

گر ساعتی ببری ز اندیشه‌ها چه باشد  
غوطی خوری چو ماهی در بحر ما چه باشد  
ز اندیشه‌ها نخسپی ز اصحاب کهف باشی  
نوری شوی مقدس از جان و جا چه باشد  
آخر تو برگ کاهی ما کهربای دولت  
زین کاهدان بپری تا کهربا چه باشد  
صد بار عهد کردی کاین بار خاک باشم  
یک بار پاس داری آن عهد را چه باشد  
تو گوهری نهفته در کاه گل گرفته  
گر رخ ز گل بشویی ای خوش لقا چه باشد  
از پشت پادشاهی مسجود جبرئیلی  
ملک پدر بجویی ای بی‌نوا چه باشد  
ای اولیای حق را از حق جدا شمرده  
گر ظن نیک داری بر اولیا چه باشد  
جزوی ز کل بمانده دستی ز تن بریده  
گر زین سپس نباشی از ما جدا چه باشد  
بی سر شوی و سامان از کبر و حرص خالی  
آنگه سری برآری از کبریا چه باشد  
از ذکر نوش شربت تا وارهی ز فکرت

در جنگ اگر نیچی ای مرتضا چه باشد

بس کن که تو چو کوهی در کوه کان زر جو

که را اگر نیاری اندر صدا چه باشد

با سلام و احوالپرسی برنامه گنج حضور امروز را با غزل شماره ۱۱۶ از دیوان شمس مولانا شروع می‌کنم.

همانطور که می‌دانید گنج حضور حس زنده بودن به این لحظه و آگاهی داشتن به آن است. امروز در غزل مولانا درباره کیفیت تبدیل شدن از یک فرم، صورت یا نقش به عبارت دیگر کیفیت تبدیل شدن از یک واکنش و هیجان ذهنی به زنده بودن زندگی این لحظه یا تبدیل شدن به فضای اطراف این واکنش و هیجان ذهنی صحبت می‌کنیم.

گر ساعتی ببری ز اندیشه‌ها چه باشد

غوطی خوری چو ماهی در بحر ما چه باشد

ساعت در اینجا منظور ظرف زمان است. اگر لحظه ای از اندیشه‌ها ببری و در دریای ما غوطه خوری چه باشد؟! چه می‌شود اگر برای مدت زمان کوتاهی این کار را انجام دهی؟! اگر از اندیشه ای که مدام در این لحظه به آن مشغولی و این جریانی سیل آساست که دایم ترا با خودش می‌برد و هیجانی هم با آن همراه است ببری چه می‌شود؟! برآستی اگر ما لحظه ای از اندیشه‌ها که بسیار برایمان مهم هستند ببریم به چه صورتی در می‌آییم؟ همانطور که در خودتان ملاحظه می‌کنید هر اندیشه ای که در سر ما بوجود می‌آید بصورت یک صدایی حس می‌شود که کسی در سر ما حرف می‌زند. همانطور که در بیت آخر می‌گوید: بس کن که تو چو کوهی در کوه کان زر جو.

تو مثل کوهی هستی و در آن کوه، معدن زر را جستجو کن. اگر تو این کوه را به صدا در نیاوری چون ذهن ما همانند کوهی هست که صدا در آن می پیچد. اصل این صدا ما هستیم و که غیر از این کوه و صدایی که در آن می پیچد هستیم. ما فضای پدید آورنده این صدا هستیم پس ما صدا نیستیم و می توانیم از این صدا ببریم.

اگر شما به فکرهای خود گوش کنید متوجه می شوید که ذهن شما حرف می زند و ذهن می خواهد نشان دهد که این اندیشه ها بسیار بسیار مهم هستند و تمام توجه ما را می خواهند به خود جذب کنند. وقتی اندیشه ای تمام توجه ما را به خودش جذب می کند ما با آن هم هویت می شویم و بر اساس آن موجودی بنام من ذهنی می سازیم. اگر از اندیشه ای که این لحظه پدید می آید ببریم به فضای در بر گیرنده این اندیشه تبدیل می شویم یعنی فضای خود زندگی، فضای فنا و لا مکان که در این غزل راجع به آن صحبت خواهیم کرد.

بنابراین اگر ما همه توجه خود را به اندیشه ندهیم و مقداری از این توجه را که بصورت زندگی خام هست نگه داریم می توانیم حس زندگی کنیم. وقتی تمام توجه ما در فکرها سرمایه گذاری می شوند همانند فکری که الان در سر ما هست دیگر چیزی برای حس زندگی باقی نمی ماند. ما باید فکرهايمان را معتبر بشماریم ولی برای ما مهم نباشند یعنی تمام زندگی را در آن سرمایه گذاری نکنیم. در سطر بعدی توضیح خواهم داد که چه اتفاقی می افتد اگر ما به این کار ادامه دهیم.

پس می گوید اگر از فکرها جدا شوی بصورت ماهی در دریای ما شناور خواهی شد پس بصورت ماهی منظور آگاهیست. آگاهی در ما وجود دارد اما بصورت

جسمی، حجمی، وزنی نیست و شما نمی توانید آنرا لمس کنید. منظور آگاه شدن زندگی در وجود ما از خودش بوسیله ماست. درست همانند اینکه زندگی از طریق چشمان ما نگاه می کند و اگر این اتفاق بیافتد تمام جهان زیبا بنظر می آید و آنطور دیده نخواهد شد که ما الان می بینیم. ما الان با چشم من ذهنی به جهان نگاه می کنیم برای همین جهان جایی پر مخاطره و زشت بنظر می آید اما اگر از چشمان آن ماهی به جهان نگاه کنیم می بینیم که جهان زیباست و آن خطرات و زشتیها بوسیله من های ذهنی بوجود می آید.

### ز اندیشه‌ها نخسپی ز اصحاب کهف باشی

### نوری شوی مقدس از جان و جا چه باشد

اگر در خواب اندیشه فرو نروی از اصحاب کهف می شوی و نوری می شوی مقدس از جان و جا. اصحاب کهف همانطور که می دانید بنابر روایات مختلف هفت نفر بودند و دیندار حقیقی بودند و در زمان دقیانوس زندگی می کردند و از دست دقیانوس گریختند و به غاری پناه بردند و در ضمن سگی داشتند بنام سگ اصحاب کهف معروف است. آنها مدت طولانی در آن غار ماندند. مولانا این تمثیل را می آورد که اصحاب کهف از شر و شور دنیا خوابیده بودند به عبارتی دیگر هوشیار به زندگی و دیندار حقیقی بودند و آن کسانی که دنبال آنها بودند در خواب من ذهنی و اندیشه بودند.

در اینجا ممکن است سگ تمثیل من ذهنی باشد. این سگ همانطور که قصه می گوید از حالت وحشیگری و سگ بودن به نیروی هوشیاری این لحظه تبدیل می شود. البته تمثیل این هست که اگر ما به هوشیاری زنده شویم، من ذهنی از من بودن به ذهن ساده و هوشیار تبدیل می شود. پس ذهن در خدمت هوش این لحظه

قرار می گیرد و دیگر من نخواهد داشت. بنابراین سگ اصحاب کهف تبدیل به نیکی و زندگی می شود. این تشبیه سگ به من ذهنی بسیار گویاست. همانطور که سگ بدنبال استخوان است برای جویدن، ذهن هم بدنبال فکر هاست که بجود و دایما با این مشغول باشد. ذهن نه تنها بدنبال فکر می گردد که بجود بلکه بدنبال فکر می گردد تا از آن هویت درست کند به همین دلیل من ذهنی بوجود می آید. اگر ذهن بدنبال فکر نمی گشت که با آن اندیشه بسازد من ذهنی اصلا وجود نداشت. ما مرتب بدنبال فکر می گردیم تا با آن هم هویت شویم.

نوری شوی مقدس از جان و جا. جا منظور هر چیزی که حجم دارد و فضا را اشغال می کند پس ما می توانیم آنرا لمس کنیم یا بشنویم. حسهای ما شکل و فرم دارند بنابراین جا ندارند. هر چیزی که بتوان حس کرد جا دارد. هیجانات ما هم جا و مکان هستند و مکان را به این معنی ندانید که از نقطه آ به نقطه ب می رویم. در فلسفه، جا و مکان به معنی چیزی که خلق شده و جا هست و چیزی که خلق نشده و خام هست یعنی هنوز به شکل و صورت در نیامده بیجا یا لامکان یا فضای فنا و سکون است.

**بی جا شو در وحدت در عین فنا جا کن**

**هر سر که دویی دارد در گردن ترسا کن**

بی جا شو یعنی الان که با فرم خود و فکرهایت هم هویت شده ای همه را رها کن و بی جا شو. در اینجا مولانا مطلب مهمی را بیان می کند و می گوید:

**نوری شوی مقدس از جان و جا چه باشد.** اگر هوشیاری ما در این لحظه به این صورت باشد که هم از جا یعنی فکرها، هیجانات و فیزیک خود آگاه باشیم و هم از فضای بوجود آورنده این فکرها و هیجانات آگاه باشیم پس ما نوری مقدس

شده ایم. در حالتیکه ما با ذهن هم هویت هستیم یعنی همه افراد کره زمین که با ذهن هم هویت هستند آگاه به جا هستند ولی آگاه به جان نیستند. وقتی ما آگاه به جا هستیم و آگاه به جان نیستیم از جا هم نمی توانیم فیضی ببریم. چون این مطلب بسیار مهم است توضیح بیشتری می دهم. وقتی فکری تمام توجه شما را جذب و جلب می کند با این فکرها بلعیده می شوید. فکری که در سر شما همانند یک صدا پدید می آید هیچ توجهی باقی نمی گذارد که آگاهی از جان برای شما بوجود بیاورد. حالا فرض کنید مقداری از توجه شما از فکرها آزاد شود و همه توجه خود را روی فکری که در سر شما پدید می آید نگذارید. بنابراین مقداری هوشیاری و آگاهی در اطراف موضوعی که شما فکر می کنید بوجود می آید.

حالا این هوشیاری و آگاهی که اسمش را هوشیاری و آگاهی این لحظه می نامیم مشاهده گر و ناظر فکری که شما را محاصره کرده می شود. اگر توجه خود را هر چه بیشتر از فکر این لحظه جدا کنید این فضا وسیعتر می شود بنابراین فضای ناظر فکر شما شروع به قویتر شدن می کند. این قویتر شدن با ادامه و تمرین بجایی می رسد که فضای محاصره کننده فکر شما یا واکنش و هیجان شما که درون این فضاست از خودش آگاه می شود.

در اینصورت اتفاق عجیبی رخ می دهد که دیگر شما تماما بوسیله فکر خود بلعیده نمی شوید. پس فضای هوشیاری از خودش آگاه شده و شما مستقر و مقیم در آن هستید و خودتان را آن فضا می دانید و هویت خود را از آن فضای هوشیاری می گیرید. در اینصورت فکر ما تماما به خدمت فضای هوشیاری در می آید و آن فضا از طریق شما به جهان و فکرها نگاه می کند و فکر شما می تواند از فضای حضور الهام بگیرد. در اینصورت سگ اصحاب کهف از سگی در می آید به نور مقدس تبدیل می شود و تمام منیت و حرص و کبر ما از بین

می رود و جان و جا در اختیار این آگاهی قرار می گیرد و ذهن، محل بیان این هوش می شود.

### آخر تو برگ کاهی ما کهربای دولت

### زین کاهدان بپری تا کهربا چه باشد

زندگی می گوید: تو یک برگ کاه هستی و ما کهربای دولت هستیم. ما نیکبختی هستیم که بصورت کهربا کاه ترا به کاهدان خود جذب می کنیم. اگر از این کاهدان که به علت اینکه نمی توانی بپری بسوی ما بپری چه می شود؟! کسانی که فقط ذهن را می شناسند از دنیا به نظر خودشان خبر دارند اما زنده بخدا نیستند و جهان را هم درست نمی شناسند و فکر می کنند جهان را می شناسند از جهان لذت و فیض نمی برند. به محض اینکه به جهان مادی نگاه کنیم و با چیزها هم هویت شویم ترس تمام وجود ما را می گیرد. چون جهان مادی همیشه در حال تغییر است پس ما را می ترساند و ترس اجازه نمی دهد جهان را درست ببینیم و جهان را کج و ماوج می بینیم و نمی توانیم نور مقدس شویم.

### صد بار عهد کردی کاین بار خاک باشم

### یک بار پاس داری آن عهد را چه باشد

صد بار به خودت قول دادی که بعد از این خاک می شوم، متواضع می شوم، با موضوعات کوچک و بزرگ خشمگین نمی شوم، کینه نمی ورزم، کبر و حرص ندارم، توقع ندارم، حسادت، قضاوت و غیبت نمی کنم. همه اینها خاکی بودن و هیچ بودن است. اگر یکبار این عهد را پاس بداری و به قولی که به خودت دادی وفا کنی چه می شود!!

تو گوهری نهفته در کاه گل گرفته

گر رخ ز گل بشویی ای خوش لقا چه باشد

از پشت پادشاهی مسجود جبرئیلی

ملک پدر بجویی ای بی‌نوا چه باشد

ما چون از ملک پدر ناآگاه هستیم بینوا هستیم و چون از فضای جان ناگاه هستیم نوا نداریم. در واقع هر چه که به ما می دهند کافی نیست. من ذهنی سیری ناپذیر است. ما فکر می کنیم شادی زندگی از بیشتر داشتن است. هرچه بیشتر بهتر شعار ماست. فکر می کنیم که هرچه بیشتر بدست بیاوریم بیشتر شاد خواهیم بود اما حواسمان نیست که ملک پدر را باید بجویم. تو از نسل پادشاه (خدا) هستی و کسی هستی که جبرئیل به تو سجده کرده است. ما وقتی تبدیل به جان می شویم دیگر آن فضای خلاق تمام عالم است که در ما کار می کند و از هر فرمی بالاتر است. ما نباید بگوییم در اینصورت من خدا هستم و کبر پیدا کنیم چون گفتن خود این حرف هم من ذهنیست. زمانیکه او از چشمان ما نگاه می کند جهان نیک به نظر می آید. در کتابهای مذهبی می خوانیم که: خدا جهان را خلق کرد و به جهان نگاه کرد و دید جهان نیک بود و این اتفاق می افتد ولی زمانیکه ما از چشمان آن فضا ببینیم یا چشمان ما در اختیار آن فضای خلاق قرار بگیرد تا به جهان نگاه کند. در اینصورت ما هم او می شویم و به جهان نگاه می کنیم و جهان نیک دیده می شود. اگر امروز فرصت کنیم مطالب دیگری از مثنوی خواهیم خواند.

ای اولیای حق را از حق جدا شمرده

گر ظن نیک داری بر اولیا چه باشد



اولیا اشخاصی هستند که تماما به جان تبدیل شده اند. یعنی جانشان آنقدر زنده شده که فضای هوشیاری از خودش آگاه هست و هر زمان که نیاز دارند از فکرهای خود استفاده می کنند و هر زمان که می خواهند آنرا خاموش می کنند. مولانا می گوید: آیا چنین افرادی را از خدا جدا می دانید؟ تو در ذهن خود محبوس هستی و غیر از فکرهایت چیز دیگری را نمی بینی و اگر کسی هم زنده به حضور باشد و تو او را ببینی نمی توانی چنین شخصی را درک کنی و بشناسی. فکر می کنی اینها از خدا جدا هستند. تو که جز ظن بردن چیزی نداری برای یکبار هم که شده ظن نیک ببری چه می شود؟! به شما سود می رساند چون بتدریج متمایل می شوید که همانند آنها شوید.

### بخش دوم

#### جزوی ز کل بمانده دستی ز تن بریده

#### گر زین سپس نباشی از ما جدا چه باشد

تمثیلی که مولانا می زند برای نشان دادن وضع فعلی ما که جزوی از کل و مانده است. وقتی ما به من ذهنی تبدیل می شویم از کل جدا می شویم و جزو می شویم و این جزو هستی ندارد و بی آب و خشک است. برای اینکه به آن چشمه حیات وصل نیست و آب زندگی از او جاری نمی شود. چنین شخصی جلوی زندگی را می گیرد و مقاومت می کند و اجازه نمی دهد آب زندگی از او جریان پیدا کند. همانند دستی که از تن بریده باشند این جزو هم از کل و امانده است. واضح است که این دست می میرد و از بین می رود چون تن است که به دست نیرو می دهد. مثال مسیح که می گوید: شبیه درخت تاک هستی که از تاک بریده شده است. در این مثال منظور از درخت تاک منبع شراب هم هست بنابراین

وقتی ما من ذهنی می سازیم و در آن باقی می مانیم و آنرا ادامه می دهیم و فکرهایمان را جدی می گیریم و از آنها نمی بریم و جدا نمی شویم از چشمه زندگی جدا می شویم.

### بی سر شوی و سامان از کبر و حرص خالی

#### آنگه سری بر آری از کبریا چه باشد

سر و سامان ما چیزهایی هستند که از هویت فکری می گیریم و ذهن جهان را طوری نشان می دهد که ما سر و سامان داریم ولی این سر و سامانها دایما در خطر هستند. هر چیزی که ما آن را سر و سامان می نامیم همانند خانه، دوستان، فرزندان، مقام دنیایی و باورهایمان همیشه در خطر هستند. تو اینها را داری و با اینها سر و سامان نداری ولی یک چیز دیگری وجود دارد بنام هوشیاری که اگر آن جان هوشیاری در ما بیدار شود به ما سر و سامان زندگی می بخشد.

اگر ما این چیزهای دنیایی را رها کنیم بی سر و سامان می شویم و از کبر، حرص و منیت خالی می شویم. حرص یعنی جایگزین کردن چیزی در آینده که فکر می کنیم زندگی در آن وجود دارد بجای شاد بودن این لحظه. اگر ما الان راجع به چیزی در آینده فکر می کنیم که با رسیدن و بدست آوردن آن زندگی شروع خواهد شد ما داریم حرص می زنیم بنابراین از شادی بی سبب و جوشان در این لحظه بی اطلاع و نا آگاه هستیم. اگر کبر و حرص را از دست بدهیم و به آینده نگاه نکنیم سر و سامان زندگی بوجود می آید. مولانا می گوید: چه می شود اگر تو اجازه بدهی چنین تبدیلی در تو بوجود بیاید و در اینحالت زندگی از تو بیان شود؟!!!

از ذکر نوش شربت تا واره‌ی ز فکرت

## در جنگ اگر نیچی ای مرتضا چه باشد

تو برای اینکار از ذکر شربت بنوش یعنی صدایی که در ذهنت بوجود می آید و می گذرد کاری کن آن صدا، جان را در تو بیدار کند. ذکر یعنی تکرار چیزی در ذهن به شرط آنکه آن چیز در ذهن، ما را به و رای خودش که جان یا زندگی است هدایت کند. اگر آن چیز جان را در ما زنده کند گفتن آن چیز ذکر است. به لحاظی هر چیزی در این جهان ذکر است اما چون ما در ذهن هستیم از آن بی اطلاع هستیم. اگر کلماتی در زندگی شما وجود دارد که این کلمات جان را در شما زنده می کند پس آن کلمه را استفاده کنید.

همانند کلمه عسل که با گفتن آن شیرینی عسل در وجود ما پدید می آید. مثلا بگوییم خدا و جان در ما زنده شود صرف نظر از کلمه، جانی در ما پدید بیاید که عشق حاصل از آن را در تمام وجودمان حس کنیم پس آن کلمه کار خودش را کرده است. تو از ذکر آن کلمه، شربتش را بنوش و حس زنده بودنی که از گفتن آن کلمه بوجود می آید تا از فکر خلاص شوی. اگر ما زنده به جان شویم ذهن ما خاموش می شود در اینصورت جان زنده می شود و فضای حضور از خودش آگاه می شود و من ذهنی وجود خودش را رها می کند چون حس وجودی دیگر در آن سرمایه گذاری نمی کنیم.

حس بودن و زنده بودن در مبنای جان است و ما زنده به او هستیم و زنده به فکر خود نیستیم در آنصورت ذهن خاموش می شود. تسلسل فکری در ما کم یا خاموش می شود و اگر احتیاج به فکر داشته باشیم فوراً می توانیم آنرا به کار بیندازیم. پس با خاموش شدن ذهن، ما از ستیزه دست برمی داریم. ستیزه کننده من ذهنیست. با رویدادی، شخصی، شرایطی ستیزه می کنیم برای اینکه خودمان

را معین کنیم و بگوییم من جدا از تو هستم و من، من هستم و تو، تو هستی برای همین فاصله خود را زیادتیر می کنیم و این پوسته بیرونی فاصله را بیشتر می کنیم تا بگوییم من جدا از تو هستم. در طول تاریخ قبیله ها با هم جنگیده اند تا همین را ثابت کنند و خود را جدا از دیگران کنند. این در واقع من ذهنی یا مای ذهنی و منیت بوده است. ای مرتضا یعنی خوشنود و راضی به این فضای پذیرش. در ضمن مرتضی لقب حضرت علی هم هست. تو که فضای زنده این لحظه هستی اگر خودت را در این کبر، حرص و منیت سرمایه گذاری نکنی و ستیزه نکنی چه می شود؟!!

**بس کن که تو چو کوهی در کوه کان زر جو**

**که را اگر نیاری اندر صدا چه باشد**

تو مثل کوه هستی و بس کن و معدن طلا را پیدا کن. وقتی فضای بودن در این لحظه قوت می گیرد آنرا گنج حضور می نامیم. گنج حضور همان گنج زندگی زیر فکرها و هیجانات ماست. پس اگر کوه را به صدا در نیآوری چه می شود؟! ما انگار وسط یک کوهستان ایستاده ایم و صدای ما منعکس می شود و این کار را دایم تکرار می کنیم. این کاریست که ما در ذهن انجام می دهیم. حالا اگر تو این کار را ادامه ندهی چه خواهد شد؟!!

**اجازه بدهید متنی از مثنوی، سطر ۳۲۵۹ دفتر چهارم بخوانیم.** همانطور که مولانا مطرح می کند ما برای دست یافتن به زنده بودن زندگی می بایستی که بروی خودمان کار کنیم و اگر روی خودمان کار کنیم جهان زیباتر خواهد شد ولی من ذهنی دایما اشتغال به تغییر اطراف ما دارد. البته این گفته ها به این معنی نیست که ما نباید حرکت و تلاش کنیم و اطراف خودمان یا وضعیتهای

زندگی خود را رها کنیم و هیچ کاری نکنیم چون می‌گوییم فقط این لحظه وجود دارد. منظور این است که زنده به جان حضور شویم و آن جان حضور هدایتگر فکرها و اعمال ما برای تغییراتمان باشد.

کل عالم صورت عقل کلست      کوست بابای هر آنک اهل قل است

چون کسی با عقل کل کفران فزود      صورت کل پیش او هم سگ نمود

صلح کن با این پدر عاقی بهل      تا که فرش زر نماید آب و گل

پس قیامت نقد حال تو بود      پیش تو چرخ و زمین مبدل شود

کل عالم به صورت در آمده و نقش عقل کل است. عقل کل بابا و پدر هر کسی است که اهل قل (بگو) است. کسی که اهل قل است کسی است که تسلیم به اوست و زنده به جا و جان است. جان از طریق جا و ذهن انسان به حضور رسیده صحبت می‌کند. بنابراین هر چه که او (زندگی) می‌گوید انسان به حضور رسیده هم همان را می‌گوید و از خودش چیزی ندارد که بگوید پس نیروی زندگی خام هست که از طریق او حرف می‌زند و عمل می‌کند. در کتابهای مذهبی هم می‌خوانیم که پروردگار می‌گوید: آیا من پروردگار تو نیستم و ما جواب دادیم: بله. اگر این بله را ادامه دهیم باید منیت کاملاً زایل شود و ذهن ما در اختیار نیروی زندگی قرار بگیرد تا هر چه او می‌گوید ما بیان کنیم. عقل کل، پدر ماست در صورتیکه آگاه باشیم هر چه که او می‌گوید بگوییم و چیز دیگری نگوییم.

چون کسی با عقل کل کفران فزود      صورت کل پیش او هم سگ نمود

سگ در اینجا ناآگاهی و وحشیگری من ذهنی است که می‌خواهد جهان را خراب

کند و انسانها و خودش را عذاب دهد. مولانا این حالت را سگی می نامد. در اصل سگ حیوان بسیار بی آزاریست در مقابل انسانهایی که من دارند. انسانهایی که من بزرگ دارند دایما در شکنجه خود و محیط اطراف خود هستند. این افراد را باید در کنترل نگه داشت در غیر اینصورت همه چیز را خراب می کنند.

وقتی با عقل کل که بابای ماست ستیزه و کفران کنیم عالم در چشمان این انسان بصورت سگ در می آید چون خودش بصورت سگ در آمده است پس در چشمانمان این شخص دنیا جای زشت و خطرناکی است و باید از خودش دفاع کند و قبل از اینکه سگ به ما حمله کند باید حمله کنیم باید از عقاید خود دفاع کنیم، چیزی به ما بگویند به ما برمی خورد، اگر عقیده ای خلاف خود ببینیم باید دفاع کنیم و از بین ببریم چون می ترسیم.

### صلح کن با این پدر عاقی بهل تا که فرش زر نماید آب و گل

این سرکشی را رها کن و با این پدر صلح کن یعنی این لحظه را همین طور که هست بپذیر. پدر این لحظه و فضای زنده این لحظه است غیر از این لحظه و زندگی این لحظه هیچ چیز وجود ندارد و پدر این لحظه و پذیرش بی قید و شرط این لحظه است. بنابراین باید تسلیم شویم تا با فر ایزدی یعنی انرژی که او به تو می دهد زندگی بی انرژی تو تبدیل به زر زندگی شود و در چشمان ما زندگی زیبا شود. زر سمبل زندگی است.

### پس قیامت نقد حال تو بود پیش تو چرخ و زمین مبدل شود

قیامت تغییر حال توست از این منیت به زندگی نقد. کسی که در من ذهنی زندگی می کند دایم به آینده نگاه می کند و پر از حرص است. ما در وهم هستیم پس فقط مژده می شناسیم یعنی در آینده زندگی می کنیم و این لحظه را تبدیل به

وسيله اى براى رسيدن به اينده مى كنيم چون فكر مى كنيم زندگى در اينده است. اگر تو به نقد زندگى در اين لحظه برسى اين همان قيامت است. تعريف قيامت يعنى حس فضاى زنده اين لحظه قيامتى است كه در آن هيچ مسيله، غصه، كينه و خشمى در آن نمى تواند در اين فضاى زنده باقى بماند. پس ما بايد تغيير كنيم نه اينكه بگويم اگر شخص ديگرى تغيير كند زندگى من بهتر خواهد شد. تنها كسى كه كنترل و تغيير او دست ماست، خود ما هستيم و با اين تغيير است كه جهان طور ديگرى ديده خواهد شد.

### من كه صلح دايما با اين پدر اين جهان چون جنتستم در نظر

مولانا خودش را مثال مى زند كه چون با اين پدر دايم در آشتى و صلح هست اين جهان بصورت بهشت بنظر او ميايد.

### هر زمان نو صورتى و نو جمال تاز نو ديدن فرو ميرد ملال

من هر زمان صورتى و نقشى نو و جمالى نو مى بينيم و نقشها در نظر من زيبا هستند و از ديدن نقش زيباى نو ملال من فرو مى ريزد. بى حوصلگى و ملال ما براى اين است كه فكرهاى كهنه را زنده مى كنيم و با آنها مانوس هستيم و چون من ساخته ايم و اجازه نمى دهيم چيزهاى نو بيابند و كهنه ها بروند چون فكر مى كنيم زندگى را از دست مى دهيم. چون در فكرهاى كهنه مانده ايم دايم حس بى حوصلگى مى كنيم و براى نجات از اين بى حوصلگى و دلمردگى من ذهنى به چيزهاى كهنه دست مى زند. مثلا روزنامه مى خوانيم يا تلويزيون تماشا مى كنيم. تمام اينها باز هم چيزهاى كهنه هستند و چيزهاى معمولى را به ياد ما مى آورند، چند ساعت ما را مشغول مى كنند. نكات اساسى من ذهنى هم هويت بودن با چيزها و باورهاى كهنه است، هيچانات كهنه، خشم، ترس و كينه هايمان

را دوست داریم و با آنها مانوس هستیم. حس مظلومیت که داریم با آن حس هستیم، دلمردگی برای ما می آورد. پس مولانا می گوید من مرتب نویی می بینم و در این نویی زیبایی می بینیم تا ملال از من برود. حتی با این چیزهای نو هم هویت نمی شوم و آنها رانمی پرستم. هر لحظه صورت نو می آید و می رود. این لحظه محل چیزهای نو و جوشان است برای ما.

### من همی بینم جهان را پر نعیم      آبها از چشمه‌ها جوشان مقیم

مولانا می گوید: من این جهان را پر از نعمت و انبساط می بینم برعکس برخی از ما که با دید ذهن به جهان نگاه می کنیم و جهان را پر از خساست، تنگ نظری و انقباض می بینیم. آبها در اینجا آب زندگیست. مولانا می گوید: من به هر چیزی که نگاه می کنم نباتات، حیوانات و انسانها در همه آنها آب جوشان زندگی را می بینیم.

### بانگ آبش می رسد در گوش من      مست می گردد ضمیر و هوش من

بانگ این آب جوشان به گوش من می رسد و هوش زنده مرا مست می کند و جان و جای من از گوش دادن به فوران آب زندگی در این جهان مست می شود.

### شاخه‌ها رقصان شده چون ماهیان      برگها کفزن مثال مطربان

اینطور که من به جهان نگاه می کنم شاخه های درختان را همانند ماهیان رقصان می بینیم. (بعضی نسخه ها تایبان هست که به معنی کسانی که توبه کردند اما در اینجا زیبا بنظر نمی آید). می بینید که مولانا زنده به جان و جاست و با این پدر که زنده بودن زندگی این لحظه است در صلح است برای همین جهان را اینطور می بیند. اما اینها که من (مولانا) می بینم بخش کوچکی از زندگیست. چون:



## برق آینه‌ست لامع از نمد      گر نماید آینه تا چون بود

برق آینه ایست که از میان روزنه های نمد می درخشد و بیرون می آید و به من می رسد. اگر خود آینه به ما رو کند و آنرا ببینیم چه می شود؟؟ و چقدر زیبا باید باشد؟؟ نمد همان پرده ذهن و پندار است. درست است که انسانها با زندگی می ستیزند و جلوی زندگی را می گیرند اما باید این لحظه را بپذیریم و حرکت کنیم و اجازه دهیم این لحظه و فضای پذیرش و زنده آن الهام بخش حرکت و فکر ما باشد. پذیرش این لحظه به این معنی نیست که حرکتی نکنیم، فکری و اقدام به کاری نکنیم ولی باید این لحظه را بپذیریم تا خدا الهام بخش فکر و اعمال ما باشد تا حرکت درستی انجام دهیم. اگر آن آینه و حضور کامل در انسانها بوجود بیاید ببینید که چه خواهد شد.

## از هزاران می‌نگویم من یکی      ز آنک آکندست هر گوش از شکی

این چیزهایی که من (مولانا) به شما می گویم از هزاران یکی هم نیست. چرا بیشتر نمی گویم؟ چون هر گوشه پر از شک است و شک همان توهمهای ماست. ما با هر باوری که هم هویت می شویم کهنگی آنرا حس نمی کنیم ولی اینکه دل مرده، بی حوصله، بی انرژی و بی آب هستیم و میل به جنگیدن با نویی داریم و بی انعطاف هستیم و ستیزه، کینه، خشم و ترس داریم اینها علایم این دلمردگی و هم هویت بودن با باورهایمان است. هر گوشه پر از این توهمهاست و اگر بیشتر از این هم بگویم هیچ فایده ای ندارد و نمی شنوند و طور دیگر تفسیر و قضاوت می کند.

## پیش و هم این گفت مژده دادنست      عقل گوید مژده چه نقد منست

و هم وقتی چیزی را می شنود آن را مژده می داند و مژده چیزی در آینده است

وقتی وهم می شنود می گوید: به به چه خوب به فلان چیز در آینده خواهم رسید پس به زندگی خواهم رسید. عقل می گوید مژده چی هست؟؟ من در این لحظه می توانم به زندگی زنده شوم و زندگی را نقدا تجربه کنم.