



برنامه شماره ۵۲۷ گنج حضور



آه کان سایه خدا، کوهر دلی پرمایه‌ای
آفتاب او نهشت اندر دو عالم سایه‌ای

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۰۶

برنامه شماره ۵۲۷

بخش اول

پرویز شهبازی

گنج حضور

آه کان سایه خدا، کوهر دلی پرمایه‌ای
آفتاب او نهشت اندر دو عالم سایه‌ای
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۰۶

گر چه دیوار افکند سایه دراز
باز کرد سوی او آن سایه باز
مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۱۴

برنامه ۵۲۷

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۰۶

آه کان سایه خدا، گوهر دلی پرمایه‌ای
آفتاب او نهشت اندر دو عالم سایه‌ای
آفتاب و چرخ را چون ذره‌ها بر هم زند
وز جمال خود دهدشان نو به نو سرمایه‌ای
عشق و عاشق را چه خوش خندان کنی، رقصان کنی
عشق سازی، عقل سوزی، طرفه‌ای، خودرایه‌ای
چشم مرده وام کرده جان ز بهر عشق او
ز آنک در دیده بدیده جان از آن سر پایه‌ای
قهر صد دندان، ز لطفش پیر بی‌دندان شده
عقل پابرجا ز عشقش یاره و هر جایه‌ای
صد هزاران ساله از هست و عدم زان سوتری
وز تواضع مر عدم را هست خوش همسایه‌ای
کوه حلمی شمس تبریزی، دو عالم تخت تو
بر نهان و آشکارش می‌نگر از قایه‌ای.

مولوی، دیوان شمس، رباعی شماره ۴۲۵

مینال که آن ناله شنو همسایه است
مینال که بانک طفل مهر دایه است
هر چند که آن دایه‌ جان خودرایه است
مینال که ناله عشق را سرمایه است.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۲۲

سایه یزدان چو باشد دایه‌اش
وا رهند از خیال و سایه‌اش
سایه یزدان بود بنده خدا
مرده این عالم و زنده خدا
دامن او گیر زوتر بی‌گمان
تا رهی در دامن آخر زمان.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳

روزی یکی همراه شد با بایزید اندر رهی
پس بایزیدش گفت چه پیشه گزیدی ای دغا
گفتا که من خربنده‌ام پس بایزیدش گفت رو
یا رب خرش را مرگ ده تا او شود بنده خدا.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۹۸۱

مطر با بهر خدا تو غیر شمس الدین مگو
بر تن چون جان او بنواز تن تن تن تن
تا شود این نقش تو رقصان به سوی آسمان
تا شود این جان پاکت پرده سوز و گام زن
شمس دین و شمس دین و شمس دین می گوی و بس
تا ببینی مردگان رقصان شده اندر کفن.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۱۳

گرچه تفسیر زبان روشن‌گرست
لیک عشق بی‌زبان روشن‌ترست
چون قلم اندر نوشتن می‌شنافت
چون به عشق آمد قلم بر خود شکافت
عقل در شرحش چو خر در گِلِ بخت
شرح عشق و عاشقی هم عشق گفت
آفتاب آمد دلیل آفتاب
گر دلیلت باید از وی رو متاب
از وی ار سایه نشونی می‌دهد
شمس هر دم نور جانی می‌دهد
سایه خواب آرد ترا همچون سَمَر
چون برآید شمس انشَقَّ الْقَمَر
خود غریبی در جهان چون شمس نیست
شمس جان باقیست او را اَمَس نیست
شمس در خارج اگر چه هست فرد
می‌توان هم مثل او تصویر کرد



شمس جان کو خارج آمد از آئیر
نبودش در ذهن و در خارج نظیر
در تصور ذات او را گنج کو
تا در آید در تصور مثل او.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۱۴

گر چه دیوار افکند سایه دراز
باز گردد سوی او آن سایه باز
این جهان کوهست و فعل ما ندا
سوی ما آید نداها را صدا
این بگفت و رفت در دم زیر خاک
آن کنیزک شد ز رنج و عشق پاک
زانک عشق مردگان پاینده نیست
زانک مرده سوی ما آینده نیست
عشق زنده در روان و در بصر
هر دمی باشد ز غنچه تازه تر
عشق آن زنده گزین کو باقیست
کز شراب جانفزایت ساقیست
عشق آن بگزین که جمله انبیا
یافتند از عشق او کار و کیا
تو مگو ما را بدان شه بار نیست
با کریمان کارها دشوار نیست.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۶۰۲

ما عدمهاییم و هستیهای ما
تو وجود مطلق فانی‌نما
ما همه شیران ولی شیر علم
حمله‌شان از باد باشد دمبه دم
حمله‌شان پیدا و ناپیداست باد
آنک ناپیداست از ما کم مباد.



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۸۸۵

حکایت نذر کردن سگان هر زمستان کی این تابستان چون بیاید خانه سازیم از بهر زمستان را

سگ زمستان جمع گردد استخوانش
زخم سرما خرد گرداند چنانش
کو بگوید کین قدر تن که منم
خانه‌ای از سنگ باید کردنم
چونک تابستان بیاید من به چنگ
بهر سرما خانه‌ای سازم ز سنگ
چونک تابستان بیاید از گشاد
استخوانها پهن گردد پوست شاد
گوید او چون زفت ببند خویش را
در کدامین خانه گنجم ای کیا
زفت گردد پا کشد در سایه‌ای
کاهلی سیری غری خودرایه‌ای
گویدش دل: خانه‌ای ساز ای عمو
گوید او: در خانه کی گنجم؟ بگو
استخوان حرص تو در وقت درد
در هم آید خرد گردد در نورد
گویی: از توبه بسازم خانه‌ای
در زمستان باشدم استانه‌ای
چون بشد درد و شدت آن حرص زفت
همچو سگ سودای خانه از تو رفت
شکر نعمت، خوشتر از نعمت بُود
شُکرِ باره کی سوی نعمت رود؟
شکر، جانِ نعمت و نعمت چو پوست
ز آنک شکر آرد ترا تا کوی دوست
نعمت آرد غفلت و شکر انتباه
صید نعمت کن بدام شکر شاه
نعمت شکر کند پرچشم و میر
تا کنی صد نعمت ایثار فقیر
سیر نوشی از طعام و نُقل حق



تا رود از تو شکمخواری و دق.

با سلام و احوالپرسی برنامه گنج حضور امروز رو با غزل شماره ۲۸۰۶ از دیوان شمس مولانا شروع می کنم:

آه کان سایه خدا، گوهردلی پرمایه‌ای

آفتاب او نهشت اندر دو عالم سایه‌ای

آه، آه آرزومندی و حسرت. یعنی ما هم می خواهیم به اون حالت برسیم.

کان، یعنی که آن، سایه خدا، انسانی ست که در روی زمین زنده هست و به سایه خدا، تبدیل شده و این شخص رو گوهر

دل می نامد. گوهر دل، یعنی در مرکزش، یک گوهر درخشانی هست که، تمام برکاتو ساطع می کنه، می تابونه.

مثل گوهر، دائما" می درخشه. انسانی ست که در مرکزش، زندگی قرار گرفته. هشیاری ست که از اون ور اومده به

این جهان و وارد ذهن شده، در ذهن جهانو دیده، با جهان هم هویت شده، من، من، درست کرده.

بعد، همان هشیاری، خودشو عقب کشیده و از خودش آگاه شده و روی خودش قائم شده و به خدا تبدیل شده، به زندگی

تبدیل شده، از جهان بیرون دیگه هویت نمی خواد، برکت نمی خواد، خوشبختی نمی خواد.

در نتیجه، خدا، زندگی، بودن، از مرکز او، می درخشه. گوهر دله. اسم این آدم، گرچه در غزل و در بیت هایی که

براتان خواهم خوند، شمس تبریزی، ولی شمس تبریزی، همین شما هستید. شمس تبریزی، هشیاری ست که، یا انسانی

ست که بصورت هشیاری، اومده، وارد ذهن شده، پس از هم هویت شدگی، خودشو آزاد کرده از فرم های این جهانی،

بصورت هشیاری خالص، روی خودش دوباره، خودشو تجربه می کنه.

یعنی: قبلا" با فرم هم هویت بود، الان با زندگی هم هویت. هویت شو از زندگی می گیره.

بارها گفتیم: عمق بی نهایت داره. هفته قبل داشتیم: " ساکن روانه ". بنابراین، واکنش نشون نمیده به اتفاقات این جهانی،

در این لحظه، فضای در برگیرنده همه چیزه. در سمبلیسم آسمان، فضاست و فکر هاش همین ستاره هاشه، هیچ موقع هم

هویت با ستاره هاش نیست. پرمایه ست. پُر از چیزهای خوبه. پُر از سرمایه ست. برای اینکه به هر وضعیتی می رسه،

به هر چالشی می رسه، از اون فضا، راه حل میآد بیرون. برکت میآد بیرون. مایه همین عشقه. نیروی شفابخشیه که از

دل ما، پخش میشه به جهان بیرون.

پس، از درون به بیرونه. از مرکز ما، به بیرونه.

در حالت من ذهنی، از بیرون به درونه.

من ذهنی هشیاری جسمی داره و به جهان نگاه می کنه. از جنس جسمه، جسم ها رو در جهان می بینه، فکر می کنه اگر

اونها بصورت خاصی باشن، اونها رو بتونه تغییر بده، زندگیش درست می شه. " درست نمی شه ".

باید به این حالت در بیاد.

در آخرین بیت غزل میگه: کوه حلمی شمس تبریزی، دو عالم تخت تو.

کوه حلم، حلم، همین فضا داریه. خاصیت فضاگشایی ماست که این لحظه، فضای در برگیرنده چالش هستین شما، نه خود

چالش.



به چالش واکنش نشون نمی دین، مایه، برکت، راه حل، در حالیکه فرم و چالشو در آغوش گرفتید و با هاش یکی شدید، به چالش می ریزه، مسئله شما را حل می کنه. اگر با مسئله ستیزه کنید، راه حل قطع می شه.

آنموقع از من ذهنی باید اقدام کنید، به مسئله اضافه می کنید، کم نخواهید کرد.

پس، سایه خدا، امروز مطالبی از مثنوی خواهیم خوند راجع به سایه خدا، انسان زنده ست که همه وجودش هشیاری حضوره و هشیاری من دار جسمی نداره. سایه خداست این.

در یه سر، سایه خدا هست، در یه سر، من ذهنی پر از درد و مادی هست.

وقتی ما میریم به ذهن و با چیزهای این جهانی هم هویت می شیم و از فکرها هم، هویت می گیریم، می شیم من ذهنی.

وقتی می کشیم عقب، همه را رها می کنیم، روی اصل مون، روی خدا زنده می شیم، در واقع، این نزدیک ترین تجربه دیدن خداست. بهش، زنده می شیم. این، سایه خداست.

ما همیشه سایه رو می بینیم. خدا نوره. خدا هشیاری بی فرمه و ما که نمی تونیم ببینیم با چشم مون، ولی در انسان صد در صد زنده شده به حضور، میشه دید.

پس سایه خدا، اصطلاحاً "همین انسانی ست که زنده شده به حضور.

پس، آفتابی که در او طلوع می کنه، آفتاب اصلشه. نهشت، نگذاشت. اندر دو عالم سایه‌ای. هیچ سایه ای، باقی نگذاشت. سایه، موقعی بوجود میاد که یک جسم مادی که کدره، جلوی آفتاب وایسه. آفتاب، از پشتش بتابه مثلاً".

شما، یه صفحه کدری بذارید، آفتاب می تابه، این صفحه کدر، فرض کن شیشه باشه، رنگ کرده باشین، رنگ سیاه. اونطرفش، سایه می افته.

اگر یک ماده رنگ بر + دستمال برداریم، پاکش کنید، نور ازش رد میشه. سایه نداره دیگه.

ما هم، به درجه ای که به اتفاق این لحظه، مقاومت نشون میدیم، سایه می اندازیم. هر چه به اتفاقات، مقاومت نشون میدیم، حالت ترمز داریم، عدم پذیرش داریم در این لحظه، نسبت به اون چیزی که هست، سایه می اندازیم.

سایه خدا، انسان به حضور رسیده، سایه ای باقی نذاشته. سایه های ما، توهم های ماست.

از مقاومت های قبلی ما که بصورت توهم در زمان، ما گیر افتادیم، آنها سایه های ما هستند. ما سایه داریم.

انسان به هشیاری که میاد به این جهان، وارد ذهن می شه، ذهن، محل ایجاد فکره. فکر. و این هشیاری، سوار فکر می شه. فکر از مفاهیم درست شده. ما اسم میذاریم، روی هر چیزی در این جهان.

وقتی بچه میاد، اسم ها را یاد می گیره. میگه: مامان، این چیه؟

- این درخته.

حقیقتاً" که درخت را بچه نمی شناسه که، اون کلمه را می گیره. بعد از این، وقتی به درخت می رسه، میگه: این ...

درخته. اون یکی ... گله.

- آیا میدونه گل زیباست، زندگی داره، بالنده هست؟، " نه ". همین فقط کلمه را می شناسه. " گل ".



کلماتو که مفاهیم هستند، جمع می کنه به هم، پیوند می ده، جمله می سازه. این میشه فکر. سوار اونا میشه. این اصطلاحاً هم هویت شدگیه. این فکرها، از چیزهای گذرا، آفل، میرنده، درست شده. هر موقع سوار فکر می شیم ما، این فکر، بصورت اسب وحشی ما را زمین می زنه، دردمون میآد و این درد، باید ما را بیدار کنه. بستگی به بینش شما داره.

وقتی سوار فکرهای آفل شده اید، یعنی باهانش هم هویت شده اید، اینها رو شما زمین زده، وقتی بلند شدید، بیدار شدید؟، یا سوار فکری دیگه شدید؟

وقتی چسبیدیم به چیزی که از بین می ره، و این فکر از بین رفت و اون چیزم از بین رفت، شما دردتون اومد، این درد، سبب بیداری شما شد؟، یا سبب درد شما شد و به این دردش ام چسبیدید؟

خیلی ها، به این دردا چسبیده اند و مردم را ملامت کرده اند. افتاده اند به سیستم بینش من ذهنی!.

من ذهنی، جسمه. هشیاری جسمیه. قطع میشه از زندگی. همه اش سایه ست. بنابراین همه اش مقاومت است. آدم سایه خودشو می بینه، وقتی من ذهنی نگاه می کنه، سایه خودشو می بینه. من ذهنی مجبوره سایه بیندازه، وگرنه هیچی نمی بینه. بنابراین، نسبت به آفتاب این لحظه، مقاومت داره. هر چه ما بیشتر مقاومت می کنیم در مقابل اتفاق این لحظه عایق مون بین ما و زندگی، بزرگ تر می شه. کمتر نور می رسه. زندگی نمیتونه برکت شو به وجود ما بدمه!.

پس، شما نباید در مقابل این لحظه و فرم آن، مقاومت کنید.

خُب، ما چون از جنس هشیاری جسمی هستیم و به این سیستم افتادیم، اصطلاحاً "اسمش هست، سیستم ذهنی بشری. سیستم ذهن. هشیاری حضور، هشیاری بی فرمه ولی یه فضایی هست بنام ذهن، وقتی وارد می شیم، هشیاری اونجا، سوار فکرها می شه، سوار فکرها می شه، یعنی چی؟، از حرکت فکر، ما هویت می گیریم. حرکت فکرهای ما، روی ما اثر داره. می بینید که فکر حرکت می کنه، ما زیاد و کم می شیم.

یه کسی میگه: شما سوادتون کمه یا شما با سوادین. فرق داره این دو تا کلمه به ما. سوار اینا هستیم ما.

اگر بگه سوادت زیاده، ما خوشحال می شیم، سوادت کمه، ما غمگین می شیم.

از روی فکر، باید پیاده بشیم. این فضا، فضای دوییه. فضای جسمه. فضای اصلی ما، فضای یکتایی ست که همین سیستمو در بر گرفته، نظیر آسمان و ستاره ست. آسمان هیچ موقع نمی ره توی مثلاً "خورشید، بگه: من خورشید هستم. " نه ". آسمان همیشه آسمان می مونه.

ما موقتاً آسمانی مان را بردیم توی یک فضای کوچولو به نام ذهن و یک هشیاری خاصی ست با یک عینک خاصی به جهان نگاه می کنه، همیشه بد می بینه. انرژی بد داره. انرژی مسموم داره. از این فضا، هر چه زودتر باید پرید بیرون.

پس، میگه: آه کان سایه خدا، به به، چقدر خوبه اون سایه خدا، اون حالت، که آفتابی داره.

آفتاب ما، طلوع می کنه. آفتاب ما، خود ما هستیم. اصل ماست که از خودش آگاه میشه.

وقتی آگاه میشه، متوجه میشه که اون فضای من دار ذهنی، توهم بوده، گرفتاری بوده، درد بوده، بینش پایین بوده، بینش محدود بوده، اون من ذهنی، فراوانی نمی شناسه. خودشو با مردم مقایسه می کنه، همیشه باید بزرگ تر، یا بیشتر، از



آب در بیاد، اگر یک کسی رو بزرگ تر ببینه، حسادت می کنه. مسئولیت قبول نمی کنه، به گردن مردم می اندازه. مسئولیتِ هشیاریِ خودشو در این لحظه، نداره. در حالیکه این لحظه، زیر بنایِ زندگیِ ماست. شما خوب توجه کنید، این لحظه، اتفاقات می افته، همیشه در این لحظه می افته، اگر گذشته رو الآن به یاد میاریم، در این لحظه هست که به یاد میاریم. اگر آینده قراره اتفاق بیفته، وقتی آینده اتفاق می افته، در این لحظه خواهد بود.

الآن که داریم پیش بینی می کنید که چی خواهد شد، در این لحظه می کنید، پس این لحظه، زیر بناست. هشیاری شما در این لحظه، مهمه که چی باشه!.

اگر آفتاب شما طلوع کرده باشه، شما هشیاری باشین که روی خودش منطبق شده، فضا را باز کرده باشید، خودتون را عقب کشیده باشین از ذهن، فرم شما که الآن اتفاق می افته، رو بنای شما، فکرهای شما، حس های شما، روی این لحظه بنا میشه. این زیر بنا محکمه، خداست زیرش.

در حالتی که قبلاً "رفته بودین اون تو، و سایه خدا نبودین. بالقوه، همه ما سایه خدا هستیم. بعضی ها در عمل، بالفعل بهش زنده می شن، بعضی ها متوجه نمی شن.

امروز، مطالبی از قسمت های مختلف مثنوی براتون خواهم خوند، تا موضوع بیشتر روشن بشه. ولی اول یه رباعی براتون می خونم از مولانا. رباعی شماره ۴۲۵. بله.

مینال که آن ناله شنو همسایه است

مینال که بانک طفل مهر دایه است

میگه: بنال که ناله شنو وجود داره و اون، همسایه شماست.

یعنی، گرچه که من ذهنی داریم ما، زیر من ذهنی، زندگی ما را در آغوش گرفته. بارها اینو گفتیم، مهمه همیشه یادمان باشه که: خدا، خودشو نفوذ داده بصورت عدم و تهی، در درون ما، در فیزیک ما، برای اینکه ۹۹.۹۹% بدن ما، خالیه. فیزیک دانا میگن.

پس اون چیزی که حس های ما می بینه، یه بدن جامدی هست، همچین چیزی وجود نداره. توی این، خلاء هست بیشتر، بیرون خلاء هست، همه چی پُر از خلاء هست. بصورتِ خلاء خودشو نفوذ داده.

پس اون چیزی که ما الآن میگیم ,, من ,, همسایه اون زندگیه. اما مینال. مینال یعنی: جیغ و داد کن و سرو صدا راه بینداز؟، بزن توی سرت؟، " نه ".

ناله ای که خدا می شنوه، ناله سکوت، صدای سکوت، سکوت یعنی: ذهنتو آرام کن.

اتفاقاً "عکسش" گریه و زاری نکن. گریه و زاری مال من ذهنیه. بپذیر. فرم این لحظه رو بپذیر.

بذا ذهنت ساکت بشه. خدا از جنس سکوت، سکوت می شنوه و این موقعی ست که شما، میگوید: آه، آه.

کان سایه خدا!! یعنی: آرزومند سایه خدا بودن هستید. سایه خدا بودن، برای شما مهمه. مهمتر از همه چیزه.

پس، یک ناله شنو وجود داره که می شنوه ناله شما را.

در اصل، شما هم، آن ناله شنو هستید. اگر تمام وجود ما، پُر از عدمه، پس پُر از خداست. ما از چه چیزی هستیم؟



از جنس خدا. از جنس زندگی هستیم. من ذهنی، خودشو جدا می کنه، چون بر اساس هشیاری جسمی جدا، درست شده این غلطه. این دید غلطه.

تو بنال. برای اینکه وقتی طفل، سرو صدا می کنه، می ناله، بلافاصله، مهر دایه میآد، یا مهر مادر میآد، شیر می ده یا در آغوش می گیره، نوازش اش می کنه، پس، ناله ما، که صدای سکوت ماست، با مهر دایه، یکیه!

حتی نمیگه که مولانا، سبب میشه، ناله شما، سبب میشه خدا به شما توجه کنه، نمیگه اینو.

میگه: ناله شما، همین توجه خداست. خیلی مهمه این. من ذهنی میگه باید یه کارهایی بکنم، تا خدا به من توجه کنه، خدا یک موجود جدایی ست، یه جایی، منم یه موجود جدا هستم، من جدا هستم، اونم جداست، یک موقع هایی رحم می کنه، به من توجه می کنه، این دید کاملاً " غلطه. دید مادیه. دید من ذهنیه. آنطوری نمی بینیم.

هشیاری، خدا، خدائیت، هر چه اسمشو میذارین، زندگی، داره خودشو بصورت شما، از فرمای مادی آزاد می کنه. فقط شما، نباید ادیت کنید و دخالت کنید و پارازیت بدید و چوب لای چرخش بذارید و ...

با چی؟، با مقاومت به اتفاق این لحظه.

حالا، اینو در بیت دوم میگه.

هرچند که آن دایه جان خودرایه است

مینال که ناله عشق را سرمایه است

تو می نالی، یعنی اتفاق این لحظه رو می پذیری از جنس سکوت میشی. یواش یواش ذهنت، خاموش میشه و نیز، خاموش کردن ذهن، سخته. ولی بدون، این دایه جان، این خدا، خودرایه ست. شما نیا بگو:

،، من الان سه روز ناله می کنم، ولی اون چیزی که من با ذهنم می خواستم، نشده ،، شما باید تسلیم بشی، باید بدونی که زندگی، خود رایه. نظر خودشه اعمال می کنه، صلاح خودشو بصورت تو، بهتر از توی من ذهنی می دونه. اینو ما باید بفهمیم!

در نتیجه، این لحظه، هر اتفاقی می افته، شما می پذیرید. نیاین شما بگین که: ،، من یه سری نیازها داشتم ،، حالا، درک کنی که این نیاز، نیاز من ذهنیه. ،، این نیاز برآورده نشد! ،، " برین خوشحال بشین که نشد! "

اون دایه جان، خودرایه ست، ولی تو باز هم، اگه ذهنت اومد دخالت کرد و خواست بگه که:

،، نه!، من الان، سه ماهه، دارم می نالم، اون چیزهایی که می خواستم، نشد! ،، " این کار رو نکن تو!، اون، خودرایه ست، هر چی که می ده، هر چی که پیش میاره، تو قبول کن. شکر کن. حتی، وقتی که می بینین این خواست من ذهنی شما به وقوع نپیوست، شکر کن که نشده! اگر می شد، خیلی بد می شد! "

تو مینال، برای اینکه این ناله، سبب میشه که، این، اون مایه، که گفت در غزل هم، اون مایه، بوجود بیآد.

ناله، سرمایه عشقه. سکوت، هر چه بیشتر بتونیم ذهنو خاموش کنیم و طلب کنیم و آرزومند باشیم و اینکه ما از جنس زندگی بشیم، این مهمتر از همه چیز باشه، اینه که سرمایه ماست، اینه که این لحظه راضی هستیم، واقعا" از ته دل



راضی هستیم، نه من ذهنی! ها ...، نگین فلانی گفته باید راضی باشی، خُب منم راضیم، مجبورم راضی باشم، راضی نباشم چکار کنم!، این رضایت نیست، رضایت از ته دل، تا اونجایی که من ذهنی خاموش میشه. اصلاً" ش ... بکش عقب، بعنوان تماشاگر، ,, من ات ,, رو ببین,, فکراتو ببین!

ببین که این فکرها، از نیازهای من ذهنی برمی خیزه و داره به شما القاء می کنه که ناراضی باشی و ناشکر باشی و عدم پذیرش داشته باشی و اوقات تلخی راه بندازی، اینکار رو نکن. به حرفش گوش نده. اما، یک جایی دیگه مولانا، در دفتر اول بیت ۴۲۲ راجع به سایه یزدان، سایه خدا صحبت می کنه. میگه:

سایه یزدان چو باشد دایه اش

و ارهاند از خیال و سایه اش

ما که من ذهنی داریم، اگر یک سایه یزدان، پیدا بشه مثل مولانا، گوهر دل باشه، پر مایه باشه، این، دایه ما باشه، ما به حرفاش گوش بدیم، که الان داریم می خونیم و گوش می دیم، این، حرف های مولانا، مثل بادی یه که میاد، همه کسایی که گوش میدن، مثل گندم زار هستند، هر کدام یه گندم، در اون جهت، خودشونو خم می کنن. شما نیاین بگین که: مولانا رو من خم می کنم تا تو قالب های فکری خودم جا بدم. این نمیشه!

بزرگان، تک و توک، بزرگان داریم، اینکه اینطوری نیست، ما که در ایران، تا حالا، یه میلیون نفر مثلاً"، مثل مولانا داریم!، یه میلیون تا، فردوسی بوده، نبوده که!

یه مولانا بوده!، یه دونه فردوسی بوده!، یه حافظ بوده!، یه نظامی بوده!، یه عطار بوده!، خُب اینا، آدمای استثنایی بودن. یه هشیاری هایی بودند، بالاخره رفتن به جهان مادی، زودی بموقع، کشیدن عقب، روی زندگی زنده شدن، زندگی تونسته خردشو، عشقشو، گوهرشو، مایه شو، از اینها بیان کنه.

ما هم که اینقدر مشغولیم، هر روز باید بریم هشت ساعت، نه ساعت، کار کنیم، وقت نداریم به این چیزا بپردازیم و از اول هم توی یک جامعه ای با تربیت غلط بزرگ شدیم، بدلیل اینکه همه من ذهنی بودن، برادران یوسف ما را انداختن چاه، سوار فکر کردند و با فکرها هم هویت کردن، هیچ موقع به ما نگفتن که این دردها، این اوقات تلخی ها، این خشمگین شدن ها، این ترسیدن ها، طبیعی نیست!

ما الان، می فهمیم، از مطالعه مولانا و بزرگان، که: شما نباید خشمگین بشید، سالی یه بارم خشمگین شدن زیاده!، نمیشه که!، ما هر روز چهار، پنج بار، اوقات تلخی می کنیم!، کجا نوشته که روزی چهار، پنج بار، باید خشمگین شد!

,, خُب همه می شن، منم می شم دیگه! ,,

خُب، ,, همه می شن، منم می شم ,,، " پس ما، فرهنگ مونو خوندم، مولانا را خوندم، نفهمیدیم که اینها چی میگن که!، اینها گفته اند! ". در مدارس، دبیرستان ها و در دانشگاه، ما کی این چیزا را خوندم!

کی فهمیدیم سایه یزدان چیه؟، حالا، میگه:

سایه یزدان چو باشد دایه اش

و ارهاند از خیال و سایه اش



سایه یزدان، اون کسی کشیده، عقب از جهان مادی و دیگه از جهان مادی هویت نمی خواه، خوشبختی نمی خواه، زندگی نمی خواد و بقیه برکاتو نمی خواد و از زندگی، می جوشه میآد الآن، اون سایه خداست.

خدای زنده، روی زمین. اگر اون دایه ما باشه، از خیال و سایه، ما را می رهانه.

خیال و سایه، همون باورهایی ست که ما باهاتش هم هویت شده ایم و با اتفاق این لحظه، در نتیجه با خدا در این لحظه، ستیزه می کنیم و سایه می اندازیم! ما سایه داریم. همینطوری که گفتیم: یه شیشه کدر، هستیم ما، که نور از ما رد نمیشه. یادتونه مولانا، یه قصه هم داشت، گفت که:

چینیان و رومیان اومدن مسابقه بدن، رومیان اومدن آینه شونو صاف می کردن، چینیان نقاشی می کردند.

من ذهنی، نقاشی می کنه، رومی، آینه شو صاف می کنه. وقتی آینه شو صاف می کنه، خدا از طریق اونا، نقاشی می کنه، ولی چینیان خودشون نقاشی می کنن.

یک جورش هست که من ذهنی ما نقاشی می کنه که همه ش درد توشه، یک جورش هست که ما آینه مونو صاف کردیم و خدا از طریق ما، نقاشی می کنه. این، درسته.

این، درد توش نداره. الآن، برکت می ریزه. در این لحظه، زنده هستیم. در گذشته و در آینده نیستیم.

سایه یزدان بود بنده خدا

مرده این عالم و زنده خدا

پس، سایه یزدانو داره تعریف می کنه. میگه:

سایه یزدان، چیز عجیب و غریبی نیست. این بنده خداست، بطوریکه نسبت به این جهان مُرده و زنده شده به خدا.

شما کی می میری نسبت به این جهان؟

در این لحظه، تصمیم بگیرین که: ،، من، از این جهان، چیزی برای زندگی نمی خوام ،،.

معنیش این نیست که شما چیزای مادی نمی خواین ها! از چیزهای مادی، برکات زندگی را نمی خواین. شادی نمی خواین. آرامش نمی خواین. عشق نمی خواین. شما، اول باید با خدا یکی بشید، بعد عاشق بشید. اگر یه مردی به یه زنی بچسبه، یا زنی به مردی بچسبه، بگه من عاشق هستم در حالیکه من ذهنی به من ذهنی عاشق میشه، این کار، آخر عاقبت نداره. سه ماه، چهار ماه، ادامه داره، بخاطر نیازهای جسمی، بعد، اختلاف بوجود میآد و اوقات تلخی میشه روتین، روزمره.

برای اینکه من ذهنی، رابطه رو بر اساس ترس و کنترل بنا می کنه. ولی شما اگر نسبت به این جهان، مُردید و زنده شدین به خدا، آنموقع، می تونه عاشق بشید، اونموقع، عشق خدا، به عشق خدا، زندگی به زندگی، عاشق میشه.

اگر اون شخص، عشق شما رو برگردوند، به اونصورت، این، یه رابطه عشقیه.

پس دو نفر، باید به زندگی، زنده بشن، نسبت به جهان، بمیرن، بعد عاشق بشن. نه که از خدا، بپُرنند، ،، من ،، درست کنند، ،، من ،، ها، به هم عاشق بشن!.

- ،، من ،، عاشق تو هستم، برای اینکه با سوادی!، برای اینکه هیكلت خوبه!، برای اینکه پولت زیاده، از ماشینت خوشم اومده، خانواده خوبی هستی، ... ،،.



" این که عشق همیشه! "

پس، ما الآن، به خودمان نگاه می کنیم که آیا، سایه خدا هستیم؟، بنده خدا هستیم، یا بنده اجسام بیرونی؟
اگر هشیاری جسمی داریم در این لحظه، بصورت ,, من ,, برمی خیزیم، سوار بر فکر هستیم، از حرکتِ فکر هویت می گیریم، بنده چیزها هستیم.
وقتی فکرها در ذهن میآن، رد می شن و شما کوچک و بزرگ، زیاد و کم، یا خوشحال و بد حال می شید، شما بنده بیرون هستید، بنده خدا نیستید.
اگر شما، ساکن هستین در این لحظه، اتفاقات می افتن، واکنش نشون نمی دین، بنده خدا هستید. اگر واکنش نشون می دین، بنده خدا نیستید، سایه یزدان هم نیستید.
اگر شما به دروغ ادعا کنی، سایه یزدان هستید، فوراً، جهان شما ره امتحان می کنه. یه اتفاقی می افته، شما واکنش نشون می دید. معلوم میشه که سایه یزدان نیستید.
اگر واکنش نشون می دید، اینم یک مکانیسمی که زندگی گذاشته! به هر چیزی که واکنش نشون می دید، اون رو، در خودتون تقویت می کنید. اینو گفتیم بارها.
به هر چیزی که واکنش نشون می دید، اون عیب، اون نقص و اون بدی، در شما هست و این مکانیسم درست شده که شما، خودتون رو درست کنید.

دامن او گیر زوتر بی گمان

تا رهی در دامن آخر زمان

اگر شما، سایه یزدانو دیدید، دامن او را بچسبید. اگر شما، یه آموزشی دیدید، پیدا کردید، مثل آموزش مولانا که از سایه یزدان بوده، بچسب پهبش. ول نکن. در مطالعه ش، در آموزشش و در عمل، به اون، پیوستگی داشته باش.
متعهد بشو. عمل کن. خوب گوش بده. باور هاتو بنده دور و به این، گوش بده. ببین چی میشه؟، خم شو.
دامن او گیر زوتر بی گمان، هر چه زودتر!
من الآن خوشحالم که جوونا به این برنامه گوش می کنن. مخصوصاً حوالی سی سال، خیلی زیاد شده. خوبه! زودتره.
مثل ما، نمیان، شصت سال، هفتاد سال شون بشه!
حالا، برای سن ما هم، خوبه، ولی هر چه زودتر، بهتر. بی شک و تردید. بی گمان. شک نکن. با من ذهنیت شک ایجاد نکن، تا تو بیفتی در دامن آخر زمان.
آخر زمان، یعنی: کسی که زمان، که گذشته و آینده است، به پایان رسیده. وقتی ما بصورت هشیاری خودمانو از سیستم ذهن من دار بشری می رهانیم، زمان، به پایان می رسه. زمان، یعنی گذشته و آینده.
این، سیستم دویی، که هشیاری وارد میشه، فرض کن آسمان جمع بشه تو یه ستاره ای!، شیبه اونه!
وسعت ما، واقعا" به اندازه آسمانه و کش آمدن ما هم، مثل آسمانه. ما فضا گشا هستیم.
کلمه فضا گشایی، جا باز کنی، تعریف انسانه.
در این بحر در این بحر همه چیز بگنجد



مترسید مترسید گریبان مدرانید

این لحظه، زمان نیست. این لحظه، یه لحظه ابدیه، زنده هست و خداست. ما هم از آن جنس هستیم. آخر زمان، یعنی این. آخر زمان، موقعی ست که شما عملاً، متوجه می شین که دیروز و فردا، وجود نداره، فقط این لحظه وجود داره و این لحظه، زیر بنای زندگی شماست. الانم شما می تونید. همین الان، توضیح دادم، که در این لحظه ست که گذشته را بخاطر میآرید، آینده را پیش بینی می کنید. نور این لحظه ست که اون سیستم ذهنی بشری رو روشن می کنه. اگر نور این لحظه نبود، شما گذشته و آینده رو در ذهن نمی دیدید.

گذشته و آینده، جای شما نیست. به گذشته و آینده فقط برای یادگیری و پیش بینی می ریم و پیش بینی ها و یادگیری ها مفاهیم اند. جهان مفاهیمه ذهن! جهان مفاهیم، جهان زندگی نیست، جهان مُردگیه اما ما لازم داریم. ما می دونیم که اگه بریم اونجا، اونجا زندگی کنیم، اونجا، جای زندگی نیست، جهنمه و مردم آنجا زندگی می کنند!.

مردم یا گذشته اند، در گذشته اند، یا آینده. پس آخر زمان، این لحظه ابدی ست و این همان سایه یزدانه. همین شما هستید که شدین شمس تبریز و این لحظه، زندگی زنده هستید. مثل هشیاری مُرده من ذهنی، نیستید.

من ذهنی ندارید و ... ما در عمل، البته، تمرین می کنیم. اینا را می خونیم، یکدفعه متوجه می شیم که رفتیم ذهن، رابطه مان با این، اتفاق این لحظه، به هم خورد، میل می کنیم که این لحظه رو دشمن ببینیم، این لحظه رو، همیشه می دونیم که ما جسم این لحظه، اتفاق این لحظه رو می بینیم، متوجه می شیم که این لحظه رو وسیله می بینیم، برای رسیدن به یه چیزی در آینده که توش زندگی هست، همینکه که اینو، دیدید، شما برگردید. ببینید که این اشتباهه. این لحظه، زندگیه، من باید در این لحظه باشم و نور این لحظه من بیفته به اتفاقات و همیشه باید اینطوری باشم.

اگر رابطه ام با این لحظه به هم خورد، فوراً من هستم که مسئولیت آشتی را دارم و آشتی من، با اتفاق این لحظه، معادل وحدت من با خداست و هر چه بیشتر با این لحظه بستیزم، از خدا دورتر می شم. بین من و او، فاصله می افته. کما اینکه، بین خیلی انسان ها، اینقدر فاصله هست که نور خدایی، حتی نشد اش هم نمی رسه. خشک شدن، پُر از درد شدن، پُر از داگما شدن، سفت شدن. هیچی نفوذ نمی کنه. نمی فهمن. این مطالبو می شنون ولی می خوره به کله یشون، برمی گرده. همه ش می خوان تجزیه تحلیل کنن، میل به برگشت ندارن، اینقدر رفتن توی ماده و ماده شده دل شون، دیگه نمی خوان برگردن بسوی زندگی، بسوی خدا.

مطلبی از غزل شماره ۳ می خونم، کمک می کنه همه مطالب با هم. میگه:

روزی یکی همراه شد با بایزید اندر رهی

پس بایزیدش گفت چه پیشه گزیدی ای دغا

میگه: یک نفر روزی، با بایزید، عارف بزرگ، همراه شد.

درست، فرض کنید که یک سایه خدا که گوهر دله، پُر مایه هست، با من ذهنی همراه بشه. البته در ما هم، این دو تا همراهند.

آیا، در ما، فضای حضور وجود داره الان؟



الآن که، من، من ذهنی دارم، همه ش هم من ذهنی دارم، فضای حضور هم وجود داره؟
 جوابش هست: " بله ". وجود داره. فضای حضور رو ما نمی سازیم. فضای حضور رو زندگی دُرُس کرده و ... این
 آزمایشو شما بکنید که وقتی یه اتفاق عجیبِ غریبی می افته، چه دیداری، چه شنوایی، فوراً " ذهن ساکت میشه.
 یعنی اگر یه اتفاقی بیفته که صدای عجیب و غریبی بده و قیافه شم خیلی عجیب و غریب باشه که ذهن نتونه بشناسه،
 فوراً " ذهن، بن میآد.

چرا بن میآد؟

برای اینکه مقدار زیادی هشیاری حضور رو آزاد می کنه که اون، بتونه بش کمک کنه، بشناسه و در
 اون موقع می بینین که ذهن، بند میآد. اصطلاحاً " میگن: زبانم بند اومد، ذهنم کار نکرد!."
 وقتی ذهنت کار نمی کنه، اون هشیاری میآد، اختیار رو بدست می گیره. در حالت عادی، تمام اون فضا، بسته شده و
 رفته تو ذهن؛ و اون کدورت، روی آیینۀ ما را گرفته.
 وقتی می کشیم عقب خودمونو از ذهن جدا می کنیم و فکرهامونو تماشا می کنیم، موقتاً " آزاد می شیم. خودمونه می
 کشیم عقب. شما خودتونو بکشین عقب، الآن فکراتونو تماشا کنید، چه فکری می کنید؟
 من از شما می پرسم: " چه فکری می کنید؟ "

میگین: این فکرو می کنم: راجع به این فکر می کنم که شام چی بخورم؟

خُب اون، فکره. چی تماشا می کنه اونو؟، فکر رو؟

" حضور شما ". پس حضور همیشه در ما هست! فضای حضور، همیشه در ما هست؛ ولی بسته ست. یواش یواش، با
 پذیرش اتفاق این لحظه، باز میشه.

در ما هم، یک دغا، یک دروغگو، یک چیزِ دروغین بنام من ذهنی، با بایزید، بایزید سَمبِلِ هشیاری حضور، همراهه. در
 ضمن، بایزید مورد علاقه مولانا بوده، از عارفانی ست که علاقمند بوده، همینطور که در مثنوی هم بارها اسم برده، اینجا هم یاد می بره.
 پس میگه: بایزید از او می پرسه: پیشۀ تو چیه؟

پیشۀ تو چیه؟، از یه هشیاری می پرسه که رفته من ذهنی شده. اون چی میگه؟

گفتا که من خربندهام. گفت: من بنده خر هستم. من هشیاری هستم که تماماً" به جهان نگاه می کنم و در نتیجه یه تصویر
 ذهنی درست کردم که این همون خر من، دنبال این راه افتادم، ببینم این، چی میگه.

آیا ما هم اینطوری هستیم؟

شما به جهان نگاه می کنید با تغییر پارامترهای این جهان واکنش نشون می دین، دنبال شین: ببینم چی میشه؟، اون، اینه
 گفته، اونم اینو گفته، اون یکی ام اینو گفته، ... این نتیجه ش چی میشه؟

" ما خر بنده ایم! "

آیا، از سایه خدا، از حضور ما باید انرژی و خرد بیاد این جهان درست ک ... شه؟

یا اینکه خربنده ها، جهانو درست کنند؟



" جوابشو می دونید "

تا خلاقیت، برکت، از این فضای حضور نیاد به جهان بریزه، جهان، آبادان نمیشه. سامان پیدا نمی کنه.

گفتا که من خرابنده ام پس بایزیدش گفت رو. گفت: برو دنبال کارت!

یا رب خرش را مرگ ده تا او شود بنده خدا، تو بیا خرشو بگش، ولی ... شما نذارین خدا، خرتونو بکشه.

شما نذارین اون چیزهایی که شما دارین، با هاش هم هویت ین، و بر اساس جمع و ترکیب اینها، یه خر درست کردین و

سوارش شدین، این خرم، خرِ فکریه. به هر حال، این خر، ما رو زمین می زنه.

اینم مکانیسمی که خدا گذاشته در خرِ فکر، که ما را زمین بکوبه که امروز خواهیم دید:

ما، پا شیم بگیریم: چرا افتادم زمین؟، چرا دردم اومد؟

آدم هشیار، یه بار باید ... مثلاً " اوقات تلخی کنه، گرفتار بشه، تا یاد بگیره گرفتار نشه.

شما یه بار اوقات تلخی می کنی، از خودتان بپرسید: چرا اوقات تلخی کردم؟، چرا خشمگین شدم؟، این خشم بدن منو

خراب می کنه، سوار کدوم فکر بودم؟، از خودتون بپرسید. نذارین دومیش بیاد!

امروز در این مورد، از مثنوی مطلبی خواهیم خوند؛ ولی همین حرفه. همین الان، شما یاد گرفتین، خر این دنیا، ما را

زمین می زنه، بعنوان هشیاری پا می شیم، یک لحظه می کشیم عقب، نگاه می کنیم، میگیریم:

خیلی خُب، من دیگه سوار نمی شم. سوار این حرص بودم، از این ماده، از این کار، از این آدم، هویت می خواستم،

خوشبختی می خواستم و این، شده بود دل من و چسبیده بودم، این، زد منو زمین. این، از این موضوع، من چی یاد می

گیرم؟

بشینم تا آخر عمرم به این آدم فحش بدم، بگم که این، باعث شد؟، یا من سوار فکر بودم!.

یا از این خر فکر، پیاده شم؟، کدوم یکی رو می خواین شما عمل کنید؟، از خودتون بپرسید.

عمل تان باید پیاده شدن از خرِ فکر باشه که بنده خدا بشید. گفت، بایزید گفت: خدایا، خر اینو بگش ...

خر اینو بگش، یعنی چی؟

تمام اون چیزهایی که این، باش هم هویت شده، اونا را بگیر؛ ولی هر دفعه که یکی از اینها را بزور از ما می گیره، ما

دردمون میاد، یکی شو گرفت، بقیه رو شما بندازین خودتون. اینه کلید که: شما الان، از خودت بپرسی:

من چرا درد می کشم؟

وقتی می خوای جواب پیدا کنی، نگو که همسرم باعث میشه، رئیس باعث میشه، سیاستمداران باعث می شن.

اوضاع باعث میشه، بگو: ،، من سوار فکر هستم ،، برای اینکه بنده خدا نیستم، برای اینکه سایه یزدان نیستم، وگرنه از

درون من، آتشفشان خرد، شادی، به جهان می ریخت.

خودم ازش فیض می بردم. من از جهان بیرون، اینا را می خوام. جهان بیرون، هی زیاد و کم میشه. جهان بیرون، از

بین میره و من می مونم. هر دفعه اینو تجربه می کنم، ولی ازش یاد نمی گیرم.

خُب شما برگردین بگین: خدایا منه آگاه کن و خر منو بگش.

بشینین کنار، بذارین خدا خره بگشه.



یه مطلبی هم، از غزل ۱۹۸۱ می خونم که ببینیم آیا، چه چیزی در سامان دادن جهان و سامان دادن زندگی ما موثره؟ اصلی ترین چیز، چیه؟ اصلی ترین چیز، اینه که شما همین دل گوهر شده رو نورانی تر کنید، تا از درون تان این برکت به این جهان بریزه.

هر موقع، یه اتفاقی افتاد که می خواد شما ره صرفنظر بکنه، شما ره عصبانی بکنه، شما واکنش نشون بدی و برین به ذهن، نرین و بگین که: من باید این برکتو بریزم به این جهان.

مطربا بهر خدا تو غیر شمس الدین مگو

بر تن چون جان او بنواز تن تن تن تن

مطرب، شما هستی. تو رو خدا، غیر از نام شمس دین، غیر از نام خدائیت زنده در دل تون، چیز دیگه ره نگو. به چیز دیگه نپرداز.

اینه که فقط جهانو آبادان می کنه و وقتی که لطیف شدی، دلت بی نهایت شد و فضا دار شدی و یواش یواش از جهان خودتو جمع و جور کردی، شدی یه تیکه، در اینصورت، دلت لطیف میشه، جائنم لطیف میشه، تنت ام لطیف میشه و این تن چون دل رو بنواز.

پس شما، این حالت حضور رو و دل گوهرینو حفظ می کنید، می دارید هم زندگی بنوازه، هم خودتن بنوازید. خودتون و زندگی یکی هستید و این برکتو به جهان بریزید و هیچ موقع قبول نکنی که آهنگ دیگه ای بزنی. در اینجا، شمس دین، حضور بسیار زیاده. انسانی ست که به هشیاریش آگاه شده. هشیاریس که روی خودش منطبق شده. زندگی س که روی خودش قایم شده در این لحظه و به ابدیت زنده شده، نمی ترسه. ساکن روانه.

یادتونه هفته قبل خوندیم:

کی شود روان من ساکن

این چنین ساکن روان که منم

یعنی ما اومدیم در این لحظه، ساکن شدیم و روانیم. از این سکون ما، برکت های زندگی روانه به این جهان.

و اگر شما سکونتونو را حفظ کنید، یعنی واکنش نشون ندین، کم نمیشه این روانی.

وه، چه بی رنگ و بی نشون که منم، (اول غزل میگه)

کی ببینم مرا چنان که منم

به به!، میگه: وه!، چه بی رنگ و بی نشون هستم!.

در " اونجا "، رنگ نداریم ما. وقتی سکون داریم، رنگ نداریم، نشون نداریم! در من ذهنی ما نشون داریم. کی هستی؟

- اسمم اینه ...

اسم شما یه مفهومه!.

- اسم پدرم این ... بوده. ایرانی هستم. تاجر هستم. دو تا بچه دارم. همسر دارم.

این هویت نیس، اینا هویت های مفهومیه! اینا نشون های این جهانیه. ما اینا ... نیستیم!.

اینا ... خوابه. اینا ... تجربیاته. بی رنگ و بی نشونی ما هستیم!.



کی ببینم مرا چنان که منم

ما با چشم نمی تو نم ببینم اونطوری که من هستم، با گوشم نمی تو نم بشنوم، فقط باید اون، بشم.

گویی اسرار در میان آور

کو میان اندرین میان که منم

به من میگه اسرار رو بگو. اسرار که به حرف در نمیآد!، به کلمه در نمیآد!، به مفهوم در نمیآد! ما باید بدونیم، ما میان

نداریم. وقتی ساکنِ روان میشیم، عمق بی نهایت پیدا می کنیم. بارها گفتیم، بازم بگیم:

خدا دو تا خاصیت داره: بی نهایت و ابدیت. این دو تا خاصیت، بی نهایت و ابدیت، جنس ما را هم تعیین می کنه. به

درجه ای که در این لحظه ساکن هستیم و به جهان بیرون واکنش نشون نمی دیم، کوه هستیم، کوه حلمی شمس تبریزی!.

آخر غزل. تو کوه حلمی.

کوه که ... به باد ... احترامی نداره. کوه در مقابل کاه هایی که، ذراتی که باد میاره به کوه می زنه، اثر نمی پذیره.

کوه، بی نهایت ماست. سنگینی ماست در این لحظه. نه بصورت من ذهنی؛ بلکه حلم. حلم یعنی فضا داری، توانایی

پذیرش. یعنی این لحظه، هر اتفاقی بیفته، من می تو نم بپذیرم. من می تو نم فضا رو باز کنم، فضا گشا بشم. کوه حلم یعنی

این. کوه حلمی شمس تبریزی، دو عالم تخت تو!.

دو عالم، یعنی فضایی یکتایی و عالم فرم. یعنی شاه هر دو جهان هستی. پس در این حالت ساکنِ روان، شاهش، هر دو

جهان هستین شما. برای اینکه در آن جهان هستی، برکاتت می ریزه به این جهان، در این جهان سازندگی می کنی،

خلاقیت می کنی، می سازی، پس و رای همه این جهان هستی. چرا؟

برای اینکه از اتفاقات، هویت نمی خوای.

شما مستقل از اتفاقات باشی، میرید و رای همه اتفاقات این جهان. همه فرم های این جهان. چون شما که از اتفاقات هویت

نمی خوای. ولی ...، اگر وابسته به اتفاقات باشی، ذلیل میشی!.

پس، ما، فقط، به، حالت حضور عمیق مون متکی هستیم و نام اونو می بریم. نام اونو می بریم، همش حواس مون به

اونه.

تا شود این نقش تو رقصان به سوی آسمان

تا شود این جان پاکت پرده سوز و گام زن

شما می تونی این کار را بکنی؟، مطرب شما هستید.

مطرب، یعنی شاد و شادی بخش. حضور ما شاده، از جنس شادیه و می ریزه به جهان، شادی بخشه. تا این نقش ما چی

میشه، اونموقع؟

نقش من ذهنی، آب میشه و بصورت هشیاری مطلق میره به آسمان. میره به آسمان، یعنی آسمان درون خودمانو باز می

کنیم. اون چیزی که زندانی شده بود و وسعتش بی نهایت بود، اینم بگم، اینم از اون چیزهای عجیب و غریبه که یک

" نه چیزی " که ما باشیم، گوهر ما، اصل ما، از جنس بی نهایت، کوچیک میشه، میره توی یه جسم، اسمشو می داریم:

" بی نهایت کاهش! "



یعنی، اینم کارهای خ، از معجزات خداییه که چطوری، یه، یه " نه چیز "، میگم: " نه چیز "، برای اینکه .. چیز ..، نیست!.. هشیاری حضور، از جنس .. چیز ..، نیست. " نه چیز "، م که میگیم، بهش، باید یه کلمه بگیریم دیگه!

و... بره آسمان خودشو باز کنه، بشه آسمان، تا این جان پاکت، بشه پرده سوز و گام زن.

این، این جان پاک ما، اگر ما مهلت بش بدیم، این روان ما، پرده ما رو می سوزونه. نه تنها اون، سایه خدا، گوهر دل، پُر مایه، سایه های خودشو با آفتابش روشن می کنه، بلکه سایه های دیگرانم روشن می کنه، پرده سوز میشه.

پرده من ذهنیه. پرده چیه؟

پرده، مقاومت، مثل ترمزه. هر چقدر بیشتر ترمز می کنید، در اینصورت فاصله شما از خدا، بیشتر میشه این پرده ست. هر چقدر کمتر مقاومت می کنید، یواش یواش، یواش یواش، پرده کم میشه، هر چه بیشتر با اتفاق این لحظه آشتی می کنید، پرده کمتر میشه، کمتر میشه، یک جایی، شما با زندگی یکی میشید.

اونموقع شروع می کنین به گام زدن!..

اتفاقاً! پرده سوزی، قدم زدنم هست. هشیاری زندانی شده، نمی تونه قدم بزنه!.. آزاد نیست.

شما چه جوری می تونید بصورت هشیاری حرکت کنید، وقتی .. من .. دارید؟، نمی تونید.

چه جوری می تونی رقصان بشید، در حالیکه چیزهای این جهانی رو محکم گرفتید، هشیاری که چسبیده به چند تا چیز و ترس داره، این، می تونه برقصه؟

رقص ما، موقعی ست که: شما ساکن روان هستید، به هیچی، واکنش نشون نمی دین، اتفاقات می افتن، چیزها زیاد و کم می شن، یکی متولد میشه، یکی می میره، شما واکنش نشون نمی دید، همه چی می رقصه!..

رقص شما، معادل رقص فرمه. اگر وضعیت ها در زندگی شما، آزادانه، با ظرافت، با موزونی دارن حرکت می کنند و شما با من ذهنی تون مقاومت نشون نمی دین، در واقع، دارین می رقصین.

یعنی زندگی می رقصه در شما!..

اگر نه، کنترل دارین: اون، نباید اون کار رو بکنه، این، نباید این کار رو بکنه، اون رفته اون کار ره کرده، اون یکی معنی اینه، مه همه رو، د، زیر کنترلم دارم، همه حواسم اینه که این چیزها، یه موقعی، زیاد و کم نشن، کسی حرکت بیجا نکنه، کسی بدون اجازه من حرف نزنه، .. من .. رئیس.

اینکه همیشه که!.. این رقص زندگی نیس!..

شما پرده سوس، این پرده س. این کنترل. این ترسه. من ذهنی زندگی را می ذاره روی ترس و کنترل. شما ببینید چقدر اختلافات ...، چقدر گرفتاری در خانواده ها هس!..

اکثر خانواده ها، بر اساس ترس و کنترل. زن و شوهر همدیگر رو کنترل می کنن. وقتی شما بخوای یه جریاناتی رو کنترل کنی، ترسم داری، برای اینکه حواست باید باشه که یه موقع، یکی، پا از اندازه اش فراتر بذاره، یه موقعی، مطابق میل شما نباشه!.. گ

من ذهنی، فرمول داره برای همه چیزی. شما الگو داری: اون، باید اونطوری باشه، این، باید اینطوری باشه، این کار، باید اونطوری باشه، ... اینکه رقص نیس که!.. این گرفتاریه!.. این پرده ست!.. پرده بین شما و خداست!..



شمس دین و شمس دین و شمس دین می گوی و بس

تا ببینی مردگان رقصان شده اندر کفن

تو فقط، شمس الدین بگو. شمس الدین، مفهوم نیست.

شمس دین و شمس دین و شمس دین بگو. یعنی: این لحظه، حضور. لحظه بعد، حضور. آفتاب حضور. لحظه بعد، آفتاب حضور.

یه لحظه، حواسم پرت شد، می خوام با این لحظه دعوا کنم، اتفاقی افتاده که من می خوام واکنش نشون بدم، مچ خودمو می گیرم، برمی گردم. میگم: مولانا گفته: شمس دین و شمس دین و شمس دین و. همش شمس دین می گوی و بس!.

یعنی چیز دیگه نگو.

حواس تان باشه که مولانا، در زمان مغول بوده. اینکه میگه: شمس دین و شمس دین و شمس دین، همش شمس دین و بس، همش حضور و بس، آیا مولانا نمی تونست در زمان مغول، نصف اشعارشو به اصطلاح، بصورت ناسزا، به مغول ها بگه؟، نمی ... ، بلد نبود؟، فحش بده ...، ناسزا بگه ...، واقعا "خرابی های اونها رو بیان کنه ...، یه مقدارم زیادی بگه، زیاده گویی و اینها...، چه، چه کارها کردن ... ، اونها رو نمی تونست بگه؟

چرا نگفت؟!.

امروز که جهان آشفته هست، مخصوصا" در قسمت خاور میانه، شما بهتر از من می دونید، مثل اون زمان، اون زمان البته بدتر از این زمان بوده! مولانا میگه: شمس دین و شمس دین و شمس دین.

یعنی: حضور، حضور، حضور، حضور، فقط فقط حضور، دیگه، چیز دیگه نه! تا تو ببینی که همین مردگان، فتنه ها رو همین مردگان ایجاد می کنن! مردگان، خواب آلود هستن. مردگان، در ذهن مُرده اند، کفن شون همین فکر هاست! مردم در فکر هاشون زندگی می کنن، در ذهن شون زندگی می کنن، کفن شون، ذهن شونه.

میگه تو شمس دین بگو، اینه که زنده می کنه، تا مردگان رو ببینی شروع کردن تو کفن شون، یعنی تو ذهن شون، به چی؟، " به رقصیدن ".

پس میشه آدم ها رو زنده کرد. آدم هایی که دل شون سفته، اینها زنده می شن، در صورتیکه تا بش خورشید وحدت، به اونا بخوره، تابش دل سایه خدا به اونا بخوره، اونا زنده می شن. نه با ناسزا گویی، نه با جنگ، نه با شکست دادن. البته برای من ذهنی، قبول این مطلب، مشکل یا غیر ممکنه.

ولی اولم گفتم: ما این مطالبو می خونیم، خودمونوخم کنیم. نمی خونیم که اینها رو در قالب های فکری مان یه جوری جا بدیم و بعضی جا، جاها هم بگیم که: ,, بابا، اینا که اون موقع بلد نبودن ,, " نه "، بلد بودن. شاید ما بلد نیستیم!.

آفتاب و چرخ را چون ذره ها بر هم زند

وز جمال خود دهدشان نو به نو سرمایه ای

اومدیم به غزل.



اول گفته با حسرت: ای کاش ما همون سایه خدا بشیم که دلش مثل گوهر می درخشه دائماً، عشقو تشعشع می کنه. زیبایی رو تشعشع می کنه. اونا، مایه هستن. شادی رو تشعشع می کنه. آرامش رو تشعشع می کنه. این چکار می کنه؟ تمام سیستم من ذهنی رو به هم می ریزه.

آفتاب و چرخ، برای ما. آفتاب، نور می اندازه. ما می بینیم. حس های ما به نور آفتاب بستگی داره و دو تا مطلب مولانا بیان می کنه:

یکی، سیستمی که بر اساس حس؛ و روشنایی حسی، ما درست کردیم، با خورشید عقل من ذهنی. خورشید عقل من ذهنی، که خورشید توهمیه و این چرخ درونی ما رو که چرخ ذهنه، اینا رو به هم، مثل ذره ها به هم می ریزه. اون، سایه خدا به هم می ریزه و یه اشاره ای هم به این داره که این سایه خدا، یعنی شخص شما، وقتی به حضور کامل زنده می شید، یک انرژی، یک برکتی از خودتون ساطع می کنید که تمام جهان به اون احتیاج داره، حتی جمادات.

آفتاب و چرخ را چون ذره‌ها برهم زند، برمی گردیم به سیستم آفتاب من ذهنی و ذراتش. از چی درست شده؟

ما، یه عقل داریم، که میگه: ،، هر چه بیشتر، بهتر ،، عقل جمع کرده. عقل مقایسه ست. الگوها داریم، الگوها را فعال می کنیم. در الگوها ،، من ،، هست. تمام این سیستمو مچاله می کنه، به هم می ریزه، مثل ذرات. ذره سری ذره بریز، چه جوری میشه به هم ریخت!، اون سایه خدا، با تابش عشقش این کاره می کنه. با تابش خردش. شما می بینین که از وقتی که این مولانا را می خونید، مثل ذره ها، شما را به هم ریخته، یا نه؟ البته که به هم ریخته. خیلی از شما بینندگان، دردهاتونو انداختید. هم هویت شدگی هاتونو انداختید. توقعات تانه انداختید، ترس هاتونو انداختید. رنجش هاتونو انداختید. کینه هاتونو انداختید. دیگه ملامت نمی کنید. مسئول هشیاری تون هستین الان. وقتی می ری به من ذهنی، میگن: ،، من خودم رفتم، من، نباید می رفتم ،،

صبر دارید. قانون مزرعه رو عایت می کنید. قانون جبران رو عایت می کنید. قانون تعهد رو عایت می کنید. میگید: من باید متعهد به این باشم. به این مطالب. من اینا را باید یاد بگیرم ... و عمل کنم. من نباید سطحی باشم. من نباید مطابق میل مردم زندگی کنم. من نباید به چیزی عمل نکنم؛ ولی تظاهر کنم که عمل کردم. لازم نیست این! اصلاً نظر مردم مهم نیست، من تأیید مردم نمی خوام، من اسیر شدم! روی پای خودم ایستادم. من زندگی هستم. من خدائیت هستم. خدا از طریق من می خواد سایه خودشو زنده کنه. نورشو به جهان بتابونه. من مسئول این کار هستم. من کم نیستم ،،

اینها را شما یاد گرفتین میگین.

آفتاب و چرخ رو چون ذره‌ها برهم زده!

وز جمال خود دهدشان نو به نو سرمایه‌ای. از نوری که از جمالش ساطع میشه، در واقع، از این، دلش ساطع میشه، نو به نو، سرمایه می ده. اما، شما این سرمایه رو از دل خودتون می گیرین. هر کسی از دل خودش می گیره.

پایینم میگه. پایین میگه:



این سسایه های خدا در روی زمین، آدم ها رو به دل شون، وصل می کنن. آدم ها را به خدا، وصل می کنن. آدم ها رو به زندگی، وصل می کنن. یه لحظه، شما زنده می شین به زندگی، با گوش دادن به حرف های مولانا، یه دفعه، متوجه می شین که عینک بدی تو چشم تان بود. یه لحظه، کافیه که ببینی، که شما هستین که همه دردها ره بوجود میآرین و شما می تونین جلوشو بگیرید و هر کسی مسئول این کار، در خودش و شما میگی:

«، من روی خودم کار می کنم،، و هر کسی روی خودش کار می کنه و من زندگی می کنم، روا می دارم دیگران هم زندگی کنن، یواش یواش، من عامدانه و قاصدانه، خلق می کنم. جهانا آبادان می کنم و اون انرژی رو می ریزم به اون چیزهایی که خلق می کنم و این دانسته ست، هشیارانه ست، من می دونم چکار دارم می کنم.

قبلا" گیج بودم. در غزلم هست. قبلا" چه جوری بودم؟

قبلا" هر جایی بودم، قبلا" یاوه بودم، بیهوده کار می کردم، کار بی مزد می کردم، خودمو در اینجا ... سرمایه گذاری می کردم، بعد، می بردم اونجا ... سرمایه گذاری می کردم، اصلا" نمی فهمیدم که این دو تا با هم متضادند! پس، شما بعنوان یک انسان عارف، سبب می شین انسان های دیگه، یه لحظه به دل اصلی شون وصل بشن. یه لحظه، خودشونو بشناسن، بعنوان خدا.

بفهم کی هستن. حداقل، این سوالو بکنن؟،، من کی هستم؟،،.

مه الان می بینم، بینندگان گنج حضور، یواش یواش، اون سوال ها رو که من ذهنی می کرد، رها کردند. این سوال اصلی پیش اومده: ،، من کی هستم؟،،.

یواش یواش زنده می شن به اون. فهمیده ان که با ذهن نمی تونن به این، جواب بدن و باید بش زنده بشن و دارن می شن.

عشق و عاشق را چه خوش خندان کنی، رقصان کنی

عشق سازی، عقل سوزی، طُرفه‌ای، خودرایه‌ای

پس، چه راجع به سایه خدا صحبت می کنیم، چه راجع به خدا صحبت می کنیم، زندگی صحبت می کنیم. گفتیم سایه خدا، همون بنده خداس که تماما" زنده شده به زندگی. پس، اون شخص، یا خدا بوسیله اون شخص، اینم بگیم:

خدا یا زندگی، بوسیله انسانه که می خواد اون انرژی را به این جهان بتابونه. اصلا" ما برای این کار، خلق شدیم. ما برا این، خلق نشدیم که بیایم اینجا، بگیم: ،، هر چه بیشتر، بهتر ،، و زجر بکشیم، یه سری مال جمع کنیم و بمیریم بریم!. برای این، خلق شدیم.

همه این اموال که ما جمع کردیم، خُب البته، یه مقدار رفاه مادی داشته برای ما، که معمولا" خیلی خیلی بیش از اونو ما جمع کرده ایم و بعدشم می دونیم خواهیم مُرد و مقدار زیادی از این اموال حتی مثل اون مار می مونه. میگه که کسی، از مارگیری، مارشو دزدید و فکر می کرد از احمقی، این، برکتیه!. ماره، زدش. مُرد. افتاد. مارگیر رفت گفت: آ... این، مارِ منو دزدیده بود!.

خیلی موقع ها، این مال هایی که ما می دزدیم، مارِ مارگیره. در اصل، مارگیر خداست. ما، این مارها را از او می دزدیم، ما را می زنه!. خیلی ها نمی دونن که: هر چه بیشتر، بهتر، دارن مار می دزدن!. حواس شون نیس و مارها می گزدشون.



این دردهایی که ما داریم ...، اون، مارها گزیدند! حواس مون نیست.

اما، میگه: تو عشق و عاشق را، عشق، فضا داری ماست. فضا داری ما، فضا گشایی ما، حس ریشه بی نهایت در این لحظه، ساکن روان، وحدت ما با خداس.

وحدت ما با خدا، تبدیل ما به خدائیت، کشیدن خودمانه از جهان و زنده شدن با " اون " و بی نهایت شدن، این، عشقه و مام عاشق هستیم، اونموقع! معشوقم هستیم. عشقم هستیم. اونموقع ما، خندان می شیم. رقصان می شیم.

خندان می شیم، برای اینکه انرژی و شادی بودن و زندگی که از جنس آرامشه، وقتی حرکت می کنه، ش تبدیل میشه به شادی در ذرات وجود ما، در ما می جوشه. ارتعاش می کنه و ما خندان می شیم، بی سبب.

کاری به بیرون نداریم ما! حالا، با این حالت ما، بیرون ام سرو سامان پیدا می کنه؟

" بله ". فقط بیرون، در این حالت سرو سامان پیدا می کنه. شما مقاومت نمی کنین به اتفاقات بیرون. جهان دارین آبادان می کنین.

آیا بچه شمام، عشق می گیره؟، " بله ".

از کنترل عشق می گیره؟، " نه ". نمی گیره.

از ترس شما، عشق می گیره؟، " نه ". نمی گیره.

از رنجش شما، می گیره؟، " نه ". نمی گیره.

از خندان بودن شما، چی می گیره؟، " برکت، شادی، عشق ". بچه های ما به عشق احتیاج دارن، نه به پول!

البته که ما باید بالاخره، زندگی اونا را تأمین کنیم؛ ولی شما بدونین که: هشتاد در صد، بیشتر، به عشق احتیاج دارن، بیست در صد، به چیزهای مادی.

ما صد در صد، حواس مونو دادیم که باید پول جمع کنیم و با این دف زندگی بچه هامونو تأمین کنیم و فلان و اینا ...

اینجا، بهانه س. اینا، بی خبریه.

م من اگر جوان می شدم، شاید در سی سالگی، بیست و پنج سالگی، دوباره می اومدم، روزی، بگم دیگه ت ... حداقل، چهار ساعت، با بچه هام وقت می داشتم. نه که همه حواسم، خونه ام که باشم، برم ... یه چیزی ...، د در شرکت باشه،

که: ,, اگر من، اون معامله رو بکنم، اونطوری میشه، پولم زیادتر میشه ... ,,

و ... رابطه، اونموقع، رابطه عشقی میشه. رابطه بر اساس جدایی نمیشه. حواس ما به بیرونه، همانطور مثل آدم آهنی، یه جسم، با یه جسم دیگه، یه روابط خشکی داریم که عشق نیس. باید خندان بشیم. رقصان بشیم. گفتم:

رقصان وقتی می شیم که ما، اجازه می شدیم وضعیت ها در بیرون، آزادانه، برقصند. ضرر می کنیم، ضرر می کنیم!.

پول مان زیاد میشه، زیادتر میشه، سود می کنیم. قیمت خونه مان میره بالا، میاد پایین، انسان ها مهمتر از همه هستند. زندگی ها مهمتر از همه هستند. همه اش میگیریم: شمس دین و شمس دین.

میگه: تو عشق می سازی، عقل می سوزی، راجع به همون سایه خدا، داریم صحبت می کنیم.

یه چیزش شگفت انگیزی هستی، طرفه ای، مثل تو نیست.



هشیاری که بصورت انسان می‌آید به این جهان و بره به ذهن و برگردده روی خودش قائم بشه و انسان ام زنده باشه، یه چیز طُرفه و عجیبِ غریبی ست که در این جهان، نظیرش نیست. امروز در مثنوی هم می‌خونیم و این، خودرایه‌ست. خدای زنده ست.

آیا، شما می‌تونید اینطوری باشین؟، " بله "

خودرایه بودنِ زندگی، یا انسان به حضور زنده شده، در واقع، خدا راییه، در مقابل خواهش های من ذهنیه.

من ذهنی، نیازهایی داره، می‌خواد زندگی اونطوری پیش بره، نمیره!.

امروز دو بار، این خود راییی رو ما آوردیم.

خودراییی خدا، خوبه، زندگی، خوبه، خودراییی من ذهنی خوب نیست.

شما اگه خود راییین، باید نگاه کنین که: این خودراییی شما، بر اساس این لحظه س؟، بر اساس زندگی؟، زندگی زنده

هست؟، یا نه، بر اساس من ذهنیه؟، من ذهنیه، کار خرابه!.

بر اساس خداست، خیلی خوبه.

بر اساس خداست، به منافع نگاه نمی‌کنیم. منافع بیرون!.

میگه: ,, من، ما، دروغ بگم، اینجا ... پنج هزار دلار گیرم می‌آد ,,، " نمیگید " . ولش می‌کنیم میره، این سودا رو نمی

خوایم. خود راییی زندگی ره می‌خوایم. خودراییی زندگی، مآلاً" به نفع شما تمام میشه.

خود راییی من ذهنی، مآلاً" ما رو به زمین می‌زنه. اصلاً" محاله، نزنه!.

جهان ما را با اتفاقاتش زمین می‌زنه، تا مشخص بشه که: ما من ذهنی داریم!، و این مکانیسم برای اینه که گفتم:

ما سوار فکر شدیم، اسب وحشی من ذهنی، که دردمان می‌آد، درد ما را بیدار کنه که: ما چکار داریم می‌کنیم!.

ابیاتی از مثنوی می‌خونم که بسیار بسیار ساده ست، بسیار بسیار مهم، مربوط به کار ماست. به کار امروز ما.

این بیت از دفتر اول، از بیت ۱۱۳ شروع میشه:

گرچه تفسیر زبان روشن‌گرست

لیک عشق بی‌زبان روشن‌ترست

تفسیر زبان، یعنی: مقایسه مفاهیم. ما الان، تفسیر زبان می‌کنیم.

تفسیر زبان، اینکه ما بگیم: زندگی، اینه و با مفهوم بگیم: انسان، اینطوریه، یا تشبیه خدا به عدم، به فضای خالی، به

دریا، همه اینها، تفسیر زبانه، تا حدودی روشن‌گره. حرف هایی که می‌زنیم الان به ذهن، کاملاً" درست نیست.

ما نمی‌تونیم حتی اسم، روی خدا بذاریم، کلمه خدا هم، گول زنکه. کلمه زندگی هم، گول زنکه. هر کلمه ای، فریب

دهنده ست. برای اینکه: کلمه مربوط به زبانه، مربوط به مفهومه، مربوط به ذهنه.

هر کلمه ای که به کار می‌برین، یا بغل هم می‌چینی، جمله می‌سازید، یه چیزی رو می‌گیم ما، این نمی‌تونه کاملاً"

درست باشه. این، قرار ره با هم گذاشته ایم ما.



ولی، تا حدودی، روشن می‌کنه. همهٔ اینا ... انگشت اشاره ست. به چی؟، به عشق بی زبان.

عشق، زبان نمی‌خواد. عشق، به ذهن احتیاج نداره.

عشق، موقعی ست که ما از ذهن زابیده می‌شیم، زنده می‌شیم به خدا. این، عشقه و اینو، دیگه همیشه به فکر در آورد. به فکر همیشه گفت.

پس، هر کسی، کلماتو پشت سر هم می‌چینه و یه جمله درست می‌کنه میگه: این جمله خداییه " همچو چیزی نمیشه "

خدا توی این جمله هس، اگر این جمله رو یک جور دیگری بگین، همه چی غلط میشه، همچیزی ما نداریم!

خدا، توی جمله جا نمیشه. اتفاقاً " الان، پایین توضیح می‌ده.

حالا، از این، چه نتیجه می‌گیریم؟

نتیجه می‌گیریم که: تا زمانی که تو ذهن هستیم، ما باید بسیار احتیاط کنیم، یه دفعه، یه حرف نگیم بهش بچسبیم، بگیم:

،، این بهترین حرفه! بهترین نوع بیان، اینه و این، عشقه و این، حقیقته و این خداست و جور دیگه ای ام نمیشه ،،

ای، معنیش این است که ما با یه سری الفاظ، که بوسیلهٔ زبان درست شده، بوسیلهٔ تارهای صوتی ما درست شده، کلمات،

بوسیلهٔ اینا، درست شده، در چیزی که بوسیلهٔ تارهای صوتی انسان درست شده، خدا رفته توش.

" همچی چیزی نمیشه "

اصلاً "مام نباشیم، در غزل میگه که: تو برو از بالا، از بالای ...، اسمشو گذاشته قایه.

در نهان و در آشکارش، می‌نگر از قایه ای.

کوه حلمی شمس تبریزی، دو عالم تخت تو

بر نهان و آشکارش می‌نگر از قایه‌ای

قایه یعنی: جای بلند. صخره، کوه. از جایی که همه چی دیده میشه.

انسانی که زنده س به زندگی، با عمق بی نهایت در این لحظه، و رای همهٔ دنیاس، چون این هیچ اتفاقی روش نمی‌تونه

اثر بذاره. عمق بی نهایت ام داره. یعنی عمق خدا را داره. از جنس ک چ خداس. اگه باشه همچی چیزی!.

گفت: این طرفه ست، این چیز شگفت انگیزیه!

اگه همچی چیزی باشه، خود رایه ام هس. یعنی کاری به اتفاقات این جهان نداره. اون د اونه که اتفاقا تو تعیین می‌کنه

چی باشه! در حالتی که ما زیر نفوذ اتفاقات هستیم.

پس ما باید، تبدیل بشیم. از من ذهنی تبدیل بشیم به هشیاری حضور، که بشیم: عشق بی زبان و بدونیم که کلمات، بوسیلهٔ

تارهای صوتی زبان ما و در دهان درست میشه. در کلمات، خدا، جا نمیشه. در نوشته‌ها جا نمیشه. ولی، ما از اون

جنس هستیم، به اون جنس، می‌تونیم تبدیل بشیم. جنس ما اونه. که خود خدائیت، اومده کوچیک شده، الان می‌تونه در ما

دوباره همون بی نهایت بشه. ما باید اجازه بدیم. با همین صحبت‌ها که می‌گیم، به زبان، نجسب. به کلمه، نجسب.

حالا، باعث میشه، این صحبت‌ها باعث میشه شما، سوار فکر نشین.

سوار فکر یعنی: از حرکت فکر در ذهن، هویت نگیرین. زیاد و کم نشین. خوشحال و غمگین نشین. این، یعنی هم

هویت شدگی با باورها و فکرها.



چون قلم اندر نوشتن می‌شتافت

چون به عشق آمد قلم بر خود شکافت

مشخصه معنیش. در ذهن، قلم تند تند می نویسه، راجع به عشق، راجع به خدا. راجع به چیزهای این جهانی.

راجع به این چیزای این جهانی میگه، می نویسه. البته، بیشتر مردم، خدا را هم جزو چیزای این جهانی کردن برا اونم می نویسه. هر چه دل شون می خواد می نویسه.

وقتی به عشق اومد قلم، شکافته شد. قلم وایساد: نمی تونم بنویسم!.

عشق، حالتی ست که ما زنده می شیم به زندگی. از ذهن زاییده می شیم. با زندگی یکی می شیم. بی نهایت می شیم.

ساکنِ روان می شیم. دیگه هر چه از ما تشعشع می کنه، تشعشع می کنه.

اون، عشقه و اینو به ج ن س ق به قلم در بیاری، میشه یه چیزِ ذهنی. که خشکه. چیزِ ذهنی، چیزِ خشکه. مربوط به مفاهیمه.

شما می‌گین: گل، این یه کلمه س. مفهومه. یه دفعه ام گل زنده را می بینید. گل زنده، زیباست. رنگینه. جان داره.

شما جان دارید، اما یه اسم داری. اسم شما، مفهومه. خودِ شما، زنده هستی.

اسم شما، هیچ موقع زندگی زنده در شما را بیان نمی کنه. پس بنابراین: ما نمی تونیم عشقو بنویسیم. به عشق باید زنده بشیم.

عقل در شرحش چو خر در گل بخت

شرح عشق و عاشقی هم عشق گفت

واضح: عقل، ذهن، نوشته ها، خوانده ها، مفاهیم و سر هم کردن، پشت سر هم چیدن جمله ها، عشقو بیان نمی کنه.

برای اینکه فضای ذهن، فضای مفاهیمه. مفاهیمه. فضای زندگی نیس، زندگی زنده نیس.

عشق، زندگی زنده در این لحظه س.

پس عقل، که از ذهن برمی خیزه، نمی تونه عشقو توضیح بده.

شرح عشق و عاشقی هم فقط عشق میگه. شما باید به زندگی زنده بشید، از جنس عشق بشید، عاشقی بکنید، نه با عقل تون.

فرق داره با اینکه زندگی زنده بشید، بچه تونه زندگی زنده ببینید، زندگی زنده با زندگی زنده، بده بستان عشقی داشته

باشه، یا شما من ذهنی بشین، جسم بشین، اونم یه مجسمه بگیرین، کلماتو به همدیگه، مثل گلوله، توپ، پرت کنید. یه

چیز بی روح، شما به اون پرت کنید، یک چیز بی روح هم، اون به شما پرت کنه.

دوباره همینطور، بین آقا و خانم. اون، عشق نیست. اون، تبادل اجسامه.

فکر جسمه، عشق نیست. ولو اینکه به کلام بگه من دوستت دارم، عاشقت هستم، چقدر زیبا هستی، اینا ... عشق نیست.

شما باید به عشق بیایی، تا زنده بشی. زندگی زنده رو منتقل کنی.

گفت که: گوهر دل و پُر مایه. اون گوهر دل باید بشی، مایه رو منتقل کنی و بچه های ما، آنتن های مخفی دارن. نه تنها

بچه ها، همه دارن!. همه گیرنده های مخفی دارن که انرژی عشقی را می گیرند.



ولی وقتی ذهن مسلط میشه، ما خیلی جدی می شیم در اینکه چ چه جوری با ما صحبت می کنند، چه کلماتی به کار می برند، این کلمات وزن داره، این کلمه ... بی احترامی بود، اون کلمه ... احترام بود، اون کلمه ... نشون میده که به ما، ما مهم هستیم، این کلمه ... نشون میده ما بی اهمیت هستیم. تصویر ذهنی ما، در ذهن مردم، چیه؟، چه جوری میشه اینو بزرگ کرد؟

اینا ... مال چیه؟، " عقله. بله "

آفتاب آمد دلیل آفتاب

گر دلالت باید از وی رو متاب

در بیرون میگه آفتاب، دلیل آفتابه.

شما آفتابو آگه ببینی، باور می کنی. نمی تونی آفتابو ببینی، بیای رو کاغذ بگی: آفتاب، یک ... موجودی ست که می تابه، نور میده... " خُب، بجای اون، برو آفتابو ببین "

عشق ام، همنطوره. زندگی ام، همنطوره. حضورم، همنطوره. نمی تونی به حضور نرسی، تو ذهن باقی بمونی، راجع به حضور کتاب بنویسی! این همیشه. باید از ذهن پیری بیرون، بش زنده بشی.

اگر دلیل خدا را می خواهی، با کتاب همیشه، با نوشتن چی میشه!

بیش زنده بشو. اینا میگه .

از وی ار سایه نشونی می دهد

شمس هر دم نور جانی می دهد

خُب، میگه که: در بیرون، شما فرض کن یه آفتابو شناسید؛ ولی سایه رو ببینید.

خُب سایه را ببینی معنی چی هس؟، " یعنی آفتاب هس، ولی آفتابو را نمی ببینی ". عشق، هم همنطوره. حضور، هم همنطوره.

ما الآن صحبت خدا می کنیم، این لحظه می کنیم. و مقاومت.

خُب شما میگرد: ,, من نمی بینم ,, ولی سایه ره که می بینید! سایه، سایه خودتونه. فرض کن، پشت تون به آفتاب باشه، جلوتون نگاه بکنید، سایه را می بینید.

خب، این سایه، نشونگر چیه؟

که پشت تون، آفتاب هس. حالا فرض کنیم که آفتابو نمی بینید. از سایه می فهمید آفتاب هست. ولی فهمیدن از طریق سایه، حالا خوبه، بشر میگه برگردی آفتابو ببینی.

ولی آگه به سایه قناعت کنی، بگی: من سایه رو نگاه می کنم، سایه ام دلیل آفتابه دیگه! پس من آفتابو می شناسم.

" نه "، نمی شناسی. باید برگردی، به آفتاب نگاه کنی. به سایه نگاه کنی، نمیشه.

اتفاقاً" سایه، ... یک انگشت اشاره ست به آفتاب. یک نشانه. اگر شما سایه دارین، سایه شما، شامل دردهای شما و هم هویت شدگی شماست. سسبایه یعنی ما نسبت به این لحظه، مقاومت داریم و سایه داریم.

مقاومتِ یه جسم کدر در مقابل خورشید، اونو می شناسید.



حالا، اون شبیه مقاومتِ ما، در مقابلِ این لحظه ست. در مقابل این لحظه مقاومت که می کنیم، یعنی با این لحظه آشتی نمی کنیم، سایه می اندازیم. سایه مونه که می بینیم، فکر می کنیم ما سایه مون هستیم. ما سایه مون نیستیم. بعد، دنبال خورشید در سایه می گردیم. این، قبول نیست.

شمس، در بیرون، جان می ده. یک کسی سایه را ببینه، برگرده آفتاب ببینه، میگه: این ،، پاپا، این آفتابه همه جا را روشن کرده، گرما از اون میآد!

شما هم در اثر مقاومت به این لحظه، سایه تونو می بینید، دردهاتونو می بینید و توهم تونو می بینید، می بینید پیچیده شدن در فکرها و فکر دست از سر شما بر نمی داره، چسبیدین به یه چیزهایی، حول و حوش اونا می چرخید، خُب این، سایه ست.

خُب شما این سایه ره می بینید، میگید: یه آفتابی هس. ذهننا" الان میگید، یواش یواش، مقاومت تونو کم کنید، یکدفعه، خورشید و می بینید. متوجه می شین که خورشید زندگی، مثل خورشید آسمان که به ما نور می ده، اونم یه نوری دیگه ای می ده، نور عقل می ده. نور بینش می ده. حس های ما رو روشن می کنه.

کمک می کنه ما جهانو درس ببینیم. کمک می کنه که ما درس بیافرینیم. کمک می کنه ما نیازهای اصیل مونو را از نیازهای بدلی من ذهنی، تشخیص بدیم. کمک می کنه ما سایه ره بشناسیم بیشتر.

کمک می کنه بفهمیم که شادی اصلی، آرامش اصلی، از طریقِ زندگی میآد، نه خوشی های کاذب این دنیایی که از توهم های ما میآد یا از چیزهای گذرا میآد یا از آدم ها میآد که ما اونها را بصورت مجسمه می بینیم، تصویرذهنی می بینیم و از اونها، می خوایم زندگی بکشیم بیرون. اینها را می شناسیم.

می فهمیم: ش اینها، ششمس حقیقی نیستند. شمس توهمی هستن. شمس حقیقی، یه جای دیگه ست و موقعی بهش می رسیم که سایه نداشته باشیم.

پس مثل اون رو به اصطلاح، رومی ها، شروع می کنیم به صاف کردنِ روی آینه. یعنی چی؟
یعنی انداختنِ همه این چیزهایی که بهشون چسبیدیم.

سایه خواب آرد ترا همچون سَمَر

چون برآید شمس اِنْشَقَّ الْقَمَر

پس، هر کسی به سایه اش نگاه کنه، به توهماش نگاه کنه، مرتب به این جهان نگاه کنه و باهانش هم هویت بشه، به تجربیاتش بچسبه، تجربیاتش رو حقیقی بدونه، مثل داستان های شبانه، خواب میآره.

سَمَر یعنی قصه ها. قصه ای که شب میگویند. درست مثل اینکه ما داریم واسه خودمان قصه می خونیم. خواب مون می گیرد، در خواب ذهن فرو می ریم. همه مان در خواب ذهن هستیم. اما اگر این مقاومت کم کنیم، شمس بیاد، شمس همین زنده شدن ما به زندگی س، هر چه بیشتر مقاومت می کنیم، به سایه مان بیشتر نگاه می کنیم، سایه ما درازتر میشه.

هر چه کمتر مقاومت می کنیم، یه جایی مقاومت تمام میشه و شمس میآد. یعنی خورشید میآد و این قمر ما، قمر ما، همین من ذهنی ماست که زیبا دیده میشه، دونیم میشه. اِنْشَقَّ الْقَمَر، یعنی ماه دو نیم میشه.



پس دونیم شدن ماه هم فهمیدیم چیست. دو نیم شدن ماه، یعنی شما چنان، شدیداً در این لحظه، حاضر می شین که من ذهنی رو دونیم می کنید. دو نیم کردن یعنی گذشته و آینده رو کنار زدن و از وسطش بالا اومدن.

چوم من ذهنی، گذشته و آینده رو به هم می چسبونه و مثل اینکه ما، موجودی زنده به گذشته هستیم، داریم می ریم به آینده، به نتیجه برسیم و به ثمر برسیم و نارضایتی زیاد داریم. اصلاً "زندگی نکردیم!"

آینده پرستیم. زمان پرستیم. ولی، شمس بیاد، ما این قمر رو که این دید به ما می ده، نصف می کنیم.

خود غریبی در جهان چون شمس نیست

س جان باقیست او را اَمَس نیست

میگه که: شمس، یعنی هشیاری انسانی بیاد بره به ذهن و خودشو جمع کنه از چیزهای ذهنی، روی خودش قائم بشه، این میشه شمس. این، خدای زنده هست و غریبه در این جهان!.

خیلی غریبه. هیچ چیز، شبیه این، نیس. فرم های ذهنی به این، نگاه کنن میگن: ,, این چیه!، اینجا چیکار می کنه؟! ". نمی شناسن "

هر کسی با هشیاری جسمیش می خواد به این، نگاه کنه، نمی شناسه. بنابراین، غریبه در این جهان.

در این جهان زندگی می کنه، ولی اهل این جهان نیست. درسته که غذا می خوره، درسته که مثل بقیه دو تا دست داره، سر داره، دو تا پا داره راه میره و کارهای این جهانی می کنه؛ ولی ... زنده به حضوره. زنده به هشیاری ست که مال این جهان نیس.

بنابراین، گاهی میگن که: در اون جهان زندگی می کنه، یا در این جهان زندگی می کنه، اهل اون جهان. در فضای یکتایی س، ولی مجبوره اینجا، زندگی کنه.

اتفاقاً در غزل ام داریم. میگه: از تواضع مر عدم را هست خوش همسایه ای.

این هشیاری به حضور رسیده، که ت هشیاری خالصه، برای عدم ها، عدم ها یعنی من های ذهنی، همسایه خوبیه، بهترین همسایه س. اگر مولانا الآن زنده بود، چه همسایه خوبی بود برای ما!.

۱۱۱ انسان هایی دیگه ای ام، که آگه به حضور زنده ان، اونام همسایه خوبی ان برای عدم های دیگه. عدم، یعنی کسی که به با ذهن، هم هویته.

شمس جان، شمس جان باقیه. پس، زندگی ... جاودانه در این لحظه، شمسه.

ما، در این لحظه، از جنس ابدیت می شیم. ابدیت یعنی زنده شدن به زندگی، علی الابد. این لحظه زنده، علی الابد، شمس جان یا شما هستید. دیگه ترس از مرگ م از بین رفته. دیگه ترس از مرگ، در اثر هم هویت شدگی با این جسم بوجود

میاد، انسانه اگر بصورت هشیاری حضور از ذهن متولد بشه و به زندگی زنده بشه، از مرگ نمی ترسه دیگه.

برای اینکه جان باقیه. اَمَس نیست.

اَمَس، یعنی دیروز. دیروز، معادل زمانه. اونجا داشتیم، آخر زمان، انجام همینو میگه .

دیروز معنی نداره دیگه. دیروز برا کی معنی داره؟، برای کسی که تو زمان گیر افتاده.



دیروز رنجیده، به ثمر نرسیده، یه چیزی تو اونجا مونده، تمام نشده. دیروز ما، تمام نشده. این سیستم من ذهنیه. گذشته تمام نشده. برای اینکه فکر می کرده:

،، یه جور خاصی میشه، انطوری، نشده. رنجیده و زندگی بصورت رنجش، در اونجا به تله افتاده و این گره ها هی مونده و اینا باید در آینده بشه باز بشه، خیلی گرفتاری داره این من ذهنی.

بهترین کار ای صصلا" کلش رو رها کنی، ببری بیرون، این من ذهنی در این زمان هم مثل یک کشتی در حال غرقه، کسی که روی کشتیه در حال غرقه، بهترین انتخابش اینه که پیره به دریا. وگرنه با کشتی میره پایین.

پس او، دیروز نداره، بنابراین فردا م نداره. گوهر دله، زندگی را پخش می کنه.

شمس در خارج اگر چه هست فرد

می توان هم مثل او تصویر کرد

این، در آسمان که شما خورشید و می بینید، گرچه که بسیار زیباست و تنهاست ولی می تونید چشم هاتونو ببندید، در ذهن تون، خورشیدو مجسم کنین چیه. اما خورشید جان و خورشید زندگی رم میشه در ذهن مجسم کرد؟

میگه: " نه ".

شمس جان کو خارج آمد از آثیر

نبودش در ذهن و در خارج نظیر

میگه که: شمس جان، آفتاب جان، آفتاب حضور ما، خدا، خدای زنده در انسان، از آثیر خارجه.

آثیر رو می تونیم معادل ذهن بگیریم. آثیر یه طبقه ای از روی زمینه، این اصطلاحی ست که مولانا بکار می بره، از ماده بیرونه. این هشیاری که خیلی ساده س این قضیه، هشیاری انسانی که میره تو ذهن، هم هویت میشه، آگاهانه، بیدار میشه، خودشو می کشه بیرون، روی خودش قائم میشه، این هشیاری، تو ماده نمی تونه باشه. در انسانه، ولی نظیرش نیست. این، اینو نمی تونی با ذهن، تجسم کنی. ایشون داره میگه .

چون از خارج از ذهنه و خارج از ماده س و خارج از هر چیزی که در این جهان هست، بنابراین، نظیرش در خارج و در ذهن وجود نداره. شم معنیش چی هس؟

معنیش اینه که با ذهن تون دنبال خدا نگردید. با ذهن تون دنبال زندگی نگردید. با ذهن تون دنبال حضور نگردید.

با ذهن تون تجسم نکنین که حضور چیه و به سوش حرکت کنین در ذهن تون، همیشه در ذهن، زندانی می مونید.

هر چه اندیشی پذیرای فناست

آنچه در اندیشه ناید آن خداست.

هر چی که تو بتونی بیندیشی، به فکر بیاری، این، از بین رفتنیه. این، چیزی ست که در جهان دیدی اینو.

اما چیزی که در اندیشه تو نمیاد، اونه که خداست! اون م که خدا اومده تو انسان و در یکی زنده شده کاملاً" روی خودش، این هم قابل تجسم نیست.

در تصور ذات او را گنج کو

تا در آید در تصور مثل او



میگه: در تصور، در ذهن، در تجسم ذهنی، ذات او نمی تونه جا بشه، گنج، یعنی گنجایش و جاگرفتن. ذهن و تصور و فکر، ظرفیت نداره اونو در خودش جا بده، تا بتونیم اونو، مثل اونو، به تصور بیاریم.

از دفتر اول، بیت ۲۱۴ شروع می کنم و چند بیت دوباره از سایه براتون می خونم و مطالبی که به بیان مطلب امروز کمک می کنن.

گر چه دیوار افکند سایه دراز

باز گردد سوی او آن سایه باز

وقتی دیواری داریم، از پشت آفتاب داره طلوع می کنه بیاد بالا، اول سایه دیوار بسیار درازه.

ما هم بعنوان هشیاری که وارد ذهن می شیم و سوار اسب سرکش فکر می شیم، یعنی با اونها هم هویت می شیم، ممکنه که در اثر مقاومت به این لحظه، سایه درازی رو درست کنیم؛ ولی همینطور که دیوار سایه می افکنه و حوالی ظهر که آفتاب اومد بالا و عمودی می تابه، سایه جمع میشه، یواش یواش میاد بسوی دیوار و سایه نابود میشه. ما هم باید آنطوری باشیم.

ممکن است شروع کنیم به یاد گرفتن مطالب مدرسه ای یا از پدر و مادرمان و با آنها هم هویت بشیم، برسیم به سن های بیست، بیست و پنج، سی و سایه درازی داشته باشیم.

سایه دراز، یعنی واکنش زیاد. مقاومت زیاد. هم هویت شدگی با چیزهای زیاد. ترس زیاد. رنجش زیاد و توقعات زیاد. کنترل زیاد. سایه دراز. سایه دراز خوبه؟، " نه ". ای کاش، سایه ما اینقدر دراز نبود.

اگر سایه دراز، هنوز هست در سن پنجاه سالگی، شصت سالگی، معنیش این است که ما اجازه نمی دیم آفتاب درون مان بیاد بالا. خُب، این آفتاب، در اثر همکاری ما که خلاصه میشه در یک مطلب کوچولو:

آشتی با اتفاق این لحظه. به این سادگی. رفیق شدن با این لحظه. نمی کنیم این کار رو! ولی، روند تکاملی زندگی نشون میده که سایه باید بسوی دیوار برگرده و دیوار ما هستیم در حالت من ذهنی که سایه دراز داریم، به اندازه دیوار می فهمیم.

آیا سایه شما، روز به روز، کوچک تر میشه؟

سایه دراز یعنی کنترل. کنترل یعنی ترس. هر کسی سایه دراز داشته باشه، بوسیله من ذهنی، پس سایه یزدان نیست.

به درجه ای که ما سایه درازتر داریم، به همون درجه، سایه یزدان نیستیم. سایه خدا نیستیم. بنده خدا نیستیم. یعنی بنده همان چیزهایی ست که سایه درست کرده، هستیم.

ببینیم سایه شما، بسوی دیوار شما برمی گرده؟

آفتاب درون شما داره میاد بالا؟

روز به روز شما، به تسلیم، بیشتر تن می دین؟



هفته گذشته صحبت کردیم. پذیرش اتفاق این لحظه، یعنی از جنس فضای این لحظه بودن و اتفاق در آغوش گرفتن و این معنیش این نیست که به اتفاق همیشه " بله "، بگیم؛ ولی وقتی می‌گیم " نه "، باید از جنس اون فضا بشیم و انرژی سازنده باشه. نه ی من ذهنی نباشه. نه ی فضای حضور باشه.

این جهان کوهست و فعل ما ندا

سوی ما آید نداها را صدا

میگه که: شما، یه عملی، یه فکری به جهان می فرستید، ببینید درد می‌آد، یا آبادانی می‌آد، سامان می‌آد؟، نظم می‌آد، خوبی می‌آد؟

خُب ما، هشیاری داریم، به اندازه کافی قدرت تشخیص داریم، شما می بینین که از من ذهنی که افعالو، یعنی کارها رو انجام می دید، درد ایجاد میشه، وقتی واکنش نشون می دید، انرژی بد می فرستید از من ذهنی، درد ایجاد میشه، برمی کرده به شما.

وقتی به حرف های من ذهنی گوش می کنیم ما، مثلاً " دروغ می‌گیم، مثلاً " کارهای منفی می کنیم، نیازهای روانشناختی داریم، مثل تأیید. از مردم طلب می کنیم، به زور می خوایم از مردم محبت و توجه بگیریم، اینا مال من ذهنیه، چی می‌آد؟

می خوایم مردمو عوض کنیم، انسانی که فضا گشاست، مردمو نمی خواد عوض کنه. همه اش رو خودشه.

امروز مولانا گفت: شمس دین و شمس دین و شمس دین.

همه حواس ما به خودمونه که آیا شمس دین می تابه یا نه؟ پس شما، فعلو می فرستید، می بینین درد می‌آد، یه فعل دیگه می فرستین از فضای حضور، می بینی نیکی می‌آد، خوبی می‌آد، خُب تشخیص می دین دیگه!، از کجا باید عمل کنید؟ عمل بیدار دارید؟

عمل بیدار، عملی ست که این لحظه، به حضور زنده هستنید و عمل می کنید. برکت حضور می ره.

عمل من ذهنی، عمل در خوابه. عمل درد آفرینه. جهان برمی گردونه. هر دفعه که برمی کرده، ببینین که از چه جنسی هستنید. به شما میگه که شما چکاره هستنید.

آیا، از جنس ذهن هستنید یا از جنس حضور؟

صدا یعنی انعکاس. همانطور که کوه ما یه ندایی می فرستیم، یه بانگی می زنیم، پس از چند ثانیه می بینیم که برگشت به سوی ما. جهان هم میگه اینطوریه!.

واقعا" اینم در نظر بگیریم: اگر ما، نسبت های ناروا به خودمان بدیم، بگیم ما به گنج حضور رسیدیم یا از اول اینطوری بودیم یا خانوادتا" این خاصیت رو داریم یا یه هدیه ای خدا به ما داده، اصلاً" ما از اول من ذهنی نداشتیم، فوراً" یه چالشی می‌آد و جهان به شما میگه که:

بفهم که اینطوری نیست. بفهم که باید به اندازه کافی وقت گذاشته باشی.

اگه سایه دراز داشته باشی، " ما باید وقت بذاریم ". قانون جبران رعایت کنیم. قانون جبران یعنی باید وقت بذاری توجه بذاری رو خودت کار کنی تا بررسی به " اونجا ". مُفت نیست. کوتاه نیست. حداکثر توجه و کوشش میخواد و زمان.



این بگفت و رفت در دم زیر خاک

آن کنیزک شد ز رنج و عشق پاک

این قصه، مربوط به پادشاه و کنیزکه و در اون قصه، کنیزک، همین من ذهنی ماست. پادشاه، هشیاریه که عاشقِ یه چیز توهمی همیشه و زندگیش خراب میشه و در واقع، در اونجا، یک باشنده ای می میره.

یه زرگری وجود داره که این کنیزک، عاشقِ اون زرگره و حکیم الهی میآد و اون زرگر رو می کُشه.

قصه رو انشاءالله یه روزی می خونیم.

به هر صورت، من ذهنی ما، عقلِ منِ ذهنی ما، زرگره و میخواد زیاد کنه زرش رو. و هشیاری ما، عاشقِ کنیزکیه که کنیزک، عاشقِ منِ ذهنیه. کنیزک، آن چیزی که ما عاشق هستیم، بهش، ما رو دوست نداره بعنوان هشیاری. نمی شناسه ما رو. ما، بیهوده عاشقِ اون کنیزک شدیم. پس از یه مدتی متوجه می شیم که ما عاشقِ خودمون بودیم و خودمان روی خودمان منطبق می شیم.

به هر صورت، قصه رو می خونیم، منظوم این بیت نیست. بقیه اش به کار ما میخوره.

زانکِ عشقِ مردگان پاینده نیست

زانکِ مرده سوی ما آینده نیست

اون چیزی که فانیه، می میره، دوباره سوی ما بر نمی گرده. عشقِ ما، تا حالا در من ذهنی، به چیزهایِ مردنی بوده. اونا مرده اند، هنوز ما، عشقِ شانو داریم. ولی اونا به سوی ما نمیآن. این بیداریِ بسیار خوبیه که ما عاشقِ چیزهایِ مردنی نشیم؛ بلکه عاشقِ زندگی بشیم، عاشقِ خدا بشیم.

عاشقِ خدا شدن، معادلِ عاشقِ خومان شدن هم هست. این لحظه بصورتِ هشیاری، بجای اینکه به جهان نگاه کنیم، به چیزهای از بین رفتنی و عاشقِ اونها بشیم و در حالیکه اونا می خوان، یه منِ ذهنی باشه که اینا رو زیادتر کنه. شما نمی خوای به من ذهنی کمک کنید، من ذهنی اون سایه درازه، باید کوچیک بشه و فقط بفهمیم که عشقِ مردگان پاینده نیست، عشقِ زندگیه که پاینده ست.

این لحظه شما به جهان فانی نگاه می کنید، عشقِ ناپاینده ست، به زندگی نگاه می کنید، عشقِ پاینده پیدا می کنید.

بیت های بعدی توضیح میده.

عشق زنده در روان و در بَصَر

هر دمی باشد ز غنچه تازه تر

اگر شما به عشقی رسیدین، یعنی اون عشق، مُرد، یه عشقی دیگه زنده شد که در روان و در حس های شما، هر لحظه، از غنچه هم تازه تره، از گل هم تازه تره، از گلی که تازه باز میشه، لطیف تره، اون درسته.

شما اشتباه نمی کنید، اگر زنده بشین بهش. با ذهن نپرسین که آیا من به حضور رسیدم؟

از من ذهنی آزاد شدم؟



از کسی دیه نپرسید، اگر می بینین که لطافت و آرامش و شادی، لحظه به لحظه از اعماق تون می جوشه میآد بالا و حس هاتونو سیراب می کنه، روان تون شاده، اصلاً "شادین شما، آرامش در جهان پخش می کنید و خودتان هم زنده به اون هستین، همین لحظه، شما زنده شدید.

شما باید عاشق این حالت بشید، نه عاشق حالتی که به یه چیز از بین رفتنی بچسبید، اون مردنیه، شما هم بمیرید! نه اون درست نیست.

عشق آن زنده گزین کو باقیست

کز شراب جان فرایت ساقیست

واضح. زنده در این لحظه، زندگیه و ما هم از جنس اون هستیم.

تو بیا اجازه بده، زندگی خودشو بکشه بیرون از این ذهن شما، همکاری کن، زنده بشو به اون، عشق اونو بگزین. تو به اون زنده بشو که باقیه، از بین نمیره، جاودانه ست، ابدیته، بارها گفتیم: این لحظه جاودانه ست.

چه شرابی!، هر لحظه به تو میده که این شراب جان فراست. جائت افزایش میده. اون یکی جانو کم می کنه، بی حال می کنه. شما نگاه کنید اونایی که به جهان چسبیده اند، حالشون چه جوریه، بهشون میگی چگونه حالت؟

دائماً "ناله می کنه، ناله منفی. چرا؟"

چیزهایی اتفاق افتاده که نباید اتفاق می افتاد. چه چیزهایی اتفاق نیفتاده که باید اتفاق می افتاد، فرق نمی کرد. چه شما اون چیزها را بدست می آوردی، چه بدست نیآید، همونه. سیستم ذهن بشری اگه من داشته باشه، برای این کار مناسب نیس. برای زندگی ما مناسب نیس. ناشادی می آفرینه. جانو کم می کنه. ولی در فضای حضور، جان شما روز به روز بیشتر میشه. روز به روز، شناسایی تون از ذهن بیشتر میشه، خودتانو بیشتر از جهان بیرون آزاد می کنید، جان تون بیشتر میشه، هر چقدر بیشتر آزاد کنید، جان تون بیشتر میشه، تا زنده زنده می شید.

عشق آن بگزین که جمله انبیا

یافتند از عشق او کار و کیا

تو بیا عشق اونو انتخاب کن، که همه پیغمبران، کار و بارشان از عشق او سکه شد. این عشق زندگیه، عشق خداست. پیغمبران، به این لحظه زنده بودن، در گذشته و آینده بودن. از جنس ماده بودن. در این لحظه فقط هشیاری جسمی نداشتن. یه هشیاری دیگه داشتن، اون هشیاری حضور بود.

به درجه ای که شما به حضور زنده می شین، پیغام آور می شید.

خُب یه عده ای، بیشتر پیغام میآرن، حضورشان عمیقه، واقعا "زاینده هستند، اینها دیگه انتخاب زندگیه.

حداقل ما اینقدر پیغام می تونیم بیاریم که مسائل مان رو حل کنیم، غصه نخوریم.

حداقل این تشخیص رو بدیم که غصه، استرس، یه چیز توهمیه. چیزی نیست که در سرنوشت ما بوده. جنگ در سرنوشت ما نبوده. خونریزی و این فتنه ها که بر پا می کنیم، هم جمعی، هم فردی، سرنوشت ما این نبوده که هر روز در یه خانواده دعوا بشه. سرنوشت ما جدایی نبوده. سرنوشت ما عشقه.

گفت، در بیت اول این قسمت مثنوی، گفت:



هر چقدر هم سایه دراز باشه، آخر سر باید به دیوار برگرده و قانون زندگی قانون تکاملی زندگی رو به این سوه که سایه برگرده و آفتاب طلوع کنه. همه کارها که زندگی طرح می کنه برای ما و همه بلاها که سر ما میاد، سر اینه که ما نمیذاریم سایه کوتاه بشه. ما می خوایم سایه رو بلند نگه داریم و سایه بلند هم افتخاره. " نیست "

تو مگو ما را بدان شه بار نیست

با کریمان کارها دشوار نیست

واقعا " بعضی ها، میگویند: همیشه! فایده نداره، من نمی تونم. یعنی من لیاقت رسیدن به خدا رو ندارم. شما نیستید!، خود زندگی!، خود خدائیه!.

اگر بگن خود خدائیت، بصورت شما اومده و الان میخواد خودش خودش آزاد کنه و شما فقط دست از سر خودت بردار، و این کریمه، یعنی با اون فرمول های ذهنیت نیا بگی که:

،، من که، در این مقام نیستم و این کارها رو هم نکردم و اینها ... ،،

نه، اینطوری نیست، کریم کسی ست که می بخشه بدون عوض. فقط تو: خامش کم خروش.

صبح نزدیک است خامش کم خروش

من همی کوشم پی تو تو مکوش.

از زبان خدا میگه. من دارم تو رو از ذهن بیرون می کشم، در حال کشیدنم، همیشه در حال کشیدن بودم، تو نداشتی.

لحظه ای که ما می میریم، دیگه از این جسم آزاد می شیم، واقعا" متوجه این موضوع می شیم که همیشه خدا می خواسته ما رو از این مخمصه و جهنم من ذهنی بکشه بیرون، و این فضا همیشه برای ما میسر بوده و ما در اثر بلند نگه داشتن سایه و مقاومت به اتفاق این لحظه، نداشتیم این اتفاق صورت بگیره. یه حالتش اینه که بطور ساده:

، آقا، هر کسی هر کاری میخواد بکنه، به من مربوط نیست، من حواسم فقط شمس دین خودمه، من باید خودمو برسونم به خدا، روی خودم کار می کنم، من کسی رو کنترل نمی کنم، کسی رو نمی خوام عوض کنم، مسئول کسی نیستم، از منم نپرسید ،،.

" من خودم، همین رو میگم ". یه عده ای زنگ می زنن، خُب می پرسن: ،، آقا، من چه ... ،،

" من نمیدونم. من نمیدونم. شما مسئول هشیاری خودتون هستید. این برنامه رو گوش کنید، شعرهای مولانا را بخونید، خودتون خودتون رو عوض کنید، مخصوصا" در چیزهای شخصی.

هر کسی به کارهای شخصی دیگران دخالت کنه، این آدم سایه دراز داره.

کسی که سایه نداشته باشه، به کار مردم چکار داره. کسی که آفتابش اومده باشه، سایه نداشته باشه، اصلا" سایه نمی شناسه، به سایه علاقمند نیست، به، سایه مردم به چه درد می خوره؟، مسائل مردم همه از یه قماشن، از من ذهنیه، از مقاومت، دیگه این گفتن نداره که! "

همه دعواهای خانوادگی یه جوره. همه من های ذهنی یه جور درست شده، بر اساس جدایی و هم هویت شدگی. با چی؟

با اون چیزهایی که اونجا ارزشه، به اصطلاح در اون جامعه، بر اساس خواسته. بر اساس کنترل. بر اساس توقعه. اینا



خاصیت های من ذهنیه.

خُب آدمای باید زحمت بکشن، خودشونو بشناسن، چرا من برم دنبالشون. چه علاقه ای دارم به سایه اونای! مگر از جنس سایه باشم! مگه بخوام از سایه من به چه درازیه؟! این سایه اینقدر هست که یه عده ای رو در بر بگیره و روی اونای کنترول داشته باشه؟

خُب، شما می خواین سایه تون کوتاه بشه، یا دراز باشه؟! هر کسی سایه ش بلند، سایه یزدانش کوتاهه. پس خورشیدش نیامده بالا!! سایه شما باید صفر باشه تا بشه سایه خدا!.

اگه تو کار مردم دخالت کنی، صفر نمیشی.

باید دنبالشون باشید، باید واکنش نشون بدید: ,, آیا شما تغییر کردی؟! حالا از من پرسیدی، من اینو گفتم، چرا عمل نکردی؟!، خُب اگه نمی خوای عمل کنی، چرا از من می پرسی? ,,
" خُب اینا یعنی چی! "

چشم مرده وام کرده جان ز بهر عشق او

ز آنک در دیده ب دیده جان از آن سر پایه ای

چشم مرده، چشم انسان من ذهنیه. از همون سایه خدا جان می گیره. یه معنیش اینه.

پس، سایه خدا، وام میده جانی به شما که ...، برای چی وام میده؟

برای اینکه عشق او را بشناسید. برای اینکه متوجه بشی سایه را باید بدی بره. جان توهمی را بدی بره.

شما الان مولانا را می خونید، لحظاتی، عینک حضور به چشم تان میآد، اشتباهات خودتونو می بینید، توهم خودتونو می بینید، متوجه می شین که یه منزلتی، یه مقامی، از آن سر، از سر غیبی، از سر فضای حضور، فضای وحدت، فضای یکتایی این لحظه، در شما هست که وقتی سایه تون صفر میشه، سایه خدا می شین، منزلت و مقام، اونه!.

برای اون آفریده شدین، برای اینکه در دیده، دیدید.

ز آنک در دیده ب دیده جان از آن سر پایه ای!.

پس، این سایه های خدا راه میرن، ما هم مولانا را می خونیم، چشم ما اگر مرده باشه، چشم سایه باشه، یه لحظه سایه روشن میشه. یه لحظه متوجه می شیم که سایه دراز فایده نداره:

،، نباید مقاومت کنم. هر چه بیشتر مقاومت می کنم، از خدا دورتر می شم اون انرژی وارد این سیستم من نمیشه، من خشک شدم. هر چی بیشتر استدلال می کنم، دو تا چهار تا می کنم که زندگی بیآد، نمیآد،،.

مردم با منطق شون مقاومت می کنن. منطق ذهنی که سبب مقاومت بشه، بدرد نمی خوره. دید چشم مرده را داره.

یه لحظه ما، جان، امانت کنیم، قرض بگیریم از مولانا، چشم مون باز بشه، ببینیم که واقعا" این جان توهمی را بدیم، از اون سر، یک مقامی پیدا می کنیم که برای اون اومدیم. گوهر دل بشیم.

قهر صد دندان، ز لطفش پیر بی دندان شده

عقل پابرجا ز عشقش یاوه و هر جایه ای

اینها رو گفتیم قبلا". قهر صد دندان، دندان های درنده قسمت درد من ذهنیه.



من ذهنی، بموازات هم هویت شدگی و سوار شدن بر اسب چموشِ فکر که مقاومت و ایجاد من در ذهن، درد می آفرینه، درد رو درد انباشته میشه، درد، بنا به قانون جذب یا جاذبه، Law of attraction بسوی درد میره.

اگر شما، درد داشته اید، در بچگی در نو جوانی، درد ایجاد کردید، دردها را انباشته کردی، باید مواظب رفتار تون باشید. چون این درد، دنبال ایجاد درده.

اگر می بینی میل به اوقات تلخی داری، میل دارین بعضی موقع ها دعوا راه بیندازید، مسئله ایجاد کنید، اوقات تلخی ایجاد کنید، قهر ایجاد کنید، توقعات بیجا دارید، صحنه سازی می کنید برای دعوا، بدونین که اون درده که اومده بالا، میخواد دندان های درنده شو بکار بیندازه. این قهر صد دندانه!

آیا میشه جلوشو گرفت؟، " بله " بر اثر تابش گوهر دل، سایه خدا، اینم تابش اونه.

همین هایی که می خونیم، تابش اونه.

همینی که شما آگاه می شی ممکنه در مرکز تون درد باشه و برین بیرون لطمه به منافع خودتون بزیند، شما الان رفتی یه جایی میخواین یه معامله ای با مشتری تون دارید، سود کلانی دارید، برای من ذهنی تون اون سوده مهمه یا حفظ منیت شما؟، حفظ منیت شما، کار مهم نیست. قسمت هم هویت شدگی میخواد پولو زیاد کنه، قسمت دردش مزاحمه.

کلا، درد و هم هویت شدگی، یه عقل ناقصیه. همش من دو... گاردم، یه موقع به من تو هین نشه!

خُب آقا، شما اومدین اینجا، یه چیزی بفروشین؟، یا خودتونو نشون بدین یا خودتونو حفظ کنید؟. در اون صحنه، من آدم قابل اعتمادی نیستم، ممکنه دعوا کنم، بیاد بیرون. میگم: اصلاً" نمی خوام.

ما، به کارمون لطمه می زینم، ما رو بیرون می کنن از کار، بازم متوجه نمی شیم. کارمان رو درست انجام نمیدیم، حسودیم، میگیم: ,, چرا کار کنم این صاحبکار پولدار بشه! ,, حسودیم. ذهنیت سرویس نداریم. اون فراوانی رو نداریم. حس کمیابی داریم. ما اون چیزی که از مردم می خواهیم، حاضر نیستیم به مردم بدیم!. هر چیزی که به شما نمیرسه و شما می خواهین، بدونید که از مردم مضایقه می کنید.

اگر شما در کار پیشرفت نمی کنید، مطمئن باشید سرویس نمیدید. ذهنیت سرویس دهی ندارید، ذهنیت خدمت ندارید. مطمئن باشید. اگر، مرکز فراوانی داشتید، اگر از جنس بی نهایت خدا بودید، محال بود پول تون زیاد نشه!. پول زیاده. اگر نمیرسه به یکی، باید قهر صد دندانشو، هم هویت شدگی شو، حساست شو، عدم سرویس دهی شو، حس مقایسه اشو دوباره حسادت شو، بسنجه. ولی از لطف خدا، پیر بی دندان شده.

پیر بی دندان، سمل مهر و محبت پیرانه هم هست. دیگه گاز نمیتونه بگیره برای اینکه دیگه دندان درنده نداره. تشبیه.

انسانی که به حضور زنده هست، پیر بدون دندان درنده ست.

خُب شما به خودتون نگاه کنید، چه جوری هستی؟

پیر بی دندان هستی، به هر کسی می رسید یه لطفی می کنی؟، میل به لطف دارید؟، میل به نیکی دارید؟، یا میل به درندگی!.

در مناطقی که درد زیاده، واقعا" باید م مد مواظب این قهر صد دندان باشند. اینا بیاناتی ست که یک نابغه داره میگه.

شما بگین که چرا؟



واقعا" بپرسید، جواب شو بدید، چرا در بعضی ناحیه ها که قدیمیه، مثل همین خاور میانه خودمون، مردم میل دارن، جمع میل داره، هر سی سال، چهل سال یه بار، یه دردِ عظیمی بوجود بیاره!.

آیا اون تغییراتی که می خوان بدنند، با آرامش، با گفتگو نمی تونن بدنند؟، چرا نمی دن؟! چه اشکالی داره که ما جمعا" بشینیم صحبت کنیم ببینیم چه صلاحمونه و اون تغییرات رو قبول کنیم؟!.

چه چیزی در ما هست که باید آدمای زیادی زجر بکشن، جنگ بشه، انقلاب بشه، نمیدونم ... یه عده ای بمیرند، و یا نه فتنه های بزرگتری اصلا" معلوم نیست بر چه اساسی، کی؟، کی و، می گُشه؟

اصلا" بر اساس دین هم نیست، مذهب هم نیست، هم مذهب، هم مذهبِ خودشو می گُشه! چرا؟

پرسیدین که این موج درد که میخواد بیاد و تغذیه بشه، درد میخواد ایجاد کنه، در زندگی شخصی درسته، در زندگی اجتماعی هم درسته. در ناحیه ای که درد هست، درد در اذهان مردم زندگی می کنه. مردم درد و حمل می کنن با خودشون.

شما از خودتون بپرسید: خُب من یه مردم. یه همسر دارم، ما دو نفر، قراره هفتاد، هشتاد سال با هم زندگی کنیم، برای چی باید هر روز ما، یا هفته ای دو، سه بار دعوا کنیم؟! اوقات تلخی کنیم؟! برای چی آخه!.

چه چیزی در ما هست که این دعوا رو راه می اندازه!، ما که نمی خوایم.

خیلی سوال مهمیه. چه چیزی اینو ذوب می کنه؟

الآن این فتنه ها رو چه چیزی خاموش می کنه؟، " عشق "؟، یا ,, قهر ,,؟. درندگی بیشتر؟، خونریزی بیشتر؟

پیروزیِ منِ ذهنی، اینه که این دردو بوجود بیاره.

پیروزیِ عشق اینه که: شفا بده، خاموش کنه.

این یکی بنزین می ریزه، آتش می زنه، من ذهنی، قهرِ صد دندان. اون یکی آب می ریزه، شفا میده، شناساییه، آگاهی و یه چیزی ست که امروز مولانا گفت: مهره. عشقه.

مردم اصلا" عشق رو در نظر نمی گیرن میگن، همه ش حرف میزنن. ,, فعلا" باید بکشیم، از بین ببریم ,,.

نمیشه از بین بُرد. آ اینجا را می گُشی، از اونجا، میآد بالا. زندگی می کنه! یه انرژی ست که زندگی می کنه. انرژی

درده باید Heal بشه، باید شفا پیدا کنه. انگار یه یخه، اینجا از بین می بری، اونجا بیآد بالا!.

نمیشه از بین بُردش، مگر با نیروی عشق. مگر با آگاهی. مگر کار رو خود. همین کاری که ما می کنیم، اینجا.

صد تا، دویست تا، تلویزیون باشه که صحبت کنن راجع به اینکه: فردوسی چی میگه، حافظ چی میگه، سعدی چی

میگه، عارفان بزرگ چی میگن. ما درد رو چه جوری میتونیم شفا بدیم؟

نباید درد رو حمل کنیم، هر کسی به خودش نگاه کنه. اینا بیدار کننده ست!.

با زیاد کردن درد، درد کم میشه؟، قهرِ صد دندان!.

عقل پابرجا ز عشقش یاوه و هرجایه ای، عشق وقتی میآد، اون انرژی زنده کننده، عشق و خرد، دو طرف یه سکه

هستند، هر جا عشق هست، خرد هم هست. هر جا خرد هست، عشق هم هست. خرد، این لحظه از زندگی صادر میشه.

عقلِ گُله. ما نمیدونیم چیه خرد!، خرد باید این لحظه از حضور شما بلند شه. عقلِ منِ ذهنی، عقلِ پابرجاس.



عقل دُگمه. عقلِ ثابتہ. عقلِ تغییر ناپذیرہ. عقلیہ کہ عقل نیست!.

اما وقتی عشق میآد، یہ دفعہ ما متوجہ میشیم کہ عقلِ ما یہ جورِ خاصی بودہ! یاوہ بودہ. بیہودہ بودہ و ہر جایہ بودہ! ہر جایہ بودہ یعنی عقلِ ما میرہ یہ الگو رو فعال می کنہ، اون میشہ بینشِ ما! اون کجا!، اون الگو ممکنہ مال سہ ہزار سال پیش باشہ، ما گرفتیم الآن، فعال می کنیم، میگیریم عقلِ اینہ! اون کجا!، خوردی کہ این لحظہ از زندگی زندہ بیرون میآد، از خدا میآد، کجا! این دو تا با ہم یکیہ؟

زندگی محاصرہ کردہ ما رو و میدونہ اشکالمون چیہ! ہمونو می فرستہ، راہ حلِ مسائلِ ما رو بلدہ. عقلِ جامدِ ما بلد نیست. عقلِ ہر جاییِ ما بلد نیست. عقلِ بیہودہ کارِ ما!.

عقلی کہ بادامِ پوک می کارہ. عقلی کہ کار رو می کنہ، زحمتو می کشہ ولی مُزد نمی گیرہ. عقلِ یاوہ ست.

حالا اینا را ما شناسایی می کنیم. شناسایی می کنین شما کہ الآن، در این لحظہ، چہ جورِ عقلی دارین؟

آیا از حضورتون میآد، یا از من ذہنی تون میآد؟

از من ذہنی تون میآد، صبر می کنید. اگر خشمگین اید، عمل نکنید! اگر بر اساسِ رنجش، عمل می کنید، نکنید!.

اگہ بر اساسِ کینہ، عمل می کنید، کار نمی کنہ! اگہ بر اساسِ ترس، عمل می کنید، ترس، عشق نیست. بر اساسِ من ذہنیہ، یاوہ ست. بیہودہ ست.

اگر شما حس می کنید کہ عقلِ تون محدودہ، بیشتر تسلیم بشید، خودتون می فہمید. می بینید کارها بہ جایی نمیرسہ. تسلیم بشید. تسلیم یعنی: پذیرش اتفاق این لحظہ، قبل از قضاوت. یعنی: ذہن قضاوت نمی کنہ، کہ خوبہ، بدہ.

شما می پذیرید. یعنی با این لحظہ آشتی می کنید بدون قضاوت.

برای اینکہ قضاوت کنی من ذہنی میگہ کہ این بدہ، باہاش آشتی نکن.

اونموقع، صبر، تبدیل بہ تحمل میشہ. صبر یعنی حضور دارم. تحمل یعنی من ذہنی دارہ فشار بہش میآد.

من ذہنی نمیتونہ صبر کنہ، تحمل دارہ بالاخرہ منفجر میشہ. صبر یعنی فضا دار ہستم. ہر اتفاقی می افتہ می پذیرم.

میدونم کہ زندگی، اون چیزی کہ صلاحِ منہ، پیش میآرہ و من توکل دارم بہ زندگی، ہمینطوری عمل می کنم، میرم جلو.

صد ہزاران سالہ از ہست و عدم زان سوتری

وز تواضع مر عدم را ہست خوش ہمسایہای

ہست و عدم یعنی توہم. بہ اون سایۂ خدا میگہ. یعنی فاصلۂ زیادی داری از این من ذہنی توہمی!.

ہست و عدم، در ذہن. شما در ذہن، بہ چی میگین ہست، بہ چی میگین نیست؟، بہ چی میگین خدا، کہ از جنسِ عدمہ، بہ چی میگین من؟، ہر دو توہمہ.

و بہ اون میگہ تو از این سیستم رها شو. اما از تواضع، از فروتنی، ہمسایۂ خوبی ہستی برای عدم. فرض کنین این

عدم، بازہ ہم ہمین من ذہنی باشہ، حقیقتاً" در ما حضور وجود دارہ. حضورِ خدایی. ہمسایۂ عدم ماست. مولانا عدم و

در دو معنی بکار می برہ:

گاهی توہم. گاهی عدم واقعی.



گاهی بجای خدا و زندگی می گیره، تهی، عدم.

در ما، حضور همسایه عدمه. قبلاً توضیح دادم، گفتم وقتی صدای مهبلی میآد و شما نفهمین چیه، بلافاصله ناس فوس فضا باز میشه. در جاهای خطرناک که دیگه ذهن به جایی نمیرسه اداره کنه ما را، بلافاصله اون فضا، اختیار رو بدست می گیره. پس اون فضا، در ما هست، کافیه شما فضا رو باز کنید، فضا را ببندید، اون فضا میل به باز شدن داره. همکاری شما در آشتی با اتفاق این لحظه، لازمه. عامدانه و قاصدانه، ما نباید با فشار زیاد، خودمونو بچسبانیم به چیزهای این جهانی.

این کار زحمت زیادی میخواد. حضور آسون تره. بنظر میآد به حضور رسیدن یک موفقیت عظیمیه، هر "نیس همچو چیزی". ش شما بدونین که خدا میخواد اینو باز کنه در شما. اصلاً روند تکاملی ما اینه. پس بنابراین، این موفقیت عظیمی نیست، فقط یک آگاهی و شناساییه که شما هر موقع کشیده می شین به جهان، هشیار باشین نرین به جهان.

و بطور قطع یقین، قبول کنین که چیزی در جهان نیست که به من زندگی بده، پس من نمیرم به جهان برای درخواست زندگی.

جهان تعادل پیدا می کنه. متوجه میشی اونموقع که از چه چیزی چقدر میخوای.

خیلی ها گیج شدن، میگن: از این بده، از اون بده، از اون بده، همه رو بده و نمیدونن که اصلاً از چه چیز، چقدر باشه! بلانس از بین رفته.

یه مطلبی هم از مثنوی براتون میخونم خیلی سریع:

ما عدمهاییم و هستیهای ما

تو وجود مطلق فانی نما

عدم های ما و هستی های ما، هر دو عدمه، اما تو وجود مطلق هستی.

پس، هشیری، وقتی آزاد میشه از ذهن، فانی نماست. ولی وجود واقعه. وجود واقعی ما، موقعی ست که ما زنده بشیم به خدا، ذهن نمیتونه ببینه. ولی اون ریشه داره، اون محکمه. اون زیربنای خوبیه. نه این هستی های موهوم ما، این چیزی که به ذهن می بینیم و بهش چسبیدیم.

زیر این توهم و من ذهنی و اون چیزهایی که چسبیدیم، آرامش خدایی هست. اینکه میگه: هست خوش همسایه ای، واقعا همسایه ما، بعنوان من ذهنی، ما عدمیم، بعنوان من ذهنی. توهمیم، بعنوان من ذهنی. ولی همسایه ما خداست. چه همسایه خوبی! انگار یک آدم بسیار فقیری، همسایه بسیار ثروتمندی داشته باشه. خُب بالاخره، نهار و شام از آنجا میرسه دیه! مگر اینکه در و ببنده، بگه نمیخوام.

بالاخره، این همسایه خوب ما که خدا باشه، وجود مطلق باشه، که فانی نماست، هر لحظه، برکاتش به ما میرسه و ما هم الآن شناسایی می کنیم که برکاتو رد نکنیم.



ما همه شیران ولی شیر عَلم

حمله‌شان از باد باشد دَمبه دَم

ما در وجود تو همی، ما شیریم. اما شیرِ روی پرچم هستیم!.

شیرِ پرچم رو، باد می‌آید اینور و اونور میزنه. شما پرچمو نگاه کنید، داره... شیر هم روشه و داره تکون میخوره، باد تکونش میده. پرچم دیده میشه ولی باد دیده نمیشه.

پس انرژی که دمیده به ما دیده نمیشه ولی وجود جسمی ما که هر چی شما می‌پندارید اونو، اون دیده میشه. بوسیله حس های ما و فکر ما. پس حس ما و فکر ما، اون باد و نمی‌بینه.

حمله‌شان پیدا و ناپیداست باد

آنک ناپیداست از ما کم مباد

بعضی ها میگن: گم مباد. یا بعضی جاها هست: جان فدای آنچه ناپیداست باد. حالا بستگی به نسخه اش.

حمله‌شان پیدا. شیر حمله می‌کنه روی پرچم، ولی باد و ما نمی‌بینیم. ما، جسماً، ذهناً، حمله می‌کنیم، حرکت می‌کنیم ولی بادی که ما رو به حمله و میداره، به حرکت و میداره، واقعا انرژی این لحظه ست. چیزی که ذهن ما رو گفتیم: به حرکت در میاره، روشن می‌کنه، نور این لحظه هست. نور زندگی در این لحظه.

ما اگه با حس هامون با چشم هامون با گوش مون و با فکرمون، میخوایم باد و ببینیم، نمیتونیم ببینیم.

باد، نیروی زندگیه. اون چیزی که ناپیداست از ما، کم نشه.

کوه حلمی شمس تبریزی، دو عالم تخت تو

بر نهان و آشکارش می‌نگر از قایه‌ای

گفتم قبلاً". میگه: معدنِ حلمی. معدنِ پذیرش هستی. بی نهایت پذیرش هستی. بی نهایت فضا گشایی هستی شمس تبریزی.

شمس تبریزی کیه؟ شمس تبریزی ما هستیم. شمس تبریزی هشیاری آزاد شده از ذهنه، در هر انسان.

اون شمس تبریزی هم از اون جنس بوده. تخت تو دو عالمه.

یعنی میگه: هم عالم غیب، هم در فضای یکتایی و هم عالم وجود. تخت تو در هر دو جاست. هم در اینجا هستی، هم در اونجا هستی. در هر دو جا، تخت داری. هم بالاترین مقامو در جهان فرم داری، هم در جهان بی فرمی و حالا، به نهان و آشکارِ خدا، هر چی که خدا می‌آفرینه، به معنیش، از جایگاه بلندی نگاه کن.

یعنی وقتی ما هشیاری بی نهایت عمیق ابدیت این لحظه می‌شیم، از پایگاه بلندی هم به جهان نگاه می‌کنیم، هم در اونجا داریم، که گفت: در اون سر، پایه داریم ما.

ولی به ما هم میگه اگه میخوای شمسی تبریزی رو ببینی تو، باید پایه ات رو بلند کنی!.

بر نهان و آشکارِ شمس تبریزی، اگه بخوای ببینی، باید از جایگاه بلندی نگاه کنی.



مثنوی من آوردم، به کار ما میخوره. قبلاً" خوندم. خیلی سریع میخونم. براتون که بمونه انشاءالله، قسمتی از این برنامه و اون عبارت از این است که:

همانطور که در اول مطرح کردم، وقتی ما سوار اسب فکر میشیم، این اسب، ما را زمین میزنه. وقتی دردمون اومد، یه بار بلند شدیم، باید هشیار باشیم، با یه بار یاد بگیریم.

و مولانا میگه که وقتی ما میآیم به این جهان، یواش یواش، هشیاری، اون شادی اولیه از بین میره، ما می رسیم به پاییز بعد می رسیم به زمستان یعنی هوا سرد میشه. هوا سرد میشه، یعنی انرژی ما سرد میشه. یعنی حال ما خراب تر میشه. یعنی اون شادی بودن از بین میره و ما می چسبیم به جهان، میریم تو ذهن، از چیزها میخوایم انرژی بگیریم، زندگی بگیریم و اونا نمیدند و بنابراین در زمستان هستیم و وجود من ذهنی رو، یا هشیاری در ذهن، به سگ در زمستان تشبیه کرده. میگه که، حرفش اینه، میگه:

سگ در زمستان از بس سرد میشه، ما هم بعنوان هشیاری در زمستان ذهن اینقدر سردمان میشه و حالمان خراب میشه که میگیریم اگه حال یه بار بهتر بشه، من میرم تو فضای یکتایی یه خونه واسه خودم می سازم. من دیگه حرص نمی ورزم. من دیگه این کار رو نمی کنم. اما همینکه موضوع گذشت، ما یادمون میره.

کلید اینه که: یک بار ما اوقات تلخی کردیم، یه بار ما عصبانی شدیم، یه بار دعوا کردیم، یه بار نتیجه حرص و دیدیم و بلا سرمون اومد، اون دیگه بس باشه. هی تکرار نکنیم و سریع میخونم، خیلی ساده ست.

سگ زمستان جمع گردد استخوانش

زخم سرما خُرد گرداند چنانش

کو بگوید کین قدر تن که منم

خانه‌ای از سنگ باید کردنم

پس، سگ در زمستان، که قدیم بیرون زندگی می کرده، حالا در بعضی از مناطق جهان هم در سرما واقعا" زمستان بیرون می خوابن، سرما اینقدر فشار میاره که فکر میکنه خیلی کوچولو شده دیگه.

ما هم، وقتی مسائل میآد و گیر می افتیم و دردمون زیاد میشه، کوچولو می شیم میگیریم که:

ما که کوچیک هستیم، من ذهنی کوچیک میشه و اگر از این مخلصه نجات پیدا کنم، من میرم از سنگ یه خانه می سازم.

خانه از سنگ ساختن یعنی از فضای حضور خونه ساختن. سنگ، در اینجا یعنی چیز محکم.

چیز محکم برای ما، خداست. عدمه. گفت که تو فانی نما هستی ولی چیز محکم تو هستی.

چونک تابستان بیاید من به چنگ

بهر سرما خانه‌ای سازم ز سنگ

سگ میگه: اگه تابستون بیآد، الآن که زمستانه، من با چنگم از سنگ، خونه می سازم. ما هم همینو میگیریم.

چونک تابستان بیاید از گشاد

استخوانها پهن گردد پوست شاد



تابستون بیاد، سگ حالش خوب میشه و اوضاع بهتر میشه، غذا زیاد میشه و استخوانهاش دوباره پهن میشه. استخوانها در ما، معادل باورهاماست، اون الگوهای ذهنیه استخوانهای ما. و این بزرگ شدن بیخودی ما در ذهن، سطح ما رو خشک می کنه. پوست شاد، یعنی سگ پوست می اندازه. ما هم دیگه میگیم دیگه ما، حالمان بهتر شد و اوضاع خوب شده و باز هم به من ذهنی ادامه میدیم. یادمان میره که ما یه بار زمین خوردیم و باید درس می گرفتیم و و می رفتیم خونه در فضای یکتایی. کلید کار اینه که ما یه بار به زحمت می افتیم، باید کافی باشه. بدونیم که منیت ما، ما رو به اینجا رسوند و این منیتو نباید ما ادامه بدیم. اگر شما دوباره ادامه بدید، همین بلای سگ به سر ما میاد که مولانا میگه.

گوید او چون زفت بیند خویش را

در کدامین خانه گنجم ای کیا

سگ خودشو دیگه الان بزرگ می بینه. زفت یعنی بزرگ.

میگه که من در کدوم خونه جا می شم دیگه! من به این بزرگی. اونموقع که درد بود و دردش از حرص اومده بود، کوچولو شده بود، حالش خراب بود، الان که حالش خوب شده، میگه کی من درخونه جا نمی شم.

زفت گردد پا کشد در سایه‌ای

کاهلی سیری غری خودرایه‌ای

بزرگ میشه ایندفعه. م این، کار من ذهنیه. دوباره میگویم: پیغام این قسمت مثنوی، اینه که:

در اثر سایه مون، سایه درازمون، ما زمین خوردیم. ایندفعه، باید بگیم که میخوام سایه رو کوتاه کنم و پا نکشم در سایه خودم بخوابم.

بزرگ میشه، پاشو می کشه در سایه ای. البته میگه سگ زیر سایه مثلاً "درخت می خوابه ولی داره میگه که انسان در زیر سایه خودش می خوابه و بزرگ می بینه خودشو. اونجا هم که مثل دیوار ما سایه مان دراز بود، ما سایه خودمان را می بینیم: ,, عجب سایه درازی دارم ,, یعنی چی؟

,, چه آدم مهمی هستم! ,, خطرناکه.

کاهلی، تنبل میشه، سیرمیشه از نعمت حق، حالا دیگه، غری، میتونیم بگیم فریب خورده، فریب ذهنه میخوره یا نامرد میشه و خودرایه‌میشه. من فقط می خواستم این خودرایه رو شما ببینید. خودرایه من ذهنی خطرناکه. که بیشتر مردم خودرایه هستند، خودرای هستند و اثرش هم می بینند.

خودرایه بعنوان حضور خوبه، بشرط اینکه زنده زنده به حضور باشی بدونی که عملت از حضور بیاد، ولی خودرایه بر اساس من ذهنی خیل بده.

گویدش دل: خانه‌ای ساز ای عمو

گوید او: در خانه کی گنجم؟ بگو

دل، وجدانش، اون ... بالاخره از اعماق وجودش، از مرکز خدائیتش یک پیغامی میاد: عمو، یه خانه ای بساز.



به سگ، در تابستان. به ما هم. به ذره اوضاع بهتر شده و زندگی به ما فرصت میدهد. به بار زمین میزنه، دردمان میآد. این درد برای اینه که ما درس بگیریم و پاشیم بریم فضای یکتایی و فضای ذهنو بطور کلی ترک کنیم ولی ما نمی کنیم. به مقدار رنجش پیدا می کنیم با به مقدار ملامت، از کسی که این بلا را سر ما آورده و نمی فهمیم که منیت ما اینو بلا را سرمان آورده و میریم حالونو دیگه بهتر می کنیم، بعد میگویم که: ،، چه خانه ای!، چه حضوری!، اختیار دارید!، من اصلا" در خانه جا نمی شم! ،، " ما نباید اینطوری حرف بزنیم "

استخوان حرص تو در وقت درد، الان دیگه داره مولانا صحبت می کنه.

درهم آید خرد گردد در نورد

استخوان حرص ما، حرص، هم هویت شدگی با به چیزی در جهان، که این نباشه من می میرم و من با ولع میرم به سمتش. دائما" حول محور اون می چرخم. این به چیز مادیه، تمام توجه مان رو دزدیده: ،، این بیاد زندگی شروع میشه ،،

" این حرصه. نباید اینطوری باشه ". هیچ چیزی در جهان بیرون، نباید توجه ما رو بدزده.

اما استخوان حرص ما، آگه باشه که بیشتر مردم دارن، موقع درد پیچیده میشه، زیر پای زندگی له میشه، خورد میشه. چرا زندگی این کار و میکنه؟، برای اینکه ما بفهمیم.

گویی: از توبه بسازم خانه ای

در زمستان باشدم استانه ای

یعنی: تو میگی که من برمی گردم به سوی خدا؟، و در فضای یکتایی به خونه می سازم و اگر زمستان بیاد، البته آگه برم اونجا خونه بسازم، دیگه زمستان، اتفاقات بیرونی، هر چقدر هم بد بشه، به من اثری نداره، اونجا زندگی می کنم. اینها همه، نشانه اینه که من باید از ذهن پریم بیرون.

چون پشد درد و شدت آن حرص زفت

همچو سگ سودای خانه از تو رفت

وقتی درد رد شد و اون حرص هم باهانش رفت، متأسفانه ما هم مثل سگ، دیگه خانه یادمان میره. نباید یادمان بره. یک زمین خوردگی باید بدون درد، بدون اینکه ملامت کنیم، باید مسئولیت هشیاری مون رو بعهده بگیریم و سودای خانه ساختن در فضای یکتایی رو از یاد ببریم و بدونیم که در اثر هم هویت شدگی و جدایی از زندگی بود که این بلا سر ما اومد، من خودم آوردم.

شکر نعمت، خوشتر از نعمت بُود

شکر باره کی سوی نعمت رود؟

حالا میگه مولانا: شکر نعمت، خوشتر از نعمته. برای اینکه نعمت، توجه کنید:

وقتی نعمتو ما می بینیم، مفهوم اونو می بینیم. وقتی شکر می کنیم، این شکر به پروسه ای ست که رضایت ما رو؛ و با زندگی یکی شدن ما رو نشون میدهد.



میخواد بگه که شکر، بهتر از نعمته. ما حواس مان نباید به نعمت باشه برای اینکه نعمت مفهومه، همینکه به نعمت توجه کنیم، میریم به ذهن و من ذهنی می شیم. نعمتو می بینیم، بوسیله من ذهنی.

کسی که شکر پرسته، شکر باره، شکر دوست، شکر پرست، کی سوی نعمت رود؟

شکر پرست یعنی: " من میدونم بطور قطع یقین، هر چیزی که در این لحظه بوجود میآد، این خوبه، نیکه و اینو خدا برای من میآره، من براش شکر می کنم. حالا، میخواد ذهنم مقاومت کنه، میخواد بد بگه، میخواد خوب بگه، اصلاً حرفِ ذهن من، وارد نیست، " این شکر پرسته.

شکر می کنم برای اینکه " نشد ". می خواستم اینطوری ... بشه، خدا را شکر که " نشد ". خدا رو شکر که " شد "، هر دو یکیه. فرقی نمی کنه. این آدم شکر پرسته و به نعمت توجه نداره. صرفنظر از نعمت، شکر می کنه.

شکر، جانِ نعمت و نعمتِ چو پوست

ز آنک شکر آرد ترا تا کوی دوست

شکر میگه: جانِ نعمته و نعمت، پوسته. پوست، مفهومه، شکر، جانِ شماسه. شکر ما رو می بره به فضای یکتایی که کوی معشوقه، کوی خداست.

پس، نگاه کنید: شما، صرفنظر از اینکه اون چیزی که با ذهن تان می خواستید، به شما داده شده یا نشده، شما، شکر می کنید. شکر کردن هم یعنی از جنس زندگی باقی ماندن.

فضای یکتایی این لحظه، شما هستید. چیزها در شما اتفاق می افته. حالا، این چیزها اتفاق می افته، مطابق میل من ذهنی شما، هس یا نیست، مهم نیست این.

شما همون فضا باقی می موندید و این فضا باقی ماندن همین شکره. و شکره به زبان آوردن و در عمل و در درون هم خط شدن با اون، اصلاً " شُ یه معنی شکر اینه که در درون، با اون چیزی که بوجود میآد، هم خط می شی. مُ، اعتراض نمی کنی. ناراضی نمی شی. ناراضی نمیشه. خلاصه ش، نه ناراضی میشه، نه ناسپاس میشی

رضایت در این لحظه و شکر، از صفات فضای در برگیرنده اتفاق این لحظه ست که این فضا شما هستید.

نعمت آرد غفلت و شکر انتباه

صید نعمت کن بدام شکر شاه

اگر شما، به نعمت توجه کنید، این اتومبیله، این بچه خوبه، نمیدونم ... این همسر خوبه، این مقام خوبه، اینا نعمته. اگر روی اونا تأکید کنید شما، چون اونا مفهومن، بلافاصله میرین به ذهن. در نتیجه غفلت میآره. میری از جنس ذهن میشی.

اما شکر بیداری بوجود میآره. تو باید در حالیکه در دام خدا هستی، در دام شاه هستی، صید نعمت کنی. یعنی بری به فضای یکتایی، از اون فضا به نعمت ها نگاه کنی. این همون خاصیت شمس تبریزی هم بود، گفت که در دو عالم تخت تو. ضمن اینکه فضای در برگیرنده نعمت هستی، نع، اون فضا باقی می مونی. نعمت هر چی هس، مهم نیست.

بنابراین، صید اونو می کنی. ص، بدست میاری اونو در حالیکه با خدا یکی هستی.

نعمت شکر کند پرچشم و میر

تا کنی صد نعمت ایثار فقیر



الآن میگه: نعمت می دونین چیه؟

نعمت، شکره. نعمتو شکر میگه الآن. پس شکره که نعمته. نعمتِ شکر، چشم تو رو سیر می کنه و امیر می کنه. امیر دو عالم میشی. کسی که شکر بکنه، معنیش این است که از زندگی میخواد، از بیرون نمیخواد.

پس بنابراین، چشم سیر داره نسبت به دنیا. از مردم گدایی نمی کنه.

ب بیت پایین ام میگه. ما همه ش چشم مان به دست مردمه، چی میخوان به ما بدن! چی میخوان به ما بدن؟! چی دارن بدن؟! " بلحاظ زندگی دارم میگما! ". اینا زندگی ندارن به ما بدن.

که اونموقع تو، سرویس ده میشی. صد تا نعمتو ایثار فقیر می کنی، بازم میگم: من ذهنی نیازها داره. نیازهای روانشناختی داره. یک موجود ذلیل و بیچاره ایه، خو، محرومیه و میگه:

,, من چی دارم بدم؟، من هیچی ندارم بدم! ,,

ولی شما درست توجه کنی، شما از جنس زندگی هستی. تمام اون چیزهایی که از مردم میخوان به شما نمیدن، معنیش این هست که شما دارین، به مردم نمیدین. خوب نگاه کنید. میتونید، میتونید به خودتون نگاه کنی، ببینید چقدر میتونید کار مردم راه بیندازی، چقدر میتونی سرویس ببیدی، چقدر میتونین در خدمت مردم باشین.

ما نیاییم تبدیل به یه من گدا بدشیم که:

,, من چی دارم بدم!، همه باید به من یه چیزی بدن ,,

" نه ". اون ما رو می بره به فضای محدودیت و خست و کوچیکی و اون حرف مسیحه، میگه:

اون چیزی که داره، زیادتو خواهد شد مال اون، اون چیزی، اون کسی که نداره، اونم که داره، ازش گرفته خواهد شد. شما، بارها هم خوندم در مولانا، میگه هر چی که بیرون می فرستی، ده برابر برمی گرده.

سیر نوشی از طعام و نُقلِ حق

تا رود از تو شکمخواری و دق

تو پس، اگه اینکارو بکنی، به اینصورت که خوندم، در اینصورت از غذا و شیرینی خدا، سیر می خوری، نور می خوری، شادی بی عوض می خوری، آرامش داری، گدای بیرون نیستی، بنابراین، شکم پروری، شکم پروری هم یعنی هر چه بیشتر، بدین به من.

دقّ ام گداییه. حالتِ گدایی و شکم پروریه، که سیر نمی شی، بخاطر من ذهنیه. هر چی که بهش میدن، سیر نمیشه و بیشتر میخواد. این خواستن، بارها گفتیم: موتور من ذهنی رو می چرخونه. خواستن، برای خواستن! این همو شکم خواریه و چشم مون، بدست مردمه. میگه این از ما، در اثر شکر می افته.

