



ندارد پای عشق او دل بی‌دست و بی‌پایم
 که روز و شب چو مجنونم سر زنجیر می‌خایم
 مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۲۸

عاشقان در سیل تند افتاده‌اند
 بر قضای عشق، دل بنهاده‌اند
 مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۹۱۰

برنامه ۵۲۶



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۳۸

ندارد پای عشق او دل بی دست و بی پایم
که روز و شب چو مجنونم سر زنجیر می خایم
میان خونم و ترسم که گر آید خیال او
به خون دل خیالش را ز بی خویشی بیالایم
خیالات همه عالم اگر چه آشنا داند
به خون غرقه شود و الله اگر این راه بگشایم
منم افتاده در سیلی اگر مجنون آن لیلی
ز من گر یک نشان خواهد نشانی هاش بنمایم
همی گردد دل پاره همه شب همچو استاره
شده خواب من آواره ز سحر یار خودرایم
ز شب های من گریان بپرس از لشکر پریان
که در ظلمت ز آمدشد پری را پای می سایم
اگر یک دم بیاسایم روان من نیاساید
من آن لحظه بیاسایم که یک لحظه نیاسایم
رها کن تا چو خورشیدی قبایی پوشم از آتش
در آن آتش چو خورشیدی جهانی را بیارایم
که آن خورشید بر گردون ز عشق او همی سوزد
و هر دم شکر می گوید که سوزش را همی شایم
رها کن تا که چون ماهی گدازان غمش باشم
که تا چون مه نگاهم من چو مه زان پس نیفزایم

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۵۹

ز تو هر هدیه که بُردم به خیال تو سپردم
که خیال شکرینت فر و سیمای تو دارد

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۶۲

صورتگر نقاشم، هر لحظه بتی سازم
وانگه همه بت ها را در پیش تو بگذازم



صد نقش برانگیزم، با روح درآمیزم
چون نقش تو را بینم در آتشش اندازم

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۹۱۰

عاشقان در سیل تند افتاده‌اند
بر قضای عشق، دل بنهاده‌اند

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۷۵۹

کی شود این روان من ساکن؟
این چنین ساکن روان که منم

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۲۳

جمله بی‌قراریت از طلب قرار تست
طالب بی‌قرار شو تا که قرار آیدت

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۰۸

همچو کنعان، کاشنا می‌کرد او
که: نخواهم کشتی نوح عدو

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۱۷۵

قرنها بگذشت و این قرن نویست
ماه آن ماهست آب آن آب نیست
عدل آن عدلست و فضل آن فضل هم
لیک مُسْتَبَدَل شد آن قرن و اُمَم
قرنها بر قرنها رفت ای هُمَام
وین معانی بر قرار و بر دوام
آب مُبَدَل شد درین جو چند بار
عکس ماه و عکس اختر بر قرار
پس بنائش نیست بر آب روان
بلک بر اقطار عَرْضِ آسمان



این صفتها چون نجوم معنوی است
 دانک بر چرخ معانی مُسنّوی است
 خوبرویان آینه خوبی او
 عشق ایشان عکس مطلوبی او
 هم به اصل خود رود این خَدّ و خال
 دایماً در آب کی ماند خیال؟

*

با سلام و احوالپرسی برنامه گنج حضور امروز را با **غزل شماره ۱۴۳۸** از دیوان شمس مولانا شروع می کنم:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۳۸

ندارد پای عشق او دل بی دست و بی پایم

که روز و شب چو مجنونم سر زنجیر می خایم

پس می گوید که: دل بی دست و پای انسان، دست و پای عشق " او "، را ندارد. بطوریکه شب و روز، دائم، چه هشیارانه آگاه باشم، چه ناآگاه باشم، من دارم سر زنجیری را می جوم، که با آن، به زنجیر کشیده شده ام. انسان، بصورت هشیاری بی فرم به این جهان می آید. زندگی هم از جنس هشیاری بی فرم است. ما از جنس زندگی هستیم. **هشیاری بی فرم، بصورت انسان وارد این جهان می شود و بعد وارد ذهن می شود، ذهن، فکر تولید می کند، از طریق فکر، با چیزهای این جهانی هم هویت می شود و یک باشنده فرم دار بنام من ذهنی، بوجود می آورد.** این موجود توهمی به نام من ذهنی، وانمود می کند که " ماست "!

در حالیکه ما از جنس زندگی هستیم و زندگی هم از جنس هشیاری بی فرم است. هشیاری، یعنی استعداد آگاه بودن. بعنوان مثال: انسانی که هشیاری ذهنی دارد، بد و خوب می کند و قضاوت می کند و حواسش سر جایش است، اگر، مثلاً " یکی، دو گیلان مشروب الکلی بخورد و مست شود، هشیاری اش پایین می آید و اگر بیشتر بخورد، هشیاری او آنقدر پایین می آید که از سطح هشیاری ذهنی، به زیر آن، به زیر فکر، که هشیاری درختی ست می رود. هشیاری ذهنی، برای انسان، هشیاری قابلی ست. کمک می کند کارهایش را در این جهان حل و فصل کند؛ ولی وقتی " من "، توی آن می رود، فلج می شود. فکر ما و ذهن ما و توانایی فکر کردن ما، فلج می شود.

یک **هشیاری دیگری**، و رای هشیاری فکری وجود دارد، که آن، **هشیاری حضور** هست.

در واقع، زندگی بصورت ما، که هشیاری هستیم، وارد این جهان می شود، با چیزهای این جهانی خودش را آغشته می کند، بعد اگر، به کارش دخالت نکنند، خودش را عقب می کشد و به خودش، **زنده، به خودش**، هشیار می شود. پس، هشیاری روی خودش منطبق می شود. هشیاری به هشیاری منطبق می شود و یک باشنده دیگری، یک هشیاری دیگری، بنام هشیاری حضور، یا انسان زنده شده به حضور، بوجود می آید. انسانی که از ذهن و این جهان آزاد شده.



انسانی که از خوابِ ذهنی بیدار شده و بیدار مانده.

آنموقع، این منیت، از ذهن بیرون کشیده شده و ذهن ساده می شود و انسان، بصورت یک باشنده ساکن و پایدار و پُر از آرامش و پُر از شادی، از ذهن اش، که ,, من ,, در آن نیست، می تواند بعنوان حل و فصل کننده کارها در بیرون، استفاده کند. این، ماحصلِ کلام است.

اما این کار، مشکل شده، برای اینکه ما وقتی در ذهن رفتیم، علی الاصول با سه جور چیز که بصورت فکر به ما ارائه شده، قاطی و هم هویت شدیم. خیلی ها نمی دانند هم هویت چیست.

هم هویت، یعنی: عین خود را درست کردن.

یعنی: هشیاری فکر کرده، دارد عین خودش را درست می کند. منتهی این چیزی که ساخته شده، یک بافت فکری ست و توهم است. در بافت فکری، اگر حس من، حس وجود، برود، توهم می شود.

آن هشیاری حضور، خاصیت هایی دارد که (الآن خواهیم گفت) هشیاری من دار ذهنی، ندارد.

آن سه جور، قلم، که بصورت فکر به ما ارائه می شوند:

یکی، تن ما، فیزیک ماست.

یکی دیگر، چیزهای این جهانی ست. مثل پول، مثل اتومبیل، مثل مقام، مثل بچه مان، یا آدم های دیگر، هر چه را که بصورت فکر می توانیم در بیآوریم، ببینیم، اینها بصورت فکر به ما ارائه می شوند، بصورت تصویر ذهنی.

یک قلم دیگر، که با اینها متفاوت است، هیجان است. مثل خشم، مثل ترس.

هشیاری، با این سه قلم، هم هویت و قاطی می شود و یک چیزی به نام من ذهنی می سازد. این من ذهنی که از جنس جسم است، دل ما می شود.

پس هر چیزی که در جهان مهم باشد، " دل " من می شود. بارها گفته ایم، اتفاقات این جهانی، معتبرند، مهم نیستند.

اگر چیزهای این جهانی که ما با آنها هم هویت شده ایم، دل مان شود، دلی پیدا می کنیم که بی دست و بی پاست.

کاری از او بر نمی آید، مولانا می گوید.

کدام دل با دست و پاست؟، موقعی که مرکز ما و دل ما، از جنس هشیاری حضور شود. از جنس خدا شود، از جنس

فضا شود، از جنس خلاء شود. هیچ ماده ای آنجا نباشد. بمحض آنکه مرکز ما، که دل ماست، ماده شود، مثلاً ترس

شود، مثلاً خشم شود، مثلاً رنجش شود، مثلاً کینه شود؛ یا مثلاً پول شود، به پول خیلی علاقه داریم، محکم چسبیدیم، خُب

عقل آن، عقل ما می شود. ما باید به حرف او گوش کنیم. کارهایی می کنیم که پول را زیاد می کند، نمی دانیم چرا!، هر

کاری می کنیم، هر جا می رویم، به پول نگاه می کنیم، آدم ها را پول می بینیم:

,, چکار می تواند بکند پول ما زیاد شود؟ ,,

یک چیزی می آید:

,, آیا از این می شود یک کاری کرد که پول آدم را زیاد کند؟ ,,

این سر ما، عقل آن چیزی را که آنجا قرار گرفته، پیدا می کند.

اما اگر شما هویت تان را از آن، بکنید، در این لحظه تصمیم بگیرید که:



«، من از جنس هشیاری بی فرم ام، از جنس زندگی هستم، این جوهر من؛ و اصل من، دل من هم هست»،
شما چه بگویید جوهر من؛ و اصل من، دل من است، چه بگویید خدا، دل من است، چه بگویید زندگی، دل من است،
چه بگویید بودن، دل من است، اینها همه یکی ست. اینها فضا است. فضا یعنی خلاء.
به آسمان نگاه کنید، یکی ستاره ها هستند، یکی هم فضا است.
در درون هم، ما این فضا هستیم، با این سه جور چیز.
حالا، خیلی ها در این لحظه، جمع شده اند، چون دل شان این سه جور چیز است، جسم شده اند.
می گوید: وقتی ما بصورت هشیاری، از این چیزی که بنام من ذهنی ست و ما فکر می کنیم آن، هستیم، متولد شدیم، طبق
سمبلیسم و نمادهای دینی و مذهبی که داریم، مثلاً "موسی عصایش را به سنگ می زند، چشمه ای جاری می شود و
چشمه، سنگ را در بر می گیرد.
پس، ما با آگاهی، با هشیاری، با شناسایی اینکه:
از جنس خدا، پس، از جنس بی نهایت و ابدیت هستیم، می توانیم خودمان را از توی این بافت جسمی، بیرون بکشیم و
فضای لایتنهای شویم و این اتفاق و این چیز را در آغوش بگیریم.
دیگر بعد از آن، هر چه اتفاق می افتد، در ما اتفاق می افتد و آن فضا، دل ما می شود و این چیز کوچولو که جسم ما و
چیزهای این جهانی باشد، اتفاقات می شوند و معتبرند؛ و عقل آن فضا که عقل کل است و جهان را اداره می کند و بدن ما
را هم اداره می کند، شروع می کند به کمک کردن ما. آن فضا، ساکن است.
پس، وقتی ما ساکن می شویم، یعنی آن فضا می شویم که اتفاقات را در بر می گیریم، در آغوش گرفتیم، در ما اتفاق می
افتند، خرد و عشق و زیبایی، از ما به بیرون جریان دارد، ولی ما ساکن هستیم.
سکون ما از آرامش ما مشخص می شود. سکون ما، یعنی اینکه: ما به اتفاقات، واکنش نشان نمی دهیم. اینها مربوط به
غزل امروز است.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۷۵۹

کی شود این روان من ساکن؟

این چنین ساکن روان که منم

من ساکن ام، روان می شوم. خرد از من، شروع به جاری شدن می کند. بمحض اینکه واکنش نشان بدهم، سکون را از
دست می دهم و به عقل من ذهنی می افتم. دوباره به ذهن می افتم.
شرط اینکه من، اتفاق این لحظه نشوم و فضای در بر گیرنده شوم، این است که سکون ام را حفظ کنم. سکون را حفظ
کردن معنی اش این است که آن چیزی که در این لحظه اتفاق می افتد مهم نیست، معتبر است، مهم نیست، پس من به آن
واکنش نشان نمی دهم، پس چه نشان می دهم؟
پاسخ. پاسخ از آن فضا می آید. واکنش از من ذهنی می آید.
پس، اگر آن فضا، آن بی نهایت، مرکز من باشد، من فضا دار می شوم.



اتفاق بد می افتد، چالش می آید، من فضا را باز می کنم، فضا گشا هستم. پس، انسانی که دل اش عشق است، فضا دار است. اسمش را بگذاریم: "فضادار. فضاگشا". برای اینکه مرکزش بی نهایت است. مرکزش خداست. مرکزش بودن است. مرکزش اتفاقات و چیزهای آفل این جهانی نیست. این، "پای عشق است". آن فضا، یعنی: وقتی شما از این بافت ذهنی متولد می شوید، با خدا یکی می شوید. این، در ادیان، اسمش "وحدت" هم هست. با خدا یکی می شوید. متوجه می شوید: چیزی که اتفاق می افتد، از جمله این بدن، اصلاً "مهم نیست، وجود شما، چیز دیگری ست، که اسمش "نه چیز" است و چیز نیست. هر چه که اتفاق می افتد، چیز است و ذهن شما، فقط چیز را می بیند! چشم شما فقط چیز را می بیند! گوش شما فقط صداها را می شنود که چیز است!، ذهن شما، فقط باورها را می تواند باور کند!، باور چیز است.

اصل شما، وحدت شما با خدا، که اسمش عشق است، الآن، دل شما شده. این دل، می تواند پاسخ دهد. البته از آن دل، خردی ساطع می شود که تمام جهان را اداره می کند. پس آن خرد، در اختیار شما قرار می گیرد، نه عقل محدود من ذهنی.

پس می بینید که مولانا دو تا باشنده تعریف می کند. ندارد پای عشق او دل بی دست و بی پایم. ما بارها، راجع به تسلیم صحبت کردیم. تسلیم یعنی: پذیرش اتفاق این لحظه، قبل از قضاوت.

پذیرش آن چیزی که هست. آن چیزی که هست. اتفاق. آن چیزی که این لحظه، هست. همیشه ما از این لحظه شروع می کنیم، همیشه در این لحظه هستیم. این لحظه، یک اتفاق دارد. آن چیزی که هست، یعنی قبلاً "واقع شده، الآن شما متوجه می شوید! پس در اختیار شما نبوده! ما کی متوجه می شویم؟، این لحظه چه هست؟، وقتی هست شده. وقتی یک اتفاقی افتاد، تازه من چشم هایم را باز می کنم، می بینم، گوش ام می شنود، حس های دیگرم می بیند، بعد به ذهن ام می برم، فکر می کنم، بعد با آن، ستیزه می کنم.

حالا، کلید این است که: شما به آن چیزی که الآن هست، مقاومت نکنید. کلید است. ستیزه نکنید.

اگر دل ما جسمی باشد، ما ستیزه می کنیم.

اگر دل ما عشق باشد، فضا را باز می کنیم. اطراف آن موضوع، فضا ایجاد می کنیم. بطوریکه بین ما و آن اتفاق، فضا هست و این فضا پُر از خرد است. پس، یک فضاگشایی و فضاداری داریم، یک فضا بندی داریم.

من ذهنی فضا بند است. فضا ندارد. فضا را همیشه جمع می کند در مقاومت با آن چیزی که در این لحظه هست! این در واقع عاقلانه نیست. اگر درست دقت کنیم، با منطق هم درست دقت کنیم، وقتی ما به آن چیزی که اتفاق افتاده و هست، اعتراض می کنیم، مقاومت می کنیم، ستیزه می کنیم، چه فایده دارد؟، اینکه افتاده! پس، با آن، آشتی می کنیم. آشتی با آن، ما را از جنس هشیاری می کند که از قبل بودیم. از جنس آن فضا می کند و این کار را ادامه می دهیم.

آیا، وقتی فضا ایجاد می کنیم، وقتی تسلیم می شویم، نمی توانیم نه بگوییم؟

"چرا نمی توانیم نه بگوییم!" منتهی، نه ی من اسمش را گذاشتم: پُر کیفیت. نه ی با کیفیت.

شما می گویید: من، اتفاق این لحظه را می پذیرم. در این لحظه، یکی جلوی من ظاهر شده، مست است و نمی تواند رانندگی کند، به من می گوید: ,, بیا سوار ماشین ام شو، تو را برسانم ,,.



آیا من باید تسلیم شوم و بگویم بله؟، می گویم: " نه. نه ممنونم ".

ولی این نه، انرژی بد، در آن، نیست. انرژی اعتراضی، در آن، نیست. انرژی ستیزه در آن، نیست.

نمی گویم: ,, نه!، خجالت بکش!، مشروب خورده، حالا می خواهد مرا هم برساند!، می خواهد مرا ببرد بکشد!، می

خواهد برود تصادف کند!، اصلاً " خودت هم رانندگی نکن، برای چه این کار را کردی! ,,

مثالی دیگر: به کسی دو بار قرض داده ای، قرار بود پس دهد؛ نداده، سومین بار هم آمده، قرض می خواهد. باید بدهی؟

" نه " یک نه هست، آدم بگوید: ,, خجالت بکش، تو قرار بود پول را بدهی!، پول ام را بده ,,

این انرژی منفی ست. انرژی من ذهنی ست. انرژی فرق می کند. انرژی، وقتی از فضا می آید، از فضا داری می آید،

مثبت است، سازنده ست، هیچ اعتراضی در آن نیست.

شما حق دارید بیایید و ده دفعه از من پول بخواهید. من نمی دهم. اعتراض هم نمی کنم. ستیزه هم نمی کنم. دعوا هم نمی

کنم. فضا داری ام را از دست نمی دهم.

شما، می توانید " نه، با کیفیت، یا " نه، پُر کیفیت " بگویید. نه، بی کیفیت، نه، من ذهنی ست، با این نه، یک انرژی

منفی دردناک بالا می آید. زهر آگین است. سمّ است.

بنابراین، موثر نیست. پس وقتی شما تسلیم هستید، می توانید بگویید: " نه ".

در تمام وضعیت ها، شما اول می پذیرید. ماشین تان در گِل، در جوی افتاده، می پذیرید. عصبانی نمی شوید؛ ولی با

آرامش، در حالیکه فضا ایجاد می کنید، هر کاری که از دست تان برمی آید، انجام می دهید. ایندفعه، خرد زندگی به شما

کمک می کند. در آنجا، که اعتراض می کنید و عصبانی می شوید: ,, چرا ماشین من باید در جوی بیفتد؟، چرا من باید

سُر بخورم؟، چرا ماشین دیگران سُر نمی خورد؟، آخر چرا این بلا سر من آمده؟ ,,

این کار عبث است. این کار من ذهنی ست. این کار بی دست و پای ست و هزاران چالش دیگر که روزمره با آنها

روبرو هستیم، می توانیم " نه پرکیفیت " بگوییم، در حالیکه تسلیم هستیم.

تسلیم این نیست که من بگویم: ,, شما هر کاری که می خواهی بکن، بیا و مرا زیر پا له کن، تسلیمم دیگر! ,,

تسلیم این نیست. تسلیم، داشتن انرژی حضور است که شما را با خدا، با کائنات، وصل نگه می دارد. با عقل کُل، ارتباط

تان را نگه می دارد و از این لحظه، شما تکان نمی خورید. این لحظه زندگی ست.

من ذهنی به چالش نگاه می کند، با آن کسی که جلوی نشسته، یک ستیزه درونی دارد، هم خطی درونی ندارد. کسی که

پای عشق دارد، دل عشق دارد، با آن چیزی که هست، هم خطی دارد. موازی زندگی ست. هم خطی با آن چیزی که

هست، منظور پذیرش آن است، نمی گوید:

,, برای چه از من قرض می خواهی!، دو بار قرض ات را پس ندادی، حالا دوباره آمدی قرض می خواهی! ,,

می توانید بگویید: قرض می خواهی، نمی توانم بدهم. دوستت هم دارم، هیچ اعتراضی هم ندارم، شما باز هم می توانی

بخواهی، ولی من نمی دهم، قرض نمی دهم.

در طول روز، شما باید بی دست و بی پای دل من ذهنی را ببینید که چه کارهایی می کند که تغییر بدنبال ندارد، تغییر

بدنبال ندارد. کارهایی مثل: شکایت کردن، شکایت کردن و بعدش رنجیدن.



این بی دست و بی پای من ذهنی ست، این به تغییر مثبت و سازنده نمی رسد، شما با شکایت کردن و عصبانی شدن و رنجیدن به جایی نمی رسید، نمی توانید آن هدفی که دنبالش هستید بدست بیاورید.

چرا می گوید بی دست و بی پا؟، برای اینکه موثر نیست، نمی تواند کاری از پیش ببرد.

شما نگاه کنید ببینید بعنوان من ذهنی، چکار دارید می کنید؟، مثلاً" ما توقع داریم که دیگران یک چیزهایی را به ما بدهند و این توقع سنجیده نشده، بر اساس نیازهای من دار روانشناسی من ذهنی ست.

هیچ موقع ما نیازهای مان را هشیارانه بررسی نکرده ایم. من انتظار دارم مردم این چیزها را به من بدهند، توقع دارم، بعد می رنجم، شکایت می کنم، می رنجم.

شما نگاه کنید، شکایت می کنید برای اینکه تغییر ایجاد شود؟، یا ناآگاهانه شکایت می کنید، بدون اینکه متوجه شکایت باشید؟، برای اینکه من ذهنی می خواهد به کار خودش ادامه دهد؟

من ذهنی، مثلاً" با شکایت، می تواند به کارش ادامه دهد.

یعنی این دل بی دست و پا، می تواند به بی دست و پای و به بی عرضه گی ادامه دهد و دل ما باشد با یک سری کارهایی که روزمره می کند و ما از آنها آگاه نیستیم!

بعد از این، وقتی شما شکایت می کنید، قبل از شکایت، بنشینید تأمل کنید:

مثلاً" در رستوران، کسی، سوپ سرد، جلوم گذاشته و من می خواهم این سوپ گرم باشد، خُب می گویم: آقا یا خانم، این سوپ را ببر، در ماکروی گرم کن و بیاور. اینکه شکایت نیست! ولی، من ذهنی می خواهد از این موضوع مسئله ایجاد کند: ,, شما فکر کردید با کی طرف اید؟!، چرا احترام نمی گذارید! ,,

- چه شده آقا؟، ,, این چه سوپی ست؟!، یخ است! ,,

آدم، با این من ذهنی، ناآگاهانه می تواند رنجش هایش را ادامه دهد، ...

بیرون می آید، می تواند راجع به هوا شکایت کند. راجع به ترافیک شکایت کند. حالا، هوا ابری ست، شما شکایت کنید، درست می شود؟، گرم است، شکایت کنید، سرد می شود؟، ترافیک بند آمده، پنج دقیقه دیگر، شما باید جایی باشید، یک ساعت دیگر هم نمی رسید، اینکه دست و پای تان را گم کنید، شکایت کنید، ناراحت شوید، می رسید؟

شما باید رفتارهای بی دست و پای دل بی دست و پا را ببینید.

در مورد خشمگین شدن، تا حالا شده که به نتیجه مثبت و سازنده و آن تغییری که شما دنبالش هستید، برساند؟، " نه "

ملامت؟، ملامت، کار دل بی دست و پا است. ملامت، یعنی من مسئولیت قبول نمی کنم. تا حالا شده شما مسئولیت قبول نکنید و به جایی برسید؟، که:

،، این موضوع را من خودم بوجود آوردم، نه دیگران! ،،

دنبال یکی هستم بیندازم گردنش و او را ملامت کنم. شما هشیارانه باید نگاه کنید که:

،، من دارم کاری که خودم بوجود آوردم، گردن دیگران می اندازم؟، یا مسئولیت ام را قبول می کنم؟ ،،

علی الاصول، در این لحظه، مسئولیت کیفیت هشیاری ما، بعهده ماست. یعنی: اینکه این لحظه، شما، هست این لحظه را، وضعیت این لحظه را، بدون قید و شرط، قبل از قضاوت بپذیرید و از جنس هشیاری حضور شوید، با شماست.



مسئولیت اش با شماست که از جنس من ذهنی بشوید و انرژی بد و مخرب را الآن بوجود بیاورید و پخش کنید. مسئولیت اش با شماست. با کسی دیگر نمی تواند باشد.

این، اولین و بزرگترین مسئولیت ماست که ببینیم: این لحظه، هشیاری من، از دل عشقی می آید؟ یا از دل من دار ذهنی می آید؟، مسئولیت با شماست.

هر کسی، مسئول هشیاری خودش است، نمی تواند کسی دیگر را ملامت کند:

،، مردم مرا عصبانی می کنند و نمی گذارند، تقصیر من چیست؟، تقصیر همسر من است، تقصیر بچه هایم است، تقصیر رئیس ام است، تقصیر وضعیت سیاسی ست یا ... ،،

با آن هشیاری عشقی می توانید در جهان تغییر ایجاد کنید، نه با هشیاری بی دست و بی پا!

ما بارها مثلاً "قضاوت کرده ایم و leable کرده ایم. یک اسمی گذاشته ایم. یک بی دست و بی پای این من ذهنی که دل مادی دارد را شما ببینید، قضاوت می کند! یک مفهوم را روی یک انسان می گذارد!

وقتی یک مفهوم را که از جنس فکر ساخته شده، روی یک انسان، تحمیل می کند، حساسیت اش نسبت به جان و به زندگی او از بین می رود. اصلاً "خود قضاوت کردن و یک مفهومی را روی کسی یا گروهی تحمیل کردن، ما را بی حس می کند. بی حساسیت می کند.

ما از چه هستیم؟، ما از جنس زندگی هستیم، از جنس هشیاری هستیم، به زندگی حساس هستیم، وقتی زندگی می بینیم، می فهمیم زندگی ست، چون خودمان زندگی هستیم. بمحض اینکه دل مان مادی باشد، مرتب بر اساس آن باورهایی که با آنها هم هویت ایم و رفتارهایی که قبول داریم و با آنها هم هویت ایم، قضاوت می کنیم. یکدفعه می بینید که با آن باورها و با آن رفتارهایی که هم هویت ایم، یک مفهوم، یک برچسب، یک اسم، که از جنس فکر است، درست کردیم، روی یک نفر، یک گروه، گذاشتیم، بعداً "آن آدم چنان شد که ما می توانیم او را بکشیم، می توانیم هر تجاوزی بکنیم! برای اینکه ما یک جسم ایم و او هم یک جسم است. منتهی جسم بی ارزش.

این کار دل بی دست و پا است. به جایی نمی رسد. دل عشق که از فضای بی نهایت ساخته شده، فراوانی می شناسد. روا می دارد. می بخشد. زندگی را در همه می خواهد. می خواهد همه زنده باشند. همه شاد باشند. همه زندگی کنند. همه برکت داشته باشند. همه رشد کنند.

دل بی دست و بی پا، خسیس است. پست است. کوچک است. محدود است. خوبی را برای خودش نمی خواهد! آخر، آدم خوبی را برای خودش نخواهد، برای دیگران می خواهد؟!.

خوبی را برای هیچکس نمی خواهد! نمی خواهد هیچکس پیشرفت کند، تا یک اتفاق می آید، مقایسه می آید وسط! ،، من از کی کمترم؟، از کی بیشترم؟ ،، اگر کسی از من بیشتر است، اصلاً "نباید باشد!

فورا" یک عیبی به او می چسبانم. در مسابقه ،، من ،، بعنوان من ذهنی و ،، دیگران ،، ،، من ،، باید برنده شوم.

این دل بی دست و بی پا، دائماً "حس نقص می کند و این حس نقص در ما، یک مکانیسم خدایی ست اصلاً"!، که ما هیچ موقع در من ذهنی، نتوانیم احساس آرامش کنیم؛ بلکه بشناسیم. اتفاقاً "مصرع دوم بیت ما می گوید:

من بعنوان هشیاری، گیر افتادم. بنابراین، مثل مجنونم. مثل دیوانه هستم. من دارم بسوی خدا می روم، مرا بسته اند.



حالا، آگاهانه، ناآگاهانه، دارم زنجیر را می جوم.

خُب آنها که آگاهانه می جوند، یعنی با شناسایی زنجیر را پاره می کنند، شماها هستید.

آنهايي که ناآگاهانه زنجیر را می جوند، آنهايي هستند که هنوز من ذهنی دارند، بعضی موقع ها هم، من ذهنی شدید و سفتی دارند، دل شان داگماست، کارهای خطرناک می کنند، متجاوزند؛ و یک گروهی، ممکن است اینطور باشند، ولی مآلاً " کجا می روند؟

" آنها هم سر زنجیر را می خایند "

هر اتفاقی می افتد، چه بد، چه خوب، در آن، جهت است. در این جهت است که انسان، بعنوان هشپاری حضور، بعنوان هشپاری بی فرم، از این ذهن متولد شود.

یکی بر اساس درد است، یکی بر اساس انتخاب و عقل و شناسایی. کدام یک بهتر است؟

آن راهی که شما انتخاب کرده اید. این آسان تر است. اینهمه تجاوز و بیعدالتی، الآن ما در جهان داریم، یک گروهی، یک گروه دیگر را اسمش را کافر می گذارد و می کُشد. نتیجه این، چه خواهد شد؟ نتیجه این هم در آن جهت می رود. منتهی، با روش غلط و درد زیاد!

می خواهیم به آنجا برسیم که به هر حال بفهمیم: که نفهمیده ایم، که هم هویت شدن با باور، با جسم، و گذاشتن آن به دل، به مرکز، غلط است و جسم خدا نیست. جسم نمی تواند دل ما باشد. حالا در این مورد، باور سیاسی یا مذهبی شده.

فرق نمی کند. شما اگر با باور هم هویت شوید و دل ات شود، یک کسی دیگر را می بینید که آن باور را ندارد، از نظر شما او کافر است و چون دل ات از جسم ماده ست، خودت جسم هستی و او را هم جسم می بینی. منتهی آن جسم آنقدر بی ارزش است که تو می توانی او را بکُشی! خُب ما می خواهیم این، را بفهمیم.

یک راهش این است که ما اینقدر، این جور هشپاری را در جهان پخش کنیم که آدم های زیادی بشنوند و واقعا " خودشان را عوض کنند و به این جور آدم ها بخندند.

یک راه دیگرش هم این است که یک عده زیادی، دل ماده و دل جامد، دور هم جمع شوند و اینقدر گرفتاری در جهان ایجاد کنند که بالاخره از طریق ایجاد درد و ناراحتی ما فکر کنیم و تأمل کنیم که این یعنی چه؟، چرا این، بوجود آمد؟ بعد بفهمیم که آهان ... ، اینها با باور، هم هویت شده بودند!

خُب این را اول بفهم که باور، خدا نیست! باورها انگشت اشاره هستند به خدا. به وحدت. به زابیده شدن.

حدود ۲۶۰۰ سال پیش، بودا، " خود " را کشف کرد. گفت: خود، من، منِ ذهنی، آنا، تو هم است.

۲۰۰۰ سال پیش، مسیح آمد، گفت: خودت را، یعنی همین منِ ذهنی را انکار کن.

یک دین دیگر آمد، بنام اسلام، اصلاً " با " لا " شروع کرد، گفت: آن چیزی که تو را به خودش می کشد، اول باید آن را " لا " کنی، یعنی بگویی: من، تو، تو، نیستم. تا این، " لا "، را نکنی، مسلمان نمی شوی.

همه شان، یک چیز می گویند. آنها حالا، وسط کار گفتند، این، که اولش می گوید: اگر این " لا " را نگویی، اصلاً " قبول نیست! "

ولی این " لا "، را نگفته، مردم مسلمان می شوند. یک عده ای هم کافر می شوند. چرا؟



نمی دانند که این جسمی که توی دل شان گذاشتند، این جسم، خدا نیست. خدا نمی تواند توی ذهن باشد، خدا نمی تواند در باور قرار بگیرد. باید تو ده سال، " لا " کنی، بعد از آن، می بینی که از جنس فساداری شدی، از جنس خدا شدی و چیزهای بیرون در تو اتفاق می افتند و این چیزهای بیرونی، چقدر ناقابل اند، مگر می شود شما را ببندند! شما بی نهایت اید، اینها کوچولو اند، شما اصلاً از جنس اینها، نبودید!؛ ولی وقتی دل ات از جنس ماده بود، فکر کردی از جنس اینها، هستی!.

پس، ما دو جور باشندگی داریم:

یکی - فساداری، بی نهایت. بی نهایت فضا مثل آسمان، دل ما شود، که آن " هم خدا "، یا " هم ما "، هستیم، اسمش عشق است. یکی شدن با خداست. یک پایی دارد، یک عقلی دارد، یک توانایی هایی دارد. گفتیم.

یک موقعی هم هست - باورها که هر چه را نمایندگی می کنند، دل ما باشند و در این حالت، دل ما بی دست و پا می شود، دل ما مادی می شود. این دو تا با هم، رفتار یکسانی ندارند.

این یکی، بی نهایت است، انرژی برکت دار خدایی دارد، نیکی دارد، لطف دارد، زیبایی دارد، خرد گل را دارد، با همه انسان ها یکی ست، با خدا یکی ست. این، دل با دست و پا است.

این یکی، محدود است، انرژی بد سمی دارد، بی خردی دارد، درد دارد و عیب بینی و عیب گویی و غیبت دارد، گرفتاری دارد، مسئله سازی دارد، دنبال مسئله می گردد، به مسئله ها می چسبد، به دردها می چسبد، مخلوطی از درد و هم هویت شدگی ست، وجودش بر اساس جدایی ست، از خدا جداست، از انسان ها جداست. دل بی دست و پا است.

اما، ما بعنوان هشیاری، چه آگاهانه، چه ناآگاهانه، شب و روز، این زنجیر را می جویم، تا خودمان را آزاد کنیم.

هر کسی که هشیارانه می جود، زودتر آزاد می شود. حالا ببینیم مولانا بعداً چه می گوید:

میان خونم و ترسم که گر آید خیال او

به خون دل خیالش را ز بی خویشی بیالایم

خُب، مشخص است. می گوید: من، میان خونم و می ترسم. می ترسم (حالت شاعرانه دارد، درست مثل اینکه بگویم: منتظر

زنگ دوستم هستم، می ترسم زنگ بزند و صدای تلفن را نشنوم)، واقعا" ترس نیست. یعنی حواسم آنجاست. برایم مهم است.

می گوید: دو تا حالت هست. یا ما ناآگاه هستیم، ناهشیار هستیم، به باورها چسبیدیم و آنها را دل مان کردیم، در اینصورت، که وضعیت انسان را بیان می کند، میان خون هستیم، میان گرفتاری هستیم، میان خون دل هستیم.

دائماً " خون دل می خوریم و من می ترسم که اگر خیال او بیاید، یعنی او بیاید، یعنی خدا بیاید، من خیال او را از بی خویشی، در اینجا، در این معنی، بی خویشی، یعنی خویش اصلی. یعنی خود اصلی. یعنی خود خدایی. چون آن را ندارم، به آن آگاه نیستم، به خون دل، آغشته کنم. ما این کار را می کنیم!.

الآن، چکار می کنیم؟

یک حالت آن، این است که ما داریم کارهای خودمان را در بیرون می کنیم. گفتیم: کارهایی که با دل بی دست و پا، با من ذهنی می کنیم، درد ایجاد می کند. آگاه نیستیم که خدا دارد سعی می کند ما را از این مخصصه و از قید و بند من ذهنی بیرون بیاورد، هر لحظه، زندگی می آید به ما زندگی دهد و ما را هم آزاد کند، ما زندگی را می گیریم و در چیزهای



درد زاء، سرمایه گذاری می کنیم!.

یک حالت دیگر، این است که ما آگاهانه و با تأمل، در حالیکه ناظر ذهن مان هستیم و ناظر اتفاقات ایم، با تسلیم، کار کنیم. الان شما هشیار شده اید. حالا ببینید که چقدر فرق دارد که ما با تسلیم، کار کنیم؟، یا بی تسلیم کار کنیم؟ برداشت ما و بینش ما، در دو حالت فرق می کند. اینکه شما، با آن، چیزی که در این لحظه هست، ستیزه می کنی؟ یا نه، با آن، آشتی هستی؟، این دو، با هم فرق دارند.

فرض می کنیم که شما آشتی هستید، یادتان هست هفته قبل چه گفتیم؟

گفتیم: انسان من ذهنی، این لحظه را چهار گونه می بیند: یکی بی مصرف، یکی بصورت وسیله، یکی بصورت مانع، یکی بصورت دشمن.

خیلی ها، در این لحظه جلوی همسرشان نشسته اند. همسرشان را دوست ندارند. جلوی کسی نشسته اند که دوستش ندارند، بدشان می آید، رنجش دارند. این لحظه چه می بینند؟، مانع می بینند، دشمن می بینند،، این درست است؟ " نه " درست نیست.

اگر شما، با این لحظه آشتی باشید، اولاً " بگویید: من از جنس هشیاری هستم، از جنس من،، نیستم، هشیاری جسمی ندارم، آشتی با این لحظه، هشیاری شما را از هشیاری جسمی، تبدیل به هشیاری بی فرم می کند. یک ناظر بی فرم، بوجود می آید که شما، هستید. فکرهایتان را تماشا می کنید، این درست مثل چراغ قوه ست، روشن می کنید، می بینید چه خبر است، اگر روشن نکنید، شب تاریک است، نمی بینید. در این غزل هم مرتب، راجع به شب صحبت می کند.

پس ما، بعنوان حضور ناظر، داریم تماشا می کنیم و کل بیت می گوید: حتماً خیال او می آید!.

آمدن زندگی یا خدا را، که خودش را عقب بکشد، ما را که او هستیم، می گوید خیال او.

خیال او. این خیال، فکر نیست. واژه دیگری نداریم. خیال او، یعنی معشوق. یعنی بی فرمی، هشیاری؛ و یک موقعی هست، الان، شما هشیارانه، مثل مولانا، همه محدودیت های خودتان را دارید قلع و قمع می کنید. به هر چه می رسید، هویت تان را از آنها بیرون می کشید و مشغول خونریزی هستید. این خونریزی خوب است. خون اجسامی که شما را بلعیده اند، با شناسایی، می ریزید. وقتی شناسایی می کنید:

، من اینجا، گیر افتادم،، خودتان را عقب می کشید و می گویید:

، من،، تو،، نیستم، من تو را نمی خواهم، من به تو احتیاجی ندارم،،.

از آن، آزاد می شوید. کسی که با تسلیم، در حالیکه ناظر ذهن اش است، اینطوری مشغول ریختن فرم های خودش، هم هویت شدگی های خودش است، به دیگران هم کمک می کند.

می گوید: من اینقدر بی خویش شدم، الان، می ترسم که زندگی را به این کارها آلوده کنم.

در وسط های غزل، می گوید: آخر سر من به سکون می رسم. همان بیت که گفتیم: ساکن روان که منم!.

اگر خون همه هم هویت شدگی های ما ریخته شود، ما آزاد می شویم، می شویم ساکن. آنموقع ساکن روان، دیگر من چیزی را به خون دل آلوده نمی کنم. ولی همه ما، در حال کار هستیم. مهمترین چیز این است که بی خویش باشیم. اینجا،

بی خویش مثبت است. بی خویش یعنی بی من،، یعنی من،، نداریم. زنده هستیم به " او ".



پس زنده هستیم به او، خون هم هویت شدگی هایمان را می ریزیم و انسانی مثل مولانا، نه تنها هم هویت شدگی خودش را از بین می برد، هم هویت شدگی های ما را هم از بین می برد. با خواندن اینها، ما شناسایی می کنیم که اوضاع و احوال از چه قرار است و خودمان را آزاد می کنیم.

پس، یک حالت اش، وضعیت انسان را شناسایی می کنیم که: **انسان، ناآگاه است**، که زندگی، هر لحظه می خواهد او را آزاد کند؛ ولی آنقدر مشغول خون دل خوردن و استرس کشیدن است که " او " می آید، زندگی، خدا می آید، ولی ما او را می گیریم و به خون دل مان آغشته می کنیم، حواس مان نیست. این کار بی ادبی ست. ناآگاهی ست.

یک موقعی هم هست که **من دیگر آگاه شده ام** و مشغول قلع و قمع قسمت های مادی خودم هستم، می خواهم هشیاری بی فرم شوم. آیا ستیزه می کنم؟، دعوا می کنم؟

" نه "، فقط نگاه می کنم. نگاه می کنم، تحمل می کنم که: "، کجاها گیر افتاده ام؟، چه چیزی در جهان بیرون، مرا می کشد؟ "، در این حالت، یک آرامشی به من می آید، که ورای فهم ذهن است.

آرامشی که ما دنبالش می گردیم، ذهن نمی تواند بفهمد. ذهن آرامشی را که از چیزها می آید، می فهمد. بعضی ها می گویند: آرامش دارم، الان چون: پول مان زیاد شده، همسرم مهربان شده، بچه هامان دارند پیشرفت می کنند، خانه هم خریده ایم. آرامش دارم. " این آرامش، از چیزها می آید. آرامش ذهنی ست، هر لحظه ممکن است به هم بخورد ".

که به هم می خورد! ولی آرامشی که ورای فکر و ورای فهم ذهن است، آرامشی ست که از آن سکون شما می آید، از درون شما می آید، از بیرون نمی آید. خلاصه.

خیالات همه عالم اگر چه آشنا داند

به خون غرقه شود والله اگر این راه بگشایم

خیالات همه عالم، یعنی انسان هایی که به خیال زنده اند، به فکر زنده اند. حالا، با توجه به غرقه، آشنا را می توانیم شنا معنی کنیم. می گوید: انسان ها، دل شان از فکر است. چه می شناسند؟

فکر می شناسند. دل شان از فکر است. فکر و باور جسم است و بنابراین، هشیاری جسمی دارند، آسناهایشان چیست؟ آسناهایشان، جسم ها هستند. این موضوع را شما خوب می دانید. شما جسم می شناسید. ما جسم می شناسیم. دارد وضعیت مان را به ما یادآوری می کند.

خیالات همه عالم اگر چه آشنا داند

به خون غرقه شود والله اگر این راه بگشایم

می گوید: اگر این راه زندگی، اگر این چیزی که مولانا به ما می گوید، راه را نشان می دهد، هشیاری سرازیر شود، خرد زندگی سرازیر شود، آرامش بی فرم سرازیر شود، آرامشی که از ماده نمی آید سرازیر شود، شادی بی سبب سرازیر شود، این خیالات، این من های ذهنی، این انسان هایی که دل شان از فکر است، غرق می شوند. یعنی اینها متوجه می شوند که تا حالا چه اشتباهی می کردند که از ماده می خواستند آرامش بیرون بکشند، هویت بیرون بکشند، زندگی بیرون بکشند، خوشبختی بیرون بکشند، در حالیکه زندگی خیلی وقت است، لحظه به لحظه دارد کوشش می کند این برکات را به شما بدهد، پس بنابراین آن فرم را رها می کنند. آن خیالیابی را رها می کنند.



آن خیالات را رها می کنند. آن دل فکری را می گنند دور می اندازند و می گذارند این دل فساداری، دل شان شود. یک جور دیگر این است که شما آشنا را شنا معنی کنید. هر دو معنی را می دهد. خیالات همه عالم، مردم در خیال شان، شنا را بلدند.

یک عده ای در خیال شان، در فکرشان، مثلاً "می روند شنا را از کتاب یاد بگیرند، یک کسی ممکن است علم شنا را خوانده باشد و توی کتاب حتی بطور علمی هم توجیه کند: وقتی دست ها را اینطوری می کنی، آب را فشار می دهی؛ و قانون مکانیک این را می گوید، فیزیک این را می گوید، ...

ولی اگر همان آدم را در آب بیندازی، غرق می شود. ، شما که علم اش را می دانستی!، پس چه شد؟! ، ، . پس شنا کردن در آب، ، دانستن ذهنی ، نیست. گرچه که ما در خیال مان، در فکرمان خدا را می شناسیم، عشق را می شناسیم، دادگری را می شناسیم، نیکی را می شناسیم، همه اینها را می شناسیم، اگر چه آشنا داند، خیالات، ولی قبول نیست!.

اگر همین خیالات که فکر می کند شنا بلد است، در آب زندگی بیفتد، غرق می شود. غرق می شود یعنی چه؟ یعنی بلافاصله متوجه می شود که نه، این نیست!، اگر آب بیفتد؛ و ما می افتیم، در بیت پایین می گوید: افتاده ام در یک سیل. همه ما، در سیلی به نام سیل عشق، افتاده ایم و کاری نمی توانیم بکنیم.

مولانا می گوید: اگر من، این راه زندگی را، این راه عشق را، باز کنم، به شما نشان دهم، که دارد نشان می دهد، آیا شما آماده نیستید در آبی که الان سرازیر می شود، غرق شوید؟ واقعا "شما بعد از این، می خواهید دل تان را دل مادی کنید؟، " من گمان نمی کنم ". شما فهمیدید دل بی دست و پا چیست!.

بله. ... چند بیت از جاهای مختلف برایتان می خوانم، بیت ها، به روشن شدن معنا کمک می کنند. بمحض آنکه آب زندگی را ببینیم، آن خیالاتی که ما گرفتیم، هر چه که هست، دور می اندازیم، در آب زندگی، غرق می شویم، زنده به زندگی می شویم. با شناسایی، اینها را می اندازیم. غرق می شویم یعنی: من ذهنی غرق می شود، من ذهنی می میرد، شما که نمی میرید، شما زنده می شوید.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۵۹

ز تو هر هدیه که بردم به خیال تو سپردم

که خیال شکرینت فر و سیمای تو دارد

شما حاضرید، هر هدیه ای که زندگی به شما می دهد، دوباره به خیال او بسپارید و خیال شکرین او را داشته باشید؟ این لحظه، شما چیز قشنگی بوجود می آورید، آیا باید به آن، بچسبید؟، هر چیزی که شما تولید می کنید ولو زیبا، قشنگ، مفید، می خواهید با آن، هم هویت شوید؟، " نه " .

این چیز، بصورت فکر به ما ارائه می شود، این فکر نباید وجود شما را جذب خودش کند، بگویید:

، من این، را درست کردم! ، ،



اگر بگوئید: ,, من این، را درست کردم! ,,؛ و مهم باشد، دوباره دلِ تو قرار می گیرد. اگر دلِ تو قرار بگیری، دیگر فرّ و سیمای زندگی، قشنگی زندگی، برکتِ زندگی، از بین می رود.

پس بهتر است، هر چه را که خدا می دهد، ببینید که دارد تولید می شود، ولی نگویید: ,, من کردم! ,,
بسپارید به خیال او. بسپارید به خیال او.

بسپارید به خیال او، یعنی: نگذار قاطی بشوی، ولو مردم تعریف کنند. مردم بگویند: عجب هنری ست!، عجب مجسمه ای! شما بگوئید:

با ارزش باشد، ربطی به من ندارد، دلِ من قرار نمی گیرد، اگر دلِ من قرار گیرد، پس فرّ و سیمای او از بین می رود!.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۶۲

صورتگر نقّاشم، هر لحظه بتی سازم

وانگه همه بت‌ها را در پیش تو بگذارم

پس معلوم می شود، ما چه هستیم؟

چه شما آگاه باشید، چه ناآگاه، چه بصورت هشیاری ناظر ذهن تان را تماشاگر باشید (آگاه بودن)، چه جذبِ ذهن باشید و در ذهن گم شده باشید و ناآگاهانه بخواهید بیافرینید، به هر حال، صورتگر نقاش اید.

در یک حالت، فرشته می آفریند. پری می آفریند. خرد زندگی می آفریند.

در یک حالت، متأسفانه، دیو می آفریند. من ذهنی می آفریند.

ولی به هر حال، ما می آفرینیم. ما نقاش هستیم. صورت ها را در ذهن مان می آفرینیم، اگر انرژی مخرب دارد، من ذهنی می آفریند، اگر انرژی پُر برکت دارد، خدا می آفریند یا وحدتِ ما با خدا، می آفریند.

پی من هر لحظه، یک بت می سازم. بت آن چیزی ست که ذهن من نشان می دهد. قشنگ است. زیباست. پُر ارزش است. همه تعریف می کنند. بعد چکار می کنم؟

بت را پیش او می گذارم. دوباره به سکون ام برمی گردم. با او یکی می شوم. مبدا این بت، دلِ من شود!، ولو اینکه، تمام عالم، به آن تعظیم می کنند!.

صد نقش برانگیزم، با روح درآمیزم

چون نقش تو را بینم در آتش اندازم

ما هزاران نقش در ذهن، می سازیم و به آنها روح می دهیم. این روح دادن، می تواند به معنی هم هویت شدگی باشد. شما شاید خیلی نقش ها در ذهن تان آفریدید و به آنها روح بخشیدید. وقتی روح بخشیدید، اینها دلِ شما شدند، اما اگر دل شما شدند، ممکن است به جایی برسد که دیگر، نقش او را نبینید.

ولی می گوید: وقتی نقش تو را می بینم، وقتی تو را می بینم، خدا که نقش ندارد، اینها را در آتش می اندازم.

شما می توانید این کار را بکنید؟، ما این کار را نکردیم!، ما، بد یا خوب، با انرژی خوب یا انرژی بد، نقش آفریدیم، هر نقشی را آفریدیم، آوردیم دل مان کردیم، الآن یک دلِ بی دست و بی پا داریم. شروع اش، اتفاق این لحظه ست.



می بینید که!، خدا واقعا" کار را آسان کرده. شما همیشه در این لحظه هستید. زمان گذشته و آینده توهم است. همیشه در این لحظه هستید. در این لحظه یک اتفاق می افتد، از این اتفاق شروع می کنیم. این اتفاق، همان چیزی است که هست. بنابراین، با این اتفاق آشتی می کنیم، بلافاصله نقش او را می بینیم، " او "، را می بینیم. نقش " او "، هم شما هستید، هم " او ".

در واقع، با این مکانیسم، خدائیت، زندگی، از زنجیر رها می شود، با همین کار شما. کی باید رها کند؟، " شما ".

هیچ نگوید: .. به من مربوط نیست، خدا بیاید مرا آزاد کند ..، این، من ذهنی ست. شما باید آشتی کنید.

این لحظه، شما با اتفاق این لحظه، آشتی می کنید و متوجه می شوید که وحدت شما با خدا پیش می آید و آن یک ذره هشیاری، آن، پله شماست. آن، نور است. آن، هشیاری ست. آن، نقش " او "، را دیدن و حس کردن است. پس از یک مدتی اگر این کار را بکنید، می بینید که یک آرامشی، یک بیننده ظریفی، در زیر همه این اتفاقات وجود دارد و شما از آن، آگاه هستید؛ و این کار، اتفاق می افتد، اگر شما تسلیم را ادامه دهید، یا آشتی با اتفاق این لحظه را ادامه دهید و همیشه به خودتان یادآوری کنید که این لحظه، دریچه ست، پنجره ورود به بهشت، به فضای یکتایی، این لحظه ست. که گفتیم: " من ذهنی، این لحظه را برای ما، بی ارزش قلمداد می کند ". می گوید: .. بی ارزش است ..، برای اینکه از این لحظه، فقط فرم اش را می بیند، اتفاق اش را می بیند: بصورت بی مصرف یا بصورت مانع، یا بصورت وسیله، یا بصورت دشمن، ثبت می کند.

می گوید: .. این، نه، این، نه،

ولی شما با تسلیم متوجه می شوید که این لحظه زندگی ست و اگر این کار را ادامه دهید، گفتیم، یکدفعه می بینید این چیزها که دارند اتفاق می افتند، بالاست و یک هشیاری ظریفی، یک خرد ظریفی، زیر همه اینها، دارد این اتفاقات را تماشا می کند، آن، هم شما هستید، هم زندگی و متوجه می شوید که این اتفاقات نمی توانند شما را کاملا" بکشند، ولو اینکه اتفاقات بد می افتند، شما آرامش دارید و این پروسه را ادامه می دهید.

منم افتاده در سیلی اگر مجنون آن لیلی

ز من گر یک نشان خواهد نشانی هاش بنمایم

ما انسان ها بصورت هشیاری، در سیلی افتاده ایم. توجه کنید که اگر بستر سیل، خیلی عریض باشد و ما در آن وسط باشیم، واقعا" هیچ چاره ای نداریم، جز اینکه تسلیم شویم. چکار می توانیم بکنیم؟!.

اینکه انسان در سیل بیفتد و سیل او را می برد، فرق دارد با اینکه در تلویزیون ببینیم که یکی توی سیل افتاده؛ و ما راحت نشسته و لم داده می گوییم: بیا بیرون!، دستت را یک جایی بگیر و بیا بیرون!.

" اینطور نیست، جز تسلیم چاره ای نیست ".

این جور ابیات، ما را به این لحظه؛ و تسلیم هول می دهد. ما در سیلی هستیم و جز اینکه تسلیم سیل شویم، چاره ای نداریم! بهترین کار این است که هشیارانه متوجه این، موضوع شویم.

می گوید: اگر عاشقی مثل مجنون پیدا شود و عاشق آن لیلی باشد، ...

لیلی کیست؟، لیلی زندگی ست، خداست. مجنون هم دیوانه ای ست که هشیار شده و واقعا" دیوانه لیلی ست.



لیلی را دوست دارد. تعهد دارد، همه اش دنبال لیلی ست. فرق هست بین انسانی که مثلاً" در یک هفته، سه بار، به یاد زندگی، به یاد حضور می افتد: ،، بله من باید این کار را بکنم، این کار لازم است ،، یا اینکه بیست و چهار ساعته دنبال این کار است!.

مجنون، آدمی بوده که لیلی یادش نمی رفته و همه اش به یاد و دنبال لیلی بوده. برای همین می گوید: اگر کسی هست که دنبال لیلی ست و لیلی برایش مهم است، یعنی اگر کسی بین شما هست که می خواهد به خدا زنده شود، نه در حرف، نه در ذهن، قبلاً" این موضوع را گفته، نه خدای ذهنی درست کرده باشد و خودش هم من ذهنی باشد و یک سری کارها را بکند و بگوید: ،، خدا به من گفته این، کارها را بکن و این، باورها را داشته باش، تمام شد و رفت! ،، " این نه! ".
واقعا" مجنون لیلی باشد و بخواد از قید و بند باور بیرون بیاید و با او یکی شود، یعنی به فضای وحدت زنده شود، یا این لحظه، روی پای زندگی زنده شود، ریشه بی نهایت داشته باشد و از جنس ابدیت شود، یعنی خاصیت های خدا را پیدا کند و واقعا" دیوانه و مجنون این کار است.

مولانا می گوید: اگر از من بپرسند، یک نشان بده، من زیاد نشان دارم بدهم. حالا شما از خودتان بپرسید، آیا واقعا" مجنون آن لیلی هستید؟

آیا شما دنبال آن، لیلی هستید؟، برای شما این لحظه، مهم است یا چیزهای گذشته و آینده؟

این لحظه خداست، زندگی ست. شما بیشتر در زمان هستید؟، یعنی در گذشته و آینده هستید؟، یا در این لحظه هستید؟
زنده شدن به حضور، برای شما چقدر ارزش دارد؟، چقدر حاضرید پول خرج کنید؟، چقدر حاضرید وقت بگذارید؟، برای شما، پول درآوردن بیشتر ارزش دارد یا به حضور رسیدن؟
برای شما، انتقام جویی، تلافی کردن، روی مردم را کم کردن، مقابله کردن، ستیزه کردن، خودنمایی کردن، تأیید گرفتن مهم است یا زنده شدن به خدا؟

شما، مجنون چیزهای مادی هستید یا مجنون هشیاری بی فرم هستید؟

بیشتر مردم، مجنون چیزهای بیرونی هستند، می خواهند به چیزهای مادی برسند، به مقام برسند، به پول برسند، به خوشبختی هایی که در ذهن شان تجسم کردند: ،، اگر اینطوری بشود، اینطوری می شود، اینطوری می شود، زندگی خواهم داشت، به به، می خواهم به آنها برسم ،،

بنظر شما، آنها زندگی ست؟، یا زنده شدن در این لحظه؟

شما، صد و پنجاه سال هم عمر کنید، متوجه خواهید شد که آنها توهم است.

آیا آینده برای شما مهم است یا این لحظه؟، برای من ذهنی آینده مهم است. برای همین است که این لحظه را برای آینده، وسیله می کند. من ذهنی با این لحظه که زندگی ست، نمی تواند سازش داشته باشد. اگر داشته باشد، باید از بین برود.
من ذهنی نمی تواند ستیزه نکند، برای شما، ستیزه مهم است یا دوستی؟، از خودتان بپرسید.

نشانی هایش را قبلاً" مولانا توضیح داده و الآن دارد توضیح می دهد نشانی هایش چه هست و بهتر است خودش بگوید و قبلاً" هم گفتیم: یک نشانی، فراوانی ست. بی نهایت است، حس ابدیت است، ترسی در وجود آدم نیست. برکت زندگی ست، حس آرامشی ست که فکر نمی تواند آن را توجیه کند.



من های ذهنی وقتی به انسان های عارف نگاه می کنند، می بینند اینها خندان هستند، شاد هستند، چیزی هم ندارند:
,,تظاهر می کنند دیگر!، خوشبخت چه هستی تو!، اصلا" چه داری! ,,

" او حس امنیت می کند. او حس شادی می کند. حس آرامشی می کند که ذهن نمی تواند توجیه کند. ولی این یکی می گوید: ,,نه، دروغ می گوید! ,,

برای اینکه این آدم، زندگی را در چیزهای مادی که ذهن اش به او نشان می دهد، می داند، برای اینکه از جنس ماده ست. دل اش، دل بی دست و بی پاست.

چند بیت از مثنوی بر اینان می خوانم:

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۹۱۰

عاشقان در سیل تند افتاده اند

بر قضای عشق، دل بنهاده اند

وقتی آدم در سیل تند بیفتد، چاره ای ندارد!.

معادل این است که شما بگویید: جریان زندگی در این لحظه، جاری ست. مولانا هم گفت: من این راه زندگی را، راه آبِ زندگی را باز کنم، خیالات همه عالم، در آن غرق می شوند، نمی توانند شنا کنند. شما این لحظه، با اتفاق این لحظه آشتی می کنید، می گذارید خرد زندگی بیاید، حالا اتفاق این لحظه، همیشه بر وفق مراد است؟، " نه "

یک بار یک فرمولی بیان کردیم، گفتیم: بپذیر ← جاری شو ← در برگیر.

بپذیر ← جاری شو ← در برگیر. آیا در این فرآیند، همیشه اتفاقات، آن چیزی که هست، مورد علاقه ماست؟، ذهن ما با آن، آشتی ست؟، " نه! "، خیلی موقع ها نیست، ولی شما آشتی می کنید، این دل نهادن به قضای عشق است. به قانون زندگی ست. شما می گویید: من با اتفاق این لحظه آشتی هستم، هر چه می خواهد باشد. من می دانم عقل کُل، این اتفاق را بوجود می آورد، البته من قانون مزرعه را رعایت می کنم، صبر و هر چه در توان دارم می گذارم. اینطوری نیست که به خانه ام رفته و خوابیده ام و می گویم: ,, کارها خدا درست می کند!. من بر قضای عشق، دل بنهادم، دیگر لازم نیست کار کنم ,,

پشت شما خرد کُل است؛ ولی شما از این تن تان، از این ذهن ساده شده تان، از این تجربه تان، حداکثر استفاده را باید بکنید. ما باید کار کنیم، باید سرویس بدهیم.

اولین انحراف من ذهنی، زیر پا گذاشتن قانون جبران است: ,, من اگر کار نکنم، حتما" خدا می دهد ,, " اینطور چیزی اصلا" وجود ندارد. قانون جبران هم، قانون خداست. می گوید: ,, نابرده رنج، گنج میسر نمی شود! ,,

شما باید به اندازه کافی، وقت و انرژی و زمان و توجه بگذارید، این قانون جبران است.

ولی، هر لحظه، تسلیم هستیم. تمام توان مان را می گذاریم، هر لحظه به قضای عشق بستیم.

قضای عشق یعنی: من در این لحظه، با خدا یکی شدم، هر اتفاقی می افتد، قبول می کنم. ولی کار هم می کنم و عقل هم دارم، آیا ذهن ساده شده من، ایندفعه، وقتی قضاوت می کند، ,, من ,, در آن، نیست.



اینطوری نیست که من فقط دارم خودم را به تأیید مردم می رسانم، همه اش دفاع می کنم!، هیچ دفاعی ندارم. هیچ خودم را نشان نمی دهم. می خواهم ببینم چه می شود؟، می دانم که من فقط، کارها را انجام می دهم، آن، قضای عشق را بوجود می آورد.

همی گردد دل پاره همه شب همچو استاره

شده خواب من آواره ز سحر یار خودرایم

خُب، دارد نشانی می دهد! دل پاره، یعنی دلی که واقعا از جنس فضا شده. دل، دیگر چند تا چیز مادی را به هم نجسباند، دل شود! ما دل متفرق نداریم که زندگی را در چیزها سرمایه گذاری کرده باشیم، آن چیزها برایمان مهم و دل ما شده باشند، نه، دیگر آن چیزها نیست! این علامت خداست.

همه شب، مثل ستاره می درخشی و خواب من آواره و پریشان شده. یعنی قبلا می رفتم توی ذهن، می خوابیدم، می افتادم توی خواب ذهن، الان نمی گذارد من آنجا بخوابم.

اینطوری نیست که کسی که به عرفان، به خدا، زنده شود، نتواند شب بخوابد، اتفاقا شب راحت می خوابد. هر قدر بخوابد، خوابش شیرین است، اما وقتی ما بعنوان هشیاری، توی این جسم هستیم، این هم شب است دیگر!، وقتی در این جهان هستیم؛ این جهان، شب است و دل به آزادی رسیده ما، دائما مثل ستاره می درخشد و خرد را در جهان پخش می کند؛ و دیگر خواب من آواره شده، پریشان شده، من دیگر در ذهن نمی روم بخوابم، برای خوابیدن در ذهن، باید، من، داشته باشی، من ذهنی بروم و در ذهن بخوابم. یک عمر خوابیدیم دیگر!

این خوابیدن ما در ذهن، تا حالا بوده که ما در ذهن، در فکرهایمان، گم شدیم!

نشان خواب ما در ذهن، همین حس جدایی بوده.

خوابیدن در ذهن معادل همان هم هویت شدگی ست که هشیاری می رود توی ذهن، می خوابد. به این باور می چسبید. به خواب این باور می رود، به خواب آن باور می رود، به خواب آن باور می رود.

ایندفعه، بصورت ستاره می درخشد و این ستاره، عشق را به این جهان می آورد. خرد و زیبایی و لطافت و نیکی و دادگری و سلامتی را به این جهان می آورد. ز سحر یار خودرایم ...

یار خودرای من کیست؟ " خداست، زندگی ست، خودرای است. یعنی: به حرف من ذهنی من گوش نمی دهد. زندگی، رای دارد، زندگی نظر خودش را دارد، خرد خودش را دارد و به فکر و انتظار ما که بوسیله من ذهنی ساخته شده، گوش نمی دهد، توجه نمی کند، برای همین است که گفتیم ما مثل آدمی هستیم که توی سیل افتادیم!

انسان تسلیم، در این لحظه، این موضوع را می داند. نه تنها این موضوع را با ذهن اش می داند؛ بلکه به اصطلاح، دل نهاده، به این موضوع تن داده، زیر بار رفته و صبر می کند ولو اینکه ذهن اش اذیتش می کند.

می داند که یار ما را سحر کرده. تا حالا، ما را جهان بیرون جادو کرده بود، الان یار ما سحر کرده. یار ما خداست. زندگی ست. ما با او یکی شده ایم و سحرش این است که دیگر نمی گذارد به ماده توجه کنم، قبلا در فریب جادوگری بنام جهان بودم، به من می گفت:



،، زندگی می خواهی، من به تو می دهم. هویت می خواهی، من به تو می دهم. هویت یعنی مشهور شدن. برو به مقامات بالا! آن، خوب است، تأیید بگیر. من تو را خوشبخت می کنم، من به تو هویت می دهم، من به تو امنیت می دهم، من به تو آرامش می دهم ،،

ما هم باور کرده بودیم، خیلی ها الآن باور کرده اند! شما هم من نمی دانم چقدر آزاد شده اید، شاید هنوز زیر جادوی دنیا هستید، هنوز فکر می کنید چیزهای این جهانی، آن برکات را دارند، ولی کسی که زیر سحر زندگی ست، ایندفعه این وری شده دیگر!

همه برکات را دست اول از " آنجا " می گیرد و به هر چیزی که در جهان هست، دهن کجی می کند و بی اعتبار تلقی می کند و می گوید: ،، من دیگر نمی گذارم توجه ام را بزدی!، توجه من " آنجا " رفته. توجه مرا یار دزدیده، من نمی توانم به ،، تو ،، توجه کنم. پس بنابراین، من به خواب تو فرو نمی روم. محال است که من دیگر، به خواب ماده بروم.

این علامت خداست. علامت زنده شدن به خداست و حالا یک نشانی دیگری هم می دهد:

ز شب های من گریان بپرس از لشکر پریان

که در ظلمت ز آمدش پری را پای می سایم

می گوید: اگر می خواهی وضع مرا که گریان هستم، بپرسی، برو از پریان بپرس.

گریان، در اینجا به معنی بیان کننده لطافت است. قدیم فکر می کردند که اشک چشم از دل بالا می آید، فرض بوده وقتی چشم ها قرمز می شد، خورش در دل گرفته می شود و اشک آن سرازیر می شود و این تشبیهی ست در بیان عشق و لطافت و خرد.

می گوید: من دائماً، در شب ها، بیان لطافت و عشق می کنم. می خواهی بپرسی وضع ام چگونه ست؟، برو از پریان بپرس.

پری یک موجود افسانه ای ست. زیباست، عکس دیو است. دیو زشت است و پری زیباست. معادل سروش است. معادل آن، واسطه ای ست که از غیب برای ما خبر می آورد، برایمان بسته های انرژی، بسته های خرد را می آورد. می گوید: لشکر پریان، آمد و شد می کنند.

واقعا" که پری وجود ندارد، الهاماتی ست که به دل شما می شود. شما نشسته اید می بینید که الهامی به دل تان می رسد. برای اینکه با اتفاق این لحظه آشتی هستید. از کجا می آید؟

پری می آورد. پری ست برای اینکه دائماً" حس زیبایی داری. جهان را زیبا می بینی. درون ات زیباست. آن زیبایی در صورت تو، در بدن تو هم منعکس است. سلامتی و آرامش اش را حس می کنی.

در ظلمت شب، کسی نمی بیند. حتی من هم نمی بینم. یعنی من اینقدر بی خویشم که با این ذهن ام نمی توانم بگویم این پری ست، چه هست؟!، آن واسطه، بقول انگلیسی ها، آن media، که اخبار را می آورد، من اینها را نمی توانم با ذهن ام، با چشمم ببینم، بنابراین برای من هم تاریک است، ولی حس اش می کنم و از من بیان می شوند.

مثل همین چیزها که مولانا می گوید، پری را پای می سایم، یعنی خودم را به پای پری می مالم، با پری همگام شدم.



اصلاً از جنس پری شدم، با پری راه می‌روم، یعنی چه؟

یعنی هر لحظه خلق می‌کنم، خرد به این جهان می‌آورم، در شب این دنیا، من لطافت را پخش می‌کنم، دائماً گریان هستم، این گریان مثبت است. لشکر پریان، از آن طرف، برکات را می‌آورند. زیبایی را می‌آورند. پریان به هم پیشی می‌گیرند و من از جنس آنها شده‌ام. از جنس زیبایی شده‌ام. از جنس خدا شده‌ام.

پس معلوم می‌شود اگر یکی از جنس خدا شود، دیگر از جنس دیو نمی‌شود. عکس‌اش دیو است، دیو، من ذهنی ست. این طرفی هم درست است، برای یک من ذهنی می‌توانست بگوید که من ذهنی می‌گویم: ,, این دفعه از شب های گریان، از استرس از نگرانی، نمی‌توانم بخوابم، لشکر دیوها می‌آیند، دردهای رنجش من می‌آید، یادم می‌افتد که فلان موقع چه کسی، چه کاری برایم کرده، آن، یک مقدار مرا اذیت می‌کند، بعد یکی دیگر می‌آید، یکی دیگر می‌آید، بعد یکی دیگر می‌آید. ما این لشکر دیوها را خوب می‌شناسیم، اما لشکر پریان را نمی‌شناسیم. می‌گوید عکس می‌شود. شما از این ذهن، متولد شوید، لشکر زیبایی‌ها شما را رها نمی‌کند.

اگر یک دم بیاسایم روان من نیاساید

من آن لحظه بیاسایم که یک لحظه نیاسایم

اگر من، یک دم به ذهن ام بروم و با قوانین ذهن بگیرم بخوابم، یعنی بیاسایم، در اینصورت، روان من، آسایش ندارد. من آن لحظه، آن دم آسوده هستم، آرامش دارم که به ذهن نروم بیاسایم!.

پس من دائماً از جنس پری هستم، از جنس بی فرمی هستم، از جنس زیبایی هستم، از جنس خدا هستم، اینجاست آسایش من. اینجاست که می‌گوییم: " ساکن روان "

روانی، در حالتی که ما بعنوان حضور، ریشه دار و بی‌نهایت و ساکن و زنده و ابدی در این لحظه هستیم و در این حالت است که شما می‌بینید، اگر به ذهن بروید، بعنوان من ذهنی، خواهید یک ذره آنجا استراحت کنید، مطابق مردم، این آسایش روان شما نیست. اگر یک دم بیاسایم روان من نیاساید.

روان ما باید بیاساید. روان ما، نمی‌تواند بصورت من ذهنی، در ذهن برود و بخوابد!.

پس این، برای ما معلوم می‌کند که وقتی ما در ذهن می‌رویم و بصورت روان واکنش نشان می‌دهیم، کسی که روان اش را به ذهن آورده و واکنش نشان می‌دهد، ترس دارد، اساس زندگیش بر کنترل و ترس است، این آدم، آسوده نمی‌تواند باشد. بیست بسیار مهمی ست.

حالتی را توصیف می‌کند که ما بی‌واکنش هستیم. شما الآن متوجه می‌شوید که اگر واکنش نشان دهید یا اگر یک زندگی پُر واکنش، پُر از ترس، پُر از کنترل، پُر از میل به عوض کردن دیگران، پُر از الگوهایی ست که توجه اش به این و آن است، داشته باشید، نمی‌توانید در آسایش باشید.

آسایش موقعی ست که شما این آسودگی را، آسودگی نمی‌دانید، بی‌واکنشی را آسودگی می‌دانید.

بی‌واکنشی، بی‌پاسخی نیست. پاسخ از زندگی می‌آید.

این آدم، تسلیم کامل است. برایش اتفاق مهم نیست؛ بلکه نیاسودن در این لحظه مهم است. نیاسودن، در اینجا، معادل نرفتن به ذهن است. چیزی را که ذهن آسایش می‌داند، چیزی را که ذهن آسایش می‌داند، واقعا آسایش نیست!.



عده ای که جوان هستند، فکر می کنند که با من ذهنی و با زرنگی و دروغ های من ذهنی، با هم هویت شدگی ها، با دردها، می شود یک تشکیلاتی علم کرد: مثلاً "همسر و بچه داشت، خانه خرید، پول و پله ای جمع کرد و خوشبخت شد!". "چنین چیزی وجود ندارد".

می شود آنها، را بر اساس بی واکنشی، بر اساس عقل زندگی، همه را درست کرد، ده برابر هم درست کرد، ولی نباید درد به آنها رفته باشد، نباید در آنها هویت باشد. آموغ، خوشبختی وجود دارد. آموغ، ما می توانیم از آنها، استفاده کنیم. نباید فریب من ذهنی را بخوریم و کژ برویم، کج بنا کنیم. غیر از درد، چیز دیگری گیرمان نخواهد آمد. چند بیت در توصیف همین موضوع، خواهیم خواند. این بیت را برایتان خواندم:

کی شود این روان من ساکن

این چنین ساکن روان که منم

ما، ساکن روان هستیم و این موضوع را باید متوجه شویم، ساکن ایم، در روانی ما، هویت نیست. روان من، ساکن نمی شود، حالا، شما روانی من ذهنی را توجه کنید:

وقتی ما من ذهنی داریم، آنجا هم یک روانی وجود دارد، این روانی به درد نمی خورد، روانی زندگی در حالی که منیت در آن است، بدرد نمی خورد، این روانی باید ساکن شود. برای ساکن بودن این، شما باید یک جایی، این جور روانی را که دارد می رود و برای ما جا افتاده، ساکن کنیم.

مولانا گفت که آدم ها بصورت خیال درآمده اند، بصورت یک بافت فکری درآمده اند و شنا بلدند. این روانی به این دلیل ادامه دارد که ما فکر می کنیم زندگی کردن را بلدیم!، آن چیزهایی که یاد گرفتیم، واقعا" زندگی کردن است و این روانی ست!

این روان باید ساکن شود. ولی برای اینکه این روان ساکن شود، ما باید برگردیم به اصل مان، که ساکن روان است.

وقتی ساکن ی، روانی شروع می شود، که این روانی درست است.

همینکه این سکون از بین برود، روانی، به روانی من ذهنی، تبدیل میشود.

آموغ، هر چیزی که در این روانی هست، درد در آن هست، گرفتاری در آن هست.

به هر حال، شما خودتان را باید بجایی برسانید که هم ساکن باشید، هم روان. این لحظه سکون است، اتفاقات می افتند،

انرژی جاری است، این انرژی مثبت و سازنده است، هر چه می سازید، می گذارید می رود، هر چه می سازید، می

گذارید می رود. این سکون به هم نمی خورد. هیچ چیزی در جهان بیرون، سکون شما را نمی تواند به هم زند.

این سکون است که آرامش است. این سکون، مثل تخته سنگ، زیر بنای ساخت شما هم هست. هر ساختمانی، زیر بنا

دارد، زیر بنا مهم است که در جایی سفت ساخته شود، نه در جایی که حرکت می کند. امروز هم در مثنوی داریم، می

گوید: روی شن روان، شما نمی توانید ساختمان بسازید. بعضی ها، به زیر بنا اعتقادی ندارند، توجهی ندارند، در و

پنجره اش را می خواهند شیک کنند. در و پنجره باید از ایتالیا بیاید، شیر آن از آلمان بیاید، فلان چیزش از ژاپن بیاید،

اینها رو ساخت است. اینها حزین است. این جسم ما، باید از آنجا تغذیه شود وگرنه اینکه بخواهیم جسم مان را زینت کنیم

گوشواره یا دستبند طلا آویزان کنیم، فایده ندارد!.



یا این را بزک کنیم و در چشم مردم قشنگ جلوه دهیم و یا تأیید بگیریم، بگوییم: مردم گفتند اینطوری ست، بدرد نمی خورد. زیر بنا باید مهم و محکم باشد.

[مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۲۳](#)

جمله بی‌قراریت از طلب قرار تست

طالب بی قرار شو تا که قرار آیدت

طالب بی قرار، انسانی ست که در این لحظه سکون دارد و قرار را بصورت ذهنی در نیآورده. ما در ذهن، در من ذهنی، بی قراریم. آرامش نداریم. آن آرامشی که از جسم می آید می خواهیم. ما وقتی در ذهن ایم، چون جسم را می شناسیم، یک تجسمی، یک مفهومی، برای آرامش داریم، برای قرار داریم، دنبال آن، هستیم. این آرامش چیست؟ مآلاً از یکی بررسی: شما که اینهمه بی‌قراری، من قرار می‌خواهم، ...، قرار، چیست؟ توصیفی می‌کند. توصیف، ذهنی ست. مآلاً می‌رسد به چیزهای این جهانی. قرار یعنی آرامش، آرامش از کجا می‌آید؟ از همسر خوب می‌آید، از همسر وفادار، از خانه بزرگ، از پول زیاد، از دوستان خوب، مقام اجتماعی، ... اینها همه قرار است دیگر!

" این است؟! ". شما اصلاً قرار را می‌توانید تعریف کنید. نکند که تعریف قرار است که ما را به اشتباه انداخته!

مردم در ذهن شان فکر می‌کنند قرار، چیست، یک من ذهنی دارند، در ضمن دنبالش می‌روند و این سبب بی‌قراری می‌شود. اما اگر، یک طالب و خواهنده بی‌قرار باشی، این، سکون شما، قرار نمی‌شناسد، خودش قرار است! سکون زندگی یا شما از ذهن زاییده شده و بنا شده روی ذات خودتان، قرار است!

قرار ذهنی نمی‌شناسد. چنین انسانی، اصلاً به قرار ذهنی، احتیاج ندارد. به او بگویند: قرار چیست؟ می‌خندد.

قرار را توصیف کنند، آن، آدم می‌خندد. من مطمئنم که اگر یکی می‌رفت و بوسیله فکر، برای مولانا آرامش را تعریف می‌کرد، ایشان، می‌خندید: " چه می‌گویی!، قرار منم. "

قرار، تو هستی که الآن، بی‌قراری! چرا بی‌قراری؟

برای اینکه دنبال قرار! آن قرار چیست؟، " یک مفهوم است. "

بسیار مهم است که شما روی خودتان تأمل کنید که: " من دنبال یک قرار ذهنی می‌گردم؟، یا خودم، قرار هستم؟، "

[مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۰۸](#)

همچو کنعان، کاشنا می‌کرد او

که: نخواهم کشتی نوح عدو

کنعان، پسر نوح بود. نوح، کشتی داشت. تمام عالم را سمبلیک، آب گرفت. مثل همین عاشقان، توی سیل افتادند.

نوح، رمز خداست. کشتی نوح، فضای یکتایی ست. انسان، پسر نوح است. الآن، خدا به شما می‌گوید: " بیا توی کشتی من ". شما می‌گویید: " من شنا بلدم. من در ذهن ام شنا بلدم ... "

نوح، به پسرش نصیحت می‌کند: " بابا جان، بیا توی کشتی! "



خدا هم به ما نصیحت می کند: " بابا جان، بیا توی کشتی من، ول کن، نگو من شنا بلدم، اینجا، جای شنا کردن نیست! ".
 یعنی: همین لحظه که من و شما الآن، ایستاده ایم، جای شنا کردن بوسیله ذهن نیست. شنا نکن. بیا توی کشتی.
 ما می گوئیم: ,, نه، ما شنا بلدیم ,, همان بلایِ پسرِ نوح، سرِ ما هم می آید.
 توجه کنید که پسر نوح گفته: ,, من، کشتی نوح دشمن را نمی خواهم ,, ما هم، این لحظه را که خداست، زندگی ست، دشمن می دانیم. چرا این لحظه را جسم می بینیم؟
 جسم، آن انسانی ست که جلوی ما نشسته، چون دشمن او هستیم، دشمن زندگی، همین لحظه هستیم. توجه می کنید؟!.
 ذهن ما، ما را به کجا می برد؟! چقدر بی دست و بی پاست!.
 اگر آدم، این لحظه که زندگی ست، دشمن ببیند، این، خوب است؟!، با او ستیزه کند؟!.
 گفته: من، کشتی نوح عدو را نمی خواهم.
 مولانا، این بیت را که بیخودی نگفته. ما هر لحظه می گوئیم: ما فضای یکتایی را که کشتی خداست، نمی خواهیم، دشمن ماست!. باور نمی کنید؟، به خودتان نگاه کنید. ببینید بوسیله ذهن، چقدر در مقابل این لحظه مقاومت دارید؟
 ذهن ما، ,, من ,, توی آن است. می گوئیم: ,, من ,, ,, من ,, ,, عقی من ,,، نه " عقی کُل! ".
 برای اینکه عقل کل، وارد سیستم شما شود، حتی تن شما را سالم کند، عقل این ,, من ,, باید زایل شود. فعلا" این فرعون، می گوید: ,, من ,,؛ و یکی از فرعونیت هایش، ستیزه با این لحظه ست. این لحظه، خداست.
 می گوید: این اتفاق، چرا واقع شده؟
 خُب الآن، واقع شده که تو متوجه شده ای!.
 با آن ستیزه دارد!. این را ما باید بفهمیم.
 اجازه بدهید که چند بیت از مثنوی دفتر ششم، برایتان بخوانم که مربوط است به اینکه همانطور که خدا، ساکنِ روان است، ما هم ساکنِ روان هستیم:

[مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۱۷۵](#)

قرنها بگذشت و این قرن نویست

ماه آن ماهست آب آن آب نیست

می گوید که قرن ها گذشته و این قرن، قرنِ جدیدی ست. ماه، همان ماه است ولی آب، آن، آب نیست. همانطور که ماه در آسمان هست و انعکاس اش در جویِ آب می افتد و شما ماه را می بینید، ولی آبی که از جوی می گذرد، دیگر آن آبِ قبلی نیست. پس بنابراین، گذشتِ زمان، در سکونِ خدا و سکونِ شما، اثری نمی گذارد.
 به همان ترتیب شما، حالا از چه سنی، شروع به زنده شدن به حضور می کنید و ساکن می شوید، ممکن است آب حیاتی که از شما صادر می شود، خردی که از شما ساطع می شود، بسته به وضعیت ها و پس از گذشتِ زمان، عوض شود، اما سکونِ شما و ماهِ شما، عوض نمی شود.
 مولانا می خواهد این موضوع را بگوید.



عدل آن عدلست و فضل آن فضل هم

لیک مُستبدل شد آن قرن و اُمم

پس، دادگری خدا و دانش خدا، همینطور دادگری شما در حالت سکون، که از شما بیان می شود و همچنین دانش کُل، که آن هم از شما بیان می شود، می گوید: این دو تا، هر دو یکی ست. اما، قرن و مردم، عوض می شوند. امت ها عوض می شوند، قرن ها عوض می شوند، چیزهای جدید بوجود می آیند، ولی آن فضل و آن دانش و آن دادگری، عوض نمی شود. پس معلوم می شود که دادگری و دانش خدا، عوض نمی شود، ساکن است و بسته به وضعیت ها از ما، بیان می شود و دادگری و خرد را " او "، تعیین می کند. فرق نمی کند که انسان، متعلق به الآن یا صد سال پیش، یا دویست سال بعد از این باشد.

قرنها بر قرنها رفت ای همام

وین معانی بر قرار و بر دوام

پس، قرن بعد از قرن، گذشته ای بزرگوار، همام، ای مرد بزرگ، انسان بزرگ، انسانی که این مطالب را کاملاً درک می کنی، اما این معانی معنوی، برقرار و بردوام است.

آب مُبدل شد درین جو چند بار

عکس ماه و عکس اختر بر قرار

باز هم همین معنا را می دهد. در این جوی جهان، آب چندین بار عوض شده. مدام عوض می شود. ولی عکس ماه و ستاره، روی آب افتاده، همین ماه و همین ستاره ست. منظورش از این تأکید، این است که: در شما یک ماه ی وجود دارد که حضور شماست، آن ماه، عوض نمی شود. آن، زندگی ست. آن، عکس آن ماه است؛ ولی آن خرد و دانشی که از شما رد می شود، بسته به وجود شما و بسته به وضعیت ها، عوض می شود. چه چیزی در اینجا، مهم است؟ عکس ماه و عکس اختر، که نماینده حضور شماست. نماینده سکون شماست و الآن یک مطلب دیگری می گوید:

پس بناآش نیست بر آب روان

بلک بر اقطار عرض آسمان

پس بنابراین می گوید: عکس ماه که روی آب افتاده، این ماه، یا اصل شما، یا حضور شما، یا سکون شما، بنایش به چیزهای تغییر یافته نیست، بر چیزهای آفل نیست، بر چیزهایی که بوجود می آید، نیست، بر اتفاقات گذرا نیست؛ بلکه بر فضای بی نهایت آسمان است.

فضای بی نهایت آسمان، همین فضا دارِ شماست. همینطور که ماه روی آسمان است، ماه شما هم در آسمان خداست. پس دو تا آسمان است، یکی همین آسمان بیرونی که ماه در آن است و عکس آن افتاده روی چیزی که مرتب می گذرد، یکی هم، ماه شماست که عکس اش افتاده به فرم گذرا. آب می گذرد، تغییر می کند.

در این جهان، چه هست که تغییر نکند؟ از اول که بوجود آمدیم، مرتب جسم ما عوض می شود، فکرهای ما عوض می شوند، احساسات ما عوض می شوند، همه چیز عوض می شود. روی آن یک عکس ماه هست.

حالا، آن چیزهای گذرا مهم است یا عکس ماه؟



البته که عکس ماه پس ماه شما، در کجا قرار دارد؟

در بی نهایت شما. در بی نهایت خدا. همینطور که ماه در آسمان، با آسمان یکی ست و آسمان، آن را در آغوش گرفته، بی فرمی شما را هم، ماه شما را هم، بی نهایت خدا در آغوش گرفته و بنایش اوست، نه این چیزهایی که رد می شوند، تغییر می کنند. پس شما الان، باید ساکن باشید، آب ها می گذرند، بدن تان تغییر می کند، وضعیت ها تغییر می کنند، پول تان کم می شود، زیاد می شود، قیمت خانه تان بالا می رود، پایین می آید، یکی می رود، یکی می آید، یکی می میرد، یکی متولد می شود، اینها همه آب است، می گذرد؛ ولی ماه شما، ساکن است. برای اینکه بنایش روی آن آب روان نیست، تا حالا، روی آن آب روان بوده. یعنی بنای زندگی ما، روی آب روان بوده. برای همین می ترسیم! زندگی ما، استوار روی چیزهای فناپذیر و تغییر پذیر این جهان بوده، نمی دانستیم. در حالیکه اصل اش، در بی کرانی آسمان است و الآن هم ما آنجا هستیم، بزور می خواهیم بگوییم: ,, نه، زندگی ما باید روی چیزهای روان باشد ,, خُب چرا روی چیز بسیار سفت نباشد! آيا، گذشتن آب از جوی، می تواند تغییر شکلی، تغییر حالتی در وضعیت ماه، در آسمان دهد؟ جوابش واضح است: نه.

آیا گذر چیزهای تغییر پذیر و فناپذیر که شما می بینید فناپذیر است، می تواند ماه شما را در آسمان بیکران ایزدی، که خود خداست، تغییر دهد؟

نباید بدهد، ولی تا حالا، داده! داریم همین ها را از مولانا یاد می گیریم.

پس، وقتی ما به تغییر چیزها، واکنش نشان می دهیم، جزو آن چیزهای فناپذیر می شویم. وقتی بی واکنش می شویم و با اتفاق این لحظه، آشتی می کنیم، جزو ماه ی می شویم، از ماه ی می شویم که با گذشت آب، تغییر نمی کند. این هم یادمان باشد که: به هر چیزی که در بیرون، واکنش نشان می دهیم، همان خاصیت را در خودمان تقویت می کنیم!

شما، به هر عیبی، به هر نقصی، در یکی، واکنش نشان می دهید: موضوع مهمی ست.

1 - همان عیب را در خودتان تقویت می کنید.

2 - در او، تقویت می کنید.

وقتی ساکن باشید، فضاگشا باشید، اگر آن عیب در او باشد، آن عیب، کم قوت تر می شود.

پس چقدر مهم است که شما واکنش نشان ندهید، چون، همینکه واکنش نشان دهید، آن عیب و آن نقص را در خودتان تقویت می کنید.

دوباره این موضوع را تکرار می کنم:

" شما ممکن است عیبی را در یکی ببینید. خیلی موقع ها، آن عیب، در او نیست، در شماست. به هر چه که واکنش نشان می دهید، در شماست ". پس این مکانیسم، شما را بیدار می کند. شما ببینید به چه واکنش نشان می دهید. یکدفعه می ایستید، تأمل می کنید، عقب می کشید و می گویید: ,, این عیب در من است ,,، خیلی موقع ها، در شما هست و در او نیست. بعضی موقع ها، در او هست، در شما هم هست.

ولی اگر شما عیبی در یکی دیدید و به آن واکنش نشان ندهید، حتما" در شما هم هست، با این واکنش، آن عیب را در



خودتان تقویت می کنید. البته در او هم تقویت می کنید. اگر در او نباشد، ممکن است شما، در او بکارید!.

توجه می کنید که این، چقدر مهم است! شما، بنای زندگی تان را روی آب روان نگذارید، بلکه بر بیکرانی آسمان بگذارید، بیکرانی آسمان، فضا گشاست و واکنش نشان نمی دهید.

فضای ذهن، من دار است، واکنش نشان می دهد. پُر از جسم است، پُر از الگوست، پُر از باورهای ست که با آنها هم هویت ایم. مولانا گفت: ما به این هویتی ها، روح داده ایم. روح دادیم.

باید می گذاشتید که پیش معشوق ذوب شوند، اما نگذاشتید، از حالا شروع کنید. از کجا شروع می کنید؟، از این لحظه. چکار می کنید؟، با اتفاق این لحظه آستی می کنید. این کار به شما یک هوشیاری می دهد که این هوشیاری اسمش حضور است و یا هوشیاری ست که شما و خداست، این سر نخ را ول نکنید. هر موقع مقاومت می کنید، من ذهنی تان تقویت می شود، هر موقع تسلیم می شوید، من ذهنی تان ضعیف می شود.

این صفتها چون نجوم معنوی است

دانک بر چرخ معانی مُسنوی است

گفت: این صفت هایی که در آسمان است و از ماه شما، صادر می شود، دانش و فضل و دادگری و هر صفتی دیگر، مثل ستاره ها در آسمان معنوی ست. در آسمان خداست، خلاصه، جزو آنجاست، با چشم نمی توانیم ببینیم و در آنجا، در چرخ معانی، پنهان است. شما با ذهن تان نگویند چرخ معانی را به ما نشان بده! این آسمان مثال خوبی ست. در آسمان، ستاره ها هستند، درون شما هم یک آسمانی وجود دارد که باز می شود. می گوئیم: فضاگشا.

تعریف انسان، فضاگشایی ست. تعریف من ذهنی، فضابندی ست. جا ندادن است.

در ذهن، جا برای هیچکس نیست غیر از باورهای من، که با آنها هم هویت شدم، حقیقت همان باورها هستند، هیچکس دیگر را هم قبول ندارم. اگر کسی چیزی دیگری بگوید من با او بحث و جدل می کنم و آخر سر می خواهم قانع کنم که حق با من است، تو اشتباه می کنی، اگر نتوانم قانع کنم که حق با من است، تو اشتباه می کنی، اگر نتوانم قانع کنم، دشمن اش می شوم.

می گویم: تو نمی فهمی! برای اینکه، اینهایی که من با آنها هم هویت ام، اینها جزو وجود من است، تو داری به وجود من توهین می کنی، من را تحقیر می کنی!.

انسان فضاگشا، فضا را باز می کند: شما حالا آنطوری فکر می کنید، چقدر خوب است، چقدر قشنگ است، آن هم یک جور فکر است، آن یکی هم آنطور فکر می کند، آنطوری عمل می کند، آنطوری عبادت می کند، آنطوری مراقبه می کند، آنطوری تمرین معنوی می کند.

اینجا، ما در این جلسه مولانا به هیچکس نمی گوئیم که شما باید اینطوری عمل کنید، هر کسی راه معنوی خودش را دارد، این ابیات را هم می خوانیم که هر کدام از اینها یک اشاره کننده ست، انگشت اشاره کننده به ماه است و خود ماه، نیست.

من ذهنی می گوید: این باورهایی که من در جیب ام یا در دل ام گذاشتم، اینها حقیقت است، خدا در اینها جا می شود، تو نمی خواهی بفهمی. " اینطور نیست ".



در آسمان معنوی، خاصیت های خدایی نهفته است و منعکس می شود در ماه شما، در صورتیکه ماه شما، بی واکنش باشد، ساکن باشد، واکنش نشان ندهد، این واکنش خیلی مهم است، دو تا خاصیت دارید: فضاگشایی و پاسخ خردمندانه. فضا بندی و واکنش و عقل نابخردانه که مولانا امروز گفت: این ,, من و این دل ,, کاری از او بر نمی آید.

خوبرویان آینه خوبی او

عشق ایشان عکس مطلوبی او

الآن، یک مثال می زند، می گوید: آنهایی که زیبا هستند، حالا، این زیبایی را شما حالا، زیبایی ظاهری ببینید، صورت شان زیباست، هیکل شان زیباست، یا بلحاظ معنوی زیبا هستند، آینه خوبی اوست، افتاده روی اینها. اصلاً " اگر ما انسان زیبا بلحاظ جسم، یا بلحاظ فکر، یا بلحاظ احساسات می بینیم، این انعکاس زیبایی خداست و عشقی که مردم به این شخص دارند، معشوقیت این شخص، در واقع علاقه انسان های دیگر به اوست که روی این منعکس شده همانطور علاقه شما به مولانا و یک عارف و دوستی شما و عشق شما، نشانگر عشق شما به خداست. برای اینکه این آدم، نماینده خدا، روی زمین است. البته همه انسان ها هستند، همه انسان ها این قابلیت را دارند، داریم همین را می گوئیم دیگر!.

این من ذهنی ست که می گوید: ,, فقط این ... انسان، دارد ,,.

همه انسان ها، این قابلیت را دارند. همه انسان ها خدائیت اند. امتداد خدا هستند، خدا می خواهد این انسان ها را تک به تک بیرون بکشد و روی خودش بنا کند، خودش آسمان است، شما را بصورت ماه ارائه کند، جوی رد شود، عکس شما روی آن بیفتد، عکس او بیفتد، فرقی نمی کند. پس، چه زیبایی صورت، چه زیبایی باطن، انعکاس زیبایی " او " ست و دوستی مردم به چنین زیبایی زمینی، نشانگر دوستی پنهان ما، با خداست.

هم به اصل خود رود این خدّ و خال

دایماً در آب کی ماند خیال؟

این صورت و خال، یعنی این زیبایی، باز هم به اصل خودش می رود. همانطور که شما مثلاً، با چوب، یک عکس زیبایی روی آب بکشید، آن یک لحظه می ماند و دیگر ناپدید می شود. این زیبایی هم روی فرمی که با چوب خدا کشیده شده، روی آب است، پس از یک مدتی زایل می شود و به اصل خودش می رود. پس، معلوم می شود، در مورد ما، فقط سکون معنوی ماست. سکون معنوی ما، امتحانش خیلی ساده ست: به حرف زدن نیست. شما صبح از خانه بیرون می روید، تا عصر. یک دفترچه بردارید، ببینید که چند تا واکنش نشان داده اید، چند بار عصبانی شده اید.

در حال رانندگی، کسی، پنجره را باز می کند و به شما می گوید: ,, ای آبله ,,.

ببینید چگونه رفتار کرده اید، یادداشت کنید: واکنش نشان دادم، فضا را گشودم، با من ذهنی واکنش نشان دادم، استدلال کردم، ماشین را نگه داشتم جوابش را دادم، جوابش را بلندتر دادم، ... به هر صورت، اینها را یادداشت کنید. اگر یک روز از صبح تا عصر یادداشت کردید و دیدید واقعا " ساکن بودید و فضا را باز کردید، شما " آنجا " هستید،



وگرنه با ادعا که ,, من اصلا" به هیچ چیز، واکنش نشان نمی دهم ,, فوراً" یک اتفاق می افتد، می بینید که نه، یک قسمتی از وجودتان، در ذهن سرمایه گذاری شده و اگر قسمتی از هشیاری شما، در ذهن مانده باشد، شما نمی توانید واکنش نشان دهید، هنوز ,, من ,, دارید.

با صبر و بتدریج، این کار صورت می گیرد. من هر چه بلدم، به شما می گویم، اینکه یکی زنگ بزند بپرسد، من چیز زیادی ندارم بگویم، یا بدهم، چنین چیزی نیست. این در حیطه قدرت من نیست که به شما چیزی بگویم یا بدهم که شما فوراً" به حضور برسید، زندگی و هشیاری خودش این کار را می کند.

هشیاری شما، این کار را می کند. آشتی شما با این لحظه، بسیار مهم است، آن هشیاری که درون شما ایجاد و تنیده می شود و یواش یواش بزرگ می شود، اصل است، نه من و نه کسی دیگر. سوال نداریم. این ماه، چه ربطی به سوال دارد؟!، سوال مال ذهن است. اینکه شما سوال کنید و یکی جواب دهد، به چه درد شما می خورد؟!، بیداری معنوی، بیدار شدن از خواب فکر، کشیدن وجودتان از جهان و بنا شدن روی آن و زنده شدن به خدا، ربطی به فکرها، ربطی به باورها ندارد، ربطی به اشخاص دیگر که چکار می کنند، ندارد. الان خواهیم خواند که انسان های دیگر، اگر بخواهند می توانند کمک کنند. کلاً" یک پروژه ای ست که همه ما در آن، مشترک هستیم. اجازه دهید، شعرش را بخوانیم:

رها کن تا چو خورشیدی قبایی پوشم از آتش

در آن آتش چو خورشیدی جهانی را بیاریم

رها کن. این، " رها کن"، خیلی معنی دارد.

به کی می گوئیم رها کن؟

اول، به من ذهنی خودمان. بعنوان مشاهده کننده و حضور ناظر، به ذهن مان نگاه می کنیم و می گوئیم: " مرا رها کن" و واقعا، گفتن این، نشانگر این است که شما واقعا" می خواهید رها شوید. به آدم های دیگر هم می گوئیم، گرچه آدم های دیگر، در کنترل ما نیستند، ولی این آموزش مولانا، عمومی ست. یعنی همه باید یاد بگیرند، همه در این پروژه شرکت کنند که: ,, من می خواهم دیگران را به حال خودشان بگذارم و رها کنم ,,.

رها کن، یعنی: " آزاد کن". مردم را به واکنش وادار نکن.

آی مردم، دست از سر من بردارید، نیایید مزاحم شوید و مرتب مرا تحریک کنید، من، ,, من ,, دارم. ,, من ,, موجود خطرناکی ست، مرتب واکنش نشان می دهد، مرتب با واکنش اش، چیزها را در ذهن مردم می کارد، آنها را تقویت می کند.

،، آی مردم، مرا به واکنش وادارید ،،. اینها را می گوید. رها کن، یعنی این دیگر!.

شما که مرا به واکنش وادارید، در من آن عیب را تقویت می کنید، من رها نمی شوم!.

حالا اگر ما این آموزش را همگانی کنیم و بگوئیم: ما احتیاط لازم را می کنیم، هر روز از صبح تا شب، هر کس را که می بینیم، یک جوری مواظب باشیم که آنها را رها کنیم، به واکنش وادار نکنیم. آنها هم خودشان روی خودشان کار کنند. ما اگر کمکی نمی کنیم، دیگر پای شان را نکشیم!.



اگر ما همدیگر را رها کنیم و حرف مولانا را قبول کنیم، پس از مدتی که تسلیم و آشتی کردن با این لحظه را، تمرین می کنیم، یواش یواش، از من ذهنی که الان پوشیدیم، از آن چیز مادی که پوشیدیم، بیرون می آیم و یک قبای آتش می پوشیم. یک پوشش آتشین می پوشیم که اسمش عشق است که گفت: این، مثل ستاره ست.

دائماً می رود درون و انرژی را می آورد. انرژی را از پریان می گیرد و پخش می شود و دوباره می رود درون، انرژی را از آن، واسطه ها می گیرد. این انرژی چیست؟

انرژی بیدار کننده ست. انرژی زنده کننده ست. این انرژی عشق است. معلوم نیست چیست!، اینهایی را هم که من می گویم، همینطوری به ذهن ام می رسد، می گویم. دیگر لغت که نداریم.

همین لغات را داریم. خرد است. لطافت است. زنده کننده ست. سلامتی ست. برکت است. من لغتی بهتر از برکت، پیدا نکردم. عشق است. آن، هر چه هست، ما لازم اش داریم. آن، است که زنده می کند، نه حرف!.

ما فکر می کنیم که باید حرف بزیم، حرف به چه درد می خورد!.

شما فکر می کنید که با حرف می توانید دیگران را قانع کنید؟، باید خودتان تبدیل شوید تا روی بچه تان اثر بگذارد. شما حرف های خوب و عاقلانه و منطقی بزنید، روی بچه تان اثر نمی گذارد؛ ولی به عشق تبدیل شوید و این قبا را بپوشید، بلافاصله، اثر می گذارد. اگر نمی توانید اثر بگذارید، برای این است که قبای عشق نپوشیدید.

مولانا گفت: " این، دل بی دست و بی پاست "

دل بی دست و بی پا، نه می تواند بچه تربیت کند، نه می تواند دوستی کند، نه می تواند یک رابطه صادقانه برقرار کند، نه می تواند جسم اش را سالم نگه دارد، هیچکاری نمی تواند بکند!.

ما به هم می توانیم کمک کنیم، اگر نمی توانیم کمک کنیم، می توانیم به هم لطف کنیم و همدیگر را به واکنش وادار نکنیم. می گویم: " من زندگی می کنم، تو هم زندگی کن، به هم احترام بگذاریم و هر دو به هم اجازه بدهیم زندگی کنیم، من مزاحم شما نشوم و شما مزاحم من، نشوید "

احترام، این است که من عینیت شما را قبول دارم. این احترام یکی از جنبه های عشق است، وقتی جامد می شود، یکی از برکات آن، احترام است که من عینیت شما را قبول دارم و نمی خواهم شما را تغییر دهم، شما هر جور می خواهید، باشید، من قبول دارم. فضا را باز می کنم. فقط این فضاگشایی ست، شما می توانید ببینید یک جایی می روید، فضا را باز کنید، همه آنجا راحت بنشینند؟

- بجای اینکه ما اینجا بنشینیم، باید، آنجا ... می نشستم، او، کج نشسته، او، اینطوری ... ست، او، آنطوری ... ست، این، فلان عیب را دارد، این هم دروغ می گوید، ...

" نه "، فضا را باز کنیم، همه راحت بنشینند. از نظر ما همه، آزادند. من هم خدّ درونی ام با همه اینجا.

شما راحت می شوید، آنها هم از شرّ سمّ شما، که یک بافتِ ستیزه و مقاومت دارید و سمّ پخش می کند، آزاد می شوند. گفتیم: شما یا برکت پخش می کنید، یا سمّ. یا انرژی مخرب پخش می کنید، یا انرژی سازنده. همه جا، این قانون است.

وقتی ستیزه دارید، مقاومت دارید، آن انرژی بد را پخش می کنید.

شما الان، به خودتان نگاه کنید، بگویید: من الان، فضاگشا هستم؟، یا فضا بند؟



حرکت می کنم، چکار می کنم؟، هر جا می روم، همه چیز در من جا می شود؟، یا هر جا می روم، یک جوری، به این برخورد می کنم، به آن برخورد می کنم، برای اینکه اینها جا نمی شوند!

اگر من آن آتش بشوم، بعد مثل خورشید، جهانی را آرایش می دهم. پس ببینید مولانا چه می گوید! همانطور که خورشید در بالای آسمان، با نورش زندگی به ما می دهد، اگر نور خورشید نباشد، ما نمی بینیم، حرارتش نباشد، انرژی اش نباشد، زندگی قطع می شود.

دارد تشبیه می کند به آن. ما هم می توانیم خورشید شویم و جهانی را زنده کنیم و آرایش دهیم.

مولانا تلویحا" می گوید: اگر ما به عشق نرسیم، از گرسنگی معنوی می میریم. ما به آن انرژی احتیاج داریم.

امروزه در واقع قطعی این انرژی هست. این آموزش، یک برکتی ست در جهان، که ما متوجه شویم که:

به چه چیزی؟، به چه نوع انرژی؟، به چه برکتی احتیاج داریم؟ حداقل شما شخصا"، متوجه شوید، دنبال چیز درست بگردید. نه با بافتِ ستیزه در حالیکه سَمّ پخش می کنید و تخریب می کنید، دنبال بهشت بگردید، چنین چیزی نمی شود!

که آن خورشید بر گردون ز عشق او همی سوزد

و هر دم شکر می گوید که سوزش را همی شایم

این هم یک مدلی ست برای ما.

مولانا می گوید: خورشید بالای آسمان، از عشق او می سوزد. هر چیزی، عشق او را دارد.

خورشید هم عشق او را اینطوری بیان می کند و هر لحظه شکر می گوید. خورشید هر لحظه شکر می کند که می تواند بسوزد و با روشنایی و حرارت و انرژی اش، جهان را زنده نگه دارد، جهان منجمد نشود، از جمله: " ما "

همین خورشید خودمان نباشد، ما یخ می زنیم و از بین می رویم و نمی بینیم و جهان تاریک می شود.

آیا می شود، شما وقتی خورشید شدید، یا حالا، خورشید نشده، چون می خواهید خورشید شوید و خدا می خواهد شما را خورشید کند و برکت تان را به جهان پخش کنید، از حالا شکر کنید؟

می گوید: خورشید لحظه به لحظه شکر می کند که شایسته سوزش شده. یعنی خورشید اینقدر شایسته ست که خدا از طریق آن، می تواند این حرارت، این انرژی و این روشنایی را حالا ما قسمت کوچکی از این کائنات هستیم، به ما بتاباند.

همی شایم، یعنی شایسته هستم. شاییدن یعنی شایسته بودن. **بله**. ما هم می توانیم و لازم است.

شما این لحظه، با آن چیزی که هست آشتی می کنید. یک خُرده هشیاری در شما پدید می آید. یک قسمتی تبدیل صورت می گیرد، برای این شکر کنید. شکر و قدردانی اینکه خدا می خواهد در من زنده شود، لازم است. اینطوری نیست که ما

بگوییم: خدا را شکر که به من اتومبیل دادی، به من خانه دادی، به من همسر دادی، ... خُب البته، آنها را هم ببینید. ولی **مهمترین شکر این است که ما می توانیم به خدا زنده شویم**. برای من ذهنی قابل قبول نیست. من ذهنی می گوید: من

جسم می شناسم، آن چیزهایی که ارزش دارند اگر به من بدهند، شکر می کنم، تازه شکرش هم شکر نیست، فوراً" ناراضی می شود. من ذهنی، هر چه که بدست بیاورد، یک روز، دو روز، سه روز، ممکن است همینطور سطحی

راضی باشد و زبانی هم شکر کند، بعداً" موتورش به خواستن است. چون یک بافت نقص دارد، خاصیتِ نقص دارد، دائماً" حس ناقص بودن می کند، فوراً" آن چیزی را هم که بدست آورده، یکدفعه کوچک می شود.



فورا" مقایسه می کند: ,, حالا، این ... چیست که ما، ... نگاه کن، ببین او، چه دارد! ,, نمی تواند شکر کند. در حالیکه شناسایی دقیق و درستی از وضعیت آن آدم، هم ندارد!. مقایسه می کند، اعتراض می کند. شما به خودتان نگاه کنید.

ذاتِ ما، شکر کننده ست. اگر شما بخواهید ببینید: ,, ذاتِ من، چه خاصیتی دارد؟ ,, یک خاصیت بشمارید، آن، شکر است.

شُکر یعنی قدر شناسی. یعنی من می توانم بشناسم. شناسایی می کنم. من اینقدر دانش دارم که هشیاری حضور را که خداییت زنده هست، با این هشیاری من دارِ ذهنی، تشخیص می دهم و برای این شکر می کنم.

آیا آن چیزها که پُر از برکت است، در زندگی شما، فراوان می شوند؟

" بله ". خدا از جنس فراوانی ست. زندگی از جنس فراوانی ست. هیچ چیزی را مضایقه نمی کند. اینطور نیست که ما اگر قانون جبران را زیر پا بگذاریم، شکر نکنیم، ناراضی باشیم، زیاد به ما می رسد، یک موقع اگر راضی باشیم، شکر کنیم، کم می رسد.

منِ ذهنی اینطور می گوید: ,, من باید زرنگ باشم، ناراضی باشم، مثلاً " صد دلار بخواهم، سی دلار بدهد. زیاد می خواهم؛ بلکه کم بگیرم! ,, و و ناراضی ست. شما به تله اش نباید بیفتید.

شما باید بگویید: ,, من، اینکه می توانم هشیاری حضور شوم و عشق را در جهان پخش کنم، فراوانی را پخش کنم و اینقدر بزرگ می شوم که روا می دارم همه پیشرفت کنند، همه زنده باشند، همه سلامت باشند، هر که را می بینم شاد و سلامت است، باز شکر می کنم. باز هم خوشحال می شوم. اینها مال عشق است، مالِ هشیاری حضور است. مهمترین چیز این است که شما در این لحظه تشخیص دهید که " چه به چه "، است و دنبال منِ ذهنی نروید.

رها کن تا که چون ماهی گدازان غمش باشم

که تا چون مَه نگاهم من چو مَه زان پس نیفزایم

رها کن. دوباره همین رها کن!. گفتم یعنی چه.

ما همدیگر را رها می کنیم. اگر می توانیم کمک می کنیم، کمک کردن به مردم، رفتن و بالای سرشان ایستادن برای تغییر دادن، نیست. کمک کردن، مثل کمکِ مولاناست، شما بیان می کنید و دنبال کارتان می روید و پشت را نگاه نمی کنید. اینها می رویند. شما این لحظه حاضرید، سکون هستید. زنده به خدا هستید. تخم گل را می کارید. شما همیشه تخم گل می کارید، خار نمی کارید. پس از شما باران می آید، این گل ها رشد می کنند، برمی گردید پشت تان را نگاه می کنید، می بینید، کُلی گل در زندگی شما روییده!. اگر اینطوری بخواهید بکارید.

همه ما باید اینطوری باشیم. همه ما باید آنطوری تخم گل را در دل مردم بکاریم، نه با کنترل و ترس، نه با تحقیر، نه با اینکه حق با من است و تو غلط می گویی. اینها تخم خار است.

تمثیل می زند: تا مثل یک ماه، ماهِ شب چهارده را در نظر بگیرید، خیلی زیباست. بزرگ است. یک جوان سی ساله هم مثل ماهِ شب چهارده، هم زیباست، هم جوان است، هم قوی ست، هم قدرت کار و پول درآوردن دارد، خلاصه به اوج شکوفایی رسیده، اما داری ,, من ,, است.



تمثیل می زند، می گوید: این ماه شب چهارده، شروع می کند به کوچک شدن، کوچک شدن، کوچک شدن، کوچک شدن، تا به محاق می رود و دو روز اصلاً "گم و گور می شود، نیست!". در دوران محاق، ماه ناراحت نیست، یواش یواش، هلال پیدا می شود. هلال، رشد می کند، رشد می کند، دوباره، ماه شب چهارده می شود. حالا، ماه، این وضعیت را تکرار می کند.

ولی ما، یکبار. از ماه شب چهارده، شروع می کنیم به کاهش.

می گوید: "اگر مردم بگذارند، ما اگر همدیگر را بگذاریم، اگر من ذهنی بگذارم، حالا، فرض کنیم که شما، می گوئید: "مردم دور و بر من، نمی خواهند بگذارند، خُب، این را هم شما بشناسید که مردم دور و بر شما، نمی خواهند بگذارند شما، بکاهید. چون اگر مردم ما را به واکنش وادار کنند، خُب ما واکنش نشان می دهیم.

مثلاً" فرض کنید، یک کسی معنوی ست، اصلاً" اصراری به مذهب خودش ندارد، می گوید: "هر کسی مذهب خودش، دین خودش را داشته باشد،، یکی آمده مرتب اصرار می کند: "آقا، دین من، دین من، ...،، بالاخره دارد تحریک می کند، تو هم باشی، می گویی:

، آقا، من هم هستم، فقط تو که نیستی!، حالا، بیا بنشینیم بحث و جدل کنیم،،.

نمی گذارد. مرتب اصرار می کند.

"برای چه اصرار می کنی!، چرا اصرار می کنی!، هر دینی داری دنبالش برو، بگذار من هم داشته باشم، با من چکار داری!"

حالا، فرض می کنیم، شما آگاه هستید. می دانید یک عده ای، یک سری باورها را می خواهند با اصرار به سوی شما هول دهند و شما را اذیت کنند که خلاصه باید شما این باورها را بپذیری، نپذیری من نمی گذارم تو اینجا زندگی کنی!.

خُب شما می گوئید: من چه جوری به حضور برسم؟

با شناسایی این، امیدواریم ما همه بیاییم اینها را بخوانیم و این قضایا را رها کنیم. بدانیم که خدا در باور نیست، عشق در باور نیست، در ماده نیست، باورها چیزهایی مادی هستند، وقتی دل ما قرار می گیرند، ما ماده پرست می شویم، امروز مولانا اینها را توضیح داده و من که سی سال ام است، یا آن جوان بیست ساله، سی ساله، می خواهد ذوب شود. مثل یک ماه، چه جوری کوچک می شود!، ما باید آنطوری، کوچک شویم، کوچک شویم، کوچک شویم.

همه، من،، داریم. همه با،، من،، بالا آمدیم. البته مولانا گفته: ما باید کاری کنیم که آدم ها، در ده سالگی، دوازده سالگی، به حضور برسند.

حالا، آن را که ما نمی توانیم! آن که هیچ.... فرض می کنیم که سی سال مان است، بیست و پنج سال مان است، سی و پنج سال مان است، در اوج شکوفایی من ذهنی که می گوئیم:، بهتر از من نمی شود،، آموغ، یواش یواش، بتدریج، باید بکاهیم. یکدفعه هم نمی شود هلال شد! روز به روز، روی خودمان کار می کنیم. مردم هم نمی خواهند بگذارند، ما را رها نمی کنند، از آن هم آگاه هستیم، کنار کشیدیم و روی خودمان کار می کنیم، کار می کنیم، کار می کنیم، کار می کنیم، تا یک جایی که کار خیلی خطرناک می شود و می بینیم دیگر نمی دانیم کی هستیم! آنجاست که خیلی ها، دیگر نمی توانند جلو بروند!



ماه وقتی محاق می رود، یعنی دیگر نیست. صفر شده. ما، آنجا می مانیم. داستان آن قومی ست که می خواستند شیر را ببینند. دنبال شیر رفتند، می خواستند شیر را ببینند. شیر سمبل خداست. رفتند، رفتند، رفتند، گشتند، بالاخره به منطقه ای رفتند و گفتند: اینجا شیر پیدا می شود، می خواهیم شیر را ببینیم. نزدیک شیر شدند، یکدفعه نعره شیر آمد. نعره شیر آمد، ترسیدند، دیگر نتوانستند جلو بروند. ، شما اینهمه راه آمدید، زحمت کشیدید، بروید و شیر را ببینید! ، گفتند: ، نه دیگر. ما به مفهوم شیر، بسنده می کنیم ،، مفهوم خدا، خود خدا نیست. نعره خدا که می آید، این من ذهنی مجاله و صفر می شود. شما باید تحمل کنید، مثل ماه که محاق می رود، صفر می شوی و نمی دانی کی هستی، آنجا قضیه خیلی خطرناک می شود! . خیلی ها رها می کنند. خیلی ها برمی گردند و می گویند: ، دیگر نمی خواهیم ،، و من ذهنی را نگه می دارند. اگر یکی برگردد، من ذهنی دوباره می تواند خودش را درست کند، بتند، بتند، دوباره به حال خودش برگردد. یعنی ما اینهمه زحمت کشیدیم، ماه شب چهارده مان را کوچک کرده ایم، کوچک کرده ایم، یکدفعه، شیطان می آید و می گوید: ، نه دیگر، معلوم نیست الان کی هستی ،، ما باید با این قضیه راحت باشیم. ،، نمیدانم کی هستم، آره ،، هر کسی که نمی داند کی هست، یعنی از جهان بیرون، هویت نمی گیرد. یک خُرده تحمل کند، خدا در او زنده می شود. ولی مردم تحمل نمی کنند. شیر را نمی خواهند ببینند. یواش یواش که به شیر نزدیک می شوی، نعره های شیر می آید. نعره های شیر، همان الهامات و نعره مستانه عشق است. آن را که می شنوی، هنوز بقایای من ذهنی ات باقی ست، می گویند: ، من دیگر می ترسم، من دارم صفر می شوم! ،، " باید صفر شوی " .

صفر شوی، که تا چون مه نگاهم من چو مه زان پس نیفزایم، اگر یکبار صفر شوی، مثل ماه، کاهش پیدا کنی، افزایش پیدا کنی، ایندفعه چه جوری افزایش پیدا می کنی؟ واقعا " ماه حقیقی می شوی؛ و دیگر این ماه، کاهش پذیر نیست. این ماه دیگر آن ماه قبلی نیست! . که من ذهنی مدام، بزرگ می شود، کوچک می شود، بزرگ می شود، ... ماه ی که در آسمان بزرگ و کوچک می شود، سمبل من ذهنی ست، ولی شما یکبار کوچک می شوید، یکبار ذوب می شوید، بعداً " چنان بزرگ می شوید که دیگر نمی شود شما را کوچک کرد. به امید آن روز.

