

شیری بنموده آهوی را	ای سخت گرفته جادوی را
در دیده نهاده‌ای دوی را	از سحر تو احوالست دیده
کی یافت ترنج آلی را	بنموده‌ای از ترنج آلو
بنموده ز گندمی جوی را	سحر تو نمود بره را گرگ
طومار خیال منطوی را	منشور بقا نموده سحرت
از سحر تو جاهل غوی را	پر باد هدایتست ریشش
ای ترک نموده هندوی را	سوفسطاییم کرد سحرت
بیلان تهمتن قوی را	چون پشه نموده وقت پیکار
تقدیر و قضای مستوی را	تا جنگ کنند و راست آرند
بگشای زبان معنوی را	سوفسطایی مشو خمش کن

با سلام و احوالپرسی برنامه گنج حضور امروز را با غزل شماره ۱۱۶ از دیوان شمس مولانا شروع می‌کنم. در غزل امروز می‌خواهیم راجع به احوالیت، دویی یا دوبینی صحبت کنیم و می‌خواهیم بیان کنیم که من ذهنی دوبین است.

زندگی یکی بیش نیست ولی وقتی زندگی را وارد ذهن می‌کنیم و از آن من می‌سازیم و با آن من به جهان نگاه می‌کنیم زندگی را دوتا می‌بینیم. برای همین با یکی از این دوتا بینی می‌ستیزیم. مولانا با مثالهایی بسیار ساده این درسها را بیان کرده است مثل اینکه برای کشاورزان صحبت می‌کند برای همین از بره، گرگ، آلو، ترنج، گندم، جو، شیر و آهو استفاده کرده است. این مثالها حتی برای یک انسان تحصیل نکرده و روستایی هم به آسانی قابل فهم هستند.

ای سخت گرفته جادوی را شیری بنموده آهوی را

ای کسی که یک جادو را سخت گرفتی و دایم به جادوگری مشغول هستی. منظور مولانا هم ما هستیم و هم هستی. این طرز گفتگو و خطاب نشانگر این است که ما بعنوان انسان جزو هستی و زندگی هستیم و غیر از این چیز دیگری نیستیم. خداییت ما زنده بودن به زندگیست پس چه خطایش با خدا باشد چه با ما فرقی نمی کند. ای کسی که دایم به جادوگری مشغول هستی و این جادوگری باعث شده که یکی را دوتا ببینی و به ستیزه مشغول باشی و در نتیجه از زندگی برخوردار نشوی و این دوبینی من ذهنی تو آهو را بصورت شیر به تو نشان می دهد.

زنده بودن زندگی این لحظه لطیف است و پر از عشق، آرامش و شادی است ولی ما از آن زنده بودن چیزی ساخته ایم ستیزنده و ضخمت. تمام زندگی برخی از ما یا حمله است یا دفاع از خود. ما از زندگی لطیف این زندگی ضخمت را برای خود ساخته ایم. مولانا با هر مثالی خواب آلوده بودن و در خواب ذهن فرو رفتن ما را توضیح می دهد. در جایی می گوید:

روز در خوابی مگو کاین خواب نیست سایه فرع است اصل جز مهتاب نیست

پس در ذهن رفتن و از طریق ذهن با چیزهای دنیایی هم هویت شدن خواب است و اینها فرع هستند در صورتیکه اصل ما، نیروی زنده کننده زندگیست. پس چون ما بیدار نمی شویم می گوید تو سحر شدی و خدا ترا سحر کرده است.

از سحر تو احوست دیده در دیده نهادهای دویی را

از این سحر تو (از سحر زندگی) دیده ما دوبین شده است بنابراین در چشم من تو دویی را قرار داده ای که من دوبین شوم. همانطور که گفته ایم عشق، شادی

و آرامش از عدم و لطافت و نور زندگی می آید و این برکتها عناصر عمیق هستند. شادی اصیل می خواهد در همین لحظه از وجود ما بجوشد و بالا بیاید اما چیزهایی همانند خشم و خوشی سطحی هستند و از ذهن می آیند. ذهن با هم هویت و عین شدن با چیزهای بیرونی ما را به دویی می اندازد. دویی یعنی اینکه یک چیزی را شما خوب فرض می کنید و بر اساس این چیز خوب با بد می جنگید. شما اگر در ذهن با چیزی هم هویت شوید جهان را دوتا می بینید. بیشتر ما با چیزهای این جهانی هم هویت هستیم و چیزها را دوتا می بینیم.

نمی شود شما در ذهن خود بدی داشته باشید و خوبی نداشته باشید. ذهن چیزها را بد و خوب می کند. اگر شما با یک خوبی در ذهن خود هم هویت باشید و بر اساس آن چیز خوب خودتان را سازمان بدهید برای مثال با باوری اجتماعی یا سیاسی یا شخصی هم هویت باشید و بر اساس آن خودتان را سازمان دهید حالا با چیز دیگری که ضد این باور است در ذهن خود ستیزه کنید این توهم ذهن است و شما در اصل با چیزی ذهنی درون خودتان ستیزه می کنید. در اصل هر زمانیکه شما ستیزه می کنید شما در ذهن، خودتان با خودتان ستیزه می کنید پس یک چیز بد و یک چیز خوب وجود ندارد که شما با آن چیز بد ستیزه کنید. اینها همه توهم ذهن شماست.

توهم و دویی در ذهن هست که این حالتها را ایجاد می کنند. هیجاناتی همانند خشم، ترس و خوشی از تاثیر فکر بر روی بدن بوجود می آیند که این هیجانها هم چیز ذهنی هستند پس تابع قانون دویی و تضادها هستند. بیشتر اوقات روابط انسانها هم به این ترتیب تنظیم می شود. در روابط، خوشی و درد وجود دارد که دویی هست. شادی از اعماق وجود ما می آید اما خوشی از تفسیر ذهن می آید. اگر ذهن شما چیزی را خوب تفسیر کند شما خوشحال می شوید و اگر چیزی را

بد تفسیر کند شما غمگین می شوید. هر دو سطحی و ذهنی هستند و تابع قوانین دویی هستند. همانند سکه که دو رو دارد. اگر چیزی در زندگی شما هست که شما را خوشحال می کند حتماً نبود آن چیز یک روزی شما را غمگین خواهد کرد چون شما با آن چیز هم هویت هستید و با چگونه بودن آن خوش هستید و اگر این چگونگی تغییر کند شما دیگر خوش نیستید. شما بارها دیده اید که یک رابطه ظاهراً بسیار صمیمی و ظاهراً عشقی که عشقی نیست و بیشتر شبیه به یک اعتیاد است براحتی می تواند به رابطه ای پر از درد تبدیل شود و این فراوان در دوستان و زندگیهای زناشویی دیده می شود.

اگر عشق بین این انسانها عمقی بود در زیر این ذهن با هم متحد و یکی بودند و زندگی را تجربه می کردند. زندگی یکی بیشتر نیست و شما می توانید از ذهن خود بیرون بیایید و هوش را از ذهن بیرون بکشید و با عشق حقیقی با هم برخورد کنید و خواهید دید که در یک فضای پذیرش و بدون انتظار با هم زندگی کنید. دیگر آن پستی بلندیهای قهر و آشتی در زندگی وجود ندارند و در سیکل هیجانات منفی و مثبت در نخواهیم افتاد. رابطه ما با نزدیکترین فرد زندگیمان با حمله و کشمکش یا دفاع و گریز یا تنفر نخواهد بود. چون در این حالت ما در روابط خود پایداری هیجانی داریم.

بنموده‌ای از ترنج آلو کی یافت ترنج آلو را

تو ترنج را بصورت آلو می بینی. حضور و زنده بودن زندگی این لحظه را به آلو و من ذهنی را به ترنج تشبیه کرده است. تو این من ذهنی را آنقدر زیبا نشان می دهی که ترنج را آلو می بینم ولی کی ترنج می تواند آلو بودن را تجربه کند؟! چطور ما با من ذهنی و ستیزه به حقیقت و شادی می رسیم؟! نمی رسیم.

بخش دوم

سحر تو نمود بره را گرگ بنموده ز گندمی جوی را

سحر تو از بره، گرگ به ما نشان داده است. بره نشانه معصومیت، بیفرمی و زندگیست ولی گرگ ضمخت و درنده است و نشانه من ذهنیست. سحر تو باعث می شود که ما این لطافت و زندگی را بگیریم و آن را در ذهن سرمایه گذاری کنیم و از آن چیزی ضمخت و درنده بسازیم و به ستیزه بربخیزیم. اینکار شبیه این است که گندم را جو نشان دهیم. در اصل ما زندگی هستیم که همه شادی و لطافت است ولی این سحر گندم را جو نشان می دهد و ما باید از این خواب و در سحر بودن بیدار شویم.

منشور بقا نموده سحرت طومار خیال منطوی را

منطوی = در هم پیچیده

این سحر و به خواب فکر فرو رفتن ما در غم و غصه هست که اجازه نمی دهد منشور بقا ادامه پیدا کند. ما با باورهایمان یک منی می سازیم که شبه وار است و هر لحظه با این سحر که به این شبه می دهیم آنرا زنده نگه می داریم. اینکه زندگی را دوتا ببینم سبب می شود این طومار به هم پیچیده که دو قطب دارد و همیشه یک قطب با قطب دیگر ستیزه می کند باقی بماند. مژده ای هست که چیزی بنام من ذهنی وجود ندارد و من ذهنی فقط یک توهم است. ما هر لحظه می توانیم از این سحرشدهگی و خواب بیدار شویم. این مژده ای هست که ما لازم نیست در این درها بمانیم و می توانیم از آنها رها شویم.

پر باد هدایتست ریشش از سحر تو جاهل غوی را

وقتی ما در ذهن با، باورهایمان هم هویت می شویم پس زندگی را در آنها می بینیم و می خواهیم دیگران را هدایت کنیم. چنین من ذهنی که باورهای خود را جدی گرفته است ریشش پر از باد هدایت است و این فقط بادی هست که اصلیت ندارد و نمی تواند هدایتگر باشد. هدایت کننده فقط جان جانان است. مولانا در جایی دیگر می گوید:

دویی از خود برون کردم دو عالم را یکی دیدم

یکی بینیم یکی جویم یکی دانم یکی خوانم

در غزل معروفی هم می گوید:

چه تدبیر ای مسلمانان که من خود را نمی دانم

نه ترسا نه یهودم من نه گبرم نه مسلمانم

مکانم لا مکان باشد نشانم بی نشان باشد

نه تن باشد نه جان باشد که من از جان جانانم

بنابراین این دویی را از خود بیرون کردن و به یکتایی رسیدن تئوری نیست و ما باید در عمل به آن برسیم و از آن استفاده کنیم. به محض اینکه ما زنده به حضور شویم این جهان دویی از بین نمی رود ولی اهمیت خود را از دست می دهد و اتفاقات زندگی نمی تواند تماما، ما را ببلعند.

طومار خیال منطوی را ما زنده می کنیم اگر زنده نکنیم در **این صورت منشور بقا حکم ادامه زندگی را دارد.** جاهل گمراه و بیراه خود را می خواهد رهبر مردم بداند و خودش را مطرح کند و باورهایش را جدی گرفته است و می خواهد به آدمها عقل بدهد و خرد بیاموزد. یک چنین آدمی باد هدایت در ریش دارد و

این همان من ذهنی است. در اصل هر کسی باید عقل و خرد را از درون خودش بیرون بکشد و کسی دیگر نمی تواند او را از این دوبینی و خواب بیدار کند تا زمانیکه هر کسی خودش نخواهد از این سحر و خواب بیدار شود کسی نمی تواند برایش کاری کند.

سوفسطاییم کرد سحریت ای ترک نموده هندوی را

سوفسطایین گروهی بودند که در سال پنجم قبل از میلاد مسیح زندگی می کردند و بیشتر به مغلطه و جدل و بازی با لفظ مشغول بودند و اگر چیزی هم می گفتند تأکید بر لفظ و جدل داشتند. سحر تو مرا سوفسطایی کرده بنابراین از یک ترک (ترکان زیبا رو و سفید پوست هستند) هندویی نمایانگر کرده یعنی من ذهنی خودش را به قدری زیبا نشان داده که ما عاشق من ذهنی و باورهای خودمان شده ایم و ادعای هدایت دیگران را داریم.

چون پشه نموده وقت پیکار پیلان تهمتن قوی را

تا جنگ کنند و راست آرند تقدیر و قضای مستوی را

مستوی= راست و هموار

ما در این پیکار همانند پشه ضعیف شده ایم. ما با ستیزه یک قطب ساخته ایم و با یک چیزی ستیزه می کنیم. اگر شما در ذهن خود با چیزی در ستیزه هستید. این ستیزه منظور دعوای عملی و دست به یقه شدن نیست بلکه منظور ستیزه ذهنیست. مثلاً چیزی در ذهن شما یادتان می آید، نمی پذیرید و هیجان منفی در شما بوجود می آید و هر لحظه فکر دیگری می کنید و یک واکنش دیگر و به همین ترتیب ادامه ستیزه ذهنی. **من ذهنی یعنی عدم پذیرش و نپذیرفتن. نفس هم**

یعنی بی انعطاف بودن.

هر زمان می خواهیم به نفس و من ذهنی نگاه کنیم یادمان بیاید یعنی عدم پذیرش. هر زمان می پذیریم ما بیشتر به آن بره که لطیف است و خدایت ماست نزدیک می شویم. ما نمی توانیم با اتفاق این لحظه ستیزه کنیم حتی پیلان قوی و قدرتمند همانند پشه ای در برابر زندگی و عشق الهی ضعیف می شوند و عشق آنها را از پای در می آورد. انسانها از طریق عدم می توانند به عشق دسترسی پیدا کنند. در فیلم چنگیزخان، چنگیز در توهم عشق پسرش از خود ضعیفی نشان می دهد و از اسب پایین می آید و پسرش با اینه چنگیزخان را دوست دارد به دلیل بی عشقی چنگیز از پیش او رفته است. این عشق برای چنگیز تبدیل به توهم شده است و این توهم چنگیز را همانند ای ضعیف کرده است. البته نمی دانم چقدر این داستان صحت دارد.

این گونه انسانها همانند پشه ضعیف می شوند تا آنقدر ستیزه کنند و خودشان را شکنجه کنند تا بفهمند که نباید ستیزه کنند. ما باید آنقدر ستیزه بکنیم تا بفهمیم که تقدیر و قضای الهی باید راست بیاید. راستی و حقیقت باید کار خود را انجام دهد. **قضا یعنی حکم الهی و تقدیر یعنی اجرای آن.** تقدیر و قضای الهی می خواهد بگوید که ما از این سحر و جادو بیدار شویم و به حضور برسیم و اجازه دهیم زندگی از ما بیان شویم. اگر ما به این تقدیر و قضای الهی تن ندهیم که همه بیان عشق و شادبست پس ما جلوی این تقدیر و قضای الهی را گرفته ایم و همانند پشه در برابر زندگی از پای در می آیم و نمی توانیم در ستیزه با عشق پیروز شویم تا به خودمان ثابت کنیم که این راستی هست که باید پیروز شود نه توهمات و دروغهای ذهنی ما.

سوفسطایی مشو خمش کن بگشای زبان معنوی را

این همه جدل نکن و خاموش باش و زبان معنوی را باز کن.

قصه مثنوی راجع به احوالیت. این قصه از دفتر اول هست. تیترا قصه هست:

داستان آن پادشاه جهود که نصرانیان را می کشت از بهر تعصب.

بود شاهی در جهودان ظلمساز دشمن عیسی و نصرانی گداز

نصرانی = عیسویان

یک شاه ستمگری در بین یهودیان بود که ظالم بود. ظلم ساز اشاره به هر کدام از ما دارد. ما هم شاه ظلم ساز هستیم که با احوالیت به خودمان ظلم می کنیم. این شاه دشمن عیسی بود و عیسویان را شکنجه و آزار می کرد. البته عیسی در ناصره متولد نشده اما چون مدت طولانی در آنجا زندگی کرده است عیسویان را اصطلاحاً نصرانی می گویند.

عهد عیسی بود و نوبت آن او جان موسی او و موسی جان او

دوران عیسی و پیغمبری او بود که منظور زندگیست. یعنی همین لحظه دوران زنده بودن به زندگیست. با اینکه دوران عیسی بود اما موسی و عیسی جان هم بودند و در اصل نیروی بیان زندگی بودند.

شاه احوال کرد در راه خدا آن دو دمساز خدایی را جدا

این شاه دوبین در ذهن خود با یکی از اینها در واقع با تصویر و باورهای آنها که موسی باشد هم هویت شد و فکر کرده بود این همان موسی است. همانند ما که با یک سری باورهای خشک هم هویت شده ایم. بنابراین شاه در ذهن خود احوالیت و دویی ایجاد کرده بود. آن چیزی که تصور می کرد تصویر و شبه موسی بود و آن یکی هم که می خواست با آن ستیزه کند عیسی بود.

این تصویر ذهنی شاه بود چون عیسی و موسی چیزی جدا از هم نبودند بلکه دمساز خدایی بودند. پس آنها را در ذهن خود جدا می دانست و فکر می کرد در راه آبادانی این کار را انجام می دهد. این صحبتها را جمع به همه ما مصداق دارد. **گفت استاد احولی را کاندرا زو برون آر از وثاق آن شیشه را**

استادی به شاگرد گفت برو از پستو شیشه را بردار و بیاور. استاد تمثیل خداست. استاد به ما می گوید: برو و از درون خود این شیشه را پیدا کن و بیرون بیاور. شیشه ظریف و شکننده است.

گفت احول زان دو شیشه من کدام پیش تو آرم بکن شرح تمام

شاگرد چون با ذهن خود دوتا می دید گفت: از دو شیشه کدام را بیاورم برایم شرح بده. درست همانند ما که در ذهن فکر می کنیم کدام باورها را باید نگه دارم و کدامها را نباید نگه دارم و باید با آنها ستیزه کنیم.

گفت استاد آن دو شیشه نیست رو احولی بگذار و افزون بین مشو

استاد (خدا) گفت: یک شیشه بیشتر وجود ندارد یعنی یک عشق و یک حضور درجهان بیشتر نیست و دو حضور وجود ندارد. زندگی را که من حس می کنم شما هم همان زندگی را حس می کنید. شاگرد جواب داد: اما اینجا دو شیشه هست. استاد گفت: این دویینی را کنار بگذار و افزون نبین. ما زندگی را دوتا می بینیم و با دیگری می ستیزیم.

گفت ای استا مرا طعنه مزن گفت استا زان دو یک را در شکن

ما به خدا می گوئیم آنقدر ما را مسخره نکن ما دوتا شیشه می بینیم. استاد هم به شاگرد گفت: حالا که دوتاست یکی از آنها را بشکن.

شیشه یک بود و به چشمش دو نمود چون شکست او شیشه را دیگر نبود

پس شیشه یکی بود اما به چشم ذهن او دوتا می آمد. شاگرد هم یکی از شیشه ها را شکست. یعنی شما با هر چیزی که در این لحظه ستیزه می کنید را باید بپذیرید و دیگر ستیزه نکنید بعد متوجه می شوید آن چیز از بین می رود و هر چیزی که بر اساس آن من ساخته بودید دیگر وجود ندارد. درست همانند سکه ای که اگر یک رویش نباشد آن روی دیگر آن هم نیست. مثلاً اختلافی داریم یا بر سر باوری اختلاف داریم با پذیرش آن اختلاف متوجه می شویم که خردی از درون ما بالا می آید و آن اختلاف حل می شود. پس زمانیکه شاگرد یکی از شیشه ها را شکست دید که شیشه دیگر وجود ندارد.

کاربرد عملی این موضوع این است که اگر شما الان با چیزی ستیزه می کنید بجای ستیزه آنرا بپذیرید بعد خواهید دید که لزومی به ستیزه با آن نیست. وقتی ما دو قطب می بینیم چیزی که حول و حوش آن قطب درست کرده ایم که من ذهنی ماست را نمی بینیم و فقط آن قطب را می بینیم. زمانیکه ما در ذهن هستیم شرح ما که ما چه کسی هستیم از طریق ستیزه معلوم می شود. مثلاً من کسی هستم که با فلان باور می جنگد و با این جنگیدن تایید می گیرم. چون یک قطب من می شوم و یکی قطب باور شخص یا مذهب مقابل من. زمانیکه احوالیت یا دوبینی داریم هیچکدام از دو طرف را درست نمی بینیم چون با یک قطب هم هویت هستیم. همانند چشم که همه چیز را می بیند ولی خودش را نمی بیند. بنابراین شرط زنده بودن به زندگی این است که ما این دوبینی را رها کنیم.

چون یک بشکست هر دو شد ز چشم مرد احوال گردد از میلان و خشم

چون یکی از شیشه ها را شکست آن یکی هم از چشمش دور شد یعنی ناپدید شد. مرد از هوی و هوس اینکه با چیزی هم هویت شده احول می شود. مثلا اگر هیجان منفی دارید مثل خشم و کینه حتما در احولیت هستید و یک قطبی دارید که با آن هم هویت شده اید و با آن می جنگید. مرد با خشم که هم هویت می شود احول می شود. هر زمان ما خشم داریم چیزی در بیرون ماست. هر چیزی مثل عشق و آرامش و خرد که از درون می آید دوتایی ندارد. همین بینش که چیزی در بیرون مرا خشمگین کرده و من آنرا می بینم می تواند احولیت را از بین ببرد.

خشم و شهوت مرد را احول کند ز استقامت روح را مبدل کند

چون غرض آمد هنر پوشیده شد صد حجاب از دل به سوی دیده شد

اگر چیزی که با آن ستیزه می کنید بپذیرید از دوبینی بیرون می آید. خشم و شهوت روح را از اسقامت می اندازد و ضعیف می کند. پذیرش کلید و دواى درد است. مرد از هوسی که با آن هم هویت یا از آن خشمگین شده احول می شود. این احولیت روح را ضعیف می کند. زنده بودن زندگی در این لحظه استقامت دارد و قوی و شجاع است. اما دوبینی روح را ضعیف و مرده می کند. **ذهنی بودن چیزی یعنی زندگی را از چیزی در بیرون گرفتن و به تصویر ذهنی تبدیل کردن.** وقتی شما با چیزی هم هویت می شوید، دوبینی پیدا می کنید پس دیگر نمی توانید چیزی را درست ببینید. مولانا در جایی می گوید:

هر که از حلقه ما جایی دگر بگریزد همچنان باشد که از سمع و بصر بگریزد

هر کسی که از حلقه ما بگریزد و به ذهن برود شبیه این است که دیگر گوش و چشم ندارد.

زان خورد خون جگر عاشق زیرا شیر است

شیردل کی بود آن کو ز جگر بگریزد

به این دلیل عاشق خون جگر می خورد که از چیزی که هم هویت شده خودش را بیرون می کشد. شیردل کسی است که از مرکز گذاشتن من خودش بگریزد و به حضور زنده شود. این شخص خودش را از آن چیزی که با آن هم هویت شده بیرون می کشد و خون جگر می خورد و این شخص شیر است. شیر اینجا معنی مثبت دارد. شیردل چه کسی است؟ شیردل آن کسی است که از جگر خودش یعنی از من ذهنی خود بگریزد و هوش زندگی را از آن چیز بیرون بکشد و زنده به زندگی شود. آن چیزی که تو بیشتر از همه دوست داری و با آن هم هویت شده ای و محکم به آن چسبیده ای و فکر می کنی این چیز یا شخص نباشد می میرم با شیردل بودن یکباره می بینی این اعتیاد و چسبندگی به کسی یا چیزی از بین رفته و شما به عشق رسیده اید. عشق چسبیدن و معتاد شدن با کسی یا چیزی نیست.

چون دهد قاضی به دل رشوت قرار کی شناسد ظالم از مظلوم زار

شاه از حقد جهودانه چنان گشت احوال کالامان یا رب امان

قاضی که دل به رشوه بسته باشد تمام قضاوت و تشخیص او حول و حوش رشوه سازماندهی می شود و نمی تواند ظالم را از مظلوم تشخیص دهد. از کینه چنان احوال شد که گفت: خدایا از آن کینه به تو پناه می برم.

صد هزاران مؤمن مظلوم کشت که پناهم دین موسی را و پشت

صد هزاران مومن بیگناه و مظلوم را کشت به این بهانه که من حامی موسی و دینش هستم. ما هم به این بهانه که می خواهیم از زندگی پشتیبانی کنیم دایما قوانین زندگی را زیر پا له می کنیم و دایما ظلم می کنیم که خدایا من خیلی ترا می خواهم. ما به فرزندان ظلم می کنیم، سخت می گیریم و او را تنبیه می کنیم که به زندگی برسد و مولانا می گوید از راههای غلط نمی شود به زندگی رسید از طریق دروغ نمی شود به راستی رسید. ما باید از من ذهنی و احوالیت بیرون بیاوریم.