

برنامه شماره ۶۱۲ گنج حضور

www.parvizshahbazi.com



www.ganjnama.com



اشعار برنامه ۶۱۲

ای برادر تو چه مرغی؟ خویشتن را باز بین
گر تو دست آموز شاهمی خویشتن را باز بین
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۹۵۱

غیرنطق و غیر ایماء و سبج
صد هزاران ترجمان خیزد ز دل
مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۲۰۸

برنامه ۶۱۲
جدیدترین برنامه گنج حضور

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۹۵۱

ای برادر تو چه مرغی؟ خویشتن را باز بین
 گر تو دست آموز شاه‌ی خویشتن را باز بین
 هر که انبازی^(۱) برید از خویش، آن بازی مدان
 در جهان او را چو حق بی‌مثل و بی‌انباز بین
 ز آفتابی کآفتاب آسمان یک جام اوست
 ذره‌ها و قطره‌ها را مست و دست انداز^(۲) بین
 چونک قُبَله^(۳) شاه یابی قُبَله اقبال شو
 چون دو دم خوردی ز جامش بخت را دمساز^(۴) بین
 گفتم: «ای اکسیر^(۵)، بنما مس را چون زر کنی؟»
 را به صرافان دل آورد گفتا: «گاز^(۶) بین»
 گفتمش: «چون زنده کردی مرغ ابراهیم را؟»
 گفت: «پر و بال بر کن، هم کنون پرواز بین»
 گفتم: «از آغاز مرغ راح ما بی‌پر بدست»
 گفت: «هین بشکن قفس، آغاز بی‌آغاز بین»
 زان فرا بسته دمی کِت^(۷) همدم و همراز نیست
 چشم بگشا هر دمی، همراز بین، همراز بین
 این دمی چندی که زد جان تو در سوز و نیاز
 چون دم عیسی به حضرت زنده و باساز بین
 خاک خواری را بمان، چون خاک خواری پیشه گیر
 خاک را از بعد خواری در چمنِ اعزاز^(۸) بین

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۷۷

مرغ جاننش موش شد سوراخ‌جو
 چون شنید از گربگان او عَرَجُوا^(۹)

حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۲۸۶

گفت آسان گیر بر خود کارها کز روی طبع^(۱۰)
 سخت می‌گیرد جهان بر مردمان سختکوش

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۲۰۸

غیرنطق و غیر ایماء^(۱۱) و سیل^(۱۲)
 صد هزاران ترجمان خیزد ز دل

حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۲۳۲

بر سر آنم که گر ز دست برآید
دست به کاری زخم که غصه سر آید

خلوت دل نیست جای صحبت اضداد^(۱۳)
دیو چو بیرون راد فرشته دروید

صحبت حکام ظلمت شب یلداست
نور ز خورشید جوی بو که برآید

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۶۸۴

چون کند دعویٰ خیاطی خسی
افکند در پیش او شه، اطلسی

که پُر این را بَغَلطاق^(۱۴) فراخ
ز امتحان پیدا شود او را دو شاخ

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱

تفسیر خُذْ أَرْبَعَةً مِنَ الطَّيْرِ فَصُرْهُنَّ إِلَيْكَ

قرآن کریم، سوره بقره (۲)، آیه ۲۶۰

وَإِذْ قَالَ إِبْرَاهِيمُ رَبِّ أَرِنِي كَيْفَ تُحْيِي الْمَوْتَىٰ قَالَ أَوَلَمْ تُؤْمِنْ قَالَ بَلَىٰ وَلَٰكِنْ لِّيَطْمَئِنَّ قَلْبِي قَالَ فَخُذْ أَرْبَعَةً مِنَ الطَّيْرِ فَصُرْهُنَّ إِلَيْكَ ثُمَّ اجْعَلْ عَلَىٰ كُلِّ جَبَلٍ مِنْهُنَّ جُزْءًا ثُمَّ ادْعُهُنَّ يَأْتِينَكَ سَعْيًا وَاعْلَمْ أَنَّ اللَّهَ عَزِيزٌ حَكِيمٌ.

ترجمه فارسی

و [یاد کنید] هنگامی که ابراهیم گفت: پروردگارا! به من نشان ده که مردگان را چگونه زنده می کنی؟ [خدا] فرمود: آیا [به قدرتم نسبت به زنده کردن مردگان] ایمان نیاورده ای؟! گفت: چرا ولی [مشاهده این حقیقت را خواستم] تا قلبم آرامش یابد. [خدا] فرمود: پس چهار پرنده بگیر و آنها را [برای دقت در آفرینش هر یک] به خود نزدیک کن، و [بعد از کشتن، ریز ریز کردن و مخلوط کردنشان به هم] بر هر کوهی [در این منطقه] بخشی از آنها را قرار ده، سپس آنها را بخوان که شتابان به سوی می آیند؛ و بدان که یقیناً خدا توانای شکست ناپذیر و حکیم است.

ترجمه انگلیسی

When Abraham said "Show me ,Lord ,how You will raise the dead " ,He replied "Have you no faith "?He said "Yes ,but just to reassure my heart ".Allah said "Take four birds ,draw them to you ,and cut their bodies to pieces .Scatter them over the mountain-tops ,then call them back .They will come swiftly to you .Know that Allah is Mighty ,Wise."

تو خلیل وقتی ای خورشید هُش
این چهار اُطیار^(۱۵) رهن را بکش

زانکه هر مرغی ازینها زاغ و ش
هست عقل عاقلان را دیده کش^(۱۶)

چار وصف تن، چو مرغان خلیل
بِسمیل^(۱۷) ایشان دهد جان را سبیل^(۱۸)

ای خلیل اندر خلاص نیک و بد
سر ببرشان، تا رَهَد پاها ز سَد^(۱۹)

کُل تویی و جملگان اجزای تو
بر گشا که هست پاشان پای تو

از تو عالم راحزاری^(۲۰) می شود
پشت صد لشکر، سواری می شود

زانکه این تن شد مقام چار خُو
نامشان شد چار مرغ فتنه جو

خلق را گر زندگی خواهی ابد
سر بُر زین چار مرغ شوم بد

بازشان زنده کن از نوعی دگر
که نباشد بعد از آن زیشان ضرر

چار مرغ معنوی راهزن
کرده اند اندر دل خلکان وطن

چون امیر جمله دلهای سَوی^(۲۱)
اندین دور ای خلیفه حق توی
سر بُر این چار مرغ زنده را
سَرمدی^(۲۲) کن خلق ناپاینده را

بَط^(۲۳) و طاوس ست و زاغ ست و خروس
این مثال چار خُلُق اندر نُفوس

بَط، حرص ست و خروس آن شهوت ست
جاه، چون طاوس و، زاغ اُمنیت^(۲۴) ست

مُنیت^(۲۵) آن که بود امیدساز
طامع^(۲۶) تآبید^(۲۷) یا عمر دراز

بَط، حرص آمد که نُوکش در زمین
در تر و در خشک می جوید دَقین^(۲۸)

یک زمان نبود مُعْطَل آن گلو
نشنود از حُکم، جز امرِ کُلُوا*

هم‌چو یَغْمَاجی^(۲۹) ست، خانه می‌کند
زود زود انبان خود پُر می‌کند

اندر انبان می‌فشارد نیک و بد
دانه‌های دُر و حَبّات^(۳۰) نخود

تا مبادا یاغیی آید دگر
می‌فشارد در جَوَال او خشک و تر

وقت تنگ و فرصت اندک، او مَخُوف^(۳۱)
در بغل زد هر چه زودتر بی‌وقوف

اعتمادش نیست بر سلطان^(۳۲) خویش
که نیارد یاغیی آمد به پیش

لیک مؤمن ز اعتماد آن حیات
می‌کند غارت به مَهْل^(۳۳) و با آنات^(۳۴)

ایمن ست از فوت و از یاغی که او
میشونداسد قهر شه را بر عَدُو

ایمن ست از خواجه‌تاشان دگر
که بیابندش مزاحم صَرَفَه‌بَر^(۳۵)

عدل شه را دید در ضبط حَشَم^(۳۶)
که نیارد کرد کس بر کس ستم

لاجرم نشتابد و ساکن بود
از قَوَاتِ^(۳۷) حَظِ^(۳۸) خود آمِن بود

بس تَأَتّی^(۳۹) دارد و صبر و شکیب
چشم‌سیر و مؤثِرست^(۴۰) و پاک‌جیب^(۴۱)

کین تَأَتّی پرتو رحمان بود
وان شتاب از هَزَه^(۴۲) شیطان بود

زانک شیطان‌ش بترساند ز فقر
بارگیر^(۴۳) صبر را بکشد به عَقَر^(۴۴)

از بُبی^(۴۵) بشنو که شیطان در وعید^(۴۶)
می‌کند تهدیدت از فقر شدید

تا خوری زشت و بری زشت و شتاب
نی مرآت، نی‌تَأَتّی، نی ثواب

لاجرم کافر خورد در هفت بطن
دین و دل باریک و لاغر، زفت^(۴۷) بطن^(۴۸)

* قرآن کریم، سوره اعراف (۷)، آیه ۳۱

يَا بَنِي آدَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ.

ترجمه فارسی

ای فرزندان آدم! به گاه عبادت [یا در هر عبادتگاهی] زینت های خود را بگیرید [لباسی مناسب بپوشید] و بخورید و بیاشامید و اسراف نکنید که خداوند، اسراف کاران را دوست نمی دارد.

ترجمه انگلیسی

O Children of Adam ! Wear your beautiful apparel at every time and place of prayer :
eat and drink :But waste not by excess ,for Allah loveth not the wasters.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۴۹۷

که تانی هست از رحمان یقین
هست تعجیل ز شیطان لعین^(۴۹)

پیش سگ چون لقمه نان افکنی
بو کند، آنکه خورد ای مُعْتَنی^(۵۰)

او به بینی بو کند، ما با خرد
هم ببویمش به عقل مُتَقَدِّ^(۵۱)

حدیث

درنگ و تامل از خداوند است و عجله از شیطان.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۳۲۷

که مرا زان سو، بیندیش ای غوی^(۵۲)
که اسیر رنج و درویشی شوی

قرآن کریم، سوره بقره (۲)، آیه ۲۶۸

الشَّيْطَانُ يَعِدُكُمُ الْفَقْرَ وَيَأْمُرُكُم بِالْفَحْشَاءِ وَاللَّهُ يَعِدُكُم مَّغْفِرَةً مِنْهُ وَفَضْلًا وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ

ترجمه فارسی

شیطان شما را وعده تنگدستی دهد و به تباهکاری فرماتان راند. در حالیکه خداوند به آمرزش و بخشایش خود شما را وعده دهد. و خداوند وسعت بخش داناست.

The Evil one threatens you with poverty and bids you to conduct unseemly. Allah promiseth you His forgiveness and bounties. And Allah careth for all and He knoweth all things.

- (۱) انباز: شریک
- (۲) دست انداز: رقص کننده ، کسی که از فرط شادی دست افشانی می کند
- (۳) قُبَله: بوسه
- (۴) دمساز: همدم، همراه، هم صحبت، همنشین
- (۵) اکسیر: کیمیا، جوهری که تصور می شد می تواند ماهیت جسمی را تغییر دهد، مثلاً جیوه را نقره و مس را طلا کند.
- (۶) گاز: قیچی، مقراض بریدن طلا و نقره
- (۷) کِت: مخفّف که تو را
- (۸) إعزاز: عزت دادن، عزیز شمردن، گرامی داشتن
- (۹) عَرَّجُوا: عراج کنید، فعل امر از باب تفعیل
- (۱۰) طبع: خوی، سرشت، نهاد
- (۱۱) ایماء: اشارت کردن
- (۱۲) سِجِل: در اینجا به معنی نوشته
- (۱۳) اَضداد: چیزهای مخالف و مغایر یکدیگر، جمع ضدّ
- (۱۴) بَغْلَطاق: کلاه و فرجی، برگستوان و قبا
- (۱۵) أَطیار: جمع طَیر به معنی پرند
- (۱۶) دیدۀ کَش: دیده کشنده، بیرون آورنده چشم
- (۱۷) یَسْمِل: ذبح کردن حیوان، در اینجا انداختن من ذهنی یا قسمت هایی از آن و قبل از یا هنگام آن زنده شدن به خدا یا زندگی
- (۱۸) سَبیل: راه
- (۱۹) سَد: بند، حایل میان دو چیز
- (۲۰) راحزار: جایی که راح بسیار باشد. راح+زار، پسوند مکان که دلالت بر کثرت و انبوهی دارد.
- (۲۱) سَوی: راست و معتدل، بی عیب
- (۲۲) سِرْمَدی: همیشگی، ابدی
- (۲۳) بَطّ: مرغابی
- (۲۴) اُمْنِیت: آرزو، جمع امانیّ
- (۲۵) مُنّیت: آرزو، خواسته، جمع مُنی'
- (۲۶) طامع: طمع کننده، آزمند
- (۲۷) تَأبید: جاوید کردن، جاودانه ساختن
- (۲۸) دَفین: مدفون، نهفته شده، گنج، زر و سیم که زیر خاک پنهان کنند.
- (۲۹) یَغْماجی: یغماگر، چپاول کننده، در اینجا به معنی دزد است.
- (۳۰) حَبّات: دانه ها، جمع حَبّه
- (۳۱) مَخُوف: ترسناک، بیمناک
- (۳۲) سلطان: قدرت، تسلط، شاه، مجازاً خدا، نیروی پنهان که همه چیز را اداره می کند.
- (۳۳) مَهْل: آهستگی، آرامی

- (۳۴) **آَنَات**: وقار، آهستگی
 (۳۵) **صَّرْفَهَبَر**: سود برنده
 (۳۶) **حَشَم**: خویشان و کسان و چاکران مرد، در اینجا همه خلقت به خصوص انسان‌ها
 (۳۷) **فَوَات**: در گذشتن، از دست رفتن
 (۳۸) **حَظ**: لذت، خوشی، بهره
 (۳۹) **تَأْتِي**: درنگ کردن، آهستگی، تأخیر کردن
 (۴۰) **مُؤَثِّر**: اسم فاعل از مصدر ایثار، ایثار کننده، بخشنده
 (۴۱) **پاک‌جیب**: پاک دامن، عقیف
 (۴۲) **هَزَه**: تکان دادن، در اینجا به معنی تحریک و وسوسه، نیروی محرکه
 (۴۳) **بارگیر**: حیوانی که بار حمل می کند، کجاوه
 (۴۴) **عَقْر**: پی کردن، در اینجا از کار انداختن
 (۴۵) **نُبِي**: قرآن
 (۴۶) **وعید**: بیم کردن، ترساندن
 (۴۷) **زَفَت**: درشت، فربه
 (۴۸) **بَطْن**: شکم
 (۴۹) **لعین**: ملعون، لعنت شده
 (۵۰) **مُعْتَنِي**: اعتنا کننده، اهتمام کننده
 (۵۱) **مُنْتَقِد**: نقادی شده، از زواید پیراسته شده، ناب
 (۵۲) **عَوِي**: گمراه

بخش اول



با سلام و احوالپرسی، برنامه گنج حضور امروز را با غزل شماره ۱۹۵۱ از دیوان شمس مولانا شروع میکنم.

«ای برادر تو چه مرغی؟ خویشتن را باز بین ** گر تو دست‌آموز شاهی، خویشتن را باز بین»»

مولانا خطاب به همه انسانها می‌گوید: ای عزیز من، ای برادر من، ای هم‌جنس من، تو چه جور مرغی هستی؟ خودت را دوباره ببین. همانطور که میبینید، همه بیت‌ها عبارت *باز بین* را دارند. اگر تو دست‌آموز شاه هستی، یعنی دست‌آموز خدا هستی، خودت را باز ببین. یعنی خودت را عقاب ببین، شاهین ببین. پس معلوم میشود که ما بیشتر از جنس مرغ هستیم، که میتواند بپرد، تا موش یا یک چیز خزنده مثل مار که به زمین چسبیده است. فرق مار که روی زمین می‌خزد و هر چیزی که خیلی با زمین تماس دارد، با پرندۀ این است که پرندۀ می‌تواند بپرد. ما از اول از جنس هشیاری بودیم. هشیاری فرم ندارد. وقتی وارد این جهان شدیم، اول برای ورود به این جهان به صورت هشیاری یا خدایت در شکم مادرمان خودمان را بافتیم. یعنی بدنمان را در عرض نه ماه درست کردیم. پس از آن وارد جهان شدیم، هشیاری دوباره شروع به بافتن ساختار دیگری کرد و آن چیزی است که من دهنی یا وجود دهنی می‌گوییم که هشیاری از جنس فکر می‌سازد. هشیاری، چنین جسمی را درست مانند بدن ما که در شکم مادرمان می‌سازد، این را هم خودش ساخته و خودش هم به موقع از آن بیرون می‌آید.

ولی وقتی هشیاری این من دهنی را می‌سازد، در ابتدای زندگی ما از ثانیه صفر شروع میکند تا زمانی که کاملاً ساخته شود، امکان این وجود دارد که هشیاری از این بدن هم متولد بشود. بارها گفتیم که هشیاری میداند که از این بدن فکری و جسمی چه طور باید متولد شود، ولی دخالت ما که معمولاً منجر به مقاومت در برابر این لحظه میشود، باعث عدم متولد شدن ما میشود. تمام صحبت‌های ما این است که شما من دهنی را بشناسید و کمتر در کار ایزدی دخالت کنید، تا بلکه خود هشیاری ایزدی بتواند خودش را از من دهنی متولد کند که امروزه در جهات منفی خیلی توسعه یافته و پر از درد شده. این پدیده و این تکامل مربوط به همه انسانهاست و همه انسانها در این زمینه به بیراهه رفته‌اند. عرفایی مثل مولانا سعی کرده‌اند که ما را بیدار کنند به اینکه تصمیم‌ها و انتخاب‌های ما از روی من دهنی غلط است.

پس به محض ساختن یک من به نام من دهنی که یک عقلی دارد و این عقلش را از باورهای می‌گیرد که با آنها هم‌هویت است. این باورها را از جامعه یا فرهنگی می‌گیرد که در آنجا بزرگ شده، شخص در آن حال که من دارد، تمام انتخاب‌هایش را بر اساس من انجام میدهد که این انتخاب‌ها به نفعش نیست. این تصمیم‌ها، انتخاب‌ها و این عقل، عقل شرطی شده است، عقل این دنیایی است. شما میدانید که وقتی این من ساخته میشود، بر اساس چسبیدن به اقلامی درست میشود که برای ما مهم است. از وقتی که ساخته میشود، میشود دل ما، مرکز ما. این مرکز هم تبدیل به عینک ما شده برای دیدن این جهان و یا شنیدن حرف‌ها و صحبت‌ها به صورتی که خودمان میخواهیم. یعنی آنطور که دل ما میخواهد و دل ما هم مادی هست.

این پدیده باید موقت می‌شد، ولی به علت ناآگاهی و به طور کلی عدم دقت بشر که چرا کارهای من جور نمیشود، در پایین هست که میگوید بخت با من دمساز نمیشود، چرا جهان به صورت نیکو و زیبا جلوی من گشوده نمیشود؟ چرا کارها باساز نیست؟ هر دو کلمه باساز و دمساز در این غزل هست. عموماً در این جای موقت، عقل موقت، انسان چیزهایی را یاد میگیرد که به نفعش نیست. مثل عدم حس مسئولیت و بازبینی خود، مثل ملامت که این اتفاق بوجود آمده برای من ناشی از دل مادی‌ام نیست، بلکه دیگران هستند. عموماً این من ذهنی مشخصاتی دارد که خوی ما میشود و چون دیگران هم دارند، خیلی طبیعی جلوه میکند. مثل جدی گرفتن باورها، عادی شمردن هیجانات منفی مثل خشم، ترس، حسادت، نگرانی و اضطراب، حس تاسف، احساس گناه و خوار شمردن خود یا دیگران، حس نقص، بی‌ریشگی، قابلیت واکنش و اعتیاد به واکنش و حرص؛ اینها برای مردم خیلی عادی است. و اینها خانمان برانداز هستند. زندگی شخص ما را خراب میکند، زندگی مشترک خانوادگی را خراب میکند، رابطه ما با همسرمان، بچه‌مان، دوستانمان، خویشانمان را خراب میکند. همه این خراب کردن‌ها یک پیغام دارد که مولانا در این بیت میگوید باز بین. دوباره بین، تو مرغ هستی. اینطور که چسبیدی و این منی که به طور خودسرانه و با بی‌توجهی و با ناآگاهی و از روی تقلید درست کردی، این تو نیستی.

پس ما دو تا خویش داریم، دو تا خویشتن یا من: یکی همین منی هست که ذهنی بوده و ساخته میشود؛ یکی جوهر ما و من اصلی که به صورت هشیاری وارد این جهان شدیم و فعلاً خودش را در فکرها گم کرده. ولی یک کاری می‌خواهیم بکنیم و این بازبینی است. وقتی خودمان را درست ببینیم، متوجه میشویم که ما آن هشیاری بودیم که از جنس بی‌فرمی بودیم، از جنس نه چیز بودیم، از جنس خرد بودیم، همه چیز در ذات ما هست، وقتی وارد این جهان شدیم، آن بودیم. آن هم یک خویش، یک من است. منی که فرم ندارد. روی خودش میتواند بایستد، قائم به ذات خودش شود و به جهان متکی نباشد. وقتی خودش را تعریف میکند، با جنس بی‌نهایت، نترسی، حس ابدیت و زنده بودن تعریف کند. احتیاجی به تایید مردم برای زنده بودنش نباشد. حتی احتیاج نباشد به حس‌هاش، مثل دیدن و شنیدن و اینها، و قضاوت ذهن که آیا من وجود دارم، یا زنده‌ام یا اهمیت دارم؟ به آن احتیاجی ندارد. در حالیکه این من ذهنی تماماً به بیرون وابسته است. یک هشیاری جسمی است که فقط جسم را میتواند ببیند. اگر افراط کند که کرده و در دردها و هم‌هویت‌شدگی‌ها گم شود، اصل خودش را نمیتواند بشناسد، خدا را هم نمیتواند بشناسد. برای هر چیز مقدسی هم یک چیز مصنوعی می‌سازد. برای خدا یک چیز جسمی می‌سازد. از او میپرسند که خدا کیست؟ میگوید یک چیزی هست، چه میدانم ولی در آسمان‌هاست، این چنین خاصیت‌هایی دارد! برای خدا خاصیت می‌شمارد. غافل از اینکه هر چیز که میگوید، آن نیست. شما هم میدانید الان که بازبینی میکنیم، حضور آن چیزی نیست که در ذهنتان فکر میکنید.

هشیاری آن چیزی نیست که شما بتوانید درباره‌اش فکر کنید، خدا هم آن چیزی نیست که در ذهنتان دارید، فقط می‌توانید به او زنده شوید و هیچ چیز نباید بگویید. ما هم در اینجا می‌خواهیم پیغامی را منتقل کنیم که از جنس حرف نیست. پس هر چه می‌گوییم، تقریباً درست است. ولی من ذهنی کلمات را، جملات را اصل می‌شمارد، حرف را جدی می‌گیرد. غافل از اینکه هر حرفی، هر جمله‌ای برای این است که شما بگویید من چه مرغی هستم؟ مرغ اصلی را بشناسید. از اول که ما بالا آمدیم و بزرگ شدیم، مرغ فرعی را شناخته‌ایم که من است. پس ما متوجه می‌شویم که از جنس مرغ هستیم. شما می‌توانید تجربه کنید که توجه زنده شما در این لحظه می‌تواند روی هر چیزی در این جهان نشسته و برداشته شود. شما تمرکز خودتان را در این لحظه بگذارید روی چیزی، در همان اتاق یا جایی که نشسته‌اید، بعد از روی آن بردارید، میبینید که این مرغ، مرغ توجه زنده شما، حضور ناظر شما و خدایت شما همیشه با شما هست. می‌توانید به او آگاه شوید. ولی چون ما معتاد به دنیا شده‌ایم، معتاد به تقاضای زندگی از چیزهای این جهانی و آدمها شده‌ایم، اینقدر فکر من‌دار در ذهن ما می‌پرد که هر فکری به طریقی به من ذهنی کمک میکند؛ آن چیزی که از جنس خدا نیست، از جنس خدایت نیست، از جنس جوهر ما نیست و ما فکر می‌کنیم که آن هستیم. پس سوال مولانا اساسی‌ست که تو مرغ هستی، میدانی چه نوع مرغی هستی؟ بعضی مواقع مرغ خانگی را مثال می‌زنند که دائماً دانه می‌چیند در مقابل مرغابی. اینجا عقاب را مثال می‌زنند. چرا عقاب را مثال می‌زنند؟ چون عقاب بیشتر مواقع در آسمان هست، اوج می‌گیرد، چشمان تیز دارد. حضور ما هم می‌تواند از روی چیزها بلند شود، یعنی شما در این لحظه می‌توانید تصمیم بگیرید که روی تمام آن چیزهایی که نشسته‌اید، روی تمام آن شاخه‌ها، بلند شوید. نگویید که از روی آنها بلند بشوم، بیچاره می‌شوم.

اولین بازبینی ما این است که در این لحظه بپرسیم آیا من از جنس آن مرغ هشیاری اولیه هستم؟ توانسته‌ام از من ذهنی زاییده بشوم و در آسمانها پرواز کنم؟ البته پرواز را با ذهن نمیتوان تشخیص داد. آیا من برای وجود داشتن به جهان نگاه می‌کنم یا اوج گرفته‌ام و از زمین بلند شده‌ام و هیچ چیزی نمیتواند مرا به خودش جذب کند، ولی من آنها را میبینم، مثل عقاب که چشم تیز دارد، همه چیز را از آن بالا میبیند و به هیچ چیز هم توجهی ندارد. مولانا راجع به یک عقاب دیگر حرف می‌زند. آیا وقتی ما آمدیم به این جهان، با عقلمان یعنی با من ذهنی، جسم‌مان را در شکم مادر درست کردیم؟ نه. ما که خبر نداشتیم. پس شاه داشت کار میکرد. شاه رمز خداست. آیا همیشه با ما بوده و هست؟ ما دست پرورده شاه یا خدا یا زندگی هستیم؟ بله. ما اهمیت خاصی برای زندگی داریم؟ بله. ما همان خداییتی هستیم که خود اوست و می‌خواهد به خودش در ما بیدار شود و آن برکاتش را از طریق ما به جهان بتاباند. او باید در ما کار کند و ما با من ذهنی‌مان نباید در کار او دخالت کنیم. دردهای ما اصل هستند؟ نه. فکر ما در این مورد می‌تواند موثر باشد؟ خیر، نمیتواند موثر باشد. اینها همه بازبینی است.

هر چهار قسمت را شما میتوانید جدا کنید و از خودتان بپرسید. اینکه من چه مرغی هستم؟ اصلاً من مرغ هستم یا نه؟ اگر شما به زمین چسبیده‌ای، پس نیستی ولی مرغ بوده‌ای. میتوانی دوباره مرغ بشوی. اما الان که از جنس حضور نیستیم، از جنس خدایت زنده شده یا هشیاری بیدار شده از خواب ذهن نیستیم، هنوز در خواب هستیم، میتوانیم با همین عقل جسمی چهار بعدمان را بازبینی کنیم؟ بله. اول بیایید به فیزیک خودمان، به بدنمان نگاه کنیم. یک بازبینی کنیم. زندگی که بازبینی نشده باشد، ارزش زندگی کردن ندارد. مثل علف خودروینده است؛ فرض کنید یک نفر همان شرطی‌شدگی‌ها است، همان باورهایی که داشته را هیچ تجدیدنظری نکرده، از این گرفته، از آن گرفته، یک چیزی شده که اصلاً کار رویش نشده، بازبینی نشده. شما اول به فیزیکتان نگاه کنید. آیا این بدنتان همان بدنی است که میخواهید داشته باشید؟ از خودتان بپرسید. آیا وزنم مناسب است؟ هیکل من قشنگ هست؟ ظاهر من باید اینطور باشد؟ سالم هست؟ چرا سالم نیست؟ ورزش میکنم؟ حرکت کافی دارم؟ آیا آن غذاهایی که باید بخورم، میخورم یا نه، غذاهای مضر میخورم؟ آیا تا به حال از خودم سوال کردم که چه غذاهایی باید بخورم و چه غذاهایی را نباید بخورم؟ آیا خودم را از سموم مثل خیلی از نوشیدنی‌ها و دود کردنی‌ها دور نگه میدارم؟ از خودتان بپرسید. من ذهنی میگوید، زندگی تو ایده‌ال است. جسم تو هم ایده‌ال است. سوال کنم که آیا مریضی دارم که بشود برایش کاری کرد؟ این مریضی از فکرهای بد است. از اعتیاد به این جهان است. آیا من متوجه هستم که وقتی درد ایجاد میکنم، مثلاً میترسم، خشمگین میشوم، این روی فیزیک من اثر میگذارد؟ چه بسا این بدن من به خاطر خشم‌های زیاد، کینه‌ورزی، رنجش‌ها و توقعات اینطور شده؟ بازبینی کن. میخواهم این بعد فیزیکی، یعنی بدن را بازبینی کنم. وقتی دوباره ببینم، شناسایی بوجود می‌آید. چه بسا شخص شما بگوید که من اینها را قبول ندارم. نمیخواهم اینطور باشم. خب، قانون جبران به میان می‌آید. حاضر هستی ورزش کنی؟ روزی شش ساعت تلویزیون تماشا نکنی و در عوض بروی ورزش کنی، کتاب بخوانی؟ باید بگویی بله. هزینه‌اش را باید بدهی. حاضر هستی غذاهایی را که به آن معتاد شده‌ای را نخوری؟ اینها را باید از خودمان بپرسیم. هر کسی باید از خودش بپرسد.

هیچ کس نباید بگوید که یک نفر بیاید و به من بگوید که این کارها را بکن، آن کارها را نکن، من قبول میکنم، تا حالا نگفته‌اند. این حرفها را ننید، بچگانه است، اینها همه در کتاب و اینترنت است. شما فیزیکتان را بازبینی کردید، سوالات دیگری هم بکنید، بعد بروید روی بعد فکری، روی ذهنتان. آیا این باورهایی که من دارم، باورهای سیاسی، باورهای اجتماعی، باورهای گروهی، باورهای خانوادگی، باورهای مذهبی، اینها همان باورهایی است که من میخواهم داشته باشم. تا حالا یکی از اینها را بازبینی کرده‌ام که اینها واقعاً همان چیزهایی است که من میخواهم. درستی این باورها را تاکنون من بازبینی کرده‌ام که اینها درست هستند. در کوچه رد میشدم، یک نفر بلند چیزی را گفت، من شنیدم و با آن هم‌هویت شدم، الان شده دل ما، فکر میکنم مال خودم هست. اینها که مال من نیست. آیا من تا به حال باورهای خودم را

سنجیده‌ام؟ واقعاً درک کردم و تشخیص دادم که اینها باورهای خوبی هستند. یا همینطور چشم‌پسته از دیگران قبول کرده‌اید یا می‌کنید؟

اصلاً آیا من فکرهای خودم را خودم تولید میکنم یا فکرهای دیگران را فکر میکنم؟ همیشه دنبال یک فکر آماده شده هستم؟ آیا من تا به حال شرطی‌شدگی‌هایم را که مرتب بالا می‌آیند و من را عصبانی میکنند، میرنجانند، من یکدفعه میبینم که از این شخص بدم می‌آید یا از آن خوشم می‌آید، چرا از این طائفه بدم می‌آید، مگر اینها انسان نیستند. تا حالا شما بررسی کردید که چرا اینقدر من محدود اندیش هستم؟ چرا خسیس هستم؟ اینها الگوهای ذهنی هستند. چرا فراوان اندیش نیستم؟ چرا برای دیگران بدی میخواهم؟ اصلاً میدانید که همچو چیزی در شما وجود دارد. اینها سنجیدن بُعد فکریست. آیا بعد فکریتان را تقویت میکنید؟ کتاب میخوانید؟ بعضی‌ها به خیال اینکه تماشای مثلاً فیلمهای سینمایی یا سریالها فکر را تقویت میکنند، وقتشان را جلوی تلویزیون صرف میکنند. آمار میگوید که در آمریکا یک فرد شصت ساله یک چهارم از عمرش را جلوی تلویزیون میگذراند. شاید در بعضی کشورها این رقم بیشتر باشد. در مورد شما چطور؟ شما میخواهید این اندازه از عمرتان را جلوی تلویزیون بشینید و تراوش منهای ذهنی مریض را تماشا کنید. از آنها ایده بگیرید و دلتون بکنید. اصلاً بررسی کردید که در روز چقدر تلویزیون تماشا میکنید؟ چقدر اخبار گوش میکنید و از این اخبار چه چیزی عایدتان میشود؟ آیا تا به حال بازبینی کرده‌اید که اعتیاد به فکرهای منفی دارید، شما فکر منفی میکنید، این فکرهای منفی در شما هیجانات منفی بوجود می‌آورند. بازبینی کنید. خویشتن را باز بین!

شما میگویید من نمیتوانم تشخیص بدهم، فعلاً آنطور به حضور نرسیده‌ام، ولی عقل جسمی که دارید. از این بازبینی‌هاست که آدم وضع خراب خودش را که ایده‌آل میداند، تشخیص میدهد. آیا شما بعد هیجانی‌تان را تا حالا بازبینی کرده‌اید؟ که هیجانات متداول من چه جور هیجاناتی هستند؟ آیا این هیجانات، احساس لطیف و آرامش خداییست که در ذات من وجود دارد و از اعماق وجود من می‌آید. یک شادی بی‌سبب است که تمام بدن ما را فرا میگیرد و به بیرون هم ساطع میشود. یا نه، هیجانات متداول من خشم هست، رنجش، واکنش، ترس، حس حسادت، حس بدبختی، حس بدخواهی، نگرانی، اضطراب است. شما میدانستید که این هیجانات منفی مال من ذهنی است. تاکنون بررسی کرده‌اید که هیجانات شما که هر کسی در این لحظه هیجانی دارد، احساس من اصلی شماست؟ احساس خدایت شماست؟ حس زیبایی است که از آن سو می‌آید؟ از اعماق وجودتان می‌آید؟ از بی‌نهایت شما می‌آید یا از دلی که من و جسم پردرد هست؟

بعد جانتان چطور؟ تا حالا بعد جانتان را که من چقدر زنده هستم و چقدر جان دارم، را بررسی کرده‌اید. آیا جان شما بی‌حوصله است، خسته است، حال ندارد، تنها نمیتواند بماند؟ تا تنها می‌ماند، حوصله‌اش سر میرود. شما با بی‌حوصلگی و خستگی و عدم تمایل به حرکت و به بازی، دچار هستید؟ یا نه یک حس زنده بودن در شما هست که شما را بلند میکند و راه میندازد، دنبال کار میروید و کار سازنده میکنید. اگر

بی حوصلگی، بی جانی و خستگی هست، دارد از من ذهنی می آید. آیا شما حس میکنید که زندگی از کنارتان رد میشود و نمیتوانید بگیرید. زندگی شما کیفیت ندارد، با وجود اینکه همه چیز دارید. پس زندگی در آن نیست که شما میبینید. شما زنده نیستید. شما به بی‌نهایت و ابدیت خدا زنده نیستید، بلکه به یک بافت محدودی زنده هستید که فکر میکند هر لحظه باید یک چیز خوبی از بیرون به شما برسد، مثل پول زیادتر، مثل تایید و توجه. مثل نیاز به یک شخص که هر پنج دقیقه یکبار بگوید تو برایم مهمی، ترا دوست دارم تا شما یک ذره حس بودن و زنده بودن کنید. بعد پنج دقیقه دوباره نیاز پیدا میکنید. این درست است؟ پس شما میتوانید خودتان را بازیابی کنید.

از خودتان بپرسید که آیا من حس عدم کفایت و ناقص بودن میکنم؟ من یک آدم نیازمندی هستم؟ آن چیزی که از مردم میخواهم، به من نمیدهند و من رنجیده هستم؟ اینها را بازیابی کنید. شما میدانستید که شما به جانی مجهز هستید که کامل هست، از نظر زنده بودن. هیچ احتیاجی به بیرون ندارد. هیچ فرقی نمیکند که چه چیزی داشته باشید و چه چیزی نداشته باشید، میتوانید زنده باشید. اینها را که بررسی کردید، ولو اینکه من ذهنی دارید، این بازیابی شما را حرکت خواهد داد. شما را به تغییر دعوت میکند. مطمئنم که شما چیزهایی روی کاغذ خواهید نوشت که من از امروز نمیخواهم اینطور باشم. یواش یواش که شما شروع به تغییر در بیرون میکنید، آخر سر به این نتیجه خواهید رسید که من با عقل خودم، با من ذهنیم نمیتوانم همه اینها را متعادل کنم و درست کنم. بهتر است که من تبدیل بشوم.

فقط این خرد متعادل کننده هشیاری حضور یا خدایت من هست که میتواند این چهار بعد را متعادل نگه دارد، مرا زنده کند. فقط آن موقع من زنده خواهم شد و این چهار بعد من میتواند باساز شود، اصل کار شود و خوب کار کند، وگرنه من در کار خود اخلاص خواهم کرد. با منم فکر میکنم دارم به خودم خدمت میکنم، ولی به خودم دارم ضرر میزنم. پس ما فهمیدیم، ما مرغی هستیم که اگر روی شاخه‌های این دنیا نشستیم، میتوانیم بلند بشویم. ما خودمان را بازیابی میکنیم، چهار بعد را بازیابی کردیم، الان رسیدیم به اصل. آیا مرغی هستیم که از جهان پریده‌ایم یا نپریده‌ایم؟ اگر نپریده‌ایم، باید بپریم. ما دست‌آموز شاه هستیم، خدا لحظه به لحظه دنبال شما و تمام انسانهاست تا ما را باز کند، عقاب کند، ما را بکشد. ولی یک چیزی نمیگذارد که گفت (بیت زیر) مرغ جان انسان نپرید و موش شد، رفت زیر زمین. حال، شما یک انتخاب دارید؛ به عنوان توجه زنده از روی همه چیزهایی که در ذهنتان رویش نشسته‌اید و چنگ زده‌اید و میگویید من رها نمیکنم، رها کنید. با توجه به اینکه اینها از جنس شما نیستند، بلند شوید و نترسید. در بیت زیر هم این مطلب را اشاره میکند:

« مرغ جانش موش شد سوراخ جو ** چون شنید از گریگان او عرجوا »

این بیت را بارها خوانده‌ایم. پس، ما اول که به این جهان می‌آییم، مرغ جان ما روی شاخه‌های درخت این جهان مینشیند. وقتی آن چیزهایی که چسبیده‌ایم یا نشستیم روی مفاهیم، شروع میکنند به مردن، ما می‌ترسیم. وقتی خودتان را بازیینی کنید، یکی مورد این است که من از جنس نامیرایی هستم، از جنس خدایت هستم، مثل من در این جهان نیست. این مطلب را در بیت دوم می‌گوید. من دست‌آموز شاه هستم، شاه خودش را امتداد داده، خودش هم روی خودش کار میکند، خودش عاشق خودش است، خودش محافظ خودش، چیزی هم در این جهان نمیتواند به من آسیب بزند، ولو این بدن من از هم بپاشد، باز هم نمی‌میرم، هیچکس نمی‌میرد. پس، وقتی این چیزهایی که چسبیدم شروع میکنند به از بین رفتن، من از بین نمی‌روم، من نباید بروم زیر زمین. زیر زمین یعنی رفتن به ذهن، یعنی گربه‌های کوچک، یعنی مرگ چیزهای کوچکی که چسبیده‌ایم. خوب نگاه کنید، همه چیز کوچک است، همه چیز از بین رفته است. «بر هر چه که می‌لرزی می‌دان که همان ارزی * زان روی دل عاشق از عرش فزون باشد»

ما به هر چیز کوچکی می‌لرзим، همان قدر هم می‌ارزیم. بنابراین اگر عاشق هستیم که هستیم، عاشق یعنی خدایت، یعنی بیدار شدن خدا به خودش در ما و حس وحدت که هم به ما دست میدهد، هم به او. در واقع به او دست میدهد، به ما دست نمیدهد. ما وجود ندارد. این عشق است. پس اگر گربه‌های کوچک گفتند برویم این را بگیریم، چون روی هزار تا شاخه نشستهایم، هر کدام که می‌میرند، گربه کوچولو میخواهد بخورد. شما بلند شو. اعرّجُوا یعنی بروید بالا بگیرید. پس بیت اول غزل را کاملاً فهمیدیم. خوب بدانید که شما تربیت شده خود شاه هستید، شاه دارد شما را تربیت میکند، میخواهد شما برایش شکار کنید. شکار برای او یعنی مثلاً امروزه عقاب‌هایی را تربیت کرده‌اند که میتوانند هدف مدنظر را شکار کنند، مثلاً گرگ را شکار کنند. شما چه چیزی شکار می‌کنید؟ از فضای یکتایی، اسرار زندگی، خرد زندگی، شادی زندگی، آرامش زندگی را می‌آورید به این جهان میریزید. شاه نشان میدهد که چه چیز را شکار کنیم. تا به حال ما پست بودیم، رفتیم تائید و توجه مردم را شکار کردیم. از این کار دیگر دست میکشیم.

«هر که انبازی برید از خویش، آن بازی مدان ** در جهان او را چو حق بی‌مثل و بی‌انبار بین»

انبازی یعنی شریک قرار دادن با خدا. شرکت دو تا معنی دارد: یکی در معنی شرکت‌های خصوصی که متداول هست؛ یکی هم شریک قرار دادن با خدا. هر کسی که در ذهنش زندگی میکند و من ذهنی دارد، این انبازی دارد، این شرکت یا شرک دارد. وقتی ما من ذهنی را هر لحظه می‌بافیم، چه چیزی می‌پرستیم؟ من ذهنی. هر چیزی را که هر لحظه حواسمان هست ببافیم، آن را می‌پرستیم. خداپرستی چه جور میشود؟ اگر این را رها کنید، به یک خویش دیگر که از اول بوده‌اید زنده میشوید، در اینصورت دیگر فرم ندارید. آن هم یک پرستش است. دائماً آن را عمق میدهد. حس میکنید که از جنس آن هستید و آن قائم به ذات است، آن خداپرستی است.

میگوید هر کسی از ذهنش متولد شد؛ اینکه در ذهنش من ساخته، من هم یک خدای ذهنی ساخته و آن را می‌پرستد، در واقع خودش را می‌پرستد، چون اگر این من ذهنی بریزد، آن خدای ذهنی هم فرو خواهد ریخت. هر کسی این دویی را از خودش زائل کرد، هر کسی از شر من ذهنی رها شد، میگوید آن را بازی مدان. یعنی شوخی نیست، کار بزرگی هست. این تنها منظور بشر است. فقط به این دلیل در این جهان هستیم. بدان که آن مثل خدا در جهان بی‌مثل و بی‌نظیر است. در جهان او را چو حق، یعنی آن شخص را در جهان مثل خدا بی‌مانند، بی‌نظیر و بی‌شریک بدان. حقیقتاً هم همینطور است. برای اینکه خدایت می‌آید به صورت انسان، اول جسمش را میسازد، بعد بیرون آمده و ذهنش را میسازد، من ذهنی را میسازد، بعد آن را نابود کرده و بیرون می‌آید، روی خودش قائم میشود و این کار میتواند در پنج شش سالگی صورت بگیرد به شرطی که مردم بگذارند، اگر جامعه عشقی و مسئول باشد، تاکید روی فقط باور نکند و تجدید نظر روی خودش بکند. یعنی خدا میتواند هشیارانه در سنین پایین در ما زنده شود. نه اینکه یک من را درست کردیم، این من دردمند شده، حتی جسم ما هم به خاطر آن مریض شده، هیچ موقع هم بازبینی نکردیم، رسیدیم به هفتاد سالگی. حال این همه درد، سرخوردگی، ناامیدی، گنجی بوجود آمده. الان از خود می‌پرسیم که این چه خوابی بود؟ مرگ هم که دارد نزدیک میشود. پس این قضایا برای چی بود؟ ازدواج کردن، بچه‌دار شدن، خانه خریدن، بچه بزرگ کردن، دویدن، زیاد کردن، دعوایا، قهرها، این همه اوقات تلخی و این چه خوابی بود، برای چی بود؟ اصلاً ما از همان اول سرنخ را گم کردیم.

همان موقع که من و یک مقدار درد ایجاد کردیم، سرنخ گم شد. ما دیگر نفهمیدیم چه کسی هستیم؟ هیچ موقع هم بازبینی نکردیم. هیچ جامعه‌ای هم اعضایش را تشویق به بازبینی نمیکند که خودت را ببین، هر روز ببین، هر دقیقه ببین. ما عقل داریم، اگر ببینیم که داریم مریض میشویم، میگوییم نمیخواهم اینطور باشم، دنبال علاج و چاره میرویم. یک بازبینی دیگر این است که برسید آیا من میخواهم از شر دردهایم رها بشوم؟ من میخواهم از این اعتیاد به جهان نجات پیدا کنم؟ این سوال خوبی است. جواب شما چیست؟ اگر جواب شما بله است، هزینه دارد. امروز راجع به هزینه‌هایش صحبت میکنیم. اگر کسی از خواب ذهن بیدار شود و بیدار بماند، این مثل خدا در این جهان بی‌نظیر است. در برنامه گذشته گفت که تعداد این افراد اندک است. آیا تعدادشان باید کم باشد؟ نه نباید کم باشد.

بخش دوم



« ز آفتابی کافتاب آسمان یک جام اوست * ذره‌ها و قطره‌ها را مست و دست‌انداز بین * »

دست‌انداز یعنی در حال رقص. ما تا به حال مست چه بوده‌ایم؟ از دستاوردهای مادی‌مان. از اینکه نگاه میکنیم به جهان، میگوییم اینجا زمین دارم، این خانه من، این بچه من، این مقام و اعتبار من و ... به اینها دلخوش هستیم و مقایسه میکنیم. میگوید آفتاب آسمان چکار میکند؟ این جهان را روشن میکند و ما می‌بینیم. از دیدن من که حس است، ذهن من فعال میشود، فکر میکنم، قضاوت میکنم و از این هشیاری جسمی من مست میشوم. از اینکه میبینم، این همه چیز متعلق به من است و چه دستاوردهایی دارم، مست میشوم. آیا این درست است؟ نه. میگوید یک آفتابی وجود دارد که آفتاب آسمان یک جام کوچکی از آن است. شما از آن آفتاب که آفتاب معمولی قرص کوچکی از آن است، یک قسمتی از روشنایی بخشی آن هست، ذره‌ها و قطره‌ها را مست و دست‌انداز بین. ذره‌ها و قطره‌ها، انسانها هستند. ذره انسانی است که هیچ شده و من ذهنی ندارد. ذره، انسان بیدار شده است. قطره هم آن است. قطره وقتی وارد اقیانوس میشود، اقیانوس است. ذره هم در ستون نوری مربوط به روزن حرکت میکند و در نور میرقصد. این سبملیک است. پس ذره‌ها در آفتاب عشق، در آفتاب خدا که در این لحظه می‌تابد و شما به عنوان هیچ و ذره در او میرقصید. همین الان خرد زندگی جاری است و شما تماشاگر هستید. ذره در این تمثیل، تماشاگر عبور زندگی، برکت و خرد به وجود شما و از شما به بیرون است، شما قضاوت نمی‌کنید. ذره هستید، قبلاً ذره نبودید، من بودید، توانایی رقصیدن نداشتید. ذره عقلش صفر است و در عوض الان عقل کل در حال عبور از شما است. ذره در این لحظه تسلیم است. در این لحظه مقاومت ندارد و مقاومتش صفر است. ذره در این لحظه قضاوت ندارد که جریان عبور کننده و خرد زندگی از من کم یا زیاد است، چه شکلی هست، می‌خواهم بفهمم؟ همین که بخواهی بفهمی، قطع میشود. شما تماشاگر این جریان هستید.

ما قطره‌ای بودیم که از اقیانوس جدا شده بودیم، به جدایی افتاده بودیم، الان قطره در اقیانوس است. میگوید میدانید این ذره‌ها و قطره‌ها، انسانهایی مثل مولانا، از چه چیزی مست و دست‌انداز هستند؟ از آفتابی که این آفتاب آسمان جام کوچکی از آن است، جامی که نشان میدهد و نور دارد. ولی این جام آسمان، آفتاب فقط میتواند ذهن و حس‌های ما را روشن کند. میخواهد بگوید شما فکر نکنید که باید مست باشید به آنچه که فکرهايتان میگویند؛ به خاطر آنها دست‌انداز و دست افشان باشیم که تاکنون بوده‌ایم. به همین دلیل نتوانستیم درست برقصیم، درست زندگی کنیم، درست مست بشویم. ما مست چه چیزی هستیم؟ مست انرژی که از بیرون می‌آید، مست تایید، مست توجه، گاهی مست درد. چرا ما شراب انگوری میخوریم؟ برای اینکه چیزهای دیگر ما را مست نمیکند. چرا مست نمیکند؟ برای اینکه به بیرون نگاه میکنیم. میگوییم در بیرون چه چیزی هست که ما را مست کند؟ گاهی این هنرپیشگان و بازیکنان به پول بسیار زیادی در مدت خیلی کوتاه دست می‌یابند، یا توجه تمام عالم را به خود جلب میکنند، ولی هنوز آن هزینه بیداری از خواب ذهن را نداده‌اند. در خواب ذهن، یکدفعه تایید و توجه بزرگی از سوی مردم، پول بسیار زیاد، خانه بزرگ،

مردم دنبالشان میدوند، عکاسان میخواهند عکسشان را بگیرند، پس من دیگر چه میخواهم؟ دیگر چیزی مرا راضی نمیکند. از بیرون بیشتر از این چه می‌آید؟ هیچ چیز، هیچ چیز مرا مست نمیکند. اینقدر میدویدم تا مردم به من توجه کنند. الان میلیون‌ها نفر به من توجه میکنند، دیگر اثر ندارد روی من، مست نمیشوم، آنگاه پناه می‌آورد به همین مواد مخدر یا مثل آن. چه طور میشود که برخی از این هنرپیشه‌ها و خوانندگان معروف یکدفعه اینقدر دراگ مصرف میکنند که میمیرند؟ چون هیچ چیز دیگری راضی‌شان نمیکند.

پس اینها همه شواهدی است که ما بازبینی کنیم که آیا ما هنوز از بیرون میخواهیم؟ یک بازبینی این است که شما هنوز از بیرون شراب میخواهید؟ یا فهمیده‌اید که از بیرون چیزی در نمی‌آید. آن چیزی که از بیرون می‌آید دیگر شما را مست نمیکند. فهمیدید یا نفهمیدید؟ از خودتان بپرسید. این فهمیدن هم سخت است. برای اینکه ذهن آن چیزهایی را که می‌شنود و میداند، نمیفهمد. من بارها اینجا پیشنهاد کردم که کلید درک و نه فهم این مطالب تکرار است، تکرار و تکرار. مثلاً یک چیزی را آدم میداند، ده سال درس میدهد، تازه میفهمد که چی درس داده، برای اینکه بهش زنده میشود. یک عده‌ای میگویند فهمیدیم! چه چیزی را فهمیدیم؟ آقا زندگی در بیرون نیست، زندگی در درون است! خب اینکه فایده‌ای ندارد، شما باید یک کاری کنی که واقعاً زندگی از درون بیاد. دیگر بند ناف را باید از بیرون ببری، هنوز که نبریدی، همش با من ذهنی حرف میزنی. هر موقع هم بریدی و نخواستی، حقیقتاً و وجداناً پیش خودت، آن موقع واقعاً درست فهمیدی. اینکه بگوییم فهمیدم، فهمیدم، درست نیست، فهمیدنی نیست، زنده شدنی است.

«چونکه قبله شاه یابی، قبله اقبال شو ** چون دو دم خوردی ز جامش، بخت را دمساز بین»

قبله یعنی بوسه. میگوید وقتی شاه تو را بوسید، در اینصورت قبله بخت شو. یعنی اگر شما یکدفعه در این لحظه از جهان بریدید، مقاومت به صفر رسید، عقل من ذهنی به صفر رسید، خود من ذهنی به صفر رسید، یک لحظه زنده شدی به بی‌نهایت و از زمان جمع شدی، برای اینکه این من ذهنی در گذشته و آینده زندگی میکند، به این لحظه زنده شدی و حس بی‌نهایت کردی، حس آرامش بی‌نهایت کردی، حس شادی بی‌سبب کردی، پس شاه تو را بوسیده است. برای بوسیدن باید تماس پیدا کنی، باید با شاه یکی شوی، شاه یعنی زندگی، خدا. اگر خدا شما را ببوسد که جسم شما را نمیتواند ببوسد، پس شما در ذات، در جوهر او شده‌اید. در حالیکه در جسم هستید، در حالیکه هشیارانه این کار صورت میگیرد، نه در خواب، نه در ذهن، بلکه زنده شدی. از آن به بعد شما میشوی قبله بخت. یکی شدن با آن، خوردن شراب اوست. شراب او، خرد و آرامش و شادی و برکات دیگر است.

در پایین بیتی از مثنوی برایتان خواهم خواند که میگوید غیر از این گفتار، نوشتار، ایما و اشاره، صد هزار نوع بیان از زندگی می‌آید. ما اصلاً با ذهن نمیتوانیم متوجه آن‌ها بشویم. وقتی شراب او از ما رد میشود، در عین حال یک حاضر و ناظر مشاهده کننده هستیم و از ذهنمان کاملاً جدا شدیم، میتوانیم فکرهایمان را ببینیم،

از جنس فکر نشویم و بدانیم که از جنس فکر نیستیم، تا به حال فکر میکردیم که از جنس فکر هستیم، یک من ذهنی هستیم، حالا آن من ذهنی صفر شده. دو دم در مصرع دوم یعنی دو جام، دو پیاله شراب از جامش خوردیم. تا حالا مزه کرده‌اید؟ تا حالا شادی بی‌سبب را که از اعماق وجود شما می‌جوشد و می‌آید و هیچ ربطی به بیرون ندارد را تجربه کرده‌اید؟ در آن صورت متوجه میشوی که بخت، دمساز است. دمساز یعنی موافق، گشاینده نیکی. بخت، حضور و خدای زنده شما در شماست. آیا شما میخواهید جهان با شما همکاری کند، مردم و وضعیت‌ها در هر کاری که میکنید با شما همکاری کنند، جهان به صورت زیبا و نیک و با همکاری به روی شما گشوده شود؟ بر عکس من ذهنی که وقتی شروع میکنیم به کار، تقریباً همه چیز با ما مخالفت میکند. شما متوجه شده‌اید که وقتی دل شما من ذهنی و درد هست، تقریباً همه مردم و همه وضعیت‌ها با شما مخالفت میکنند، به شما آشکارا می‌گویند که من نمیگذارم شما پیش بروی و شما به زور کار را پیش می‌بری.

شما میدانستید که یک جور دیگر هم است که وقتی به بیرون می‌روی، بنظر می‌آید که همه دلشان میخواهد با شما همکاری کنند. چرا اینطور است؟ چون دل شما از عدم شده، بوسه شاه یافتی، با او یکی شدی. برای اینکه یک بعد عمیقی در شما هنگام فکر و عمل کردن وجود دارد که همراه شماست. برای اینکه شما فضاگشا شده‌اید. این فضای پذیرنده، کشاینده و دربرگیرنده با شماست. برای اینکه به کسی که میرسید، او را در آغوش حضور می‌گیرید. هزار جور قضاوت در ذهن شما نمی‌پرد که این چه وضعی هست، حالا چرا رنگش اینطور هست، قیافش آن طور، من اصلاً از این خوشم نمی‌آید، من از کجا بفهمم که این شخص راست می‌گوید، نکند سر من کلاه بگذارد، اصلاً از قیافه‌اش خوشم نمی‌آید، این معلوم نیست که فکرش چیست، دینش چیست، باورش چیست! اینها دیگر از ذهن شما نمی‌گذرند. در نتیجه جهان هم با شما همکاری میکند. اگر جهان با شما همکاری نمیکند، وضعیت‌ها بر وفق مراد نیست، دمساز نیست، به دل خودتان رجوع کنید. مرکز من چیست؟ از آنجا انرژی به جهان میرود. جهان پاسخ میدهد. هر چیز می‌فرستیم، مشابه‌اش را می‌گیریم. ولی باید شاه شما را ببوسد. باید از جنس او بشوید، شاه فقط خودش را می‌بوسد. شاه تمثیل است.

شما اینقدر هشیار شده‌اید که می‌گویید من در کار آزاد شدن هشیاری و خدایت از گمشدگی در بافتهای ذهنی، دخالت نمی‌کنم. من دیگر چوب لای چرخ خودم نمی‌گذارم. من قضاوت نمی‌کنم، بد و خوب نمی‌کنم. با اتفاق این لحظه آشتی هستم. وقتی با اتفاق این لحظه آشتی هستم، ولو اینکه ذهن به من می‌گوید این اتفاق به نفع تو نیست، ولی در اعماق وجودم میدانم که اتفاق هر چه باشد، بوسیله پرورش دهنده من یعنی شاه ایجاد میشود. ذهن من می‌گوید اتفاق این لحظه به نفعم نیست، من می‌گویم هست. اتفاق این لحظه بهترین اتفاقی است که میتواند برای من بیفتد، من هم کاری با آن ندارم. این بدین معنا نیست که بروم خانه بخوابم، بلکه مطابق خردی عمل میکنم که در این لحظه بیان میشود. من کار میکنم، فکر میکنم، خلاقیت میکنم، روزی شانزده ساعت هم ممکن است کار کنم، ولی نه با ستیزه و مقاومت. من هر لحظه از جامش می‌خورم،

هر لحظه خردش جریان پیدا میکند و من حس میکنم؛ اینها را شما میگویید، شما حس میکنید. هر لحظه که شما ستیزه میکنید، مقاومت میکنید، رضا ندارید و راضی نیستید، خشنود نیستید، شکر نمیکنید، آن لحظه، لحظه‌ای است که دارید کار را خراب میکنید.

شما میگویید این چیزهای خوب را به من بدهید تا شکر کنم! نه، شما شکر کنید که شاه شما را می‌بوسد، یعنی شاه در شما دارد به خودش بیدار میشود، خودش خودش را بیدار میکند. تقریباً هر هفته این بیت را میخوانیم که «صبح نزدیکست، خاموش، کم خروش * من همی کوشم پی تو، تو مکوش» یا آن بیت مشهور که «ای ز غم مرده که دست از نان تهی ست * چون غفورست و رحیم، این ترس چیست؟» شما به خودت بگو، این ترس چیست؟ مگر من دست‌آموز شاه نیستم؟ مگر او غفور و رحیم نیست، پس این ترس من چیست؟ پس این ترس من کاملاً بی‌مورد و از من ذهنی است. من میخواهم دلم را بازبینی کنم، اینکه دل من از ماده ساخته شده یا از عدم؟ آیا مرکز من، دل من بی‌نهایت فضا است، گشوده میشود، همه آدما و وضعیت‌ها را در خودش جا میدهد؟ یا نه محدود شده و به هر چیز ناآشنا میگوید نه، فقط نه میگوید. خدا در محدودیت جا نمیشود. خدا یک مدت کوتاهی در محدودیت جا میشود. چند سال؟ معلوم نیست. مولانا گفته عیسی در گهواره پیغمبر بود، یعنی در گهواره به حضور رسیده بود، دیگری در چهل سالگی رسیده بود، یکی در هفت هشت سالگی، پس معلوم نیست در چه سنی. در هر سنی میشود به حضور زنده شد.

باید بفهمیم که این بی‌نهایت جاشده در محدودیت، موقت بوده و این طور نیست که تا آخر عمرمان در این وضع بمانیم. حالا ده سال، بیست سال، سی سال، بنظر شما چند سال؟ هر چه شما میگویید. اگر هم بگویید نه، من میخواهم بی‌نهایت خدا را در محدودیت خودم زندانی کنم، خُب درد خواهی کشید. بارها از مولانا خوانده‌ایم که «هر کسی در عجبی و عجب من اینست * کو ننگجد به میان، چون به میان آید» میگوید من نمیدانم این بی‌نهایت که در هیچ جا نمیگنجد، یعنی خدا، چطور در انسان به این وضع جا شده؟ حالا ما میفهمیم که نباید طول بدهیم. باید اجازه بدهیم خودش، خودش را آزاد کند و ما هم راحت شویم، بی‌نهایت بشویم. بخت هم دمساز شود. اگر شما میبینید که وضعیت‌ها با شما دمساز نیستند و همکاری نمیکنند، دلتان را بازبینی کنید.

«گفت آسان گیر بر خود کارها کز روی طبع ** سخت میگیرد جهان بر مردمان سختکوش»

این بیت از حافظ است. شما باید آسان بگیرید. پیغام بزرگ، حقیقت، گفته زندگی یا پیر این است که شما باید آسان بگیرید. یعنی چه؟ یعنی هر لحظه با اتفاق این لحظه باید آشتی کنی. دست را شما دراز میکنی. شما وقتی میخواهید با کسی آشتی کنید، شما دست را دراز میکنی. ذهن شما میگوید نه، من دستم را دراز نمیکنم، این لحظه مطابق میل من نیست. میدانیم که من ذهنی، که بافت فکری هست، در زمان کار میکند، زمان یعنی گذشته و آینده. امروز هم با ابیات مولانا خواهیم دید که من ذهنی معتاد به آینده است، زنده به

آینده است. یک گذشته‌ی ناراضی و بثمر نرسیده که به سرعت در حال رفتن به آینده بوده تا بثمر برسد و دوست ندارد آینده را نداشته باشد. هیچ آدمی که من ذهنی دارد، حاضر نیست قبول کند که شاید آینده نباشد. تقریباً برای همه من‌های ذهنی، مرگ غیر قابل باور و غیر قابل پذیرش است، چون آینده را قطع میکند. جزو همان اصطلاحات ریب‌المنون است، در معنای حوادث ناگوار برنده که در برنامه قبل صحبت شد. برنده، چه چیزی را میبرد؟ همین نیاز روانشناختی من ذهنی به آینده. اصلاً ما قبول نداریم که آینده نباشد. شما یک نفر پیدا کنید که به او گفته شود شما نیم ساعت دیگر خواهی مُرد؛ آن فرد بگوید خدا را شکر، من خیلی راضیم! او به وحشت میفتد، ولو اینکه صد سال، صد و پنجاه سال یا بیشتر سن داشته باشد. اگر من ذهنی داشته باشد، میگوید من به آینده احتیاج دارم. جزو این مرغ‌های آینده است. یکی از این مرغ‌ها، کلاغ است. کلاغ یعنی آینده. این کلاغ به صورتهای مختلف هم ظاهر میشود، مثل ترس. ترس یعنی چه، اضطراب یعنی چه؟ یعنی من از آینده میترسم. آینده برای من عینی است. برای اینکه یک من هستم، من هم دلم شده، این دل در زمان است و فقط گذشته و آینده می‌شناسد. این لحظه را نمیشناسد، این لحظه را می‌پوشاند که خداست. شما میبینی که این من ذهنی وقتی به این لحظه نگاه میکند، این لحظه چون از جنس خدا و زندگی است را نمیتواند ببیند، این لحظه را تبدیل میکند به اتفاق و فرم این لحظه. فرم این لحظه را برای رسیدن به چیزی در آینده پلکان میکند که زندگی در آن هست. پس نمیتواند آینده نباشد! چطور ممکن است نباشد، پس اگر آینده نیست، من کجا به زندگی برسم! من که تا حالا زندگی نکردم، الان هم که زندگی نمیکنم، شما هم که میگویید آینده وجود ندارد.

روز به روز که سن ما بالا میرود، سرخوردگی و ناامیدی ما بیشتر میشود، برای اینکه میدانیم، اینطور که ما میرویم به زندگی نمی‌رسیم. اگر ما بازبینی نکنیم، اگر فکرها و اعمال ما همان چیزهایی باشد که از قبل بوده، همان چیزی را بوجود خواهد آورد که تا به حال بوجود آوردیم. خب، امروز ما با دیروز چه فرقی دارد؟ هیچ. پس به چه چیز خوشحال هستیم! بنابراین پیغام این است که شما بیا با این لحظه آشتی کن تا کارها آسان شود. در بعضی نسخه‌ها، عبارت سخت می‌گیرد در بیت بالا تحت سخت می‌گردد عنوان شده که هر دو عبارت درست است. جهان سخت میشود، جهان دمساز نمیشود، مردم همکاری نمیکنند، وضعیت‌ها همکاری نمیکنند، چرا؟ شما به مقاومت نگاه کن. از خودت بپرس که من الان چقدر مقاومت دارم در برابر این لحظه؟ این مقاومت یک عایق درست میکند. عایق فاصله من با خداست. چقدر عایق داریم ما؟ از آنسو مکرر میخواهد زندگی را به جان ما بدمد. عایق نمیگذارد. عایق را مقاومت شما ایجاد میکند، برای چه مقاومت میکنی؟ برای اینکه ذهن میگوید این بد است، این زندگی ندارد. شما میدانید که اتفاق این لحظه هیچ موقع زندگی ندارد. اصلاً اتفاق زندگی ندارد. ما میخواهیم به این بیدار بشویم که در این لحظه یک فضای دربرگیرنده هست که ما آن هستیم. یک اتفاق هست، بدنمان که اتفاق میفتد، فکرهایمان که اتفاق میفتد، مجموع اینها یک من ذهنی نمیسازد که آن هم اتفاق میفتد. خود من ذهنی در آغوش شماست. پس شما دو

من دارید: یک من بی‌نهایت و یک من کوچک در آغوش خودتان. شما میتوانید این من کوچک را به تدریج به صفر برسانید. اگر این من ذهنی صفر شود، فضای دربرگیرنده بی‌نهایت میشود. اگر این من ذهنی خیلی بزرگ شود، فضای دربرگیرنده در آن محدودیت جمع میشود که مولانا اظهار تعجب کرد از اینکه بی‌نهایت چطور در محدودیت جا شده؟ گفت عجب من این است که خدا چطور در انسان، در این چیز کوچک یعنی در ذهنش جا شده است. پس شما آسان میگیرید.

«گفتم: ای اکسیر، بنما مس را چون زر کنی؟ ** رو به صرافان دل آورد، گفتا: گاز بین»

گاز یعنی قیچی، انبر، چیزی که آهن را با آن میگیرند و میگذارند در آتش تا ناخالصی‌هایش را بریزد. همه این سبملیسم‌ها متناسب هستند. چه بگویید که صراف دل، همین زرگر دارای قیچی است که ناخالصی‌های ما را می‌برد؛ یا آهنگری را در نظر بگیرید که واقعاً میخواهد با کوبیدن آهن، آئینه درست کند. نتیجه کار این است که صراف دل، که مولانا و بزرگان باشند، به شما بازبینی را توصیه میکنند. وقتی شما به صورت حضور ناظر خودتان را بازبینی میکنید، خواهید دید که مقدار زیادی از من، من ذهنی است. میگوید، من گفتم ای اکسیر، اکسیر کیمیایی است که مس را تبدیل به طلا میکند، سبملیک است. در زمانهای قدیم، کیمیایان دنبال ماده‌ای بودند که اگر به مس بزنند، تبدیل به طلا شود. حال، دل‌های آدم معمولی و هم‌هویت شده با جهان را مس فرض کنید که اگر یک کیمیایی، عارفی مثل مولانا، به آنان زده شود، تبدیل به طلا میشوند، از جنس حضور میشوند.

در بیت بالا میگوید: ای اکسیر، به من نشان بده که چگونه مس را طلا میکنی؟ گفت: باید پیش یک صراف دل، استاد دل، پیش مولانا بروی، خوب و متعهدانه به حرفهایش گوش کنی، و ابزاری را ببینی که تو را روی آتش میگیرند، از آن فرار نکن. در مورد ما، شناسایی و بازبینی شما از خودتان، اصل است. ولی در درون شما تصمیم گرفته میشود که این ناخالصی انداخته شود یا نه؟ مثلاً شما رنجش دارید، رنجش نوعی ناخالصی است، یک چیز اضافی است، وقتی تشخیص میدهید، فرد دیگری نمیتواند این را بیندازد، فقط شما میتوانید. هر کسی خودش با کمک صراف دل، با درد هشیارانه باید این کار را انجام دهد. چه بخواهی قیچی کنی یا با آتش، آدم دردش می‌آید، آتش سبمل درد هشیارانه است. درد هشیارانه یعنی من میکشم عقب، بازبینی کردم، میبینم که در دلم یک رنجش هست، آن را میخواهم بیندازم، دارم تماشا میکنم، میبینم ذهنم میگوید نینداز، برای اینکه مثلاً این رنجش از همسر سابق است، به همه هم گفتم و یک قسمتی از وجود تو بر اساس این رنجش و داستان‌های حول و حوش آن است. اگر بیندازی، یک قسمت از تو میمیرد. (من ذهنی میگوید) به مردم چه میخواهی بگی؟ ولی شما اراده آزاد داری، قدرت انتخاب داری، تصمیم میگیری در این لحظه با اینکه ذهنت مزاحم است و درد میکشد، ولی این را بیندازی.

در این کار چه کسی به شما کمک میکند؟ صراف دل. مولانا دارد نشان میدهد، ولی کننده کار شما هستید. مبادا شما شناسایی کنید و بگذارید بر عهده یکی دیگر که بیاید قیچی کند. بگویید میدانم مثلاً فلان رنجش را دارم، ولی حالا ببینیم چه میشود؟ این درست نیست. شناسایی کردی، باید بیندازی و بگذاری بیفتد. اگر نگذاری بیفتد، من ذهنی دارد شناسایی میکند. اینکه شما من ذهنی را نگه داری، من ذهنی قسمت‌های مختلفش را حفظ میکند. من ذهنی گاهی میگوید من میدانم، من شناختم، راست میگویید که این رنجش به درد نمیخورد، ولی در عمل رنجش قسمتی از وجودش است، آن را نمی‌اندازد. بر عهده آن نگذار، بر عهده ناظری بگذار که دارد تماشا میکند، بر عهده خودت. خود اصلی تو آن هست. من ذهنی اصل تو نیست. پس گاز، قیچی یا ابزاری که ما را روی آتش میگیرد، آتش شناسایی و انداختن، با وجود درد هشیارانه از طرف ذهن انداختن، این کار اکسیر است. پس میبینید که اکسیر همان شناسایی، بازینی، تصمیم‌گیری و انتخاب است.

اگر شما نیندازید در حالیکه اراده آزاد دارید و کسی به این اراده دسترسی ندارد، آن الگو خواهد ماند. یعنی یک انسان میتواند تصمیم بگیرد که بگوید من میخواهم اینطور ببینم. میدانم راست میگویید، همه اینها را هم میدانم. من میدانم سلامتی خوب هست، ولی میخواهم مریض باشم! این عاقلانه است؟ باید بازینی کنید. آیا شما اینطور هستید؟ شما امروز چهار بعدتان را بررسی کردید، آیا چاره‌ای وجود دارد؟ بله وجود دارد. برای شکل جسمی ما چاره وجود دارد. ولی تصمیم و تشخیص در درون شماست. کسی نمیتواند اجبار کند. همه اراده آزاد دارند. بوسیله اراده و انتخاب آزاد درون که کسی به آن دسترسی ندارد، چون از خدایت ما می‌آید، آدم میتواند از گرسنگی بمیرد، در حالیکه نیاز به غذا هنگام گرسنگی یک نیاز طبیعی بسیار شدیدی است. پس اراده آزاد و انتخاب از خدایت ماست. شما آن را در راه درست بکار ببرید، در راه بیداری از ذهن. برای زنده شدن به حضور، برای سلامتی جسم، برای سلامتی فکر، برای جاندار شدن، زنده‌تر شدن، برای لطیف کردن احساسات. این ابزار مهم خدایی را دست من ذهنی ندهید. همه آنهايي که میخواهند مریض بشوند، این ابزار مهم را به دست من ذهنی داده‌اند.

من ذهنی از رشد طبیعی ما سواستفاده میکند. مثلاً در دوران نوجوانی، بدن ما در حال رشد و شکوفایی و قوی‌تر شدن است. آیا رشد طبیعی ما باید در اختیار من ذهنی قرار بگیرد که استعدادهای طبیعی ما را غصب کند؟ اینکه انسان میتواند مثلاً در ریاضیات واقعاً خوب فکر کند، در علوم مختلف و زمینه‌های مختلف مثل موسیقی پیشرفت کند، آیا لزومی هست که این استعداد، پیشرفت و شکوفایی بوسیله من ذهنی غصب شود و حول و حوش آن من ایجاد شود؟ خیر. ما باید آگاه باشیم که هر استعداد شکوفا شونده در ما یک بیان خدایی است. لزومی ندارد که این من ذهنی حول و حوش آن استعداد، من ایجاد کند، درد ایجاد کند. شما نباید بگذارید که این من ذهنی غصب کند. هر چیزی را که به طور طبیعی در انسان شکوفا میشود، من ذهنی رویش دست گذاشته و مبنای مقایسه میشود. من ذهنی مثلاً میگوید: من از تو بهترم، برای اینکه از

تو بهتر ساز میزنم و تو اصلاً ساز زدن بلد نیستی. من این را میدانم و تو نمیدونی. من از تو قویتر هستم، میتوانم دویست کیلو بلند کنم ولی تو پنجاه کیلو بلند میکنی. اینها یعنی چه؟

ما باید اجازه بدهیم که زندگی خودش را از ما بیان کند، شکوفا کند و هیچ گونه منیتی حول و حوش آنها درست نکنیم. باید به این موضوع آگاه باشیم که در هر زمینه‌ای که پیشرفت میکنیم، من ذهنی منتظر هست رویش دست بگذارد، پُر دهد، نمایش دهد، مصنوعی بکند، قطع کند. تا جایی که بمیرد؛ تا جایی که اینقدر شما را اذیت کند که بالاخره بازبینی کنید که چیزی به نام من ذهنی وجود دارد و تا زمانیکه وجودش به صفر نرسیده، من را اذیت خواهد کرد. من اصلاً نمیتوانم شکوفا باشم. در هر جهتی من میروم، این من ذهنی ورود و خرابکاری میکند. آقای من ذهنی، بکش کنار، بگذار من پیشرفت کنم، چکار داری تو؟ تمام القایی که به ما میگویند، مثل استاد، همه محدودیت کننده و ذلیل کننده هستند. مثل اینکه یک سنگی میگذارند جلوی آدم، میگویند دیگر نرو. یک بی‌نهایتی میخواست خودش را از شما بیان کند. یک کسی اومد سنگی را جلوش گذاشت. گفت بس است دیگر، این تمام شده، شما استاد شدید. ما میگوییم به‌به! چه خب! این درست نیست و ما باید بازبینی کنیم.

«گفتمش چون زنده کردی مرغ ابراهیم را؟ * گفت پر و بال برکن، هم کنون پرواز بین»

به او گفتم مرغ ابراهیم را چه طور زنده کردی؟ یادمان باشد راجع به اکسیر صحبت میکنیم. اکسیر یا زنده کننده، باز هم نیروی ایزدی است، عقل کل خود زندگی‌ست، خود هشیاری‌ست، خود خداست. شما کمتر دخالت کنید، اجازه بدهید که آن نیرو در شما کار کند، خیلی مهم است که ما هر چیزی را که حالت برآمدگی، برجستگی و بالا آمدن در ما دارد، من در آن هست، نقشی داریم که هم ما و هم مردم به آن اهمیت می‌دهیم، اینها را بشناسیم. درباره مرغ ابراهیم امروز در مثنوی هم صحبت خواهیم کرد که اشاره به آیه ۲۶۰ سوره بقره دارد. میگوید ابراهیم یا به طور کلی انسان چهار مرغ دارد که این چهار مرغ از خاصیت من ذهنی هستند. پس بنظر می‌آید که مولانا و همینطور قرآن اشاره دارند به اینکه وقتی هشیاری من را میسازد، چهار تا مرغ میشود که یکی از آنها کلاغ است. کلاغ نماد آینده‌خواهی است، نیاز به زمان روانشناختی آینده هست. وقتی این من درست میشود، آن جنبه‌ای از من فکر میکند که باید این لحظه را برای رسیدن به چیزی در آینده پله کند تا به زندگی در آن چیز برسد. در این مورد، پیشتر کمی صحبت کردیم.

گفتیم که این خاصیت من ذهنی است که به جای فضای لایتنهای این لحظه، فرم این لحظه را میبیند. من ذهنی هم اتونومی (autonomy به معنای خودمختاری، خودگردانی) دارد. یک موضوع ساده‌ای نیست که بگویید آقا من فهمیدم. من ذهنی ما را اداره کرده و میتواند ما را بازی دهد و یکی از خصوصیاتش کلاغ است. کلاغ شناخت این حقیقت است که من ذهنی یا وضعیت این لحظه که اتونومی پیدا کرده، بالعکس

فضای این لحظه که در این لحظه زنده‌ست، در زمان زنده‌ست. تا زمانی هم که ما فکر میکنیم، ما فرم و فکر این لحظه هستیم، همیشه نیاز به زمان روانشناختی آینده خواهیم داشت. زمان روانشناختی، زمان ساعتی نیست. اینطور نیست که ما چیزی را در ذهنمان تجسم کنیم و به این لحظه برگردیم. علی‌الاصول زندگی در ما در این لحظه ابدی به خودش زنده است. در ابیات زیر میگوید آغاز بی‌آغاز که منظور همین لحظه است، همیشه این لحظه‌ست. فکری که با زمان، یعنی با گذشته و آینده کار میکند، نمیتواند این موضوع را حل کند. مثلاً میگویند که زندگی از انفجار بزرگی (big bang) شروع شده، تمام این هستی از حجم صفر به صورت یک انفجار بزرگ بوجود آمده است. ولی ذهن میپرسد که قبل از آن چه بوده؟ اگر با زمان بروی، نمیتوانی این موضوع را حل کنی. ولی اگر در نظر بگیری که آغاز بی‌آغاز همیشه این لحظه است، ما همیشه در این لحظه هستیم، حتی به آینده و گذشته که فکر میکنیم، در این لحظه فکر میکنیم، نور این لحظه است که آینده و گذشته را روشن میکند، آنگاه کلاغ خواهد مرد. شناسایی این مطلب که ما برای زنده بودن به آینده احتیاج نداریم، معادل این شناسایی است که ما همیشه در این لحظه هستیم و فقط وضعیت‌ها تغییر میکنند. مثلاً این جسم ما از ثانیه صفر شروع به بافته شدن در شکم مادرمان میکند، بالاخره می‌آید بیرون دوباره تغییر میکند، ولی همیشه در این لحظه است، یک زمانی هم متلاشی میشود که باز هم در این لحظه است. ما چه کسی هستیم؟ از جنس این لحظه هستیم، ولی فرم‌ها تغییر میکنند.

حال یک پدیده‌ای خودش را به شما نشان میدهد که شما از جنس این لحظه هستید و فرم‌ها مکرر تغییر میکنند، پس تغییر فرم‌ها مهم نیست. این کار شما را از دست کلاغ نجات خواهد داد. چهار تا مرغ هستند: مولانا کلاغ را امنیت می‌نامد، یعنی این خاصیت من ذهنی که در آینده آرزو داشته باشد و این آرزوها او را به زندگی برسانند. این مطلب را شناسایی کنید. اگر یکی از مرغ‌ها بمیرد، به بقیه هم لطمه خواهد خورد. مرغ دیگر مرغابی است که سمبل حرص می‌باشد. طاوس نماد جاه و جلال ظاهری، مرغ سوم است. در بالا گفته شد که من ذهنی از جوانی و مشخصات بدنی ما سواستفاده میکند، غصب میکند، مثل طاووس خودش را جلوه‌گر میکند. مرغ چهارم، خروس بوده که مظهر نیاز انسان به شهوت جنسی است. این نیاز هم یک نیاز طبیعی است، ولی من ذهنی رویش دست گذاشته و آدم حول و حوش آن من درست میکند. وقتی من درست شد، از حالت تعادل خارج میشود و انسان را تحت کنترل خودش قرار میدهد. وقتی انسان را تحت کنترل گرفت، فکرهايش را تحت کنترل درمی‌آورد، این خاصیت خروس است. ابراهیم در آیه قرآن میگوید که لطف کن به من نشان بده که چه طور مرده را زنده میکنی؟ در جواب گفته میشود که مرا قبول نداری؟ ابراهیم میگوید چرا، ولی میخواهم مطمئن بشوم و دلم آرامش پیدا کند. خدا میگوید این مرغ‌ها را بکش، قاطی کن و به چهار قسمت تقسیم کن و بگذار بالای چهار کوه و بعد دوباره به خودت بازخوان. خواهی دید که به مرغ راحت، به مرغ اصلی زنده میشی. این چهار تا مرغ فتنه‌گر که من ذهنی از ما درست کرده، زندگی ما را تحت کنترل گرفته‌اند. در این بیت سوال میکند که ای اکسیر، ای خدا یا نیروی زندگی! مرغ ابراهیم را

چطور زنده کردی؟ چون مرغ راحت ما هم اسیر این چهار مرغ است، یعنی تبدیل به این چهار مرغ شده. شهوت جنسی که ما را زیر کنترل گرفته، حرص چیزهای این جهان، چیزی که میتواند تعلق داشتنی باشد و با آن هم‌هویت بشویم، آرزوهای آینده و طاووس. این چهار مرغ در عمل با هم کار میکنند. شما نمیتوانی تشخیص بدهی که چه نسبتی از هر یک از این مرغ‌ها الان وجود دارند. میگویند پر و بال را بکن. پر و بال‌های مادی منظور است.

بخش سوم



پر و بال مرغ‌ها را بکن، همین لحظه پرواز کن. پس معلوم میشود که هیچ محدودیتی در پرواز ما یعنی زنده شدن ما به هشیاری حضور و بیدار شدن ما از ذهن وجود ندارد. به جز اینکه ما به طور ذهنی پر و بال‌های مادی پیدا کردیم. اصلاً پر و بال‌های مادی ما همین باورهای ماست. ما فکر میکنیم که باورمندی اصل است. خیر این درست نیست. مردم با باورها و فکرهایشان میخواهند در ذهن به خدا برسند. ما با هیچ باوری، هیچ فکری، هیچ عملی نمیتوانیم به خدا برسیم. ما باید از خواب ذهن بیدار بشویم و او (خدا) خودش را بیدار میکند. اصل این هست که شما کمترین مزاحمت، کمترین دخالت را در این کار بکنید. اگر شما پر و بال داری، یعنی میدانی که باید چکار کنی. هر کسی میداند، من دارد. اگر شما خودتان را داننده میدانید، پس نمیتوانید، در اشتباه هستید. اگر شما به طور ذهنی میدانید که چطور باید به حضور برسید و حضور چه هست، حقیقتاً در توهم هستید، در زیر نفوذ شیطان هستید. باید این موضوع را با همین بینش‌ها بازبینی کنید. اگر ما میتوانستیم در این لحظه پر و بالهای مادی‌مان را بیندازیم، همین لحظه می‌پریدیم.

شما میبینید که راحتی میتوانید به صورت هشیاری ناظر که ذهنتان را نگاه میکند، ببینید که چه چیزهایی در جهان شما را میتوانند جذب کنند و بگیرند نگه دارند. همین مرغ‌های ابراهیم هستند. یکی از آنها همین خروس است. یکی همین مرغابی است. یکی طاووس است. مولانا در داستانی میگوید که شخصی یک طاووس را در حال کندن پرهایش دید. دلیل کندن این پره‌ای زیبا را از او پرسید. طاووس گفت که مردم به خاطر این پرها مرا شکار میکنند، پس من پره‌ایم را می‌کنم. حال، سوال این است که اگر شما مثلاً جوان هستید، زیبا هستید، هیکل خوبی دارید، آیا این باید از بین برود؟ خیر، داشتن اینها خیلی هم خوب و زیباست، این شکوفایی جسمی خدا در شماست. باید احترام بگذارید، آن را دوست داشته باشید، ولی باید دل را از آن برکنی. پر را نکن، دل را بکن. پس اینکه میگویند این ویژگی میتواند سبب خاصیت طاووسی در ما شود، در نتیجه داشتن این ویژگی بد هست، درست نیست. زیبایی یک زن یا مرد خیلی هم خوب هست، به شرطی که با آن هم‌هویت نشوی و از آن برای پز دادن استفاده نکنی، بر اساس آن من درست نکنی و پر و بال نشود.

هر کدام از این مرغ‌ها نشانگر خاصیتی از ما انسانها در ذهن هستند. مثل اینکه ما میخواهیم پرواز کنیم، یکی از این مرغ‌هایی که ما را حرکت میدهد، همین خروس (نیروی جنسی و هم‌هویت‌شدگی با آن) است، یکی حرص ماست که میگوییم هر چه بیشتر بهتر. یکی هم کلاغ که میگوییم بهترین جای زندگی در آینده است. میگوییم این چهار مرغ بیایند ما را بلند کنند. مثل کیکاووس که میخواست با سوار شدن بر کرکس‌ها به آسمان برود، کرکس‌ها به پرواز درمی‌آمدند، اندکی بلند میشد، ولی دوباره می‌افتاد. رستم رفت و نجاتش داد. ما هم همانطور پرواز میکنیم. میگوید این پر و بالها را برکن، تو از اول پر و بال داشتی و ما میتوانیم برکنیم. شما هشیارانه به صورت ناظر به راحتی میتوانید تجسم کنید که من روی این چیزها در جهان نشسته‌ام و از آنها هویت میخواهم، الان میخواهم بلند بشوم؟ این کار با شناسایی، با بازبینی صورت می‌گیرد.

«گفتم از آغاز مرغ روح ما بی‌پر بدست ** گفت هین بشکن قفس، آغاز بی‌آغاز بین»»

آغاز بی‌آغاز همین لحظه است. ابدیت و ازلیت همین لحظه است. شما ابدیت، ازلیت و آغاز بی‌آغاز را نمیتوانید با ذهنتان تجسم کنید. چون از ذهن پرسید، میگوید قبل از آن چه بوده؟ بعد از این چه میشود؟ جوابی ندارد، ذهن نمیتواند. امروز گفت که این آفتاب، این هشیاری ذهنی، این حس‌ها یک شمع کوچکی از آن آفتاب بزرگ است. یعنی ذهن شما بهترین وسیله برای شناسایی خدا، شناسایی حقیقت نیست. ذهن بسیار محدود برای ما بسیار مقدس و باشکوه است! این حس‌های ما، قضاوت‌های ما که بر اساس آن اعتراض و ستیزه میکنیم، راه سازنده و خلاق نیست. عرفان هم این نیست که کسی بگوید من عارفم، در عین حال ستیزه بکند. عارف کسی است که فضا را گشوده و ستیزه ندارد. هر کسی مقاومت میکند، ستیزه میکند، عارف نیست. هر کسی عیب و ایراد میگیرد، عارف نیست. اینها را برای چه میگوییم؟ تا شما خودتان را بشناسید، بازبینی کنید، شما نمیتوانید بگویید من عارف هستم، در عین حال با این و آن ستیزه کنید، همه جا مقاومت کنید. انگار آدم یک نیزه نوک تیز به دست بگیرد و مکرر از آن در مقابل همه استفاده کند، بعد بگوید من عارفم، فضا دارم! همچون چیزی نمیشود، باید خودت را بازبینی کنی. ببینی که آیا من پر از ستیزه و مقاومت هستم یا نه یک فضای پذیرنده هستم؟ در چه جهتی دارم میروم؟ آیا این فضا یواش یواش دارد باز میشود یا هر چه پیرتر میشوم، این محدودتر میشود، من خودم را مرکز دنیا میبینم، عاقل‌ترین آدم‌ها میبینم، همه را دیوانه می‌پندارم، یواش یواش این حالت مریضی من بیشتر میشود؟ این حالت، مریضی و گرفتاری است. تا حالا که تنها ماندم، باز هم تنها تر میشوم؟ این تنهایی مرا خواهد کشت، مرگ زودرس است، جدایی از همه‌ست، جدایی از خداست، این چه حالتی است؟ اینها را به خودمان میگوییم.

پس میگوید این هشیاری از همان اول که به این جهان آمد، بالا و پری نداشت. بعداً که آمد وارد ذهن شد و به چیزها چسبید، اشتباهاً فکر کرد که اینها بال و پرش هستند. مولانا میگوید «از آغاز مرغ روح ما بی‌پر بدست» ما میدانیم که پر نداشتیم. ولی الان پر داری که تو قفس هستی. قفس را چطور میسازی؟ قفس را ما این لحظه میسازیم. هر فکری که الان در ذهن ما میپرد و در اون من هست، یعنی شما فکر میکنی و مکرر بزرگ و کوچک میشوی، در این فکرها هویت است. اینطور فکر کردن که فکر کردن من دار است، دارد قفس را میسازد. یعنی ما لحظه به لحظه داریم قفس را میسازیم. حالا چطور میتوانیم سرعت فکر را پایین بیاوریم، فکر من دار نکنیم؟ شما یکدفعه تصمیم بگیرید که آقا من نمیدانم. یکدفعه تصمیم بگیرید که من مسئول مردم نیستم، من راهنمای مردم نیستم. از من نپرسید. من هیچگونه مسئولیتی برای حل مشکلات شما ندارم. شما خودتان ماهیگیر هستید. فکرهای خودتان را خودتان تولید کنید. یکدفعه تصمیم بگیرید که اعتراض و ستیزه نکنید، از مردم ایراد نگیرید. آیا من وظیفه دارم که به شخص صحبت کننده در تلویزیون حتماً بگویم که شما غلط میگویید؟ این قسمت از صحبت‌ها درست نیست، این قسمت درسته! به من چه ربطی دارد؟ همه حواس من به خودم هست. من میخواهم از خواب ذهن خودم بیدار بشوم. من با این آقا یا

خانم چکار دارم؟ اینها بازبینی است. یکدفعه شما میبینید که از خواب ذهن بیدار شدی، آغاز بی‌آغاز را دیدی، این دل شما بی‌نهایت شد. یکدفعه متوجه شدید که تمام این پر و بالها ریخت و قفس شکست. قفس را ستیزه میسازد، انتقاد میسازد، اینکه من میدانم میسازد. قضاوت میسازد، اینکه شما به ذهنتان اجازه میدهید که به اتفاق این لحظه که توسط زندگی طرح شده اعتراض کند، بگوید این بد یا خوب است. باید به من ذهنی گفت که به تو چه مربوط است، بشین سر جای خودت؟ تو چه میفهمی این چیزها را. این را زندگی طرح کرده و من میپذیرم. تو داننده من نیستی، داننده من زندگیست. من دارم به او زنده میشوم. من دارم روز به روز متوجه میشوم.

همین حالت هم من ذهنی را ضعیف‌تر میکند. یواش یواش به جایی میرسید که میگویید من کوچک شدم. هر جا دیدید جواب را پیش مردم میدانید، نگویید. شما هر جا دیدید یک کاری میکنید که ممکن است باعث تایید و دست زدن مردم برای شما بشود، نگویید. میدانید که این کار باعث بزرگ شدن من ذهنی میشود. اینکه مردم بگویند شما میدانید، شما بزرگ نمیشوی، بلکه من شما بزرگ میشود. من ذهنی همین را میخواهد؛ هیچ کس جوابش را نمیدانست غیر از من. به‌به! این کار شما را به خواب میبرد. خیلی مهم است که در این مواقع پرهیز کنید. در موقعیتی که همه می‌فهمند شما یک چیزی را بلد هستی، پرهیز کنی. به آن غذا ندهی. موقعیتی که همه به تو حق عصبانی شدن میدهند، ولی شما عصبانی نشوی. شما فضا را باز کنی و به حرف دیگران گوش ندهی. اگر شما اجازه بدهی، زندگی قفس را میشکند. زندگی دوست ندارد در قفس بماند. زندگی بی‌نهایت است و دوست ندارد در قفس باشد. من ذهنی دوست دارد، من ذهنی از محدودیت، بخیل بودن و کوچکی درست شده. من ذهنی فکر میکند اگر دیگران موفق شوند، فراوان داشته باشند، حق او را خورده‌اند.

یک انسان بحضور زنده شده و فراوان دوست دارد همه داشته باشند، همه در رفاه باشند، همه خوش باشند، هیچ فکر نمیکند که حق او دارد ضایع میشود. اگر اینها نداشته باشند، همه برای من جمع میشود. اینجا فقط باید من مورد تایید قرار بگیرم و بقیه هیچ. اینطور فکر نمیکند. انسان فراوان شده همه را زندگی شکوفا شونده و زنده شونده میبیند، همه را آتشفشان معنا میبیند. هر موقع شما حس محدودیت و تنگ‌نظری میکنید، این من شماست. بازبینی کنید. حالا اگر شما شروع به بازبینی کردید، دیدید که یک چیز وحشتناکی دارد شروع میشود، نترسید، فرار نکنید. برای اینکه آن چیزی که شما میبیند، شما نیستید. یک چیز موقتی بوده که اشتباهاً بافته شده و همه می‌بافند، همه ما داریم. شما نگران نشوید که ای وای! من چطور این افکار وحشتناک را دارم؟ همه ما دچار یک عارضه هستیم. اتفاقاً باید همه با هم همکاری کنیم. همه باید اقرار کنیم که من هم فکرهای عوضی میکنم، من هم فکرهای منفی میکنم، من هم درد دارم، من هم غصه دارم. پس فرار از خود نکنید. یادمان باشد که اگر از خودمان فرار کنیم، داریم من ذهنی را بزرگ میکنیم، داریم از این لحظه فرار میکنیم. در واقع شما دارید مقاومت میکنید به یک چیزی که با مقاومت

بزرگ و قویتر میشود. این من ذهنی وجودش از مقاومت درست میشود. مقاومت درستش میکند و عدم مقاومت باعث کوچکی و از بین رفتن آن میشود.

«زان فرو بسته دمی کت همدم و همراز نیست ** چشم بگشا هر دمی، همراز بین، همراز بین»

میگوید به این علت دم تو بسته شده که البته منظور حرف زدن نیست. اتفاقاً ما زیاد حرف میزنیم. به این علت زندگی از تو بیان نمیشود، به این علت شادی از تو بیان نمیشود، به این علت آرامش بیان نمیشود، به این علت عشق از تو بیان نمیشود که همدم و همراز نداری. همدم و همراز خداست. یعنی علت عدم توانایی ما در بیان خویش به صورتهای خلاق و عاشقانه، همدم و همراز نبودن با اوست. پس با چه کسی همدم هستیم؟ با من ذهنی. من ذهنی یک باشنده جداست، یک جسمست. در واقع اگر شما خوب دقت کنید، در این لحظه یک بی‌نهایت و شما هستید. من ذهنی یک بافت دارای اتونومی بوده که در درون شماست. شما فکر میکنید آن هستید. این چیزی که شما فکر میکنید آن هستید، از طریق حس‌ها، فکرها و قضاوت‌ها به جهان نگاه میکند. مردم را یک تصویر ذهنی میبیند. خودش را جسم میبیند و یک من ذهنی از همسرش منعکس میکند، میخواهد با او یکی شود. هر چه میخواهد یکی شود، نمیتواند؛ چون هر دو جسم هستند. نمیشود که آدم پر از قضاوت و تفسیر باشد، پر از انرژی منیت باشد و بخواید به زور به طرف مقابل نزدیک شود. میخواهد ابراز عشق با کلمات باشد، به کلمات حساس میشود، مثلاً چرا نمیگویی دوستت دارم. تند تند بگو دوست دارم! از آنجایی که این کارها بر اساس حضور و زندگی بنا نشده‌اند، فایده‌ای نداشته و به جدایی ختم خواهد شد. دمش فرابسته میشود و به تدریج متوجه مصنوعی بودن این کار میشود، بی‌معنی بودن این حرف‌ها را درک میکند.

آیا صحبت کردن ما با صحبت کردن مولانا یکی هست؟ نه، بیشتر شما تا اندازه‌ای به زندگی زنده شده‌اید و همراز خودتان را پیدا کرده‌اید. در بیت فوق دو بار عنوان میکند که همراز بین. چشم بگشا، نه این چشم حسی بلکه آن چشم ناظر را. شما نگوئید که این چشم وجود ندارد. این چشم وقتی باز میشود که شما میکشی عقب و فکرها را به صورت حضور ناظر تماشا میکنی. وقتی چشم باز میشود، متوجه میشوی که محدودیت هستی، مقدار زیادی درد داری. از این حالت فرار نکن. چون به محض اینکه بکشی عقب، دوباره جذب ذهن میشوی. میگوی آقا من فرار کردم. نمیخواهم ببینم من چطور هستم. دم ما یواش یواش باز میشود، یعنی شروع میکند به بیان خودمان که بعضی از شما شروع به بیان خودتان کرده‌اید. خودتان، خودتان نیستید. خودتان، زندگی هستید و زندگی میتواند خودش را از شما بیان کند، بیان عشق، زیبایی، لطافت، خرد، زنده بودن، آرامش و سایر برکات. دم شما باز میشود، وقتی همدم و همراز پیدا کردیم. میگوید هر لحظه این امکان وجود دارد که ما همدم و همرازمان را ببینیم. یعنی هر لحظه به صورت حضور ناظر میکشی عقب، مشخصاً ذهنت را میبینی که من فکرم را میبینم، ولی از جنس فکر نیستم. با همراهی که او همراز شماست. یواش یواش در اثر بازبینی میبینی که دیگر ستیزه نمیکنی، مقاومت نمیکنی.

شما به صورت حضور ناظر هر آنچه را که درباره خودتان میبینید، بپذیرید. میدانید که شما از آن جنس نیستید، اینها اضافات هستند. وقتی اضافه بودن اینها را شناسایی کردی، اجازه بده که بیفتند. یکدفعه میبینی که دردهایتان افتاد، انتظاراتتان افتاد. یواش یواش با زنده شدن به زندگی از خوشی‌های بیرون بی‌نیاز خواهید شد. وقتی از خوشی‌های بیرون بی‌نیاز میشوی، توقعاتتان از بیرون کم یا به صفر خواهد رسید. متوجه میشوید که از همسر، بچه، دوستان، همکاران هیچ توقعی ندارید. میگویند آقا شما از ما چیزی نمیخواهید؟ نکند از ما ناراضی هستید؟ نه، ما راضی هستیم، شکر میکنم که شما اطراف ما هستی. چون چیزی نمیخواهید؟ خب، چیزی لازم ندارم. یعنی توقعی از ما ندارید؟ نه ندارم. چون زندگی را دست اول تجربه میکنی، از درون شما میجوشد و به بالا می‌آید. از کسی چیزی نمیخواهی. علاوه بر آن، هیچ تمایلی به تغییر آنها نداری. الان میفهمیم که دمساز شدن و باساز شدن یعنی چه؟ زندگی است که شما را باساز میکند، مرتب میکند، کوک میکند و هماهنگ میکند. پس ما باید همراه را ببینیم و به او زنده شویم.

« غیر نطق و غیر ایما و سجل ** صد هزاران ترجمان خیزد ز دل »

(بیت فوق از مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۲۰۸ است) غیر از حرف زدن، غیر از ایما و اشاره، غیر از نوشتن، صد هزاران جور دیگر از دل ما برکت برمی‌خیزد که ذهن اینها را نمیتواند تشخیص بدهد. در بالا گفت که همه اینها به دلیل پیدا نکردن همراه، کور است. ما فکر میکنیم که همراه ما در این جهان هست. ممکن است کسی را دوست داشته باشیم و از اول تا آخر عمرمان همراه او باشیم، ولی جفتمان به زندگی زنده هستیم، از آن فضا ما با هم برخورد میکنیم، مبادله عشق و محبت میکنیم. اگر دو تا من بودیم که نمیتوانستیم. در هر خانواده‌ای روابط بهتر شده به این علت بوده که به خدا زنده شدند. همراه خودشان را تک تک پیدا کردند و بعد روابط بهتر شد. همین کار را در جهان بکنیم. اول در خودمان، بعد در خانواده، بعد در جامعه کوچک، بعد در مملکت، بعد در جهان این کار را بکنید.

« این دمی چندی که زد جان تو در سوز و نیاز * چون دم عیسی به حضرت زنده و باساز بین »

میگوید این چند لحظه‌ای که به او زنده شدیم، موقعی که ما را بوسید به او زنده شدیم، حقیقتاً در شما سوز و نیاز بود. این سوز و نیاز یعنی اینکه شما به طور قطع و یقین میدانید که باید به او زنده شوید. معادلش این است که شما دیگر علاقه‌ای به زندگی آمده از بیرون ندارید، اسمش زندگی است، به خوشی‌های بیرون و هر آنچه که از بیرون می‌آید. وقتی علاقه‌تان را از دست میدهید، معنیش این نیست که شما نمیخواهید آنها را داشته باشید. ولی حقیقتاً میخواهید که به او زنده شوید. طلب دارید و هر لحظه به او فکر میکنید. برای مثال وقتی در من ذهنی یکدفعه چیزی آدم را به خودش جلب میکند و آدم با آن هم‌هویت میشود، شب و روز در مورد آن فکر میکند. مثلاً در سنین جوانی وقتی آدمها چه زن چه مرد عاشق میشوند، شب و روز به طرف مقابل فکر میکند که کی می‌آید و کی ... امکانش هست که ما اینگونه عاشق زندگی بشویم و بخواهیم

از دردهایمان رها شویم و از من ذهنی بیدار شویم و به او زنده شویم؟ حقیقتاً با او راز و نیاز کنیم و حقیقتاً طلب کنیم.

یک سوال اساسی در این بازیابی برای شما است: آیا واقعاً و از ته دلم، صد درصد، بدون هیچ گونه تردیدی می‌خواهم از دست غم رها شوم؟ می‌خواهم از من ذهنی آزاد شوم؟ اگر دیدید ته دلتان می‌گویید نه حالا وقتش نیست، پس نمی‌خواهید. حاضر به هزینه دادن هستی؟ حاضری زحمت بکشی تا به زندگی زنده بشی؟ یک موقع هست آدم در جهان بیرون چیزی را می‌خواهد، مثل دورانی که من می‌خواستم مهندس شوم، دیگر شب و راز فقط درس بود، نه تلویزیون مهم بود، نه چیزهای دیگر، کار دیگری جز مطالعه نمی‌کردیم. برای شما هم اتفاق افتاده که چیزی را با سوز و نیاز و از ته دل خواسته باشید؛ یا این یا هیچ چیز دیگر. میشود این، همین زنده شدن به زندگی باشد که اولین منظور ما در زندگی‌ست و تمام وضعیت‌های بوجود آمده در بیرون به این وابسته هست. آیا در دل ما زندگی و خداست یا یک دل مادی داریم؟ آیا شما تاکنون این سوال را از خودتان کرده‌اید که من حتماً صد درصد می‌خواهم به زندگی زنده بشم؟ این طلب من واقعاً طلب صد درصد بوده و هیچ شکی ندارم. اگر درست بگویید، متعهد میشوید. اگر درست بگویید، این برنامه را هر روز تماشا میکنید، یادداشت برمی‌دارید و عمل میکنید، از خودتان می‌پرسید، بازیابی میکنید، آیا من دارم توصیه‌های مولانا یا آموزه‌های این برنامه را به کار می‌برم؟ عمل به این آموزش‌ها سخت است. آیا حاضرم من وقتم را که قبلاً با مثلاً تماشای ساعت‌ها تلویزیون می‌گذشت، دیگر این کار را نکنم، به این کار معتاد شدم، حاضرم این اعتیاد را ترک کنم؟

می‌گوید این چند لحظه‌ای که به او زنده شدی و حس بی‌نهایت کردی، در این کار واقعاً سوز و نیاز داشتی، جان تو زنده شد، جانت را مثل عیسی در درگاه خدا (حضرت یعنی درگاه خدا) زنده و باساز بین. باساز یعنی کوک، مرتب و آماده کار. این باساز میتواند معادل همین کلمه functional باشد. باساز یعنی همه چیز مرتب است، دمساز هم شبیه این کلمه بود. باساز یعنی وقتی شما دلتان به او زنده شد، هر فکر، هر حرف و هر عمل شما در جهت درستی است. جهان بیرون با شما همکار است و دارد شما را تشویق میکند، دعوت میکند که در کارتان موفق باشید. شما زنده هستید، به هر کسی میرسید، شادی از جان زنده‌تان به آن کار و به آن شخص خواهد ریخت، آرامش به وضعیت‌ها خواهد ریخت. برای مثال شما به خانه‌ای می‌روی، میبینی وضعیت متشنج و نامناسب است، ولی این وضعیت از ورود شما یکدفعه آرامش پیدا میکند، یکدفعه میبینی که آن اشخاص جدی بودن را از دست میدهند. وضعیت‌ها از شما برکت می‌پذیرند، باساز شده‌اید، مجهز به زندگی و برکاتش شده‌اید. شما جواب صد درصد بله و یک بله بزرگ به این کار بدهید. اینکه من می‌خواهم و در این راه بی برو برگرد هستم. من ذهنی می‌خواهد شما را برگرداند، پشیمان میکند، فکر میکند زندگی در چیزهایی است که دیگران دارند و شما ندارید. سه بیت هم از حافظ می‌خوانیم:

« بر سر آنم که گر ز دست برآید *** دست به کاری زنم که غصه سروید »

میگوید تصمیم گرفتم و حقیقتاً میخواهم، برای اینکه حتماً از دستم برمی آید، برای اینکه زندگی میخواهد این کار انجام شود. زندگی دنبال آزاد کردن خودش از محدودیتی است که ما ایجاد کردیم. از دست ما هم برمی آید که با او همکاری کنیم. ما نباید کاری کنیم، فقط باید همکاری کنیم. دست به کاری بزنم که غصه تمام شود. شما میگویید من میخواهم غصه ام تمام شود.

«خلوت دل نیست جای صحبت اضداد ** دیو چو بیرون رود، فرشته درآید»

این خلوت دل شما، مرکز شما جای من ذهنی نیست که اضداد، دویی، خوب و بد، قضاوت درش هست. این بد و خوب ذهن جزو سیستم من ذهنی است. این لحظه یک وضعیتی است، سیستم من ذهنی بد و خوب میکند، خوب چیز است که به نفع آن چهار تا مرغ باشد، اگر این لحظه را پله میکنم به چیزی در آینده پس خوب است، اگر هر چه بیشتر، بهتر، اگر مکرر چیزها اضافه میشوند که معلوم نیست چه چیزی اضافه میشود پس خوب است! خیر درست نیست. وقتی این سیستم از دل کنده شد و رفت، خدا به جای آن میشیند، حضور به جای آن میشیند، ولی شما این را از بیرون نخواهید، از انسانهای دیگر هم نخواهید، از مردم هم نخواهید که از شما قدردانی کنند. برای همین میگوید:

«صحبت حکام ظلمت شب یلداست ** نور ز خورشید جوی بو که برآید»

هر چیزی که الان روی شما سلطه دارد، آن چهار تا مرغ، هم نشینی با آنها، همینطور حکام این جهان، آنهایی که هم هویت با این جهان هستند و با ترس و کنترل در صدد اداره این جهان هستند، هر چیزی که دل شما را دزدیده، آن هم به شما حکمرانی میکند. با آنها هم نشینی نکن. پول یکی از آنهاست یا مقام، باورها و هر چیزی که باهاش هم هویت شدیم. خوب بازبینی کن. امروز چهار بعد خودمان را بازبینی کردیم. پس هم نشینی با اینها تاریکی شب یلداست. نور را از تاریکی نمی جویی، از انسانهای من ذهنی نمی جویی، از خورشید می جویی که حتماً برمی آید. میگوید بود که برآید ولی حتماً برمی آید.

«خاک خواری را بمان، چون خاک خواری پیشه گیر ** خاک را از بعد خواری در چمن اعزاز بین»

میگوید ما خاک هستیم. برای اینکه ما خودمان را رشد دادیم، یک چیزی درست کردیم که امروز گفت هم قفس، هم زندان و هم من ماست، همه چیز ماست این من ذهنی. چه میخورد؟ خاک، هشیاری جسمی، از بیرون چیزهای جسمی می آید. ما فکر میکنیم که مثلاً تایید جسم نیست، توجه جسم نیست. به ما مثلاً بگویند که تو دانشمندی، این جسم نیست. اگر استاد بگویند که این جسم نیست، این معنویست! نه اینها هم خاک خواری است. خاک خواری را بمان یعنی خاک خواری را بینداز. از بیرون هر چیزی که میخواهی و میگیری، اینها خاک است. قدیم، من یادم هست زمانی که بچه بودیم، یک عده در روستاها خاک می خوردند. البته بعضی ها مریض میشدند. زیاد که میخوردند، زرد میشدند. هر چقدر هم که به آنها میگفتی خاک نخور، پنهانی میخوردند! از این تمثیل در بیت بالا استفاده میکند. میگوید تو خاک نخور و آن چیزهایی را که فکر

میکنی غذاست و از بیرون می‌آید، نخور. مولانا در یک بیت دیگر میگوید: «قوت اصلی بشر نور خداست * قوت حیوانی مر او را ناسزاست» یعنی غذای اصلی (قوت) نور خداست، یعنی این لحظه از آنسو می‌آید. البته وقتی شکوفا میشود، میتواند چیزهای مادی هم بوجود بیاورد که شما دلتان میخواهد. ولی از برکات او میریزد به پول درآوردن شما، شرکت درست کردن شما، فروشندگی و هر کار دیگر.

مانند خاک، خواری پیشه گیر. خاک چه خاصیتی دارد؟ همه خاصیت‌ها. شما تخم هر چیزی را که می‌پاشی و آب میدهی، همان را پرورش میدهی. پس همه خاصیت‌ها در خاک است، خیلی خاصیت دارد، چرا؟ برای اینکه من ندارم. برای همین خدا به خاک این همه خاصیت داده. اگر شما خاک باشید، چه اتفاقی رخ میدهد؟ یعنی صفر باشید و بگویید من نمیدانم. من به عنوان من بلند نمیشوم. من این لحظه به صورت یک باشنده خشمگین واکنش نشان نمیدهم. این بافت ذهن صفر شود. بافت ذهن نميخواهد هیچ موقع صفر شود. یواش یواش خاک خواری را ما کم میکنیم. بارها گفتیم که باید انتظارات را از مردم و وضعیت‌ها به صفر رساند. چون میدانیم که وضعیت‌ها و انسانهای دیگر نمیتوانند به ما زندگی بدهند. نمیتوانند هویت بدهند. نمیتوانند شخصیت بدهند. نمیتوانند خوشبخت کنند. تقاضا هم نمیکنیم تا از آن ور بیاید. پس ما همانطور که خاک همه خاصیت‌ها را دارد و تخم گل و هر میوه‌ای را بکاری و آب بدهی، خاصیت میدهد به آن و رشد میکند، ما هم مثل آن خاک پر از خاصیت میشویم، پر از خاصیت خلاقیت میشویم، پر از عشق میشویم، پر از برکت میشویم اگر مثل خاک صفر بشویم و از زمین بالا نیایم.

چون خاک خواری پیشه گیر. همینطور که خاک در اثر خواری به چمن تبدیل میشود، این چمن پر از گل و زیبایی میشود، شما هم فوراً خواهی دید که در چمن خدا پر از گل میشوید، تن سالم خواهید داشت، این تن باساز خواهد شد، این فکر خلاق خواهد شد، این احساسات لطیف خواهد شد، این جان شما زنده خواهد شد و با هر کسی هم برخورد میکنید همان را بوجود خواهید آورد. در هر وضعیتی، اینها را بوجود خواهی آورد. خاک را از بعد خواری؛ خاک خودت یعنی من ذهنی را بعد از اینکه خوار و صفر شد، در چمن خدا ببین که چه کارها میتواند بکند. اجازه بدهید ابیاتی کوتاه از مثنوی برای شما بخوانم. مقابل این خوار شدن، ادعا است. هر کسی که ادعا میکند، واضح است که من ذهنی دارد. ولی شاید نداند که اگر ادعا بکند، فوراً امتحان خواهد شد. یعنی هر کدام از ما اگر یک ادعایی بکنیم، زندگی چالشی را جلوی ما خواهد گذاشت که شما این را نمیخواهید. بهترین کار این است که سرمان را بیندازیم پایین، بگوییم آقا ما داریم کار میکنیم، خدایا ما را امتحان نکن، رفوزه میشویم، کوچک میشویم. ما داریم کارمان را میکنیم و ادعایی هم نداریم.

«چون کند دعوی خیاطی خسی ** افکند در پیش او شه، اطلسی»»

(بیت فوق از مثنوی، دفتر سوم، بیت ۶۸۴ است) اگر هر کدام از ما بگوییم خیاط هستیم و میتوانیم به تن مردم لباس بزرگ بدوزیم، همه را میتوانیم زنده کنیم و از این قبیل ادعاها، اول خدا یک پارچه قیمتی را جلوی ما خواهد گذاشت، یک چالش را. میگوید بیا این را ببر و یک قبای خوشگل درست کن.

«که ببر این را بغلطاق فراخ ** ز امتحان پیدا شود او را دو شاخ»»

میگوید بیا یک لباس، در اینجا قبا یا کت و شلوار (تمثیل است). پارچه یک لباس قیمتی را جلوی شما میگذارد. پارچه زندگی خام است. چالشی را جلوی شما میگذارد که ادعا نکنید. بفرمایید با زندگی خام این را حل کنید. شما شروع میکند این را با من ذهنی حل کردن و مشکل وخیم تر میشود. ما میگوییم که خدایا ما امتحان نمیخواهیم، ادعایی هم نداریم. پس هیچ کدام از ما نمیگوییم که من به حضور رسیدم، من میتونم این کار را بکنم، بیایید دور من جمع بشوید، بیایید من بگویم چکار کنید! باید انتخاب کنیم که زندگی از درون هر کسی کار خودش را انجام بده و ما هم آنها را بپذیریم. شما اگر ادعا میکنید، این من ذهنی است، باید بشناسید و از این راه برگردید. همه مان برگردیم. من به شخصه اصلاً میلی به امتحان ندارم، چون رفوزه خواهم شد و ادعایی هم ندارم. این بیت را هم میخوانم تا همه یاد بگیریم که اگر زندگی و خدا ما را امتحان کرد، چندان تعجب نکنیم.

بخش چهارم



گفتیم اگر کسی مثل خاک هشیارانه نگوید که من عاقلم صفر هست، بخواهد بیاد بالا و بگوید میدانم، در این دانستن من باشد، یعنی من ذهنی دلش باشد، بر اساس هم‌هویت‌شدگی بداند که در دلش هست، در نتیجه از دانش زندگی یا خدا که این لحظه میتواند از او عبور کند، محروم خواهد شد. این با قانون زندگی مغایر است. زندگی میگوید حالا که خیاطی بلدی، بیا و این پارچه را بدوز. ما هم با من ذهنی چون نمیتوانیم از اطلس یعنی ماده خام، توجه زنده زندگی لباس بدوزیم، شرمند می‌شویم. بهترین کار این است که کسی ادعایی نکند. این ادعا کردن گاهی به صورت تعویض یا عوض کردن دیگران، فکر کردن به جای دیگران، صورت میگیرد. بارها گفتیم به این برنامه گوش نمیدهیم که دیگران را عوض کنیم. فقط خودمان زیر نورافکن خودمان هستیم.

فقط می‌خواهیم خودمان را بازیابی کنیم و تماشاگر این هستیم که زندگی ما را چطور از درون رحم ذهن زایش میکند. ما در این مورد تماشاگر هستیم. نمی‌گوییم ماما هستیم که بقیه را زایش کنیم. کاری را هم نمیدانیم که سبب زاییدن میشود، تسلیم هستیم، آن دانستن ما به صورت بد و خوب کردن، قضاوت ذهنی ما صورت میگیرد که عموماً منجر به قضاوت و بعد به مقاومت میشود. در نتیجه انسان جسم میشود و این لحظه را به جای فضای بی‌نهایت جسم میبیند، وضعیت میبیند و وضعیت را حداکثر پله میکند برای رسیدن به وضعیت دیگر که زندگی در آن است. حتی این وضعیت هم درست در نمی‌آید، برای اینکه لحظه به لحظه، وسیله هدف را فاسد میکند. به همین دلیل ما یک کارگر بی‌مزد در زندگی هستیم. فکرها و کارهای ما که بر اساس من ذهنی صورت میگیرند، نتیجه نیک به ما نمیدهند. چون بوسیله زندگی ساخته نمیشود؛ بوسیله خرد زندگی درست نمیشود. شما الان به این موارد آگاه هستید. این موضوع بسیار ظریف است. با داد و بیداد و هیاهو و بحث و جدل، کار درست نمیشود. میدانید که باید آرام باشید، بگذارید زندگی از طریق شما کار کند. در ادامه می‌خواهیم راجع به مطلبی به طور مختصر صحبت کنیم که احتمالاً قبلاً هم بررسی کرده‌ایم. از بیت ۳۱ دفتر پنجم مثنوی شروع میشود و تیتراژ آن قسمتی از آیه ۲۶۰ سوره بقره است که کل این آیه را برای شما می‌خوانم:

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱

تفسیر خُذْ أَرْبَعَةً مِنَ الطَّيْرِ فَصُرْهُنَّ إِلَيْكَ

قرآن کریم، سوره بقره (۲)، آیه ۲۶۰

وَإِذْ قَالَ إِبْرَاهِيمُ رَبِّ أَرِنِي كَيْفَ تُحْيِي الْمَوْتَىٰ قَالَ أَرَأَيْتَ إِنْ كُنَّ لَكُمْ آيَاتٌ أَنْ تُؤْمِنُوا قَالَتْ بَلَىٰ وَرَبِّكَ لَیَطْمِئِنَّ قُلُوبُكَ قَالَ فَخُذْ أَرْبَعَةً مِنَ الطَّيْرِ فَصُرْهُنَّ إِلَيْكَ ثُمَّ اجْعَلْ عَلَىٰ كُلِّ جَبَلٍ مِنْهُنَّ جُزْءًا ثُمَّ ادْعُهُنَّ يَأْتِينَكَ سَعْيًا ۚ وَاعْلَمْ أَنَّ اللَّهَ عَزِيزٌ حَكِيمٌ.

ترجمه فارسی

و [یاد کنید] هنگامی که ابراهیم گفت: پروردگارا! به من نشان ده که مردگان را چگونه زنده میکنی؟ [خدا] فرمود: آیا [به قدرتم نسبت به زنده کردن مردگان] ایمان نیاورده‌ای؟! گفت: چرا ولی [مشاهده این حقیقت را خواستم] تا قلبم آرامش یابد.

[خدا] فرمود: پس چهار پرنده بگیر و آنها را [برای دقت در آفرینش هر یک] به خود نزدیک کن، و [بعد از کشتن، ریز ریز کردن و مخلوط کردنشان به هم] بر هر کوهی [در این منطقه] بخشی از آنها را قرار ده، سپس آنها را بخوان که شتابان به سویت می آیند؛ و بدان که یقیناً خدا توانای شکست ناپذیر و حکیم است.

چهار تا مرغ هست. هشیاری با این چهار تا مرغ هم‌هویت میشود و میخواهد بوسیله آنها ببرد. در طول صحبت‌های مولانا در همین قضیه معلوم میشود که این کار برای ما در راستای شناسایی زندگی یا خدا لازم است. شما نگویید که حالا اگر این هم‌هویت‌شدگی نبود، خیلی خوب میشد! همچون چیزی نیست. رفتن ما به جهان که در اینجا به صورت چهار مرغ صحبتش است، چسبیدن به چیزها و هشیارانه و با صبر و درد کردن از اینها مثل پدیده‌ای می‌ماند که ما را پخته میکند. مولانا راجع به صبر صحبت میکند. در مورد طاووس یا خروس صحبت این است که اگر چیزی نتواند شما را جذب کند و نگه دارد، آنوقت صبر کردن تو معنی پیدا نمیکند.

صبر برای این است که شما را چیزی در جهان جذب کند و شما نروی. این نرفتن را پرهیز یا صبر گویند که ترا بیدار میکند. اگر این حالت نبود، صبر معنی نداشت. مولانا در مطلبی میگوید کسی که جنگجوست، برای مرده‌ها که جنگجو نیست. کسی نمیتواند برود قبرستان شمشیر بکشد، بگوید آقا اگر کسی بلند شود، من آن شخص را می‌کشم. کسی جنگجوست که با زنده‌ها بجنگد. همینطور این چهار مرغ به طور کلی ظاهراً فتنه‌جو هستند، اگر اینچنین نبودند و شما را جذب نمی‌کردند و حول و حوش اینها تن نمی‌تندید و با صبر و آگاهی از اینها جدا نمیشدید، آنگاه انسان نمیشدید، میخواهد به اینجا برسد. مثلاً فرض کنید که در جایی آب کم است، شما اندکی آب دارید و مال شماست. میبیند که خطر بی‌آبی و مردن است، اگر کمی از آن آب را به یکی بدهید، این کار ارزش دارد. ولی جایی که آب فراوان است، دیگر آب دادن به یکی آنچنان ارزشی ندارد. به طور خلاصه میخواهد بگوید که انسان شدن با صبر و شکیبایی، با درد کشیدن آگاهانه، با کندن از چیزی که که شما را زیر سلطه گرفته، ارزشمند و موثر است. با وجود اینکه این مطالب را قبلاً خوانده‌ایم، اما به دلیل اهمیتش دوباره بررسی میکنیم. امیدوارم ابیات مطرح شده در برنامه را شما بارها تکرار کنید. اینقدر تکرار کنید که معنا در شما زنده شود. به علت ادبی بودن این ابیات، معنای آنها چندان ملموس نیست، چندان در ظاهر قابل درک نیستند، ولی معنای آنها با چند بار خواندن خیلی روشن خواهد شد.

«تو خلیل وقتی ای خورشید هُش ** این چهار اطیار رهن را بکش»

تو یعنی ای انسان، هر کسی که می‌شنود. تو خلیل این زمان هستی و هوش تو مثل یک خورشید است. برای اینکه خورشید یا خدا (به طور سمبلیک) وارد ذهن یا دنیا شده و خورشید بودنش به دلیل قضاوت یا بد و خوب و مطالبه زندگی و نور از جسم زائل شده است. ذهن تغییر میکند، فکرها هر لحظه تغییر میکنند، این لحظه ایستاده و ساکن است، چیزها تغییر میکنند، ولی این تغییرات عقل ما را دزدیده است. ما فکر میکنیم که از این تغییرات زندگی حاصل خواهد شد. در نتیجه به طور مرتب خودمان را افسون و در تسخیر تغییرات

قرار داده‌ایم و خورشید ما نمی‌درخشد. باید به طور قطع و یقین تشخیص دهیم که از تغییرات جسم در این لحظه زندگی نمی‌آید، بلکه این تغییرات در معرض خرد و هوش ماست. هوش شامل برکات زندگی هم می‌شود. هوش ما باید مثل خورشید بدرخشد و به این جهان بیفتد. ولی هر لحظه ما دنبال این هستیم که چه خبر هست و چه اتفاقی می‌فتد که به خاطر کلاغ در آینده است. گفتیم کلاغ نیاز روانشناختی به زمان است. شما به عنوان زندگی و هشیاری متوجه می‌شوید که این نیاز را ندارید. نیاز روانشناختی موقعی است که من درست شده. ما به عنوان هشیاری احتیاجی به گذشته و آینده نداریم. در این لحظه زنده هستیم. اگر شما نیاز به آینده می‌بینید، همانطور که گفته شد، یکی از این مرغ‌ها می‌تواند خورشید هشیاری شما را به زیر ابر ببرد. به شما می‌گوید این چهار پرندۀ دزد را بکش.

«زانکه هر مرغی ازینها زاغوش ** هست عقل عاقلان را دیده‌کش»

برای اینکه هر کدام از این چهار مرغ مثل زاغ می‌مانند و می‌تواند چشم عقل را دریاورد. واقعاً همین کار را میکند. چشم خورشید ما کور می‌شود، چون ما در این لحظه نمی‌خواهیم خورشید باشیم. می‌خواهیم به جای اینکه این لحظه باشیم، از تغییرات جسم این لحظه نور بگیریم، زندگی بگیریم، علاج بگیریم، راه حل بگیریم. در حالیکه باید بالعکس باشد. می‌گوید هر کدام از این مرغ‌ها هشیاری را کور می‌کنند. هشیاری، زندگی‌ست. شما من ذهنی نیستید، خدایت هستید، خورشیدی که دائماً می‌تابد. خدا می‌خواهد به شما زنده شود، ولی به علت اینکه باشنده جسمی در زمان هستید و این باشنده به صورت چهار تا مرغ فتنه‌گر کار میکند، ترکیب آنان را به معرض نمایش می‌گذارد، ولی به این اشتباه پی نبرده و متوجه نیست، در نتیجه خورشید کور می‌شود و ما نوری نداریم، عقل نداریم، یعنی عقل همین چهار مرغ را داریم.

«چهار وصف تن، چو مرغان خلیل ** بسمل ایشان دهد جان را سبیل»

سبیل یعنی راه. می‌گوید منظور از این مرغ‌ها چهار وصف تن است، چهار جنبه من ذهنی است. منظور از بسمل ایشان همان بسم‌الله گفتن در هنگام کشتن مرغ است، یعنی کشتن به نام خدا. این بسمل مهم است. مثلاً خاصیت خروس را در نظر بگیرید. واضح است که من ذهنی با نیاز جنسی هم‌هویت می‌شود و عقل آدم را تسخیر می‌کند. در نتیجه، این نیاز از بالانس و تعادل خارج شده و دل انسان قرار خواهد گرفت؛ در حالیکه یک نیاز در پهلوی کنار است، اصل ما نیست. حالا اگر به شخصی چه آقا یا خانم گفته شود که هر چه بیشتر بهتر درست نیست، قبول نمی‌کند. می‌گوید شما می‌خواهید من محروم باشم، نگاه کنید هر کسی سکس بیشتر داشته باشد، زندگیش بیشتر است؛ من گفته شما را قبول ندارم!

بسمل ایشان یعنی بنام خدا و برای زنده شدن به خدا. شما می‌خواهید راه دیگری را هم بازیابی کنید. گفته‌ی من ذهنی شما روی هم‌هویت‌شدگی است و شاید باطل باشد. این بدان معنا نیست که خودمان را محروم کنیم. اتفاقاً امروز مولانا اشاره می‌کند که تو نباید محروم باشی. حالا که می‌گویند این خاصیت بد است، پس بد است. این گفته من ذهنی‌ست. صحبت سر این است که این چهار تا مرغ باید تعادل داشته

باشند که تعادلش را هم هشیاری حضور تنظیم میکند، من نمیتواند. من دوست دارد با یک چیزی هم‌هویت شود و تا آنجا که میتواند بیافد. هر چه به یک آدم معتاد به مواد مخدر میگویند که در این ماده مصرفی زندگی نیست، قبول ندارد. میگوید تو نمی‌فهمی، تو عقلت نمیرسد! بنابراین، تو بنام خدا، بنام زندگی، برای زنده شدن به زندگی یک راه دیگر را هم بازبینی کن. ولی این بازبینی یک بازبینی بنام خداست، بنام زندگی‌ست، برای اینکه به زندگی زنده خواهی شد. همچنین حس محرومیت از زندگی را نکن.

«ای خلیل اندر خلاص نیک و بد ** سر ببرشان، تا رهد پاها ز سد»

سد یعنی بند. خطاب بیت به همه ما است. نیک و بد در اینجا همین سیستم بافت ذهن است. هر جا نیک و بد می‌شنوید، اینطور نیست که نیکش نیک باشد، بد هم بد باشد، این دویی است. آن چیزی که در این لحظه وضعیت ماست، بافت من ذهنی‌ست که با خوب و بد کار کند. کما اینکه خوب و بد که یک عمل ذهنی بوده، تبدیل به قضاوت شده و بعد از آن مقاومت ایجاد خواهد شد. یعنی ما تبدیل به بافتی شده‌ایم که هر لحظه بد و خوب میکند. شما برای خلاصی حداقل باید به صورت ناظر بکشید عقب، ببینید که در شما سیستمی هست که مرتب خوب و بد میکند، مرتب قضاوت میکند و شما این نیستید. چه بسا اتفاقی که میفتد و شما با این سیستم آن را در زمان فعلی بد تلقی میکنید، برای شما بسیار خوب باشد؛ همیشه اینطور است. زندگی طرحش این است که بهترین اتفاق را در این لحظه با توجه به وضعیت شما برایتان ایجاد کند و اتفاق این لحظه همیشه بهترین اتفاق است. ولو شما بوسیله ذهنتون میگویید بد است. اتفاقی را که نیک تلقی میکنید، بسیار بد است، ولی شما نمیدانید. چون آن فضایی که بی‌نهایتست، آن زندگی که ما را در برگرفته، میداند. ما که نمیدانیم پنج دقیقه دیگر چه اتفاقی میفتد، سه روز دیگر چه اتفاقی میفتد، ولی این بافت لحظه به لحظه خوب و بد میکند. میگوید شما هشیاری هستی که تبدیل به این شدی. برای خلاص شدن باید مرغها را بکشی تا پاها از بند نجات پیدا کند. میخواهد بگوید که پاهای ما هم در این مرغها گیر هستند. اصلاً کل ما گیر افتاده است.

«کل تویی و جملگان اجزای تو ** برگشا که هست پاشان پای تو»

مولانا نه تنها شما را به عنوان حضور ناظر در پشت تمام اتفاقاتی میگذارد که برای شما اتفاق میفتد، بلکه در پشت تمام فرم‌ها و تمام آدم‌هایی که به صورت فرم هستند. امروز در غزل گفت کسی که از انبازی برید، این کار را بازی مدان. یعنی کسی که در این لحظه، اتفاق را رها میکند و با او آشتی میکند، از او دیگر زندگی نمیخواهد، خوب و بد نمیکند، قضاوت از بین میرود، مقاومت صفر میشود، زمان روانشناختی صفر میشود، این را شما بازی مدان. برای اینکه این آدم به فضای یکتایی زنده شده و بی‌نهایت گردیده است. این شخص نه تنها خودش به شادی و آرامش رسیده، بلکه یک فضای دربرگیرنده و اثرگذار است. پس شما طبق این صحبت‌ها در پشت همه اتفاقات شخصی خودتان و همه اتفاقات این جهان قرار میگیرید.

پس بر اساس بیت فوق میبیند که (در مورد شخص ما) پاهای ما یک جا گیر کرده که در صورت گشوده شدن باز میشویم. همچنین، ما اثرگذار هستیم که پای دیگران را هم باز کنیم، البته ما وظیفه نداریم. حالا اگر من ذهنی این صحبت را بشنود، میگوید بدهید من باز کنم! اینطور نیست، ما وظیفه نداریم. شما باید تبدیل به فضا بشوید و بمانید. همچنین، آن اثر را شما نمیگذارید.

«از تو عالم روحزاری می شود ** پشت صد لشکر، سواری می شود»

از تو یعنی شخص شما عالم روحزار (یعنی پر روحهای آزاد، شاد و آرام) میشود، یعنی روحها آزاد میشوند، هشیاریها آزاد میشوند. تو اگر آزاد شوی، کمک میکنی بقیه هم آزاد شوند و این کار ماست. منظور زندگی این است که تمام انسانها به روح آزاد مبدل شوند. خدا به این توجه ندارد که چقدر مراکز خرید درست شده، دلار چقدر شده، چقدر سلاح درست شده، وسعت هر کشور چقدر است یا کدوم کشور و شاه قویتر است! با اینها کاری ندارد. میگوید من میخواهم ببینم در این کهکشان یا هستی، چند تا روح آزاد هست. چه تعداد انسان از بند ماده رها شدهاند. برای من این مهم هست. این دلارها برایم مهم نیست. پس یک سواری پشت صد لشکر قرار میگیرد که عدد صد فقط بیانگر کثرت است.

«زانکه این تن شد مقام چار خو ** نامشان شد چار مرغ فتنه جو»

این تن یعنی من ذهنی، محل اقامت این چهار خو (یا چهار خاصیت یا چهار جنبه) است. خو یعنی خواستن به علاوه یک محتوی (موتور خواستن من ذهنی). خواستن چیزی که این چیز جداست، ولی این خواستن چهار مرغ را بوجود می آورد. پس نیروی زندگی را به خواستن تبدیل میکنیم و این خواستن به سمت دنیا جهتدار می شود. مولانا یا قرآن اینها را طبقه بندی کردند تا ما درست متوجه شویم. من ذهنی این چهار خو را دارد و اینها را قاطی کرده و هر لحظه اینها را با یک نسبتی قاطی میکند و مکرر این نسبتها عوض میشوند، ولی آن چهار پرنده در درونش هستند. چهار مرغ فتنه جو یعنی آشوب انگیز، یعنی آرامش را بهم میزنند، فتنه جو یعنی جوینده فتنه، جوینده خرابی، بهم زننده آرامش و شادی زندگی.

«خلق را گر زندگی خواهی ابد ** سر ببر زین چار مرغ شوم بد»

میگوید اگر میخواهی مردم زندگی جاودانه پیدا کنند، همه باید دست به دست هم دهیم تا این چهار مرغ بمیرند. مردم این چهار مرغ یا خو را شناسایی کنند که با شناسایی خواهند مُرد. شاید کوه در آیه فوق بیانگر این باشد که تقریباً هر کسی به اوج این چهار خو رسیده و ما اینها را قاطی کردیم. میگوید حالا قسمتی از این را بالای هر کوه بگذار و دوباره به اسم من بخوان تا زنده شوند. وقتی زنده میشوند، شما دارید هشیاری به تله افتاده را دوباره به اسم من میخوانید. به طور خلاصه یعنی من دارم خودم را جمع میکنم. خدا میگوید من خودم را جمع میکنم؛ اگر تو آگاه شوی که چطور من را تلف میکنی و وقت مرا میگیری، من خودم را جمع میکنم. شما فقط آگاه باش که چه اشتباهی میکنی.

«بازشان زنده کن از نوعی دگر ** که نباشد بعد از آن زیشان ضرر»»

دوباره اینها را زنده کن. اول گفت وقتی مرغ‌ها را گشتی، آنها را قاطی کن و بگذار بالای چهار کوه. دوباره به خودت بخوان، الان یک جور دیگر زنده میشوند. در آن صورت متوجه میشوی که من مرده‌ها را چطور زنده میکنم. شما هم میدانید الان که از جنس زندگی هستید. شما که دوباره زنده شدن را نمی‌بینید، ولی در باتلاق من ذهنی ما می‌میریم. میخواهید بدانید خدا شما را چطور زنده میکند و قیامت چطور میشود، همین کار را بکنید. ابراهیم گفت من قبول دارم، ولی میخواهم تجربه کنم، خودت را در من زنده کن. آن هم راه حل پیشنهاد کرد.

«چار مرغ معنوی راهزن ** کرده‌اند اندر دل خلقان وطن»»

کلمه معنوی در این بیت جالب است. ما فکر میکنیم کارهایی که میکنیم معنوی هم هست؛ برای اینکه معنویتی در اطراف اینهاست. اصلاً خواستنی که مربوط به جهان، قضاوت و ستیزه باشد، هیچ معنویتی در آن نیست. کلمه معنوی را در اینجا میشود درونی ترجمه کرد. ولی شما هر چیز مربوط به این جهان را معنوی ندانید. تنها نه چیز معنوی همین حضورست و همین مقدس است. زنده شدن شما به خدا و خود خدا مقدس است. بعدش، هیچ چیز دیگری مقدس نیست.

«چون امیر جمله دل‌های سوی ** اندرین دور ای خلیفه حق توی»»

خطاب بیت علاوه بر خلیل به ما هم است. هر کسی که واقعاً این تبدیل در او صورت می‌گیرد، مرغ‌ها را شناسایی میکند. کشتن همان شناسایی‌ست، کشتن واقعی منظور نیست. مرغ حرص چطور می‌میرد؟ با شناسایی. همه چیز با شناسایی که امروز گفت بازبینی کنید. پس ای انسان همانند امیر همه دل‌های سوی، یعنی راست، در این دور خلیفه خدا هستی، نماینده خدا هستی. البته نماینده خدا خودش است که در انسان به خودش زنده میشود.

«سر ببر این چار مرغ زنده را ** سرمدی کن خلق ناپاینده را»»

این چهار مرغ به ظاهر زنده را شناسایی کن که اینها زنده ذهنی هستند. ما فکر میکنیم این بافتی (امروز به چهار جنبه تقسیم کرد) که در دل ماست و ما فکر میکنیم آن هستیم، این واقعاً زنده‌ست! خیر، مرده‌ست. به درجه‌ای که ما خودمان را من ذهنی می‌دانیم، مرده‌ایم. به درجه‌ای که از آن جدا شده‌ایم، به همان نسبت زنده‌ایم. هفته قبل گفت که قلم خدا در این لحظه خشک میشود به اینکه تو چقدر شایسته هستی. به اندازه‌ای شایسته هستی که از جنس او هستی. سرمدی یعنی دائمی و ابدی. خلق ناپاینده یعنی خلقی که با گذرا بودن هم‌هویت هست. یک کسی این لحظه را رها کرده که این لحظه سکون، پابرجا و خداست و هم‌هویت شده، ناظر خالی نیست، بلکه درگیر این تغییرات است، تغییرات چیزهای موجود در جهان، دارد با

آنها تغییر میکند، پس هر لحظه تغییر خواهد کرد. بنابراین مردم ناپاینده هستند، در صورتی که اصل مردم پاینده هست.

«بط و طاووس ست و زاغ ست و خروس ** این مثال چار خلق اندر نفوس»

پس مرغابی، طاووس، زاغ و خروس در نفس‌های انسان هستند. الان توضیح بیشتری میدهد:

«بط، حرص ست و خروس آن شهوت ست ** جاه چون طاووس و زاغ امنیت ست»

هر چقدر روی این ابیات تامل بیشتری کنید، عمق بیشتری برایتان باز میشود. حرص، موتور خواستن هر چه بیشتر بهتر جهت‌دار شده و چیزهای تعلق داشتنی در جهان است. مثل پول، وسایل خانه، اتومبیل، حتی آدمها که آنها را زیر سلطه میگیریم. مولانا در ادامه خواهد گفت که مرغابی (بط) نوکش را در گل فرو میکند، لای خوب و بد، یعنی توجهش به جهان یا ذهن است و منقارش در آنجا دنبال زندگی می‌گردد. آیا شما این پرنده‌ی حرص را در خود میبینید که زنده‌ست ولی ما را گشته، قسمتی از توجه زنده ما به حرص میرود. چه چیزهایی در زندگی شما هست که حرص آنها شما را میگیرد؟ پس حرص، یک خواستن مداوم و شدید به چیزهای تعلق داشتنی است. شما این خاصیت را در خودتان بازبینی کنید. این خاصیت را در خودتان ببینید تا با شناسایی از کار بیفتد.

خروس نماد شهوت جنسی است. در هر انسان بروز میکند که طبیعی است. ولی من ذهنی آن کنار ایستاده، دست روی آن گذاشته و هشیاری را با آن قاطی و هم‌هویت میکند. یعنی هشیاری که خودش زندگی بوده و میتواند عمق داشته باشد و زندگی را از اعماق وجودش بخواهد، الان سکس میخواهد. هر چه بیشتر بهتر را به آن تعلق میدهد. خواستن من ذهنی، موتور ساختاری من ذهنی است. پیشتر گفتیم که من ذهنی دو جنبه دارد: یکی خواستن که من ذهنی مکرر میخواهد، به آن زنده‌ست و بدون خواستن از بین می‌رود. دیگری محتوا که در این مورد سکس است. گفتیم که من ذهنی از جنبه‌های شکوفایی جسمی ما هم سواستفاده میکند. ما به عنوان مرد یا زن صاحب خصوصیات هستیم و به طرق مختلف شکوفا میشویم. هر فرهنگی به مرد و زن نقش‌هایی را نسبت داده و من ذهنی از این نقشها و جنبه‌ها به صورت طاووس یا خروس یا ترکیبی از اینها استفاده میکند. مثلاً زن باید خوشگل باشد، در برخی جوامع باید شوهر کرده و بچه‌دار شود. در حالیکه این موارد قراردادی بوده و زاییده من ذهنی است. یک زن یا مرد میتوانند همسر و بچه نداشته باشند. هم‌هویت‌شدگی با این باورها و عدم بازبینی آنها باعث فلج شدن ما خواهد شد. گرچه نیاز جنسی برای مرد یا زن به عنوان یک نیاز طبیعی وجود دارد، ولی نباید هم‌هویت شده و تحت سلطه و کنترل آن قرار گیرند. نباید با کشیده شدن من ذهنی به هر سویی رفت، باید این موضوع را تماشا کرد، هر چند که خیلی قوی باشد. علت این قوی شدن، هم‌هویت‌شدگی با آن است. یعنی من زور خودم را به آن دادم.

ما از جنس خدایت و هشیاری هستیم. هر چیزی نسبت به ما غریبه و غیرهمجنس است. شما اگر بخواهی از جنس یک جسم خارجی در بیرون شوی، نمیتوانی. این درست نیست که بگویی این همجنس من است. توان و کنترل را به آن میدهم تا مرا کنترل کند! درست مثل یک آدم معتاد. آدم معتاد اختیارش را بدست یک ماده داده که در تمام طول روز در فکر آن هست. کم و بیش همه معتاد هستند. منتها برخی افراط کرده و مثلاً به هروئین معتاد شدند و این ویژگی در آنان کاملاً مشخص شده. ولی همه ما معتاد هستیم. چرا؟ چون شما به عنوان هشیاری تصمیم گرفته‌اید. شما اراده آزاد، قدرت انتخاب و تشخیص دارید، این لحظه میتوانید توجهتان را از روی آن بردارید، تشخیص دهید که این ماده قادر به کنترل من نیست. چون من از جنس خدا هستم و نظیر من در این جهان نیست. به همه چیز میتوانم توجه کنم، ولی از جنس آن نمیشوم. طاووس نشانگر تمام خصوصیات است که به طور طبیعی در ما جلوه میکند که پیشتر صحبت شد. همچنین میتواند مقام دنیا و خیلی از محتواها باشد. خیلی چیزها در این جهان هست که محتواس، یک چیز است ولی میتواند مورد علاقه هر چهار مرغ باشد. شما تا چه اندازه طاووس هستید؟ به اندازه‌ای که یکی از این جنبه‌ها را به رخ مردم بکشید. خیلی مهم است که اگر جنبه خوبی را در خود میبینید، نباید آن را از بین ببرید. تکرار این نکته برای دفعات زیاد لازم است. شما آن ویژگی را از خودتان نکنید، بلکه دلتان را از آن بکنید. در همه این چهار جنبه باید این موضوع را در نظر داشت که لزومی به کندن اینها از خود نیست. وسایل زندگی لازم هستند، هر چیز تعلق داشتنی به هر اندازه که شما بخواهید، خاصیت خروس هم که بوسیله زندگی تنظیم میشود، طاووس هم چیزهای خوشایند زندگیست، جنبه‌های خوشایند شما. شما لازم نیست که کور کنید یا گاهی زشت کنید. مثلاً من ذهنی میگوید آدمی که زیباست باید زشتش کنیم و به زشتی او نگاه کنیم. نه این لازم نیست. نباید با آن هم‌هویت بشویم.

خاصیت زاغ که شاید از بقیه پنهان‌تر باشد، مظهر نیاز روانشناختی به آینده است. من ذهنی به آینده احتیاج دارد. برای اینکه تنها جایی که میتواند بثمر برسد، آینده است. در حالیکه آینده همیشه به صورت این لحظه ظاهر میشود. همیشه در این لحظه به آینده نگاه میکند. این زاغ ما را تا پای گور میکشد تا زمانیکه ما را در قبر بگذارند. آنجا زاغ تمام میشود. همانجا در آخرین لحظه میفهمیم که ای وای! بوسیله این زاغ زندگی را در آینده جستجو کردیم، در حالیکه زندگی همیشه با ما بوده است. ما دنبال زاغ رفتیم! این نیاز روانشناختی آینده موهومی بوده، همه چیز این لحظه بوده و من همیشه در این لحظه بودم و به تغییرات توجه کردم. زاغ امنیت است. امنیت یعنی آرزو. شما به خودتان نگاه کنید. میگویید الان زندگی نیست. چرا؟ برای اینکه همسرم ایده‌ال نیست، به حرف من گوش نمیکند، بچه‌ها هم همینطور، نمرات خوبی نگرفتند و ... اینها همه امنیت است. شما داری زندگی را به آینده موکول میکنی. زندگی در این لحظه تام و تمام آماده زندگی کردن است و میخواهد شما را زندگی کند و از شما خودش را بیان کند. شما با همین ترفندها جلوی شما را

گرفته‌اید و پوشانده‌اید و در آینده جستجو میکنید. هر موقع آینده به صورت این لحظه می‌آید، باز هم به آینده نگاه میکنید. مولانا میخواهد از این غفلت و بیهوشی ما را بیدار کند.

بخش پنجم



«مُنیتش آنکه بود امیدساز ** طامع تابید یا عمر دراز»»

منیت یعنی نیاز روانشناختی به زمان، یعنی بهترین جای زندگی در آینده است. بهترین جای زندگی کجاست؟ این لحظه. بهترین موقع زندگی شما در همین لحظه است. من ذهنی چه میگوید؟ میگوید امید داشته باش، آینده دارد می‌آید. مُنیتش یعنی همان اُمْنیتش، آرزوهاش. آرزومندی هم دو جور است: مصنوعی و حقیقی. آرزومندی حقیقی همین سوز و نیاز است، همین طلبی که در شما هست. یعنی شما با صبر، رعایت قانون جبران و قانون مزرعه، در حالیکه هشیارانه ناظر ذهنتان هستید و هر چیزی را میبینید قبول میکنید، دارید به سوی زندگی میروید. زندگی هم در سوی خاصی نیست، منظور زنده‌تر شدن شماست. بهترین کار، کم کردن مقاومت است، تسلیم است، این است که بگوییم نمیدانیم، بهترین کار این است که شما کاری برای رسیدن به حضور نکنید، بلکه آرام در کنار باشید تا زندگی کار خودش را بکند. من ذهنی آرزومند ذهنی است، امیدساز است. ظاهراً امید مثبت است، همه ما میگوییم که آدم باید امید داشته باشد، امید برای چیزی که در آینده اتفاق خواهد افتاد.

من ذهنی امیدساز است و با این امیدسازی انسان را به آینده میبرد. طامع یعنی طمع کننده. من ذهنی طامع جاودانگی است. جاودانگی من ذهنی خیلی خطرناک است. میخواهد این من ذهنی را زنده نگه دارد. من ذهنی در موقع مرگ ما متلاشی میشود. به طور خلاصه، این ترفندها در من ذهنی صورت میگیرد. شما باید این وجود را به صورت حضور ناظر و یک فضای دربرگیرنده ببینید. ببینید که این فضای بزرگ و عدم و خدا دل شما نیست. در عوض این من ذهنی دل شما بوده و این همه فساد در این فضای کوچک است. این همه گول خوردن و فریب دادن وجود دارد. در اینجا یک من است که فکر میکند میتواند جاودانه شود. در حالیکه به چیزهایی چسبیده که دائماً در حال از بین رفتن هستند. شما باید این را ببینید و بشناسید که این وجود ذهنی چکار میکند. خودش میداند که نمیتواند جاودانه شود، ولی میگوید حالا که اینطور است، پس عمرم دراز شود، همان خاصیت کلاغ هست. کلاغ عمرش طولانی است. میدانید که خوراک کلاغ علیرغم دراز بودن عمر کثافت است. حواسش به کثافات است، در اینجا منظور همان خوشی‌هایی که از بیرون می‌آید. در مقابل، عقاب در بالا میپرد و برای شاه شکار میکند. عقاب علاقمند به شادی و اسرار زندگی است. ولی کلاغ دارد میگوید عمرم دراز باشد تا از این کثافات بیشتر بخورم. کلاغ در اینجا همکار مرغابی است (به زبان تمثیل). هر دو دوست خروس هستند. این چهار مرغی که در بیت‌های بالا مطرح شد، همگی با هم رفیق هستند، نه دشمن. رفاقت اینها ما را به این روز انداخته است.

«بطّ، حرص آمد که نوکش در زمین ** در تر و در خشک می‌جوید دفین»»

بط خاصیت حرص است، هر چه بیشتر، بهتر. منتها در فضای ذهن، در این جهان، در این محفظه دنبال خوب و بد است. دنبال دفین، دنبال گنج است، دنبال یک چیز خوب پنهان شده. آن چیز خوب چیست؟ هر چیزی که ما به آن حرص میزنیم. شما نگوئید که از جهان بیرون سیر شوم، ولی در این من ذهنی بمانم،

مثلاً حرص را به مطالعه جهت‌دار کنم. خیر، شما باید این محفظه را بشکنید، تار و مار کنید، منفجر کنید و بیابید بیرون. این قفس است. تا زمانی که آنجا باشید، غلط خواهید دید. اصل این است که آن را ما بشکنیم. در آنجا دنبال گنج گشتن معنی نمیدهد. بقیه پرندگان هم به این امر کمک میکنند.

«یک زمان نبود معطل آن گلو ** نشنود از حکم، جز امر کُلو»

میگوید یک لحظه گلوی او باز نمی‌ایستد. ما به خودمان باید نگاه کنیم. تمام فکریایی که در سر یک انسان من ذهنی می‌پزد، مربوط به یکی دو عدد از پرنده‌ها یا همه آنها است. چرا ما غمگین هستیم؟ چون به ما زیاده‌تر نرسیده است. برای اینکه به یکی رسیده، به ما نرسیده. ما فکر میکنیم اگر به آن نرسیده، به ما میرسید. داریم مقایسه کنیم. چون خودمان را به جسم کاهش دادیم. این کاهش دادن را من ذهنی انجام میدهد. اصلاً چه کسی گفته که کاهش بدهید؟ شما قابل مقایسه نیستید. پس میبینید که این گلو یک لحظه معطل نیست. از حکم خدا که «كُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا» فقط کُلو را شنیده، یعنی فقط خوردن. آیه مربوط به این بیت:

قرآن کریم، سوره اعراف (۷)، آیه ۳۱

يَا بَنِي آدَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِندَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ.

ترجمه فارسی

ای فرزندان آدم! در هر مسجدی، آرایش و زینت همراه خود بگیرید، و بخورید و بیاشامید و اسراف نکنید: زیرا خدا اسراف کنندگان را دوست ندارد.

در مسجد خدا که این لحظه است، همه آن چیزهایی که به شما آویزان است، آن را در بگیرید. یک مسجد بیشتر وجود ندارد و آن هم فضای یکتایی است. همه در آنجا نماز میخوانند و با او موازی هستند و به او زنده میشوند. وقتی زنده میشوند، او نماز میخواند. پس در فضای یکتایی این لحظه زینت‌ها را آویزان نکنید. منظورش مسجد مکانی نیست، زینت‌ها هم اینطور نیست که شما مثلاً طلا دستتان باشد، نتوانید نماز بخوانید. میگوید زینت‌هایی که از جنس ذهن است و شما با آنها هم‌هویت هستید، به خودتان آویزان نکنید. برای اینکه دیگر از جنس خدا نخواهید شد، صاف و خالص نمیشوید.

کی ما اسراف میکنیم؟ وقتی هم‌هویت میشویم. وقتی این چهار مرغ از تعادل و بالانس خارج میشوند. توجه میکنید که این آیه را در زمینه ابیات مربوط به مرغ‌ها می‌آورد. این چهار مرغ هست که ما را به هر چه بیشتر می‌کشاند. تقریباً به همه انسانها تلقین شده که در این جهان خاصیت خروس هر چه بیشتر، بهتر است. هر چه کمتر، یعنی مردانگی یا زنانگی خودت را اصلاً به اثبات نرساندی! آن کسی مرد یا زن است که این کار را زیاد انجام دهد! خیر، اینطور نیست. این گفته‌ها برای من ذهنی است. چون ما حول و حوش این من تنیده‌ایم. من قسمتی از ما است، من وقتی می‌پزد، بنظر ما اینطوری می‌آید. این نظر درست نیست.

ما همه اسراف کننده شده‌ایم. مگر ممکن است که با چیزی هم‌هویت شویم و آن از حد نگذرد، از حالت تعادل خارج نشود؟ تمام صحبت سر این است که تو این چهار مرغ را بشناس تا با شناسایی حضورت جمع شده و تبدیل به یک مرغ گردد. این همان مرغ ابراهیم است که حضور شماسست، به خدا زنده‌ست. در آن صورت، مرغ‌ها یک جور دیگر خواهند شد. دیگر مثل سابق نیستند که شما را تحت سلطه بگیرند. شما ناظر چقدر از چه چیزی هستید. مثل یک آشپز خوب که میداند از هر چیزی چقدر باید در یک غذا بریزد. آشپز ماهر برخلاف یک فرد مبتدی به کتاب رجوع نمیکند تا میزان درست هر یک از مواد را برای پخت یک غذا متوجه شود. حضور هم همینطور است.

«همچو یغماچی ست، خانه می‌گند ** زود زود انبان خود پر می‌کند»

یغماچی یعنی دزد. مثل دزدی که با شتاب وارد خانه‌ای شده و در صدد پر کردن سریع کیسه خود است. خطاب بیت به ما است. ما همین کار را میکنیم. امروز گفت بازبین. باور کنید خیلی از چیزهایی که ما داریم، نمیخواهیم. جز دردسر چیز دیگری نیست. ما نگاه که می‌کنیم، میگوییم این را میخواهم چکار کنم؟ بدهم به یکی که لازم دارد. من که لازم ندارم. بیشتر ما با چیزهایی هم‌هویت هستیم که اصلاً یکبار در عمرمان نخواهیم دید. ما می‌میریم و آنها می‌مانند. ما نمیخواهیم مصداق بیت فوق باشیم. شما اگر جوان هستید، واقعاً این ذهنیت را نداشته باشید که در این چهار جنبه‌ای که مولانا امروز توضیح داد، مثل دزد باشید. در شب وارد جایی شده، چشمش نمی‌بیند، چیزهای خوب و بد هم پر میکند.

«اندر انبان می‌فشارد نیک و بد ** دانه‌های درّ و حَبّات نخود»

میگوید تند تند کیسه را پر میکند. ذهن فضایی ندارد. ما چقدر میتوانیم در کیسه ذهن بفشاریم؟ نیک و بد هم ذهن است. در این انبان ما اثری از معنویت نیست. همه چیزها ذهنی هستند. ولی حتی ما نیک و بد اینها را هم نسنجیدیم. مثلاً رنجش را میگذاریم در این کیسه، آیا این خوب هست؟ کجایش خوب است! کینه خوب است؟ مریضی هم خوب است؟ آیا شما واقعاً میخواهید که مریض نشوید؟ بگویید من از ته دلم میخواهم مریض بشوم، از ته دلم میخواهم آزاد بشوم، از ته دلم میخواهم از غصه‌ها، از کینه‌ها، از همه دردهایم رها شوم، من دلم میخواهد از حسادت، ترس رها شوم، من تصمیم میگیرم از این لحظه به بعد دیگر خشمگین نشوم، هرچند سخت است ولی اگر هم خشمگین شدم بیش از یک دقیقه طول نکشد، نگذارم با آن هم‌هویت بشوم و بگذارم برای فردا. بگویید من از این بدم می‌آید چون از آن رنجیده‌ام. خلاصه هم در و هم دانه‌های نخود را در انبان میگذارد. به دزد میگویند، یک چیز بالارزش و گرانبها را بیاور، نخود را برای چه میخواهی.

«تا مبادا یاغی آید دگر ** می‌فشارد در جوال او خشک و تر»»

میترسد که شخص دیگری بیاید. ما وقتی وارد این جهان میشویم، در ذهن، تند تند جمع می‌کنیم، با آن هم‌هویت میشویم، با ارتباطات نامرئی به یکسری چیزها وصل هستیم. همه اینها در جوال یا کیسه ماست. خود مالکیت هم همین است. مالکیت یک چیز ذهنی است. نه اینکه مالکیت بد باشد، داشتن چیزها خیلی هم خوب است. ولی اینکه ما از آنها هویت می‌خواهیم، این بد است. ما میترسیم یک فرد دیگری بیاید، یک یاغی، یک گردنگش دیگر بیاید، یک رقیب بیاید زود آنها را بردارد و به ما کم برسد. چرا؟ چون با محدودیت ذهن هم‌هویت هستیم. ما تند تند در کیسه ذهنمان می‌گذاریم.

«وقت تنگ و فرصت اندک، او مخوف ** در بغل زد هر چه زودتر بی‌وقوف»»

اگر دزد هنگام شب برای دزدی به خانه‌ای بیاید، چقدر وقت دارد؟ خیلی کم. سریع باید کارش را انجام دهد. در اینجا هم ما اینطور هستیم. فکر می‌کنیم که باید کیسه‌مان را تند پر کنیم. فرصت اندک است؟ خیر. ما میتوانیم جاودانه باشیم. من ذهنی می‌گویم من ۶۰-۷۰ سال عمر دارم، باید تا آنجایی که میتوانم با چیزها هم‌هویت شوم تا زندگی بیشتری نصیبم گردد. وقتی مقایسه کنم، باید از همه بیشتر داشته باشم، پس اگر به آن نرسد، به من برسد، بهتر است. وقت تنگ و فرصت اندک است و ما ترسان. مولانا ما را به دزدی تشبیه میکند که وارد یک خانه‌ای شده‌ایم. کیسه را پر کرده، به زیر بغل زده و خداحافظ. ما هم همین کار را کردیم. امروز مولانا گفت بازیمن این کیسه را. باز کن ببین در آن چه چیزی هست؟ در این کیسه، بدنمان است، فکرمان است و ... که در این مورد توضیح دادیم. اگر این دزد آدم عاقلی باشد، کیسه را در مکانی خلوت و با آرامش باز میکند و به محتویات آن توجه میکند، چیزهای بی‌ارزش را دیگر با خود نمی‌برد. شاید همه چیزها را بیرون بریزد. قصه‌ای در مثنوی هست که دزدی به خانه‌ای رفت. هر چه گشت، چیزی پیدا نکرد. موقع رفتن به صاحب منزل گفت: من دارم دست خالی می‌روم، ولی این وضع تو هم زندگی نیست که درست کردی، یک تجدیدنظری در زندگی بکن. اگر این دزد هم واقعاً به کیسه نگاه کند، شاید همه را خالی کند و یک چیز واقعاً با ارزش را با خود ببرد. متوجه خواهد شد که هیچ چیزی ارزش ندارد.

«اعتمادش نیست بر سلطان خویش ** که نیارد یاغی آمد به پیش»»

به زندگی و خدا اعتماد ندارد. وقتی ما در من ذهنی هستیم، به جهان متکی هستیم، جهان در حال تغییر است، آدم‌ها در حال تغییر هستند، ما به هیچ کس اعتماد نداریم. یک خدای ذهنی هم درست کردیم، یک جسم در حال تغییر و ترس نمیتواند به چیز ذهنی دیگر متکی باشد. ولی وقتی ما از این حالت بیدار شویم، خودبخود به او زنده میشویم. به خودمان اعتماد پیدا می‌کنیم. الان به صورت من ذهنی اعتماد نداریم، به خدا هم اعتماد نداریم. در اینجا سلطان میتواند پادشاه باشد که تمثیل است. معادل زندگی است. می‌گوید اگر به سلطان اعتماد داشت، میدانست که گردنکشی برای غصب اینها به پیش نمی‌آمد. من از شما سوال می‌کنم؟

بنظر شما دیگران میتوانند زندگی شما را زندگی کنند؟ زندگی شما مال شماست، در درون شما زندگی میشود. کیفیت زندگی شما بوسیله شما تعیین میشود. کسی نمیتواند زندگی ما را بدزد. ولی ما فکر میکنیم که دیگران زندگی ما را می‌بلعند. چرا که بیشتر جمع میکنند. این چهار مرغ در کار هستند. آنها را رها نکنید.

«لایک مومن ز اعتماد آن حیات ** می‌کند غارت به مهل و با انات»

اما مومن، کسی که به زندگی زنده‌ست، هم به سلطان اعتماد دارد، هم به زندگی متکی است و از اعتماد او به خودش زندگی میکند. واقعاً غارت در معنای مرسوم نمیکند، کسب میکند، از چیزهای این جهانی استفاده میکند، بدون ترس، با آرامش و آهستگی. با مهل و انات یعنی با تامل و بدون عجله. نه مثل آن دزد که در شتاب بود. مومن از جهان برخوردار میشود به اندازه‌ای که آن انرژی و زندگی تعیین کند. بیشتر از آن هم نمیخواهد. اگر بیشتر بخواهد، میتواند بدست آورد ولی با آن هم‌هویت نیست.

«ایمن‌ست از فوت و از یاغی که او ** می‌شناسد قهر شه را بر عدو»

همه میدانیم که زندگی شما را هیچ کس نخواهد دزدید. یک زندگی هست که همه را در نظر داشته و همه در آغوش او هستند. افرادی که من ذهنی دارند، نابسامانی ایجاد میکنند، زندگی حساب آنها را رسیدگی میکند. چالش‌هایی پیش روی آنها خواهد گذاشت. او قادر به محدود کردن است. میگوید این چنین فردی مطمئن است، خاطر جمع است که چیزی فوت نخواهد شد و از یاغی هم نمی‌ترسد. یاغی رقیب ماست. برای من ذهنی چه کسی رقیب است؟ همه. ما می‌ترسیم که همه ببرند و ما بمانیم. همه جمع کنند و ما بمانیم. میشود شما از این موضوع آزاد باشید، متکی به زندگی باشید. فرصت زندگی شما فقط بوسیله شما فوت میشود. چه کسی زندگی شما را زندگی نمیکند؟ خود شما. شما نمیتوانید بهانه کنید که مردم در حال جمع کردن هستند، ولی من عقب مانده‌ام و زندگی نمیکنم. تصمیم بگیر که امروز و در این لحظه به زندگی زنده شوی و زندگی کن. نگو زندگی را مردم بردند و برای هم چیزی نماند. زندگی پایان‌ناپذیر است. آنچه که تو فکر میکنی، چیزهای از بین رفتنی هستند که در آنها زندگی نیست. این بلاها را این چهار مرغ و ترکیب آنها به سر ما می‌آورند. میشناسد قهر شه را بر عدو؛ یعنی کسی که پایش را فراتر از حد تعیین شده توسط حضور میگذارد، میداند که خدا به حسابش خواهد رسید. وظیفه ما نیست که حساب بقیه را بررسییم.

«ایمن‌ست از خواجه‌تاشان دگر ** که بیابندش مزاحم صرفه‌بر»

میگوید از اشخاص دیگر خاطر جمع است. خواجه تاش یعنی دو غلامی که یک خدا دارند. منظور اینکه همه انسانها یک خدا دارند. یک خدا در همه انسانها است. انسانهای دیگر حق شما را نمیتوانند ببرند. حق شما و زندگی شما در درونتان است. مردم دسترسی ندارند. (مصرع دوم) و بیابند، مزاحم شوند و بیشتر ببرند. آنچه که آنها می‌برند، زندگی نیست، چیزهای این جهانی است.

«عقل شه را دید در ضبط چشم** که نیارد کرد کس بر کس ستم**»

مومن میداند که ترازویی در کار است. شناخت ترازو خیلی مهم است. مولانا در مورد سلیمان گفت «از ترازو کم کنی، من کنم* تا تو با من روشنی، من روشنی» تاج سلیمان کج میشد و باد بر او کج می‌وزید، یعنی زندگی بد گشوده میشود. تاج را هر چه درست میکرد، مجدد خراب میشد. ترازو را نمیشود بهم زد. باید با من روشن باشی. سلیمان متوجه شد که دلش را در چیز بیرونی قرار داده و آن موجب کج شدن تاج و وزش کج باد شده است. پس دلش را نسبت به آن سر کرد و تاج و باد درست شدند. امروز مولانا وزیدن درست باد را توضیح داد. گفت تمام وضعیت‌ها با تو همکاری میکنند، اگر تو در این لحظه به زندگی زنده شوی. چشم یعنی تمام انسانها. آیا شما عدل شاه را در ضبط چشم میدانید؟ اگر بدانید، وظیفه شما نیست که حساب کسی را برسید. اگر حساب کسی را برسید، حساب خودتان را هم میرسید. چون از جنس من میشوی، زندگی نمیکنی. در آن صورت، زندگی حساب شما را هم میرسد. چون میگوی از جنس زندگی نیستی. داری بلند میشوی، من بالا می‌آید و زندگی را از دست میدهی.

«لاجرم نشتابد و ساکن بود** از فوات حظّ خود آمن بود**»

میشود شما عجله نکنید. با تامل و آهستگی. نباید ما بدویم برای اینکه دیگران میدوند و ما هم میدویم. ما از جمع تقلید نمیکنیم. شما در این لحظه به زندگی زنده هستید. زندگی شما را هدایت میکند و ساکن هستید. آدم ساکن از جنس این لحظه است و فضا دارست. بالعکس من ذهنی که چیزی را دلش گذاشته و با شتاب دنبال آن بوده تا به زندگی برسد. شما میدانید که با دویدن نمیشود به زندگی رسید. کجا دارم میدوم؟ به آینده. در آینده چه چیزی هست؟ مرگ. یعنی من ذهنی نمیفهمد که دارد میدود تا بمیرد. باید در این لحظه ساکن باشد. وقتی ساکن میشوید، از حظ و لذت بردن و سود از چیزهای این جهانی هم بهره خواهید برد. پس وقتی ترس از بین رفت، نه تنها ما ساکن هستیم، نه تنها این انرژی زنده کننده را به جهان می‌تابانیم، بلکه از چیزها هم میتوانیم تا زمانی که هستند استفاده کنیم. اینجا این مطلب را با کلمه حظ بیان کرده است. آیا از چیزهایی که دارید، استفاده میکنید، برای شما حظ دارد؟ از مال دنیا، از بچه، از همسر، دوستان و ... خوشایند هستند. روز به روز شکر اینها را میکنید یا شکایت و گله از همه دارید؟

«بس تانی دارد و صبر و شکیب** چشم‌سیر و موثرست و پاک‌جیب**»

پس تامل دارد، صبر و شکیبایی دارد، چشمش سیر است، از جهان چیزی نمیخواهد. موثر است، یعنی بخشنده و ایثار کننده است. پاک دامن است.

«کین تانی پرتو رحمان بود** وان شتاب از هزه شیطان بود**»

این تامل و آرامش از نور خداست. آن شتاب و وسوسه از تحریک و وسوسه شیطان است. پس هر موقع ما عجله داریم، کلاغ ما را تند تند به آینده میبرد، این لحظه را ما مانع یا مساله یا دشمن میبینیم، ما از هزه

شیطان استفاده میکنیم، یعنی از نیروی محرکه من ذهنی. هر موقع تانی داریم، ساکن هستیم و به جهان نگاه میکنیم، پرتو خدا ما را هدایت میکند. مولانا در دفتر سوم، بیت ۳۴۹۷ این مطلب را مجدد بیان میکند:

«که تانی هست از رحمان یقین ** هست تعجیل ز شیطان لعین»

این بیت همان معنی توضیح داده شده در بیت قبل را دارد.

«پیش سگ چون لقمه نان افکنی ** بو کند آنگه خورد ای معنی»

معنی یعنی اعتنا کننده. تو حضور اعتنا کننده هستی. تو نباید در وضعی بیایی که حتی از سگ کمتر باشی. مکرر کیسه‌ات را پر کنی بدون اینکه حتی بفهمی آن چه چیزی هست! ما لازم است که رنجش، کینه، حسادت و مثل اینها را بخوریم؟ خیر. باید بو کرد.

«او به بینی بو کند، ما با خرد ** هم ببویمش به عقل منتقد»

منتقد یعنی خالص شده. سگ با بینی بو میکند و ما با خردی که از آن سمت می‌آید. با خردی که از من ذهنی نیست، از او گرفته شده و به زندگی زنده شده است.

حدیث

درنگ و تامل از خداوند است و عجله از شیطان.

درنگ و تامل یعنی سکون و آرامش و نگاه کردن به صورت ناظر به جهان و سنجیدن و سپس استفاده از آن.

«زانکه شیطان بترساند ز فقر ** بارگیر صبر را بکشد به عقر»

شیطان انسان را از فقری میترساند و پاهای اسب بارکش صبر را پی میکند.

«از نبی بشنو که شیطان در وعید ** میکند تهدیدت از فقر شدید»

از قرآن بشنو که شیطان شما را از فقر، تهدیدی میترساند. یعنی اگر شما بخواهید این چهار مرغ را بکشید و شناسایی کنید، این چهار مرغ شما را ول نمیکند. شیطان پشت این مرغ‌هاست. شیطان نماینده‌اش در ما من ذهنی است. من ذهنی دائماً میگوید که این مرغ‌ها خوب هستند. تو اگر این راه را نیایی، بیچاره میشوی.

«که مرا زان سو، بیندیش ای غوی ** که اسیر رنج و درویشی شوی»

یعنی شما اگر بخواهی از جهان بکنی، بند ناف را ببری، شیطان یا من ذهنی که اتنومی دارد، به این سادگی اجازه نمیدهد. به ما میگوید که ای گمراه، ای بی‌عقل بداندیش، داری چکار میکنی؟ تو میخواهی برگردی بروی، این حرفها چیست، به زندگی زنده بشوم، فقط همین چهار مرغ هست!

قرآن کریم، سوره بقره (۲)، آیه ۲۶۸

الشَّيْطَانُ يَعِدُكُمُ الْفَقْرَ وَيَأْمُرُكُم بِالْفَحْشَاءِ وَاللَّهُ يَعِدُكُم مَّغْفِرَةً مِنْهُ وَفَضْلًا وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ

ترجمه فارسی

شیطان شما را وعده تنگدستی دهد و به تباهکاری فرمانتان راند. در حالیکه خداوند به آمرزش و بخشایش خود شما را وعده دهد. و خداوند وسعت بخش داناست.

«تا خوری زشت و بری زشت، از شتاب ** نی مروت، نی تانی، نی شتاب **»

شیطان شما را اینطور گول میزند، که زشت بخوری، زشت ببری. هر چیزی از بیرون این حالت را دارد. در این کار عجله کنی، اینقدر عجله کنی که مثل آن دزد متوجه نشوی که این چه چیزی هست؟ مروت و درنگ هم نداشته باشی. ثواب در اینجا میتواند میزان زنده شدن شما یا میزان ایجاد حضور باشد یا ثواب آخرت. آخرت در اینجا همین الان است که زنده میشوید. ببینید کارهایی که شما میکنید آیا به زنده شدن شما کمک میکند.

«لاجرم کافر خورد در هفت بطن ** دین و دل باریک و لاغر، زفت بطن **»

بطن یعنی شکم. بنابراین کسی که من دارد و این من زندگی و لحظه را به طور کامل پوشانده، در اثر سلطه این چهار مرغ با هفت شکم میخورد. بدون هیچگونه بازبینی و تأمل با عجله میخورد. در نتیجه دل و دینش باریک و لاغر میشود، ولی شکمش خیلی گنده است.





To order newest Ganj e Hozour CDs or DVDs, from every part of the world.

In Iran Please Contact:
Telegram: 910-064-2600
Office: (0990) 194 4103

Please contact
(818)970-3345
(818)224-4164
in USA, or email address:
shahbazi@rapidtest.com

Support Ghanje Hozour from
IRAN

Hesabe Sepehr / Bank Saderat
Acc.No. 0209825346002
Card .No. 6037 6915 7381 4480
Masoud Nonezhad

بانک صادرات
 حساب سپهر
 شماره حساب: 0209825346002
 شماره کارت: 6037 6915 7381 4480
 به نام: مسعود نونزاد

Support Ghanje Hozour from **Europe** and **U.S.A:**

WELLS FARGO BANK

6001 Topanga Canyon Blvd, Woodland Hills , CA
91367 USA.

Beneficiary Name: TREASURE OF PRESENCE FOUNDATION, INC.

Account #: 9375957264 Routing: 121000248

Swift #WFBIUS6S

Also you can support us by
Credit Card (Visa or MasterCard)

Or

send Cash or Check to this address:

Parviz Shahbazi

**P.O.BOX 745 Woodland Hills, CA
91365 U.S.A**