

خشمین بر آن کسی شو کز وی گزیر باشد
یا غیر خاک پایش کس دستگیر باشد
گیرم کز او بگردی شاه و امیر و فردی
ناچار مرگ روزی بر تو امیر باشد
گر فاضلی و فردی آب خضر نخوردی
هر کو نخورد آبش در مرگ اسیر باشد
ای پیر جان فطرت پیر عیان نه فکرت
پیری نه کز قدیدی مویش چو شیر باشد
پیری مکن بر آن کس کز مکر و از فضولی
خواهد که بازگونه بر پیر پیر باشد
پیری بر آن کسی کن کو مرده تو باشد
پیش جلالت تو خوار و حقیر باشد
چون موی ابروی را و همش هلال بیند
بر چشمش آفتابت کی مستدیر باشد
آن کس که از تکبر مالد سیال خود را
از نور کبریایی چون مستنیر باشد
عرضه گری رها کن ای خواجه خویش لا کن
تا ذره وجودت شمس منیر باشد

جلوه مکن جمالت مگشای پر و بالنت

تا با پر خدایی جان مستطیر باشد

بربند پنج حس را زین سیل‌های تیره

تا عقل کل ز شش سو بر تو مطیر باشد

بی آن خمیرمایه گر تو خمیر تن را

صد سال گرم داری نانش فطیر باشد

گر قاب قوس خواهی دل راست کن چو تیری

در قوس او درآید کو همچو تیر باشد

خاموش اگر توانی بی حرف گو معانی

تا بر بساط گفتن حاکم ضمیر باشد

با سلام و احوالپرسی برنامه گنج حضور امروز را با غزل شماره ۸۳۹ از دیوان شمس مولانا شروع می‌کنم.

خشمین بر آن کسی شو کز وی گزیر باشد

یا غیر خاک پایش کس دستگیر باشد

همانطور که مولانا اشاره می‌کند خشمگین شدن یعنی تبدیل شدن به یک فرم یا به یک صورت یا به یک نقش ذهنی هیجانی ست. وقتی ما خشمگین می‌شویم تبدیل به چیزی جسمی می‌شویم که می‌توانیم آنرا فرم هیجانی ذهنی بنامیم. در اینحالت به خوابی فرو می‌رویم منتها این خواب، خواب هیجان و فکریست. چیزی مخلوط این دوست.

تو خشمین به کسی بشو که از آن چاره ای داشته باشی. ما در تصرف فضای زندگی این لحظه هستیم و نمی توانیم از آن گریز داشته باشیم پس وقتی خشمگین می شویم یعنی داریم به چیزی که این لحظه اتفاق می افتد مقاومت نشان می دهیم. همانطور که همیشه صحبت کردیم زندگی در این لحظه است و تا زمانیکه شما با این لحظه مقاومت کنید و آنرا نپذیرید و بر آن خشمگین شوید در واقع مثل این است که به چیزی که شما را آفریده خشمگین می شوید. مولانا می گوید تو با چیزی می توانی خشمگین بشوی که چاره ای برای آن باشد. تو با این خشمگین شدن هیچ کمکی از جایی نمی گیری و دستگیری نخواهی داشت.

این موضوع یک مطلب کلی هست و راجع به همه انسانهاست. پس مولانا می گوید: ما اگر قرار باشد با زندگی هم جهت شویم و زنده به زندگی شویم نباید خشمگین شویم. هر زمان خشمگین می شویم یا رنجش پیدا می کنیم اجازه نمی دهیم زندگی در ما جریان داشته باشد پس زندگی نمی تواند به ما کمکی کند و حامی ما باشد.

گیرم کز او بگردی شاه و امیر و فردی

ناچار مرگ روزی بر تو امیر باشد

فرض کنیم که تو از این خشم، شاهی یا امیری شوی و مردم به تو احترام بگذارند و به حساب بیایی و ببینی از دیگران بالاتر هستی و از مردم جدا هستی و با به عینه دیدن شاهی خود به آن افتخار کنی با همه اینها بناچار یک روزی مرگ امیر تو خواهد شد و این چیزی که تو به آن افتخار می کنی و یک تصویر ذهنی از آن ساخته ای به یک خط تیره بین تاریخ تولد و تاریخ مرگ تبدیل خواهد شد. در واقع بعد از مرگ ما و بعد از تمام خشمها، رنجشها، کینه و دردهای ما چیزی

که از ما باقی می ماند یک خط فاصله بین تاریخ تولد و مرگ ما خواهد بود که روی سنگ قبر ما کشیده شده است. پس می خواهد بگوید ما این تصویر نیستیم و بر اساس مقام داشتن یا هر چیز دنیایی داشتن منیت نسازید چون یک روزی مرگ بر ما چیره خواهد شد و این چیزهای دنیایی را از ما خواهد گرفت.

گر فاضلی و فردی آب خضر نخوردی

هر کو نخورد آبش در مرگ اسیر باشد

اگر تو فکر می کنی که کسی هستی، فاضل، خردمند، اندیشمند یا دانشمند هستی و دایما در ذهن خود با آن مشغول هستی تو آب حیات را نخوردی. آب خضر یعنی آب حیات، آب حیوان که در این لحظه بر ما دمیده می شود که با خاموشی ذهن در آنجا می توانیم در فضای حضور مستقر شویم. فضایی که اگر بصورت زندگی زنده به آن آگاه شویم زنده ابدی خواهیم ماند و هرگز نمی میریم.

اگر تو فکر می کنی کسی هستی و با آن خودت را مشغول می کنی پس تو آن آب حیات را نخوردی و هیچوقت مزه آنرا نچشیدی چون آن چیزی که با آن مشغول هستی و فکر می کنی آن چیز هستی آن چیز ذهنی و مرده است و جان و زندگی ندارد همانند خیلی از ما که حس زنده بودن نمی کنیم. فقط با یک سری تصاویر ذهنی مشغول هستیم یا به آنها افتخار می کنیم یا از آنها احساس شرمندگی یا گناه می کنیم. مولانا می گوید: اینها زندگی نیست. پس در این حالت وضعیت تو چطور می شود؟ **هر کو نخورد آبش در مرگ اسیر باشد.**

هر کسی که آب زندگی را نخورده است اسیر مرگ است. چه زمان مردنی که جسدش زیر خاک برود و چه زمانی که مشغول تصویرهای ذهنی خود است چون چیزهای دنیایی داریم در حال تغییر هستند پس ما از مرگ می ترسیم.

تمام ترسهای ما به هر صورتی که باشند ما را اسیر مرگ می کنند همانند ترس از آینده و ترس از دست دادن و یا بدست نیاوردن یک چیزی چون بر اساس آن چیز می خواهیم زندگی بنا کنیم. ما زندگی را به آن چیزی که در آینده قرار است به دست بیاوریم حواله کرده ایم پس می ترسیم که آن چیز را بدست نیاوریم و یا آن چیزی که ما الان به چنگ گرفته ایم می ترسیم از دست بدهیم پس زندگی را در این چیزها سرمایه گذاری کرده ایم. درست است که آن چیزها در بیرون هستند اما بوسیله ذهن ما به ما ارایه می شوند و ما در ذهن به آن مشغول هستیم. اینکار را اصطلاحاً هم جنس، هم هویت یا عجین شدن با ذهن می نامیم.

تو همیشه اسیر مرگ هستی یعنی از مرگ خود می ترسی. حتی بحث و جدلی که انسانها می کنند تا ثابت کنند حق با آنهاست و طرف مقابل غلط می گوید برای این است که با یک موضع ذهنی هم هویت هستند و جان و زندگی خود را در آن سرمایه گذاری کرده اند و اگر آنها از دست بدهند همانند این است که قسمتی از بدن آنها را بریده اند و زندگیشان از بین می رود بنابراین انعطاف و سادگی ندارد که بدانند اینها جان نیستند و مطالبی ذهنی هستند راجع به اوضاع بیرون و هر لحظه ممکن است عوض شوند ولی چون ما به آنها چسبیده ایم در دست مرگ اسیریم.

اینکار که می خواهیم دیگران را متقاعد کنیم که ما راست می گوئیم بخاطر ترس از مرگ و اسارت در دست مرگ است. مولانا می گوید اگر تو فکر می کنی فاضل و دانشمند هستی حتماً آب حیات نخوردی و نمی دانی چیست. بنابراین چون از این آب نخوردی همیشه در دست مرگ اسیر هستی یعنی هر کاری که می کنی همیشه در اعمال، رفتار و گفتار تو دیده می شود. حقیقتاً در ما همینطور است تمام رفتارها، گفتارها و اعمال ما ناشی از ترس از مرگ است.

پس از تامل کردن و دیدن رفتار، گفتار و اعمال خود و جدا شدن از ذهن متوجه می شویم همه این ترسها ترس ناشی از ترس از مرگ است که این حالت را مولانا اسیر شدن در دست مرگ می نامد.

البته بعد از مرگ تمام باورهای ما خواهند مرد و همه رنجها و کینه های ما خواهند سوخت. چه بهتر که آنها را همین حالا بسوزانیم و منیت را در وجودمان از بین ببریم تا بجایی برسیم که مولانا در ادامه توضیح می دهد.

ای پیر جان فطرت پیر عیان نه فکرت

پیری نه کز قدیدی مویش چو شیر باشد

ای پیر جان فطرت یعنی فضای زنده این لحظه که جان اصلی ماست و به ما زندگی می دهد و ما را زنده نگه می دارد. این استاد، درون همه ما وجود دارد فقط باید با تسلیم اجازه دهیم که او یعنی پیر عیان صحبت کند. پیر عیان یعنی حس زنده شدن در این لحظه که به عینه در وجود خود حس می کنیم نه اینکه در فکر فرو برویم و زندگی را به چیزهای ذهنی تبدیل کنیم و به گذشته و آینده برویم.

اگر نسبت به اتفاقاتی که در گذشته برای شما افتاده احساسی در شما بوجود می آید این احساس عیان نیست و مرده است. عیان یعنی حس کنید در این لحظه زنده هستید و به این حس آگاه باشید در اینحالت شادی از چشمان شما برق می زند همان برقی که از چشمان بچه یک ساله دیده می شود چون دنبال خشم و کینه و گرفتاریهای ما نیست و فقط زندگی را در لحظه زندگی می کند. بتدریج ما با تربیتهای غلط خود او را همانند خودمان می کنیم و او نیز به ذهن می رود و زندگی مرده را تجربه می کند.

پیری نه کز قدیدی مویش چو شیر باشد. من آن پیر را نمی گویم که از کهنگی و کهولت موهایش سفید شده باشد. مولانا می گوید من از پیری صحبت می کنم که در بچگی و نوجوانی و پیری همیشه پیر است یعنی هر لحظه زنده به زندگیست و اگر با او زندگی کنیم هر لحظه زندگی را حس می کنیم.

پیری مکن بر آن کس کز مکر و از فضولی

خواهد که بازگونه بر پیر، پیر باشد

تو به آن کسی که مکر دارد زندگی را یاد مده و بر او پیری نکن چون به علت مکر و فضولیش می خواهد که واژگونه و بر عکس روال طبیعی بر پیر زنده به حضور پیری کند. این شخص بجای اینکه تسلیم شود و اجازه دهد که نیروی زندگی در او صحبت، عمل و رفتار کند و احساس او را بوجود بیاورد از روی مکر و فکر کردن بر اساس باورهای کهنه گذشته و فضولی یعنی قبول نکردن این لحظه می خواهد به زندگی درس بدهد و بر زندگی حاکم باشد. ما همیشه در این لحظه و در حال هستیم و نمی توانیم از آن گریز داشته باشیم. اگر چیزی از گذشته هم به یاد می آوریم این لحظه بیاد می آوریم.

ما در ذهن می توانیم با گذشته و آینده برخورد داشته باشیم. اگر بخواهیم بصورت عیان با چیزی برخورد کنیم همیشه در این لحظه است. اگر شما این لحظه را نمی پذیرید و دخالت در این لحظه می کنید کاری نمی توانید انجام دهید چون این لحظه همیشه این لحظه است. ما می توانیم عمل کنیم و چیزی که در این لحظه رویداده را عوض کنیم و حرفهای ما به این معنی نیست که گوشه ای بنشینید و برای رویدادها کاری نکنید بلکه منظور این است که این لحظه را همانطور که هست بپذیریم.

دریافت و درک این مطلب که زندگی در این لحظه هست از سادگی به نظر مشکل است. کفایت یکبار ببینیم که فضای زنده این لحظه مقاومت و واکنشی را که ما در این لحظه به رویدادی نشان می دهیم محاصره می کند و در خودش ذوب می کند.

پیری بر آن کسی کن که مرده تو باشد

پیش جلالت تو خوار و حقیر باشد

پیری به آن کسی کن که او مرده تو باشد و من نداشته باشد و من خود را رها کند و توجه اش را از من خود بیرون بکشد و از فرم ذهنی بیرون بیاید و خودش تبدیل به این لحظه شود. شما با ذهن فکر نکنید که اگر من توجه ام را از روی من خودم بردارم پس بروی چه چیزی توجه بگذارم؟ شما نگران این موضوع نباشید. چون وقتی خود را از من خود بیرون می کشید حضور و زندگی خام از خودش آگاه می شود و به خودش تبدیل می شویم که زندگیست. در اینحالت این شخص بزرگی خدا را می شناسد و من ذهنی خود را خوار و حقیر می کند.

بخش دوم

چون موی ابروی را و همش هلال بیند

بر چشمش آفتاب کی مستدیر باشد

وضعیت خاص انسان هم هویت شده با ذهن را مولانا به ما نشان می دهد و می گوید: همانند انسانی که موی ابرویش جلوی چشمش را گرفته و فکر می کند که موی ابرویش هلال ماه است و هلال ماه را می بیند و اگر اینطور باشد کی آفتاب

ایزدی به چشم این شخص می رسد و در چشمش جای می گیرد؟ کی چشم این شخص می تواند از آفتاب خدا نورانی شود؟! در ماه رمضان مسلمانان به آسمان نگاه می کنند تا ببینند در آخر ماه رمضان ماه را می توانند ببینند تا دیگر روزه نگیرند یا خیر. اگر کسی به ماه نگاه کند و بجای ماه موی ابروی خودش را ببیند در چشم چنین انسانی کی خورشید ایزدی دایره کامل و نورانی خواهد شد؟! چنین انسانی یعنی یک قسمتی از منیت و من ذهنی اش را بصورت اصل زندگی می پندارد.

یعنی ما در ذهن خود باوری را داریم و این باور را بصورت هلال ماه آسمان می بینیم. آسمان رمز زندگی و اسرار آمیز بودن آن است و سمبل خداست. تو باور ذهنی خود را بصورت اصل خدایی می بینی و فکر خود را اصل زندگی می دانی. در اینصورت چگونه چشم تو به خورشید زندگی نورانی خواهد شد؟! هر گز نخواهد شد. هلال آسمان را دیدن یعنی از نازندگی به زندگی تبدیل شوید. شما نمی توانید بر اساس باورهایتان به زندگی تبدیل شوید.

ای روزه گرفته تو از مایده بالا روزه بگشا اکنون آن بره عید آمد

الان ما روزه گرفته ایم و می خواهیم از من ذهنی که می خواهد خودش را تقویت کند رها شویم و ماه را ببینیم و روزه خود را که محرومیت از زندگی بوده بگشاییم.

آن کس که از تکبر مالد سبال خود را

از نور کبریایی چون مستنیر باشد

کسی که موی ابروی خودش را بجای هلال ماه گرفته است و باورهای خودش

را اصل مسلم و غیر قابل تغییر می داند و دایم سبیل خود را می مالد و خودنمایی می کند که من دانشمند و فاضل هستم چطور می تواند از نور ایزدی نور بگیرد؟! کسی که خودش را دانشمند و دانا می داند نمی تواند از زندگی نور بگیرد.

عرضه گری رها کن ای خواجه خویش لا کن

تا ذره وجودت شمس منیر باشد

مولانا اینجا یک راهنمایی می کند و می گوید: از عرضه گری و به نمایش گذاشتن خودت دست بردار. نشان دادن خود بعنوان دانشمند و فاضل همه عرضه گری هستند وقتی ما خودمان را به معرض نمایش می گذاریم تا مردم ما را تایید کنند و حتی گاهی مردم را مجبور می کنیم که ما را تایید کنند پس ما خودمان را جداتر و معین تر می کنیم و هرچه اینکار را بیشتر انجام دهیم بیشتر از آب زندگی دور می شویم.

ای خواجه خودت را لا کن. لا کردن و نه گفتن به خود یعنی هوش زندگی را که در چیزهای دنیایی گذاشته ای بیرون بکش و نفی کن هر چیزی را که به آن افتخار می کنی در اینصورت ذره وجود تو تبدیل به خورشید درخشان می شود.

جلوه مکن جمالت مگشای پر و بالت

تا با پر خدایی جان مستطیر باشد

مستطیر = در حال پرواز، منتشر شونده

جمال خود و وجود خود را به نمایش نگذار. چیزهای خوب خود یا زیبایی خود را به نمایش مگذار. ما بوسیله ذهن می توانیم پول در بیاوریم، برای آینده خود طرح بریزیم، هدف بگذاریم و بسیاری از کارهای دیگر اما با ذهن نمی توانیم

به زندگی که عیان و در این لحظه است برسیم. اجازه بده جان اصلی تو با پر خدایی که از روز اول داشته ای به پرواز در آید. پر خدایی همان پیر یا زندگی زنده این لحظه است.

بربند پنج حس را زین سیل‌های تیره

تا عقل کل ز شش سو بر تو مطیر باشد

پنج حس (بینایی، شنوایی، بویایی، لامسه، چشایی) خودت را از این سیل‌های تیره ببند. سیل‌های تیره همین فکرهای ماست که هر لحظه ما را با خود می برند پس خودت را از فکرها که ما را به خود مشغول می کنند بیرون بکش. به محض اینکه تو من خود را از این فکرها بیرون می کنی سرعت ذهن بتدریج کم می شود و بجایی می رسد که می ایستد و ذهن خاموش می شود.

چرا پنج حس ما تیره هستند؟ چون شرطی شده اند و با چیزهای منفی و هیجانات منفی و مثبت قاطی شده است. تو پنج حس را ببند تا عقل کل یا فضای عدم از هر شش جهت مثل باران بر تو فرود آید و از تو به بیرون پخش شود. این جهان را گاهی شش جهت می نامند برای اینکه شش جهت دارد (شمال جنوب، مشرق، مغرب، بالا و پایین) که سمبل محدودیت این جهان است.

بی آن خمیرمایه گر تو خمیر تن را

صد سال گرم داری نانش فطیر باشد

بدون آن آب حیات یا عشقی که از حس زندگی درون و و پیر عیان در تو دمیده می شود و تو به آن آگاهی داری و آنرا حس می کنی اگر خمیر تن خود را که شامل فکرها، هیجانات، بدن فیزیکی توست صدسال هم گرم نگه داری فطیر

می شود و نمی توانی از آن زندگی بگیری. نان را معمولاً وقتی خمیر می کنند موادی به آن می زنند که خمیر مایه می گویند تا بتوان نان خوبی پخت و نان فطیر و خشک نشود. اگر خمیرمایه نباشد نان فطیر می شود. یعنی تو از من ذهنی خود نمی توانی زندگی بگیری و فعلاً فکرهای تو بنیاد وجود تو شده اند و باید از این کار دست برداری تا زندگی این لحظه در مزاق تو مزه دهد.

گر قاب قوس خواهی دل راست کن چو تیری

در قوس او درآید کو همچو تیر باشد

قاب قوس یعنی شما خودتان را به یک کمائی تبدیل کنید تا کمان بتواند شما را همانند تیر پرتاب کند. یعنی تماماً تسلیم زندگی شویم تا زندگی ما را تبدیل به آن پیر دانا و عیان کند و گفتار، اعمال و احساس ما از آن عدم بوسیله آن پیر که همان زندگی مقدس است به بیرون پرتاب شود.

اگر تو چنین چیزی را می خواهی همانطور که هستی باش و در من ذهنی خود مکر و حيله مکن و موی ابروی خود را هلال ماه نبین. تو اگر اینگونه مکر کنی ناراست می شوی و زندگی نمی تواند ترا تشخیص دهد. حقیقت زمانی برای شما مشخص می شود که شما خودت را از ذهن بیرون بکشی و راست عمل کنی. کسی همچون تیر می تواند قوس پیدا کند که راست مثل تیر باشد. تا راست مثل تیر نباشی زندگی نمی تواند از کمان شما را پرتاب کند.

خاموش اگر توانی بی حرف گو معانی

تا بر بساط گفتن حاکم ضمیر باشد

خاموش کن و ساکت باش و حرف نزن و ذهن خود را فعال نکن و بدون حرف

معانی را بگو. از ذهن حرف نزن که با ذهن معانی بیان شوند. اجازه بده ذهن تو در اختیار زندگی یا آن پیر قرار بگیرد تا اگر حرفی هم می زنی او از طریق تو بزند. تا بساط گفتن و بیان تو هم از هستی عمیق بر تو حاکم شود. تا احساس را هم او به تو بدهد.