



برنامه شماره ۵۲۴ گنج حضور

جرعه آن باده بی‌زینهار
بر سر و بر دیده دویدن گرفت
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۰۹
برنامه شماره ۵۲۴

بخش اول

گنج حضور پرویز شهبازی

مرغ دلم باز پریدن گرفت
طوطی جان قند چریدن گرفت
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۰۹
چشم چون نرگس فروبندی که چی؟
هین عصا ام کش که کورم ای آچی؟
مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۹۰

برنامه ۵۲۴



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۰۹

مرغ دلم باز پریدن گرفت
 طوطی جان قند چریدن گرفت
 اُشتر دیوانه سرمست من
 سلسله عقل دریدن گرفت
 جرعه آن باده بی‌زینهار
 بر سر و بر دیده دویدن گرفت
 شیرِ نظر با سگ اصحاب کهف
 خون مرا باز خوریدن گرفت
 باز در این جوی روان گشت آب
 بر لب جو سبزه دمیدن گرفت
 باد صبا باز وزان شد به باغ
 بر گل و گلزار وزیدن گرفت
 عشق فروشید به عیبی مرا
 سوخت دلش باز خریدن گرفت
 راند مرا، رحمتش آمد بخواند
 جانب ما خوش نگریدن گرفت
 دشمن من دید که با دوستم
 او ز حسد دست گزیدن گرفت
 دل برهید از دغل روزگار
 در بغل عشق خزیدن گرفت
 ابروی غماز اشارت کنان
 جانب آن چشم خمیدن گرفت
 عشق چو دل را به سوی خویش خواند
 دل ز همه خلق رمیدن گرفت
 خلق عصاوند، عصا را فکند
 قبضه هر کور که دیدن گرفت
 خلق چو شیرند، رها کرد شیر
 طفل که او لوت کشیدن گرفت



روح چو بازیست که پیران شود
 کز سوی شه طبل شنیدن گرفت
 بس کن زیرا که حجاب سخن
 پرده به گرد تو تنیدن گرفت

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۷۷

مرغ جانش موش شد سوراخ جو
 چون شنید از گربگان او عَرَّجُوا
 زان سبب جانش وطن دید و قرار
 اندرین سوراخ دنیا موش وار
 هم درین سوراخ بنّایی گرفت
 درخور سوراخ دانایی گرفت
 پیشه‌هایی که مرورا در مزید
 کاندرین سوراخ کار آید، گزید
 زانک دل بر کند از بیرون شدن
 بسته شد راه رهیدن از بدن
 عنکبوت ار طبع عنقا داشتی
 از لعابی خیمه کی افراشتی؟

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۴۶۲

بر مثال عنکبوت آن زشت‌خو
 پرده‌های گنده را بر بافد او
 از لعاب خویش پرده نور کرد
 دیده ادراک خود را کور کرد

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۸۳

گربه کرده چنگ خود اندر قفس
 نام چنگش درد و سرسام و مَعْص
 گربه مرگست و مرض چنگال او



می‌زند بر مرغ و پرّ و بال او
 گوشه گوشه می‌جهد سوی دوا
 مرگ چون قاضیست و رنجوری گوا
 چون پیاده قاضی آمد این گواه
 که همی‌خواند ترا تا حکم گاه

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۳۰۱

دردها از مرگ می‌آید رسول
 از رسولش رو مگردان ای فصول

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۸۷

مهلتی می‌خواهی از وی در گریز
 گر پذیرد، شد، و گر نه گفت: خیز
 جستن مهلت دوا و چاره‌ها
 که زنی بر خرقة تن پاره‌ها
 عاقبت آید صباحی خشم‌وار
 چند باشد مهلت؟ آخر شرم دار
 عذر خود از شه بخواه ای پرحسد
 پیش از آنک آنچنان روزی رسد
 وانک در ظلمت براند بارگی
 برگند زان نور دل یکبارگی
 می‌گریزد از گوا و مقصدش
 کان گوا سوی قضا می‌خواندش

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۳۰

هر که او بی سر بجنبند دم بود
 جنبشش چون جنبش کژدم بود
 کژرو و شب کور و زشت و زهرناک
 پیشه او خسن اجسام پاک



سَر بکوب آن را که سِرش این بود
خُلق و خوی مستمرش این بود

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۴۳۴

ما که کورانه عصاها می‌زنیم
لاجرم قندیلها را بشکنیم
ما چو کران نانشنیده یک خطاب
هرزه گویان از قیاس خود جواب

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۳۵۵

تا نبیند کودکی که سیب هست
او پیاز گنده را ندهد ز دست

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۵۶۸

بی‌حس و بی‌گوش و بی‌فکرت شوید
تا خطاب ارجعی را بشنوید

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۸۱

پاک بنایی که بر سازد حُصون
در جهان غیب از گفت و فسون
بانگ در دان گفت را از قصر راز
تا که بانگ وا شدست این یا فراز؟
بانگ در محسوس و در از حس برون
تُبصِرون این بانگ و در لا تُبصِرون
چنگ حکمت چونک خوش‌آواز شد
تا چه در از رَوْضِ جنت باز شد؟
بانگ گفت بد چو دروا می‌شود
از سَفَر تا خود چه در وا می‌شود؟
بانگ در بشنو چو دوری از درش



ای خنک او را که وا شد منظرش
 چون تو می بینی که نیکی می کنی
 بر حیات و راحتی بر می زنی
 چونک تقصیر و فساد می رود
 آن حیات و ذوق پنهان می شود
 دید خود مگذار از دید خسان
 که به مُردارت گشتند این کرکسان
 چشم چون نرگس فروبندی که چی؟
 هین عصاَم کش که کورم ای اچی؟
 وان عصاکش که گزیدی در سفر
 خود ببینی باشد از تو کورتر
 دست کورانه به حَبْلِ اللَّهِ زن
 جز بر امر و نهی یزدانی مَنَن
 چیست حَبْلِ اللَّهِ؟ رها کردن هوا
 کین هوا شد صَرَصَری مر عاد را
 خلق در زندان نشسته از هواست
 مرغ را پرها بیسته از هواست
 ماهی اندر تابه گرم از هواست
 رفته از مستوریان شرم از هواست
 خشم شِحنه شعله نار از هواست
 چارمیخ و هیبت دار از هواست
 شِحنه اجسام دیدی بر زمین
 شِحنه احکام جان را هم ببین
 روح را در غیب خود اشکنجه هاست
 لیک تا نهی اشکنجه در خفاست
 چون رهیدی بینی اشکنجه و دمار
 زانک ضد از ضد گردد آشکار
 آنک در چه زاد و در آب سیاه
 او چه داند لطف دشت و رنج چاه؟
 چون رها کردی هوا از بیم حق



در رسد سغراق از تسنیم حق

با سلام و احوالپرسی، برنامه گنج حضور امروز را با غزل ۵۰۹ از دیوان شمس مولانا شروع می‌کنم:

مرغ دلم باز پریدن گرفت

طوطی جان قند چریدن گرفت

مولانا دل انسان را که از جنس هشیاری بی‌فرم است، از جنس خداست، خدائیت است، از جنس زندگی ست، به مرغ تشبیه کرده. می‌گوید: مرغ دل من، دوباره پرید.

از کجا پرید؟، از روی جهان، که بصورت مفاهیم ذهنی، رویشان نشسته بود.

هشیاری که ما باشیم، به این جهان می‌آید. وقتی در یک تنی، از مادر زاییده شود، این هشیاری، وارد ذهن می‌شود.

گفتیم: اولین مفهومی که به آن تحمیل می‌شود، یا بگوییم، این هشیاری روی آن می‌نشیند، اسمش درخت جهان است و

بعد چیزهای دیگر بصورت مفهوم، بصورت فکر، به آن اضافه می‌شود و یا دوباره روی آنها هم می‌نشیند.

شما به راحتی می‌توانید در خودتان ببینید که بصورت مرغ روی چه چیزهایی نشسته‌اید.

امروز تمثیلی را که از مولانا در مثنوی بارها خوانده‌ام، دوباره برایتان خواهم خواند.

شما بصورت هشیاری، روی یک چیزی که خوشتان می‌آید می‌نشینید. همانطور که مرغ، روی درخت می‌نشیند تا

میوه‌ای، مثلاً "انجیری را بخورد. مرغ، که در حال خوردن این انجیر است، هر لحظه، آماده بلند شدن است.

حالا، سوال این است: شما که بعنوان مرغ هشیاری در این جهان، روی چیزی بصورت مفهوم می‌نشینید، آیا هر لحظه

آماده بلند شدن هستید؟

وقتی شما بعنوان هشیاری، روی چیزی می‌نشینید، می‌نشینید هم معنی اش این است که یک چیزی تمام توجه زنده شما را به

خودش جذب می‌کند و شما اجازه می‌دهید که تمام هشیاری، تمام توجه زنده شما، روی آن چیز که ممکن است پول باشد، مال دنیا باشد،

خانه باشد، بچه باشد، همسر باشد، متمرکز شود. آیا، دیگر نمی‌خواهید بلند شوید؟، بعضی موقع ها آدم چنگ خودش را روی

آن می‌اندازد: ,, این مال من است ,,.

اصطلاحاً "مولانا می‌گوید: مرغ دل شما روی یک چیز مادی می‌نشیند و طوری به آن چنگ می‌زند که دیگر حاضر

نیست بلند شود.

شما، این لحظه روی یک چیزی می‌نشینید، باید بدانید که یک موقعی باید بلند شوید.

" اینقدر محکم نباید بنشینی که نتوانی بلند شوی ".

حالا، سوال این است که شما روی چه چیزهایی نشسته‌اید که بلند نشده‌اید؟

ما روی میوه ذهنی می‌نشینیم و می‌خواهیم بخوریم؛ مثل آن مرغی که روی درخت نشسته و می‌خواهد انجیر را

بخورد، هر لحظه بفهمد انجیر نیست، انجیر افتاد، انجیر تمام شد، بلند می‌شود. ولی ما نه!

مرغ اگر اصرار کند که انجیر تمام نشده، زندگی، یک انجیر پلاستیکی، مصنوعی، جلویش می‌گذارد: خیلی خُب به این

نوک بزن. " ما هم همین کار را می‌کنیم. ما می‌گوییم انجیر تمام نشده ".



این لحظه، روی یک میوه ای می نشینیم و میوه تمام می شود. برای اینکه هر چیزی در حال تغییر است و آن دیگر وجود ندارد. تمام میوه هایی که در جهان می شناسیم و به ما لذت می دهد؛ مثل داشتن بچه، تغییر می کند. بچه بزرگ می شود، می رود. ولی هنوز ما به مفهوم پلاستیکی آن نوک می زنیم. برای ما تمام نشده. وقتی ما در این لحظه، کار را تمام نکنیم، بلند نشویم، در اینصورت یک من ذهنی درست می کنیم، یعنی هشیاری یک من ذهنی درست می کند و درون آن می رود.

بهترین تمثیل همین بلند شدن مرغ است. در تمثیلی که برایتان خواهم خواند، بارها هم خواندم، می گوید: مرغ، موش می شود و قدرت پروازش را از دست می دهد، به زیر زمین می رود. زیر زمین همین حفره ای است که ما بوسیله فکرمان درست می کنیم.

موش زرنگ است. ترسوست. نمی تواند از لانه بیرون بیاید. پرند می تواند بپرد. شما اگر نورافکن را روی خودتان روشن کنید، می توانید ببینید: از موقعی که خودتان را شناختید، روی چه چیزهایی نشسته اید و هنوز حاضر نیستید بلند شوید؟

شما بصورت مرغ جان، یا مرغ دل، می توانید روی بچه تان بنشینید، که شما را به یک من ذهنی و بچه را هم به یک مفهوم، تبدیل می کند. یک تصویر ذهنی روی یک مفهوم می نشیند و از آن زندگی می خواهد و در نتیجه ترس و کنترل شروع می شود. شما روی هر چه نشسته اید و حاضر نشده اید بلند شوید، همان موقع ترس و کنترل شروع شده، آن زندگی دیگر زندگی نیست. از آنجا شادی بر نمی آید. درد می آید. توهم می آید. به گذشته و آینده افتادن می آید. پس یک خرد این است که:

بعد از این شما، بصورت مرغ دل هر جا می نشینید، بگویید: **طوری ننشینم که نتوانم بلند شوم.**

باید طوری بنشینم، که بتوانم سریع بلند شوم و یا اصلاً، کاملاً ننشینم. بعضی موقع ها مثل Hummingbird که در فارسی به آن مرغ مگس، می گویند، شما این مرغ ها را دیده اید. بسیار سبک و پر انرژی هستند. در حالیکه پر می زنند و در آسمان پرواز می کنند، نوکشان را در گل ها فرو می برند و می خورند. وقتی شما می نشینید که میوه ای را در این جهان بخورید، این میوه، هر میوه ای می تواند باشد، باید مثل آن پرند، در حال پرواز باشید. اصلاً می توانید، ننشینید، اگر نشستید، دائماً باید به خودتان بگویید:

کی بلند می شوم؟، باید بلند شوم. هیچ جا نمی توانم برای همیشه بنشینم. روی هیچی نمی توانم بنشینم، برای اینکه آن چیز در حال تغییر است. در حال از بین رفتن است. من هشیاری هستم. من خدائیت هستم. من خودم از بین رفتنی نیستم. ساکن و مستقر هستم. از جنس زندگی هستم. نمی شود مرا سوزاند. نمی شود مرا کشت، از بین برد، در حالیکه اگر بخواهم مثل خودم را درست کنم، این، تصویر ذهنی، من ذهنی می شود، من مثل خودم را نمی توانم درست کنم، پس باید دائماً در حال پرواز باشم، البته از نیروهای این جهانی هم در حال پرواز استفاده کنم.

این معادل این است که: **شما در حالیکه با جهان مراوده می کنید، یک بُعد حضور هم دائماً داشته باشید.** این همین پرواز است. ولی از جهان هم بخورید. این بُعد حضور شما، تعادل را برقرار می کند. به شما می گوید از چه چیزی چقدر باید بخورید. افراط نمی کنید. تفریط نمی کنید. ولی اگر این بُعد را ببندید و زیاد بنشینید و به توهم بروید، خودتان



را روی چیزی بیندازید، اجازه بدهید که همه هشیاری جذب شود، الآن، توجه زنده در شما نماند، در اینصورت تبدیل به من ذهنی می شوید. من ذهنی حساب کتاب ندارد، عقل ندارد، یکدفعه از یک جهتی خیلی پیشرفت می کند. پولش را میلیاردها دلار می کند، تنش را مریض می کند، روابطش را خراب می کند، عقل درست حسابی ندارد، نمی تواند بفهمد که از چه چیزی، چقدر باید بردارد. حواس اش نیست. امروز راجع به این موضوع صحبت خواهیم کرد. پس مولانا می گوید: مرغ دل من، که دل من هم مرکز ثقل من است، مرکز سنگینی من است را به هر جا که می اندازم، آنجا، می افتد.

الآن روی چه انداخته ام؟

کسی که مرکز سنگینی اش را روی همسرش می اندازد و یک قسمتی از وجود ذهنی خودش می کند، همسرش برایش مهم و کنترل و ترس شروع می شود. شادی و آرامش زندگی، آزادی، نشو و نما، از بین می رود. تمام کارهای او باید زیر نظر و کنترل شما باشد. به هر چیز او، شما می توانید ایراد بگیرید، خلاقیت را از بین می برید، رابطه خوب را از بین می برید، زندگی را از بین می برید، به این ترتیب، شما دیگر او را زندگی نمی بینید. یک دستگاه می بینید که کنترل می کنید و همیشه هم می ترسید. چرا؟

برای اینکه متوجه نیستید که این انجیر تمام می شود. هر چیزی که این لحظه شروع می شود تمام می شود. علی الاصول با این من ذهنی، شما زندگی را از خصوصیات این آقا یا خانم می خواهید. آن خصوصیات به شما زندگی نمی دهند، هویت نمی دهند، خوشبختی نمی دهند و دائم تغییر می کنند. این غلط است. پس باید بلند شوید.

آیا بلند شدن معنی اش این است که ما دوست نداریم؟، عشق نمی ورزیم؟

اتفاقاً" دوست داشتن واقعی و توجه و حس مسئولیت و عشق ورزی آموخته می شود.

عشق ورزی را بعد حضور شما، به بعد حضور یکی دیگر صورت می دهد، نه من ذهنی شما. من ذهنی فقط کنترل و ترس و نگرانی بلد است. پس مولانا اول می گوید: مرغ دلم، از روی هر چیز که نشسته بود، پرید.

شما هم بعنوان مرغ، الآن روی هر چه نشستید، می پرید. ممکن است بگویید: من چسبیدم، نمی توانم بپریم.

این پریدن معادل انداختن است. شما حواس تان و تمرکز تان و توجه تان را از روی آن چیز بطور کامل برمی دارید و به خودتان القاء می کنید که در این چیزی که من به آن چسبیدم، زندگی نیست، هویت نیست، خوشبختی نیست، حس امنیت نیست. تمام شد رفت.

وقتی انداختید، این انداختن، معادل بلند شدن است. اگر این کار صورت بگیرد، مولانا می گوید:

طوطی جان من، طوطی جان من، همین جان حرف زنده ست. می توانیم همین چهار بعد مان را در نظر بگیریم:

بعد جسمی من، **بعد ذهنی من**، **بعد هیجانی من** و **جان من**، شروع کرد به قند چریدن.

قند چریدن یعنی: در زندگی من، شیرینی شروع شد. جانم به اوج خود رسید. حالم خیلی خوب شد. دیگر نگران نیستم. آرامش دارم. شادم بی دلیل. برای اینکه وقتی پریدم، یعنی دیگر از آن چیزهایی که رویش نشسته بودم، زندگی نمی خواهم، آنها زندگی نداشتند. یکدفعه متوجه شدم اینها مرده اند. یک آدم مرده، یک جسم مرده به چیزهای مرده چسبیده! ولی همینکه آنها را رها کردم، رها کردن هم در واقع شناسایی این مطلب است که: آن چیزهای مفهومی و مرده ای که



در ذهن ام تجسم کردم و به آنها چسبیدم، زندگی ندارند. زندگی از اعماق وجودم می جوشد و بالا می آید و اگر من قند بچرم، قند بخورم، اجازه می دهم دیگران هم قند بخورند. اجازه می دهم همسرم هم زندگی کند.

بچه ام هم، آزادانه، در پناه عشق من و همسرم که هر دو به حضور زنده هستیم، زندگی کند. همدیگر را مجسمه نمی بینیم. از همدیگر چیزی نمی خواهیم. به مفهوم هم نچسبیدیم. از همدیگر بعنوان قطب، برای ایجاد ,, من ,, برای ایجاد درد، استفاده نمی کنیم. از هم تأیید نمی خواهیم. به هم آزادی دادیم و بچه مان هم در یک خانواده پر از عشق که به آن احتیاج دارد، بزرگ می شود.

اگر شما از روی این میوه های مصنوعی که رویشان نشسته اید، نپرید و جان تان قند نچرد، یعنی شادی از اعماق وجودتان به این چهار بُعد نریزید و خودتان حال تان خوب نباشد، نمی گذارید دیگران زندگی کنند. با فکر نمی شود زندگی کرد، زندگی زنده ست، همه ما باید به آن زنده شویم.

آن قسمت از مثنوی را که تا به حال، یکی دو بار خوانده ام، سریع می خوانم. بعضی موقع ها، ادبیات مثنوی نمی گذارد ما پیغام را بیرون بکشیم. شما باید پیغام را بیرون بکشید. وقتی گوش می دهید بگویید که: **خب الان من چه گرفتم؟**، این چه تغییری در فکر و در رفتار من بوجود می آورد؟، از فردا چه کار جدیدی می خواهم انجام بدهم که تا حالا انجام نمی دادم؟، این را باید بیرون بکشیم.

بعضی موقع ها می رویم ابیات را معنی کنیم و به همان معنی ساده ادبی بسنده می کنیم، ولی بارها گفتم: این برنامه، برنامه ادبی نیست، لازم نیست که ما همه مولانا را بخوانیم، شما فقط یاد بگیرید: **از روی هر چیزی که الان، بصورت مرغ دل، نشستید، بلند شوید.**

این را مولانا می گوید. زندگی می گوید. قانون زندگی ست. قانون نشستن مرغ است. شما مرغی را دیده اید که بیاید، یک سال، دو سال، روی یک انجیر بنشیند و به آن انجیر نگاه کند؟، ندیدید! ندیدید.

ولی ما، روی یک چیز مُرده و گذشته، می نشینیم و بلند نمی شویم و ممکن است همان چیز ما را بکشد. در یک مهمانی که دوستم دعوت کرده بود، بیرون رفتم در حیاط هوا بخورم، یک آقایی که دوست دوستم بود، با من هم آشنا بود، نشسته و سیگار می کشید. خوش و بش کردیم و نشستیم. دیدم زیاد حالش خوب نیست، گفتم: **حالت چطوره؟** با زبانی توهین آمیز به خودش گفت: **آقای مهندس، این خانه را می بینی؟، بله.**

- این خانه چهار سال پیش دو میلیون دلار بود، اگر آن را خریده بودم، الان شش میلیون دلار است. کسی به من احمق نمی گوید که چرا این کار را نکردی؟!، همان پولی که می خواستم به این خانه بدهم، هنوز در بانک است، دست نزد. چهار میلیون دلار از دست دادم.

گفتم: **اینکه گذشته، الان تمام شده. شما، روی یک چیز مُرده، الان نایستید!**

آنقدر ناراحت بود که سیگار به دست، بلند شد راه رفت. همان شب، ساعت حدود چهار صبح سخته کرده بود، او را بیمارستان برده بودند و درستش کردند. بعداً که زنگ زدم احوالش را پرسیدم، گفت:

وقتی اورژانس آمد و مرا برد، مرگم را دیدم. حرف های شما درست بود.



آن دوست ما، روی مفهوم مُرده و تمام شده نشسته بود، یکی آمده و خانه را خریده و تمام شده بود؛ ولی از یاد او نرفته بود.

در چند بیتی که برایتان خواهم خواند، معنی این است که انسان، روی درخت زندگی، روی میوه ای نشسته و این میوه، هر چه هست، گذرا و از بین رفتنی ست.

مولانا می گوید، معادل این است که: گربه های کوچک می آیند، این چیزها را بخورند، ولی چون مرغ محکم نشسته، یادش می رود بپرد!

در این چند بیت مولانا، بصورت های مختلف این موضوع را توضیح می دهد.

پس اولین پیغام این مطلبی که می خوانیم این است که:

شما بصورت مرغ جان یا مرغ دل از روی هر چیزی که نشستید، بپرید. این قانون زندگی ست. وقتی چیزی از بین رفتنی، تمام توجه شما را جذب می کند، شما را از مرغ به موش تبدیل می کند.

پیغام دیگرش این است، که یک سری دانش هایی پیدا می کنیم که از قوانین زندگی پیروی نمی کنند. این دانش ها مربوط به سوراخ موش است؛ و شروع به آبادان کردن سوراخ موش می کنیم. یعنی آبادان کردن ذهن مان. سوراخ موش همان ذهن ماست.

ما بصورت هشیاری در آن، زندگی می کنیم و قوانین من ذهنی را اجرا می کنیم! با من ذهنی شروع می کنیم به آبادان کردن! این آبادان کردن بدرد نمی خورد، برای اینکه هر آبادان کردنی که با من ذهنی و با منیت صورت بگیرد، در آن درد خواهد بود. یک پیغام دیگرش این است. تمثیل دیگری می زند:

ما را در حالت من ذهنی، به عنکبوت تشبیه می کند، که با فکر می بافتد و در آن می رود و جلوی نور را می گیرد. هر بافتنی معادل یک مقاومت است. هر مقاومتی، فاصله شما را از نور، از خدا، بیشتر می کند.

هر قدر با فکر ببافی و این فکرها، من دار باشد، فاصله ات از نور از خدا بیشتر می شود، این کار درست نیست.

می گوید: مرغ دل ما عنقا است که باید و رای همه فرم ها برود، در حالیکه عنکبوت شده. موش شده.

مطلب دیگری که می گوید، اینکه: هر دردی که می آید، یک رسول است، یک پیغام آور است. هر دردی که می آید، به شما یاد آوری می کند که باید بپری. باید نسبت به آن بمیری.

سرم درد می کند، معده ام درد می کند، شب خوابم نمی برد، از فرط فشار مشروب می خورم و یا تند تند سیگار می کشم یا مواد مخدر مصرف می کنم، همه اینها پیغام آور از آن قاضی، از آن خدا، و از مرگ است، که نپری، باید بپری.

تشبیهی در تشبیهی دیگر، می گوید: آخر سر، مرغی می شوی در یک قفس!.

فکر می کنی که آزاد شدی، راحت شدی، ولی دست گربه مرتب می آید که تو را تهدید کند و شما نمی توانی حس امنیت کنی. **مأمور قاضی، همین دردهاست. می آید:**

پیش قاضی بیا، می خواهد به وضعیت تو رسیدگی کند. رسیدگی اش هم این است: تو باید بپری. خب می گویی اگر بپریم، از این انجیر دل نمی گنم، چکار کنم؟



این دل‌کننده درد دارد. قاضی می‌گوید، مرگ می‌گوید، خدا می‌گوید: باید درد را بکشی. اگر درست شناسایی کنی درد ندارد. فقط می‌اندازی. اگر شناسایی اش مشکل شد، یک مقدار درد می‌کشی. ولی باید بپیری، راهی نداری. خیلی ساده ست. قانون ها پشت سر هم می‌آید.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۷۷

مرغ جانش موش شد سوراخ‌جو

چون شنید از گربگان او عَرَّجُوا

می‌گوید: مرغ جان انسان روی درخت زندگی نشسته بود، انجیر را می‌خورد. گربه های کوچولو گفتند: برویم بخوریم. اگر مرغ به انجیر بچسبد، گربه کوچولو تهدیدش می‌کند؛ وگر نه جان شما که نامیراست می‌پرد، گربه دستش به هیچ جا نمی‌رسد. گربه مرگ است، گربه تغییر است.

شما می‌بینید که به هر چه دل می‌بندید می‌رود، معنی اش این است که: **به چیز گذرا و آفل نباید دل ببندی.**

آن بی‌نهایت ریشه ابدی، مرغ جان شما، باید آزاد باشد.

روی چیزی بیفتی، هزار مسئله پیش می‌آید. یکی از آنها، حس عدم امنیت است. مرغ که به قفس می‌افتد، قفس راحت نیست، گربه مدام بالا می‌پرد، از آن طرف دستش را می‌برد، از این طرف دستش را می‌برد، می‌خواهد مرغ را بگیرد، اگر مرغ انجیر را رها کند، می‌پرد.

قفسی وجود ندارد، قفس موهومی ست. قفس را فکرهای من دارم درست می‌کند.

پس گربه های کوچک، مرگ های کوچولو اند. شما می‌توانید تمرین کنید.

شما فردا می‌خواهید بعنوان مرغ، روی چیزی بنشینید، می‌بینید چیزی، به به به، خیلی قشنگ است؛ و تمام توجه شما را می‌خواهد جذب کند، می‌گویی: نه.

من الان یک نگاهی، به این ... می‌کنم، تمرکزی روی این ... می‌کنم، یک خرده از توجه ام، ده درصد را به آن می‌دهم، بقیه را نگه می‌دارم، باید بپریم، روی آن نمی‌نشینیم. رویش بنشینیم، خورده می‌شوم. می‌ترسم. هر چه می‌خواهد باشد!

نشستن روی یک چیزی و چسبیدن، عشق نیست. عشق موقعی ست که: **این مرغ جان در هوا، در پرواز باشد.**

مرغ وقتی انجیر را می‌خورد، دائما "آماده پرواز است. یک جایی هم هست که مرغ رفته خانه اش نشسته استراحت می‌کند، اصلا" به فکر انجیر نیست.

شما هم وقتی شب خانه آمدید، به فکر دنیا نیستید، نشستید ریلکس می‌کنید، آرامش دارید، هیچی، هیچی، چیزی توجه شما را به خودش جلب نمی‌کند. شما یک زندگی زنده هستید. نه اینکه ما صبح بلند شویم به فکر زیاد کردن باشیم تا موقعی که می‌خواهیم، این که زندگی نمی‌شود! بعد می‌گوید:

زان سبب جانش وطن دید و قرار

اندین سوراخ دنیا موش‌وار

هیچ موقع، مرغ نمی‌تواند موش بشود. برای همین است که جان ما در این سوراخ دنیا، در این ذهن، قرار پیدا کرده! سوراخ دنیا همین ذهن ماست.



برای چه هشیاری ما توی ذهن رفته، مانده و زاییده نمی شود؟، قرار پیدا کرده؟، برای اینکه می ترسد گربه ها او را بگیرند. پرواز یادش رفته. ولی الان شما یاد می گیرید:

روی هر چه نشستید، می توانید از روی آن بپرید. مفهومش را بیندازید. همین است چیز دیگری نیست.

هم درین سوراخ بنّایی گرفت

درخور سوراخ دانایی گرفت

ما، مطابق الگوهای ذهنی که معمولاً مردم به ما داده اند، در ذهن می رویم. آنها هم من ذهنی دارند. امروز مولانا در غزل به شما می گوید: هر کسی که به عشق دست یافت از مردم می رَمَد.

می گوید: خلق مثل عصا هستند، کور به عصا احتیاج دارد، وقتی آدم چشم پیدا کرد، عصا را می اندازد. همینطور طفلی که دندان نیاورده، شیر می خورد، وقتی دندان درآورد، توانست نان و غذا بخورد، به شیر، دیگر بی میل می شود. هر کسی به حضور زنده بشود، از خوردن مفاهیم دست می کشد.

بنایی کردن یعنی آبادان کردن. ما در ذهن، در ذهن من دار، شروع به آبادان کردن می کنیم. این را پهلوی این می گذاریم، آن را پهلوی آن می گذاریم، این را روی آن می گذاریم، بالاخره، در حالیکه در سوراخ موش کار می کنیم، بُعد حضورمان زنده نیست؛ و دانش ما هم در خور آن است، شایسته سوراخ موش است.

وقتی مرغ می پرد، شما از روی یک چیزی بلند می شوید، عقل آن چیز را دیگر ندارید. عقل آن چیز که در مرکز شما قرار گرفته، بدر نمی خورد.

مرکز ما چیزی ست، جایی ست که عقل ما می آید، خرد ما می آید، اگر مرکز ما یک چیزمادی باشد، مثل مثلاً "خانه باشد، همسر باشد، بچه باشد، (مرکز ما فقط می تواند خدا باشد)، عقل ما هم مطابق آن چیزی که دل ماست، قدرتی ندارد و چون آن چیزهایی که توی دل من است دائماً" در حال از بین رفتن اند، دائماً" می ترسم.

می شود، مرکز آدم، از چیزهای از بین رفتنی که در حال تغییرند، درست بشود؟، نه. اگر مرکز آدم از چیزهای از بین رفتنی و در حال تغییر درست بشود، دائماً" می ترسد.

حس امنیت موقعی ست که شما در مرکزتان زندگی را قرار می دهید. زندگی همیشه زنده هست و از بین رفتنی نیست و آن، اصل تان است. این کی بوجود می آید؟، خودش را به شما نشان می دهد؟، بپرید!.

به زبان های مختلف می گوید: باید بپرید. پریدن هم ساده ست، فقط آن چیزی که گرفتید بیندازید یا خودمان را روی چیزی، بچه ای، همسری، مال دنیا، حالا هر چه، انداخته ایم، بلند شویم.

پیشه‌هایی که مرورا در مزید

کاندرین سوراخ کار آید، گزید

در مزید را می توانیم، هر چیزی که بیشتر می کند یا هر چیزی که مزه می دهد، معنی کنیم. هر دو معنی را می دهد. هر چیزی که در آن سوراخ موش، معنی دار است، ما به سوی آنها می رویم. آنها را زیاد می کنیم. پیشه های ما، حرفه های ما بر اساس آن است، برای همین لذت ندارد.



حرفه، بر اساس این نیست که از اعماق وجود ما انرژی می آید، خرد می آید، عقل می آید، عشق می آید و به آن کاری که انجام می دهیم، جاری می شود، نه. بر اساس این است که: چه را زیادتیر کنم که اعتبارم پیش مردم بیشتر شود؟، برای اینکه مردم عصای من هستند، روی آنها ایستاده ام.

خیلی مهم است بدانیم که آیا این من ما، روی مردم ایستاده؟
آیا مردم را برای این می خواهم که خودم را با آنها مقایسه کنم؟، مردم را برای ایجاد قطب می خواهم؟، برای اینکه درد ایجاد کنم؟، آیا من همسر را برای ایجاد درد می خواهم؟
به او احتیاج دارم؟، یا نه برای ابراز عشق؟

شما ببینید. اگر هفته ای یکبار دعوا می کنیم، آشتی می کنیم، برای درد می خواهم، من ذهنی دارم، من او را قطب کرده ام.

اینها چه پیشه هایی اند؟، چه چیزی را ما در سوراخ موش زیاد می کنیم؟
چیزهای اعتباری را که بصورت مفهوم به ما اضافه شود، در چشم مردم مهم جلوه کنیم، تأیید بگیریم.
چه چیزی در سوراخ موش، به ما مزه می دهد؟، تأیید مردم.

ما مردم را می خواهیم خودمان را با آنها مقایسه کنیم، نباشند، خودمان را با کی مقایسه کنیم؟
آهان ...، زندگی، قابل مقایسه نیست! زندگی از جنس هشیاری بی فرم است. چگونه می شود؟، شما زنده هستید به زندگی، الان این قابل مقایسه نیست. من زندگی بیشتر دارم یا تو؟، این قابل مقایسه نیست.
ولی می شود آدم خودش را به پول کاهش دهد، بگوید بیا ببینیم من چقدر می ارزم؟، تو چقدر می ارزی؟، در اینصورت خودت را به جسم کاهش دادی.

آن حرفه هایی را می گزینیم که بدرد این سوراخ موش دنیا می خورد. آیا معنی اش این است که نباید کار کنیم؟، نباید پول داشته باشیم؟، " معنی اش این نیست ".

معنی اش این است که همان اول گفتم: باید بپری، تا ببینی چه خبر است.

تا زمانی که روی دیوارهای دنیوی نشستید: این مال من است، تو مال منی، تو مال منی، در دسر شروع شد! هیچکس مال هیچکس نیست. هیچکس نمی تواند کسی دیگر را خوشبخت کند، به او حس امنیت بدهد، مال دنیا نمی تواند به ما حس امنیت بدهد، ما را خوشبخت کند، چقدر باید گول دنیا را بخوریم!، در این غزل هست می گوید:

دل برهید از دغل روزگار

در بغل عشق خزیدن گرفت

دغل روزگار چیست؟، حقه بازی روزگار. دغل روزگار از اینجا شروع می شود که ما، این لحظه را که زندگی ست، کنار بگذاریم، فرم این لحظه، جسم این لحظه، آن چیزی که وضعیت این لحظه به ما ارائه می کند، را بجای زندگی بگیریم، این کار سبب می شود که ما خودمان از جنس جسم شویم.

آنموقع من می شوم یک تصویر ذهنی، یک من ذهنی، آن وضعیت هم که یک میوه ست، می شود یک چیزی که من از آن زندگی می خواهم. آن تغییر می کند. من هم دنبال آن می روم، فریب روزگار را می خورم، زمان پیش می آید، در



آینده می افتم: این چیز کی، کدام طرف می رود، چگونه تغییر می کند؟، عقل ام را به آن دادم، چرا؟، می خواهم از آن زندگی بگیرم! این اشتباه است. زندگی این لحظه ست. زندگی در وضعیتی که این لحظه ارائه می کند، نیست. من هم فرم نیستم. من هم تصویر ذهنی نیستم. من هم از جنس این لحظه هستم، اگر ببرم می فهمم. نپریم، نمی فهمم. تا زمانی که شما خودتان را روی چیزهایی انداخته اید، نخواهید فهمید، مگر بلند شوید و ما می توانیم بلند شویم. اینها را مولانا می گوید که ما بعنوان مرغ، بلند شویم. می توانیم بلند شویم، اگر نمی توانستیم، نمی گفت و قانون زندگی ست. آخر سر، در این چند بیت می گوید: قضا. قضا، خدا، مرگ، اینها خیلی شبیه هم اند.

شما وقتی بلند می شوید، به من ذهنی می میرید. من ذهنی می میرد، شما آزاد می شوید. توجه تان را از آن چیزها بیرون می کشید. آزاد می شوید. می پرید. از جنس هشیاری می شوید. آنموقع چشم تان باز می شود. متوجه می شوید جریان چیست. ولی تا نشستید، نمی توانید بگویید من روی اینها افتادم، می ترسم بلند شوم، شما بیا کار را درست کن! ما نمی توانیم کار را درست کنیم، کار را خودت باید درست کنی. نه، شما بیا حالا مرا سالم کن، شاد کن، من اگر دیدم درست می شوم، از روی اینها بلند می شوم. چنین چیزی نمی شود.

زانک دل بر کند از بیرون شدن

بسته شد راه رهیدن از بدن

واضح است. خیلی ها اینقدر گرفتارند، اصلاً "یادشان رفته مرغ هستند می توانند بالا ببرند، مگر می شود! ما می توانیم از همه این گرفتاری ها بپریم. می توانیم از همه خط ها بپریم. خط ها و اشتباهات تمام شده!، هر چیزی تمام می شود. این لحظه یک وضعیتی پیش می آید، باید از رویش بپرید. نپرید، با شما به سوراخ موش می رود. از اقلام مهم سوراخ موش، درد است.

همین الان مولانا می گوید: هر دردی که می آید، یک پاسبان است. پاسبانی که قاضی فرستاده. قدیم، قاضی یک مأمور داشت، به او می گفتند پیاده قاضی. می گفت: برو فلانی را اینجا بیاور.

او می رفت و می گفت: بیا، قاضی تو را می خواهد.

- آقا، شما این پول را بگیر، برو بگو نبود.

ما هم همان کار را می کنیم! خدا یک درد را برای ما می فرستد، سر درد، گیج شدگی، معده درد، دردهای دیگر، که خیلی سخت است؛ مثل سرطان، اینها پیاده قاضی اند.

قبلاً صحبت کردیم، می دانید که ترس درد است، رنجش درد است، کینه درد است، استرس درد است، شب خوابت نمی برد درد است، اینها به شما چه می گویند؟

اینها پیاده قاضی هستند، می گویند بیا پیش قاضی. هر دفعه شما یک قرص می خورید، معنی اش این است که:

- برو بگو من ندیدم. به ما مهلت بده.

مهلت بدهم دوباره بچسبی! مهلت نداری، بپر.

ما به هزار زبان به مأمور قاضی، مأمور مرگ، مأمور خدا، مأموری که به ما می گوید بپر! می گوییم:



- نمی توانم بپریم. بابا حالا، پول را بگیر برو بگو ندیدم. نبود. خانه نبود.
نه. قاضی تو را می خواهد، باید بپری.

عنکبوت ار طبع عنقا داشتی
از لعابی خیمه کی افراشتی؟

عنکبوت من ذهنی ست. می بافد و در آن می رود. عنقا سیمرغ است.
عنکبوت از لعابش خیمه درست می کند ولی خیمه اش با یک بادی به هم می خورد. مردم زندگی درست می کنند، یک چیز این زندگی را می کشی، همه چیزش به هم می ریزد. خانه عنکبوت است و لعابش درد است. با من ذهنی بنّایی کنی، لعابش درد است. آجرهایش فکر است، سیمان بین آجرهایش، درد است. ولی محکم نیست؛ مثل خانه عنکبوت است. یک چیزی را می کشی، باد می آید، یک زنبور می آید، می زند سوراخ می کند می رود و اینها حوادث زندگی ست.

دو بیت از دفتر چهارم می خوانم:

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۴۶۲

بر مثال عنکبوت آن زشتخو
پرده‌های گنده را بر بافد او

وقتی می نشینیم، می ترسیم، بلند نمی شویم. وقتی بترسیم، به کنترل می پردازیم. ببین چگونه زندگی را مثل عنکبوت، آن زشتخو، می بافیم؟ پرده‌های گنده، در واقع پرده ای ست بوسیله فکر و درد. فکری که با آنها هم هویت شدیم، الگوهای ذهنی و دردهای حاصل از آنها می بافیم. بعد چه می شود؟

از لعاب خویش پرده نور کرد
دیده ادراک خود را کور کرد

لعابش درد است. پرده نور درست می کند. ما چقدر از نور فاصله گرفتیم؟ چقدر بافتیم؟ خیلی چیزها بوده که رویش نشستیم، آن چیز از بین رفته، ما درد کشیدیم، دردهایش پرده نور شده. آیا می توانیم بپریم؟ نه.
برمی گردم بیت اول:

گفت: مرغ دلم باز پریدن گرفت. شما هر لحظه که اراده کنید، می توانید بپرید. از روی دردهاتان، از روی خبط هاتان، از روی احساس گناه تان، از روی انتظارات تان.

- آقا، من از این لحظه به بعد، هیچ توقعی از هیچکس ندارم. پریدی دیگر.

اگر من ذهنی آمد گفت: بچه ات باید تلفن بزند، باید تو را هفته ای دو بار بیاید ببیند، ... بگو: نه.

نمی خواهم. توقع ندارم. نه از همسرم توقع دارم مرا خوشبخت کند، نه از بچه ام توقع دارم. نه از مردم توقع دارم مرا خانه شان دعوت کنند، به من تلفن بزنند، توقع ندارم. از رویشان پریدم. بپر.

دیده ادراک خود را کور نکن. چشم ادراک به چه؟ به قضاوت. قضاوت بر اساس همان آجرها. بر اساس همان بنّایی. بر اساس دانش سوراخ موش. بر اساس این دنیا.



به هر چه که چسبیدیم، بدون مقاومت باید بپریم. از حالا به بعد ما تصمیم می‌گیریم در مقابل وضعیت این لحظه مقاومت نشان ندهیم. بارها گفتیم، هر چقدر بیشتر مقاومت نشان می‌دهی، بیشتر درد ایجاد می‌کنی، فاصله تو از نور، از خدا، بیشتر می‌شود. هر چه مقاومت کمتر می‌شود، کمتر می‌شود، مقاومت به صفر می‌رسد، شما به خدا نزدیک تر می‌شوید. شما خدائیت می‌شوید.

امروز گفت: وقتی گربه کوچولوها می‌آیند. باید ببری. گربه‌ها می‌آیند. شما به هر چیزی که بچسبی، گربه می‌خواهد آن را بخورد. گربه مرگ آن است. هیچ چیزی نیست که تغییر نکند. "نجسب".

وقتی می‌نشینی، گفتیم بلند شو. باید بلند شوی، اگر بلند نشوی، موقتا" می‌روی سوراخ موش. در سوراخ موش که الان ما در آن هستیم، بهتر است به خود بیاییم.

شناسایی اینکه ما در سوراخ موش هستیم، ما را از سوراخ موش، دوباره پرنده می‌کند. شما نگویید: من موش را چه جوری تبدیل به پرنده کنم؟، کافی ست بشناسی که من موش نیستم، پرنده هستم.

یکدفعه از سوراخ موش بیرون می‌آیی. می‌پری. می‌روی. گربه هم نمی‌تواند تو را بگیرد. برای اینکه پرنده تو واقعا" گرفتنی نیست. هیچ چیز در این جهان نمی‌تواند ما را بخورد. ما از جنس زندگی هستیم. از جنس خدا هستیم.

می‌خواهید بگویید: نظیر ما در این جهان نیست. همینکه بچسبیم، تا به انجیر می‌چسبیم، گربه مارا می‌گیرد. اگر نمی‌چسبیدیم، گربه دستش به ما نمی‌رسید. تازه، نتوانسته بگیرد، ما رفتیم توی سوراخ موش!

یعنی آن جنس نامیرا، در سوراخ موش، هنوز با ماست.

الآن هم یک تمثیل دیگر:

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۸۳

گربه کرده چنگ خود اندر قفس

نام چنگش درد و سرسام و مَعْص

سرسام، مرض عصبی ست. همین مریضی من ذهنی. من ذهنی مرض سرسام دارد. من ذهنی تأیید می‌خواهد، من ،، من ،، اش باید بزرگ شود، چیزی بشود، به او توهین می‌شود، کوچک می‌شود، خودش را باید تعمیر کند، واکنش نشان می‌دهد، در فکرهایش گم و گور است، عجله دارد به آینده برود، حس نقص می‌کند، همه اینها را با هم جمع کنیم، سرسام میشود. مَعْص همین دل درد است. واقعا هم شاید منظور مولانا دل درد و گرفتاری ذهنی ماست. روز به روز بدتر می‌شود. دل درد ما از استرس، سر درد ما، سر گیجه ما، مرض عصبی ما و کلا" تمام درد های دیگر، که هر کسی، من ذهنی داشته باشد دارد. گفتم ترس درد است. رنجش درد است. کینه درد است. حسادت درد است. نگرانی درد است. توقع درد است. حس خبط درد است. احساس گناه درد است. ملامت درد است.

اگر کسی ملامت می‌کند، این ملامت چنگ گربه است. اگر کسی می‌ترسد، این ترس چنگ گربه ست. اگر کسی می‌رنجد، این رنجش چنگ گربه ست. دائما ما را راحت نمی‌گذارد، تهدید می‌کند.



به چنگ اش توجه کنید. اینجا هاست که می گویم در ادبیات ما گم می شویم. شما فرض کنید یک قفس است و یک پرنده، این پرنده شما هستید و گربه هم مرگ است و چنگ اش را در قفس می کند. می گوید: چنگ اش، همین پیاده قاضی ست. یعنی همین ترس ها، فرستاده خداست. همه این درد و سرسام و مَغص و دل درد و استرس و خشم و کینه و هر چه که از این چیزها داریم، هر کدام فرستاده خداست، چه می گوید؟، حرف اش چیست؟، پپر. بمیر نسبت به من ذهنی. حالا، این یک اصطلاح اش است، پپر زیبا تر است. پپر. می توانی پپری. دائما "اینطوری ست.

گربه مرگست و مرض چنگال او

می زند بر مرغ و پر و بال او

می گوید: گربه مرگ است و مرگ دو جور است:

یکی مرگ به من ذهنی ست که مولانا به موازات مرگ تن، می گوید این تن ما بمیرد، هر دو را جلو می برد و چون مردم مریضی و مرگ تن را خوب می شناسند، این را می گوید، آن یکی را به شما یاد آوری می کند، ولی منظور آن یکی ست. تمام این گرفتاری های ما، چنگال گربه ست و می گوید: این حالت تو که خودت را روی انجیر انداخته ای، خوب نیست و به پر و بال مرغ می زند. بعنوان مرغ جان، مرغ دل، به پر و بال ما می زند. که امروز در اول غزل گفته: پپرید.

آیا شما هم می توانید مثل مولانا پپرید؟، البته که می توانید.

گوشه گوشه می جهد سوی دوا

مرگ چون قاضیست و رنجوری گوا

می گوید: این مرغ بجای اینکه پپر، در قفس، خود را به اینطرف و آنطرف می زند.

ما الآن حس تهدید می کنیم یا نه؟، البته، می ترسیم؛ و تمام آن ریزه ریزه کنترل ها، که اینها هم مأمور قاضی ست، مأمور خداست، مأمور مرگ است، می گوید: پپر. اما ما نمی پپریم!، در قفس از اینجا به آنجا می پپریم، گربه، مرگ، دستش را در قفس می کند، این را می خورد، ما به آن یکی می چسبیم!.

این، را می گیرد، بجایش آن، را می گذاریم، اینها درست نیست، نه.

شب خوابمان نمی برد، می رویم می گوئیم: ,, به ما قرص بدهید بخوریم، خوابمان ببرد ,, این قرص خوردن معنی اش چیست؟، معنی اش این است که از این گوشه به آن گوشه پریدن و دنبال دوا جُستنی!، چرا بجای دوا جُستن، نمی پری بالا؟!، پپری راحت می شوی. تمام مسائل این است که شما چندین سال است به یک انجیر پلاستیکی نوک می زنی، آن دیگر مرده!، با عقل و شعور پرواز، با دید پرواز، می توانی پپری، یک انجیر دیگر پیدا کنی؛ ولی الآن دیگر درست بخوری. بگذاری زندگی ببیند نه آن من ذهنی.

مرگ چون قاضیست و رنجوری گوا. گوا یعنی شاهد و مریضی ما شاهد است. وضعیت ما شاهد است چون:

چون پیاده قاضی آمد این گواه

که همی خواند ترا تا حکم گاه



این گواه و این پیاده قاضی و این رسول، هر گرفتاری، هر استرس، هر ترس، اینها مثل پاسبان قاضی ست که فرستاده، برو فلانی را بیاور، بگو: باید بپری، تو را به حکم گاه می خواند.
حکم گاه کجاست؟، حکم گاه همین لحظه ست. به تو می گوید: بپر.
تو می گویی: نمی پریم. می گوید: اگر نپری، من تو را به سوراخ موش محکوم می کنم. شما می گوید: بکن.
یا شما می گوید: اجازه بدهید بپریم؛ ولی به تو می گوید: سوراخ موش به اندازه کافی بودی؛ حتما" باید بپری. من تو را در سوراخ موش زندانی کردم.
بالاخره قاضی هم یک مدتی ما را در سوراخ موش زندانی کرده، ضربان زندگی، جهت تکاملی زندگی، به ما می گوید الان چاره نداری، باید بپری.
یعنی راهی نداریم. ما بصورت هشیاری آمدیم وارد ذهن شدیم، تصویر ذهنی درست کردیم، به آنها چسبیدیم، الان روی آنها افتادیم. قاضی چه می گوید؟، خدا چه می گوید؟، قانون زندگی چه می گوید؟، باید بپری.
باید از این ذهن بیرون بیایی. من به تو احتیاج دارم. تو من هستی. می خواهم خودم را از طریق تو بیان کنم؛ وقت را تلف نکن. می گویی: نه، بگذار من در سوراخ موش باشم!. به آن مأمورها رشوه می دهی؟! ولی این درست نیست.
می گوید: پاشو پاشو بیا. نمی گذارم دیگر باشی.

این بیت هم از دفتر اول است:

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۳۰۱

دردها از مرگ می آید رسول

از رسولش رو مگردان ای فضول

درد، چیز خیلی مهمی ست. هر دردی، از مرگ خبر می آورد. دو تا مرگ داریم:
یکی شاید همین مرگ سطحی ست، مرگ به جسم است که مردم این را خیلی جدی می گیرند. هر دردی که می آید، می گوید: تو خواهی مُرد؛ ولی هر گرفتاری ذهنی به زندگی ما می آید، هر استرسی، هر ترسی، هر عدم امنیتی، هر دردی که ما می کشیم و به دیگران هم می دهیم، یک پیغامی دارند. اینها رسول هستند از مرگ خبر می آورند. می گوید:
ای فضول، به کُل این سیستم من ذهنی باید بمیری. فضول یعنی بیهوده گو و بیهوده کار.
معنی این، فضول، خیلی جالب است؛ می گوید: ما، در من ذهنی، بیهوده گو و بیهوده کاریم، یعنی کارمان بدر نمی خورد. برای اینکه هر کاری که می کنیم، درد ایجاد می کنیم. هر چه هم می گوئیم، بر اساس دانش سوراخ موش است. بهترین گفتار و طبیعی ترین گفتار این است که ما، در این لحظه، حاضر باشیم مقاومت نکنیم، زندگی از طریق ما صحبت کند که موضوع غزل ماست.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۸۷



مهلتی می‌خواهی از وی در گریز

گر پذیرد، شد، و گر نه گفت: خیز

هنوز آن پیاده قاضی، مأمور قاضی آمده می‌گوید: پاشو برویم.

مأمور قاضی گفتیم چیست؟، باز هم تکرار می‌کنم، برای اینکه گفتیم: اینها از نظر ادبی یک ذره مشکل است، پیغام در این معناهای ادبی گم می‌شود. پیغام این است که: هر استرسی، هر نگرانی، هر ترسی، هر حس عدم امنیتی، مأمور قاضی ست. می‌گوید: بیا می‌خواهم به حسابت رسیدگی کنم. الان ببینم که تو پریدی یا نپریدی؟ ولی ما از اینها مهلت می‌خواهیم، دکتر می‌رویم می‌گوییم: قرص بده، من نگرانم. او هم قرص می‌دهد. این مهلت خواستن است.

یا مشروب می‌خوریم. هر شب میلیونها لیتر مشروب الکلی در دنیا مصرف می‌شود و شاید، چندین هزار کیلو مواد مخدر مصرف می‌شود، اینها همه مهلت می‌خواهند:

،، من شلاق من ذهنی را نمی‌توانم تحمل کنم، زندگی ام سخت است، نمی‌توانم ،،

چون از آن شادی بودن محروم است؛ مثل عنکبوت، در دام افتاده کوچولو شده.

دانش اش، دانش سوراخ موش است و آبادانی هایش هم در ذهن بوده، هیچکدام به او وفا نکرده، با ،، من ،، بوده. الان هم مهلت می‌خواهد می‌گوید: ،، نمی‌توانم ببرم ،،

در حال فرار، به مأمور پیاده قاضی می‌گوید: به ما هم یک مهلت بده دیگر!

جستن مهلت دوا و چاره‌ها

که زنی بر خرقة تن پاره‌ها

این ابیات را باید خیلی زیاد بخوانیم تا به جان مان بنشیند، مهلت نخواه. قرص نخور. و چاره نکن، بپر. چاره های من ذهنی بدر نمی‌خورد.

مهلت خواستن، همین دوا خوردن و چاره های من ذهنی ست؛ هنوز می‌خواهی خرقة من ذهنی را تعمیر کنی. یک جایی پاره شده، یک جایی رنجیدی، می‌خواهی آن را تعمیر کنی. این کار را نکن، بگذار این خرقة تن، سوراخ شود. بگذار کوچک شوی. واکنش نشان نده. واکنش ما یک جور تعمیر است. خشم ما یک جور تعمیر است. مودی گری ما برای جستن و گرفتن تأیید مردم، تعمیر است. تعمیر خرقة تن است. تن را خدا می‌خواهد پاره پوره کند، شما را از آنجا در بیاورد، تو دائم تعمیر می‌کنی، دائم دوا می‌خوری، این چاره من ذهنی ست!، من ذهنی چه چاره ای دارد! این کار را نکن. بپر.

عاقبت آید صباحی خشموار

چند باشد مهلت؟ آخر شرم دار

ما هشیاری هستیم. یک صبحی، مأمور قاضی می‌آید، در حالیکه خشمگین است، می‌گوید: چقدر دیگر به تو مهلت بدهم، نپریدی! شاید آن روز، روز مرگ ماست. ما از موقعی که زبیده می‌شویم تا موقعی که می‌میریم، وقت داریم ببریم. مدام فرصت خواستی، فرصت خواستی، فرصت تمام شد. ممکن است آن را می‌گوید. یا ممکن است می‌گوید:



یک صبحی، چیزی، چنان ضربه ای به تو می زند!، باز هم صبح است، یعنی شما می توانید بپزید.

زندگی به تو می گوید، قاضی به تو می گوید، مرگ به تو می گوید، زندگی به خودش می گوید: اینها همه یکی ست. چقدر مهلت می خواهی!، خجالت بکش! ما از جنس زندگی هستیم. ما یک اراده آزاد داریم، زندگی، می خواهد خودش، خودش را آزاد کند، نمی گذاریم این کار را بکند. " این درست نیست "

عذر خود از شه بخواه ای پرحسد

پیش از آنک آنچنان روزی رسد

آهان ... به ما می گوید، شاه خداست. عذر بخواه.

اگر الآن شما، با همین هشیاری که دارید حالا، این برنامه را تماشا می کنید، یا می شنوید، می بینید که روی میوه های این دنیا نشسته اید، میوه های این دنیا پوسیده شده، از بین رفته، الآن به

مفهومش چسبیدید؛ و بارها زندگی خواسته شما را از این مخصه بیرون بکشد، مأمورش را فرستاده، مأمورش همان گرفتاری ها بوده، خشم بوده، ترس بوده، استرس بوده، شما چون، من، داری و در مقایسه هستی، پر از حسد هستی. من ذهنی را با این کلمه حسد می شود تعریف کرد. هیچ من ذهنی نیست که پر از حسد نباشد، ما از حسد من ذهنی در امان نیستیم. چرا؟، برای اینکه از زندگی قطع است. نمی داند که زندگی چگونه زنده ست؟، چگونه ارزش دارد؟ باید با یکی خودش را مقایسه کند، برای همین، ما مردم را می خواهیم.

مردم را می خواهیم مثلاً، "خانه شان برویم، ببینیم خانه ما قشنگ تر است یا خانه آنها؟، بچه ما زرنگ تر است یا بچه آنها؟، بچه کی شاگرد اول تر است؟، همسر کی خوشگل تر است؟، یا آشپز بهتری ست؟، اینها جزو مایملک ماست و جسم ماست، من ماست، ما پر از حسدیم. برای اینکه در مقایسه ایم. برای اینکه خودمان را به جسم کاهش داده ایم. حالا با این هشیاری از شاه عذر بخواه. بگو: معذرت می خواهم. اشتباه کرده ام روی اینها نشسته ام، الآن بلند می شوم. چشم. مأمورها هم هستند دیگر!.

مأمور قاضی: استرس هم هست، نگرانی هم هست، توقعات هم هست، حس خبط هم هست، اینها همه چه هستند؟، اینها همه مأمور قاضی اند. به آنها بگو. بگو عذر می خواهم ای پُرحسد! قبل از آن که، آن ضربه بزرگ برسد یا اصلاً" بمیریم دیگر. روزی که می میریم، تازه بفهمیم که هر چه از اول می خواستیم، داشتیم. ما فریب این من ذهنی را خوردیم. گفت که: برهید از دغل روزگار.

این من ذهنی چون از جنس جسم، از جنس هشیاری جسمی بود، این لحظه را که زندگی بود، خدا بود، وضعیت این لحظه دید! ما فکر کردیم وضعیت این لحظه هست فقط! فقط وضعیت این لحظه به ما زندگی می دهد! ما فریب خوردیم. حالا بیدار شو، بپر؛ قبل از آنکه واقعا" بمیری بروی زیر خاک، یا نه، آن ضربه بزرگ برسد!

وانک در ظلمت براند بارگی

برگند زان نور دل یکبارگی

یک بار دیگر مولانا می گوید:



ظلمت ذهن، بوسیله مقاومت این لحظه ایجاد می شود، بوسیله قضاوت های ما ایجاد می شود، بوسیله نشستن روی چیزهای آفل و گذرنده و بلند نشدن از روی آنها، ایجاد می شود. همه اینها، ما را به ظلمت می برد.

دانش من ذهنی، که مال سوراخ موش است؛ و آبادانی هایی که ما با درد، آنجا کردیم و به آنها افتخار می کنیم، ظلمت است. اصلاً "فضای ذهن، ذهن من دار، ظلمت است.

یک جور ذهن هم داریم که ذهن بی، من، است. در غزل هم داریم؛ الآن سریع برایتان می خوانم که می گوید:

ذهن بی من، خیلی خوب است. پایین اسمش را گذاشته سگ اصحاب کهف. شیر نظر، با سگ اصحاب کهف.

شیر نظر، شیر زندگی، توجه زنده ست که در اختیار شماست الآن و با ذهن ساده شده، غوغا می کند. معجزه می کند.

اما کسی که در ظلمت من ذهنی، بارگی، یعنی اسب، رانده باشد، زندگی کرده باشد، عادت کرده و کارهایش را با آن

دانش انجام داده باشد و عادت کرده باشد، دیگر دل از نور، کنده! فکر می کند دیگر نمی تواند بیرون بیاید! اصلاً یادش نیست.

امروز، در یک مثنوی برایتان خواهم خواند که می گوید:

کسی که در چاه، در آب سیاه، یعنی چاه ذهن بدنیا می آید، با هشیاری جسمی، که همیشه با درد همراه است، آن آدم چه

می فهمد که صفای دشت چیست؟، آزادی چیست؟، راحتی چیست؟، کسی که به نگرانی و گرفتاری و استرس و چه کنم؛

و اینها عادت کرده، این آدم نمی داند راحتی چیست!، شادی بودن چیست!، آرامش زندگی چیست!، اصلاً زندگی اینهمه

دردسر و اینهمه گرفتاری ندارد؛ و الآن یاد می گیریم، ما، از نور و از خدا و زنده شدن به خدا هنوز دل نکندیم.

اگر شما دل کنید، می گوید: نمی توانم بلند شوم، نمی توانم بیندازم، بدانید که اینجا دیگر، همان قاضی می گوید:

خب حالا، باید یک مقدار درد بکشی، تا بیندازی. تو معتاد شده ای؛ معتاد به جهان شده ای. اعتیادت را باید ترک کنی.

به موازاتی که می اندازی، سبک تر شده و بلند می شوی. مرغی در کار نیست؛ ولی انداختن را شما می توانید ببینید.

می گوید: انداختن، با ذهن بی، من، و شیر نظر صورت می گیرد.

وقتی شما با این لحظه موازی می شوید، در این لحظه تسلیم می شوید، وضعیت این لحظه را قبل از قضاوت می پذیرید،

چه می شود؟ شیر نظر آزاد می شود. ذهن، بی، من، می شود. ذهن بی، من، شیر نظر!، شناسایی عالی ست!.

فورا! می فهمید: در این جهان، چه چیزی قلبی ست؟، چه چیزی اصیل است؟

زندگی و شادی بودن اصیل است. خوشی که از آن جسم بیرونی، از آن مفهوم می آید، قلبی ست.

فورا! می شناسید و در نتیجه از گذشته و آینده جمع می شوید؛ مثل آن دوست ما! از فکر خانه در نیامده بود.

خبط اش زنده بود؛ دردش می داد. از روی آن، نپریده بود. این خانه فروش رفته تمام شده دیگر! هنوز روی مُرده مفهوم آن

نشسته بود و زجر می کشید؛ سیگار پشت سیگار. خبط! چهار میلیون دلار ضرر کردم.

مرغ را حس خبط و احساس گناه گرفته بود. نمی توانست از روی آن بپرد. قاضی به او می گوید: بپر، می توانی بپری،

از نور دل نکن، این چیز گذراست.

آهان ... وقتی سخته کرد، روی برانکار می بردند، یک روز پیاده قاضی آمد و گفت: تمام شد مهلت نداری دیگر.

می‌گریزد از گوا و مقصدش



کان گوا سوی قضا می خواندش

چون پیاده قاضی آمد این گواه

که همی خواند ترا تا حکم گاه

شما نمی خواهید این کار را بکنید. شما از پیاده قاضی نمی گریزید. این گواه، یعنی شاهد، استرس و گرفتاری شما، الآن شاهد است که شما چه وضعی دارید؟

شما، تصویر ذهنی هستید، شما، مرغ در قفس اید، موش در سوراخ اید، یا مرغی که روی میوه خودش را انداخته و حاضر نیست بلند شود و گربه تهدیش می کند؟

مقصد بلند شدن است. وقتی می آیم می گویم: بلند شو، باید بلند شوی.

از پیاده قاضی، از مأمور قاضی نگریز، بگو: چشم. آقای استرس، برای چه آمدی!.

آمدم به تو بگویم: استرس نکش. پیش قاضی بیا.

،، چشم ،،.

با او رفیق شو. بروید پیش قاضی. قاضی هم خودت هستی؛ و زندگی ست، تو می گویی: بپر. مقصدش سوی قضا است.

قضا فرمان الهی ست. قانون زندگی ست، می گوید: بپر. همان اول گفته: مرغ جانش باید پیری.

پس، برگشتیم به غزل مان. شما الآن معنی: مرغ دلم باز پریدن گرفت، قشنگ می دانید یعنی چه؛ و طوطی جان تان شروع کرد به چریدن شیرینی های زندگی.

أشتر دیوانه سرمست من

سلسله عقل دریدن گرفت

در این حالت که: پریدم من؛ شما انداختید، پریدید!. هیچ چیزی نیست که خودتان را رویش بیندازید، بچسبید، بگویید:

،، این الآن به من زندگی خواهد داد ،، در نتیجه: تبدیل به یک هشیاری شده اید، که مثل شتر دیوانه مست است.

شتر دیوانه مست، دیگر همه چیز را می زند می شکند، نمی شود کنترلش کرد. هم سر مست است، هم دیوانه ست.

این هشیاری که ما داریم، سرمستی اش از زندگی ست؛ برای اینکه از جنس زندگی ست. همینکه پریدیم، شادی بودن،

شروع شد. حتی شما این لحظه، وضعیت این لحظه را می پذیرید و موازی با زندگی می شوید، بدون قضاوت، یک

لحظه می فهمید که سرمستی و دیوانگی چیست!.

دیوانگی، پشت پا زدن به قوانین سوراخ موش است. یک کسی هشتاد سالش است، نمی داند که ممکن است یک سال

دیگر، ده سال دیگر، پانزده سال دیگر بمیرد و دیگر بعد از این، پول بدردش نمی خورد، هنوز که هنوز است، استرس

زیاد کردن دارد، خودش هم مریض است. آخر نباید بنشیند بگوید که: من می خواهم دیوانه بشوم؟!، من دیگر به اندازه

کافی بالغ شدم، من نمی خواهم استرس بکشم، من نمی خواهم خشمگین بشوم، بهتر است ورزش کنم، حال خودم را

خوب کنم، مطالعه کنم، مولانا بخوانم، همان چیزی که سبب بشود من قند بچرم. جسم من قند بچرد، احساس های من قند

بچرد، فکرهای من شاد کننده و شکرین باشد، هنوز به فکر تأیید است!.

" دیوانه می شود آدم! "



این دیوانگی و سرمستی، سرمستی زندگی ست.

قوانینی که جامعه تعیین کرده: ,, آدم عاقل آن است که هر چه بیشتر بهتر ,,.

هر کی بیشتر جمع می کند، او عاقل تر است، معتبرتر است، هر کی بیشتر پول دارد، عاقل تر است، معتبرتر است. قوانین این زمان این است دیگر!، هر چه بیشتر داشته باشی معتبر تری. کسی نمی پرسد کیفیت زندگی ات چیست؟ " کی گفته آدم عاقل این است "!

ما فقط به مردم، یک جبهه بیرونی ارائه کنیم، چون مردم را لازم داریم، باید بگویند ما خانواده خوشبختی هستیم، پُر از عشق و راحتی، پول هم زیاد داریم، معتبریم.

نه. این سرمستی نیست و این اُستُر دیوانه سرمست، سلسله زنجیزی که عقل من ذهنی بر دست و پای ما گذاشته بود، درید. شما هم می توانید بدرید. به محض اینکه از روی چیزهای این جهانی بپرید یا بعنوان هشیاری، عقب بکشید، نگاه کنید، بعنوان یک نظاره گر حضور، از یک جای بالایی نگاه می کنید. متوجه می شوید که چیزهای این جهانی معتبرند ولی واقعا" مهم نیستند. در ضمن، در حال گذرند، شما نباید اصلا" روی چیزی می نشستید، **حالا که نشستی باید بلند شوی**. شما می توانید قلم و کاغذ بردارید، بنویسید: من از روی چه چیزی باید بلند شوم و بپریم؟، لیست کن. از روی همه بلند شو. ممکن است زمان بگیرد، گفتم، بلند شدن از روی مفهوم بچه، معنی اش ترک عشق ورزی نیست؛ بلکه آوردن عشق به رابطه ست. هر چیزی که این سوراخ موش دیکته می کند، ما آنها را دریدیم.

جرعه آن باده بی‌زینهار

بر سر و بر دیده دویدن گرفت

شما وقتی از روی دنیا بلند شدید، به بُعد حضور، زنده شدید، ریشه پیدا کردید، از جنس این لحظه شدید، چه می شود؟ این باده بی امان، یعنی شرابی که از طرف زندگی می آید، بی امان است، به جهل من ذهنی، تاریکی من ذهنی، نا هماهنگی ها، دردها، فرصت نمی دهد، همه را ذوب می کند. به نگرانی شما امان نمی دهد. نگرانی شما یک الگوی ذهنی ست. " چه جوری امان نمی دهد؟ "، همینکه می گوید:

بر سر و بر دیده دویدن گرفت. می رود توی ذهن ما، می رود به چشم ما. یعنی طرز برخورد ما، طرز دید ما، طرز نگاه ما به جهان عوض می شود. فکرهای ما عوض می شود. بر سر و بر دیده دویدن گرفت؛ و این شراب زندگی، شراب بودن، وقتی جاری می شود؛ و شما از یک جایگاه بلندی به چیزهای این جهانی، نگاه می کنید، بسیار ساده می شود از محدودیت های این جهان، از پستی های این جهان خودتان را خلاص کنید.

از الگوهای انتقام جویی، از الگوهای کینه، از الگوهای بد فهمی، خودتان را خلاص کنید.

پس، مشخص شد وقتی پریدیم این جان ما؛ مثل شتر سرمست، که از زندگی سرمست شده، سلسله عقل من ذهنی را و آن دانش سوراخ موش را درید و باده، شراب زندگی، خرد زندگی، عشق زندگی، نیکی زندگی، برکت زندگی، شروع کرد به فکرهای ما و به طرز دید ما و به حس های ما ریختن، حالا ببینیم چه شد!.

شیرنظر با سگ اصحاب کهف

خون مرا باز خوریدن گرفت



یک شناسایی پیش می آید:

شیرِ نظر، همین هشیاری ست که بعنوان شما، بالا پرید. نظر، غیر از عقیده ست. نظر توجه زنده ماست بصورت زندگی. قبلاً توجه زنده ما، جذب جهان مادی می شد. شما بعد از این شاید نگذارید به هر چه که می رسید، می خواهد مال دنیا باشد، می خواهد جنس مخالف باشد، شهوت دنیا باشد، پول باشد، هر چه که می بینید، بعد از این، شاید نگذارید کل توجه زنده شما را جذب کند. توجه زنده تان را که روی چیزی، می اندازید، نظر است؛ و روی هر چیزی که می اندازید، آن را خلق می کنید. ایجاد می کنید. می شود اسمش را گذاشت شیرِ نظر.

با سگ اصحابِ کَهِف، سگ همین ذهن ماست وقتی از روی آن پریدیم، به سگ اصحاب کَهِف تبدیل شد.

می دانید که در عهد دقیانوس، گروهی بودند، هفت نفر، که می خواستند دین یکتایی را نگه دارند.

یک سگ، دنبال شان راه افتاده بود و اینها را دنبال می کرد. مدام به سگ می گفتند: نیا، برو، ما را دنبال نکن. سگ به آنها گفت:

اگر شما عاشق خدا هستید، من هم عاشق خدا هستم. یعنی چه؟

یعنی اینکه: اگر ما شیرِ نظر بشویم، از جنس یکتایی بشویم و از روی چیزهای این جهانی بپریم، این ذهن، من، من، اش را می اندازد. وقتی من، من، اش را بیندازد، بصورت ذهن ساده شده، در اختیار ما قرار می گیرد، در اختیار خدا قرار می گیرد. در اختیار یکتایی قرار می گیرد. پس ذهن ساده شده، همین سگ اصحاب کَهِف است، با شیرِ نظر شما.

الآن شما شناسایی می کنید: نظر، که همان توجه زنده ست و در واقع فضایی ست که درک در آن صورت می گیرد، همیشه با ما بوده، جمع می شده می رفته روی چیزی می نشستند و الآن شما، همه را نمی گذارید بروید، برای اینکه:

هر چه را می گیرید، می بینید، می گوئید: روی این بنشینم یا توجه زنده ام را بدهم، می گوئید:

، نه، همه را نمی دهم، یک مقدار نگه می دارم. هشتاد درصد توجه زنده را نگه می دارم، بیست درصد را می دهم می رود و همیشه هم آماده هستم از روی این بلند شوم،، امروز فهمیدیم دیگر.

شما همیشه آماده هستید از روی یک میوه ای، یک چیزی که ذهن تان می گوید چیز خوبی ست، بلند شوید برای اینکه هشتاد درصد ننشسته اید.

دیگر، مرغ می آید، یک جایی می نشیند انجیر را بخورد، محکم نمی نشیند. می نشیند، نوک می زند، هر لحظه، آماده بلند شدن است هر لحظه. اینطوری نیست که بخوابد، پاهایش را دراز کند، بگوید: به به، اینجا چه جای خوبی ست!.

" نه ". خون من ذهنی زمان است. زمان روانشناختی ست. یعنی ما بعنوان شیرِ نظر، وقتی به ذهن نگاه می کنیم، متوجه می شویم که زمان روانشناختی یعنی میل شدید ما به اینکه، هنوز بهترین جای زندگی در آینده ست، و با عجله می رویم به آینده؛ و در این لحظه مستقر نیستیم، " این غلط است ".

شناسایی می کنیم. شناسایی می کنیم. آن چیزی که ما را هنوز در گذشته نگه داشته؛ مثل آن دوست ما، که نمی توانست خانه را فراموش کند... این توهم است. این فکری ست که من، من، در آن است، درد در آن است و بمحض اینکه با شیرِ نظر و با ذهن ساده شده، ذهنی که در آن زمان نیست، شناسایی کنید، خورش خورده می شود.



خون من ذهنی را خوردن یعنی زمان را خوردن. زمان گذشته و آینده را روشن کردن. یعنی: اینها وجود ندارند. این یک توهم است. یک فکر است. فکری که من در آن گیر افتاده ام. فکری که من در آن است یا درد در آن است. یواش یواش دردها را می اندازیم. متوجه می شوید: بیست سال پیش که از همسران یا از کسی دیگر، رنجیدید و هنوز آن رنجش را حمل می کنید، یک توهم است. زمان را با خودتان حمل می کنید!

رنجش را می اندازید. فقط با این شناسایی که: من آنموقع باید رنجش ام را می انداختم، از آنموقع تا حالا، بیخود آن را حمل کرده ام و الآن بیدار می شوم. یک ذره که بلند می شوم، تازه می بینم چه چیزهای دیگری هم هست که من روی شان نشسته بودم، شناسایی می کنم.

هر چه می اندازم، زمان کوتاه تر می شود. از گذشته و آینده، جمع و جور می شوم، بیایم در این لحظه، روی پای این لحظه، قائم بشوم. این لحظه ذات من است، این لحظه ابدیت است، خانه من است. من از جنس ابدیت هستم.

در حال شناسایی هستم. درست با همین بیت، خون من ذهنی را می خورم. شما باید بخورید.

هر کسی باید خون من ذهنی اش را با شیر نظرش بخورد. با انداختن نور شناسایی روی توهم ها، یکدفعه، چراغ شیر نظر، به کمک ذهن ساده شده، روشن شود. البته، ذهن ساده شده، خلاق است. ذهن ساده شده به ما کمک می کند. ذهن ساده شده، یعنی ذهنی که من در آن، نیست. functional است. functional در فارسی هست، اصل کار است. اصل کار یعنی اینکه برای این ساخته شده که باید اینطوری باشد. قبلاً "ناصل کار بود، disfunctional بود. قبلاً" من در آن بود، نمی توانست خلق کند. نمی توانست خرد را بصورت فکر در بیاورد.

ما قبلاً" نمی توانستیم مثل مولانا صحبت کنیم، الآن شما که پریدید، شاید هم یک شعری بگویید، یک فکری خلاق بکنید، الآن دیگر می توانید فکرهای خودتان را خودتان خلق کنید. احتیاجی به فکر مردم ندارید. پس، خون من ذهنی، یعنی، زمان.

زمان، زمان روانشناختی ست، زمان ساعتی نیست. زمان ساعتی یعنی: ما به گذشته و آینده می رویم، بررسی می کنیم، چیزی از گذشته، برای آینده یاد می گیریم، قرار می گذاریم، این زمان ساعتی ست. همیشه اینجا هستیم.

زمان روانشناختی این است که ما از اینجا کنده می شویم، به گذشته می رویم و یا در آینده زندگی می کنیم، این توهم است. یعنی مرکز ثقل مان، به ذهن می رود، در حالیکه در زمان ساعتی، زمان واقعی، ما در اینجا مستقریم؛ و نور این استقرار، به آینده و گذشته می افتد و ما هیچ موقع برای زندگی کردن، به آینده و گذشته و مستقر شدن در آنجا نمی رویم. آیا در گذشته الآن چیزهایی شما دارید که شما را به آنجا می کشد؟ بله. اگر یک رنجشی از گذشته دارید، یک کدورت و یک دردی دارید، اگر حس خبیطی دارید که نبخشیدید، اگر احساس گناه دارید، به گذشته کشیده می شوید.

باز در این جوی روان گشت آب

بر لب جو سبزه دمیدن گرفت

چه اتفاقی می افتد؟، می گوید: در این جوی. کدام جوی؟

جوی از آن طرف، از طرف غیب، از طرف خدا، از طرف خرد، می آید. شراب بودن می آید، شادی می آید، این جوست، اگر شما ساکت باشید، عبور این انرژی را می بینید. یک انرژی از شما ساطع می شود؛ و به فکر و به عمل



تان می ریزد. به بدن تان، به احساس تان می ریزد. به جان تان می ریزد. جان تان اوج می گیرد. آب دارد از جوی مادی شما می گذرد. چه اتفاقی می افتد؟ کنار این جوی، گل ها و سبزه ها شروع می کنند به دمیدن. یعنی چیزهای خوب، اتفاقات خوب. وضعیت های خوب. حتی شکوفایی مالی.

شکوفایی روابط شما با همسران، بچه تان، دوستان تان، خلاقیت فکر، اینها همه سبزه ای ست که در کنار جوی انرژی زنده زندگی که این لحظه رد می شود، بوجود می آید. می روید؛ و شما الآن تخم گل می کارید، اگر این حالت پیش بیاید. اگر شما بپرید بالا، تخم گل می کارید و در طول زمان رشد می کند.

ممکن است شما در گذشته با ,, من ,, کاشتید. هر چه هم که می کاریم، ممکن است یادمان برود کجا کاشتیم؟، دانه ها را که می کاریم، بعد از گذشتن ما، وقتی باران می آید، اینها را سبز می کند. شما برگردید نگاه کنید، خواهید دید کجاها چه کاشته اید. کجاها، چه روییده؟، آیا گل روییده؟، یا خار روییده؟

اگر با ,, من ,, کاشتید، خار روییده. اگر با هشیاری حضور کاشتید، گل روییده؛ ولی باران می رویاند.

ولی به هر صورت، اگر خار هم کاشتید، از روی آن می توانید بپرید. نباید برگردید بگویید: ,, چرا من خار کاشتم!، چرا آنموقع نمی دانستم!، چرا من مولانا را اول نخواندم!، چرا الآن که شصت سال ام است اینها را می فهمم!، چرا فلان کار را کردم! ,,، اینها مال من ذهنی ست. هر لحظه ما هشیار می شویم، می توانیم بپریم و این بیت را در خودمان جاری کنیم.

باد صبا باز وزان شد به باغ

بر گل و گلزار وزیدن گرفت

باد صبا، بادی ست که از شرق یا از شمال شرق می آید و گل ها را باز می کند. در اینجا سمبل ارتعاشی ست که ما می کنیم. پس معلوم می شود، علاوه بر اینکه، انرژی خرد بصورت فکر و بصورت برکت از ما عبور می کند، از ما یک انرژی هم ارتعاش می کند. شما در خانه، فقط با حرف نیست که ارتباط برقرار می کنید:

یا من ذهنی دارید، سم ارتعاش می کنید، انرژی بد ارتعاش می کنید.

یا حضور دارید، زنده به حضور هستید، از روی جهان پریدید؛ و انرژی سازنده، برکت دهنده، انرژی عشقی ساطع می کنید. ما ارتعاش می کنیم. مردم ارتعاشات ما را می گیرند. بچه های ما، ارتعاشات ما را می گیرند. زن و شوهر که با هم قهرند، یک ارتعاش خاص سمی دارند. می گویند:

,, در مقابل بچه ها هیچی نگوییم ,,، به گفتن نیست!، ما هزار نوع وسیله ارتباطی داریم. فقط به زبان نیست! مردم فکر می کنند زبان شان را نگه دارند، دیگر تمام شد.

می گوید: وقتی پریدیم، این انرژی سازنده و برکت دهنده، سامان دهنده، زنده کننده، انرژی ای که مردم را به واکنش بیشتر و امنی دارد، مردم را آرام تر می کند، از ما ساطع می شود.

شما اگر این انرژی را با خودتان حمل کنید، آن کسی که در حال واکنش است، آرام تر می شود. این انرژی را می گیرد. این انرژی، آن انرژی عشقی، آن فرکانس مخصوص را در آنها به ارتعاش در می آورد. ممکن است برای کسی که مقدار زیادی درد حمل می کند، کافی نباشد، با ارتعاش عشقی شما بیدار نشود؛ ولی تأثیر می پذیرد. این انرژی، این باد



صبا، به گل و گلزار خودتان هم می وزد. دیگر الان شما، همه جای خانه تان را گل کاشتید، در دل همه گل کاشتید و دائماً هم این ارتعاش عشقی را می فرستید که این گل ها را باز می کند.
شما می بینید که مولانا می گوید، زندگی چگونه کار می کند.

عشق فروشید به عیبی مرا

سوخت دلش باز خریدن گرفت

عشق، می گوید، ما را به یک عیب فروخت. یادمان باشد عشق، وحدت ما با خداست. ما همیشه با او یکی هستیم. وقتی وارد این جهان می شویم، برای مدتی که ,, من ,, درست می کنیم، از او جدا می شویم. آن عیب ماست. وقتی از آن خواب و تجربه توهم، بیدار شویم، با او یکی می شویم. پس بیدار شدن و بیدار ماندن، معادل وحدت با خداست. وقتی می گوید عشق، عشق حالت یکی بودن هشیارانه ما با خداست.
وقتی ما به این جهان آمدیم، فقط، یک عیبی پیدا کردیم، عیبی کوچولو!
با چیزهای این جهانی هم هویت شدیم. اول با اسم مان و چیزهایی که بصورت مفهوم به اسم مان چسبیدند، یک ,, من ,, بعنوان من ذهنی درست کردیم. این یک عیب است. خدا دید به ما دسترسی ندارد. به ما، یعنی: به آن قسمت خودش!
ما اراده آزاد داریم، گفتیم: نه. ما الان انتخاب می کنیم، بگوییم آره.

شما کافی ست به این لحظه بگویید آره. یعنی به وضعیت این لحظه بگویید آره. آره. آره. این آره ها روی هم جمع می شود و می گوید که: عشق دلش سوخت و دوباره ما را خرید. این قانون زندگی را هم نشان می دهد.
قانون زندگی چیست؟، در این دو بیت می گوید که: زندگی شما را رها نمی کند. هیچ وقت نکرده، همیشه شما را محاصره کرده بوده، دائماً تماشا می کرده، روی شما کار می کرده، ما انتخاب کردیم که قاضی، خدا، مرگ نسبت به من ذهنی نسبت به ما قاصد بفرستد. قاصد ها از جنس درد بودند.
الآن انتخاب می کنید قاصدها از بسته های انرژی باشد، بسته خرد باشد.

پس دل عشق، دل خدا، یا وحدت ما با خدا، دائماً به حال ما می سوزد. دوباره ما را خرید. دوباره می خواهد بخرد. قانون این است که دوباره شما را بخرد. پس شما را فراموش نکرده. دردهای شما از بین رفتنی ست. شما می توانید از روی دردهایتان بپريد. هر چقدر اوضاع خراب است و شما با چشم من ذهنی بد می بینید، می شود از روی آن پريد؛ و شیرنظر با سگ اصحاب کهف، به زندگی شما سامان می دهد. اگر بیدار شوید، بیدار بمانید! اگر آشتی تان با این لحظه مرتب صورت بگیرد. هر موقع دیدید با این لحظه ستیزه یا مقاومت می کنید، یادتان بیاید که: من باید آشتی کنم.
آشتی شما با اتفاق این لحظه، آشتی شما با خدا هم هست. آشتی با عشق هم هست. پایین می گوید که: اگر شما این کار را بکنید، عشق به شما خوش می نگرد.

راند مرا، رحمتش آمد بخواند

جانب ما خوش نگریدن گرفت



اول راند. گفت: قرار نبود که تو این کار را بکنی، قرار نبود بیایی و بوسیله ذهن ات، در این جهان، روی مفاهیم چیزها بنشینی، از من بی خبر بمانی! این چه کاری ست؟! ،، ما نفهمیدیم ،،! مردم هم ما را به این کار تشویق کردند. مردم به اشتباه افتادند. ما علی الاصول، جمعا" اشتباه کردیم!

پس عشق ما را رانده. اما رحمتش همیشه بیشتر از خشمش است، بیشتر از کم لطفی اش است، بیشتر از بی توجهی اش است! هر کاری هم که ما بکنیم، باز هم زندگی می خواهد یک قسمتی از خودش را از این مخمصه بیرون بکشد. ما را نمی کشد. این ما توهم است. مایی وجود ندارد. یک زندگی هست. یک یکتایی هست. یک هشیاری هست. ما، قسمتی از آن هستیم، دارد خودش را بیرون می کشد؛ ولی ما نمی گذاریم.

حالا شما یاد می گیرید بگذارید. با چه؟

با آشتی با این لحظه. می گوید: رحمتش آمد، دوباره مرا به سوی خودش خواند. الآن، بسوی ما خوش می نگرَد. قبلا" یک کمی خشمگین نگاه کرد، گفت: " این چیست؟ ". الآن ...

ما هم به خودمان آمدیم. ما دیگر آن کارها را نمی کنیم. ما الآن از اینطرفی شدیم، می گوئیم: ما می خواهیم ببریم. خدایا به ما کمک کن. اینطوری صحبت می کنیم دیگر.

قبلا" می گفتیم: ،، من ،، ،، من ،، ،، حالا فهمیدیم: ،، من ،، ی وجود ندارد! فقط زندگی وجود دارد. آن ،، من ،، توهم بود. امروز یاد گرفتیم: از روی میوه ای که خودمان را رویش انداخته ایم، ببریم. اگر نپریم، موش شدیم؛ و سال ها موش بودیم! در سوراخ موش، مرغ بودیم در قفس. دست گربه ما را می ترساند. الآن می گوئیم: می خواهیم ببریم. همه چیز را ببندازیم، ببریم.

دشمن من دید که با دوستم

او ز حسد دست گزیدن گرفت

خب، ما شروع کردیم به پریدن.

اینجا یک دشمن داریم که آن، من ذهنی ماست. من ذهنی ما، از این کارها خوشش نمی آید. این هم یادمان باشد:

انسان، همانطور که در بدن، با انسان های دیگر شریک است، در دو چیز هم، یکی ست. یکی من ذهنی ست.

من ذهنی، بافت هم هویت شده با چیزهاست، بافت هم هویت شده با دردهاست. تمام من های ذهنی اینطوری اند.

شما نگوئید آدم ها: سفیدند، سیاه اند، دین شان چیست، .. اینها همه، من ذهنی دارند. من ذهنی هم، هم هویت شدگی با جهان مادی، با چیزهای این جهانی ست. فقط چیزها فرق دارند.

شما بگوئید: من ذهنی ایرانی، با من ذهنی چینی، چه فرق دارد؟، فقط چیزهایی که هم هویت شده اند، باور هاشان، فرق دارند و گرنه ،، من ،، شان بر اساس جدایی ست، بر اساس هم هویت شدگی با محتوای ذهن شان است، منتهی محتواها فرق دارند؛ ولی سیستم هم هویت شدن یکی ست، دردش هم یکی ست.

یعنی: چینی می رنجد، خشمگین می شود، ایرانی هم می رنجد، خشمگین می شود، آمریکایی هم می رنجد، خشمگین می شود، آمریکایی، چینی، ایرانی، بر اساس هم هویت شدگی با جهان، از خدا جدا هستند، فقط آن اقلام، با هم فرق دارند. مفاهیم با هم فرق دارند.



چه چیزی در چین ارزش دارد؟، خب آن چینی با آن هم هویت است. چه چیزی در ایران ارزش دارد، ایرانی با آن هم هویت است. چه چیزی در آمریکا ارزش دارد، این با آن و ... وقتی بالا می آید، بله، با هم تفاوت دارند. می گویند: بر اساس تفاوت های زیادی که ما با هم داریم، با هم اختلاف داریم، از هم جدا هستیم، بلکه دشمن هم هستیم. ولی شما همه اینها را یک جور به حساب بیآورید، من ذهنی با دردش است.

حضور هم یک چیز بیشتر نیست. حضور همه آدم ها یکی ست، زندگی ست. پس: یا من ذهنی داریم یا حضور؛ و تمام من های ذهنی درد دارند. نسبت اش، هم هویت شدگی با چیزها و هم هویت شدگی با دردها، در آدم ها فرق دارد. یکی دردش بیشتر است، یکی هم هویت شدگی با باورها بیشتر است.

حالا، آیا اگر کسی، شروع کند از این جهان بپرد و بر اساس حضور، قائم شود، زنده شود و بخواد انرژی زنده زندگی و خرد زندگی و عشق زندگی را به این جهان بیآورد، این من ذهنی همینطور می نشیند و تماشا می کند؟!، دست می زند و به به و چه چه می زند؟!، یا من های ذهنی دیگر، می گویند: آفرین، بارک الله، چه کار خوبی می کنی؟!، نه. نه. تحمل نمی کند.

پس، من بعنوان هشیاری می دانم: دشمن اول، من ذهنی خودم است. بعد هم من های ذهنی دیگر. شما باید مواظب خودتان باشید. تحمل نمی کند. اگر یکی بگوید: من به زندگی زنده شدم، الان شادی بودن را تجربه می کنم، من ذهنی که دردمند است و درد را اصل می داند، می گوید از این درد نمی شود خلاص شد، دروغ می گویی. دشمن ات می شود.

پس، من ذهنی ببیند یکی با دوست، با خداست، با دوست یعنی با خدا، به عشق رسیده، حسادت می کند، ناراحت می شود. خب، شما از این، چیزی یاد می گیرید؟، بله؛ و مولانا می گوید که آدم هایی که من ذهنی و درد دارند؛ مثل عقرب، مثل کژدم می مانند. فکر می کنم قبلا" این را برایتان خواندم.

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۳۰

هر که او بی سر بجنبد دم بود
جُنُبش چون جُنُبش کژدم بود
کژرو و شب کور و زشت و زهرناک
پیشۀ او خَسَن اجسام پاک

بله، می گوید: هر کسی با سر من ذهنی بجنبد، با سر درد بجنبد، دنبال درد می گردد. می خواهد درد را در این جهان زیاد کند؛ و با کسانی که زنده به حضور هستند دشمنی می کند. کژ می رود. کسی که درد دارد و هم هویت شده، کج می رود؛ مثل کژدم. کور است. نمی بیند به کی می زند. زشت است، برای اینکه: پر از درد است، پر از زهر است.

امروز خواهیم خواند. می گوید: این حرف های شما، بانگ شما، بانگ در است. من ذهنی با دردهایش، وقتی حرف می زند، یک دری از جهنم باز می شود. یک عارف؛ مثل مولانا که از حضور حرف می زند، یک دری از بهشت باز می شود. شما این بانگ را می شنوید و اثرش را هم می بینید. یک صدایی آمد. این صدای در بود: حرف شما.



ببینید در جهنم بود، یا در بهشت؟، در بهشت باز شد، یا در جهنم؟

می گوید: اول، بین صدای بسته شدن در بود یا باز شدن؟، خیلی جالب است. یادتان باشد:

شما یک حرفی می زنید، یک عملی می کنید، این حرف یا عمل شما یک اثراتی دارد: درد بوجود می آورد؟، یا انرژی عشقی را به این جهان می ریزد؟

صدایش می آید. صدای باز شدن در بهشت، خزانه اسرار الهی بود؟، یا صدای بسته شدنش بود؟

شما از اثرش می فهمید. در اینجا هم همین را می گوید. خستن یعنی زخمی کردن. کسی که هم هویت شدگی و درد دارد، می خواهد جسم پاک را نیش بزند. جسم پاک، اول، حضور شماست.

یعنی من ذهنی شما، دشمن آن قسمت حضور شماست، مدام می خواهد نیش بزند، مدام ملامت کند:

این ... چیست؟، ... یعنی چه؟، اصلاً این ... چیست؟، بیا بابا توجه کن به من. بیا برویم عیب بگیریم، ملامت کنیم، جهان را درست کنیم، انتقاد کنیم، عشق چیست؟، انرژی سازنده چیست؟، شادی بودن چیست؟، بیا من درستش می کنم!، مدام می خواهد بکشد، ملامت کند. مسئله ایجاد کند.

هم من های ذهنی دیگر، هم من ذهنی خود شما.

سر بکوب آن را که سرش این بود

خُلق و خوی مستمرش این بود

سر کژدم را بکوب. هر کسی بر اساس سر من ذهنی با دردش حرکت می کند؛ مثل عقرب است. به همه نیش می زند. به انسان های پاک هم نیش می زند. می گوید سر این کژدم را بکوب. سرش این است که باید سر این کژدم را بکوبی. یعنی: شما به گفتگو و حرکت خودتان نگاه کنید. آیا حرکت و گفتگوی تان، درد زاست؟، منصف باشید، پس، کژدم هستید.

ما می توانیم از کژدمی بپریم، ولی اول باید شناسایی کنیم. با چه؟، با همان شیرنظر و سگ اصحاب کهف.

یعنی ذهن ساده شده و توجه زنده در اختیار شماست. این توجه زنده با آشتی با این لحظه به دست می آید. هر موقع دیدید با این لحظه مقاومت می کنید، یادتان بیاید که باید آشتی کنید. هر موقع دیدید قضاوت من دار می کنید، نباید بکنید. هر موقع دیدید دارید ایرادی می گیرید، در شما اشکالی وجود دارد.

خُلق و خوی مستمر این عقرب، نیش زدن است.

حالا می گوید: درد حمل می کند؛ و ما چون خودمان زیر نورافکن خودمان هستیم، با ذهن ساده شده، با حضور زنده، یعنی هم فکر می کنیم و هم روشنایی حضور هست. ذهن ساده شده قضاوت می کند، اما ایندفعه، قضاوت من دار، نیست. یعنی قضاوت شما در مورد خودتان: من عقربم؟، یا واقعا" وقتی حرف می زنم، خدا در خزانه اسرارش را باز می کند و از آنجا من حرف می زنم. شما می توانید تشخیص بدهید.

دل برهید از دغل روزگار

در بغل عشق خزیدن گرفت

می گوید: دل ما، مرکز ما و سنگینی ما، وقتی روی جهان نشسته بود، فریب روزگار را می خورد.



روزگار، اشاره به زمان دارد و شاید، مادر فریب ها از اینجا آغاز می شود که ما این لحظه را که به لحاظ عمق، بی نهایت است، به لحاظ زمان، ابدیت است، (به لحاظ عمق بی نهایت است، معنی اش این است که در این لحظه، این دو تا خاصیت خدا، که بی نهایت و ابدیت است، خواص ما هم هست. این لحظه، بی نهایت فضا است، بی نهایت فضا داری است، بهتر است بگوییم بی نهایت کش آمدن است: در این بحر در این بحر همه چیز بگنجد، همه باورها و همه شکل ها و همه فرم ها را در خودش جا می دهد. وقتی ما با خدا یکی می شویم و این دو تا خاصیت را پیدا می کنیم. بی نهایت و ابدیت خاصیت خداست، بی نهایت و ابدیت خاصیت اصلی ما هم هست، ما هم از جنس او هستیم و عملاً بی نهایت در ما، بی نهایت فضاگشایی ست.

اصلاً "تعریف انسانیت و انسان، فضاگشایی و جا باز کنی ست. مثل این فضا؛ و اگر ما بی نهایت عمق داشته باشیم، بی نهایت عمق، معادل عدم واکنش هم هست. عدم واکنش معنی اش این است که من در این لحظه، چنان مستقرم که اتفاقات این لحظه، هر چه باشد، نمی تواند مرا از جا در بیاورد. واکنش نشان نمی دهم.

روزگار، موقعی پیش می آید و فریبش شروع می شود که:

این لحظه را، ما متوجه نمی شویم و بجای این لحظه، یا بجای بی نهایت این لحظه، این لحظه یا بوسیله زمان قابل بیان است یا مکان. از لحاظ مکانی، بی نهایت عمق است، بی نهایت فضا داری ست. فضا داری، همان بی نهایت عمق است، هر دو یکی ست؛ ولی بی نهایت زمان، معنی اش، بی نهایت آینده نیست! یعنی: بی نهایت این لحظه. همیشه این لحظه ست. همیشه این لحظه بوده و هیچ چیز و هیچکس،

نمی تواند از این لحظه فرار کند. تمام فرم ها در این لحظه قرار دارند و در بی نهایت خدا.

موضوع عجیب و غریب این است که: باشنده ای به نام انسان، این دو تا خاصیت را هشیارانه دارد. هم می تواند این لحظه هشیارانه بی نهایت شود، هم حس ابدیت بکند. حس ابدیت در این لحظه، یعنی حس بی مرگی. حس بی مرگی، یعنی پریدن از تمام چیزهایی که مرگ پذیرند.

هر چیزی که ذهن نشان می دهد. هر چیزی که ذهن می تواند نشان دهد، فنا پذیر است. غیر از ما، که ابدیت این لحظه هستیم و خانه اش هم این لحظه ست.

حالا اگر شما، این لحظه ابدی را، زمان گذشته و آینده ببینید، دچار فریب روزگار شده اید.

اگر بجای این لحظه، که بلحاظ مکانی، بی نهایت فضا داری و بی نهایت ریشه داری ست، فرم این لحظه را ببینید، اتفاق این لحظه را ببینید، بخاطر این است که هشیاری جسمی دارید. هشیاری جسمی، فقط اتفاق را می بیند، فقط جسم را می تواند ببیند.

برای دیدن بی نهایت این لحظه، باید از جنس بی فرمی بشویم؛ ولی وقتی ما به ذهن آمدیم، از جنس فرم شدیم، این اشکال کار ماست. ما یک عیب بیشتر نداریم که باید خوب ببینیم، اگر خوب ببینیم، شیرین نظر با سگ اصحاب کهف، به ما کمک می کند، که آزاد بشویم.

اشکال ما این است که وقتی وارد ذهن شدیم، یک اسمی روی ما گذاشتند. چیزها را روی آن تنیدیم، یک تصویر ذهنی درست کردیم، این تصویر ذهنی، من ذهنی ست. من ذهنی هشیاری جسمی دارد، فقط می تواند بوسیله حس هایمان، مثل



دیدن و شنیدن، از اجسام آگاه شود، نمی تواند از خدا آگاه شود، این اشکال کار است و ما هم در این کار مومنتوم پیدا کردیم، یعنی درست مثل اینکه اتومبیلی با سرعت صد کیلومتر می رود و ما با سرعت صد کیلومتر، دوست داریم جسم باشیم و جسم ببینیم.

حالا ما می خواهیم خدا را ببینیم، نمی توانیم. برای اینکه این لحظه از جنس جسم هستیم، هشیاری جسمی هستیم و هشیاری جسمی اتفاق این لحظه را می بیند و از اتفاق این لحظه زندگی می خواهد. اتفاق این لحظه، نمی تواند به او زندگی دهد، چون اتفاقات زندگی ندارد و با آن، مخالفت می کند، مقاومت می کند، دعوا دارد. ما چنین وضعیتی داریم. حالا شما می گوئید: من می خواهم از بی نهایت این لحظه آگاه بشوم.

برای این کار، شما باید یک مقدار هشیاری حضور، هشیاری بی فرمی ایجاد کنید. این کار با تسلیم صورت می گیرد. پذیرش اتفاق این لحظه، قبل از قضاوت، یک مقدار حضور ایجاد می کند. این حضور همان شیرینظر است و یک لحظه ذهن شما، بی ،، من ،، می شود. این چاره کار است.

هر موقع یادمان می افتد، با این لحظه آستی می کنیم، چون من ذهنی با اتفاق این لحظه، همیشه دعوا دارد. همیشه مخالفت دارد. همیشه مقاومت دارد. این مقاومت است که سرعت ،، من ،، را نگه می دارد. ،، من ،، با یک سرعتی خودش، خودش را تعمیر می کند و می بافتد، اگر نبافتد، از بین می رود. یک موضوع واقعی که نیست!

حالا، یک راهش این است که ما اینقدر با این لحظه آستی کنیم، که سرعت این ماشین مقاومت، پایین بیاید. سرعت ماشین مقاومت ما، سبب شده ما با زندگی یا خدا، فاصله پیدا کنیم. هر قدر سرعت مقاومت کمتر می شود، ما به نور نزدیک تر می شویم. سرعت ماشین مقاومت، سرعت ماشین مقاومت با آستی با این لحظه، پایین می آید. با عدم قضاوت ،، من دار ،، پایین می آید.

با روشن شدن به اینکه: من به چیز آفل نجسبم، پایین می آید. اینها همه کمک می کنند پایین بیاید.

دغل روزگار از کجا شروع می شود؟

که ما بجای این لحظه که بی فرمی ست، اتفاق این لحظه را می بینیم و این کار سبب پیدایش من ذهنی و همینطور سبب پیدایش زمان روانشناختی، یعنی زمان گذشته و آینده می شود و ما بجای اینکه در این لحظه، به بی نهایت و ابدیت این لحظه قائم باشیم، به پدیده ای افقی و سطحی بنام زمان گذشته و آینده؛ می افتیم.

شما تجربه کرده اید، برای خیلی از شما، گذشته زنده ست، در حالیکه گذشته و آینده ای وجود ندارد. همیشه این لحظه ست. ما، من ذهنی را با یک سرعتی می سازیم، باید یاد بگیریم نسازیم.

اگر یکی بتواند یکدفعه بلند شود، معنی اش این است که سرعت اتومبیل را از هشتاد، صد، به صفر می آورد؛ و این نشانگر این است که من ذهنی به صفر می رسد، یعنی ،، منبیت ،، ما به صفر می رسد.

راههایی وجود دارد؛ مثل عدم تعمیر من ذهنی، وقتی کوچک می شود.

مثلاً: یکی به شما توهین می کند، من ذهنی می گوید توهین شده، گفته شما بی سوادید، بی عقل اید، ...

ما می خواهیم واکنش نشان بدهیم، واکنش نشان ندهیم و تعمیر نکنیم و خشمگین نشویم، نرنجیم و همینطوری باشیم، ببینیم چه اتفاقی می افتد!



در اینصورت، این من ذهنی کوچک می شود، کوچک می شود، باز هم کوچک می شود، به صفر می رسد.
از هر زاویه ای نگاه کنید:

وقتی ما به دغل روزگار، به دغل زمان، افتادیم، از فرم های زندگی، که مرتب با آنها مرادده داشتیم زندگی می خواهیم، اتفاقات بر ایمان مهم می شوند. چیزهای این جهانی مهم می شوند، هر چیزی که مهم می شود، دوباره، دل ما قرار می گیرد. ما، که یک گذشته زنده و توهمی دارد، با سرعت زیاد به آینده می رود، حواس اش به زمان روانشناختی ست که خودش را به ثمر برساند، این کار غلط است، فریب است.
اما مرکز ما، مرکز ثقل ما از این فریب رهید.

هر قدر ما، به این فریب زمان و روزگار، بیدار می شویم، دغل روزگار کمتر.
هر چه شناسایی ما از این موضوعات بیشتر است، به همان اندازه، همزمان در بغل عشق قرار می گیریم.
بغل عشق قرار گرفتن یعنی: یواش یواش از خواب ذهن بیدار و با زندگی یکی می شویم. به وحدت می رسیم. وحدت حق مسلم ماست. وحدت با خدا، اصل ماست، این چیزی نیست که ما در این جهان بدست می آوریم.
ما اصلاً از جنس او هستیم. به علت دغل روزگار، به زمان افتادیم! گذشته و آینده برای مان عینی شده، گذشته، مهمتر از این لحظه ست، آینده هم مهمتر از این لحظه ست. یک اصطلاح دیگرش این است که ماده مهمتر از خداست، هشیاری جسمی، بیشتر از هشیاری خدایی حضور است، اینکه، خدا به ما زنده شود، خدا از چشمان ما به جهان نگاه کند، اهمیتش کمتر از این است که ما ماده بشویم، ماده ببینیم و از ماده هم زندگی بخواهیم. مولانا می گوید: اینها همه اش بیدار کننده ست.

بیت بعدی هم دنبال همین قضیه ست.

أبروی غَمَّازِ اشارت کنان

جانب آن چشم خمیدن گرفت

غَمَّاز، یعنی اشاره کننده و غمزه کننده و آشکار کننده. یک معنی اش می تواند این باشد که وقتی من در آغوش عشق قرار گرفتم، عشق گفتیم، بیداری ما از خواب ذهن و یکی شدن با خداست، در این حالت دیگر، ما من ذهنی نیستیم.
آن بی نهایت و ابدیت خدا هستیم و تمام جسم ما می شود ابروی او.

چشم ما و چشم او یکی ست. یعنی تمام فرم های من، دُور چشم او خم می شود، در حالیکه مرتب اشاره می کند، غمزه می کند. یک معنی اش این می تواند باشد.

یک معنی اش هم این می تواند باشد که ابروی دلدار مرتب به سوی چشم خودش خم می شود و مدام به من اشارات عشقی می کند؛ ولی من این معنی را می پسندم که:

همه چیز این جهانی، حول و حوش آن چشم و آن مرکز سازمان پیدا می کند. همه فکرهای ما، همه اجزای جسم ما، همه احساسات ما، همه جان ما، در حالیکه اشارات عشقی دارد، در حالیکه اشارات خردی دارد، در حالیکه اشارات برکت زندگی را دارد، در خط او قرار می گیرد.



پس ما، به ابروی غماز معشوق تبدیل می شویم، که از ما عشق را در جهان پخش می کند، اشاراتِ عشقی را در جهان پخش می کند. ما به آنتن پخش عشق تبدیل می شویم و دائماً" به سوی چشم او، خم می شویم و دائماً" حول و حوش او هستیم. مرکز ما، قبلاً" من ذهنی و ماده بود، الآن، مرکز ما زندگی شده.

عشق چو دل را به سوی خویش خواند

دل ز همه خَلق رمیدن گرفت

بسیار مهم است که ما خودمان را تست کنیم. امتحانش خیلی راحت است. وقتی می گوید عشق دل ما را به سوی خودش کشید و دل ما عشق شد، در اینصورت ما از مردم می ریم. معنی اش این نیست که ما عشق مان را در جهان پخش نمی کنیم، عشق و خرد را در جهان پخش می کنیم؛ ولی نیاز روانشناختی به مردم نداریم.

نیاز به مردم را در دو بیت بعدی، مولانا توضیح می دهد و شما از خودتان بپرسید، شما مردم را برای چه لازم دارید؟، آیا برای ایجاد درد است؟، برای یک قطب است که من ذهنی شما را تأیید کند و تعمیر کند و در جای خودش نگه دارد؟، من ذهنی ریشه ندارد؛ مثل ابر می ماند، به جایی وصل نیست، با ایجاد قطب و ستیزه با آن، خودش را نگه می دارد. من ذهنی باید دشمن داشته باشد، نمی تواند بدون دشمن زندگی کند.

باید این اختلاف ها را تبدیل به دشمنی و ستیزه کند و ستیزه این را تعریف می کند. تعیین می کند. برای تعیین احتیاج به یک قطب دارد. آیا شما مردم را بخاطر این می خواهید؟

شما چرا به همسران احتیاج دارید؟، آیا برای ابراز عشق است؟، یا برای ابراز درد؟. بیشتر مردم همسرشان، بچه هایشان را برای درد می خواهند. آنها ابزار دردشان هستند. اگر آنها نباشند، چکار کنند؟

،، من اگر همسر نباشد، با کی ستیزه کنم؟، در خانه مفت ستیزه می کنیم، دعا می کنیم، درد ایجاد می کنیم و ،، من ،، مان را تعیین می کنیم. اگر ستیزه نکنیم، ،، من ،، ما فرو می ریزد. این ،، من ،، بیست و چهار ساعته

کار می کند؛ بلکه خودش را معین نگه دارد.

برای مقایسه می خواهید؟!، حتما" برای مقایسه می خواهید! مردم را برای مقایسه می خواهیم. مردم نباشند، شما می خواهید خودتان را با کی مقایسه کنید؟!، آنموقع حسدتان می ریزد. اگر زندگی باشید، به مردم احتیاجی ندارید که خودتان را مقایسه کنید.

اگر شما درد ایجاد نکنید، از جنس کژدم نباشید، واقعا"، دیگر به مردم احتیاج ندارید که درد ایجاد کنید. از خودتان باید بپرسید. همانطور که در بیت بعدی می گوید:

خلق عصاوند، عصا را فکند

قبضه هر کور که دیدن گرفت

قبضه یعنی چنگ، دست. دست هر کور، که چشم هایش باز شود، عصا را می افکند. کورها عصا را تق تق می زنند و جلو می روند. اگر کور بتواند ببیند، یعنی من ذهنی که چشم ندارد ببیند، اگر چشم خدا را پیدا کند، دیگر به مردم احتیاج ندارد. ما مردم را بعنوان من ذهنی می خواهیم، اولاً" از آنها تقلید کنیم. قانون جبران می گوید:



شما باید به حضور زنده شوید، فکرهای خودتان را خودتان خلق کنید. تقلید نکنید. ولی ما قانون جبران را نمی خواهیم انجام دهیم، ما می خواهیم مفت از مردم بپرسیم، چکار کنیم؟، به ما بگویند چکار کنیم؟، می خواهیم تقلید کنیم. خلق را برای این می خواهیم.

اگر کسی روی زندگی قائم بشود، شادی اش از اعماق وجودش می آید، شادی بودن است. آرامش بودن است. دیگر نه می خواهد عضو گروهی بشود که از آنها هویت بگیرد، حس امنیت بگیرد، نه مردم را می خواهد که بگویند، بله، تو آدم معتبری هستی،، تأیید بگیرد، هیچکدام از اینها را لازم ندارد.

تازه، مردم که می آیند، چون بیشتر مردم من ذهنی دارند، می خواهند شما را به واکنش وادارند!، ممکن است از حضور در بیآورند. ما که پهلوان نیستیم!، روی خودمان کار کردیم، یک مقدار حضور ایجاد کردیم، ممکن است واکنش نشان بدهیم!، باید خیلی قوی باشیم که عشق را پخش کنیم؛ و تحت تأثیر قرار نگیریم. کسی که عشق را پخش کند، نیکی را پخش کند، هشیاری را پخش کند، یک عده ای هستند که به او فحش می دهند، ناسزا می گویند. گرفتارش می کنند، تحمل ندارند. آنها دوست دارند شما درد پخش کنید. چون از جنس دردند.

پس، مولانا می گوید که اگر شما هنوز با حرص می خواهید با مردم باشید، شما آنجا نیستید!، هنوز این عصا را می خواهید که به آن متکی باشید.

آیا مردم نباشند، من ذهنی شما فرو می ریزد؟، شما یک قلم و کاغذ بردارید، بگویید من از مردم چه جوری سوءاستفاده می کنم؟، پیدا می کنید!، می بینید با یک عده ای ستیزه می کنید. یک عده ای می آیند با آنها مقاومت می کنید. یک کسی، مصدر یک کاری ست، روزی بیست نفر به او مراجعه می کنند، با هیجده نفرشان ستیزه می کند، مقاومت می کند، من ذهنی اش کیف می کند. می گوید، نمی شود!،، کارشان را راه نمی اندازد. دو نفرشان را که التماس می کنند، راه می اندازد. من ذهنی اوست، که بوسیله آن، بالا می رود، چون التماس کردند. هیجده نفرشان را هم که رد کرده، ستیزه کرده، درد ایجاد کرده، کیف هم کرده!، شما مردم را برای این می خواهید؟

عشق که این کار را نمی کند!، عشق می جوشد می آید بالا، حس سرویس به آدم دست می دهد، می خواهد خدمت کند. می خواهد نیکی کند. می خواهد خرد ورزی کند. می خواهد برکت را در جهان پخش کند. می خواهد سامان بدهد. جهت گیری سرویسی دارد. حتما" می خواهد یک کاری بکند، این کار بوسیله خرد زندگی صورت می گیرد.

پس اگر شما به زندگی زنده شوید، عصا را می افکنی. بلند می شوی. در مثنوی و در غزل خواندیم، هر کس از جهان بلند شود، چشم هایش باز می شود، عصای مردم را می افکند.

بیت بعدی هم همین را تأیید می کند. می گوید:

خلق چو شیرند، رها کرد شیر

طفل که او لوت کشیدن گرفت

خلق، مثل شیرند. شیر خوردنی. طفل که دندان در بیآورد و بتواند نان و غذا بخورد، دیگر به شیر بی میل می شود.



طفل ما هستيم. وقتی شروع می کنیم به غذای شادی بودن، آرامش بودن؛ و این بودن از اعماق وجود ما، از بی نهایت خود ما می آید، وقتی مستقر هستیم، وقتی مردم می خواهند ما را به واکنش وادار کنند، واکنش نشان نمی دهیم برای اینکه بی نهایت آرامش هستیم، در اینصورت دیگر احتیاجی به خلق نداریم.

آیا خلق از ارتعاش عشق ما، بهره مند می شود؟، بله.

بارها صحبت شده که ما باید نورافکن را روی خودمان بیندازیم: با خلق کاری نداریم، نصیحت نمی کنیم، نمی خواهیم کسی را عوض کنیم.

کسی که در به در دنبال مردم است، آنها را عوض کند و نصیحت شخصی می کند:

، تو برو آن کار را بکن، تو برو آن کار را بکن ،، این آدم، گرفتار من ذهنی ست. اگر این آدم، دندان در بیاورد و غذای بودن و شادی بودن و آرامش خدایی را از ذات خودش در بیاورد، هیچ موقع آن کارها را نمی کند. آن کارها را فقط برای گرفتن شیرۀ روانی می کند که مصنوعی ست. کسی می آید از او می پرسد من چکار کنم؟، نشسته، منتظر است که همین را از او بپرسند. شروع به نصیحت می کند. چه بسا نصیحتش، خانواده ها را ویران می کند. چون من ذهنی دارم. هر کسی احتیاج روانشناختی به نصیحت کردن دارد، بدانید که او خانواده ها را ویران خواهد کرد. چه بسا بهتر است بگویید: من نمی دانم. به من مربوط نیست. از من نپرسید. دخترم، پسر، سی سال ات است، سی و پنج سال ات است، خودت می دانی.

یا اگر خواستیم نصیحت کنیم، مثلاً " بگوییم: اگر من جای تو بودم، این کار را می کردم؛ ولی حالا تو خودت فکر کن.

یک دو بیتی از دفتر دوم، از بیت ۴۳۴ برایتان می خوانم:

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۴۳۴

ما که کورانه عصاها می زنیم

لاجرم قندیلها را بشکنیم

هر دفعه که ما، عصای خلق را می گیریم و کورانه عصا می زنیم و راه می رویم، در این کوران راه رفتن، چه بسا، قندیل، چراغ قوه، چراغ نور را می شکنیم، نور این لحظه را کور می کنیم.

قندیل ممکن است عارفان باشند. آن کژدم هم که کج راه می رود، کورانه راه می رود، من ذهنی پُر درد و هم هویت شده ست. امروز ما فهمیدیم که با پذیرش اتفاق این لحظه، قبل از قضاوت، یک چشم زندگی پیدا می کنیم و از کوری در می آییم؛ ولی اگر خشمگین هستیم، اگر هم هویت هستیم، اگر روی جهان افتادیم و بلند نشویم، حتماً " کورانه راه می رویم و چه بسا این عصا را به چلچراغ ها بزنینم، آنها را بشکنیم. کسی را که خرد پخش می کند؛ مثل مولانا، برنجانیم!.

ولی اولین قندیل، حضور خودمان، چراغ خودمان است، که وقتی کورانه راه می رویم، می شکنیم!.

ما چو کُرّان ناشنیده یک خطاب

هرزه گویان از قیاس خود جواب

ما نمی خواهیم اینطور باشیم. کرها نمی شنوند. مثل قصه آن کر و عیادت کردنش از مریض.



کر به عیادت همسایه اش می رود. چون گوش هایش نمی شنیده، فکر می کند که، این ... سوال را می کند، جوابش این ... می شود، بنابراین باید جوابش را این ... بگوید، ... وضع خراب می شود!

ما بیهوده گویان، از قیاس، از تفسیر خودمان، از قضاوت خودمان، بدون اینکه خطابی از زندگی بشنویم، از من ذهنی مان صحبت می کنیم. در من ذهنی ما گریم و صدای زندگی را نمی شنویم در صورتیکه اگر با این لحظه آشتی کنیم، خرد زندگی از ما عبور می کند، ما می شنویم!.

امروز مولانا گفت: آب از این جو رد می شود، شما می ایستید، تماشا می کنید رد شود و قضاوت نمی کنید، زیاد رد می شود یا کم رد می شود و خطاب زندگی را می شنوید؛ مثل آن کر نمی شوید که به عیادت همسایه اش رفت و گفت: حالت چطور است؟

- دارم می میرم.

الحمد لله. چه خوردی؟

- زهر.

نوش جاننت. دکترت کیست؟

- عزرائیل.

قدمش مبارک، ما امتحان کردیم خیلی خوب است.

مریض را عصبانی کرد ولی به خیال خودش واقعا "گل کاشته بود، هیچکدام از جواب هایش، رفتار هایش درست نبود. این قصه می گوید که ما در این لحظه، بدون اینکه یک خردی، یک عقلی از زندگی بگیریم، با قیاس من ذهنی و جواب های از پیش ساخته برای خودمان، کورانه قدم برمی داریم و این کار به نفع ما نیست.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۳۵۵

تا نبیند کودکی که سیب هست

او پیاز گنده را ندهد ز دست

این هم معنی اش واضح است.

ما، من ذهنی و اقلام این دنیا را چسبیدیم و بمحض اینکه یک مقدار با این لحظه، با فرم این لحظه آشتی باشیم و سیب را ببینیم، این پیاز گندیده را می اندازیم.

مولانا می گوید: تا کودکی سیب را نبیند، سیب قرمز را به او ندهید، نمی توانید پیاز را از او بگیرید. سیب قشنگ تر است.

ما هم باید مزه زندگی به دهان مان بیاید، خواندن این ابیات واقعا "سبب می شود که آن آرامش و شادی زندگی را شما حس کنید و این پیاز گندیده من ذهنی را رها کنید. گفت: از دغل روزگار که می رهی، همزمان، در آغوش عشق می روی. آغوش عشق گرم است، پر مهر است، آرامش دارد. این همان سیب است. متوجه می شوی که آن چیزهایی که چسبیده بودی، زندگی نبوده.



روح چو بازیست که پَران شود

کز سوی شه طبل شنیدن گرفت

می گوید: روح ما بازی ست که پَران می شود. الآن از طرف شاه، طبلِ بازگشت را شنیده.

همین الآن هم که شما این برنامه را می شنوید، طبلِ بازگشت به سوی شاه را می شنوید. می دانید که خدا، بعنوان باز شکاری، طبلِ بازگشتِ شما را می زند. شما بازی هستید، عقابی هستید که از سوی شاه، پَران شدید، آمدید روی دنیا نشستید، الآن او طبلِ بازگشت می زند. شما دارید می شنوید. در یک بیت دیگر می گوید:

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۵۶۸

بی‌حس و بی‌گوش و بی‌فکرت شوید

تا خطابِ ارجعی را بشنوید

خطابِ ارجعی می گوید که شما هر لحظه از طرف زندگی صدا می شنوید:

برگرد به سوی من؛ و بمحض اینکه شما با این لحظه آشتی می کنید، صدا را می شنوید: " پپر ". پپر از این دنیا.

بیا در آغوش من. بیا با من یکی بشو. این موقعی ست که بدون حس و بدون گوش و بدون فکرت بشویم. تا این خطابِ برگرد به سوی من را، بشنوید. در همانجا می گوید: شما باید از جنس راضی و مرضی باشید.

پس معلوم می شود که آشتی با این لحظه، شما را از جنسِ راضی و هم از جنسِ مرضی می کند و این منطبق شدنِ هشیاری روی هشیاری ست. یعنی:

هشیاری که از خودش آگاه شده و روی پای خودش است، هم راضی و هم مرضیه ست. ولی برای این کار باید، حس ما و گوش ما و فکر ما، بی ،، من ،، باشد. تا زمانیکه ما حس می کنیم، دیدن و شنیدن، و به ذهن مان می بریم، فکر می کنیم؛ و با این فکر هم هویت ایم، بطوریکه قضاوت می کنیم، label ، برچسب، می زنیم:

،، این ... خوب است، این ... بد است ،، ،، این ... خوب است، این ... بد است ،، ،، این ... خوب است، این ... بد است ،، هشیاری روی هشیاری، منطبق نخواهد شد.

باید عقب بکشیم، حداقل آگاه باشیم که داریم این کار را می کنیم.

اگر این کار را ادامه دهیم، از جنسِ یک هشیاری که از خودش آگاه است، می تواند روی پای خودش قائم باشد، دیگر به جهان احتیاج ندارد، به مردم احتیاج ندارد، می شویم. بیشتر ما، در جهان، به مردم احتیاج داریم.

شما اگر دقت کنید، خواهید دید که این من ذهنی شما، اینقدر روی اجسام نایستاده، روی مردم ایستاده! اگر مردم را بیرون بکشند، شما سقوط می کنید. شما با یک عده ای دعوا دارید، با یک عده ای آشتی دارید، با یک عده ای شریک هستید، با یک عده ای ستیزه می کنید، مردم نباشند، من ذهنی روی پای خودش نمی تواند بایستد.

بس کن زیرا که حجاب سَخُن

پرده به گرد تو تنیدن گرفت



می گوید: بس کن. رای اینکه وقتی حرف می زنیم، حرف دور هشیاری تنیده می شود؛ مثل آن عنکبوت. صحبت و حرف ها، دور تو بعنوان هشیاری پرده می تَنند.

قصه کوتاهی از مثنوی برایتان می خوانم:

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۴۸۱

پاک بنایی که بر سازد خُصون

در جهان غیب از گفت و فسون

گفت: اگر حرف بزنی، بُعد حضور، کمتر می شود. یک موقعی حواس و تمرکز و توجه ما، جذب حرف ها شده، دیگر آن بُعد بی نهایت ما، قطع می شود، در اینصورت، این حرف زدن، دور تو پرده می تَنند. یواش یواش باید بس کنی دیگر، به آنجا برگردی.

یعنی وقتی ما حرفی زدیم، بیانی کردیم، دوباره باید برگردیم روی پای خودمان قائم بشویم و از روی آن چیزی که بوجود آورده ایم؛ بپریم. مبدا که رویش بنشینیم، بگوییم: ,, به به عجب چیزی گفتم! ,,

می گوید: بنایی، استادِ پاکِ هست، که همین خداست و در جهان غیب، از گفت و فسون، قلعه می سازد.

یعنی اگر ما، به گفتارمان، به باور همامان و فسون و افسون من ذهنی بچسبیم، در اینصورت یک قلعه ای، یک دژی، در غیب، دور ما می سازد. این همان پرده ست. این همان من ذهنی ست.

بانگ در دان گفت را از قصر راز

تا که بانگ وا شدست این یا فراز؟

همان که قبلاً" هم یک اشاره ای کردم، می گوید: یک قصرِ رازی وجود دارد. قصر راز، غیب است، قصرِ خداست.

می گوید: این گفت را، این چیزی را که می گویی، صدایِ درِ قصرِ راز بدان.

صدایِ درِ آن قصرِ بدان؛ و نه درِ قصر.

این صدا، صدایِ باز شدن است یا صدایِ بسته شدنِ قصرِ راز؟

پس، این لحظه: ما با این لحظه آشتی هستیم، اتفاق این لحظه را می پذیریم؛ قبل از قضاوت. قصرِ راز، باز می شود. ستیزه نداریم، مقاومت نداریم و راز بوسیله ما گفته می شود!.

حالا این گفت، صدایِ در است. شما باید بدانید: این صدایِ در که آمد، این حرف که از دهان شما در آمد، یا این رفتار، صدایِ بسته شدنِ درِ قصرِ راز بود، یا باز شدنش؟، خیلی مهم است.

بانگ در محسوس و در از حس برون

تُبصِرون این بانگ و در لا تُبصِرون

می گوید: بانگ در، شنیدنی ست. محسوس است. می شود آن را حس کرد. برای اینکه: وقتی ما می گوییم، گفتار ما را

می شود شنید و اثرش را هم می شود حس کرد، ولی در از حس بیرون است، در خدا را ما نمی بینیم.

این بانگ حس می شود و دیده می شود، ولی در دیده نمی شود. تُبصِرون معنی اش این است.



چنگ حکمت چونک خوش‌آواز شد

تا چه در از رَوْضِ جنت باز شد؟

می‌گوید: چنگِ همّت، سازِ انسانِ عارف، شما بعنوان انسانِ عارف، وقتی آواز خوشی داد، یعنی وقتی شما حرف قشنگی زدید، حرف خردمندانه ای زدید که از آن طرف آمد، می‌گوید ببینیم که چه دری از باغِ بهشتِ خدا باز شد؟ پس اگر شما در این لحظه حاضر هستید و من ذهنی ندارید و یک چنگِ گفتاری می‌زنید؛ مثل مولانا، یک دری از باغِ جنت، باغِ بهشت باز می‌شود.

بانگِ گفتِ بد چو دروا می‌شود

از سَقَر تا خود چه در وا می‌شود؟

می‌گوید: بانگِ من ذهنی، گفتِ بد، وقتی هویدا می‌شود، در وا می‌شود، یعنی ظاهر می‌شود، سَقَر یعنی جهنم، از جهنم چه دری باز می‌شود؟ باید ببینیم از جهنم کدام در باز شد؟ یعنی می‌گوید: گفتِ بد، رفتارِ بد، که از من ذهنی ظاهر می‌شود، اثرش درد آور است، بی‌سامان می‌کند؛ مثل اینکه دری از جهنم باز می‌شود و از آنجا چیزی می‌آید. عارف و شما بعنوان انسانِ زنده شده به حضور، وقتی حرف می‌زنید، دیگر درد آور نیست؛ بلکه درِ بهشت باز می‌شود.

پس شما باید ببینید: این حرفی که می‌زنید، از چه فضایی برمی‌خیزد؟ از جهنم می‌آید یا از بهشت؟

بانگ در بشنو چو دوری از درَش

ای خنک او را که وا شد منظرش

می‌گوید: درست است که درِ قصرِ رازِ خدا را نمی‌بینی، ولی بانگش را می‌توانی بشنوی.

می‌توانی بفهمی: این حرفی که می‌زنی، واقعا" چه آثاری دارد؟ آیا یک عده ای را به درد می‌آورد؟ جهان را نابسامان می‌کند؟ بانگش را بشنو.

بانگش به شما می‌گوید:

بانگ نیک باشد، درِ قصرِ راز باز می‌شود.

اگر بانگِ بد باشد، درَش بسته می‌شود.

یک صدایی آمد!، این در، بسته شد؟ یا باز شد؟

می‌گوید: خوشا به حال کسی که منظرش باز شده. یعنی دیدش باز شده. دیدش باز شده یعنی چه؟

یعنی: دیدش سوراخ موش نیست. بالای تمام دنیا رفته و دیدگاهش باز است، دلش ماده نیست که فقط آن را ببیند و یا برحسب آن ببیند!.

چون تو می‌بینی که نیکی می‌کنی

بر حیات و راحتی بر می‌زنی



تو می بینی: وقتی حاضری و زنده به زندگی هستی، آن کاری که می کنی، نیک است، در اینصورت زندگی و راحتی بوجود می آید. ما وقتی از فضای تسلیم، از فضای حضور عمل می کنیم، هم خودمان راحتیم و هم دیگران. وقتی از فضای بد، از فضای من ذهنی عمل می کنیم، هم خودمان ناراحت می شویم و هم دیگران.

چونکِ تقصیر و فساد می رود

آن حیات و ذوق پنهان می شود

تقصیر و فساد، یعنی: وقتی ما با جهان مادی هم هویت می شویم، وقتی از زندگی جدا می شویم و در آن قصرِ راز، بسته می شود. در اینصورت آن حیات و ذوق، آن خرد و شادی، پنهان می شود. می رود. در بسته می شود. پس چقدر مهم است که ما با این لحظه، موازی بشویم. با فرم این لحظه آشتی باشیم که در قصرِ راز، بسته نشود و آن ذوق و حیات ابدی یا ابدیت ما پنهان نشود. ابدیت ما فوراً می تواند زایل شود، در صورتیکه اجازه دهیم، تمام توجه ما بوسیله یک چیزی در بیرون بلعیده شود.

دید خود مگذار از دید خسان

که به مُردارت کشند این کرکسان

در اینجاست که می گوید تو به خلق احتیاج نداری. خرد تو از درون تو می آید، نباید تقلید کنی، نباید مردم را عصا و پایه من ذهنی ات بکنی.

می گوید: تو دید حضورت را وا مگذار، از دست مده که در ذهن بروی، با من ذهنی، دید انسان های من ذهنی را بگیری و مال خودت کنی و از آنها تقلید کنی.

برای اینکه اگر شما دید بودن را، دید خدا را، از دست بدهید، این کرکسان شما را به مُردارها می کشند. مُردارها همین خوردن چیزهای مُرده ست.

گفتم: مرغ آمده، البته، مرغ این کار را نمی کند، ما این کار را می کنیم، ما آمدیم بعنوان مرغ جان، روی درخت نشستیم انجیر را می خوردیم، انجیر دیگر آنجا نیست. انجیر را برداشته اند، یک انجیر پلاستیکی بنام انجیرِ ذهنی، جای آن، گذاشته اند، ما دائم آن را می خوریم. دائم نوک می زنیم، می گوئیم: این که شیرینی ندارد!.

" مُردار است دیگر!" ما را کرکسان کشیدند. برای اینکه دید خودمان را گذاشتیم!.

هیچکس نباید دید حضور خودش را بگذارد و از دیگران تقلید کند.

چشم چون نرگس فروبندی که چی؟

هین عصام کش که کورم ای آچی؟

آچی یعنی برادر. می گوید: تو چشم حضور را که مثل نرگس است و قشنگ است، فرو می بندی که چه؟!.

تو که می توانی با این لحظه موازی باشی، یا با اتفاق این لحظه آشتی کنی؛ و دید زندگی را پیدا کنی، تو که می توانی من ذهنی مردم را پایه من ذهنی خود و عصای خود نکنی، کرکسان را دنبال نکنی، تقلید نکنی، با حرف و بیهوده گویی بر بُعد بی نهایتی و بُعد حضور خود، پرده ننتی، فریب روزگار و دغل زمان را نخوری، تو که می توانی از خود آگاه و بر پای ناظر خود، قائم باشی، تو که می توانی صدای بانگ در قصر راز را، در غیب را، در بهشت را بشنوی، تو که



می توانی مرغ جان را به سوراخ موش نبری؛ و آن را پرواز دهی، تو که می توانی دید حضور خود را نبندی، میل به شیر نداری و از غذاهایی چون شادی و آرامش بودن، از اعماق وجود خود ارتزاق می کنی، می توانی عشق و خرد زندگی را در جهان بپراکنی، تو این دید را می بندی که چه بشود!، که من کورم!، بیا عصای مرا بگیر بکش؟!.

وان عصاکش که گزیدی در سفر

خود بینی باشد از تو کورتر

آن کسی که عصای تو را می کشد و تو بجای زندگی، بجای خدا، انتخابش کرده ای که عصایت را بکشد، آخر سر خواهی دید که از تو کورتر است!.

واقعا" هم همینطور است. ما بعنوان من ذهنی دنبال عده ای راه می رویم و حرف آنها را گوش می کنیم، بعد از ده سال، می بینیم، آدمی که از او تقلید می کردم، از من کورتر بوده، کودن تر بوده، ,, آخر چرا من دنبال این رفتم؟! ,, حالا می گوید کورانه چکار کن:

دست کورانه به حَبْلِ اللَّهِ زن

جز بر امر و نهی یزدانی مَتَّن

تو می خواهی کورانه کار کنی؟، در اینصورت به ریسمان خدا دست بزنی.

قبلا" گفتیم: ریسمان خدا، وقتی ست که شما با این لحظه آشتی می کنید، این ارتباط، این نور، این جریان زندگی، که از شما عبور می کند، ریسمان خداست. ریسمان خدا، نور است. ریسمان خدا از جنس طناب مادی نیست. یعنی: این لحظه تو تسلیم باش و هر چه که او، خدا، زندگی، می گوید و از آنجا می آید، انجام بده؛ و نه حرف کرکسان! کرکسان، من های ذهنی دیگر هستند. یک من ذهنی من هستم، یک من ذهنی گنده تری وجود دارد که همه چیز را می داند و من دنبال او می روم، هر چه بگوید گوش می کنم. " نه. این حبل الله نیست ".

چیست حَبْلِ اللَّهِ؟ رها کردن هوا

کین هوا شد صَرَصَری مر عاد را

می گوید این طناب خدا چیست؟، این طناب خدا، رها کردن هواست. رها کردن هوی، یعنی: رها کردن هوای نفس، رها کردن اشتیاق و حرص، به رفتن به ذهن و ,, من ,, و رفتن به من ذهنی و از طریق آن به چیزی در دنیا چسبیدن. یعنی اشتیاق نابجای هشیاری، به نشستن روی یک چیزی با حرص؛ و بلند نشدن، با این فکر که در این دغل، در دغل روزگار، زندگی هست! " نیست ".

می گوید که رها کردن هوی، رها کردن این حالت، که تمام توجه ات را بعنوان هشیاری، به یک چیز مادی در جهان که ذهن نشان می دهد، بدهی، هوای نفس است.

می گوید: این هوی، برای قوم عاد، باد بدی شد. پس، قوم عاد ممکن است ما باشیم که من ذهنی داریم. یک طوفانی که همه چیز را می برد.

یعنی اگر ما هوای نفس داشته باشیم، تمام توجه و تمرکز هشیاری را روی ذهن و من ذهنی و ماده و جهان بیرون، متمرکز کنیم، هر کسی دنبال این کار می رود، بالاخره طوفان صَرَصَر، طوفان روزگار، او را خواهد بُرد. برای اینکه



با چیزهای از بین رفتنی هم هویت می شود؛ و باد آفلین را خواهد بُرد و چون هوس مند، با آنها هم هویت است، وجود او هم از بین خواهد رفت. بیشتر ما دچار این طوفان ها شده ایم. حالا می گوید:

خَلق در زندان نشسته از هواست

مرغ را پرها بیسته از هواست

این هم مشخص است. می گوید: یکی را به زندان انداختند.

اگر واقعا" قانون درستی در آنجا باشد، این به زندان افتادن، از هواست! مرغ اگر حرص نداشت، دنبال دانه ای نمی آمد و به دام نمی افتاد.

ما هم بعنوان هشیاری، اگر تمام تمرکزمان را به آن انجیر نمی دادیم، پرهایی ما الآن بسته نبود!

ماهی اندر تابه گرم از هواست

رفته از مستوریان شرم از هواست

ماهی که در تابه، جِلز و ولز می کند، بخاطر این است که بیچاره فکر کرده: از ماهیگیر، طعمه ای آنجا افتاده!، آمده آن را قاپ بزند، در قلاب افتاده و الآن ماهیگیر سُرخش می کند. می توانست به دریا برود و خودش شکار کند.

اگر از آدم های پاک دامن هم، شرم می رود، این هم از هوی ست. آدم پاک دامنی که زندگی را در چیزی ببیند، آبرویش را می بُرد!

خشم شِحنه شعله نار از هواست

چارمیخ و هیبت دار از هواست

خشم و عصبانیت داروغه های معمولی، شعله آتش از هوی ست. هوای نفس است. یعنی: یک عده ای، اگر آن کارها را نمی کردند، در گرفتاری نمی افتادند؛ و همچنین به بالای دار رفتن یک عده ای، از هواست. حالا می گوید:

شِحنه اجسام دیدی بر زمین

شِحنه احکام جان را هم ببین

در روی زمین قوانینی وجود دارد، اگر کسی قانون را زیر پا بگذارد، داروغه و پلیس این قوانین را اجرا می کنند. ولی تو قانون جان و قانون زندگی را هم ببین، که وقتی زیر پا می گذاری، آن هم تو را تنبیه می کند.

در مورد آن قوانین قبلا" خیلی صحبت کرده ایم. یکی از آنها قانون جبران است. قانون جبران در تمام شئون زندگی ما جاری و ساری ست و اگر کسی گرفتاری دارد، یک قسمت اش حتما" مربوط به قانون جبران است؛ و قوانین دیگری که اینجا توضیح دادیم، مثل قانون مزرعه. من ذهنی نمی تواند صبر کند. من ذهنی نمی تواند همه انرژی اش را در کاری، به کار بیندازد.

قانون مزرعه می گوید: باید همه توان ات را در کاری بگذاری و صبر کنی.

قانون تسلیم را من ذهنی نمی شناسد؛ و برخی قوانین، که توضیح داده ایم.

روح را در غیب خود اشکنجه هاست

لیک تا نجهی شکنجه در خفاست



می گوید: روح ما بعنوان هشیاری در خفا و در غیب، شکنجه می کشد. یعنی: ما بعنوان هشیاری، الان زیر درد هستیم. خیلی ها زیر دردند ولی نمی دانند. ولی تمام سیستم بدنی شان، فکری شان دارد از بین می رود، اما اگر نجهی، یعنی از زیر این دردها و هم هویت شدگی ها به بالا نپری، نمی توانی شکنجه را ببینی.

چون رهیدی بینی شکنجه و دمار

زانک ضد از ضد گردد آشکار

می گوید: وقتی فرای این سیستم بپری، بعداً " می فهمی که آنجا، از شکنجه و رنج، چه بلایی داشت به سرت می آمد و چقدر درد می کشیدی! اگر برهی، بپری، در این آرامش و راحتی، متوجه می شوی که این کجا و آن کجا!.

آنک در چه زاد و در آب سیاه

او چه داند لطف دشت و رنج چاه؟

آن کسی که در چاه زاده شده، که ما در چاه واقعا" زاده شده ایم!.

اول، بمحض اینکه زاده شدیم، برادران یوسف، که همین مردم، پدر و مادر و اطرافیان ما هستند، ما را در چاه ذهن و فکر و باورها، در آب سیاه، که همین آب پُر از درد هشیاری جسمی ست، که فقط جسم را می بیند، انداختند. بطوریکه به آسانی نمی توانیم از آن بیرون بیاییم. می گوید:

آن کسی که در چاه زاده شده، در چاه فکر و درد و هم هویت شدگی هاست، از لطف دشت، که همان بی نهایت حضور، بی نهایت خداست، چه خبر دارد! آن کسی که در چاه است، در درد است، خیلی ها در درد و گرفتاری اند؛ ولی وقتی به آنها می گویی چطوری؟، می گوید: هیچیم نیست. در رنج است، در رنج می میرد، اما نمی داند رنج چیست!.

چون رها کردی هوا از بیم حق

در رسد سغراق از تسنیم حق

می گوید:

وقتی که از هوی پرهیز کردی، هوی همان اشتیاق و حرص من ذهنی ست که سوی یک چیزی در جهان می رود که از آن زندگی بگیرد، هویت بگیرد، حس امنیت بگیرد، خوشبختی بگیرد و کسی جلودارش نیست، فکر می کند زندگی در آن است، رها کردی، وقتی پریدی بخاطر ترس حق، ...

این ترس، ترس تدبیر است. ترس در بعضی جاها، معنی " تدبیر " می دهد.

وقتی آن ذوق و شیرین نظر، شیر حضور شما، با سگ اصحاب کهف، می آید، وقتی ما واقعا" پرهیزهایمان و تسلیم را که یکی از چشمه های بهشتی ست، شناسایی می کنیم، در آن موقع، سغراق، یعنی جام شراب، پیاله شراب، از طرف خدا و بهشت و حضور و فضای یکتایی می رسد.

بمحض اینکه این هوی را بخاطر تدبیر و پرهیز کنار گذاشتی، شراب زندگی همان لحظه از چشمه بهشتی به تو می رسد.

