، یکدفعه، **خدائیت!**، واکنش نشان می دهد!

آیا خدائیت و روح نامیرا واکنش نشان می دهد؟! عصبانی می شود؟!، نگران می شود؟!، آشفته می شود?!.

بی نهایت خدا ... ؟!

" نه ". بلکه من ذهنی!.

توصیف اش، از خودش، غلط بوده!، بوسیله ذهن، خودش را توصیف کرده!

تا زمانیکه ما، **تبدیل** نشویم، از این **من کوچولو** که نیازهای روانشناختی دارد و می گوید: **به من کم رسیده، به من ظلم**

**شده، من زندگی نکردم، من توجه می خواهم، من عشق می خواهم، من تأیید می خواهم، من پول می خواهم، من خانه**

**بزرگتر و نیازهای آن را می خواهم، ...**، به توصیف خود نرسیده!

بعضی ها هم می گویند: ما اصلاً این نیازها را نداریم و چیزی مادی برای ما مهم نیست.

ولی گفتن و فکر کردن، کافی نیست!، بلکه، **... امتحان!**



شما بگویید:

برای من چیزهای این دنیا مهم نیست، من از جنس خدائیم! ...

پنج دقیقه بعد، زندگی، امتحانی را جلوی شما می گذارد. یک اتفاقی می افتد، همانجا، همسرت چیزی می گوید، بچه ات جیغ می کشد، اینهمه شما زحمت می کشید، بچه ات بجای اینکه امتحان دارد، بخواند، پنج بار هم گفته اید برو درس ات را بخوان، هنوز نشسته و تلویزیون تماشا می کند، به بچه دیگری می گویی: این ... کار را نکن، می گوید: ,, به تو مربوط نیست ,,.

حالا ببینیم، خدائیت، چکار می خواهد بکند؟

آیا شما می توانید فضا باز کنید؟

آیا آن واکنش های شرطی شده را نمی خواهید بالا بیاورید؟

خشم، تمام وجودتان را نمی گیرد؟

" اینکه ما بگوییم: ما چیزهای مهم و جدی در این جهان نداریم و از جنس بودن هستیم، خدائیت هستیم، ... کافی نیست! گفتن، کافی نیست! امتحان می آید.

بعد، متوجه می شوید که اشتباه کرده اید.

" با ذهن ات خودت را تعریف کرده ای! "

در واقع، ارائه و کنش و واکنش ماست، که نشان می دهد، ما چه کاره ایم!، از چه جنسی هستیم، نه اینکه، من اینجا می توانم بنشینم بگویم:

,, از جنس خدائیم، هشیاری هستم و اصلاً چیزهای مادی برای من مهم نیست، مردم هر چه می گویند، مهم نیست،

من واکنش نشان نمی دهم، ... ,,، تا، پنج دقیقه بعد، یک اتفاقی بیفتد که مربوط به کم شدن آن چیزهایی است که

من با آنها هم هویت ام!.. توجه می کنید؟

پس بنابراین، می بینید که کار سخت شده!.

با وجود اینکه هشیار هستیم ما، " امتحان ثابت می کند که شما هنوز از جنس خدا نیستید "

حال، برای چه ما اینها را می گوییم؟ برای اینکه:

• منظور زندگی از آوردن ما به این جهان، این است که ما به این جهان می آییم، وارد ذهن می شویم، هم هویت با

چیزهای این جهان می شویم، باید برگردیم و دوباره همان هشیاری شویم که از اول بودیم، ایندفعه هشیارانه.

آیه قرآن را می آورد، می گوید:

ما رمیت اذ رمیت هم ز خداست

تیر ناگه کز این کمان آمد

از کمان شما، زندگی تیر می اندازد، خدا تیر می اندازد، تیر، تیر عشق است، تیر فکر است، تیر برکت است، تیر

خرد است، تیر فکرهای خلاق است، من ذهنی شما نمی اندازد.



حالا شما می گوئید:

,, من اسیرِ منِ ذهنی هستم. خدا به من دسترسی ندارد ,,

درست است که ما جنسا" از جنسِ خدا هستیم، ولی تا زمانیکه **هشیارانه** صبر نکنیم، و به درگاهِ خدا نیاییم، از جنسِ خدا نمی شویم.

پایین می گوید که:

ای خدا آستینِ فضلِ فشان

چونک بنده بر آستان آمد

بنده اگر نداند هشیارانه، بر آستان آمده، ... حالا، آستان کجاست؟

آستان، همین حالتِ صبر و تسلیم و رضا و شکرِ شماست. که من متوجه شدم، جریان چیست.

من الان برمی گردم که، بروم و همان هشیاری شوم، ولی می دانم، صبر سخت است و هر لحظه که من ذهنی من وسط بپرد و بگوید:

من از جنسِ خدا شده ام، امتحان می شوم!

" محال است که خدا شما را بوسیلهٔ جهانِ بیرون امتحان نکند! "

" می خواهی اینطور بگو: "

جهان بیرون همیشه، شما را امتحان می کند.

اتفاقاتِ جهان بیرون را هم زندگی برای شما پیش می آورد، تا به شما، به شخصِ شما بگوید که شما هنوز هشیاری نیستید. هنوز **بودن** نیستید. با امتحان!

پس شما مدتی طولانی نمی توانید خودتان را فریب دهید!

منِ ذهنی می گوید: ,, راست می گویند، حضور چیزِ خوبی ست، من می خواهم این را بصورت یک مفهوم و بصورت سرمایه و یک مایملک، به خودم اضافه کنم. (اصلا) کردم و تمام شد، به خودم اضافه کردم).

,, من به حضور رسیده ام ,,

ولی، چقدر طول می کشد که ما از این فریبِ منِ ذهنی، بیدار شویم؟

پنج دقیقه، پنج دقیقه، که فوراً" زندگی به ما بگوید: " نه. نه. نشده ای! "

آیا دیگران می توانند به ما بگویند ما کی هستیم؟ " نه "

هر چه دیگران به ما بگویند، از جنس مفهوم است، از جنسِ باور است، از جنسِ فکر است. اتفاقاً" باور و فکر، بزرگترین مانع رسیدنِ ما به هشیاری ست.

ما باید الان که منِ ذهنی داریم، کما اینکه در غزل هم می گوید: گرم خوش رو به پیش تیغ اجل، با شناسایی و تحملِ سختی صبر، نسبت به منِ ذهنی بمیریم. همینکه مقدار زیادی نسبت به منِ ذهنی مُردیم، خدا می تواند از ما تیر بیندازد.



ما خدائیت هستیم، ولی تا **هشیارانه**، به آستانِ زندگی نرویم، **هشیارانه** وارد فضای یکتایی نشویم، خدا از ما نمی تواند تیر بیندازد، گرچه که قوه اش را داریم، پتانسیل اش را داریم.

پتانسیل، بالفعل نیست، مولانا، **صبر** را پیشنهاد می کند و شاید هم می گوید که غیر از صبر اصلاً "راه دیگری ندارد. **صبر**، گفتم برای چه!

برای اینکه بشناسیم که ما چه نیستیم.

خدائیت، از جنس چه نیست!

ما یواش یواش، **هشیارانه**، می شناسیم، که خدائیت، هشیاری، یا اصل ما، که می گوید: "**خودت خودت را بشناس**"، از جنس تجربه ها نیست، از جنس دردها نیست، از جنس مال دنیا نیست، از جنس بدن نیست، از جنس جسم نیست. **یکی یکی** می شناسیم. طول می کشد.

ولی نگه داشتن حالت پویا و دینامیک صبر، که در واقع آشتی با این لحظه ست، سخت است. برای اینکه فشار می آید، برای اینکه ذهن مان می خواهد ما را بکشد و به ما بگوید که:

،، **یک چیز مهمی، از بین می رود که تو از جنس آن هستی، چرا ایستاده ای و واکنش نشان نمی دهی،**،  
ما می ایستیم. حرکت نمی کنیم.

برای اینکه می دانیم ذهن ما، که هم هویت با محتوای ذهن است، ما را می کشد و به ما می گوید که چه چیزی مهم است و چه چیزی جدی ست. می خواهد ما را، از جنس فکر کند و به آنجا بکشد و اگر، من به آنجا بروم، از حالت **صبر، خارج می شوم**.

پس سختی آن، از این است که یک به اصطلاح تعادل پویا، ذهن مرا می کشد، من هم بعنوان هشیاری اینجا نشسته ام و **نمی روم**. ذهن می کشد، استدلال می کند، برای من هیجان می آورد، خشم می آید، رنجش می آید، حسادت می آید و هر کدام از اینها ... مرا می کشد.

من می بینم کوچک می شوم، نمی توانم تحمل کنم، می خواهم بزرگ شوم، می خواهم یکی دیگر را ملامت کنم و بگویم **تو کردی، ... ولی اینها را نمی کنم، ایستاده ام**.

سخت است یا سخت نیست؟

البته که سخت است، چطور نکنم! یکدفعه، کار از دستم در می رود و به ذهن می روم و هر چه که از ذهن ام می آید می گویم و **امتحان می شوم!**

یکدفعه از امتحان رفوزه می شوم!

آیا از امتحان رفوزه شدم، می توانم دوباره امتحان بدهم؟ "**بله**". "**بله**". بی نهایت مرتبه.

الآن دستم در دست خداست، یکدفعه عقب می کشم و به ذهن می روم. رفتم.

**دوباره** به خودم می آیم، دوباره به حالت **صبر** می آیم. دوباره با این لحظه آشتی می کنم. می دانم با فرم این لحظه، اتفاق این لحظه، آشتی کنم، دستم در دست خداست.

یکدفعه می کشم، من می کشم، یعنی من ذهنی می کشد.



سخت است. فوراً "امتحان می شوم!".

رفوزه شدم، دوباره می آیم، امتحان می دهم. دوباره ... هر دفعه که رفوزه می شوم، می شناسم که در کجا رفوزه شدم. این خوب است یا بد است؟

**خوب است. خوب است.**

**دوران صابران است.** شما می دانید دوران انسانیت، دوران صابران است، شما باید صبر کنید، بدون صبر نمی توانید، صبر سخت است و متوجه هم شده اید که **باید امتحان بدهید!** اگر با ذهن تان خودتان را شناسایی کرده اید، آن شناسایی کافی نیست.

الآن، تاریخچه ای، از این موضوع به شما می دهم:

**خودت را بشناس.** به انگلیسی:

Know thyself. Gnothi seauton.

کلمه ای یونانی ست که بالای سر در معبد آپولو که oracle مقدس آنجا پیشگویی می کرد، نوشته بودند.

[متن کتیبه سر در معبد آپولو در دلفی یونان:](#)



پس می بینید که، **خودت را بشناس**، Know yourself را قبل از مسیح، قبل از اسلام، قبل از مولانا، بالای سر در معبد آپولو نوشته شده بودند. خرابه های این معبد هنوز موجود است. کسانی که به یونان رفته اند، احتمالاً به دیدن این خرابه ها رفته اند.

در بالای این معبد، نوشته بودند: **خودت را بشناس.** Know thyself. Gnothi seauton.

خودت، خودت را بشناس.

از قدیم الایام، بالای سر درهای زیاد، همین را نوشته اند.

**خودت را بشناس**، سابقه ای طولانی دارد.



" توضیح دادم، برای شناختِ خودت، نباید به ذهن بروی "

اگر بوسیلهٔ ذهن، خودتان را توصیف کنید، آنکه توصیف می کند، شما نیست!

برای شناختِ خود، باید **بودن** را تجربه کنید.

ما بعنوان هشیاری، دوباره باید از هم هویت شدگی با ذهن جدا شده، در اثر صبر، برگردیم و ریشهٔ بی نهایتِ **بودن** را در این لحظه حس کنیم.

" ریشهٔ بی نهایت، یعنی حسِ ریشه دار بودن در زندگی و این حس ریشه دار بودن، شماسست، **بودن** است، به ذهن توصیف نمی شود "

زندگی زنده ست، زندگی جاودانه ست. از جا کنده نمی شود.

برای این **بودن**، در این جهان، چیزها معتبرند، ولی مهم نیستند.

وقتی شما در این لحظه، ریشهٔ عمیق یا بی نهایت حس می کنید، " خودت را شناختی، خدا را هم شناختی " و قضاوت های ذهنی و تفسیرهای آن و خوب و بد کردن های آن، نمی تواند شما را از ریشه درآورد.

پس امتحانِ شما خیلی ساده ست:

اگر می شود شما را به وسیلهٔ چیزهای کوچک، که مآلاً " هر چیزی کوچک است، برای اینکه هر چیزی گذراست، از ریشه در آورد، در اینصورت شما همان کوچک هستید!

مولانا می گوید: بر هر چه همی آرزوی، می دان که همان آرزوی.

باید ببینید، چه چیزی؟ شما را از ریشه در می آورد. این امتحانِ شماسست.

لازم نیست به کسی چیزی بگوییم.

ما هر لحظه امتحان می شویم. خدا، شما را امتحان می کند و اگر شما به چیزهای کوچک واکنش نشان می دهید، باید بدانید همانقدر کوچک هستید و مآلاً " همهٔ چیزهای بیرونی کوچک هستند، برای اینکه در حال گذرند.

اینها همه هشیاری ست که شما باید در صبر داشته باشید. هر چیزی کوچک است، برای اینکه هر چیزی در حال گذر است.

من در حالت صبر واکنش نشان نمی دهم و می خواهم برگردم و خودم شوم.

خود شناسی یعنی، خودت شدن. **بودن**. باقی ماندن.

نه بوسیلهٔ ذهن توصیف کردن!

,, من می دانم: آدمِ خشمگینی هستم، این ... جور جاها، واکنش نشان می دهم، پول برایم مهم است، این را شناخته ام

که پول را خیلی دوست دارم. ... ,,

بعضی ها می ترسند خودشان را بشناسند، حتی در سطح ذهن!

می ترسند چیزهای بدی راجع به خودشان پیدا کنند و نتوانند تحمل کنند! ولی شما باید بشناسید که چه چیزی شما را به

جهان می کشد؟

وقتی الآن، به جهان کشیده می شوید، در حالت صبر نگاه می کنید، می فهمید چه؟ شما را به این جهان می کشد!



آن چیزی که می کشد، شما آن نیستید.

و اسلام گفته: " اگر خودت را بشناسی، خدا را هم می شناسی" و برای اینکار اتفاقاً یک راه را پیشنهاد کرده است و آن راه صبر است. می گوید:

اول از " لا " شروع می شود. می گوید:

" شما اول می شناسید که چه چیزی نیستی ". همین راهی ست که راه صابران است. اول " لا " می کنید. چگونه " لا " می کنیم؟

اول باید بفهمید که چیزی شما را می کشد و نرفتن سخت است و می دانید که اگر بروید، نمی توانید ادعا کنید که: " خودت را شناخته ای ". به اینها همه هشدارید.

اگر رفتید، رفتید، دیگر نمی توانید برگردید و بگویید: من از جنس بودن ام. من از جنس خدا هستم، من در فضای یکتایی هستم، ... نمی توانید!.

و شما می دانید که اینجا ایستادن، سخت است.

خُب آدم بداند یک چیزی سخت است و امتحان می شود، خُب حواس اش جمع می شود!.

و بنابراین، می گوید: وقتی می خواهی خودت را بشناسی، اول، بشناس چه چیزهایی تو نیستی.

پس خودشناسی ما، با صبر، در همین لحظه شروع می شود و ما در این لحظه ایستاده ایم که ببینیم چه چیزی ما را به جهان می کشد!، چه چیزهایی برای ما مهم است؟ از کجا می فهمیم؟

از آنجا که این چیزها، ما را به واکنش منفی وامی دارد. هر چیزی که ما را به واکنش وا می دارد، برای ما مهم است. خُب موقع صحبت کردن البته می توانیم بنشینیم و بگوییم:

هیچی برای من مهم نیست. نه پول برایم مهم است، نه با بچه هم هویت ام، نه با همسر، نه با مقام ام، ...

" نه ".! الان، وقتی این اتفاق افتاد، بعنوان یک انسان خشمگین و نگران بالامی آیی؟ یا نه؟

وقتی کسی، پُز می دهد و شما هم می خواهید پُز بدهید، می توانید جلوی خودتان را بگیرید؟، می توانید ملامت نکنید؟.

آیا وقتی شما به دیگران نگاه می کنید، عیب ها را می بینید، نقص ها را می بینید؟.

باید بدانید امتحان است. اگر من در دیگران، نقص ها را می بینیم و نقص را هویت آنها می کنم، پس من، من ذهنی دارم!.

نقص من و کمبود من، آنها را می بیند!.

من اگر به کسی نگاه می کنم و از این نقص ها و ایرادها عبور می کنم و زندگی را در او می بینم، پس معلوم می شود که من خودم را شناخته ام.

اگر نه دوباره به این لحظه برمی گردم، روی خودم کار می کنم و با کسی هم کاری ندارم.

اگر دیگران در سطح ذهن عوض شوند (ما می گوییم: شما بروید اینطوری عوض شوید، این عادت ها را کنار بگذارید. خُب ایشان این عادت ها را کنار بگذارند)، به من چه می رسد؟ من خودم را می شناسم؟ " نه ".



من دنبال این هستم که خودم را بشناسم.

مولانا با این بیت، یا (برگردیم به راه) خودت خودت را بشناس، یا "لا" کردن، می گوید:

من در این لحظه یکی یکی می شناسم که: من چه چیزی نیستم؟ من چه چیزی نیستم؟

راهش این است: چه چیزی نیستم؟

هر چیزی مرا می کشد، در این لحظه به من سختی می دهد و مرا به واکنش و می دارد و من آن نیستم، اگر در این حالت ایستادم، تیرهای خرد، از زندگی انداخته می شود، این تیر شناسایی ست. شناسایی = آزادی ست.

و من می دانم که اگر کسی در سطح فکری و باوری، به من بگوید:

به به، به چقدر شما عارف هستید، استاد هستید! ... به درد من نمی خورد، من می دانم چه کاره هستم!.

اصلاً" شما از حرف های دیگران خودتان را جدا باید نگه دارید که به من نگوید: من استادم، رسیدم یا نرسیدم.

من خودم می دانم چکاره هستم! من خودم امتحان می شوم، شما چرا می گویند؟!.

زندگی مرا امتحان می کند. من که می بینم دائماً" رفوزه می شوم، حالا چرا شما به من می گویند. استاد هستید،

عارف هستید، ماشاءالله به شما!.

اینها مسئله سازند، نمی گذارند ما جلو برویم. تنها جای آن، اینجاست، این لحظه ست و صبر است.

و ما می دانیم که از این خودشناسی، یعنی از تبدیل هشیاری جسمی به هشیاری حضور، و حس بودن در این لحظه و

از اینکه زندگی از طریق شما تیر بیندازد، زندگی فکر کند، خدا فکر کند و خردش را به زندگی شما بیاورد است که

به شما شادی می دهد، آرامش می دهد، زندگی بیرونی شما را شکوفا می کند، نه چیزهایی که در آن زمان اوراکل

oracle پیشگویی می کرده یا الان هم همین کار را می کنند!.

قصه اش را شاید بدانید:

آن زمان، در یونان باستان، خانمی بوده که در معبد آپولو روی سه پایه ای می نشست بخارهایی از اطراف او بلند می

شدند و او با آپولو (آپولو خدای تقریباً" همه چیز غیر از جنگ بوده)، تماس می گرفته.

البته الان می گویند که آن بخارها، خاصیت مست کنندگی و بیهوش کنندگی داشته و این خانم به حالتی می رفته و

چیزهایی می گفته. می گفتند که با خدای به اصطلاح عشق و بقیه چیزها (یونانی ها برای هر چیزی، خدا داشتند) تماس می

گرفته و مردم، از جمله پادشان، برای پیشگویی های آن خانم، وارد معبد آپولو می شدند.

حتماً" وقتی وارد معبد آپولو می شدند، این تابلوی یونانی را که بالای معبد نوشته شده بود، می خواندند، ولی توجه نمی

کردند که: من که وارد این معبد می شوم و می خواهم از این خانم بپرسم که آینده وضعیت های زندگی من چه می

شود، مربوط به آینده وضعیت های زندگی من است، ولو اینکه راست هم بگوید، بوسیله من ذهنی ام این وضعیت ها

را ایجاد می کنم!.

من ذهنی ایجاد درد خواهد کرد و هیچ چیزی، جای عبارتی را که آن بالا نوشته: خودت را بشناس نمی گیرد!.

شما الان باید بدانید: " هیچ چیزی، جای خودت را بشناس، برای شما نمی گیرد "!





امروز هم همینطور است. مردم، به معابد می روند، همینطور در مملکت ما، حتماً در جایی در معابد، اتفاقاً در معابدی که در ایران هست، چه مسجد باشد، چه امامزاده، یک جایی نوشته اند: "لا اله الا الله". یعنی: شما در این لحظه، وجود جسمی خودت را تماشا کن، ببینی چه چیزی از جنس جسم است، تو از آن جنس نیستی. برای اینکه خودت را بشناسی، جسم را "لا" کن، تا به **الا الله** برسی. تا به بودن زنده برسی، که خدا بتواند از تو تیر بیندازد!.

اتفاقاً، بیت آخر مربوط به آیه ای از قرآن است:

"تو تیر نینداختی، وقتی تیر انداختی، من تیر انداخته ام."

یعنی شما، انسان، تیر نمی اندازی، فکر نمی کنی، وقتی فکر می کنی، **خدا** از طریق تو فکر می کند. ولی شما باید اجازه بدهید!.

تا زمانی که هشیارانه به این لحظه نیایید، خدا نمی تواند از طریق شما تیر بیندازد!، و اگر خدا تیر نیندازد یا از طریق شما فکر نکند، زندگی شما شکوفا نمی شود!.

برای چه شما از یک جسمی، همانطور که یونانی ها و شاهان آن زمان، چندین هزار سال گذشته، از اوراکل که می گفتند با آپولو در تماس است، راه حل می خواستند، و می پرسیدند:

،، آیا به جنگ برویم، یا نرویم؟ اینکار مهم و عمومی را بکنیم، یا نکنیم؟ او هم مست می شد و چیزهایی می گفت، راه حل می پرسید؟!.

البته بعداً حرف های او درست در نیامد و تعدادی از مردم به شک افتادند.

همانطور که حرف های خیلی ها درست در نمی آید و انجام نمی شود و ما به شک می آفتیم!.

صحبت بر سر این است که:

آیا وقتی ما به یک چیز مادی دست دراز می کنیم و انتظار حاجت از آن داریم، آیا "**خودت را بشناس**"، یادمان هست؟ یا نه.

مثل آن یونانی هایی که وارد معبد می شدند و آن را می خواندند و توجه نمی کردند و می رفتند و از آن خانم، آینده خود را می پرسیدند؟!.

"آینده شما هر چه شود، به هیچ وجه قدرت **خودت را بشناس** را ندارد. برای اینکه "**خودت را بشناس**"، شما را به جایی می برد که خدا از طریق شما فکر می کند و زندگی شما را شکوفا می کند و آرامش می دهد و شادی بودن در شما تولید می شود، تمام ذرات وجودتان مرتعش به زندگی می شود.

ولی او هر چه بگوید، در مورد وضعیت های زندگی ست:

،، **بله پول تان زیاد می شود، اینکار را بکنی**، خوب است، **با این آدم ازدواج بکن**، ... ،،

کما اینکه ما کتاب باز می کنیم، فال می گیریم، فال قهوه می گیریم، ...

آیا کتاب باز کردن، فال گرفتن، ... **جای خودت را بشناس**، را می گیرد؟

"نمی گیرد!". او راجع به جهان مادی می گوید! اگر درست هم بگوید، که درست نمی گوید (از کجا بداند؟!).



آهان ... کی می داند؟، یک نظم پنهانی هست و این در آن صبر نهفته ست!.

پشت این فکرهای ما و اتفاقاتی که در ظاهر می افتد، یک نظم پنهانِ خدایی وجود دارد، که ذهن از آن آگاه نیست! و این در آن بیت اول نهفته ست:

هین که هنگام صابران آمد:

یعنی: شما این لحظه را قبول می کنید و آنجا می ایستید. سخت است و می دانید که با این کار، آن نظم خرد بزرگ زندگی، شما را با اطمینان پیش می برد. شما مطمئن هستید، شما توکل دارید، شما ایمان دارید که خرد بزرگی بنام خرد زندگی یا خرد خدایی، اتفاقات را برای شما پیش می آورد و شما دیگر با عقل منِ ذهنی که فقط روی این چیزهای مهم تمرکز می کند و می خواهد اینها را زیاد کند (بعضی از موقع ها زیاد شدن آنها به ضرر ماست)، متمرکز نمی شوید و به حرف آن گوش نمی دهید و در نتیجه در پذیرش اتفاق این لحظه و صبر و سختی آن باقی می مانید. تا خود زندگی، به شما سر و سامان دهد.

عقل منِ ذهنی فقط روی چیزهایی که من در جهان مادی با آن هم هویت ام می چرخد، و ما یاد گرفته ایم در ذهن، که چه چیزی خوب و چه چیزی بد است.

چندین هفته ست که مولانا مرتب می گوید: " تو قضاوت و تفسیر نکن ". و این قصه کوتاه زیبا، راجع به این موضوع است و مولانا تا آنجا پیش می رود که بگوید:

آن مال، یا هر تعلقی (یعنی هر کدام از این متعلقات ما)، که به آن عشق می ورزیم، مثل مار می ماند.

### مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۳۵

#### دزدیدن مارگیر ماری را از مارگیری دیگر

دزدکی از مارگیری مار برد

ز ابلهی آن را غنیمت می شمرد

دزد کوچولو، از یک مارگیر، مارش را دزدید. از ابلهی، فکر می کرد، کار خوبی ست که مار را دزدیده.

تمثیل اش این است که اگر مال دنیا مورد محبت شما قرار بگیرد، عاشق اش بشوید، به آن بچسبید، مثل ماری شما را می گزد و حواس تان نیست.

چند بیت بیشتر نیست، ببینیم چه می گوید:

وا رهید آن مارگیر از زخم مار

مار کشت آن دزد او را زار زار

مارش را دزدید (قدیم مار را در توبره می گذاشتند) و فکر می کرد چیز خوبی ست!.

مارگیر از زخم مار رهید ولی مار دزد را کُشت.



وقتی دزد مار مُرد و به زمین افتاد، مارگیر آمد و او را دید.

مارگیرش دید، پس بشناختش

گفت: از جان مار من پرداختش

دزد مرده بود، مارگیر آمد و آن را دید و گفت: این دزدِ مار من است! مارِ من او را کشت!

دو جور می توانیم بگوییم:

گفت: مار من، از جان، آزادش کرد! یعنی مار من کشت اش.

یک نوع دیگر هم می توانیم بخوانیم (اینطوری بخوانید):

از جان گفت، یعنی واقعا" فهمید، شناخت، این شناسایی را کرد که آهان، این مارِ من بود که او را زد، تا آنموقع نمی

دانست و عاشق مار بود.

آیا الان شما می توانید درک کنید که با هر چیزی که هم هویت اید و دلِ شما شده، مثل مار می ماند؟

در دعا می خواستی جانم ازو

کش بیایم، مار بستانم ازو

من دعا می کردم و از خدا می خواستم که دزد را پیدا کنم و مار را از او بگیرم.

چقدر ما با من ذهنی مان دعا می کنیم که یک چیزی را که از دست داده ایم، دوباره بدست بیاوریم و شب هم خوابمان

نمی برد، از ضرر و زیان های گذشته ناراحت ایم. خودمان را ملامت می کنیم، دیگران را ملامت می کنیم، شب

خواب مان نمی برد: ,, چرا ما بیست سال پیش این کار را کردیم که اینقدر ضرر ببینیم، و سه سال پیش، اینکار را

کردیم! .. ,,

این نوع آدم ها فراوانند. ولی متوجه نیستند که اگر تسلیم شوند، یک نظمِ بزرگتری پشت این فکرها، متوجه هست، که

این فکرها فقط به ضرر و زیان نگاه می کنند! از ضرر متنفر و عاشق سود هستند! چنین چیزی نمی شود!

پس شما نظم کلی خدا را نمی شناسید!

اگر اجازه دهید، من ذهنی چند تا چیز را برای شما انتخاب کند و آنها مهم و جدی باشند و بر اساس زیاد زیاد کردن و

بهبتر کردن آنها، شما دائما" قضاوت کنید، اصلا" قضاوت دست از سر شما بر نمی دارد!

تمام فکر و ذکر شما، هر لحظه، قضاوتِ این است که:

,, چگونه من این چیزها را زیاد کنم? ,,

شما نمی توانید در حال صبر باشید! صبر، عدم قضاوت هم هست! اصلا" گفتیم، قبل از قضاوت!

**صبر قبل از قضاوت شروع می شود!**

وارد ذهن شوید و قضاوت کنید، دیگر کار تمام شده! آن، صبر نیست، گفتیم، تحمل است!

جانم می خواست که مار را از او بگیرم.

شکر حق را، کان دعا مردود شد

من زیان پنداشتم، آن سود شد



خدا را شکر که آن دعا مردود شد.

شما فکر نمی کنید که اینهمه که خودتان را ملامت می کنید، ضرر کرده اید:

,, این چیز از دست ام در رفت و فلانی بدست اش آورد ,,، این شبیه مار است و رفته یکی را الان می گزد.

شما چرا تسلیم نمی شوید؟، چرا تأسف می خورید؟

این آدم دیگر تأسف نمی خورد، برای اینکه گفت: اگر مار را می داشتیم، مرا می گزید! خدا را شکر که دعای مرا خدا نشنید. من فکر می کردم که آن زیان است ولی سودم شد.

مولانا نتیجه گیری می کند:

بس دعاها کان زیانست و هلاک

وز گرم می نشنود یزدان پاک

خیلی از دعاها، خیلی از خواسته های ما، بوسیله همین قضاوت و تفسیر من ذهنی صورت می گیرد و به زیان ماست و سبب مرگ ماست، مثل آن مار است ولی خدا را آنها را نمی شنود. خدا را شکر که نمی شنود و خداوند از روی بخشش، این دعاها را نمی شنود!

واقعا " یزدان پاک (به ما هم می گوید، در حالت صبر)، برای چه به فضای صبر می رویم، برای اینکه پاک شویم، از آن چیزی که نیستیم.

به ما می گوید: در حالت صبر، " برای پاک شدن از آنچه نیستیم، به فضای صبر می رویم ".

ولی ما الان، آن چیزهایی که واقعا " نیستیم، هستیم!.

از جمله، دردهای ماست. ما از جنس درد هستیم!

از جنس هم هویت شدگی با چیزهای مهمی هستیم که ذهن مان نشان می دهد و می گوید:

,, اینها مهم اند و جدی اند، از اینها دست بردار، مواظب باش اینها باید دائم زیاد شوند,,.

خُب، اینها ما را آلوده می کنند!

ما از جنس یزدان پاک نیستیم!

آیا شما حاضر هستید که یزدان پاک، بیاید و اینها را پاک کند؟

مولانا امروز گفت: صبر.

یک چیز دیگر هم که در حالت صبر، شما در مقابل کشش آن، هشیارانه ایستاده اید، ستیزه ست، البته ستیزه نمی کنید،

یکی از راههای رفتن به ذهن، اینکه من ذهنی از حالت صبر می تواند ما را بیرون بیاورد، ستیزه ست. شما می

گویید:

,, من، در مقابل این ... می ایستم! ,,.

شما باید بدانید که اگر از جنس بودن شوید، از جنس هشیاری شوید، هشیاری ستیزه نمی کند.

هشیاری، در بر می گیرد.

هشیاری، فضا باز می کند.



همانگونه که فضا همه ستاره ها را در بر گرفته، هشیاری یا شما بعنوان هشیاری، مسائل تان را از طریق صبر، در بر می گیرید و با آنها ستیزه نمی کنید. چون ستیزه کنید، می روید و من ذهنی را تقویت می کنید. با هیچ چیز ستیزه نمی کنید. مقاومت نمی کنید، مقاومت و ستیزه، من ذهنی را بوجود می آورد.

یعنی شما الآن می دانید که مقاومت و ستیزه، شما را از صبر در می آورد و به ذهن می بَرَد، شما خبردار نمی شوید! فکر می کنید: ,, این کارِ قدرتمندانه ای بود، جلویِش ایستادم، جوابش را دادم، ... ,, اینها همه حرف های منِ ذهنی ست.

یکی دیگر که اگر شما هشیار باشید، آگاه باشید، می توانید به ذهن نروید و در حالت صبر باقی بمانید، این است که سوال نکنید.

در این رابطه دو بیت برایتان می خوانم:

[مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۹۰۷](#)

گر شوم مشغول اشکال و جواب

تشنگان را کی توانم داد آب

اگر شما اشکال بپرسید، یعنی در ذهن هستید.

اشکال و سوال یعنی چه؟

یعنی من از جنس منِ ذهنی هستم و حضور را یک مفهوم می دانم. می خواهم حضور و طرز زنده شدن به او، و چیزهای (حالت های) مربوط به آن را، مفهوما" بصورت فکر، بدانم، من اینها را تجزیه و تحلیل کردم.

هر تجزیه و تحلیلی در ذهن، که شما راجع به خدا، راجع به حضور می کنید، مانع اند!

هر سوالی که می کنید، یعنی در ذهن هستید. از ذهن در نمی آید!

مولانا می گوید: اگر قرار باشد که شما اشکال داشته باشید و من جواب دهم، آنموقع من به تشنه ها کی آب دهم؟!.

آب حیات در سوال و جواب نیست.

حیات شما، در بودن است. بودن در سوال و جواب، نیست، شما نمی توانید واقعا" خودتان را بشناسید! سوال مانع

ست. سوال ذهن را تحریک می کند. (دیگر به چه صورتی مولانا این موضوع را بیان کند؟!).

گر تو اشکالی بکلی و حرج

صبر کن، الصبر مفتاح الفرج

اگر تو پُر از اشکال هستی، گیر کرده ای و درگیر مسائل هستی، صبر کن. برای اینکه صبر (صبر را تعریف کردم)، کلید

گشایش است، کلید قفل شماسست. صبر کلید است.

پس، وقتی به حالت صبر می آییم، گفتیم:



در این لحظه شروع می کنیم. می دانیم که ذهن، برای کشاندن ما به خودش، هزار راه دارد: یکی از این راهها سوال و جواب است و یکی دیگر، ستیزه ست. یکی، مقاومت است. یکی، انجام ندادن و نپذیرفتنِ مسئولیتِ تمام آن شرطی شدگی ها، مثل ملامت، مثل مقایسه، مثل بهتر در آمدن، مثل رنجش است و ... شما اگر در حالت صبر هستید ولی ذهن در آن زیر، کار می کند، پس در حالت صبر نیستید. ذهن، قضاوت و تفسیر می کند، پس در حالت صبر نیستید.

این هم یک امتحان است: اگر در حالت صبر هستید، در زیر، یک فضای ظریف همراه با آرامش، در شما وجود دارد و فکرهای من در شما را نمی کشد، پس شما در حالت صبر هستید، در حالت پذیرش هستید، پذیرش اتفاق این لحظه. ما راجع به این لحظه صحبت می کنیم.

ما باید یادمان باشد، چون شما ممکن است بگویید که:

ما باید وضعیت های ناگوار و ناجور خودمان را بپذیریم؟!، " نه ". نباید بپذیریم.

تمام این صحبت سر این است که خدا از طریق شما تیر فکرش را بیندازد و خردش را به وضعیت شما تزریق کند و وضعیت شما را حل کند.

شما وقتی عقب کشیدید، وضعیت را با دید حضور می بینید، می دانید چکار کنید، واکنش ندارید. خرد کار می کند! مسئله تان در آغوش گرفته اید، با مسئله تان در این لحظه یکی شده اید، راه حل از اعماق وجود شما می جوشد و بالا می آید.

یک موقع هست که شما در من ذهنی هستید و با مسئله در حال ستیزه هستید، هیچ راه حلی جز دعوا ندارید.

یک موقع هست که مسئله را در آغوش گرفته و در این لحظه با مسئله یکی شده اید، برای اینکه شما فضای در بر گیرنده مسئله تان هستید، با مسئله تان هم هویت نیستید، راه حل از اعماق وجود شما، از آن فضای در بر گیرنده، می جوشد، در واقع، " زندگی به زبان شما می گذارد ".  
خُب، این بیت را کاملاً فهمیدیم؟

\*

این چنین وقت عهدها شکنند

کارد چون سوی استخوان آمد

خُب، وقتی ما می خواهیم صبر کنیم، یا دوران صبر، زمان خواهد گرفت.

حالا که شما به این برنامه گوش می کنید، می دانید که شما هم هویت با چیزهای این جهانی هستید، در جدایی هستید، در درد هستید، و می خواهید شروع کنید، می دانید که اول، زمان خواهد گرفت. قانون مزرعه ست. صبر، قانون مزرعه هم هست.

در حالت صبر، آیا ما گوشه ای می خواهیم؟ در گوشه ای می کنیم؟، " نه ".

تمام قوای خودمان را به راه می اندازیم، در این راه، هر چه در توان داریم، می گذاریم.



، آگاه هستیم که ممکن است واکنش نشان دهم. در حالت صبر هستیم، چشم هایم باز است، گوش هایم شنواست، تمام حس هایم تیز کار می کنند و هر چه در توان دارم می گذارم، مثل همان قانون مزرعه. قانون مزرعه می گوید: " شما سیب را می کارید، آب می دهید، کود می دهید، آفتاب هم هست، خاکش هم خوب است، صبر می کنید، ببینید سال اول چقدر میوه می دهد؟ سال دوم چقدر میوه می دهد؟ سال سوم چقدر؟ ... دست شما نیست! صبر می کنید. ولی حداکثر رسیدگی به درخت را می کنید، نه اینکه می خوابید، نه آب می دهید، نه کود می دهید، نیازهای درخت را رسیدگی نمی کنید و شته هم می زند و درخت خشک می شود!.

" نه ". همه حواس تان به درخت است ولی می دانید:

" دست شما نیست " .

اینجا هم همینطور است.

همه حواس ات به صبر است، ولی " دست شما نیست ". دست آن خرد بیرونی ست!.

حالت صبر، حالت پسیو و خواب نیست، حالت عمل هم هست. حالتی ست اکتیو و فعال. کاملاً هشیار:

، در این لحظه، چه رفتاری، خردمندانه ست؟ ،،

اگر آن خرد بیرونی به شما ضرر می زند و شما در حال پذیرش و اقدام، پذیرش و عمل هستید، و به خود می گوید:

" حالت صبر، حالت عمل هم هست. بقول انگلیسی ها، حالت پسیو نیست، حالت اکتیو است، حالت خواب نیست:

حالا ما نشستیم و پذیرفتیم و اینجا نشستیم، و ... " نه "!

کاملاً هشیار. تیز و در حال عمل که چه چیزی خردمندانه ست؟ "!

، عکس العمل نشان نمی دهم، بمحض آنکه عکس العمل نشان دهم، حالت صبرم، خراب می شود ،،

اما، سختی کار را می گوید:

" من ذهنی، هزار راه دارد که عهد ما را بشکند "!

اولاً: " الان، آن عهد ازلی را که گفتیم از جنس خدا هستیم، من ذهنی زیرش زده!

چگونه زیرش زده؟

ببینید، من ذهنی اینطور است:

من ذهنی شبیه اتومبیلی ست که با سرعت هفتاد کیلومتر می رود. من را درست می کند. صبر در این لحظه، شبیه

نیش ترمز است. شما ترمز می زنید، یکدفعه بنظر می آید، ماشین ایستاد.

ولی بقول فیزیکدانان، ماشین مومنتوم، مقدار حرکت دارد، می رود.

مگر کسی پایش را روی ترمز بگذارد و دیگر پایش را برندارد. چنین چیزی بسیار سخت است. یعنی کسی در حالت

صبر، در این لحظه بایستاد، و اصلاً از این لحظه در نیاید، چنین چیزی خیلی سخت است.

برای اینکه جهان می کشد، غافلگیرمان می کند، واکنش نشان می دهیم، رفتارهای شرطی شده پیش می آید، یک کسی

چیزی می گوید، قبل از اینکه بفهمیم چه شد، واکنش نشان می دهیم، ...

آیا اینها، ما را سرد می کند؟



(پایین) می گوید: " نه "، تو دل قوی کن. دل ات را سُست نکن.

هله، ای دل، تو خویش سست مکن

دل قوی کن که وقت آن آمد

ولی (این هم یک هشیاری ست)، می دانید که:

اتومبیلی که الآن با سرعتِ هفتاد کیلومتر می رود، با یک نیش تُرْمُز نمی ایستد. این اتومبیل موتورش روشن است.

الآن هشیارانه تُرْمُز کردی، لحظه بعد، حواس ات پرت می شود و پا را روی پدال گاز می گذاری و باز دوباره می

رود. سرعت اش شصت و پنج کیلومتر شده بود، می خواهی اتومبیل منِ ذهنی را ننگه داری، اگر اتومبیل بایستد -

من ذهنی نابود می شود و من از جنس خدا می شوم، از جنس هشیاری اولیه!.

نگه داشتن اتومبیل، خیلی سخت است، برای اینکه الآن با ترمز، سرعت شصت و پنج شد، لحظه بعد واکنش نشان می

دهم و پدال گاز را فشار می دهم، ایندفعه سرعت را به هفتاد و پنج می رساند. من ذهنی اینطور است:

عهد ما را می شکند.

من الآن به خودم می گویم:

، دیگر با همسرم دیگر دعوا نمی کنم، الآن فهمیدم، دیگر اصلاً" ما دعوا نداریم، صلح و آرامش بهترین چیزی ست

که ما می خواهیم، دیگر فهمیدیم، به خودمان فهماندیم، ... ،،

نیمساعت بعد، به آن چیز مهمی که با آن هویت بودم و خبر از آن ندارم، چیزی می گویند، به من برمی خورد، یک

**واکنش ناآگاه شرطی شده**، نشان می دهم و عهدم را می شکم!.

پس شما می دانید، حالت صبر، حالتی ست که عهدها را می شکند.

ما آن عهد اولیه مان را که گفتیم از جنس خدا هستیم، شکستیم! و الآن رفتیم، و اتومبیل منِ ذهنی را هم به سرعت بالا

رساندیم، حالا می خواهیم روی خودمان کار کنیم.

هر کسی باید سرعتِ اتومبیل خودش را کم کند و به صفر برساند.

برای اینکه این اتومبیل منِ ذهنی دوست ندارد که سرعت اش خیلی پایین بیاید. هر چه این سرعت پایین تر می آید،

بیشتر به جنب و جوش می افتد. یک جایی، به شما می گوید که: **دیگر به این چیزها ها گوش نده**.

شما فرض کنید که اتومبیل منِ ذهنی تان را از سرعتِ هفتاد، به پانزده برسانید!

پانزده، خیلی کم شده، در حال مردن است دیگر!.

همینطور می نشیند و نگاه می کند که شما به کلاس عرفان بروید و روی خودتان کار کنید؟! " نه " نمی ایستد!

آن هم شیطننت های خودش را دارد. فوراً" می گوید:

،، **بیچاره شدی، نابود می شوی، این کلاس ها چیست!؟، این حرف ها چیست!؟، ...**

یا یک مسئله ای، پیش می آورد، دعوایی راه می اندازد، که به شما ثابت کند:

،، **هیچی نیستی، نگاه کن، ده سال است که روی خودت کار می کنی، ببین چه دعوایی راه انداختی، چه حرف هایی**

**زدی! ببین از دهانت چه درآمد!، تو واقعاً به حضور زنده شده ای!؟، ،، " نا امید می کنی! "**





وقتی وارد به استخوان می رسد، یعنی به آنجاهایی می رسد که واقعا " هسته مرکزی من ذهنی ست. آن چیزهایی ست که برای ما مهم است و ما از آنها آگاه نیستیم.

گفتم که از کجایی فهمیم که مهم اند. شما نگوئید:

،، من که می دانم چیزهای مادی برایم مهم نیست، اصلا" واکنش های شرطی شده هم ندارم. ،، " نه "

" نیم ساعت، یک ساعت خودت را زیر ذره بین قرار بده، ببین چه چیزهایی می تواند شما را عصبانی کند، نگران کند، ببین که دل ات می گیرد، ببین که حس تنهایی می کنی، ببین که بی حوصله شده ای، ببین که دوست داری در غیبت مردم شرکت کنی! واکنش هایت را ببین! "

حالا، که کار خیلی سخت شود، دیگر مثل اینکه یک قسمت گوشت را بریده و به استخوان می رسد!

ما، بعنوان من ذهنی، تحمل نداریم.

حالا، چیزی بدتر از آن هم می گوید:

عهد و سوگند سخت سست شود

مرد را کار چون به جان آمد

پس مولانا، حرفش را می زند:

نسبت به من ذهنی، ما باید بمیریم.

همانطور که صبر می کنیم و جلو می رویم، جاهایی باریک هست، که عهد و سوگند ما، حتی که الآن هشیارانه با هم صحبت کردیم و قرار گذاشتیم، سخت سست می شود. بسیار سست می شود. ما می گوئیم:

،، بابا چه قراری!، چه حضوری!، ... اصلا" ول کن ،،

وقتی انسان (مرد)، کارش به مُردنِ جان می رسد (خُب گفتم، یک قلم آن هشیاری ست. از اول این صبر، آن چیزی که ما را نجات می دهد، هشیاری ست)، هشیارانه صبر می کند. دیگر در خواب ذهن نیستیم، در خواب تجربه نیستیم.

تسلیم و پذیرش، یک لحظه ما را بیدار می کند، بنابراین ما متوجه ایم که نسبت به جان من ذهنی، در حال مردنیم!

پس ما هشیاریم به اینکه عهد و سوگندمان را نخواهیم شکست و کارمان به از دست دادن جان خواهد رسید!

وقتی سرعت اتومبیل من ذهنی به ده، پنج، کیلومتر برسد، آنجا، واقعا" قهرمان می خواهد که بایستد و بگوید:

،، در حال مرگ، نسبت به چیزی که برایم مهم بود هستم! ،،

معنی آن این نیست که شما اینها را نداشته باشید، بلکه، الآن دیگر از آنها هویت نمی گیرید. دردهایتان را می اندازید.

این شناسایی را می کنید که تجربه های شما، شما نیستند.

چه چیزی را در حال شناسایی هستیم؟

از اول گفتیم:

در حال شناسایی این هستیم که ما چه چیزی نیستیم.

نمی خواهیم بعضی از این چیزهایی که ما نیستیم، بشناسیم، برای اینکه این من ذهنی آنقدر ما را کشیده و با خودش

یکی کرده که ما می گوئیم:.



، مگر می شود که ما این، نباشیم؟! ،، .

" ما می گوئیم که تو خدائیت هستی، تو از جنسِ هشیاری هستی! "، به آن یکی مقولهٔ مشخص که می رسد، می گوید:  
،، نه، نه ،، بنابر این، آن عهد و سوگند سُست می شود.

البته، آن عهد و سوگندِ اولیه، با سرعتِ اتومبیلِ منِ ذهنی، سُست شده، ولی بستگی به سرعتِ اتومبیلِ منِ ذهنی دارد که تا چه اندازه ما هم هویت ایم و چه اندازه در خواب منِ ذهنی هستیم، در خواب تجربه ها هستیم؟، چه اندازه تجربه ها را بجای خودمان گرفته ایم؟.

آن عهد ازل را که در همان ابتدا به خدا گفته بودیم: از جنس تو هستیم، ما آن عهد را شکسته ایم!  
الآن، می خواهیم درست کنیم. با شناختن اینکه ما چه نیستیم؟!.

هله، ای دل، تو خویش سُست مکن

دل قوی کن که وقت آن آمد

حالا، شما به خودتان می گوئید:

،، ای دل، ای دل من، خودت را سُست نکن ،، .

ممکن است منِ ذهنی، دلِ شما را سُست کند:

،، فایده ندارد، من الآن ده سال، پانزده سال است که اینکار را می کنم، بجایی نرسیدم، نمی توانم برسم، بهتر است بروم پولم را زیاد کنم، دنبال هر چه بیشتر، بهتر. اینکه نشد، ... ،، .

" اینکار را نکن. الآن دلت را قوی کن که وقت قوی کردنِ دل است " .

گفتم: منِ ذهنی، روش ها و ابزارهایی دارد که آن ابزارها را از آن گرفته آید.

نفس اژدهاست او نمرده است

از غم بی آلتی افسرده است

آلت هایش را از او بگیرد. ابزار هایش را بگیرد.

ابزار هایش، ملامت است، حس مسئولیت نکردن است، رنجش است، شکایت است، قضاوت است، مقاومت است، ستیزه ست، هم هویت شدن با چیزهای گذراست، ترسیدن بخاطر چیزهایی ست که از بین می روند، ترسیدن است... ترس از ابزار مهم منِ ذهنی ست. شما را می ترساند، دل شما را سُست می کند، شما را به سمت خودش می کشاند:  
،، بیا با بقیه یکی شو، تو هم مثل مردم شو ،، .

اصلا" جمع، منِ ذهنی دارد، شما خودتان را جدا کرده آید و می خواهید خود را به فضای یکتایی برسانید، جمع، هر لحظه به شما می گوید:

،، بیا پیش ما، همان کارهایی که ما می کنیم، تو هم بکن ،، .

دل شما را سُست می کند. ولی شما بدانید که باید دل تان را قوی نگه دارید.

حالا مولانا می گوید که این دل را چگونه قوی نگه می دارند:



صبر، دل شما را قوی نگه می دارد، برای اینکه صبر، یواش یواش، خدا را در دل شما بیدار می کند. زندگی را بیدار می کند. هر دفعه که شما تسلیم می شوید، یک مقدار، وجود شما تبدیل به هشیاری می شود. هر دفعه که تسلیم می شوید، خردی از سوی زندگی می آید و به شما می گوید که:

" به دنبال این چیزی که تو را می کشد نرو "

محبت آن را از دل ات بیرون می کشد و بیرون می اندازد و دیگر در آینده، به سوی آن کشیده نمی شود. این کندن ها یکی یکی صورت می گیرد.

شما فکر نکنید که این چیزهای مهم، هزار تاست!، چند تا چیز مهم را شما ببیندازید، یکدفعه می بینید که میزان هشیاری در دل شما آنقدر زیاد شد، که دل تان خداگونه شده.

چون زر سرخ اندر آتش خند

تا بگویند زر کان آمد

مانند زر سرخ خالص، در آتش بخند. کدام آتش؟

آتش من ذهنی. آتش اینکه:

نمی خواهیم واکنش نشان دهیم. نمی خواهیم مقاومت کنیم. آتش تحریک من ذهنی و دردهای آن که در حالت صبر به ما وارد می شود.

آیا من می توانم اینجا بنشینم؟!، چندین تحریک هست:

،، بچه ام به حرفم گوش نمی دهد، دوستم پشت سرم دروغ گفته، شوهرم و یا همسرم خیانت کرده، ... ،، اینها مرا از حالت صبر خارج می کنند! اینها آتش است، درد است.

آیا شما می توانید در این آتش بخندید؟، می توانید در این لحظه، اتفاق این لحظه را بپذیرید و راضی هم باشید؟ نه تنها می پذیرید، در این آتش با رضایت می خندید!.

آتش، از بین رفتن آن قسمت هستی شما، وجود شماست که وقتی می رود (اگر این هشیاری و این شناسایی، پیش بیاید که آن را ببیندازید)، انداختن همان و زنده شدن به زندگی همان. این دو تا یک عمل اند.

" شما (قسمتی از وجود خود را) می اندازید، بلافاصله، زنده می شوید ". این همان آتش ابراهیم خلیل است که شما را درون آن می اندازند، به شرطی که از آتشش نترسید، گلستان می شود!.

تا مردم بگویند که زر خالص آمد. زر خالص همان هشیاری اولیه ست، همین شناسایی شماست، همین اصل شماست. مردم طلا را تشخیص می دهند. مالا" طلا، هشیاری خالص، تشخیص داده می شود، اگر ما تبدیل شویم!.

پس سختی وجود دارد. سختی زیاد هم به این دلیل است که ما چهل سال، پنجاه سال، شصت سال، با چیزهای این جهانی و با دردهای آن، هم هویت شده ایم. الآن می خواهیم برگردیم. اگر ده سالمان بود، دوازده سالمان بود، اینقدر سخت نبود!.

گرم خوش رو به پیش تیغ اجل



## بانگ برزن که پهلوان آمد

گرم و خوش، یعنی چالاک و خنده رو.

با شناسایی آن قسمت هایی که شما را می کشد، آن قسمت هایی که برای شما مهم است ولی نمی دانستید مهم است، جدی ست ولی نمی دانستید!

وقتی جایی صحبت کرده اید، گفته اید اینها برای من مهم نیستند: ,, پول مهم نیست ,,

ولی " ده هزار دلار پول به برادرت داده ای و نمی توانی آن را پس بگیری، شب خوابت نمی برد ":

,, دیگر نمی دهم، ... ,,

من ذهنی تان، هزار قصه می سازد:

,, من که برادری را رعایت کردم، من که ساده بودم، من که قدر شناس بودم، من که اهل خانواده هستم، چرا او باید

اینقدر نامردی کند و ... ,,

همه این قصه ها را می سازد برای اینکه تو را به واکنش وادارد!

ولی تو که گفته بودی پول مهم نیست، آرامش مهم است!، شادی مهم است، بودن مهم است!، اصل من که این لحظه،

ریشه در زندگی دارد، مهم است!، پس این حرف ها چه؟ شد!

پس من ذهنی، هنوز هست و این امتحان شما بود.

حالا، آن قسمت ها را شما یکی یکی شناسایی می کنید و می گذارید که تیر آجل، آنها را بگذرد.

پس شناسایی و انداختن، همین تیغ و تیر آجل است. تیغ اجل از طریق شناسایی شما صورت می گیرد.

هشیاری و شناسایی، جزو این صبر است. در ضمن شما معامله نمی کنید، شما با قانون زندگی رفتار می کنید.

من ذهنی، وسط می پرد:

,, بگذار من صبر کنم، اگر صبر کنم، چیز خوبی نصیبم می شود، و آن چیز خوب، حضور است ,,

من ذهنی، تجسم می کند. این ذهن است. شما می گویند:

،، من، طبق اصول و طبق قوانین زندگی رفتار می کنم ،،

اینکه، هشیاری به ذهن می رود و پس از هم هویت شدن، برمی گردد و روی خودش قائم می شود، قانون است. " هر

چه زودتر باید برگردید. راه آن هم این است که شناسایی کنید که چه چیزی نیستید ". الان هم در حال شناسایی هستید،

و می اندازید.

" شناسایی تو تیغ اجل است و اگر هم اینکار را می کنی، پهلوانی ست ".

بلند بگو که پهلوان آمد!

واقعا" این قدرشناسی از خود شماست، اگر این کار را می کنید، قدر خودتان را بدانید. شما فکر نکنید که همه اینکار

را می کنند! همه اینکار را نمی کنند، نمی توانند بکنند!

عده ای که اصلا" بدنبال این مطالب نیستند و با جهان مادی و دردها هم هویت شده اند، مریض عادی شده، هیچ فکر

نمی کنند، دردی دارند، مسئله ای دارند، مولانا، می گویند: اینها فرعون هستند. فرعون درد ندارد.



ولی شما الآن می دانید جریان چیست و این راه را می روید و می دانید که این راه جزئیات دارد و ظریف است، عجله ای هم نداریم.

عده ای می گویند: ,,زود یک چیزی به ما بگویید یاد بگیریم، بقاییم و برویم ,,.  
چنین چیزی نمی شود.

شما باید شناسایی کنید که چه چیزی نیستید، خودتان را بشناسید. اینکار صبر می خواهد.  
,,نه، چند چیز به ما بگویید، برویم، ما عجله داریم، ... ,,!

پس ما، چالاک، نه با عجله، در حالیکه هشیار به زندگی هستیم، (عجله کار من ذهنی ست، عجله یعنی من می خواهم قانون جبران را زیر پا بگذارم، عجله یعنی چند تا چیز بگو ما به هشیاری حضور برسیم، زندگی کنیم ... )، با صبر، یواش یواش، به - حضور زنده می شوید و خرد زندگی، زندگی شما را شکوفا می کند.

یک ماه و یک روز هم فرق می کند. ولی آن عجله ای که من ذهنی دارد، با ذهن می خواهد در آخر چیزی به خودش اضافه کند، نیست، ریزه ریزه، ریزه ریزه، ما از خواب تجربه ها، به بودن بیدار می شویم. اینکار زمان می برد. و شما اگر اینکار را می کنید، بلند بگویید: ,,من پهلوان هستم ,,.

با خدا باش و نصرت از وی خواه

که مدها ز آسمان آمد

همانطور که ملاحظه فرمودید، در این غزل، سه بیت اول مربوط به وضعیت هر انسانی ست که مولانا صبر را برای برگشت انسان از هم هویت شدگی ذهن و گم شدن در تجربیات، پیشنهاد کرد و به ما گفت که:

اینکار سخت است و مرتب تو امتحان می شوی و اینقدر سخت است که کارد به استخوان می رسد و ممکن است تو نتوانی تحمل کنی. ولی بعد از آن گفت که:

" دل ات را قوی کن، سست مکن.

شما هم به خودتان گفتید، مثل زر خالص درون آتش برو و بخند. بعدش هم گفت:

در کار مردن نسبت به من ذهنی، یعنی در وضعیت صبر، شناسایی من های ریز و درشت خودمان و کشیدن هشیاری از درون آنها، چابک باش و با خنده رویی اینکار را بکن."

پس معلوم می شود که با آخم و واکنش و تلخ بودن، نمی شود به خدا رسید.

حالا، موضوع مهم دیگری می گوید:

- اگر تو کمک می خواهی، این کمک را نمی توانی از بیرون خواهی! تو با خدا باش. با خدا بودن، همراه خدا بودن، همین حالت صبر است که انسان، حضور خودش را حس می کند.

یا زندگی، حضور خودش را از طریق ما حس می کند.

این حالت پذیرش و صبر ماست و فقط در این موقع ست که ما با خدا هستیم.

مولانا به ما می گوید: این حالت را ترک نکن. این حالت، حالت پذیرش، تنها راه، یا تنها نقطه دسترسی خدا به ماست.



بارها مولانا به ما گفته: این تعهد از آنطرف بسیار محکم است.

(هفته گذشته هم گفت که تعهد تو نسبت به ما، مثل کوه است و تعهد ما نسبت به تو مثل کاه است).

پس، **نُصرت** یعنی یاری. یاری خدا هر لحظه برای ما مهیاست به شرط آنکه ما این لحظه را در حالتِ صبر، ترک نکنیم. بیتِ بعد باز هم به توضیحِ این موضوع کمک می کند.

مصرع دوم به ما می گوید که:

کمک ها فقط از سوی آسمان می آید، از سوی زندگی می آید، از سوی خدا می آید، از سوی **بودن** می آید. فقط از آنجا کمک می آید. پس شما به بیرون نگاه نمی کنید.

تا حالا ما، شبیه آن کسانی که وارد معبدِ آپولو در دلفی می شدند و از اوراکل، نجات می طلبیدند، ما رفتیم و از فرم - های این جهانی، حاجت طلبیدیم. به ما ندادند. غافل از اینکه **خدا ایستاده** به ما کمک کند و ما صبر و این لحظه را ترک کرده ایم و در کویر من ذهنی، در خواب دردها گم شدیم.

حالا می گوید مواظب باش. این کار هم باید با هشیاری همراه باشد. از همان اول به ما گفته، با شناسایی و هشیاری!، ، آیا با شناسایی و هشیاری، من الآن در حالتِ صبر هستم؟، یا نه؟، ،

شما هر لحظه باید یادتان باشد و به خودتان یادآوری کنید که من با اتفاق این لحظه آشتی هستم؟، یا نه؟، اگر آشتی نیستم، منم که باید اول دستم را دراز کنم و نه خدا!.

شما نگویند که:

،، خدا اول وضعیت های زندگی مرا درست کند، من از دواج کنم، خانه بخرم، بچه دار شوم، رفاه مادی ام درست شود، ... **خُب ایمان می آوریم، قبول داریم، اگر اینطور باشد، ولی تا نیامده ما که نمی توانیم، ...** ،،

" چنین چیزی نمی شود "

شما باید اول دست تان را دراز کنید و آن را نکشید، اگر دست تان را کشیدید، دوباره باید آن را دراز کنید. و آن: **آشتی با این لحظه ست.**

گفتیم: همیشه، این لحظه یک کلاه دارد، یک قیافه دارد که فرم این لحظه ست و یک فضای در بر گیرنده دارد که می توانید خدا بنامید. همه چیز در آن است، شما هم در آن هستید و حالا می خواهید به آن هشیار شوید.

پس، " با کلاه این لحظه، با قیافه این لحظه، با هیبت این لحظه، اگر آشتی کنی، با خدا آشتی کرده ای، اگر بجنگی، با خدا می جنگی "

خدا به شما دسترسی ندارد، شما اگر این لحظه ستیزه کنید و درب را ببندید، چگونه می توانید روی زندگی را ببینید؟! فرض کنید آفتاب می تابد، شما پرده ها را محکم کشیده و خانه را تاریک کرده اید و می گویند آفتاب بر این خانه بتابد و روشن اش کند، چگونه آفتاب از پشت پرده ها به درون بتابد!.

پس مددها از آسمان می آید. آسمان رمز زندگی ست، خداست. مددها از بیرون نمی آید.

ای خدا آستین فضل فشان

چونک بنده بر آستان آمد



آستین فشانند یعنی بخشیدن. تو بیا، برکت ات را به ما ببخش.

در قدیم، پول ها را در آستین هم می گذاشتند. خدا آستین را تکان دهد، یعنی دستش را بعنوان رضایت و تحسین ما

تکان می دهد و برکت را به زندگی ما می ریزد. چرا؟

الآن است که ما به آستان آمدیم. آستان خدا کجاست؟

همین لحظه. همین صبر.

اگر شما از طریق پذیرش این لحظه و تسلیم، به این لحظه نیایید، در آستان خدا نیستید.

شما در آستان خدا باید هشیارانه بایستید! هشیارانه هم یعنی اینکه این لحظه از خود می پرسیم:

، آیا من با این لحظه، آشتی هستم؟، یا نه؟،،

اگر در ذهن ام با کسی می جنگم (مثلا) خیلی ها خودشان من ذهنی دارند و من ذهنی کسی دیگر، مثلا" همسرشان را منعکس

می کنند و در ذهن شان با او می جنگند. یکی این می گوید و یکی آن. یکی این می گوید و یکی آن. ... )، این در آستان خدا ایستادن

نیست.

ستیزه درونی با خود، با دیگری، یا ستیزه آشکار یا جنگ، آستان خدا نیست.

آستان خدا، موقعی ست که شما هشیارانه در این لحظه ایستاده اید، از طریق پذیرش قبل از قضاوت، که مولانا اسمش

را صبر گذاشت، در این لحظه، و گفت: از این لحظه، تکان نمی خورید، اگر پایتان می لغزد و دوباره به ذهن می

افتید، دوباره هشیارانه برمی گردید و در آستان، می ایستید که خدا آستین فضل اش را تکان دهد.

فضل، یعنی فزونی. در واقع یعنی کمال خدا.

از فضل، ما بی نهایت خدا را می فهمیم و برکت بی نهایت او را می فهمیم. حالا، اینجا مطلبی هست که باید در نظر

بگیریم، اینکه شما یا بعضی ها می گویند که:

،، جهان اگر برکت داشته باشد، برکاتش را از من دریغ می کند، مثلا" مردم به من توجه آشکاری نمی کنند، مرا تأیید

نمی کنند، قدردانی نمی کنند و بقیه چیزهایی را هم که لازم دارم، به من نمی دهند.

می دانید چرا برکت نمی دهند؟

برای اینکه شما به جهان، برکت نمی دهید.

شما از پایگاه کمیابی و نقص، فکر و عمل می کنید.

پایگاه من ذهنی، پایگاه کمیابی و نقص است و اگر آدم این لحظه، از آستان خدا دور شود، به آن نقص می افتد و کاری

هم نمی تواند برای کسی بکند!.

،، من چرا بدهم؟، من اصلا" چیزی ندارم بدهم، چه به من داده اند که من بدهم؟، ... ،،

تا زمانی که ما تشخیص نداده ایم که:

آن چیزی را که ما می خواهیم، داریم و می توانیم به جهان بریزیم.

مثال: شما این لحظه، جلوی یک نفر ایستاده اید و می گویند:

،، من چه سرویسی برای این آدم می توانم انجام دهم؟ چه خوبی می توانم به او بکنم؟،،



حداقل، یک لبخند می توانم بزنم!

،، از من آدرس می پرسد، می توانم بگویم: به من چه! بگذارم برود گم شود، مگر به من آدرس دادند! ،،

یا نه، در فضای صبر، هشیاری حضور، عمل می کند، خرد خدا، عمل می کند و شما از خود می پرسید:

،، من الان چه سرویسی برای مردم، برای این شخص، می توانم انجام دهم؟، این شخص را نمی شناسم ولی آدرس را

پیدا کرده و روی کاغذ می نویسم و برای او می خوانم و می پرسم: فهمیدی؟ و به او می دهم ،،

آن آدم، آدرس را بلد نیست، نگاه می کند، تشکر می کند و می رود، شما هم او را نمی شناسید!

چه چیزی از شما به بیرون می ریزد؟ یک سرویس، یک خوبی و یک برکت و از **آنطرف** می آید. شما این راه را

باز می کنید.

ای خدا آستین فضل فشان، یعنی من آگاه به این هستم که من هم آستین فضل را می فشانم.

قضیه آن دو تا دریاچه ست:

دو دریاچه ست، یکی پایین است و یکی بالاست. اطراف دریاچه بالایی، درختان سبز دارد و بلبل ها می خوانند و

زیباست، اطرافش پر از گل و سیزی ست.

دریاچه پایینی، پر نمک است و خشک است و هیچی ندارد.

آب رودخانه، اول به دریاچه بالایی می رسد و بعد از آن، به دریاچه پایینی می ریزد. دریاچه پایینی به هیچ جا راه

ندارد و آب آنجا راکد می ماند، پر نمک است.

خدا نمی تواند آستین فضل را برای شما بفشاند و شما از پایگاه نقص، همه را برداشته و در جیب خودتان بگذارید!

بارها مولانا به ما گفته که شما هر چه بیرون می فرستید، ده برابر برمی گردد. من ذهنی این قاعده را قبول ندارم.

،، مال من که مال من است، دیگران هم باید بدهند تا به مال من اضافه شود ،،

این، زرنگی من ذهنی ست. زرنگی من ذهنی و حس نقص آن و بیچارگی آن، بدرد خدا نمی خورد!

خدا می گوید: " تو از جنس من هستی، اصلاً هر چه را که من به تو می دهم، تو داری! "

ما نمی فهمیم!

حالا، شما باید از خودتان بپرسید:

آیا بعنوان بنده، در آستان خدا هستید؟

میل سرویس دهی دارید؟ بعضی ها دوست دارند مفت بخورند، کمتر کار کنند، دیگران کار کنند و به آنها بدهند،

بخورند! این خوب است؟، آدم را خراب می کند، راکد می کند!

فضل خدا وقتی به ذهن ما می ریزد، می خواهد فکر خلاق و کار خلاق بوجود آورد، مگر می شود که انسان کار

نکند! کسی بگوید: ،، من پول زیاد دارم، کار نمی کنم ،،!

مگر کار برای پول است؟

کار برای به جریان انداختن سرویس است. کار، فضل خداست که باید به طریقی، از شما بیرون برود!





اینکه می گوید: (اتفاقاً" ده برابر برمی گردد را از قرآن می آورد)، هر چه را که شما به بیرون می فرستید، ده برابر برمی گردد، قانون است. ده هم عدد است، به معنی اینکه خیلی برمی گردد. صد برابر برمی گردد، هزار برابر برمی گردد، نه ده برابر! نگران نباشید.

بدبختی ما این است که از یک هسته نقص و کمیابی و بیچارگی و مظلومیت و تنهایی و خواب تجربیات عمل می کنیم. ما می گوئیم: " آمدیم به آستان "

شما هم بگوئید و هشیارانه به آستان بروید. آنموقع به خدا بگوئید که:  
،، حالا آستین فضل فشان ،،

و الآن می گوید که باران رحمت و دُرّ می بارد و ما می گوئیم:

،، ما دهان مان را باز کرده ایم ،،

### چون صدف ما دهان گشادستیم

#### کأبرِ فضل تو دُرّ فشان آمد

ما مثل صدف، (قدما معتقد بودند که باران در دهان صدف می افتد و صدف دهانش را می بندد و آنجا باران، دُرّ و مروارید می شود، دُرّ یکتا می شود)، هر لحظه، خرد تو به ما دمیده می شود و ما آماده پذیرش هستیم.

ما نباید کاری کنیم که بر اساس زرنگی و حس نقص من ذهنی، از دسترس خدا خارج شویم. اینکار را نباید بکنیم، این کار، ظلم به خودمان است. این ناآگاهی ست، این جهل است، جهل من ذهنی ست.

من ذهنی با زرنگی اش و با ستیزه، چیزهایی جمع می کند و در پنجاه، شصت سالگی هم مریض و بیچاره می شود و تنها می افتد و نمی داند چه شد؟!.

ما باید به حرف های بزرگان گوش بدهیم و از جوانی این حرف ها را آویزه گوش مان کنیم. هر چه جوان تر باشیم، بهتر است، خودمان را از ذهن بیرون بیاوریم تا با ابر فضل ریز دُرّ فشان زندگی، عمل کنیم.

پس از یک مدتی که به حضور زنده شدیم، دیگر:

برای کسی که کاملاً" به حضور زنده شده و زندگی، حضورش را بوسیله او تثبیت کرده و ریشه بسیار عمیق دارد، صبر معنی ندارد، او دیگر از این جهان بیرون رفته!!!.

الآن صبر، برای ما که هنوز نرفته ایم، معنی می دهد. شما هم اگر از جهان بیرون رفته اید، صبر، برایتان معنی ندارد!.

کما اینکه در این غزل، آخر سر می گوید:

همه این غزل، تیری ست که از کمان، یکدفعه بیرون آمد و شما متوجه بیرون آمدن آن می شوید!.

شما همینطور صبر را ادامه دهید، یک روز صبح بلند می شوید و می بینید که یک فکر خلاق به ذهن تان آمد که قبلاً" نبود! ،، از کجا آمد؟! ،،

می بینید که این فکر، دیگر با آن فکرهای زرنگی و حس نقص من ذهنی فرق دارد، فکر جدیدی ست.



این فکر من، به نفع همه ست، منافعش فقط به من نمی رسد. مثل اینکه در جهت زیاد کردن آن وابستگی های مهم من نیست، گرچه آنها را هم کم نمی کند، به پولم هم ضرر نمی زند ...

یکدفعه نشستید اید می بینید که شادی بی سبب از شما می جوشد و بالا می آید. دوست تان به شما می گوید:

،، من حس تنهایی می کنم، دلم گرفته ... ،،،

دل شما باز است و فضا دار و شاد هستید، ولی نمی دانید چرا شاد هستید.

دوست شما می پرسد: مگر چه شده که اینقدر شاد هستی؟

شما می گویید: ،، چیزی نشده. شادی طبیعی ست. شادی طبیعی بودن است. شادی حضور است. اصلاً ذات من،

خاصیت من همین است، من از جنس آرامش ام، وقتی حرکت می کنم، شادی از من به جهان پخش می شود. هیچی

نشده. تغییرات بیرون هم، تغییرات فرم است، رقص فرم است، آنها هم می رقصند، ولی من ثابت هستم. آنها کم و زیاد

می شوند، دیگر برایم مهم نیستند، اعتبار دارند ولی مهم نیستند.

می فهمم که زیاد و کم می شوند، ولی به حال من تأثیر ندارند ،،،

از کجا آمده اید؟!.

قبلاً " همه حواس تان اینجا بود که این ... یکدفعه کم نشود!، این آدم، مبادا فلان کار را بکند!، ...

اما حالا می گویید: ،، برو هر کاری که می خواهی بکن. هر کسی، هر کاری می خواهد بکند، قبلاً " همه را زیر

کنترل ام قبضه کرده بودم: ،، تو تکان نخور، تو باید اینکار را بکنی، تو آن ...، الان نه. هر کسی آزاد است برود مثل

یک درخت سیب جدا، به زمین خودش وصل شود و خلاقیت خودش را داشته باشد و من این را می دانم چون به ریشه

ام وصل هستم ،،،

شما می گویید: ،، همانطور که من از اعماق وجود شادی را می آورم، او هم شادی را از اعماق وجودش می آورد،

پس من زندگی می کنم و اجازه می دهم او هم زندگی کند. قبلاً " من زندگی نمی کردم، اجازه نمی دادم او هم زندگی

کند ،،،

حالا او کی بود؟

او همسرم بود، بچه ام بود، فامیل ام بود، رفیقم بود، دوستم بود. همه را بیچاره کرده بودم، الان آنطور نیستم.

این ویژگی را از کجا آوردی؟ ابر فضل در فشان بارید.

برای اینکه شما از آستان، از فضای صبر، بیرون نرفتید، یک مدتی تحمل کردید، دل تان را سست نکردید.

بارها گفتیم:

" قطره می خواهد بسوی دریا برود، گل پای او را گرفته و می کشد. گل مگر قطره را ول می کند که به سوی دریا

برود؟! شما دریا هستید می خواهید با دریا یکی شوید، اشتباهها" به گل چسبیده اید. تا خودتان را رها کنید، باید صبر

کنید ". این هم امید مولاناست که به ما می دهد:

ای بسا خار خشک کز دل او

در پناه تو گلستان آمد



خارِ خُشک، بالاخره سبز می شود.

خارِ خُشک، ما هستیم. بعنوان هشیاری در ذهن رفته ایم و در اثر هم هویت شدگی با چیزهای این جهانی، حول چیزهای مهم گشتن، چیزهای مهم را انتخاب کردن و به آنها چسبیدن و درد ایجاد کردن، مخصوصاً " ترس، خشکیدیم.

خارِ خشک هستیم. چرا خار؟

برای اینکه به پای همه فرو می رویم!

،، هر کسی با من صحبت می کند، حتماً باید ضربه ای به او بزنم ،،

البته، موقع صحبت می گویم: من این کار را نمی کنم!

ولی در عمل که به دوستی و به مصاحبت با مردم می روم، مجهز به نقص هستم، مجهز به دیدن عیب ها هستم، برای اینکه خودم را تأیید کنم، خودم را بالا ببرم، هر لحظه، قضاوت می کنم که چه عیبی می توانم پیدا کنم بلکه خودم را با آن شخص مقایسه کنم و کمی بالا باشم، مجهز به غیبت کردن و بدگویی هستم، تا خودم را بالا ببرم، مجهز به این هستم که نقص های مردم را ببینم، آنها را تبدیل به هویت، کل آنها را بیرون بیندازم و بگویم اینها ناقص اند و بدرد نمی خورند یک برچسب بد روی آنها بزنم.

اصلاً " یک هسته مرکزی جدایی طلبی دارم، برای اینکه این هسته مرکزی من، که منِ ذهنی من است، بر اساس جدایی و هم هویت شدگی ایجاد شده، ذاتش طلبِ جدایی می کند. به زبان، صحبت از صلح و آرامش و برادری و عشق می کند ولی در عمل نمی تواند با صلح و عشق، یکی شود، باید آن هسته را حفظ کند، ... اینها را شما می شناسید و خار هستند. خار هم به پای مردم فرو می رود.

اگر هم پای مردم برهنه باشد، فرض کنید یک کسی با یک منِ ذهنی دردمند دوست شود، برهنه شود و تمام اسرارش را به او بگوید:

،، ای دوست من، تو برادر من هستی، به تو اعتماد دارم، من این عیب را دارم، من این ... کمک را می خواهم، ... فردا، می بیند که حرف های او همه جا گفته شده!

این همان خار است. سیر را نمی تواند نگه دارد.

بالاخره، دوستی به شما اعتماد کرده! چون خاری، باید فرو روی!

حالا، با وجود اینکه خشک شده ای، از دل تو در پناه خدا، اگر شما بیایید و در فضای صبر بایستید و اینکارها را نکنید، در فضای صبر، آن سرمایه هشیاری که بوجود آمده، نگاه می کند و می گوید که من چه عیبی دارم؟، این خاریت من چه عیبی دارد؟، پس در پناه خدا هستیم.

در پناه خدا، خار ما، گلستان می شود.

" شما باور می کنید؟، حتماً باور می کنید. ما حرف های بزرگان را می خوانیم که خودمان را به خط بیاوریم. ما حرف های بزرگان را نمی خوانیم که آنها را یک جوری درست کنیم و قضاوت کنیم، ما می خواهیم آن خمیدگی خودمان را راست و موازی و هم خط زندگی کنیم. پس ناامید نمی شویم، در پناه خدا قرار بگیریم، ولو اینکه وضع مان، بلحاظ هم هویت شدگی و جدایی و خار بودن خیلی خراب است.



مولانا امروز همه را توضیح داده. شما مطمئن باشید که پس از مدت کوتاهی زندگی شما گلستان می شود.

من نشان کرده‌ام تو را که ز تو

دلخوشی‌های بی نشان آمد

من تو را نشان کردم، فهمیده‌ام که تو کی هستی!، تو در اینجا، کیست؟

زندگی ست، خداست.

خدا، زندگی، ما را چگونه نشان کرد؟

موقعی که بی نشان شدم. خدا نشان ندارد، ما هم نشان نداریم. ما وقتی آمدیم به فضای صبر و پذیرش و قضاوت و سختی را کشیدیم، فشار آمد، دل مان را محکم نگه داشتیم، پس از مدتی یک حضور پیدا می کنیم، این بی نشانی که ما هستیم، نشان کردن خداست.

اگر انسان در این راه، کمی تحمل داشته باشد و صبر کند، ابر فضل زندگی، می بارد.

ما باید از ذهن روی پای خودمان برگردیم و برپا و برقرار شویم و از این نقص من ذهنی نجات پیدا کنیم، اینکار در راستای قانون زندگی ست. زندگی می خواهد اینکار را انجام دهد، ما نمی گذاریم!

با اینحال، تمام اتفاقاتی که برایمان می افتد، در آن جهت است.

حالا، یک عده ای، هشیارانه با زندگی همکاری می کنند، عده ای دیگر هنوز زندگی را انکار می کنیم. او هم در این انکار، اتفاقاتی را برای خودش پیش می آورد که بالاخره در اثر درد، بیاید و روی پای خودش قائم شود.

پس شما الآن، با بی نشانی، بی نشان را نشان کرده اید و می دانید که دلخوشی ها همه بی نشان اند. دلخوشی بی

نشان، مثل دلخوشی زندگی ست، همان برکت و عشق و شادی و آرامش زندگی ست که از درون می جوشد و نه از

بیرون.

از بیرون دلخوشی های با نشان می آید. دلخوشی های با نشان که به درد نمی خورند و نمی پاید، مثل تأیید مردم است،

مثل توجه مردم است، تعریف ها و حرف های مردم در مورد ماست و خبرهای خوب زیاد شدن پول ما، بیزنس ما رو

به بالاست، قرار است برویم و خانه بزرگتری بخریم، ... اینها خبرهای با نشان است و من ذهنی را کمی باد می کند،

و هر دفعه که من ذهنی، باد می کند، یک ذره خوشش می آید ولی پایدار نیست. دلخوشی های با نشان پایدار نیست.

شما باید خوشی های بی نشان داشته باشید، دلخوشی های با نشان را اصلاً فراموش کنید.

برای اینکه دلخوشی های بی نشان بیاید، دلخوشی های با نشان، دیگر، اصلاً، در زندگی شما جایی پیدا نمی کند!.

دلخوشی های با نشان، مثل گل پلاستیکی ست و دلخوشی های بی نشان، مثل گل واقعی.

پس شما دنبال دلخوشی های بی نشان هستید، ولی تا بی نشان نشوید، نمی توانید خدا را نشان کنید.

به درجه ای که بی نشان می شوید، آن بی نشانی را می شناسید و به دلخوشی های بی نشان دل می بندید. به درجه ای

که با نشان هستید یعنی با چیزهای بیرونی هم هویت هستید، از جنس جسم هستید و هشیاری جسمی دارید، به دلخوشی

های با نشان دل می بندید.



برگشتن از دلخوشی های با نشان به دلخوشی های بی نشان، همین تبدیل هشیاری ست، همین کاری ست که ما الآن، اینجا دنبالش هستیم.

امروز مولانا گفت: با صبر است و آسان نیست.

قانون جبران پیش می آید.

آیا شما حاضر هستید هزینه اش را بدهید؟ هزینه اش، الآن، از دست دادن دلخوشی های با نشان است. دلخوشی های با نشان:

- کسی شما را تعریف می کند، فرار کنید.

- توجه مردم را نخواهید، تأیید مردم را نخواهید، قدردانی مردم را نخواهید.

- نشان ندهید: ,, من کردم، من کردم، امروز، حرف آخر همین است:

- وقتی کار موفقیت آمیزی می کنید، هیچ موقع نگویید من کردم، مردم را مجبور نکنید بگویند: شما کردید. این با قانون زندگی جور در نمی آید.

قانون زندگی می گوید:

" فضل خدا، می آید، از شما عبور می کند، چیزهای مهمی را در بیرون بوجود می آورد، ولی شما اینقدر هشیار هستید که نگویید: ,, من کردم ,, "

اگر بگویید: ,, من کردم ,,، دنبال دلخوشی های با نشان هستید.

وقت رَحْمَت و وقت عاطفت است

که مرا زخم بس گران آمد

الآن وقت رحم و مهربانی خداست، عاطفت یعنی مهربانی.

خدا همیشه رحم دارد، همیشه مهربان است ولی ما یک جایی بودیم که به ما نمی رسید!

حالا آمدیم در آستان، در خدا، که این لحظه ست.

چرا می گوییم در؟

برای اینکه ما حالا تازه آمده ایم اینجا، می گوییم که یک درصدی از وجودمان (از صد در صد، پنج درصد)، تبدیل به هشیاری حضور شده و بی نشانی خدا، را الآن حس می کنیم و الآن یک چیزی هم خودش را به ما نشان می دهد که این زندگی پنجاه ساله ما، شصت ساله ما، واقعا" پُر از درد و عذاب بود، مثل خوابی وحشتناک بود، پُر از کابوس. سختی زیاد کشیدم و سختی مثبت نبود.

این سختی صبر، (گفت، شما سختی را بکشید)، این قانون جبران است، مُزد دارد، البته کشیدن سختی صبر را ما برای مُزد نمی کنیم، قانون زندگی را رعایت می کنیم، چون همینکه بگوییم برای مُزد می خواهیم، من ذهنی دوباره خودش را مطرح می کند:

,, مُزدش چقدر است؟ چقدر حضور به ما می دهید؟ کی به حضور زنده می شویم؟ ... ,,

صبر از بین می رود!.



پس، ما الآن شناسایی می کنیم که در شصت سال گذشته (اگر شصت سال مان است)، **خار منیت** که به پای هشیاری، رفت، زخم بسیار بزرگی بوده!، و از غفلت و **خواب جمع** هم بیدار می شویم که می گویند:

،، زندگی همه اش همین است، زندگی همه پُر از دعواست، زن و شوهرها باید دعوا کنند، هر دو با بچه هایشان دعوا کنند، همسایه ها باید دعوا کنند، بین فامیل باید اختلاف باشد، بعد این ستیزه هم بین کشورها باشد، این طبیعی ست و در این میان ما هم خشمگین می شویم، می رنجیم، ... اینها همه طبیعی ست! ،،

" اصلاً" طبیعی نیست. زخم بس گران، بس بزرگ به ما وارد شده، اصلاً" قرار نبود اینطور بشود، اگر خدا رحمت است و مهربانی ست و فضل است و شادی ست و آرامش است، پس این نگرانی ها و خشم ها و دردها از کجا آمده؟! "

" از ما ". (همین ها را می گویم).

یک هشیاری، این است که الآن در حالت صبر، من به اندازه کافی درد کشیدم، به من زخم بس گرانها وارد شده و ضرر دیدم، بعضی از قسمت های بدنم خراب شده، شاید زودی پیر شدم، ولی تشخیص می دهم که گر چه الآن این موضوع را می دانم، ولی اجازه نمی دهم من ذهنی ام وسط بپرد، اظهار تأسف کند، کسی را ملامت کند.

برای اینکه از هر موضوعی حتی این زخم بس گران، من دیگر نمی خواهم درد بیشتر بکشم، به اندازه کافی درد کشیدم، چند روز هم می خواهم زنده گی کنم!

در بیته، هفته قبل گفت:

از شهر مصر، یک دیوار مانده و تو الآن زود به داد من برس که من این چند روز به تو زنده شوم و زنده گی کنم. همه اش دنبال دلخوشی های با نشان بودم و همه تو خالی بود، هیچ مرا ارضاء نکرد. مرا به ثمر نرساند، حالا من هشیارم که زخم بس گران به من وارد شده ولی اجازه نمی دهم، من ذهنی وسط بپرد و از این موضوع سوء استفاده و کسی را ملامت کند، یا من را ملامت کند، یا اظهار تأسف کند و بگوید:

،، چطور شما در سی سالگی به فکر زنده شدن به هشیاری حضور نیفتادی، چرا به حضور نرسیدی؟

در سن سی سالگی من، شهبازی کجا بود؟ مولانا کجا بود؟، چرا اینها زودتر نگفتند، تقصیر این است، تقصیر آن است، ... ،، اینها همه مال من ذهنی ست.

هیچ تأسفی ندارم. این لحظه، به حضور زنده شده ام، یک روز هم که باقیمانده، همین یک روز را زنده گی می کنم هیچکس را ملامت نمی کنم.

تا رحم و عاطفت زندگی بر شما جاری شود.

ای ابابیل، هین، که بر کعبه

لشکر و پیل بی کران آمد

مولانا، یواش یواش از این غزل، نتیجه گیری می کند:

به تمثیل حمله آبره، پادشاه حبشه به کعبه، اشاره می کند:



در تمثیل: عده ای که مادی بودند، می خواستند کعبه دیگری، کعبه ای تقلبی درست کنند و به مردم و جهانگردان و بازرگانان بگویند که به آن کعبه بروند تا رونق پیدا کند و این کعبه، از کار بیفتد، بنابراین با فیل های تربیت شده و با لشکر عظیم، به کعبه حمله کردند. این قصه ست که مولانا تمثیل می زند.

ابابیل، یعنی دسته، گروه.

گروه پرندگان کوچک (گرچه که ابابیل را در فارسی پرستو می گویند، اما بنظر می آید که غلط است و ابابیل یعنی دسته و گروه)، پس دسته پرندگان کوچولو آمده و سنگریزه ها را بر سر فیل ها و لشکریان ریختند و آنها را نابود کردند و این عده نتوانستند به کعبه لطمه بزنند.

مولانا می گوید:

یک کعبه واقعی وجود دارد که دل انسان است. پس، دل همه انسان ها، به حضور زنده شود، کعبه می شود.

در مورد من، دل من، خانه خداست، کعبه ست.

در مورد شخص شما یا هر کسی، تمثیل این را می گوید:

لشکر غم و من های ذهنی به این کعبه من حمله کرده و ای خدا، گروه پرندگان را بفرست.

گروه پرندگان، همین بسته های خرد هشیاری، برای شناسایی ست.

،، لشکر غم، به کعبه دل من حمله کرده، فعلا" هم تصرف کرده، لشکر غم مرا آزاد نمی گذارند!، تنها راه، گروه

پرندگان کوچولوی دسته های خرد زندگی ست که از حالت صبر می آید ،،.

پس معلوم می شود که در حالت صبر، خدا پرندگان را می فرستد.

پرندگان، همین الهامات است، همین خردهای کوچولوست، که بعنوان شناسایی بر آن فیل و لشکر غم، می خورد. شما

الآن شناسایی می کنید:

این ... که تا حالا برایم مهم بود و ذهن ام حول و حوش آن می چرخید و قضاوت و تفسیر می کرد، دیگر برایم مهم نیست.

شما شناسایی می کنید.

پس می گوید:

گروه پرندگان را بفرست.

ای ابابیل هین، گفتیم، هین یعنی اینک، زود باش که بر کعبه دل من، لشکر پیل بیکران حمله کرده!.

" آیا شما باید دست بکار شوید؟ " بله ". شما باید به فضای صبر بیایید و مطمئن باشید که گروه های این پرندگان، می آیند و به شما کمک می کنند ".

این کمک و یاری، در مورد فرد و در رابطه با جمع هم همینطور است.

شما دل واقعی انسان ها را جمع کنید، فرض کنید چند بیلیون (هر چند بیلیون)، انسان وجود دارد، همه اینها به حضور

زنده شوند، خُب دل همه اینها، کعبه ست، عشق، زیبایی، از درون همه اینها بصورت یک آنتن ساطع می شود.



ما رَمَيْتِ اذْ رَمَيْتِ هم ز خداست، خدا از طریق همه انسان ها، فکر می کند، تیر می اندازد، برکت و عشق را به این جهان می ریزد.

شما نپرسید برای چه؟

برای چه، مربوط به ذهن است. ما نمی دانیم. هیچکس نمی داند برای چه؟

شما نپرسید چرا؟، من باید از هم هویت شدگی با ذهن خودم را رها کنم و در این لحظه، ریشه بی نهایت پیدا کنم و حس ابدیت کنم و به خدا زنده شوم؟ برای چه؟!.

" هیچکس نمی داند ". شما نمی توانید به این سوال جواب دهید. ولی مسئولیت زنده شدن به هشیاری حضور، به انسان واگذار شده و این عشق است. عشق به ما داده شده و به هزار گونه هم گفته شده.

پس به کعبه دل جمعی هم حمله شده یا نه؟

- اصلاً کعبه را محاصره کرده اند!.

الآن شما نگاه کنید ببینید که چند در صد مردم جهان به کعبه دل، زنده اند؟

بنظر شما، در چند درصد از مردم جهان، دل حضور وجود دارد و خدا می تواند آنجا برود و هر لحظه (مثل مولانا، مثل قلب ما که می تپد)، عشق را به جهان پراکنده کند؟

مولانا در آخر غزل می گوید:

یک تیری از کمان جهید!.

یعنی همین غزل.

نشسته بودم، یکدفعه یک تیری از کمان خدا (که من هستم)، جهید و تبدیل به این غزل شد. (یک معنی آن این است).

اینکه می گوید: ما رَمَيْتِ اذْ رَمَيْتِ هم ز خداست و یا راست است، یعنی از شما، یک روزی، یک تیر خرد، می جهد، تیرشادی می جهد، تیرعشق می جهد، و این درست است.

یعنی اگر شما به این معتقد نباشید، پس دیگر نه دین را قبول دارید، نه قرآن را قبول دارید، نه فردوسی را قبول دارید، نه مولانا را قبول دارید، فقط من ذهنی خودتان را قبول دارید!، و این با قانون زندگی جور در نمی آید.

پس شما، از لشکر و پیل بیکران هم، برای دل خودتان نمی ترسید، دل را قوی می دارید، در فضای صبر، صبر می کنید، کمک از طرف زندگی می آید، از دنیا کمک نمی طلبید، می دانید که از خار خشک، گلستان در می آید، می دانید اینکه وقت ملاطفت و مهربانی خداست، برای اینکه شما در آستانه آمدید، ایستادید و خدا به شما دسترسی دارد و لشکر پرندگان کوچولوی حامل بسته های خرد هم، از بالا خرد را به سوی انسان ها می ریزد، بر سر شما هم می ریزد، و شما از لشکر به اصطلاح، غم و هر چه که از جهان به شما حمله می کند، نمی ترسید.

عقل گوید مرا: خَمْش کن، بس

که خداوند غیب دان آمد

عقل کُل، عقل خدا، همان الهامات ست. همان که انشتین می گفت: می خواهم فکر خدا را بدانم، بقیه جزئیات است.

وقتی ما با زندگی یکی می شویم، یک عقلی پیدا می کنیم، یک الهاماتی می آید. به ما می گوید:





" خاموش کن "

آیا می شود که ما الان متوجه شویم که:

پشت هر فکری که می کنیم یک نظم عقلی وجود دارد که می خواهد به زندگی ما، نظم و سامان دهد؟

شما ببینید که گرفتاری از کجا می آید:

ما یک عقل من ذهنی داریم که بر اساس چه چیزی خوب است و چه چیزی بد است، قضاوت می کند:

،، جوانی خوب است و پیری بد است، سلامتی خوب است و مریضی بد است (ولی هر جوانی پیر می شود)، تولد خوب است و مرگ بد است، ثروت زیاد خوب است ولی ضرر کردن و مقداری از مال را از دست دادن خیلی بد است... ،، اینها را یاد گرفته ایم. من ذهنی اینطور فکر می کند.

حالا، شما می گوئید:

،، من اینطور فکر نمی کنم. برای اینکه هر اتفاقی که برای من می افتد، پشت آن عقل کل هست و من در حالت تسلیم و صبر هستم، من خاموش می شوم. خاموش. یعنی دیگر قضاوت نمی کنم.

فهمیدم که تابحال، با جهل من ذهنی که اسمش را عقل گذاشته بودم، فکر و عمل می کردم!

هرموقع ضرر می کردم، داد و فریادم به هوا می رفت و هر موقع سود می کردم، به به، می گفتم. این عقل من بوده! و شعارش هم، هر چه بیشتر بهتر!، بوده.

من الان، در فضای صبر و تسلیم ایستاده ام، برای اینکه می دانم پشت هر فکری که الان می آید، نظم خدایی ست و من ایمان دارم که این نظم، در حالت صبر و تسلیم، زندگی مرا سامان خواهد داد و من خاموشم ،،

" وقتی شما عقل من ذهنی را خاموش کنید، دیگر قضاوت نمی کنید، دیگر تفسیر نمی کنید. شما می دانید اگر بر

اساس من ذهنی تفسیر نکنید، چقدر، زندگی تان راحت می شود! "

،، این آدم این ... را می گوید، معنی اش این است، آن آدم آن ... را می گوید، معنی اش این است، آن یکی این ... کار را کرده، معنی اش این است، ... ،،

تفسیر. قضاوت. تفسیر. قضاوت و عمل! . " شما را به زحمت می اندازد! "

نه تنها به زحمت می اندازد، بلکه راه خداوند غیب دان را می بندد!

در آن قصه کوتاهی که از مثنوی برایتان خواندم، مولانا گفت که:

ما خیلی دعاها می کنیم و خداوند از روی کرم، نمی شنود، رد می کند. اگر آنها را می شنید و عمل می کرد، ما خیلی گرفتار تر بودیم!

خیلی از خواسته های من ذهنی ما، به عمل نمی رسد و خدا را شکر که به عمل نمی رسد!

آیا شما می توانید این بیت را در زندگی تان عمل کنید؟

این لحظه بگوئید:



، این ناراحتی من بیخود است، برای اینکه هر اتفاقی که برای من می افتد، در جهت خوبی من، در جهت آزاد شدن من است.

بعد از این، من می خواهم تسلیم شوم و اعتراض نکنم.

البته اینجا، ایستاده ام و همه حواس ام تیز است و حداکثر توان را در عمل می خواهم بکار ببرم.

می خواهم وضعیت های زندگی ام را عوض کنم، پولم کم است، می خواهم زیاد کنم، اگر همسر ندارم، می خواهم ازدواج کنم، می خواهم خانه بخرم، همه اینها را می خواهم، ولی نه با عقل من ذهنی.

پشت این فکری که به ذهن ام می آید، یک نظم عمومی هست که این اتفاقات را برای من پیش می آورد و من اینجا نایستادم که با عقل من ذهنی، قضاوت کنم و خوب و بد کنم. اینکار را نخواهم کرد. که خداوند غیب دان آمد.

من غیب دان نیستم، ولی خدا غیب دان است و نظم او هم پشت من است، در صورتیکه در فضای صبر بمانم! ،،.

من خمش کردم، ای خدا، لیکن

بی من از خان من فغان آمد

اگر شما ذهن تان را خاموش کردید، اگر شما با ذهن من ذهنی حرف نمی زنید، پس، من ندارید. بی من از جان شما فغان می آید. (این فغان مثبت است).

الهامات غیبی، جوشش خرد، بدون من از جان شما، می جوشد و بالا می آید، در صورتیکه قضاوت را خاموش کرده باشید، تفسیر را خاموش کرده باشید، خوب و بد کردن را خاموش کرده باشید، این لحظه زانوی غم بغل نگیرید که - چرا این اتفاق افتاد؟.

برعکس، این لحظه، اتفاق را بپذیرید، ببینید از زندگی چه خردی می آید!

البته اینجا ایستاده اید، نه اینکه عمل نکنید، شما آماده عمل و فکر خلاق هستید. چرا؟

در آستانه ایستاده اید!

گفت: " عقل او ، خرد در فشان، در به شما می دهد! ". به شما خرد می دهد. از شرطی شدگی های ذهن نمی آید، از آن چیزهایی که از مردم یاد گرفتیم، نمی آید.

چیزهایی که ما از مردم یاد گرفتیم زرنگی ست، به ما یاد دادند که آدم چگونه می تواند موفق شود، زیاد کند، چه

چیزهایی را زیاد کند، همان چیزهایی که برای من مهم است، آنها را باید زیاد کند... اینها را یاد گرفتیم، چیز دیگری ما یاد نگرفتیم!

و در حالیکه می خواندیم عملاً" با واکنش و کنش، نشان دادیم که چه چیزی برای ما مهم است.

چه چیزهایی مهم بودند؟ همان چیزهای بیرونی!

هیچ موقع مهم نبوده که ما برگردیم و خرد از زندگی بخواهیم!

مسلمانان در نماز، هر روز می گویند: ما تو را می پرستیم و فقط از تو کمک می خواهیم. فقط تو را می پرستیم، پس تو هم فقط کمک مان کن.

یعنی از جهان بیرون کمک نمی خواهیم.



پس چگونه ست، موقعی که می گوئیم تو را می پرستیم و فقط از تو کمک می خواهیم، یک پروگرامی، یک وزوزی آن زیر هست که توجه به بیرون است؟!.

یعنی توجه شما را یک چیزی بیرونی دزدیده! در حالیکه این حرف ها را می زنید، به آن فکر می کنید!.

این صحبت تو کجا؟! و آن توجهی که شیطان دزدیده کجا؟! حضوری در این نماز نیست!.

آیا ما می فهمیم که فقط تو را می پرستیم، یعنی = چیزهای مهم بیرونی را نمی پرستیم؟!.

از کجا می فهمیم که فقط تو را می پرستیم؟

" از واکنش های بیرونی مان! "

وقتی شما به یک چیز بیرونی واکنش نشان می دهید، هنوز ناراحتی آن در جان شماسست و هنوز در حال واکنش

هستید، می گوئید:

، ما تو را می پرستیم و فقط از تو کمک می خواهیم! ،، .

**نخیر**، شما از بیرون کمک می خواهید و بیرون را هم می پرستید! واکنش شما نشان می دهد!.

چگونه می توانید بگوئید که فقط تو را می پرستم و از تو کمک می خواهم!، " **نخیر** " .

" شما از بیرون کمک می خواهی و بیرون را هم می پرستی. واکنش ات نشان می دهد، به حرف نیست! "

اگر آنطور است، **خاموش کن**. خاموش کن بگذار خدا برایت نماز بخواند. حضور نماز بخواند. که در اینصورت، بی

**من**، از جان شما فغانی بر می آید ...

مولانا از همان اول گفت که اینکار سخت است و امتحان می شوید.

ولی، **دوران صبر است**. برای کسانی ست که گوش می کنند و با ظرافت عمل می کنند و خودشان را در معرض این

آموزش قرار می دهند، بعد از چند ماه، در حالیکه عجله نمی کنند، به آنجا می رسند.

مولانا، در بیت اول، دو مورد متناقض را با هم می آورد:

- **هین، زود باش**.

- **هنگام صابران آمد!**

زود باش؟، با صابران؟! نمی خواند!

" چرا. می خواند! هر موقع شما، در فضای صبر نیستید باید عجله کنید که به آن فضا بروید. اینجا عجله خوب است.

ولی آن جا، وقتی به فضای صبر رسیدی، شما به قانون مزرعه تسلیم هستید. قانون مزرعه، قانون خداست. شما کاری

نمی توانید بکنید. یعنی می گوئید:

،، **من اینجا، در آستان پذیرش و صبر و تسلیم ایستاده ام. این پرندگانی که سنگریزه های خرد را می آورند، به من**

**شناسایی می دهند، تا هر موقع که طول بکشد، عجله ای ندارم** ،، .

به من ذهنی ات هم می گویی:

**برو خاموش**.

ما رَمَيْتْ اذْ رَمَيْتْ هَمْ زِ خَدَاست



## تیر ناگه کز این کمان آمد

این آیه، برای مولانا خیلی مهم است. برای شما هم حتماً "خیلی مهم است. خیلی از مسائل را با همین آیه حل می کند. معنی فارسی آن این است (خدا می گوید):

"وقتی تو تیر انداختی، تو نینداختی، ما انداختیم."

برمی گردد به اینکه:

"مآلاً"، بنده با خدا یکی ست."

یعنی ما باید به این حقیقت اعتراف کنیم که ما باید از ذهن حرکت کنیم و هشیاران به فضای یکتایی برویم و با خدا یکی شویم که آن نیرو، به ما دسترسی پیدا کند. ما کمان و تیر انداز، خداست.

شما بصورت کمان بمانید. تیرهای فکر خلاق و برکت زندگی از شما انداخته شود.

هر چه که بوجود می آید، او بوجود می آورد.

اگر تیر بد می آید، به این علت است که ما کمان درست و حسابی نیستیم، تا زمانیکه، من داریم، نمی توانیم آن کمان شویم.

ولی اگر یواش یواش، در فضای صبر، من های خودمان را بیندازیم، یک روزی می آید که این پدیده رخ می دهد.

یکدفعه می بینید، یک تیر از شما انداخته شد و اگر خدا از طریق شما، از طریق کمان شما، تیر بیندازد، نمی شود شما نفهمید!

بنابراین، این را هم از دیگران سوال نکنید که:

،، بنظر شما، خدا از طریق من تیر می اندازد، یا نمی اندازد؟، آیا عشق از طریق من بیان می شود، یا نمی شود؟، آیا من به حضور رسیده ام، یا نرسیده ام؟، ،،

"این را هم بگویم، که تحقق این امر در واقع:

به مطالعه و کار و ... نیست.

یعنی: شما از جنس هشیاری حضور هستید، نباید

کاری کنید که از جنس هشیاری شوید.

تمام این صحبت هایی را که می کنیم، یک انگشت راهنما، انگشت اشاره،

به سوی ماه است و یاد آوری می کند که شما چه چیزی را "لا" کنید.

تشخیص دهید که چه چیزی از جنس شما نیست و هشیارانه بیندازد.

هشیارانه از خودتان جدا کنید و خودتان را از آن بیرون بکشید،

تا جاییکه هشیارانه، همه من تان را از دست بدهید،

تا بی من، از جان شما، فغان بلند شود.



این فغان، شادی ست، شادی بودن است و همینطور فکرهای خلاق.

و مطمئن باشید که شما روزی، بزودی،  
پرشی این تیرها را از خودتان،  
تجربه خواهید کرد."

\*

