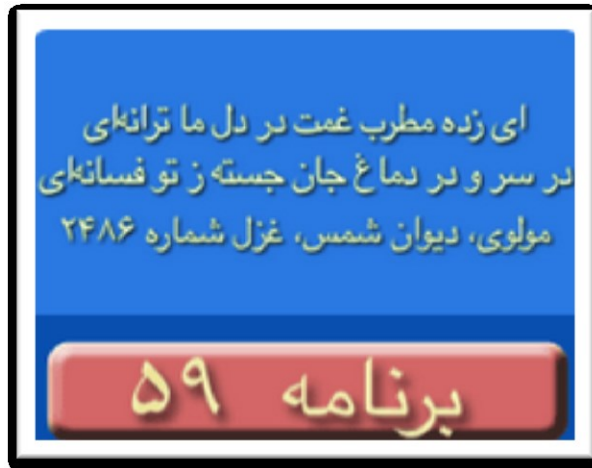


## برنامه شماره ۵۹ گنج حضور



[www.parvizshahbazi.com](http://www.parvizshahbazi.com)



[www.ganjnama.com](http://www.ganjnama.com)

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۴۸۶

ای زده مُطربِ غمت در دل ما ترانه‌ای  
 چون که خیال خوش دمت از سوی غیب دردمد  
 زهره عشق چون بزد پنجه خود در آب و گل  
 آهوی لنگ چون جهد از کف شیر شَرزه‌ای  
 ای گل و ای بهار جان، وی می و ای خمار جان  
 باغ و بهار و بخت بین، عالم پُردرخت بین  
 از بهش و عطای تو فقر فقیر فخر شد  
 روزه مریم مرا خوان مسیحیت نوا  
 گشته کمان سَرمی، سَرده تیرهای ما  
 پیش کشی آن کمان، هر کس می‌کند زهی  
 جذبه حق یکی رسن تافت ز آه تو و من  
 خامش کن اگر سرت خارش نُطق می‌دهد

در سر و در دماغ جان، جسته ز تو فسانه‌ای  
 ز آتش عشق بر جهد تا به فلک زبانه‌ای  
 قامت ما چو چنگ شد، سینه ما چغانه‌ای  
 چون برهد ز باز جان، قالب چون سمانه‌ای  
 شاه و یگانه او بود، کز تو خورد یگانه‌ای  
 وین همگی درخت‌ها، رُسته شده ز دانه‌ای  
 تا که نماند مرگ را بر فقرا دهانه‌ای  
 تر کنم از فرات تو امشب خشک نانه‌ای  
 گشته خَدنگ اَحمَدی فخر بنی کِنانه‌ای  
 بهر قُدم تیر تو، رُقعہ دل نشانه‌ای  
 یوسف جان ز چاه تن رفت به آشیانه‌ای  
 هست برای جعد تو، صبر گزیده شانہ‌ای

با سلام و احوالپرسی، برنامه گنج حضور امروز را با غزل شماره ۲۴۸۶ از دیوان شمس مولانا شروع می‌کنم. همین طور که می‌دانید هر صحبتی یا کلمه‌ای در این برنامه ما می‌کنیم، مثل یک علامت راهنما است به گنج شادی درون. بنابراین، هر چیزی که می‌گوییم دارد نشان می‌دهد مثل علامت راهنما که به خودت توجه کن، روی خودت تمرکز کن، خودت را تغییر بده و به درون خودت برو و با دیگران خیلی مشغول نشو. بنابراین، برای هر کلمه‌ای به قول خود مولانا باید مُسمّی آن را جست.

(مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۴۵۷)

### اسم خواندی، رو مُسمّی را بجو مَه به بالا دان، نَه اندر آب جو

وقتی یک کلمه را می‌گویی، برو ببین که این کلمه به چه چیزی اشاره می‌کند در درون تو، و ماه بدان که در بالا است، نه اینکه شما عکس ماه را در جوی آب ببینی و جستجو کنی. بنابراین، وقتی ما می‌گوییم کلمه عسل، منظور آن حس شیرینی در درون مان است، تا زمانی که عسل را ما نچشیدیم و ندیدیم، با کلمه بازی می‌کنیم و به توصیف عسل می‌پردازیم. ولی وقتی چشیدیم و هر روز عسل را خوردیم، دیگر کلمه ارزشش را برای ما از دست می‌دهد. همین طور زندگی و گنج حضور هم همین طور است. وقتی ما چشیدیم و در آنجا مستقر شدیم، دیگر لزومی ندارد با کلمات بازی کنیم یا به لفظ مشغول بشویم. لفظ باید علامت راهنما باشد به آن شادی بی‌پایان درون.

### ای زده مُطرب غَمَت در دل ما ترانه‌ای در سر و در دِماغ جان، جَسْتِه ز تو فَسانه‌ای

می‌گویند غم تو در دل ما یک ترانه زده است و از این ترانه در سر و دِماغ جان یک افسانه جَسْتِه، یک افسانه تولید شده. به عبارتی دیگر، زندگی این لحظه یک ترانه شادی‌بخش در دل ما، مرکز ما می‌زند، ولی تنها چیزی که از این ترانه شادی‌بخش گیر ما انسان‌ها می‌آید، یک توهم است، یک افسانه است.

**ای زده مُطرب غَمَت در دل ما ترانه‌ای**، کی ترانه را زده است؟ از بدو تولد شروع شده این ترانه زدن و این لحظه هم در حال زدن این ترانه است. زندگی این ترانه را هر لحظه در دل ما می‌زند. دل ما مرکز ماست. حقیقتاً وقتی می‌گویند در دل ما، منظور این قلب ما نیست. به طور فیزیکی می‌گوییم در این ناحیه زده می‌شود و در این ناحیه و در سر ما یک توهم از آن درست می‌شود.

دل ما مرکز ماست. هر چیزی که مبنای مراجعه‌ی شما، مرکز مراجعه‌ی شما قرار بگیرد، مرکز به اصطلاح گرفتن عقل و هدایت و مراجعه به اینکه من چکار کنم، قرار بگیرد، می‌شود دل شما. در واقع الان اشتبهاً دل ما، یعنی مرکز ما شده همان من‌ذهنی ما. این افسانه همان من‌ذهنی است. افسانه‌ای که در اثر می‌گوید وجود تو در سر ما به وجود آمده، این همان چیزی است که ما می‌گوییم من‌ذهنی، یک چیز ذهنی و یک چیز شبح‌مانندی است.

**ای زده مُطرب غَمَت در دل ما ترانه‌ای**، یعنی تو به صورت یک باشنده‌ی شادی‌بخش در مرکز من دائماً یک ترانه می‌زنی. این ترانه پُر از عشق است، پُر از شادی است، پُر از آرامش است. چیزی که دست انسان را می‌گیرد، متأسفانه یک توهم است، یک چیز شَبّه مانند است، یک چیز سایه مانند است و این من‌ذهنی‌هی برای خودش کوچک و بزرگ می‌شود. برای اینکه این را شما حس کنید، می‌بینید که ما آشکارا می‌گوییم من کوچک شدم، من کوچک شدم یعنی من‌ذهنی آب رفت الان.

شما یک چیزی گفتید، به من برخورد، من کوچک شدم. شما یک چیزی می‌گویید، من خوشم می‌آید، مرا تایید می‌کنید، من بزرگ می‌شوم. این من‌ذهنی‌هی بزرگ و کوچک می‌شود. برای همین است که می‌گوییم این مثل شَبَح است، با عوامل بیرونی بزرگ و کوچک می‌شود. این یک چیز تقلبی است، این من‌ذهنی. در واقع می‌گویند، می‌بینید که چقدر قشنگ می‌گوید:

**در سر و در دِماغ جان، جَسْتِه ز تو**، یعنی هنوز باز هم تو هستی که آن را به وجود می‌آوری. پس انرژی زنده‌ی زندگی است که سرمایه‌گذاری می‌شود در یک چیزی به نام من‌ذهنی که شَبَح‌وار است، که سایه‌وار

است، خودش را می‌تواند بزرگ و کوچک کند بر اثر عوامل بیرونی و ما شدیم آن. آن شده مرکز ما، الان به جای آنکه آن ترانه‌ی شادی‌بخش و زندگی‌بخش و عشق و آرامش مرکز ما قرار بگیرد، هر لحظه ما از آنجا شروع کنیم به پخش شدن و زندگی کردن، یک چیزی شده مرکز ما، به نام منِ ذهنی که در اثر اتفاقات و رویدادهای بیرونی همی می‌تواند کوچک و بزرگ بشود.

ما هر روز با این پدیده روبرو هستیم. همی بزرگ و کوچک می‌شویم در اثر رفتارها و حرف‌های دیگران. بنابراین می‌بینید که ما در جای بسیار خطرناکی زندگی می‌کنیم که در واقع همان منِ ذهنی باشد. ما که نمی‌توانیم رفتارها و گفتار مردم را کنترل کنیم، ولی در اثر رفتار و گفتار مردم، ما بزرگ و کوچک می‌شویم. بنابراین، می‌گویند که از این افسانه ما باید دست برداریم.

همین طور که می‌بینید **ای زده مُطرب غمت در دل ما ترانه‌ای**، این ترانه هم‌هش شادی است. پس چیزی که حقیقتاً در مرکز تمام انسان‌ها زده می‌شود، یک ترانه‌ی شادی‌بخش است. پس، اصل زندگی به شادی است، آرامش است، عشق است. غم و غصّه زاییده و اختراع منِ ذهنی است. هیچ موقع خدا غم را نیافریده و زندگی غم را نمی‌شناسد. زندگی هم‌هش شادی است و شادی را می‌شناسد و شادی را می‌دمد در وجود ما.

**چون که خیال خوش دمت از سوی غیب دردمد**، این خیال همان انرژی شادی‌بخش است که هر لحظه در وجود ما دمیده می‌شود، ولی ما آن را می‌گیریم، یک پدیده‌ای درست کردیم که این شادی را تبدیل می‌کند به غصّه. عمداً مولانا می‌گوید **ای زده مُطرب غمت**، مُطرب، یک باشنده‌ی شادی‌بخش است و یک باشنده‌ی شادی‌بخش در مرکز شما دائماً ترانه می‌زند.

اگر شما در سرتان یک افسانه برمی‌خیزد و به آن افسانه مشغول هستید و قسمت عمده‌ی این افسانه هم نگرانی است، ترس است، غصّه است، استرس است، خشم است، کینه است، کدورت است، گذشته است، آینده است، این دیگر تقصیر ما است. تقصیر ما است که ما کوتاهی می‌کنیم از اینکه ما از این افسانه که الان در سر ما دارد، ما را مشغول کرده و بعضی از رویدادهای گذشته یا اصلاً پدیده‌های اجتماعی، ما را الان بلعیده.

برای اینکه شما بدانید که چه جوری به افسانه مشغول هستید، الان ببینید چه چیزی بیشترین هوش شما را و هوشیاری شما را بلعیده؟ چه چیزی الان در زندگی شما وجود دارد که هوشیاری این لحظه و این آواز خوشایند این مُطرب را بلعیده و تبدیل به یک جسم کرده و شما را انداخته در تله جدایی و به شما یک توهم جسم بودن داده، ماده بودن داده، خشک بودن داده، انداخته در جدایی، شما خودتان را از دیگران و از

هستی و از زندگی جدا حس می‌کنید. به همین دلیل است که شما به درد و گرفتاری مشغول هستید و گرفتار شدید الان.

حالا، پس ما این را به صورت یک پدیده می‌بینیم. این مُختص یک نفر، دو نفر نیست که بگویند که فقط این شخص یا آن شخص، این مذهب، آن نژاد به این پدیده مشغول است که ترانه‌ی شادی‌بخش را تبدیل به گرفتاری و غصّه و درد می‌کند. این پدیده‌ی انسانی است. تمام انسان‌ها این کار را می‌کنند. بنابراین، یک انسان را ما به صورت پدیده می‌بینیم.

فرض کنید که در یک مرکزی، یک آرکستری یک ترانه‌ی شاد می‌زند این الان، در یک جایی که مرکز ما به طور تقلبی آن قرار گرفته، ما به آن مشغول شدیم، یک سری غصّه و درد و خشم و کینه بلند می‌شود. اینکه اصلاً درست نیست. اینکه ما فکر می‌کنیم یک رویداد گذشته مهم‌تر از این ترانه‌ی زنده هست و شادی‌بخش است، این عکس حقیقت است. اینکه ما به یک اتفاقی در گذشته الان مشغولیم و از این ترانه غفلت می‌کنیم، این عکس قضیه است. بنابراین، ما سعی می‌کنیم که از این افسانه که الان به آن مشغول هستیم که می‌گویم پر از غصّه است، پر از غم است، بنا به طبیعتش باید آن طوری باشد، برای اینکه در یک توهم جدایی است، باید فرود بیاییم و این زندگی زنده را در بدن مان حس بکنیم. مولانا در یک جای دیگر می‌گوید:

(دیوان شمس، غزل شماره ۷۴۴)

### رو ترش کردی، مگر دی باده‌ات گیرا نبود      ساقی‌ات بیگانه بود و آن شه زیبا نبود

می‌گوید آخم کردی، نشستی، مگر شرابی که دیروز خوردی، گیرایی نداشت، یا نکند ساقی تو بیگانه بوده و آن شه زیبا نبوده. درست می‌گوید. ساقی ما همین افسانه است. ما از آن تغذیه می‌کنیم الان. برای همین است که روی مان را ترش کردیم و آخم کردیم، نشستیم، فکر می‌کنیم دنیا به آخر رسیده.

(دیوان شمس، غزل شماره ۷۴۴)

### یا به قاصد رو ترش کردی، ز بیم چشم بد      بر کدامین یوسفان از چشم بد غوغا نبود

هین خموش کن، در خموشی نعره می‌زن روح‌وار      تو که دیدی زین خموشان کو به جان گویا نبود

یا می‌گوید عمداً و قصداً تو آخم کردی، نشستی که از چشم بدان محفوظ بمانی. ولی این را بدان چه، کدام یوسف بوده که از چشم بد برایش غوغا درست نشده. همه یوسفان، همه انسان‌ها افتاده‌اند گیر این چشم بد که خودشان در واقع همان چشم بد هستند. در واقع، گیر کردن در این من ذهنی و افتادن در آن و منیت درست کردن همین چشم بد است.

می‌گوید خاموش کن، **هین خاموش کن، در خموشی نعره می‌زن روح‌وار**، پس خاموش کن، آگاه باش و آگاهانه خودت را خاموش کن. این ذهن را خاموش کن. این افسانه را در سر خاموش کن و مثل روح نعره بزنی، نه با زبان و ذهن نعره بزنی، بلکه به جان نعره بزنی. بگذار شادی زنده بشود در تو، آن مطرب نعره بزندی در مرکز تو. تو کدام یکی از این خاموشان را دیدی، حافظ را دیدی، مولانا را دیدی، کدام بزرگ خاموش را دیدی که او به جان گویا نبوده؟

ترانه‌ی شادی‌بخشی در مرکز هر انسانی زده می‌شود و پدیده‌ای ما به وجود می‌آوریم به صورت تغییر این ترانه‌ی شادی‌بخش به یک توهم در سرمان که اسم آن را گذاشتیم من ذهنی و این پدیده در تمام انسان‌ها تقریباً صورت می‌گیرد، و ما امروز چون آشنا به این پدیده شده‌ایم، می‌خواهیم از این توهم که گفت در سر ماست، در ذهن ماست، نزول کنیم و این ترانه‌ی شادی‌بخش را در مرکزمان حس کنیم.

به محض اینکه الان شما بخواهید این ترانه را حس بکنید و این شادی را در اعماق وجودتان حس بکنید و بخواهید از این توهم که فعلاً به آن مشغول هستید، نزول بکنید و زندگی زنده را در همین تن فیزیکی‌تان حس کنید، می‌بینید که این باورها و افکاری که، این توهم‌هایی که ما با آنها هم‌هویت شدیم، اینها به ما می‌گویند که کجا به این سادگی؟ پس ما چه می‌شویم؟ و می‌بینیم که این اختیار را ما به این سادگی نداریم.

خوب پس چه کار باید بکنیم؟ اولاً این را بدانیم که از هر وضعیتی که شما همین لحظه در آن هستید، از آنجا می‌توانید به زندگی دسترسی پیدا کنید، به این مرکز شادی‌بخش دسترسی پیدا بکنید. این خدایت خودتان، این انرژی زنده و زندگی‌بخش که در مرکز شما پخش می‌شود هر لحظه، مستفیض بشوید، فیض بگیرید از آن. هیچ ربطی به نوع نژاد، مذهب، انسان، موضعی که الان شما در آن هستید، عقایدی که دارید، ندارد.

در هر وضعیتی که این لحظه باشید، خشمگین باشید، شاد باشید، از آنجا می‌توانید وارد اینجا بشوید، چه جوری؟ کافی است که این لحظه را یا این چینی یا آن چنانی لحظه را همین طور که هست، بپذیرید. به محض اینکه رویداد این لحظه را می‌پذیرید، خودتان را هم‌جهت می‌کنید با این انرژی که در وجود شما دمیده می‌شود. پذیرش این لحظه یک مقدار فضای خالی ایجاد می‌کند که شما می‌شوید آن فضای خالی و می‌توانید فکرتان و هیجانتان را ببینید.

فرض کنید الان شما خشمگین هستید، دلخور هستید، به یک چیز خاصی مشغول هستید که آن زندگی شما را هر لحظه دارد می‌بلعد، برای اینکه برای شما خیلی مهم شده، آن حالا هر چه می‌خواهد باشد. از

طریق ذهن است که این زندگی را می‌بلعد و شما مجذوب آن شده‌اید و تا بخواهید به خودتان بیایید، هجوم می‌برید به آن و آن را زنده می‌کنید.

فرض می‌کنیم که شما این حالت را دارید. کافی است که این لحظه را بپذیرید. به محض اینکه این لحظه را پذیرفتید، این ترانه‌ی شادی‌بخش، این مُطرب در مرکز شما از این جدا می‌شود، از این توهم یک لحظه جدا می‌شود و شما می‌بینید که به چه فکری مشغول هستید و چه هیجانی دارید. کافی است که نگاه کنید به این هیجان یا گوش بدهید به این فکر، آن چیزی که الان در ذهنتان گفته می‌شود، این فضا به آن نگاه بکند و همین طور این نگاه و این معرفت را و این دانش را نگه دارید شما.

شما نگه دارید این معرفت را که آگاه هستید الان، مثلاً خشمگین هستید، الان خشمگین هستید، انکار نکن خشم را. به خودت بگو من الان خشمگین هستم و همین طوری می‌خواهم به خشم نگاه بکنم و این معرفت را که من الان خشمگین هستم، می‌خواهم داشته باشم. این دانستن را الان می‌خواهم با خودم داشته باشم و به خودم نگاه کنم. این حالت را می‌گویند، حالت صبر. این حالت، حالتی است که در واقع نور آن مُطرب را، نور هستی‌بخش را شما می‌تابانید روی خشم‌تان آگاهانه، آگاهانه.

اگر شما آگاه شوید به اینکه الان خشمگین هستید و این خشم در شما هست، خشم شروع می‌کند به ذوب شدن. این آگاهی را فقط باید نگه دارید، به آن نگاه کنید. شما به محض اینکه الان از سرتان نزول کنید به تن‌تان و آن را بخواهید اشغال کنید، ممکن است یک هیجانی که نمی‌شناسید مثل خشم و ترس جلوی‌تان را بگیرد. وقتی دیدید این دارد جلوی‌تان را می‌گیرد، انکار نکنید این را. از آن فرار نکنید. ما عادت کردیم از آن فرار کنیم. هر چیزی که الان ما را اذیت می‌کند، ما از آن فرار بکنیم، انکارش بکنیم. می‌گوییم این طوری نیست.

انکار نکن، اعتراف کن که همچو وضعیتی وجود دارد و نگاهش کن و این معرفت و دانش را در خودت نگه دار، تماشا کن، خواهی دید که این نور درون را که به آن می‌تابانی، یواش یواش شروع می‌کند به ذوب شدن. این حالت، حالت جدا شدن از این توهم است. ممکن است یک لحظه این کار را بکنید، دوباره برگردید. باید دفعات جدا شدن از آن و نگاه کردن زیاد باشد. به تدریج که این کار را بکنید، آخر سر مولانا می‌گوید، **خامش کن اگر سرت خارش نطق می‌دهد،**

می‌گوید حالا وقتی که از او جدا می‌شویم، او شروع می‌کند به فروکش کردن، این تند تند حرف زدن و مشغول شدن به الفاظ. خامش کن می‌گوید. اگر سر تو خارش نطق را می‌دهد، یعنی تو میل به این داری که هی حرف بزنی، هست برای جعد تو، صبر گزیده شانه‌ای، این صبر شانه بسیار گزیده‌ای است، پسندیده‌ای است برای موهای زیبای شما.

یعنی این صبر حالتی است که شما می‌بینید که خشمگین هستید، به آن نگاه می‌کنید، صبر می‌کنید. صبر می‌کنید یعنی هنوز آن نیروی خوش دمی که در جان شما دمیده می‌شود هر لحظه، هنوز این خشم شما را ذوب نکرده، ولی عنقریب ذوب می‌کند و از بین می‌برد. نمی‌شود شما زنده به این جان شوید، زنده به این مُطرب شوید و خشم بتواند در آنجا دوام بیاورد، ترس بتواند دوام بیاورد، کینه بتواند دوام بیاورد، غم بتواند دوام بیاورد، استرس بتواند دوام بیاورد، امکان ندارد. این دو تا با هم همخوانی ندارند. برای همین می‌گوید:

(دیوان شمس، غزل شماره ۲۴۸۶)

### چون که خیال خوش دمت از سوی غیب دردمد ز آتش عشق برجهد تا به فلک زبانه‌ای

به موازات اینکه این خیال خوش دم تو از غیب در وجود ما دمیده می‌شود، از آتش عشق زبانه‌ای به فلک بلند می‌شود و این زبانه می‌تواند، این آتش می‌تواند تمام غصه‌های شما را ذوب کند. و در واقع از این توهمی که در سر ما وجود دارد و ما در آن گیر کرده‌ایم، نزول کردن به این نوای مُطرب و معرفت به آن و حس آن و تبدیل به آن شدن، در واقع به روشنایی رسیدن است، به گنج حضور رسیدن است، زنده شدن به زندگی این لحظه است.

پس این خیال، نگاه کنید می‌گوید خیال خوش دم، نمی‌گوید خیال غصه دهنده و آزار دهنده و خشمگین تو. چون که خیال خوش دمت از سوی غیب دردمد، از سوی غیب مرتب این جان در وجود ما دمیده می‌شود، ز آتش عشق برجهد تا به فلک زبانه‌ای.

(دیوان شمس، غزل شماره ۲۴۸۶)

### زهره عشق چون بزَد پنجه خود در آب و گل قامت ما چو چنگ شد، سینه ما چغانه‌ای

وقتی عشق در ما بروز کرد و ما، وقتی ما از این توهم یک چند لحظه آزاد شدیم و زنده شدیم به این مُطربی که در مرکز ما زده می‌شود و حسش کردیم و معرفت پیدا کردیم، یعنی در لطافت حضور به آن زنده شدیم، زهره‌ی عشق، زهره خدای عشق است، چنگش را انداخته الان به آب و گل ما، آب و گل ما همین ذهن ما است و جسم فیزیکی ما است، جسم مادی ما، همین بدن ما است و فکرهای ما.



حالا که عشق، زُهره‌ی عشق پنجه‌اش را انداخت به این دو تا، این تن فیزیکی ما مثل چنگ می‌شود، زده می‌شود، با آهنگ همان مطرب زده می‌شود، موازی می‌شود با آن، و سینه ما چغانه‌ای. هر دوی اینها به اصطلاح ساز هستند. چغانه یک سازی است که می‌گوید سینه من الان تبدیل شده به این چغانه. دائماً این طُرب و این شادی بی‌سبب در دل من زده می‌شود و قامت من، فیزیک من هم، بدن من هم و فکر من هم موازی با این انرژی هستی‌بخش زده می‌شود. هر دو مثل ساز زده می‌شوند.

یعنی در واقع، هم فکرهایم خلاق و سازنده است، هم بدن من درست کارش را انجام می‌دهد، برای اینکه مثل ساز به وسیله آن انرژی زده می‌شود. من دیگر به الفاظ مشغول نیستم در سَرم. این، اینطوری شد، آن، آنطوری شد، این، اینقدر مهم است، آن، آنقدر مهم است. اصل زندگی این است که این لحظه شما شاد باشی. اگر شادی این لحظه و آوای آن مُطرب را که در مرکز شما این ساز را می‌زند، نمی‌شنوی، بقیه‌اش دیگر فایده‌ای ندارد.

گاهی اوقات برای اینکه زندگی به ما درس بدهد، یک چند روز ما را مریض می‌کند. وقتی یک هفته شما مریض می‌شوید، آن موقع خودتان می‌فهمید که چه چیزی در زندگی واقعاً ارزشمند است؟ آیا این همه دویدن در پی به اصطلاح رویدادهای زندگی، این را اینکار را بکنم، آن را جمع بکنم، پولم را اینجا زیاد بکنم، آن را بخرم، آیا، اینها هم به جای خود نیکو است، ولی آیا همه زندگی اینها هستند؟ همه زندگی این خشم‌ها و این ترس‌ها است؟ آیا این ترس‌ها و خشم‌ها واقعاً موجه است برای بشر؟ مولانا می‌گوید نه. در واقع این مدلی است که ما می‌توانیم بپذیریم از مولانا که اجازه بدهیم این تن فیزیکی ما و این ذهن ما و هیجانات ما به وسیله‌ی آن مُطرب زده بشود تا ما بتوانیم سالم بشویم. اما شما اگر می‌گویید نگرانید که من چگونه از این توهم خلاص بشوم، می‌گوید:

(دیوان شمس، غزل شماره ۲۴۸۶)

### آهوی لنگ چون جهد از کف شیر شَرزهِ‌ای      چون بَبَرَد ز باز، جان، قالب چون سَمانه‌ای

می‌گوید این من‌ذهنی مثل آهوی لنگ است، و این مُطرب و این انرژی دمیده شده در وجود شما هر لحظه مثل یک شیر زورمند خشمگین است. یعنی این آهوی لنگ نمی‌تواند از چنگ این شیر نجات پیدا کند. قدرت حضور شما الان و زندگی زنده‌ی شما آن قدر زیاد است که این را تشبیه کرده به یک شیر زورمند خشمگین که می‌تواند این آهوی لنگ را بگیرد و این آهوی لنگ از چنگش نمی‌تواند دربرود. **چون بَبَرَد ز باز، جان**، از یک باز می‌گوید چگونه جان می‌تواند ببرد، یک جُثّه کوچکی به صورت بلدرچین از آن

نمی‌تواند جان ببرد. یعنی این غصّه‌ها و غم‌های غیرموجه ما شبیه بلدرچینی است در دست عقابِ جانِ شما. بعد دوباره ادامه می‌دهد:

(دیوان شمس، غزل شماره ۲۴۸۶)

**ای گل و ای بهار جان، وی می و ای خُمار جان شاه و یگانه او بود، کز تو خورد یگانه‌ای**

این انرژی راه، این مُطرب راه، این باشنده شادی‌بخش بی‌سبب را تشبیه می‌کند به گل و بهار جان، یعنی در مرکز شما یک گل شکوفنده و یک بهار جان وجود دارد و یک می جان وجود دارد و خُمار جان هم همین است. وقتی نیست، ما خُمار می‌شویم. می‌گوید شاه و به وحدت رسنده، او می‌شود. کسی می‌تواند شاه مملکت وجود خودش بشود که از تو یک یگانه‌ای بخورد. از تو یک یگانه‌ای بخورد، یعنی اینکه این وجود توهمی‌اش را رها بکند و زنده بشود به آن یک زندگی‌ای که الان دمیده می‌شود. یک یگانه از آن بخورد، یعنی جای دیگر می‌گوید:

(دیوان شمس، غزل شماره ۷۸۱)

**در دلم چون غمت ای سَرُو روان برخیزد همچو سَرُو این تَنِ من بی‌دل و جان برخیزد**

وقتی می‌گوید، وقتی غم تو در دل من بر می‌خیزد، زنده می‌شود، این تَنِ من، یعنی همین ذهن من و این تَنِ فیزیکی من، بدون دل و جان مثل یک سَرُو زنده می‌شود.

(دیوان شمس، غزل شماره ۷۸۱)

**در دلم چون غمت ای سَرُو روان برخیزد همچو سَرُو این تَنِ من بی‌دل و جان برخیزد**

دیگر آن موقع ما نمی‌فهمیم اصلاً دل و جان داریم.

(دیوان شمس، غزل شماره ۷۸۱)

**من گمانم، تو عیان، پیش تو من، محو به هم چو عیان جلوه کند، چهره گمان برخیزد**

می‌گوید من این همین توهم هستم، تو عیان هستی. عیان یعنی همین زنده بودن زندگی این لحظه، و من پیش تو هستم و محو به تو هستم. برای اینکه من زنده می‌شوم به تو و محو می‌شوم در تو. پس بنابراین **چو عیان جلوه کند**، وقتی عیان زنده می‌شود در ما، چهره‌ی گمان از ما ناپدید می‌شود.

(دیوان شمس، غزل شماره ۷۸۱)

**چو رسد سَنجق تو در سِتَمِستان جهان ظلم کوته شود و کوچ و قلان برخیزد**

وقتی این پرچم تو به سِتَمِستان جهان می‌رسد، ظلم کوتاه می‌شود و کوچ کردن و این، قَلان یعنی مالیات‌های بی‌جا. همین مالیات‌هایی که ظالمانه ما باید به زندگی بپردازیم. همین کوچ‌های ذهنی که ما می‌کنیم. همین که ما در واقع چه در بیرون، چه در درون، اینها ریشه‌هایش در من‌ذهنی است. هر گونه ظلمی و شکنجه‌ای و آزاری و عذابی در ذهن خود ما هست ریشه‌اش. ریشه‌ی ستم در ذهن است. وقتی می‌گویند سَنجق تو، یعنی پرچم تو می‌رسد به سِتَمِستان جهان، ظلم کوتاه شود و کوچ و قَلان برخیزد.

(دیوان شمس، غزل شماره ۲۴۸۶)

### باغ و بهار و بخت بین، عالم پُردرخت بین وین همگی درخت‌ها رُسته شده ز دانه‌ای

شما می‌گویند باغ و بهار و بخت را ببین. باغ و بهار و بخت، همین مُطرب هست که در مرکز شما ترانه می‌زند. بعد می‌گویند **عالم پُردرخت بین**، برگرد بیرون و تمام به اصطلاح درخت‌ها را ببین. درخت، هر چیزی که وجود دارد، درخت است، به صورت درخت دارد می‌بیند. و می‌گویند همه‌ی اینها ریشه در هستی دارند، ریشه در این لامکان دارند. هر چیزی که وجود دارد، از آن زندگی می‌گیرد.

(دیوان شمس، غزل شماره ۲۴۸۶)

### باغ و بهار و بخت بین، عالم پُردرخت بین وین همگی درخت‌ها رُسته شده ز دانه‌ای

تو توجه کن که همه‌ی این وجود فقط از یک دانه رُسته، یعنی یک زندگی که جهان را پدید می‌آورد و توانایی بودن و نمایان شدن می‌دهد، یک زندگی و تو می‌توانی به آن یک زندگی زنده بشوی در این لحظه. به شرط اینکه بتوانی از این سر نزول کنی و زندگی زنده‌ی این لحظه را در تن فیزیکی‌ات حس بکنی. **وین همگی درخت‌ها رُسته شده ز دانه‌ای**،

(دیوان شمس، غزل شماره ۲۴۸۶)

### از دِهش و عَطای تو فقرِ فقیر فخر شد تا که نماند مرگ را بر فقرا دهانه‌ای

می‌گویند از این کرامت تو، از این بخشش تو، از دِهش و عطای تو، از این بخشش بی‌دریغ زندگی که تو هر لحظه به ما می‌دهی، فقرِ فقیر، فخر شد. فقیر کیست؟ فقیر، کسی است که هویتش را از ذهنش می‌گیرد، هویتش در بیرون نیست، با هیچ چیز در بیرون هم‌هویت نشده، هویت‌هایش را یکی یکی از چیزهای بیرونی می‌گیرد و به همین دلیل فقیر می‌شود.

گدا هم به این معنی هست در حافظ. گدای حقیقی کسی است که با هیچ چیز ندارد، یعنی این توهم ماتریال بودن و ماده بودن را از دست داده. برای اینکه با هیچ چیز در بیرون هم‌هویت نیست. با ذهنش

هم‌هویت نیست. **از دِهش و عطای تو**، حالا ما این هویت‌ها را از دست بدیم، دِهش و عطای تو را حس می‌کنیم و به آن زنده می‌شویم و به آن معرفت پیدا می‌کنیم.

(دیوان شمس، غزل شماره ۲۴۸۶)

### از دِهش و عطای تو فقرِ فقیر فخر شد تا که نماند مرگ را بر فقرا دهانه‌ای

مرگ دیگر دسترسی به فقرا ندارد. کسی که زنده بشود به حضور و در آنجا اقامت کند، ساکن این انرژی بشود، دیگر مرگ به آن دسترسی ندارد. او زنده جاودانه است. ثانیاً هم با چیزهای در بیرون هم‌هویت نیست. ما چون با چیزهای بیرون هم‌هویت هستیم، با قوانین اجتماعی، فردی هم‌هویت هستیم، با باورهایمان هم‌هویت هستیم، وقتی این باورها زیر پا گذاشته می‌شود، ما حس ترس می‌کنیم، ما حس خشم می‌کنیم. پس بنابراین، اگر یکی یکی هویت‌مان را از اینها بگیریم، مرگ دیگر به ما دسترسی ندارد.

مرگ، اصلاً هم‌هویت شدن با جهان بیرون خودش مرگ است. برای اینکه دو جور مرگ داریم: یکی مرگ فیزیکی که آدم می‌میرد، می‌رود زیر خاک. یکی هم هم‌هویت شدن با جهان بیرون که ما را به جسم تبدیل می‌کند و ما نمی‌توانیم به اصطلاح شادی زندگی‌بخش این مُطرب را که همیشه در مرکز ما ساز می‌زند، بشنویم. پس بنابراین، این دو تا مرگ به ما دسترسی ندارند. درست است که می‌میریم و می‌رویم زیر خاک، ولی باز هم زنده می‌مانیم. برای اینکه به زندگی جاودانه دست پیدا می‌کنیم.

(دیوان شمس، غزل شماره ۲۴۸۶)

### لطف و عطا و رحمت طبلِ وصال می‌زند گر نکند وصال تو بار دگر بهانه‌ای

می‌گویند این لطف و بخشش و رحمت تو همیشه طبلِ وصال می‌زند. همیشه خدا ما را به خودش می‌خواند. همیشه زندگی به ما می‌گوید زنده بشو به من. همه‌اش طبل می‌زند که تو بیا، ولی وصالش همیشه یک جوری بهانه می‌گیرد. بهانه را کی می‌گیرد؟ ما خودمان. ما خودمان چسبیدیم به توهم مادی بودن، توهم جسم بودن، ول نمی‌کنیم. در حالتی که او همیشه آماده است ما را بپذیرد.

(دیوان شمس، غزل شماره ۲۴۸۶)

### روزه مریم مرا خوان مسیحیت نوا تر کنم از فرات تو امشب خشک نانه‌ای

همان طور که می‌دانید، مریم حامله به مسیح است و این را تشبیه می‌کند به روزه. درست است که ما است که ما سرمایه‌گذاری شدیم در ذهن. ذهن ما حامله است به این مسیح. مسیح در اصطلاح مولانا و به طور سمبلیک، زندگی سرمایه‌گذاری شده در من‌ذهنی است و باید وقتی ما به آن حالت هستیم، در واقع مریمی هستیم که روزه گرفتیم. برای اینکه مریم تا مسیح را نزاید، به مسیح دسترسی ندارد. ما هم تا این هوشیاری

را از خودمان نزیانیم، به آن زنده نشویم، هنوز حامله به آن هستیم. ولی این قوه و این پتانسیل در ما وجود دارد که زنده بشویم به او. هر موقع زندگی بشویم به او و در آنجا اقامت گزیدیم، ما به خدایت خودمان، در واقع مسیح خودمان زنده شدیم. مسیح، خدایت بیدار شده در ما است. پس بنابراین می‌گوید:

**روزه مریم مرا خوان مسیحیت نوا،** وقتی زنده بشویم به آن شادی و عشق و آرامش، به این خوان مسیحی رسیده‌ایم. می‌گوید امشب از فرات تو یک خشک نانی من تر خواهم کرد. از این انرژی‌ای که در وجودمان دمیده می‌شود، هر لحظه مثل فرات، ما این نان خشکمان را به اصطلاح تر می‌کنیم، با آن یک خرده بهتر می‌شود. امشب، رمز دوباره من ذهنی است، تاریکی ذهن است، ما همیشه در امشب هستیم. امشب، امشب تر کنم از فرات تو، امشب خشک نانه‌ای.

(دیوان شمس، غزل شماره ۲۴۸۶)

**گشته کمان سَرمَدی، سَرده تیرهای ما**      **گشته خَدنگ اَحمَدی فُخر بَنی کَنانه‌ای**  
**پیش کشیی آن کمان هر کس می‌کند زهی**      **بهر قُدوم تیر تو رُقعه‌ی دل نشانه‌ای**

می‌گوید این کمان جاودانه که در واقع سَمبل این لحظه است، سَمبل این لحظه‌ی زنده است، **گشته کمان سَرمَدی، سَرده** یعنی ساقی، به اصطلاح تغذیه کننده. این کمان جاودانه و سَرمَدی و همیشه‌گی، آزی ابدی، به عبارت دیگر، این لحظه، همیشه ما در این لحظه هستیم. تغذیه می‌کند تیر ما را می‌اندازد. تیر ما را این کمان سَرمَدی یا کمان همیشه‌گی، این تیر ما را باید اجازه بدهیم بیندازد.

شما آگاه باشید که یک کمان خدایی وجود دارد که همین مطرب زنده هست، قرار است تیرهای شما را بیندازد. تیر انداختن یعنی همان فکر کردن ما که هر فکری یک تیر است. و می‌گوید یک تیر راست پرتاب شده و آن تیر احمَدی است. همیشه مولانا پیغمبر اسلام را مثال می‌زند به عنوان یک تیر، یک حضور زنده.

و **گشته خَدنگ اَحمَدی فُخر بَنی کَنانه‌ای**، یعنی این جور بیان حضور در ایشان یک نمونه‌ای است از این چیزی که ما داریم صحبت می‌کنیم راجع به آن و فخر تمام تیراندازان است، تمام کسانی که سعی کردند از این کمان سَرمَدی، یعنی از این لحظه اجازه بدهند که تیرشان انداخته بشود. به عبارت دیگر، شما همیشه یک کمان می‌مانید تا خدا از طریق شما تیر بیندازد. شما زه را نمی‌کشید، ولی دارد معنی می‌کند.

بعداً می‌گوید که هر کسی یک زهی می‌کشد برای خودش. پیشکش می‌کند به آن کمان سَرمَدی. ولی بهترین نشان، بهترین هدف برای یک چنین تیری، رُقعه‌ی دل ما است. رُقعه یعنی تگه پاره و همچنین نوشته. اگر دل نوشته شده باشد، باز هم همین دل ذهنی ما است. می‌گوید خدا کند این تیری که از طرف

خدا انداخته می‌شود، بخورد به این رُقعہ یا چه بگوییم نوشته یا تکه‌ی دل ما که این را با خودش ببرد و ما زنده بشویم به این زندگی زنده.

(دیوان شمس، غزل شماره ۲۴۸۶)

### جذبہ حق یک رَسَن تافت ز آہِ تو و من یوسف جان ز چاہِ تَن رفت بہ آشیانہ‌ای

و می‌گوید در ما یک جذبہ‌ی خدایی وجود دارد. به محض اینکه ما زنده بشویم به این مُطرب، کشیده می‌شویم به سمت زندگی و هر لحظه این ما را صدا می‌کند و می‌خواهد به سمت خودش بکشد. به محض اینکه شما از سرتان نزول کنید و این زندگی زنده‌ی این لحظه را در خودتان حس کنید، کشیده می‌شوید به سوی آن و از این راه یک رَسَن، یک طناب بافته می‌شود تا این طناب را بگیرید شما، بروید از این چاه بالا. یوسف جانِ ما، دوباره یوسف را می‌آورد در اینجا. یوسف سمبل جان ما است و زندگی زنده ما است که سرمایه‌گذاری شده در ذهن. آنجا گفت عیسی. الان دارد می‌گوید یوسف. یوسف سمبل زیبایی است و در اینجا جان سرمایه‌گذاری شده در من ذهنی است.

(دیوان شمس، غزل شماره ۲۴۸۶)

### جذبہ حق یک رَسَن تافت ز آہِ تو و من یوسف جان ز چاہِ تَن رفت بہ آشیانہ‌ای

یوسف جان شما از چاه تن شما که رفته، در اعماق ذهن شما. چاه تن، اعماق ذهن شما است. این زندگی درمی‌آید، می‌رود در این لحظه زنده می‌شود. از چاه تن می‌رود به آشیانہ‌ی خودش. آشیانہ‌اش کجا است؟ خانه‌اش کجا است؟ خانہ‌ی یوسف همین لحظه است. یعنی از ذهن، شما هوشیاری را می‌کشید بیرون و زنده می‌شوید به آن. در این حالت، یوسف جان از چاه تن می‌رود به آشیانہ‌ی خودش.

برنامه ما در اینجا به پایان دارد می‌رسد. از دوستانی که کمک کردند به این برنامه در طول هفته گذشته، تشکر می‌کنم. این کمک‌های شما سبب خواهد شد که برنامه ما ادامه پیدا بکند و با تشکر از شما که این برنامه را حمایت می‌کنید و با تشکر از علیرضا در اتاق فرمان، با شما تا هفته بعد خداحافظی می‌کنم. خدا نگهدار.

