



منم آن عاشقِ عشقت که جز لیلین کار ندارم  
که بر آئینس که نه عاشق، به جز انگار ندارم

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۶۱۰



متن کامل برنامه شماره ۶۸۵

اجرا: پرویز شهبازی

تاریخ اجرا: ۲۳ آبان ۱۳۹۶

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



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۶۱۰

منم آن عاشقِ عشقت که جز این کار ندارم

که بر آنکس که نه عاشق، به جز انکار ندارم

دل غیر تو نجویم، سوی غیر تو نپویم

گلِ هر باغ نبویم، سر هر خار ندارم

به تو آوردم ایمان، دل من گشت مسلمان

به تو دل گفتم که ای جان، چو تو دلدار ندارم

چو تویی چشم و زبانم، دو نبینم، دو نخوانم

جُزِیَکِ جان که تویی آن، به کس اقرار ندارم

چو من از شهادت تو نوشم، ز چه رو سر که فروشم؟

جهتِ رزق چه کوشم؟ نه که اِدِدار ندارم

ز شکرِ پوره سلطان، نه ز مهمانیِ شیطان

بخورم سیر بر این خوان، سر ناهار ندارم

نخورم غم، نخورم غم، ز ریاضتِ نزنم دم

رُخِ چون زربنِ گَر، گرزِ بسیار ندارم

نخورد خسرو دل غم، مگر الا غم شیرین

به چه دل غم خورم؟ آخر دلِ غمخوار ندارم





پی هر خایف و ایمن کنمی شرح ولیکن

ز سخن گفتنِ باطنِ دلِ گفتار ندارم

تو که بی داغِ جنونی، خبری گوی که چونی؟

که من از چون و چگونه دگر آثار ندارم

چو ز تبریز برآمد ماهِ شمسِ الحق و دینم

سَرِ این ماهِ شبستانِ سپهدار ندارم

گنج حنور



با سلام و احوالپرسی برنامه گنج حضور امروز را با غزل شماره ۱۶۱۰ از دیوان شمس مولانا شروع می‌کنم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۶۱۰

## منم آن عاشقِ عشقت که جز این کار ندارم

### که بر آنکس که نه عاشق، به جز انکار ندارم

منظور از من انسان هست، و انسان عاشق عشق خدا است و منظور از آن این است که انسان وجودش همان خدائیت است یا امتداد خداست یا هوشیاری است و پس از این که آمده به این جهان باید هوشیارانه برگردد با خودش یکی بشود، یا با خدا یکی بشود یا خودش را بشناسد کیه؟ بنابراین آمدن ما بصورت هوشیاری به این جهان و هم هویت شدن با چیزهای این جهانی نباید ما را از این مقصود مهم و اولیه یا تمام مقصود باز دارد، که باز می‌دارد.

به همین دلیل است که مولانا می‌گوید که: من انسان عاشق این هستم که هوشیارانه با تو به وحدت برسم، دوباره همان هوشیاری بشوم تماماً که آن بودم، و بودم و همیشه بودم و غیر از این کار دیگری ندارم. با عبارت دیگر اگر بگوییم این است که هوشیاری که در این جهان در انسان به خواب ذهن فرو رفته باید از خواب ذهن بیدار بشود به خودش و بیدار بماند. این بیداری از خواب ذهن و بیدار ماندن همان معادل به وحدت رسیدن انسان با خودش یا با خداست، و غیر از این کار دیگری ندارد، و اگر کارهایی باید در این جهان انجام بدهیم کارها را خرد او و قصد او و تصمیم او صورت می‌دهد. پس تمام کار ما این است که به او بیدار بمانیم، کار دیگر نداریم.

اما می‌گوید که: اگر کسی این موضوع را نشناسد و عاشق به وحدت رسیدن با تو نباشد، **که بر آنکس که نه عاشق، به جز انکار ندارم**، بر چنین آدمی من غیر از انکار چیز دیگری ندارم، یعنی می‌گویم که من از جنس تو نیستم. اگر کسی می‌خواهد منیت‌اش را حفظ کند، من ذهنی‌اش را حفظ کند و در خواب ذهن باقی بماند من با او کاری ندارم، انکارش می‌کنم، می‌گویم من از جنس تو نیستم و نمی‌گذارم که کارهای او سبب واکنش من بشود تا من دوباره به خواب ذهن یا درد فرو بروم.

با توجه به این که امروز ما از مرز برنامه ۶۸۵ رد می‌شویم، اجازه بدهید من خلاصه‌ای از کاری که برنامه گنج حضور می‌خواهد انجام بدهد و چه تغییری روی هوشیاری انسانی در این جهان صورت می‌گیرد و چه چیزهایی او را از بیدار شدن هوشیارانه یا خودش شدن مجدد باز می‌دارد توضیح بدهم. ما از جنس خدا هستیم، از جنس



هوشیاری هستیم، از جنس بودن هستیم، و وارد این جهان می شویم اولین جا هم شکم مادرمان است و آنجا هوشیاری تمام ما را می بافتد، درست می کند، و ما وارد این جهان می شویم.

درست چیزی شبیه همین حامله شدن خانمها به انسانهای جدید که می بینید که در شکم مادر جنین شروع می کند به رشد و وقتی رشد می کند خوب بزرگ می شود خیلی خوب است، ولی می داند که بزرگ که می شود، در یکجایی هم به خودش فشار خواهد آمد و هم به مادر و باید یک تحولی صورت بگیرد و آن تحول هم همان زایمان است. و اگر بچه بیش از ۹ ماه در شکم مادر بماند این کار اشکال خواهد داشت. و درست پس از این که ما می آییم بیرون بصورت هوشیاری وارد یک جهان دیگری می شویم، که آن جهان، جهان ذهن است.

و در آنجا که ما بودیم در شکم مادر، چهار تا بعد ما بافته شده و این چهارتا بعد را شما می شناسید. یکی فیزیکیمان است، یعنی بدنمان هست، یکی توانایی فکر کردنمان هست که می گوییم ذهنمان، یکی توانایی ایجاد هیجان در ما است: مثل خشم، مثل ترس، مثل خوش آمدنها و بد آمدنها، اینها هیجانات هستند که از اعمال فکر روی جسم ما حاصل می شود هیجان، و بعد هم این جسم که می بینید جان دارد، زنده است. اما این چهار بعدی که الان می گوییم، این چهار بعد به اصطلاح حالت جسمی انسان را بوجود می آورد، هنوز آن هوشیاری که امتداد خدا است توی این است. بنابراین دوباره هوشیاری یک رحم دیگر می تند، چه جوری این را می تند؟

گفتیم اول هوشیاری، خدائیت که از آنور آمده که ما باشیم، اول اسمش را می شنود، اسمش یک فکر است، پدر و مادرش برادر خواهرش او را به اسم خودش صدا می کنند، اسم خودش را می شنود، بعد متوجه می شود که این فکر خیلی مهم است اسم خودش است، بعد متوجه می شود مردم کلمه من را بکار می برند وقتی من می گویند به خودشان اشاره می کنند بعد فکر من را هم یاد می گیرد. و این دو تا را باهم یکی می کند می فهمد که این اسم و من هر دو من هستیم. حول و حوش این هسته مرکزی فکرهای دیگر می بافتد، مفاهیم دیگری می بافتد، که بوسیله یک فکر دیگر صورت می گیرد، که آن مال من است و متوجه می شود که چیزها متعلق به اوست و اینها همه فکر است.

همینطوری بافته می شود و این هوشیاری می رود این تو، اولین دفعه که اسمش را می شنود و با این فکر یک جسم می سازد، فکر جسم است اصطلاحاً می گوییم که هوشیاری دارد چیزی شبیه خودش را می سازد. یا عین همان را می سازد. یعنی وقتی می چسبد به فکر که فکر جسم است بهش جان می دهد، حالت این است که مثل این که یک چیز جدیدی می سازد و بهش می دمد و این دارد زنده می شود و یواش یواش با فکر مال من چیزها را



بخودش می چسباند، بالاخره یک من می سازد، اسم این من ذهنی است. حالا می بینید که هوشیاری هنوز آن تو هست. به نظر می آید که زندگی ما را در داخل این من ذهنی می پزد، واضح است که ما در آنجا جدایی را یاد می گیریم وقتی به چیزها می چسبیم و اینها از جنس جسم هستند.

ما داریم خودمان را بر حسب چیزها معین می کنیم، تعریف می کنیم، پس ما داریم مثل اینکه یک چیز جدیدی می سازیم. ولی این چیز جدید مثل رحم مادر است برای ما، به نظر می آید وقتی فکرها تغییر می کنند ما بزرگ و کوچک می شویم، یعنی حس هویت می کنیم. این چیز جدید که ساخته می شود از فکر اسمش من ذهنی یا من کاذب هست، ما آن نیستیم، ما آن هستیم که داریم می چسبیم به این چیزها و هنوز آن تو هستیم، هنوز هوشیاری خدائیت که از آنور آمده نمرده و زنده است و شعور دارد.

حالا یک اتفاقی که کی افتد و شما باید خوب بدانید، حالا چرا می گویم اینها را بدانید؟ شما باید غزل را بخوانید، مثنوی را بخوانید، معنا را بردارید روی خودتان منطبق کنید، اگر نتوانید روی خودتان منطبق کنید پس دارید معنی ادبی می کنید. معنی ادبی من ذهنی است و بدرد شما نمی خورد، شما باید ابیات مثنوی را بخوانید، قصه های مثنوی را بخوانید، غزل را بخوانید و از آنجا یک چیزی بردارید یک برداشتی بکنید، منطبق کنید وقتی آن را می خوانید قشنگ ببینید که این به کجای من مربوط است و بیایید خودتان را با آنها تنظیم کنید و عوض کنید. این طوری نباشد که مولانا را در یک اتاق بخوانید و اصلاً ندانید که اینجا به کجای شما مربوط است، به فکر شما مربوط است، نه، قشنگ می دانید شما هوشیاری از فکر استفاده کرد، یک من درست کرد بنام من ذهنی، اما وقتی ما بصورت هوشیاری با یک چیزی هم هویت می شویم یک اصطلاح دیگرش همانیدن است، یعنی مثل خودمان را یا عین خودمان را یا عین همان را درست کردیم که عین همان نیست.

در اینجا توجه کنید در آیین اسلام مردم نماز می خوانند در یک قسمتی از نماز هست می گوید **کسی یا چیزی شبیه تو در این جهان نیست**. هر روز این را هفده بار تکرار می کنند. بنابراین بنا بر آن آیه و آن قسمت معنیش این است که شما این چیزی که می سازید شما نیستید. شبیه شما نیست، چون شما عین خدا هستید، امتداد او هستید، از این چیزی که می سازید بعداً بجای خودتان اشتباه نگیرید. به این دلیل می گویند آن را بخوانید بگویند: شبیه خدا در این جهان نیست، شبیه من هم در این جهان نیست، پس این چیزی که می سازم من نیستم، و چیزی شبیه من است اسمش من ذهنی است، و قرار هست این من ذهنی متلاشی بشود من از توی این بعنوان هوشیاری هوشیارانه بیایم بیرون.





حالا شما هم این را می دانید که با هر چیزی هم هویت بشویم با هر چیزی بچسبیم آن مرکز ما قرار می گیرد، قبلاً به عنوان هوشیاری مرکز ما چی بود؟ خود هوشیاری، خود خدا، چون ما از جنس او بودیم، الان که آمدیم به این جهان و چسبیدیم به فکرها و فکرها جان دادیم، به هر چیزی که می چسبیم آن می رود می شود مرکز ما. حالا ما جهان را قبلاً بر حسب شعور زندگی سازمان می دادیم، ولی الان که داریم یک چیز جدیدی می بافیم می گوئیم ما این هستیم و آن هم مرکز ما قرار می گیرد، ما بر حسب آن با عینک آن جهان را می بینیم. چون آن دارد می شود مرکز ما، و تمام اقلامی که با آنها هم هویت می شویم آنها هم می شوند مرکز ما، پس ما با دید چیزهایی که با آنها هم هویت ایم الان جهان را می بینیم.

حالا اینجا یک اشکالی پیش می آید، اشکالش این است که وقتی ما با دید زندگی جهان را نمی بینیم، پس آن نظم پنهانی که ما را اداره می کرد گفتیم نظمی که جنگل را اداره می کند، آن فراموش می شود یک نظم جدیدی بدست می آید که این نظم من ذهنی است، که این برای خودش یک عقلی دارد، عقلش بستگی دارد که در مرکز ما چی قرار گرفته، مثلاً اگر ما با پول هم هویت شدیم، پول در مرکز ماست، می خواهیم زیاد کنیم، اگر خانواده است خانواده را می خواهیم بهش توجه کنیم، اگر بعضی باورهاست می خواهیم آنها را وسعت بدهیم، اگر مقام دنیاست آنها را می خواهیم بزرگ کنیم، هر چیزی که اینجا هست ما می خواهیم آنها را بزرگ کنیم و زیادش کنیم و همینطور چون از جنس آن هستیم بسوی او حرکت می کنیم. درست است؟

خوب در اینجا یک اشکال پیش می آید، اشکالش این است که نظم جدید با نظم زندگی یکی نیست و این کار ما که الان می گوئیم پول مرکز ماست، هر چه بیشتر بهتر شروع می کنیم به خواستن، موتور این من جدید خواستن است، خواستن گاهی اوقات در فارسی با حرص یا باخواستن اولین بار در زمان بودا خیلی این کلمه مطرح شد، و کلمه انگلیسی اش (desire) است، (desire) یعنی خواستن، میل داشتن که این چیزها را می خواهیم ما. این من جدید بیشتر به خواستن زنده هست ولی من جدید یک موتور خواستن دارد یکی هم محتوا.

اما مولانا می گوید که در بیت آخر این غزل هم اشاره می کند که بارها هم گفته، می گوید خلقت ما درست است که ما هم هویت شدگی داریم و توی این من افتادیم، ولی شبیه آسمان است و مثال شب را می زند، که در آخرین بیت می گوید که: **سَرِ این ماهِ شبستانِ سپهدار ندارم**، یعنی یک شب را در نظر بگیرید که در آنجا یک ماه است و تعدادی ستاره، ماه من ذهنی است یک روشنایی دارد ولی روشنایی اش شبیه خورشید نیست. مقدار زیادی ستاره اطراف ماه که سپاهیان ماه هستند در شب هم هست. و این حالت، حالت ماست در من ذهنی، تمثیل است



دیگر، بنابراین شب که به آسمان نگاه می کنید یک ماه هست و ستاره‌ها هستند، پس ستاره‌ها محتوا هستند ولی این ستاره‌ها توی ظرفی هستند، این ظرف شب در آسمان همان فضا است، پس فضا ظرف است ستاره هم سپاهیان این ماه هستند، ماه هم من ذهنی است.

حالا ما هم یک من ذهنی داریم، مقدار زیادی ستاره که سوسو می زنند، هر کدام قویتر است ما را به خودش می کشد و مثلاً یکیش پول است، یکیش نمی دائم مقام دنیا است، یکیش فرزند است، هر چیزی که ما با آنها هم هویت شدیم اینها سوسو می زنند. باورهای مختلف ما مثل باورهای علمی ما، دینی ما، سیاسی ما اینها همه مختلف، اینها همه ستاره‌اند. منتها توجه کنید که این محتواها توی ظرف بینهایت هستند. حالا این بینهایت حواسش به این محتواهاست، ما هم به عنوان من ذهنی حواسمان، تمرکزمان دائماً روی یکی از این محتواها است و معادل آن هم این است که این لحظه از ذهن شما همان رد می شود. یک چیزی که رد می شود می تواند کل تمرکز و توجه شما را ببلعد، ببلعد چرا که شما با آن هم هویت هستید و آن در مرکز شماست. اینهم گفتیم.

پس الان ما فهمیدیم که شبیه چی هستیم، ما در اصل الان یک فضای لایتناهی هستیم با یک تعداد ستاره که هم هویت شدگی‌ها هستند، این هم هویت شدگی‌ها که در مرکز ما هستند به اصطلاح می توانند توجه ما را ببلعند و ما نسبت به آنها حرص داریم، و یک چنین وضعیتی را تصور کنید که ما قرار است که این ستاره‌ها را یک به یک بشناسیم و این هویتی را که دادیم به اینها هوشیارانه پس بگیریم، درست است؟

حالا هر کدام از این هم هویت شدگی‌ها که در مرکز ما هستند یک بت هستند ما آنها را می پرستیم، در یک چنین وضعیتی واضح است که ما خدا را نمی پرستیم. حالا خدا پرستیدن این می شود که شما همه هم هویت شدگی‌ها را ببندازید. یعنی اول شناسایی کنید و بعد هوشیارانه هویتتان را از آنها بکشید بیرون، این هویت به تله افتاده برگردد دوباره هوشیارانه بینهایت بشود و این بیت اجرا بشود و شما به وحدت زنده بشوید، روی پای زندگی بایستید دیگر متکی به دنیا نباشید و دلتان پاک بشود، مرکزتان هیچ هم هویت شدگی نباشد. درست است؟

قرار ما بر این است که اسم این را می گذاریم پایین می گوید مسلمان شدن، که در آنموقع گفتیم تعریف انسان می شود جسم بعلاوه نه، این تعریف انسان می شود وقتی که بیت اول اجرا بشود یا پایین می گوید مسلمان بشود. می گوید به تو آوردم ایمان پایین می گوید یعنی قبلاً نیاورده بودم، قبلاً این هم هویت شدگی‌ها را می پرستیدم، اینها را من شناسایی کردم و پذیرفتم و آزاد شدم به تو زنده شدم دوباره بینهایت شدم، اول بی نهایت بودم، آمدم افتادم به هم هویت شدگی، کوچک شدم شروع کردم خودم را مقایسه کردن و به بیرون نگاه کردن، بعد بیدار





شدم از خواب این ستارگان دوباره بینهایت شدم، به تو زنده شدم. پس در اصل انسان عاشق این ستاره‌ها نیست. آن خدائیت که در ما است آمده چیز جدید درست کرده، فوراً این را می‌شناسد که این نیست بر می‌گردد، دوباره همان بینهایت می‌شود که بوده و نظم زندگی را دوباره منطبق می‌کند به خودش و نظم من ذهنی را که نظم پارک است رها می‌کند.

و گفتیم شبیه این شناسایی فیل بود. هر برداشتی می‌کنیم از فیل مفهوم است و گفتیم که در خانه تاریک بود فیل، یکی رفت به خرطومش دست زد گفت: شبیه ناودان است، یکی به پشتش گفت شبیه تخته، یکی به پایش گفت شبیه ستون و گفتیم، گفتیم به هزار جای فیل دست بزنید، هم هویت شدن یعنی این دیگر ما داریم یواش یواش جاهای مختلف فیل را به مفهوم در می‌آوریم. ولی هر شناسایی که می‌کنیم که غلط است می‌رود به مرکزمان و گفتیم که اگر این برداشتها را روی هم بگذارید، هیچ موقع فیل نمی‌شود. برای اینکه این یک چیز جدید است بی‌جان است. و این برداشتها را پهلوی هم بگذاریم می‌شود همین من ذهنی.

پس من ذهنی از هم هویت شدن یا همانیدن هوشیاری با چیزها بوجود می‌آید، یا شما اینطوری بگویید برای اینکه خوب بفهمید، بگویید که هوشیاری که از اول زنده بوده و هوشیار بوده، دوباره می‌خواهد خودش را تعریف کند، بگوید من کی هستم؟ ولی این دفعه بر حسب فکر و چیزها چون فکر فقط چیزها را می‌بیند فکر مربوط به جهان بیرون است، درسته؟ حالا پس بر حسب چیزها خودمان را بخواهیم تعریف کنیم که این من ذهنی خواهد بود، چون چیزها خوب و بد هستند، دویی پیدا می‌کنیم در ذهن، می‌گوییم این خوب است این بد است این خوب است این بد است.

پس این من ذهنی به قضاوت مجهز می‌شود که فوراً می‌فهمد که این خوب است این بد است، این خوب است این بد است و با خوب‌ها هم هویت می‌شود با بد‌ها دشمن می‌شود و می‌افتد به یک چیزی که ما اسمش را گذاشتیم دویی، در غزل هم می‌گوید: دو نبینم، دو نخوانم، پس من ذهنی یک سیستم بسته است که بینش خودش را دارد، اولاً جسم‌ها را می‌بیند چون هوشیاری جسمی دارد. وقتی می‌بیند هر چه هست با اطلاعات قبلی‌اش مقایسه می‌کند و خوب و بد می‌کند، با خوب‌ها هم هویت می‌شود و معنای زندگی را می‌چسباند به خوب‌ها و خوب‌ها را بغل هم می‌چیند و یک گلیم درست می‌کند.

این حالت زندگی دردآور است. اولاً که به هر چیزی که چسبیدی شده مرکز شما، با دید او با عینک او به جهان نگاه می‌کنید. مثلاً فرض کنید که ما پول را گذاشتیم آنجا خوب واضح است که شعار ما لحظه به لحظه هست،



اینکه هر چه بیشتر بهتر و باز خواستن پول ما زیاد است، از موقعیت ها، از آدم ها، از وضعیت ها، ما می خواهیم که یک جوری اتفاق بیفتد که پول ما زیاد بشود و کم هم نشود خوب این توقع از جهان و از آدم ها برآورده نمی شود در نتیجه ما چیزی می شناسیم بنام رنجش و خشمگین شدن و شکایت کردن اینها هم مال من ذهنی است. اینها هیجان است پس اینجا مطلب بسیار باریک و مهمی است.

پس این طرز زندگی و این خواستن ها و این توقعات از جهان سبب خشم می شود، رنجش می شود، شکایت می شود و درد بوجود می آید. یعنی هیجانات منفی بوجود می آید، مثل رنجش، مثل خشم، مثل ترس مثلاً به یک چیزی ما چسبیدیم آن شده مرکز ما، ما می ترسیم آن را از دست بدهیم. پس ترس دارد این موضوع، من ذهنی، ترس درد است، حالا این دردها توجه کنید انباشته می شوند، زیاد می شوند در ما، همین طور که با فکر مال من چیزها را زیاد می کنیم به خودمان می چسبانیم، من ذهنی را بزرگ می کنیم، دردها به موازات آن می آیند بالا، بنابراین در ما یک فضای دردی ایجاد می شود، که اسمش را شما می توانید بگذارید فضای درد یا درد یا درد جسم، درد جسم معنیش این است که هم درد است، هم جسم است.

برای اینکه درد جسم است، درد یک چیز غیر جسمی نیست و یک فضا است، حالا اینجا یک اتفاق می افتد، اتفاقی که می افتد این است که یک اتحاد شومی بین من ذهنی که با هر چیزی می خواهد هم هویت بشود و فضای درد ایجاد می شود. من ذهنی با هر چیزی که هم هویت بشود مال خودش می کند و بزرگ می شود، مرکز ما قرار می دهد، من ذهنی با دردها هم، هم هویت می شود و این من ذهنی و فضای درد به همدیگر احتیاج دارند و این برای مقصودی است، مقصود زندگی است. که من خواهش می کنم به این نکته بسیار بسیار شما توجه بکنید خیلی خیلی مهم است. پس بخاطر دید من ذهنی در انسان یک فضای درد بوجود می آید، این فضای درد حتی موقعی که ما شکم مادرمان هستیم، اگر درد بکشد او به ما داده می شود، ممکن است از طریق نسل های گذشته هم به ما منتقل شود،

پس هر کسی دارای یک فضای درد است چه زن چه مرد، یا اسمش را بگذار درد جسم، درد جسم درد بدن یک فضا است، این دردها برای خودش یک فضا است و اتحادی که بین من ذهنی و دردها بوجود می آید این است که دردها می آیند از من ذهنی و فکرهای آن استفاده می کنند، می بینید که وقتی یک مود سیاه می نشیند روی ما، ما شروع می کنیم به فکرهای منفی کردن و خودشان را تقویت می کنند، درد ایجاد می کنند. و این دردها دیدید که زندگی ما را بعضی موقع ها فلج می کند. حالا این کار که دردها می آیند فکرهای ما را در اختیار می گیرند و ما



فکرهای منفی می کنیم و مقدار زیادی برای خودمان و دیگران درد ایجاد می کنیم و می خورند به اصطلاح بزرگتر می شوند یا می آیند سر جای خودشان. حالا این یک طرف فضای درد از این استفاده می کند.

از طرف دیگر من ذهنی با این دردها هم هویت می شود و خودش را بزرگتر می کند، نه تنها خودش را بزرگتر می کند متوجه می شود که وقتی با دردها هم هویت می شود، یک یار خوبی پیدا کرده، چرا که هر چه درد بیشتر باشد، هوشیاری و شعور این باشنده پایین می آید. و حالا آخر این کار به نظر می آید که برای انسان می تواند به یک نتیجه ای منجر بشود که ما نمی خواهیم آن راه را برویم. الان می گوییم چجوری می شود، که شما اگر بگوییم خواهید دید که تجربه کردید.

من ذهنی با دردها هم هویت می شود و خودش را بزرگ می کند و به اصطلاح پوسته بیرونش را محکم می کند مثل سیمانست بین فکرها، این دردها، دوست دارد که با دردها هم هویت بشود. دردها دوست دارد از فکرهای من ذهنی که منفی اند استفاده کند این اتحاد است بین اینها. البته شما می دانید که درد می توانست جدا باشد، من ذهنی می توانست جدا باشد، وقتی دردها در واقع جزو من ذهنی می شوند به من ذهنی اضافه می شوند، یعنی وقتی ما با آنها هم هویت می شویم جزو من می شوند می توانند جزو من نباشند.

یک بار هم مثال زدیم گفتیم توی ورزش های رزمی آدم به همدیگر لگد مشت می زنند و دردشان می آید، ولی با درد هم هویت نمی شوند، یکدفعه می بینی رفتند می گویند می خندند دوباره نهار می خورند، دو تا یار با همدیگر مبارزه می کردند، درد تبدیل به عذاب نمی شود، وقتی با درد هم هویت می شویم درد تبدیل به عذاب می شود لگدهایی که ما از یارمان خوردیم یک کسی به طور تجاوزکارانه یا تهاجمی به ما بزند ما دردمان می آید، چرا؟ باهاش هم هویت می شویم.

حالا این طریقی که وجود دارد معمولاً باید به این ترتیب باشد که من ذهنی می آید در واقع از دردها استفاده می کند دردها می آید از فکرهای هم هویت شده من ذهنی استفاده می کند برای زیاد کردن خودش این کار مرتب انجام می شود. بالاخره دردها زیاد می شوند، زیاد می شوند، زیاد می شوند وقتی خیلی زیاد شدند و می افتند روی من ذهنی و فکرهای من ذهنی را بکار می اندازند، تا درد ایجاد کنند. من ذهنی نمی تواند تحمل کند و متلاشی می شود، خیلی از انسان ها به این حالت رسیده اند، خیلی از انسان ها می گویند من از خودم خسته شده ام با خودم نمی توانم کنار بیایم، دیگر نمی توانم تحمل کنم. چرا؟ این فضای دردی که ایجاد شده می آید می نشیند روی سرشان، فکرهای من ذهنی را بکار می گیرد و درد زیادی ایجاد می شود شروع می کنند به فکرهای



منفی کردن. و آن موقع می دانید که هوشیاری پایین است و طرح شیطانی این است، این مثلاً خدمت شیطان است به ما که این من ذهنی در اثر فشار متلاشی بشود، ما از آنجا بیاییم بیرون، شما می بینید که این عاقلانه نیست. این در طول سالیان دراز که بشر آگاه نبوده مثلاً این یک روش بوده و الان هم این روش برای کسانی که به حرف بزرگان گوش نمی کنند و نمی شناسند، جریان چیه دارد اتفاق می افتد.

شاید شما یکی از آنان باشید که دیگر نمی توانید دردهایتان را تحمل کنید. برای اینکه با آنها هم هویت شدید، حالا یک راه بهتری وجود دارد و آن راه مثلاً مولانا است. که به ما می گوید که شما بیایید هم هویت شدگیهاتان را چه درد باشد چه چیزها باشد بشناسید، مخصوصاً هم هویت شدگی با دردهایتان را بشناسید، مثلاً بشناسید که رنجش دارید، کینه دارید، ترس دارید، خشم دارید، حسادت دارید، اینها درد هستند، حس تأسف دارید، نسبت به گذشته، احساس گناه دارید، اضطراب دارید نسبت به آینده، اینها درد هستند، با اینها ممکن است شما هم هویت شده باشید

و مولانا به ما گفت اینها مثل جوجه تیغی اند می آیند بیرون کارشان را می کنند تا ما بخواهیم ببینیم چی شد در می روند پنهان می شوند. درد بدترین و موزی ترین هم هویت شدگی است برای اینکه وقتی عارض می شود یعنی روی سر ما می نشیند و فکرهای ما را بکار می گیرد هوشیاری می آید پایین. هوشیاری می دانید می آید پائین یعنی چی؟ این را شما می دانید، فرض کنید از یک نفر بیایید سؤال کنید بگویید رانندگی کن در حالت عادی، بعد دولیوان بهش مشروب الکلی بدهید بخورد مست بشود، بعد همان سؤالات را بکنید و بگویید بیا رانندگی کن، خواهید دید که هوشیاریش پائین آمده، دیگر نمی تواند جواب بدهد، دیگر نمی تواند رانندگی کند، دیگر یواش یواش یکی دیگر هم بدهید تلی می افتد پایین، می رود به هوشیاری حیوانی و درختی، و وقتی دردها می آیند روی سر ما می نشینند فکرها را ما را به کار می گیرند و آن الگوهای فکرها منفی را ما بکار می گیریم، هوشیاری بسیار بسیار پائین می آید،

آن موقع به آدم بگویید که بابا این کار را نکن، نمی فهمد، نمی شنود. هوشیاری وقتی بالاست موقعی است که شما از طریق تسلیم، پذیرش اتفاق این لحظه مقدار زیادی از همان هوشیاری که از جنس آن بودید ایجاد می کنید، بهترین هوشیاری الآن برای ما شعور زندگی است، شعور اصل ماست. پس یک راه این است که اصلاً کاری به این چیزها نداشته باشید و بگذارید دردها زیاد بشود و دردها فکرها را شما را بعهده بگیرند تا یک جایی برسید که درد اینقدر زیاد بشود، که وقتی دفعه آخر آمد، الگوهای فکرها منفی شما را بکار انداخت، شما نتوانید تحمل



کنید این من ذهنی متلاشی بشود، شما از آنجا بیائید بیرون، زاییده بشوید. این یک راه است که می دانیم بدترین راه است. برای اینکه هر موقع دردها می آیند فکرها می ما را به دست می گیرند و زیر سلطه قرار می دهند، این تن ما خراب می شود، این تن ما زیر فشار قرار می گیرد و احتمال دارد که حتی در زندگی شما اتفاق افتاده باشد.

زندگی از طریق متوقف کردن یا فلج کردن بعضی از قسمتهای زندگی ما، هشدار می دهد. مثلاً من ذهنی بوسیله قسمت دردش، بگویند دردهای هم هویت شده ما، مسئول خراب شدن رابطه ما با همسرمان است، دعوای خانوادگی است. من ذهنی بادردهایش، یا بگویم دردهای من ذهنی، چرا؟ می خواهد درد ایجاد کند، از طرف دیگر هم من ذهنی با این دردها هم هویت می شود، بهترین جای کار دردها رابطه هاست، رابطه را فلج می کند. شما دوتا انسان جوان را در نظر بگیرید، زن و شوهر را بگیرید که ۲۵ سالگی ۳۰ سالگی ازدواج می کنند، با چه امید با چه آرزویی همدیگر را دوست دارند، ولی فوراً دید من ذهنی و دید این دردهایی که با آن هم هویت شدند، می ریزد به این رابطه، ترس و کنترل چیره می شود به رابطه و اینکه هر دفعه این من ها می آید بالا و سبب می شود که مقدار زیادی درد در اینجا ایجاد بشود و مثلاً طلاق صورت بگیرد یا رابطه فلج بشود یا هی مرتب قهر بوجود بیاید، آشتی بوجود بیاید.

اینها نشانه های این است که درد من ذهنی به شما هشدار می دهد زندگی دارد با این دردها به شما هشدار می دهد که تامل کنید که چرا اینطوری می شود. یا مثلاً ممکن است شما تصادف کنید یا یک مریضی بگیرید یک قسمتی از وجود شما آسیب شدید ببیند یا مثلاً دعوا بکنید و حمله بکنید به یکی، یا ورشکست بشوید، ضرر مالی شدیدی به شما بخورد. یا از مقامی پرت بشوید پائین، اینها نشانگر این است که زندگی به شما از این طریق دارد هشدار می دهد و شما هشدارها را جدی نمی گیرید و شما نمی نشینید بکشید عقب، تامل کنید که من هوشیاری هستم و من ذهنی درست کردم، من ذهنی من با قسمت دردهایم هم هویت است، این دردهای من می آید بالا و می نشیند روی سرم، فکرها مرا در اختیار می گیرد و من آن موقع هم برای خودم و هم برای دیگران درد ایجاد می کنم.

این را باید بدانید شما، اگر به آن هشدارها توجه نکنید، خوب یک عده ای هم پناه می برند به الکل چون نمی توانند درد را تحمل کنند. دردهایی که خودشان ایجاد کردند، یا مواد مخدر یا کارهای دیگر، ولی هیچکدام از این راهها علاج این کار نیست. علاج این کار چیه؟ علاج کار همین بیت است. شما بدانید که شما خدائیت اید، شما عاشق عشق او هستید و الآن که من ذهنی شده دل شما، باید این من ذهنی برود کنار، دوباره خدائیت و



هوشیاری بشود مرکز شما، آن هم هویت شدگیها باید کنده بشود، برود بیرون و راهی که ما انتخاب کردیم. مولانا می گوید، می گوید شما بیائید تسلیم بشوید یعنی اتفاق این لحظه را بپذیرید، یک مقدار هوشیاری حضور یعنی همان اصل تان به اصطلاح بوجود بیاید از شعور آن استفاده کنید، از دید آن استفاده کنید برای تشخیص اینکه الآن شما در چه وضعی هستید، با عینک آن ببینید، آن شعور، نه با عینک من ذهنی و مرتب بپذیرید اتفاق این لحظه را بگذار این زیاد بشود، حالا اگر این یک خورده زیاد شد شما بصورت حضور ناظر به من ذهنی تان نگاه کردید و دیدید که مقدار زیادی ستاره دارد سوسو می زند، یعنی مقدار زیادی هم هویت شدگی دارید با چیزها، چیزها هم عمدتاً چیزهای فیزیکی هستند مثل پول، اسباب خانه، خود خانه، زمین، از این چیزها، یکی هم باورها هستند فکرها، یکی هم دردها دردها، این سه تا هستند.

اگر شما دیدید مقدار زیادی هم هویت شدگی دارید، فرار نکنید، برای اینکه شما آنها نیستید. شما هوشیاری هستید. پس باید با شعور آن هوشیاری شناسایی کنید، بپذیرید، بپذیرید که من اینطوری هستم فعلاً و خدا دارد به من کمک می کند و تکامل هوشیاری به من کمک می کند که من بیدار بشوم و مرکز من دوباره خدا بشود. این را هم بدانید. پس فرار نمی کنید از خودتان، نگاه می کنید نمی ترسید هم، خجالت هم نمی کشید و نمی گوید این چیه؟ من این بودم، نمی دانستم و قبول نمی کنم، انکار نکن بپذیرید، هر موقع یک ایرادی دیدید یک هم هویت شدگی دیدید، زندگی و جهان بیرون اینها را بالا خواهد آورد. حتی الآن شما بگویید که نه من به حضور رسیدم اتفاقات این جهان به شما ثابت خواهد کرد که نرسیدید، مگر اینکه واقعاً رسیده باشید. پس می پذیریم، شناسایی می کنیم می پذیریم و هویت از آن تله ها، از آن ستاره ها آزاد می شود. ما مجدداً هوشیارانه داریم بزرگتر می شویم بزرگتر می شویم بزرگتر می شویم تا کجا؟ تا به بینهایت خدا.

حالا، امروز من یک ابیاتی از مثنوی و جاهای دیگر خواهم خواند، من انتظارم این است که شما یک دفترچه ای تهیه کنید، هر بیتی که امروز می خوانیم یا قبلاً خواندیم، یا در آینده خواهیم خواند، دیدید خیلی روی شما کار کرد، بنویسید و تکرار کنید. وقتی دردهای من ذهنی می نشیند روی سر شما، چرا می نشیند؟ برای اینکه شما درد دارید همه مان داریم، گفتم از کجا آمده؟ از دید من ذهنی. شما می دانید توقع داشته باشید محال است که شما رنجش نداشته باشید توقع از اتفاقات، از انسانها، سبب رنجش می شود، رنجش درد است. و به محض اینکه رنجش ایجاد می شود، من ذهنی قاپ می زند باهاش هم هویت می شود می گذارد مرکز شما. کیف می کند از این کار، برای اینکه آن را که می گذارد آنجا، شما واکنش گرایی تان یعنی زودتر عصبانی می شوید، زودتر واکنش





نشان می دهید، من ذهنی دوست دارد این کار را. می گویم که به این علت است که آخر سر این دردها ما را بپاشاند، اساس من ذهنی را بپاشاند. درست مثل دستگاه الکتریک، آن تلویزیون شما با برق معمولی انرژی می گیرد، کار می کند، ولتاژ پنج برابر بهش وصل کنی فوراً می سوزد، دیگر تحمل نمی کند.

ما هم دردهای معمولی را تحمل می کنیم و زیاد می شود، زیاد می شود، یکدفعه که می نشیند روی ما، ما دیگر از پا در می آییم یا می میریم یا زنده می شویم. بیشتر اوقات می میریم، البته این متد کار نمی کند؟ چرا. برای اینکه امروزه مردم که غصه دار می شوند می روند دکتر قرص می گیرند، هوشیاری شان می آید پائین و آن تکنیک که دردهایمان زیاد بشود تا اینقدر فشار بیاید به ما که ما من ذهنی بپاشد که دیگر نتواند تحمل کند آن هم کار نمی کند دیگر،

از اول هم راه درستی نبوده است، برای اینکه تا دردهای ما اینقدر زیاد بشود که من ذهنی پاشیده بشود، این سبب می شود که بدن ما خراب بشود، بدن ما هم به موازات آن خراب می شود. پس پذیرش یعنی تسلیم شناختن شناسایی و پذیرش راه است و ولی چون ما مقدار زیادی درد ایجاد کرده ایم و باهاشون هم هویت شده ایم چون هم هویت شده ایم، آنها می نشینند در سر ما و فکرهای ما را در اختیار می گیرند، ما اگر این ابیات را حفظ باشیم آن موقعی که دیدید که درد دارد می آید این بیت به شما کمک می کند، برای اینکه فوراً مقدار زیادی هوشیاری در شما ایجاد می کند. فوراً دنده شما را به اصطلاح عوض می کند، توجه می کنید.

پس شما ابیاتی را حفظ کنید بلکه هم خیلی موقع ها برای خودتان بخوانید. من امروز نزدیک یک ساعت راجع به این مقدمه صحبت کردم که شما بدانید که چگونه می توانید برداشتی از داستان مثنوی بکنید و بردارید منطبق کنید روی خودتان و آن معنا را در خودتان پیاده کنید و ببینید کجاها ناجوری هست و خودتان را درست کنید و از شر من ذهنی و دردهایش خلاص بشوید. پس ابیاتی از مثنوی و دیوان شمس برایتان خواهم خواند، بعد از آن دوباره به غزل برواهیم گشت، ببینیم که وقتی هوشیاری می رود به جهان و می خواهد برگردد و با دید جسمی می خواهد برگردد آیا می توانید شما با آن چالشها و موانع که برخورد می کنید، یک راهی پیدا کنید؟

&&&



من غلامم آنکه اندر هر رباط  
 خویش را در اصل نداند بر سباط  
 بس رباطی که باید ترک کرد  
 تا به مسکن در رسید یک روز مرد  
 گرچه آهن سرخ شد، او سرخ نیست  
 پر تو عایت آتش ز نیست  
 گر شود پر نور روزن یا سرا  
 تو بدان روشن، مگر خورشید را  
 مولوی، مشوی، دفتر اول، بیت ۳۲۵۹

متن کامل برنامه شماره ۶۸۵ گنج حضور  
 قسمت دوم

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



اول این بیت را بخوانم این بیت و بیت بعدیش به شما می گوید که شما این رهایی خودتان را از هم هویت شدگیها یعنی شناسایی و پذیرش و آزاد شدن را متوقف نکنید می گوید:

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۵۹

### من غلام آنکه اندر هر رباط خویش را واصل نداند بر سِماط

می گوید من غلام کسی هستم که در هر کاروانسرا یا مهمانسرای وسط راه یعنی مرحله ای از بیداری، بسنده نکند، بگوید بس است دیگر من وصل شدم، وصل شدم به کجا؟ وصل شدم به سفره حقیقت، سفره خدا، یعنی به یکتایی رسیدم، من دیگر رسیدم به آنجا که مرکز از جنس عدم شد هوشیارانه، و تمام شد. پس بنابراین انباشتگی دانشها و فکرها و هم هویت شدن با آنها و آنها را مرکز قرار دادن، به حضور رسیدن نیست، پس شما باید ادامه بدهید، دنبالش

### بس رباطی که ببايد ترك كرد تا به مسكن در رسد يك روز مرد

در اینجا مرد یعنی زن یا مرد فرقی نمی کند یعنی انسان، خیلی از مهمان خانه های میان راه را که دارید می روید شما روی خودتان امروز کار می کنید، یک ذره می روید جلو، آنجا یک کاروانسراست، یک مهمان سراسر می مانید، نباید متوقف بشوید، دوباره باید بشناسید و بپذیرید و بیندازید، فضا را باز کنید در مرکزتان. یعنی شما دارید هم هویت شدگیها را شناسایی می کنید، وقتی شناسایی می کنید، هوشیاری سرمایه گذاری شده در آنها، آزاد می شود.

حالا مثلاً شما وقتی که آن فضای درد می آید روی سر شما می نشیند و کنترل فکرهای شما را بعهد می گیرد و بدست می گیرد شما شروع می کنید به فکرهای منفی کردن، اگر موقع آمدن آگاه باشید که دارد می آید و هوشیاریتان بسیار تیز باشد با خواندن این ابیاتی که اینجا ما می خوانیم، بله، آنموقع درد من ذهنی یعنی فضای درد نمی تواند خودش را ترمیم کند، حتی مقدار زیادی از انرژی اش را تبدیل می کند.

یعنی اگر هوشیار باشید در این لحظه دارد می آید الآن، این فضای درد دارد می آید، من شروع کردم به فکرهای منفی کردن، یا نه حرفی که همسرم زد یک حرف معمولی بود به من خیلی برخورد، نشانگر این است که فضای درد دارد بیدار می شود، آنموقع شما باید تیز باشید، یا اگر همسران، زن و شوهر باهم توافق دارند، همدیگر را قبول دارند، باهم همکاری می کنند قرار بگذارند که شما این حرف را زدی، یکدفعه من ذهنی من به دردش بیدار



شد یا دردهای من بیدار شد، من شروع کردم فکرهای منفی کردن، حواست باشد این چیز را می گویی من به درد می افتم این کار را ملاحظه کن و شما هم هوشیار باشید که وقتی آن حرف را می زند یا تکراری کند یا موقعیتهای خاصی بوجود می آید، می بینید که این فضای درد می آید بالا، آن موقعها وقتی موقعیت پیش می آید، شما مثلاً بعضی آدمها را می بینید، بعضی آدمها را می بینید، بعضی حرفها را می زنند، در کنترل شما هم نیست و می بینید فضای درد شما می آید بالا، تیز باشید.

با خواندن برخی از ابیات یا نه اصلاً ابیات را هم نخوانید به خودتان بگویید من الآن باید شش دانگ حواسم را تیز کنم در این لحظه باشم، ببینم که یک فضایی دارد می آید، یک باشنده ای دارد می آید فکرهای مرا در اختیار بگیرد من نمی گذارم، نمی گذارم نه بوسیله فکر با زور، فقط دارم نگاه می کنم، هیچ ستیزه ای ندارم، خواهید دید آن دزد که فضای درد است، یک مقدار هم انرژی اش را داد به شما رفت، انگار یک دزدی می آید شما آگاه باشید یک چیزی هم از شما می گیرید، دفعه بعد می آید دوباره می گیرید، دوباره می گیرید، یواش یواش انرژی دارد تبدیل می شود.

این دردها مودی ترین قسمت هم هویت شدگی ماست، چرا می گویم مودی؟ برای اینکه وقتی می آید هوشیاری ما می آید پائین، دیگر آن موقع نمی بینیم. پس خیلی از کاروانسراهای وسط راه را باید ترک کنیم تا به مسکن اصلی، محل زیست اصلی که فضای یکتایی است برسیم، پس از این دو بیت چی نتیجه گرفتیم؟ نتیجه گرفتیم که من ذهنی شما را متقاعد نکند که من دیگر یاد گرفتم تمام شد، باید ادامه بدهید و در یکی از این کاروانسراها خوش نیست نیاید بگویی بابا اینجا زندگی کنیم دیگر.

### گرچه آهن سرخ شد، او سرخ نیست      پرتو عاریت آتش زنیست

گرچه که آهن را می گذاریم توی کوره سرخ می شود، ولی این سرخی این حرارت و این درخشش از خود او نیست. منظورش این است که ما وقتی مولانا می خوانیم، حالمان خوب می شود، این خوبی حال یا مدتی تسلیم می شویم و انرژی زنده زندگی، خرد زندگی می آید زندگی ما را یک خورده درست می کند، شما نگوئید تمام شد دیگر، یاد گرفتم، برای اینکه این من ذهنی خودش بعلاوه دردش آنجا وایستاده اند شما را پشیمان کنند. چرا؟ این یک باشنده اینتلجنسی به اصطلاح با شعوریه، شعورش شعور خوبی نیست، مثل شعور موش است، موش چیزها را از ما می دزدد، ممکن است ضرر بزند، زرنک است ولی خوب زرنگیش به درد ما نمی خورد.





خوب مولانا موش را هم مثال می زند، می گوید از انبار ما هی غله می برد، این موش می برد، من ذهنی را به موش تشبیه می کند، می گوید اگر نمی برد این زحمات چهل ساله ما نتیجه اش چیه؟ پس بنابراین نور یک گرم کننده است می افتد به ما، شما گول بهتر شدن حالتان را نخورید، باید پیش بروید.

## گر شود پر نور روزن یا سرا تو مدان روشن، مگر خورشید را

می گوید که اگر سرای شما یعنی خانه شما یا روزن شما روشن شد، تو این روشنایی را از من ذهنیت یا از خودت ندان، بلکه از خورشید بدان، از اتاق نیست از خورشید است. یعنی نور ما هم موقعی نور خواهد شد که به او کاملاً زنده بشویم. یک خورده آمده شما نگویند که من شدم دیگر تمام شد، نگذارید که به شما استاد بگویند، نگذارید تعریف کنند، خودتان را نبرید بالا، این من ذهنی با دردهایش موذی است بله، آیا ما باید وقت تلف کنیم در این کار؟ نه، شما منتظر نباشید، این را به آینده موکول نکنید، ولی با ذهن هم عجله نکنید.

در واقع ما چی کار می خواهیم بکنیم؟ ما می خواهیم طبق آن قانون کن فیکون که خدا به ما می گوید باش، باش یعنی آن چیزی باش که از اول بوده ای الآن هم هستی که جنس من است، نه من ذهنی باش، ما در واقع فرمان کن یا باش را اطاعت نمی کنیم، ولی نباید شما عجله کنید با ذهن با من ذهنی با دردهایش یک چیزی بشوید، شما آن چیزی باشید الآن که از اول بوده اید و الآن هم هستید، از اول چی بودید؟ از اول هوشیاری بوده ایم خدائیت بوده ایم، اشکال کار ما این است که با من ذهنی هی می خواهیم یک چیزی بشویم. من ذهنی فکر می کند که همانطوری که خودش را بافته اگر یک کم بیشتر ببافد، حضور و خدا را هم می تواند ببافد، همچون چیزی نیست. یعنی با اضافه کردن دانش، دانشهای معنوی نما دینی نما، مذهبی نما، نمی توانیم به خدا برسیم، ما داریم کار را بدتر می کنیم. پس بنابر این چند بیت از این غزل برایتان می خوانم می گوید:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۰۸۳

هله زیرك، هله زیرك، هله زیرك، هله زوتر

هله كز جنبش ساقی بدود باده به سر بر

هله یعنی آگاه باش زیرک یعنی تو، تو همان هوشیاری هستی، همان که می گوئیم آن باش، همان که از اول بوده ای، آن باش، ما آن چیزی را که بافتیم و تویش رفتیم آن نیستیم آن پوسته است، یعنی آگاه باش زیرک، آگاه باش زیرک، آگاه باش زودتر، اما زودتر شما نباید با ذهن عجله کنید، الآن شما فردا برسید که چه جوری زود





برسم؟ چه جوریش را شما نمی دانید، چه جوریش مال قانون مزرعه است، شما با نظم پنهان همکاری می کنید، با پذیرش اتفاق این لحظه، با پذیرش اتفاق این لحظه، با شناسایی هم هویت شدگیها، با اینکه با چه دردی هم هویت شدید و نگذارید دردها زندگی شما را خراب کنند، روابط شما را خراب کنند، آن روشی را که شاید هزاران سال پیش بشر بکار می برده، الآن هم اکثریت بکار می برند، یعنی درد را زیاد کنیم و درد ما را منفجر کند، آن را شما دنبالش نروید، درد هر چهار بعد ما را فلج می کند وقتی درد می آید شما آگاه باشید که درد را بشناسید بیندازید، درست است که ما درد را زیاد می کنیم، که درد زیاد بشود به ما هشدار بدهد.

ولی این راه درستی نیست. بدن مان را خراب می کند فکر ما را خراب می کند هوشیاری را می آورد پائین، ما ممکن است خودمان را در دردها و فکرها گم کنیم، راه را دیگر نتوانیم پیدا کنیم، هوشیاری اینقدر پائین بیاید که دیگر نتوانیم بیابیم بالا، اگر خیلی توی دردها و فکرها گم بشویم و هوشیاری خیلی برود پائین یا خدای نکرده به مواد مخدر بیفتیم به مشروب الکلی بیفتیم نمی توانیم ترکش کنیم دیگر متکی به چیزهای بیرونی می شویم متکی به مواد می شویم، قبلاً هم هویت شدگی ما را کنترل می کرد، الآن یک چیزهای بیرونی هم که بهشون قدرت دادیم، مثل مواد الآن آنها هم کنترل می کنند، آنها بعلاوه شدند به دردهای قبلی، آخر اینکه درست نیست. می گوید هله آگاه باش، ساقی باید بجنبد، ساقی باید به حرکت در بیاید، ساقی توی مرکز ماست، یعنی باید مرکز شما از جنس عدم بشود و این به حرکت دربیاید، تا شراب به فکر برسد، فکر که شراب ندارد مستی ندارد. هله کز جنبش ساقی بدود باده به سر بر، وقتی مرکز ما از جنس فکر است، شادی ندارد این، نمی گذارد از این مرکز شادی بیاید، شادی اصیل و بی سبب باید از مرکز ما ساطع بشود وقتی عدم است، همان بیت اول غزل، سریع می خوانم چون قبلاً هم خواندم این غزل را،

### بدود روح پیاده، سر گنجینه گشاده      رخ چون زهره نهاده غلطی روی قمر بر

می گوید ما روح پیاده می رود یعنی ما توی ذهن هستیم در حالیکه سر گنجینه خدا شادی بی سبب، آرامش بی سبب و بینهایت باز است و ما رخ مثل زهره زیبا که حضور خداست گذاشتیم و به اشتباه من ذهنی و روشنائیش را داریم می بریم، عاشق آن شدیم. از این ابیات شما متوجه می شوید که این چیزی که بعداً ما آمدیم در اینجا درست کردیم، این خیلی زشت است به نظر ما زیبا می آید. آخر این من ذهنی درست است که یک هوشیاری جسمی دارد، یک چیزهایی را توی این جهان به ما نشان می دهد و هرچه بیشتر بهتر می گوییم، ولی می دانید





چقدر درد برای ما تولید می کند؟ چقدر بینشش غلط است؟ چقدر روابط ما را با مردم با همسرمان با بچه هایمان خراب می کند؟ چقدر لطمه مالی می زند؟ آیا از شما می پرسیم فقط من است که درد ایجاد می کند؟ نه، وقتی من ها جمع می شوند ما می شوند، من ذهنی می تواند دردهای عظیم تری بوجود بیاورد، وقتی هزاران نفر دردشان را با هم جمع می کنند، جنگ تولید می شود، انقلابات تولید می شود، جنگها برای ویرانی و ایجاد درد است. از کدام جنگ ما برکت گرفتیم؟

در جنگ آدمها می میرند زخمی می شوند، بی خانمان می شوند، سرمایه ها از بین می رود، شهرها ویران می شود. چرا در یک قسمتی از دنیا آدمها اینقدر اشتباهی ویران کردن دارند؟ چرا؟ درد من ذهنی است، درد من ذهنی است. درد را زیاد کردن با مقصود خدا به یک لحاظی هم خط است، برای اینکه زیاد کردن درد راه درستی نیست ولی بشر فعلاً این را پیدا کرده است، فکر می کند اگر دردها را زیاد کند، بالاخره اینقدر درد زیاد می شود که این من ذهنی می پاشد، این کار درستی نیست. کار درست، تسلیم، شناسایی، پذیرش و بکاربردن قدرت انتخاب است. وقتی ما هوشیار می شویم به زندگی، قدرت انتخاب پیدا می کنیم اختیار پیدا می کنیم. از حالت اجبار من ذهنی و چیزهای جامد من ذهنی می آییم بیرون.

### هله منشین و میاسا، بهل این صبر و مواسا

### بگزین جهد و مقاصا، که چو دیگم به شرر بر

می گوید توی راحتی های من ذهنی منشین و آسوده مباش، روی خودت کار کن. این صبر و این انتظار را بگذار کنار، این صبر در اینجا منفی است. صبر موقعی که شما چرخ دنده هایتان در جهت سازندگی با زندگی یک وصل است، شما با نظم زندگی کار می کنید به سادگی هم دارید شناسایی می کنید. من الآن دارم شناسایی می کنم که من از ده نفر رنجیدم اینها را می خواهم خوب شناسایی کنم اینها را می خواهم حل کنم و انرژی به تله افتاده را بکشم بیرون، بعد هم می شناسم، بیست تا چیز که من باهاشون خیلی هم هویت هستم، بچه ام هست، همسر هست، پولم هست، مقامم هست، دانشم هست، فکر می کنم خیلی می دانم و پدرم هست مادرم هست خواهرم هست برادرم هست، با اینها هم خیلی هم هویتم و باورهای علمی ام هست فکر می کنم خیلی دانشمندم. می خواهم هویتم را از اینها بکنم. وقتی می کنم هویتم را بهشان نگاه می کنم می گویم من شما نیستم، انکار می کنم این درد دارد، درد دارد، اینجا صبر خوب است. ولی بگوییم که حالا که خوش می گذرد و مردم که دیگر احترام می



گذارند استاد شدیم دیگر ببین ما را کجا می نشانند، همین خیلی خوب است، **میاسا هله منشین و میاسا**، می دانی که این جایی که هستی تو، جای خطرناکی است، توی ذهن هستی، دلت عدم نیست. رها کن این صبر و مواسا را، مواسا یعنی راحتی، آسایش را، آسایش من ذهنی را شما نخواهید، من ذهنی یک چیزهایی را تهیه می کند به ما می گوید.

توی غزل هم داریم بگو بابا من نمی خواهم، این خوبی را نمی خواهم، این احترام را نمی خواهم، این آسایش را نمی خواهم. من آن آسایش را که از طریق خرد زندگی ایجاد می شود می خواهم. بگزینه جهد و مقاسا، مقاسا یعنی رنج، تحمل سختی، چالش برای رها کردن خود از هم هویت شدگیها، جهدکن، انتخاب کن اینها را، که مانند دیگی هستم که روی آتش است. یعنی از آن زیر حرارت زندگی می آید دارد می جوشاند ما را، شما این حرارت را به هدر نباید بدهید، یعنی چی؟ یعنی ما وقتی با او موازی می شویم، وقتی ستیزه نمی کنیم، این خرد را می گیریم به ما نشان می دهد که من وضعم چه جوری است؟

هیچ هم خجالت نمی کشم. خوب من می بینم با این همه چیز، پنجاه تا چیز هم هویتیم، با پنجاه تا درد هم هویتیم، این دیگر خجالت ندارد، فرار ندارد، و می ایستم کار می کنم. حالا درحالیکه این همه باید کار کنیم، می بینید که هم هم هویت شدگی داریم هم با دردها هم هویتیم، در حالیکه فضای درد از درون ما می آید بالا، روی سرمان می نشیند، ما شروع می کنیم به فکرهای منفی کردن.

و ببینید مولانا دارد می گوید که تو باید این چالشی است که تو باید بپذیری، راحت نباش، نخواب و توی این راه کار کن. بجای اینکه ما کار کنیم و صبر کنیم، هر لحظه کار کنیم، بیاییم بگوییم فلانی برای ما دعا کن، این پول را بگیر دعا کن من خوب بشوم، آ این درسته؟ این جای دعاست اینجا؟ می شود که آدم باید کار کند کار کند کار کند باز هم کار کند، گفت وسط این راه یا میانه راه کاروانسرا هست اینجا نمان تو، تو برو برو تا ته، تا به مسکن که فضای یکتایی است برسی.

می شود بعضی ها می گویند ما انتظار داریم برویم مثلاً به قبر فلانی، او ما را نجات بدهد، آخر این چه خرافاتی است؟ عملاً باید کار کنید، کار کنید، شما کار کن، ببین یواش یواش این هم هویت شدگیها از دلت می رود کنار، این کار شناسایی می خواهد، پذیرش می خواهد. خود پذیرش یک جهدی است یک رنجی است. چرا رنج است؟ برای اینکه ما در گلیمی که درست کردیم رویش گلها را کشیدیم. می گویم من آدم معنوی هستم، آدمی هستم که کاملاً دین دارم، آدمی هستم که مهربان هستم، آدمی هستم که بسیار بخشنده هستم. بعد متوجه می شوم که



اصلاً دین ندارم، مهربان هم نیستم، هم هویت هم با پول و هرچی، خوب دیدن اینها و پذیرشش خیلی سخت است اولش، خود دیدنش شاید آ من نمی خواهم بدانم. ولی اگر ندانی باید درد بکشی یا همین طوری بدون توجه به مقصود خلقت یعنی مقصود خدا از خلق شما باید از این جهان بروی. آخر این درسته؟ تا آخر عمرت هم باید درد بکشی، زندگیت هم زندگی بشو نیست.

### اگر عشو پرستی، سر راه نبستی شب من روز شدستی، زده رایت به سحر بر

می گوید اگر فقط توجه کنید، یک عشو پرست، عشو پرست یعنی فریب پرست، که همین من ذهنی است، سر راه من را نمی بست، برای اینکه من رفتم بصورت هوشیاری جهان، آنجا من درست کردم، درد هم درست کردم، من ذهنیم با دردها هم هویت شد، خیلی موقعها این چیره می شود به من، اینها عشو هاست دیگر، فریب های من ذهنی است. ما بصورت من ذهنی عشو پرستیم، دروغ پرستیم، بت پرستیم، سر راه من را نمی بست. بله می بندد چون با عینک هوشیاری جسمی می بینی، ما نمی توانیم توجه کنید، برویم به جهان یک من درست کنیم یک جسم درست کنیم، هوشیاری جسمی پیدا کنیم، با همان هوشیاری برگردیم راه را بسوی خدا پیدا کنیم، در حالیکه عشو پرستیم. هر لحظه که ما با من ذهنی مشغول می شویم، هر لحظه که می گوییم: من و می دانم و نمی گذاری خرد زندگی رد بشود، عشو پرستی می کنی، بت پرستی می کنی، هر لحظه که بلند می شوی می گویی من و ستیزه می کنی با اتفاق این لحظه یعنی با زندگی ستیزه می کنی یا مقاومت می کنیم، عشو پرستیم. سر راهمان بسته است.

فقط یک چیزی در ما در این لحظه عشو پرست نیست و آن خود هوشیاری است که از طریق تسلیم بدست می آید، می گوید شب من روز می شد، یعنی از خواب ذهن بیدار می شدم و پرچم و علم پیروزی را می زد به سحر، یعنی صبح نزدیک است خاموش کم خروش، یعنی من بیدار می شدم از خواب ذهن، زده رایت به سحر بر، توجه می کنید پس چی نمی گذارد؟ یک یک عشو پرست، شما از شر این عشو پرست چه جوری باید رها بشوید؟ با تسلیم با پذیرش اتفاق این لحظه، بعدش دیدن وجود ذهنی ما، دردهای ما پذیرش آنها و کندن هویت خود از آنها هوشیارانه و وسعت بخشیدن به فضای درون که در دل ما آن باشد، بینهایت خدا باشد.



## هله برجه هله برجه، که ز خورشید سفر به

### قدم از خانه به درنه، همگان را به سفر بر

به ما می گوید بصورت هوشیاری نه من ذهنی، برجه بلند شو بپر، بپر از کجا؟ از این من ذهنی، تو آشنا باش بشناس که درد داری تو درد نیستی که، بیت اول هم گفت: هر چیزی غیر از این را انکار می کنم، انکار می کنم می گویم من با تو کاری ندارم، من از جنس تو نیستم. که در نور خورشید، در روز سفر بهتر است نه در شب، نور خورشید را از کجا پیدا کنیم؟ گفتم دائماً، هر جلسه من شاید صد دفعه می گویم، بپذیرش اتفاق این لحظه، روزن باز می شود. با پذیرش اتفاق این لحظه از گذشته و آینده ما می آییم به این لحظه، در این لحظه یک چراغ قوه به دست می گیریم که در واقع روزن زندگی است، از روزن زندگی نور می آید و یک قدمی خودمان را می بینیم، می رویم جلو، در سایه خورشید زندگی نور زندگی داریم سفر می کنیم. و قدم از این خانه جسمی بیرون نه، نه تنها خودت به سفر برو همگان را راهنمایی کن بروند به سفر، راهنمایی نه با تحمیل عقیده، راهنمایی با نور خورشید زندگی.

### سفر راه نهان کن، سفر از جسم به جان کن

### ز فرات آب روان کن، بز آن آب خضر بر

می گوید تو بیا سفر راه آشکار نکن، راه آشکار راه ذهن است، راهی که فکرها به ما نشان می دهد که بوسیله فکر کردن و عمل کردن بوسیله من ذهنی انجام می دهیم، این راه، راه آشکار است، سفر راه نهان وقتی ما تسلیم می شویم گفت که زندگی شما را از خشکی امروز هم خواهیم خواند آن آیه کَرَمْنَا (گرامی داشتیم) هم در خشکی سوار مرکب می کند هوشیاری می کند، هم در دریا. شما را نجات می دهد. یعنی وقتی شما تسلیم می شوید و خودتان را در اختیار زندگی قرار می دهید، او می داند چجوری شما را از این هم هویت شدگی ها از این ستاره ها جمع کند.

ستاره ها دیگر نمی توانند شما را بکشند، یواش یواش تبدیل می شویم به کاسه، یعنی فضای دربرگیرنده اینها، ما الان اگر آسمان را در نظر بگیریم آسمان که هیچ موقع ستاره هایش نمی شود که، آسمان می گوید من فضایی هستم این ستاره ها هم در من هستند، ما هم باید آن طوری باشیم، ما هم فضایی هستیم که این فکرهای ما این



هیجان های ما این حس های ما هر چی که بوسیله حس ما و فکر ما می تواند به ما نشان داده شود در آن فضا است اتفاقات در آن فضا است وقتی ما فضای دربرگیرنده اتفاقات هستیم پس ما اتفاق نمی افتیم اتفاق در ما می افتد. سفر راه نهان کن سفر از جسم به جان کن، یعنی بیا از من ذهنی سفر کن، برو به جان یعنی فضا را باز کن در مرکزت بگذار بی نهایت بشود، سفر از جسم به جان کردن یعنی الان جسم است مرکز شما، یواش یواش این متلاشی می شود فرو می ریزد، مرکز شما می شود بی نهایت. حالا، از آن ور آب را بیاور، از زندگی آب را بیاور، ز **فرات آب روان کن** و تو بیا آب زندگی آب حیات را بزن ببر، ببر بده به باغت، باغ ما الان خشک شده، چرا؟

برای اینکه آب کثیف من ذهنی را می دهیم به باغمان به روابطمان، به فرزندانمان به همسرمان به کارهایی که می کنیم به خلایقتمان به فکرهایمان به احساساتمان، احساساتمان بیشتر از جنس خشم از جنس ترس از جنس اضطراب است از جنس نارضایتی ناشکری است، اینها که نتیجه آب حیات نیست که، وقتی ما سینه مان باز شد وقتی سفر کردیم از اینجا. گفتیم سفر را زندگی راهش را به ما نشان می دهد در این سفر، با عقل من ذهنی و با دید من ذهنی نمی توانیم راه را پیدا کنیم، خوب، بله، پس هله زودتر هله زودتر را خواندیم، گفت چکار باید بکنیم.

همین طور که خدمتتان عرض کردم هر کدام از این ابیات به دلتان می نشیند و شما را بیدار می کند در این لحظه بنویسید و تکرار کنید، تکرار کنید، تکرار کنید و موقعی که من ذهنی حمله می کند می خواهد فکرهای شما را در اختیار بگیرد آن موقع بخوانید، نگذارید ببرد، نگذارید شما را زیر درد له کند، نگذارید آن زمانها که انسان باید زیر درد می رفت، دیگر تمام شد، و بیشتر هوشیاری را بیاورید به زندگیتان، آب خضر را بیاورید آب حیات را بگذارید بیاید به زندگی شما با موازی شدن با زندگی و باز کردن مرکزتان و تبدیل هوشیاری جسمی به هوشیاری حضور، اما برای کسانی که می خواهند صبر کنند و هنوز دست بر نمی دارند از گرفتن زندگی و هویت از چیزها از فکرها از مرکز مادیشان این چند بیت را بخوانم.

**مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۰۷۳**

### **از خدا چاره ستش و از لوت، نی چاره اش است از دین و از طاغوت، نی**

می گوید من بدون خدا می توانم زندگی کنم، اما بدون این غذایی که از این چیزهای هم هویت شده می گیرم، لوت، لوت یعنی غذا نمی توانم. از دین چاره دارد می گوید من دین نمی خواهم.







دین را یک سری باورهای هم هویت شده می داند که در مرکزش انباشته کرده هوشیاری جسمی توام با درد پیدا کرده، غذایش هم درد است، می گوید که دین نمی خواهم من این را می خواهم، طاغوت را می خواهم، پس طاغوت همین من ذهنی است، بت من ذهنی طاغوت است، دین هم بنا به تعریف الان این است که شما در مرکزتان خدائیت را قرار بدهید، یعنی با خدا به وحدت برسید و در آن موقع بینهایت خدا در شما به خودش زنده می شود. یعنی شما بینهایت می شوید، وقتی سینه تان باز می شود بینهایت می شود وقتی این خدائیت این هوشیاری که ما آن هستیم از زندان من ذهنی آمد بیرون به محض اینکه آمد بیرون بینهایت می شود، چون از اول بینهایت بوده.

خدا دو تا خاصیت دارد یکی بینهایت یکی ابدیت خدا همیشه زنده است نمی میرد، و معادل آن آگاهی ما در این لحظه به زندگی ابدی است. همیشه این لحظه است و این لحظه ابدی هست و آگاهی ما به این لحظه ابدی می شود ابدیت و خدا بی نهایت است. و وقتی ما در این لحظه عمق ریشه بی نهایت پیدا می کنیم، در واقع به او زنده شده ایم او در ما به خودش زنده شده، و دین ما از اینجا می آید، دین ما موقعی که او را می بینیم با او یکی می شویم، هم نور ما از آنجا می آید، هم غذای ما از آنجا می آید، هم شادی ما از آنجا می آید، هم خرد ما از آنجا می آید، هم عشق ما از آنجا می آید، هم لطافت ما از آنجا می آید هم عقل ما از آنجا می آید. در این لحظه او می گوید چکار کن ما آن کار را می کنیم، او در ذهن ما می نویسد ما می خوانیم. می گوید چه فکری کن ما آن فکر را می کنیم، باید اینطوری بشود، فکر نکنید که این را فقط مولانا می گوید، دین هم همین را می گوید، درست بفهمید اینها کاملاً با قرآن این صحبتها مطابقت دارد.

### ای که صبر نیست از دنیای دون صبر چون داری ز نِعَمِ الماهدون

می گوید که تو که از دنیای پست در واقع دنیای پست در مرکز ماست چیزهایی که باهاش هم هویتیم، می گوید صبر نداری از آنها نمی توانی جلوی خودت را بگیری نروی، وقتی یکی از این ستارهها سوسو می زنند، تو فوراً حرکت می کنی و آن ستاره می تواند تمام تمرکز شما و توجه شما را بخود جذب کند و ببلعد. و تو نمی توانی صبر کنی نروی، آن موقع چجوری از بهترین گسترنده، بهترین نعمت دهنده، کسی که سفره می چیند بهترین چیزها را آنجا می گذارد، می توانی صبر کنی،

پس نِعَمِ الماهدون یعنی بهترین گسترانده مربوط به آیه قرآن است بله،



قرآن کریم، سوره زاریات (۵۱)، آیه ۴۸

وَالْأَرْضَ فَرَشْنَاهَا فَنِعْمَ الْمَاهِدُونَ ﴿٤٨﴾

زمین را بگسترانیدم، پس ماییم نیکو گسترندگان (۴۸)

می گوید: پس زمین را بگسترانیدم پس ماییم نیکو گسترندگان، اشاره می کند به این، شما می خواهید که می گوید خودت که سفره باز کردی دیدی چه جوری است، همه دردها را پهلوی هم چیدی و هر موقع که دلش بخواهد من ذهنی می آید روی سرت می نشیند، فکرهای منفی می کنی، مسلط می شود فکرها. دردهایی شبیه حسادت، خشم، ترس، حس جدایی، حس نقص را چیدی توی سفره ات، ولی خدا می گوید ما بهترین سفره را برای تو می چینیم، تو بگذار انرژی من، عقل من، آب حیات وارد زندگی تو بشود، چجوری وارد می شود با پذیرش اتفاق این لحظه.

### ای که صبر نیست از ناز و نعیم صبر چون داری از الله کریم؟

که نمی توانی خودت را نگه داری از ناز و نعمت، ناز و نعمت آن چیزی است که ذهن ما نشان می دهد، ناز و نعمت است که ما با آن هم هویتیم، در این صورت از خدای بخشنده چگونه صبر داری؟ این بیتها اگر درست خوانده شود، و مطابقت بدهیم به اینکه وضع من چیه؟ با توضیحاتی که اول برنامه دادم شما با یک حضور ناظر در حالی که به ذهنتان نگاه می کنید خودتان را ببینید.

### ای که صبر نیست از پاک و پلید صبر چون داری از آن کین آفرید

می گوید که: تو نمی توانی صبر کنی جلوی خودت را بگیری از پاکیها و پلیدیها، پاک و پلید دوباره ذهن است. چطور ما بعنوان حضور ناظر به ذهنمان نگاه می کنیم می بینم این یک سیستم قضاوت است و خوب و بد می کند، پاک و پلید می کند، نه پاکش پاک است، نه پلیدش پلید است. و این هوشیاری جسمی هست ما بدون این می توانیم زندگی کنیم ما می توانیم به آن کسی که این را آفریده بهش زنده بشویم، صبر چون داری از آن کین آفرید، یعنی ما می توانیم به آن کسی که این سیستم ذهن را آفریده زنده بشویم و این را رها کنیم، چطور ما چسبیدیم به این سیستم دویی و می گوییم این زندگی ما را اداره کن، ولی از آن که نظم پنهان و خرد کل است و می تواند زندگی ما را درست کند، در مدت کوتاهی غافل هستیم، چرا؟

با این بیتها شما را بیدار نمی کند؟ شما نمی بینید بعنوان ناظر ذهنتان که در چه تله ای در چه زندانی گرفتار شده اید، چرا این همه درد کشیده اید؟ وقتی شما فکرهای منفی می کنید چه چیزی سبب می شود که فکرهای



منفی بکنید، چرا روز به روز دردهایتان زیاده‌تر می‌شود، شما بیست سالگیتان را با سی سالگی مقایسه کنید، در این ده سال دردهایتان زیاده‌تر شده بوده یا کمتر شده بوده؟ حتماً زیاده‌تر شده بوده. در حالتی که انسان اصلاً نباید درد بکشد.

## کو خلیلی کو برون آمد ز غار      گفت: هذارب، هان کو کردگار؟

**کجاست آن دوست خالص حضرت حق که از غار طبیعت و نهانخانه مادیت بیرون آید**

**و بگوید: این پروردگار من است. آنگاه بگوید: کجاست خداوند حقیقی جهان؟**

می‌گویند که خلیل چکار کرده با ذهن توضیح بدهیم، می‌خواهد بگوید که انسان بصورت هوشیاری اول آمده یک ستاره درست کرده، وقتی هم هویت شده با اولین فکر، یک ستاره بوده، ولی این ستاره افول کرده خلیل گفته که این که من می‌پرستیدم و قسمتی از من بود، این گذرا بود، آفل بود من این را دوست ندارم و بعدش هم که ماه آمده، ماه درخشیده، گفته ماه هم افول کرده گفته من آن را هم دوست ندارم، بعد هم خورشید گفت نه من خورشید را هم دوست ندارم. بنابراین پس از اینکه درخشندگی‌های ذهنی را دیده، و دیده اینها بر اساس چیزهای گذرا تشکیل شدند یکدفعه متوجه شده که او از جنس آفل نیست.

یعنی دیدن چیزهای گذرا، چیزهای گذرا چی هستند؟ حس‌های ما هستند پنج تا حس ما، هر فکری گذراست، هر قضاوتی گذراست، هر خوشایندی و بدآیندی گذراست هر اتفاقی گذراست. اینها را اگر یکی بگیرد و ول نکند در این صورت مثل خلیل نیست، می‌گویند خلیل کو که از غار مادیت بیرون آمد یعنی از ذهن بیرون آمد، گفت که این خدای من است. یعنی این ستاره خدای من است بعد متوجه شد نه این خدای من نیست و پس خدای من کو؟ خدای اصلی را پیدا کرد.

شما هم باید اینطوری بگویید، بگویید تمام آن چیزهایی که ذهن من نشان داده، تا حالا من باهاش هم هویت شدم، اینها خدای من نبودند، من همه را انکار می‌کنم من به خدا زنده می‌شوم، خدای اصلی. پس هر چه که ذهن من نشان می‌دهد گذراست، خدای من نیست. برای چیزی که ذهن من نشان می‌دهد واکنش نشان نمی‌دهم، خشمگین نمی‌شوم، برای چیزی که ذهن من نشان می‌دهد نمی‌ترسم، برای اینکه ترس، خشم، رنجش اینها نشانه هم هم هویت شدگی با یک چیز است و هر چیزی باهاش هم هویتیم مرکز ماست، هر چیزی که مرکز ماست ما آن را می‌پرستیم، خدای ماست، خلیل گفته نه اینطوری نیست، من آفلین را دوست ندارم. هان کو کردگار؟ گفته‌ها! اینها که نیستند پس کو؟ آن پیدا کرده. در واقع بیدار شده به اینکه، اینها که نیستند، پس تمام آن چیزهایی که



شما را تا حالا اذیت کرده، شما آنها نیستید آنها نباید در مرکز شما باشند، پس شما الان می گوئید که نه من آن چیزی را که ذهنم نشان می دهد ناز و نعمت است باهاش هم هویت نمی شوم من صبرم نیست از، گفت الله کریم، من می خواهم به خدا زنده بشوم.

من برای همین آمدم و امروز در غزل خواندیم گفت که: **هله زیرک هله زیرک هله زیرک هله زودتر**، البته شما نباید با ذهنتان بخواهید بوسیله همان هم هویت شدگی ها و همان باورها و با همان عقل بخواهید یک چیزی بشوید، توجه می کنید که ما در اینجا، اینجا خلیل چی گفته؟ خلیل اصلاً نیامده که با ذهنش بشود، من می گویم خلیل برای اینکه ابراهیم خلیل یا شما یا هر کسی دیگر، مثال است اینجا این نیامده بشود بلکن آن را کشف کرده که بوده، شما نمی توانید بشوید ما می خواهیم بشویم که طول می کشد، وقتی می گوید هله زودتر، زودتر یعنی بفهم که این چیزها تو نیستی و خدای تو هم نیست اینها را تو ساختی ولی الان بفهم که شبیه تو در این جهان نیست.

پس هر چی فکر می کنی تو آن هستی مربوط به این جهان است رها کن، بشناس. رها کردن هم راهش خیلی آسان است. بشناس، با هوشیاری حضور بشناس، شما می گوئید هوشیاری حضور از کجا پیدا کنم؟ با پذیرش اتفاق این لحظه با تسلیم، بشناس، بپذیر. این کلمه بپذیر خیلی مهم است، برای این که مردم نمی توانند زیر بار بروند بگویند که ما اینظوری هستیم، چرا نمی توانید، چرا نمی توانید اقرار کنید که من رابطه ام در خانواده با همسرم خراب است، با بچه ام خراب است، من مریضم، من خودم را مریض کردم، من درد دارم. دردهایی مثل خشم، مثل حسادت بر من چیره اند، چرا زیر بار نرویم.

**مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۰۷۷**

**کجاست آن دوست خالص حضرت حق که از خار طبیعت و نهانخانه مادیت بیرون آید و بگوید: این پروردگار من است. آنگاه**

**بگوید: کجاست خداوند حقیقی جهان؟**

یعنی بشناسد که این چیزهای آفل و چیزهایی را که ذهن نشان می دهد اینها خدای من نیستند. بعد بگوید پس اگر اینها خدا نیستند پس خدا کجاست؟ خدا کجاست؟ همین الان به بینهایت او زنده شدی! در سینه اتفاق است. در درون توست. بیرون نیست. ما در بیرون بوسیله ذهنمان خدا را جستجو نمی کنیم. اگر بکنیم جسم پیدا می کنیم.

دوباره چند بیت از دفتر دوم بخوانم:





مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۴۹

## عقل کو مغلوبِ نفس، او نفس شد      مشتری، ماتِ زحل شد، نحس شد

عقل هوشیاری، وقتی می آییم به این جهان هوشیاری عقل دارد و عقلش شبیه شعور خرد کل است عقل کل است عقل خداست، ولی وقتی می آییم این من ذهنی را می بافیم و می رویم آن تو و این هم هویت شدگی ها می شود مرکز ما، مغلوب من ذهنی می شویم، عقل زندگی مغلوب من ذهنی می شود، مخصوصاً هم وقتی که من ذهنی ما با دردها هم هویت می شود. و این اتحاد شوم بین دردهای ما و من ذهنی بوجود می آید. شما ممکن است فکر کنید وقتی می گوییم من ذهنی دردهای ما هم هستند. نه! من ذهنی هم هویت شدگی است، اگر با درد هم هویت نشویم، گفتم جزو من ذهنی نیست. ولی بدبختانه من ذهنی هر چه که گیر بیاورد که بهش کمک کند با آن هم هویت می شود. و بهترین متحدش در دنیا همین فضای درد است. چرا بهترین متحدش است؟ برای اینکه وقتی با او هم هویت می شود و آن را جزوش می کند.

گفتم این دردها هوشیاری را کم می کند، این دردها می آید بالا، غذا می خواهد، وقتی می آید بالا از فکرهای من ذهنی از الگوهای من ذهنی که با آنها هم هویت است استفاده می کند برای ایجاد درد بیشتر، و من ذهنی خیلی افتخار می کند به این کار. ما هم بعنوان من ذهنی بعضی موقعها افتخار می کنیم که چقدر زندگی مردم را خراب کردیم. چقدر درد ایجاد کردیم، یک کاری کردیم طرف با کله آمد زمین ما خندیدیم، ورشکست شد. من ذهنی است دیگر، درد من ذهنی است.

عقلی که ما باشیم از آنور آمدیم مغلوب نفس شد، نفس می شود، جزو من ذهنی می شود. بعد آن موقع می گوید مشتری، مشتری ما هستیم وقتی به زندگی زنده ایم، زحل یا کیوان من ذهنی است. مشتری که خوش یمن است، سعد به اصطلاح، برای اینکه وقتی ما به حضور زنده می شویم، زندگی به روی ما بوسیله خرد زندگی و عشق زندگی و زیبایی زندگی گشوده می شود، هر چی که می گوییم، هر چی که عمل می کنیم، هر چی تولید می کنیم خلق می کنیم، زیباست، نیک است پس سعد است به اصطلاح.

اما من ذهنی با انرژی مسمومش، زحل یا کیوان نحس است. مشتری مات زحل شد، نحس شد. در اصل ما سعدیم، خوش شگونیم، همه اش خوبی و نیکی بوجود می آوریم، اگر خدا خلق کند همه اش زیبا می شود همه اش نیک می شود، من ذهنی خلق کند، مخصوصاً درد من ذهنی ویرانی می آفریند. ویرانیهایی که بوسیله ما ایجاد می شود





گفتم بوسیله درد ما ایجاد می شود، دردها را ما باهم جمع می کنیم یکجا، یکدفعه هزار نفر، ده هزار نفر، پنجاه هزار نفر، دو میلیون نفر درد یکجا جمع بشود می توانند یک ویرانی عظیمی بوجو بیاورند در روی زمین، شیطان خیلی خوشحال می شود. جشن من ذهنی است. جنگی که ما ایجاد می کنیم. من خیلی برندگی ندارد، من تنها، یک نفر چقدر می تواند خرابی بوجود آورد فوقش خانواده خودش را خراب کند و روابطش را با چند نفر خراب کند، خرابکاری محدودی می تواند بکند. مگر در راس یک سیستمی باشد که به فرمانش گوش بدهند. یعنی ما درست کند. ما به حرف یک من ذهنی بزرگ گوش بدهد. یک کسی که درد دارد، آن موقع می تواند خرابکاری کند. پس نحس می شود،

&amp;



&amp;&amp;





مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۵۰

## هم درین نحسی بگردان این نظر در کسی که کرد نحست درنگر

ما در این نحسی هستیم، بیشتر ما انسانها در این دوران در نحسی من ذهنی هستیم. می گوید هم در این نحسی تو نظرت را بگردان، نظر یعنی توجه زندهات را نگذار برود به جهان، نگهدار روی خودت. ما می توانیم توجه زنده خودمان را نگذاریم برود به آن ستاره هایی که سوسو می زنند و ما را اغوا می کنند.

این نظر را بگردان، در کسی که کرد نحست درنگر، کی ما را نحس کرده؟ زندگی! زندگی، وقتی ما توجهمان را از روی من ذهنی بر می داریم و می گذاریم روی زندگی توجهمان را نگه می داریم، تازه متوجه می شویم که زندگی ما را به این روز انداخته تا ما بفهمیم که چه کار می کنیم. آن موقع خرابکار را می بینیم.

ولی خرابکار که درد من ذهنی باشد، آن یک چیز ساخته شده است. خدا که نمی خواهد من ذهنی و دردش را ادامه بدهیم ما، ما چون اسرار می کنیم که باید به اصطلاح ما بدانیم ما من داریم، و درد را می خواهیم نگه داریم، در این لحظه ما قدرت انتخاب داریم. در واقع اراده آزاد داریم، این اراده آزاد به ما قدرت انتخاب می دهد، شما می توانید تصمیم بگیرید بگویید که من بعد از این نمی خواهم من ذهنی و دردهایش را ادامه بدهم، می خواهم توجهم را از روی آن بردارم بگذارم روی زندگی، روی زندگی بگذارم جایی نیست که ببینم بگذارم. باید در خودم نگه دارم، در خودم که نگه می دارم هوشیاری از هوشیاری آگاه می شود، هوشیاری دارد زیاد می شود، هوشیاری دیگر باز می شود.

و متوجه می شوی که مکانیزم کار ذهن تو چی است، همین چیزهایی که اول برنامه توضیح دادم. می بینید که یک بافت ذهنی هست که هم هویت شدگی با چیزهاست و همین من ذهنی را دارد می کشد به سمت خودش، این من ذهنی بر اساس دویی کار می کند. من ذهنی مقاومت دارد، من ذهنی اتفاق می افتد، من ذهنی از اتفاقات زندگی می خواهد، بنابراین با آنها می ستیزد، من ذهنی اتفاق را وسیله قرار می دهد برای رسیدن به یک اتفاقی که احتمالا او را خوشبخت می کند، و یا حتی او را به خدا می رساند. توجه کنید اینها را می بینید.

در اینجا اگر ما توجه خودمان را روی خودمان نگه داریم بصورت حضور ناظر بهش نگاه کنیم نحسی را در خودمان می بینیم نحسی ما به خاطر من ذهنی ما بوده. ما در ذات نحس نیستیم، انموقع به ذاتمان انتخاب می کنیم که زنده بشویم.



## آن نظر که بنگرد این جرّ و مدّ      اوز نحسی سوی سعدی نقب زد

آن نظر یعنی نظری است که توجه را نگه داشته جرّ و مدّ یعنی جزر و مدّ های ذهن را ی بیند. می بیند که ذهن در یک صندوق خوشحال می شود در یک صندوق ناراحت می شود، هی اینوری می رود آنوری می رود، موج دارد موج بالا می رود پایین می آید، و این به اتفاقات بستگی دارد، این به چیزهای هم هویت شده بستگی دارد، حالش را می بیند. شما می توانید بصورت حضور ناظر به ذهن تان و حالتان نگاه کنید می بینید حالتان هی عوض می شود. آخر این حال من چرا عوض می شود. این نظری که ذهن را می بیند این حضور ناظر از طریق تسلیم بوجود می آید، این همان هوشیاری است که می تواند ذهن را ببیند و ذهن نمی تواند هوشیاری را ببیند.

این نظر یعنی شما که به این درجه رسیدید از نحسی به سوی سعدی نقب می زند. یعنی چی؟ یعنی سفری از جسم به جان می کنیم. دارد یک نفر شما را می کشد می برد بسوی خودش. خدا دارد شما را، جنس خودش را خودش را دارد عقب می کشد، یعنی شما دارید اجازه می دهید مخالفت نمی کنید زندگی خودش را که شما باشید می کشد عقب به بینهایت خودش زنده می کند. شما فقط دائماً تسلیم و موازی با او هستید، مخالفت نمی کنید، آیا معنیش این است که کار نمی کنیم؟ تنبلی می کنیم؟ الان من ذهنی می گوید بنشینم پس هیچ کاری نکنم! نه. ما آن درخت سیبی را که بیرون کاشتیم گفتیم زیر قانون مزرعه کار می کند، هم باید صبر کنیم، باید بهش کود هم بدهیم آب بهش بدهیم، پروانه وار دورش بگردیم، درخت را ما کاشتیم ببینیم چی لازم دارد؟ نور به اندازه کافی دارد کود بهش می رسد، آب می رسد؟ چقدر باید آب بخورد؟

شما دائماً ناظر این ذهنتان هستید که چه کار می کند و می شناسید که اگر موقعیتی پیش آمد دارید اعتراض می کنید واکنش نشان می دهید، می گوئید که من با چی هم هویت شدم؟ تمام حواستان به خودتان است. این هم الان خواهیم خواند دوباره، یکی از راه هایی که ما به آفت کشیده می شویم، شکست می خوریم این است که مرتب حواسمان می رود روی یکی دیگر، می خواهیم آن را عوض کنیم. یا حواسمان را پرت می کند، یا خودمان را با او مقایسه می کنیم، یا می بینیم آن چه کار می کند ما هم همان کار را می کنیم بهتر از آن باشیم. نمی خواهیم خودمان باشیم، حداکثر سعی مان را بکنیم، می خواهیم خودمان را با یکی مقایسه کنیم.

## زان همی گرداندت حالی به حال      ضد به ضد پیداکنان درانتقال

می گوید به این علت که شما را از حالی به حالی می کند، این حالی به حالی می تواند یک حال حضور باشد





که شما دویی را می بینید، بصورت ناظر که نگاه می کنید، جزر و مدهای حال را در ذهن می بینید، بعد آنموقع با این دیدن. بعضی موقع ها می بینید که شما هی از این صندوق به آن صندوق می رفتید یک دفعه فاصله بین دو تا صندوق را زندگی به شما نشان می دهد. فاصله دو تا فکر را. بنابراین یک دفعه می بینید که همین حضور ناظر آن نظر که دارد نگاه می کند، این نظر دارد عمیقتر می شود، این نظر تشخیص دارد شعور دارد، شادی دارد و دوباره جذب دویی می شود، ذهن می شوید، دوباره بیرون می آید، دوباره جذب دویی می شوید، یعنی در واقع دارید به فاصله صندوقها زنده می شوید، یا می روید تو صندوق. وقتی می روید توی صندوق می افتید به دویی و ستیزه و اتفاق افتادن و هیجانات.

ولی چون آرامش را شناختید، فضای بین دو تا صندوق را شناختید، می گوید نه، این تحولات در درون شما می گوید: نه نه نه آن حالی که بین دو تا صندوق است آن خوب است، دیگر متوجه می شوید فضای ذهن، فضای آشفستگی است، فضای محدودیت است، فضای دردها است. وقتی شما توی ذهن هستید و بصورت ناظر نگاه نمی کنید، این فضای درد می آید، فکرهای شما را بدست می گیرد زیر کنترل می گیرد، فکرهای منفی می کند. وقتی ناظر ذهنتان هستید حتی دردتان هم می بینید، می پذیرید. می پذیرید با پذیرش و شناسایی انرژی آن تبدیل می شود.

انرژی که یا هوشیاری که یا وجود شما که در دردها سرمایه گذاری شده بسیار زیاد است، بسیار بسیار زیاد است، و دست شما است که انرژی آنها را آزاد کنید و این تبدیل به فضای بیکران در دل شما بشود. یعنی انرژی این دردها آزاد می شود که تبدیل به بینهایت می شود. ما الان توی ذهن سرمایه گذاری شدیم، فکر نکنید که خدا یک چیزی اینجا بوجود می آورد، نه نه نه، وجود ما سرمایه گذاری شده همان موقع در ذهن و دردها. و من ذهنی با استفاده از فضای درد این حالت را می خواهد ادامه بدهد. ولی شما بجای اینکه ستیزه کنید، زیر بار نروید، انکار کنید دعوا کنید با من ذهنی، شما بصورت ناظر فقط نگاه می کنید. نگاه می کنید شناسایی می کنید. خودش می افتد. ستیزه نمی کنیم، همین که ستیزه کنید آن قوی می شود. پس بنابراین ضد به ضد پیدا می شود در این تبدیل. یعنی این طوری آدم تبدیل می شود.

بلی اجازه بدهید دوباره تاکید کنم خدمت شما که اگر ابیاتی را دیدید که واقعاً خوششان آمد چسبید، بقول معروف به شما و دل شما را لرزاند و یک آگاهی در شما ایجاد کرد، آن را یادداشت کنید با خودتان داشته باشید در موارد حمله دردهای من ذهنی با خودتان بخوانید.



مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۲۲۶

## عقل، لرزان از اجل و آن عشق، شوخ      سنگ کی ترسد ز باران چون کلوخ؟

می گوید که: عقل ما از مردن می ترسد ولی عشق گستاخ است عشق نمی ترسد، عشق مثل سنگ است و مثل کلوخ از آب نمی ترسد. و بنابراین بتدریج که شما با خواندن این ابیات از جنس عشق می شوید، عشق هم اتحاد مجدد بیدارگونه و هوشیارانه با خداست در این لحظه، بله. وقتی ما به او زنده می شویم، از هیچ چیز نمی ترسیم، برای اینکه ترس از گذرا بودن و حالت مرگ داشتن چیزهای ذهنی است. اگر ما با چیزهای گذرا هم هویت نبودیم و آنها مرکزمان نبودند، ما اینقدر نمی ترسیدیم.

## از صحافِ مثنوی این پنجم است      بر بروجِ چرخِ جان، چون آنجم است

مولانا می گوید که از دفاتر مثنوی این دفتر پنجم هست و خودش می گوید که در آسمان جان، این ابیات مثنوی مثل ستاره است. انجم یعنی ستارگان و جمع نجم هست یعنی ستاره و بروج یعنی برجها، پس می خواهد بگوید که در این فضای یکتایی، این ابیات اگر خوانده بشود، شما را از جنس آن می کند و مثل ستاره می درخشد، این ستاره با آن ستارگان هم هویت شده فرق دارد

## ده نیاید از ستاره هر حواس      جز که کشتیبان ستاره شناس

حالا من انتظار دارم حالا این انتظار واقعاً انتظار هم هویت شده نیست، با توجه به اینکه شما زحمت می کشید و به این برنامه گوش می کنید، وقت می گذارید. واقعاً این ابیات را اینقدر تکرار بکنید که در شما معنا را ایجاد بکند و در صورت لزوم بعضی مواقعها بخوانید، که حالتان بهتر بشود.

می گوید که همینطور که می دانید کشتیبانها از نگاه به ستاره جهت را تشخیص می دادند، می گوید ولی معنای این ابیات را حواس، یعنی حواس من ذهنی در نمی یابد، مگر اینکه یک نفر کشتیبان ستاره شناس باشد، یعنی یک کشتیبان آزموده ستاره شناس هست که به آسمان نگاه کند، می فهمد که کدام جهت باید برود و جهت کدام است و اینها، آن کسی که ستاره شناس نیست، یعنی مثنوی شناس نیست، بیت مثنوی را نمی شناسد و از آن ستاره هم چیزی نمی فهمد، راه را پیدا نمی کند، کشتیبان از نگاه به ستاره، راه را پیدا می کند. می خواهد بگوید ما هم اگر نگاه کنیم درست به این ابیات و به معانیشان، راه را به ما نشان می دهد، اگر تکرار کنیم دقت کنیم گفتیم این را باید برداری بگذاری روی خودت، اگر فقط معنی ادبی کنی، به درد نمی خورد





## جز نظاره نیست قسم دیگران      از سَعودش غافلند و از قران

سعود یعنی خوش یمنی، قران یعنی مقابله، می گوید که کسانی که فقط تماشاچی هستند، یا کسانی که فقط بطور ادبی معنی می کنند و نمی دانند که این بیت چه جوری روی فکر ما و بدن ما و بقیه اعمال ما منطبق می شود، می گوید قسمت آنها فقط تماشااست، و نمی دانند که چه جوری مثلاً اینها را که می خوانند، انسان هوشیاری اش با هوشیاری زندگی، قران می کند و خوش یمن می شود، خوش یمن می شود. هر موقع شما به فاصله بین دوتا فکر زنده می شوید، شما قران می کنید با خدا و زندگی، یعنی از جنس او می شوید. قران کردن یعنی مقابل هم قرار گرفتن بله،

## آشنایی گیرشها تا به روز      با چنین استارهای دیوسوز

می گوید که این ابیات مثنوی دیو سوز هستند، دیو هم فهمیدیم چیه، دیوها حقیقتاً دردهای ما هستند. می گوید شبها تو با این ابیات خودت را آشنا کن، بخوان، تامل کن و معنایش را پیدا کن و به خودت نگاه کن و ببین چه تغییری را اینها پیشنهاد می کنند، نشان می دهند به تو، بله،

## آشنایی گیرشها تا به روز      با چنین استارهای دیوسوز

یعنی اینها ستاره های دیوسوزنده هستند، دیو گفتیم چیه، دیو وقتی که دردها می آیند بالا و فکر شما را می خواهد دراختیار بگیرد و شما فکرهای منفی کنید، دردهای بیشتر ایجاد کنید، همان موقع این ابیاتی را که یادداشت کردید، می توانید بخوانید، دیو فرار می کند، شما را هوشیار می کند، شما را قران می دهد، به شما خاصیت سعد می دهد، به جای نحسی. ولی اگر آنموقع دعوا بکنید، آنموقع جنگ بکنید، آنموقع واکنش نشان بدهید، آنموقع ملامت کنید: بگویی تو اینطوری کردی، پس بنابراین معلوم می شود که تمرکز و توجه شما روی خودتان نیست، اینهامی گوید ستاره های دیوسوز هستند

## هریکی در دفع دیو بدگمان      هست نفت انداز قلعه آسمان

می گوید که وقتی شما این هوشیاری را باز می کنید، فضای یکتایی را یواش یواش باز می کنید، خوب معلوم است که دیو نمی خواهد بگذارد، شما مقداری فضا باز کردید، درد من ذهنی که باهاش هم هویت اید، بنشیند روی سرتان و شروع کنید به فکرهای منفی یا واکنش نشان بدهید، بطوریکه این درد بیاید بالا بله، اولاً دیو بدگمان





است می خواهد چیکار کند؟ می خواهد این فضا را ببندد، می خواهد شما را از خرد زندگی دور کند، می خواهد بین شما و خدای اصلی فاصله بیندازد. می گویم قصد این بالاخره آخر سر این است که من ذهنی را منفجر کند، ولی ما نمی خواهیم آن راه را برویم، آن راه کار خیلی سختی است، یعنی اگر قرار باشد ما اینقدر درد بکشیم که من ذهنی ما منفجر بشود که این دیو ما را به آنجا می خواهد بکشد و شما اینها را تجربه کردید، بدن ما هم خیلی موقع ها بطور کامل فاسد می شود، یک دردهایی می گیرد توی این دوره زمانه که اصلاً نمی شود درست کرد، ما به اندازه کافی در زندگی چالش داریم.

شما باید اصولی یاد بگیرید از مولانا که به شما کمک کند که دردها را کم کنید، ببینید، ببینید شما شاید با یک برنامه دو برنامه بتوانید، ببینید که وقتی این مود سیاه می آید، انگار یک چیزی می خواهد روی سر شما بنشیند، روی شما بنشیند و فکرهای شما را در اختیار بگیرد، یکدفعه تیز می شوید، از ملامت همسرتان، بچه تان، یا کسی که، دنبال آدم نمی گردید گردنش بیاندازید، دیدید که بعضی موقعها ما کی چی گفت، چه موقعیتی پیش آمد، من دوباره چرا اینطوری شدم؟ نه، از درون دارد بلند می شود، می خواهد درد ایجاد کند،

حواست را جمع کن تیز باش، به محض اینکه نگاه کنی و بدون ستیزه باشی بدون ملامت باشی، زیر بار مسئولیت بروی، مسئولیت هوشیاری خودت را در این لحظه بعهده بگیری، بگو من مسئول هوشیاری ام در این لحظه هستم با کسی هم کاری ندارم و می خواهم ببینم چه اتفاقی دارد می افتد الآن؟ آن موقع می گوید هر یکی از این ابیات، دیو بدگمان را دفع می کند، چه جوری؟ آتش می بارد سرشان. آتش همین شناسایی هوشیاری است، هست نفت انداز قلعه آسمان.

نفت انداز یعنی آتش بار، پس مربوط به آیه قرآن هم هست، می گوید که وقتی که دیوها می آیند بالا به اصطلاح شهاب های ساقب یا سوراخ کننده آنها را دنبال می کنند، یعنی دیو نمی تواند به بالا بیاید، بعبارت دیگر اگر شما فضا را باز کنید، دیو نمی تواند واردش بشود، دیو می خواهد بیاید فکرهای شما را به دست بگیرد و تسخیر کند، شما هوشیار هستید.

تا هوشیار هستید، مولانا پیشنهاد می کند این ابیات را بخوانید، می گوید هر کدام از این ستاره ها یعنی ابیات مثنوی، خودش دارد می گوید من نمی گویم، به اصطلاح آتش بار قلعه آسمان است، قلعه آسمان هم جایی است که شما سکونت دارید.



## اختران با دیو همچون عقرب است مشتری را او ولی الأقربست

وَلِیُّ الْأَقْرَبِ یعنی نزدیک ترین دوست، می گوید: اختران یعنی این ابیات با دیو مثل عقرب است، مثل عقرب نیش می زند دیو را، چرا؟ برای اینکه این ابیات شما را هوشیار می کند. وقتی دیو می خواهد می آید شما آماده آید هوشیارید و می بینید. بنابراین گفتم مقداری حتی از هوشیاری اش را به شما می دهد، نمی تواند خودش را ترمیم کند. کینه شما یواش یواش می افتد رنجش شما یواش یواش شناسایی می شود می افتد، وقتی آن کینه می آید بالا می خواهد خودش را ترمیم کند، شما دارید نگاه می کنید بعنوان حضور ناظر، از کجا کمک گرفتید؟ مولانا می گوید از این ابیات کمک بگیرید.

اختران ستاره ها با دیو همچون عقرب است، مشتری را او، حالا مشتری هم به معنی مشتری هست، کسی که مشتری است، شما اگر مشتری هستید و یک نگاهی هم به سعد بودن مشتری می اندازد، می گوید هر کسی که مشتری این ابیات است، سعد هم هست، برای اینکه مشتری سعد است، خوش شگون است. ولی العقرب است یعنی بهترین دوست است یعنی این ابیات نزدیکترین دوست شما هستند، موقعی که من ذهنی یک جوری می خواهد به شما حمله کند، بله اجازه بدهید یادی هم از حافظ بکنیم دو سه بیت از ایشان بخوانیم ببینیم که از ایشان هم می توانیم چیزی یاد بگیریم.

حافظ، غزلیات، غزل شماره ۲۹

## افسوس که شد دلبر و در دیده گریان تحریر خیال خط او نقش بر آب است

می گوید افسوس که ما آمدیم به این جهان و دلبری که داشتیم در اثر هم هویت شدگی با ذهن و جدایی از دستان شد و الان در واقع می خواهیم صورت او را تصویر بکنیم، شبیه نقش کردن بر آب است، نقش کردن بر آب است، همان طور که روی آب نقش می کشیم آن فوراً از بین می رود پس بنابر این، این چیزهای آفل نقش یار نیست بلکه اینها نقش بر آب است، نقش بر آب است، هر چیزی که در ذهن تصور می کنید از خودتان یا از خدا، اینها چی اند؟ فوراً زندگی می آید می شوید می برد، درست شبیه نقشی که روی آب می کشید، می خواهیم بگوییم که ما باید این نقش هایی را که می کشیم بگذاریم کنار با آنها هم هویت نشویم بلکه به خود دلبر زنده بشویم.



## بیدار شوای دیده که ایمن نتوان بود زین سیل دَمَدَم که در این منزل خواب است

منزل خواب واضح است که این جهان و ذهن است، بیدار شو از هم هویت شدگی‌ها و از فکرها بیدار شو، ای دیده دارد به دیده هوشیاری می گوید که: با هم هویت شدگی‌ها نمی شود در این جهان ایمن بود. چرا؟ سیل زندگی اینها را می شوید می برد، بیدار شو ای دیده که ایمن نتوان بود، شما هم متوجه می شوید که ایمنی در هم هویت شدگی‌ها که مرتب زندگی آفل بودن آنها را به ما ثابت می کند مثل سیل می شوید می برد، بله می برد سیل دَمَدَم، پی در پی، بله در این منزل خواب ما نمی توانیم ایمن باشیم پس باید به دلبر زنده باشیم. اما می گوید:

## معشوق عیان می‌گذرد بر تو ولیکن آغیار همی‌بیند از آن بسته نقاب است

اما معشوقی که ما الان نقش‌اش را می کشیم، و نقش بر آب می شود دور از ماست؟ نه. معشوق ما را احاطه کرده. ما در آغوش خدا هستیم، ما اصلاً گفتیم که خلقت ما شبیه فضا است که ستاره‌ها دارد، اگر فضا تصمیم بگیرد که هویت‌اش را از این ستاره‌ها نگیرد می شود فضا، که فضای بیرون اینطوری است. ستاره‌های بیرون در فضا هستند فضا با ستاره‌هایش هم هویت نیست، ولی ما فضایی هستیم ظرفی هستیم که با مظلوف با محتوای خودمان هم هویتیم. همین که هم هویت نشویم معشوق هستیم، اما چون غیر تشکیل دادیم، غیر یعنی همین من ذهنی اغیار جمع غیر است.

معشوق عیان می‌گذرد، معشوق عین زندگی است، آشکار است، از پیش ما می‌گذرد، اما چون من ذهنی می‌بیند غیر از خودش می‌بیند، نقابش را بسته، خودش را به ما نشان نمی‌دهد، کی خودش را به ما نشان می‌دهد؟ وقتی که مرکزمان را از هم هویت شدگی‌ها بشویم، چه جوری؟ با تسلیم با ایجاد هوشیاری با شناسایی و پذیرش مخصوصاً وقتی که دردها می‌آید می‌خواهد چیره بشود، بسیار تیز باشیم، بپذیریم که ما درد داریم. اگر مردم گفتند که ما درد ایجاد می‌کنیم ما دعوا می‌کنیم، اوقات تلخی ایجاد می‌کنیم ما حسودیم ما تنگ نظریم، شاید گوش بدهیم زیر بار برویم، به حرف‌های مردم هم گوش بدهیم، کسانی که انتقاد می‌کنند ممکن است یک وضعیت‌هایی را در ما دیده‌اند که می‌گویند، نمی‌شود بگوییم که همه‌شان دشمن ما هستند، بدی ما را می‌خواهند. خیلی چیزها را آدم از دشمنانش یاد می‌گیرد، انتقاد که می‌کنند نگاه که می‌کند، می‌بیند درست است. بله هفته گذشته این یا هفته‌های گذشته بیت را خواندیم که گفت:



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۱۳

## که عشق خلعتِ جانست و طوقِ کَرَمنا برای ملکِ وصال و برای رفعِ حجاب

می گوید که امروز راجع به عشق صحبت داریم می کنیم، بیت اول هم گفت که منم آن عاشق عشقت. پس می گوید که عشق به اصطلاح لباسی است که خدا به ما می دهد، لباس جان ماست، و این شبیه گردنبد کرمانا است، و برای ملک پیوستن مجدد با خداست، ملک وصال است، برای سرزمین وصال است، برای فضای یکتایی است، که در ما باز بشود و برای اینکه حجاب را رفع کنیم.

ما هیچ چاره ای نداریم جز اینکه این غیر را، این من ذهنی را و دردهایش را همه را بندازیم و مرکزمان را خالی کنیم، گفتیم هم با هر چیزی که هم هویتیم، از جمله با دردها، مرکز ماست، اگر درد مرکز ما باشد، ما می خواهیم آن را زیاد کنیم و بسوی دردها برویم. از جنس درد می شویم، این کار سبب می شود، که ما نه تنها برای خودمان درد ایجاد کنیم، بلکه برای دیگران هم درد ایجاد بکنیم و این تنهایی و جدایی بیشتر می شود.

اینها مطالبی است که می خواهیم دوباره تکرار کنم، این بعضی ابیات را که قبلاً برایتان خواندم و من خواهم می کنم به این کرمانا که خداوند ما را گرمی داشته است، دقت کنید. برای اینکه راهش را مولانا به ما نشان می دهد که ما چه جوری می توانیم از این دام، از این گیر افتادگی در حالیکه با دردها و چیزها هم هویتیم، راهمان را پیدا کنیم، برویم به سوی زندگی، به سوی خدا با او هوشیارانه دوباره یکی بشویم. ما باید کاری بکنیم و در چند بیتی که شاید در گذشته خواندم، برایتان خواهم خواند، خواهم می کنم توجه کنید اگر بیتی را هم که دوست داشتید یادداشت کنید، ببینید می گوید که:

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۶۵

## گر بدیدی حسّ حیوان شاه را پس بدیدی گاو و خر الله را

حس من ذهنی هوشیاری من ذهنی، جسمی است و از نوع انسان نیست. هوشیاری انسان بنا به تعریف هوشیاری حضور است. هوشیاری من ذهنی، حس حیوان است. می گوید که با هوشیاری من ذهنی نمی شود خدا را دید. می گوید اگر حس هوشیاری جسمی من ذهنی خدا را می توانست ببیند، پس گاو و خر هم خدا را می توانست ببیند، برای اینکه آنها هم مجهز به هوشیاری حیوانی هستند. پس ما الآن متوجه می شویم که با همین هوشیاری جسمی و دید من ذهنی نمی توانیم به خدا برسیم. اگر شما باورهایی را دارید که در دلتان انباشته شده، ولی آن باورها،



باورهای بسیار معنوی نما هستند، فکر نکنید که هم هویت شدن با آن باورها، شما را واقعاً معنوی می کند و خداشناس می کند. و هم هویت شدن با باورهای معنوی نما یا معنوی، یعنی همین خدا، زنده شدن به خدا، دارد این را می گوید. برای اینکه آن هم هوشیاری جسمی است هوشیاری فکری است.

## گر نبودی حسّ دیگر مر ترا جز حس حیوان ز بیرون هوا

می خواهد بگوید یک حس دیگر بنام حس هوشیاری حضور وجود دارد در ما، که ما ازش غافل بوده ایم. اگر شما درد ایجاد کرده اید و هنوز هم می کنید و حس می کنید که واقعاً هوشیاری جسمی دارید و بعد هوشیاری حضور هنوز در شما باز نشده، دارد مولانا ثابت دارد می کند می گوید در شما حس دیگری وجود دارد که این حس یا این طرز دید بستگی به سواد و معلومات، سن و رنگ و اینها ندارد، در هر انسانی وجود دارد، می گوید: گر نبودی حس دیگر مر تو را، اگر حس دیگری در انسان نبود غیر از این حس من ذهنی بیرون از هوای نفس،

## پس بنی آدم مکرّم کی بدی؟ کی به حسّ مشترک محرمّ شدی؟

اگر نبود پس بنی آدم دوست خدا نمی شد، خدا او را گرامی نمی داشت، خدا در او به خودش زنده نمی شد، خدا ما را گرامی داشته یعنی در ما به خودش و بینهایت خودش زنده می شود. بنابراین به حس مشترک، حس مشترک یعنی ما می بینیم حیوان هم می بیند، ما می شنویم حیوان هم می شنود، حس مشترک ما و حیوان، اگر قرار بود که خدا در حیوان هوشیارانه به خودش زنده بشود، پس می گفت که پس گاو و خر را هم من گرامی داشتم، نه گفته فقط انسان را گرامی داشتم. بله اجازه بدهید چند بیت هم بخوانم از اینجا خواهش می کنم دقت کنید به ابیات، نشان می دهد که چه جوری در خشکی و در دریا او ما را می برد.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۷۳

## تو ز کرمنا بنی آدم شهی هم به خشکی، هم به دریا پانهی

می گوید تو از آن آیه که گفته است من انسان را گرامی داشتیم و در خشکی، یعنی موقعی که ما در ذهن هستیم هنوز خبر نداریم از هوشیاری حضور، او را سوار یک مرکب می کنیم، مرکب هم هوشیاری است، می آوریم می آوریم و وارد فضای یکتایی می کنیم، در آنجا هم سوار بر مرکب می کنیم، یعنی همیشه ما او را سوار بر مرکبی می کنیم، پس تو از آنجا شاه هستی. هم ما می توانیم در فضای یکتایی باشیم، در آن جهان باشیم، هم در این تن باشیم و در این جهان باشیم. خیلی چیز مهمی است برای زندگی که یک باشنده ای وجود داشته باشد به خدا







بتواند هوشیارانه زنده بشود، هم در آنور باشد هم در اینور باشد. هم پیش خدا باشد هم در این جهان مادی باشد، هم به خشکی هم به دریا پا نهی. ترجمه‌اش این است:

**تو به اقتضای قول حضرت حق تعالی: «ما آدمی زادگان را گرامی داشتیم». پادشاه به شمار**

**می روی. زیرا هم در خشکی گام می نهی و هم در دریا**

تو به اقتضای قول حضرت حق تعالی که می گوید ما آدمی را یا آدمیزادگان را گرامی داشتیم پادشاه به شمار می روی، یعنی همه ما شاه هستیم، هم به خشکی هم به دریا، بله، زیرا هم در خشکی گام می نهی، هم در دریا، منظور از دریا فضای یکتایی است، منظور از خشکی جهان فرم است، جهان جسم است. کما اینکه ما الآن توی این جسم هستیم، می توانیم همه چیز را در این جهان ببینیم حس داریم و فکر داریم. ولی دارد می گوید که ما دوتا بعد داریم یکی بعد جسمی مان است یکی بعد حضورمان است، اگر بعد حضور شما باز نشده، باز خواهد شد، شما گوش کنید به این صحبت‌های مولانا:

**که حَمَلْنَاهُمْ عَلَى الْبَحْرِ بجان از حَمَلْنَاهُمْ عَلَى الْبَرِّ پیش ران**

**تو از حیث روح، مشمول معنای این آیه هستی: «آنان را بر دریا حمل کردیم» و به اقتضای اینکه «آنان را در خشکی حمل کردیم» از عالم خاک و ماده در گذر و به سوی دریای معنا بشتاب.**

دارد همان آیه را توضیح می دهد، می گوید که ما انسانها را، در واقع هوشیاری انسانی را در دریا حمل کردیم، سوار مرکب کردیم، پس بنابراین می گوید تو از حیث روح مشمول معنای این آیه هستی، آنان را بر دریا حمل کردیم، آیه می گوید، و به اقتضای اینکه آنان را در خشکی حمل کردیم، از عالم خاک و ماده در گذر و بسوی دریای معنا بشتاب. توجه می کنید.

مولانا دارد استفاده می کند، می گوید که اگر تسلیم بشوی یعنی اتفاق این لحظه را بپذیری، شما را سوار یک اسبی می کند، اسب نیست وسیله نقلیه هوشیاری است، از این من ذهنی عبور می دهد می برد به کجا؟ به فضای یکتایی، آنجا هم سوار دوباره مرکب می کند، پس شما نگران نیستید، تنها کار شما موازی شدن با اوست، و همکاری با نظم پنهان و خاموش کردن این پارازیت من ذهنی که فکرهای هم هویت شده است.



## مر ملایک را سوی بر، راه نیست جنس حیوان هم ز بحر، آگاه نیست

می گوید ملایک، فرشتگان، نمی توانند بیایند خشکی، باشندگانی می گوید آنور هستند، که از جنس هوشیاری اند ولی اینور نمی توانند بیایند، حیوان هم نمی تواند به فضای یکتایی برود هوشیارانه، پس تنها انسان است که هوشیارانه هم می شود آنجا باشد، هم این طرف باشد. به این دلیل خدا به ما علاقه مند است یک کاری می خواهد بکند لابد.

## توبه تن حیوان، به جانی از ملک تا روی هم بر زمین، هم بر فلک

توبه تن حیوان هستی مثل حیوان هستی، همه کارهایی که حیوان می کند ما هم می کنیم، اما به جان به حضور به هوشیاری، از جنس فرشته هستیم، هم روی زمین راه می روی حرکت می کنی، کار می کنی، هم در آسمان یکتایی.

## تا به ظاهر مثلکم باشد بشر با دل یوحی الیه دیده‌ور

**همینطور آن بصیر و روشن بینی که به او وحی می شود، بر حسب ظاهر مانند همه شما آدمیان، آدمی بوده است.**

می گوید آدمهایی که به حضور زنده اند، هم در آنور زندگی می کنند و هم در اینور، ظاهرشان یکی است، اما به دلشان وحی می شود، بنابراین با این وحی، با القای فکر و احساس و عقل به دلشان از آنور از فضای یکتایی راه خودشان را می بینند، دیدشان از آن طرف می آید، آب زندگی شان از آن طرف می آید، فکرشان را در این لحظه زندگی در ذهنشان می نویسد، در ذهنشان حس وجود، وجود ندارد. من ندارند، بلند نمی شوند بگویند می دانیم، هر چی را که بخواهند بدانند از آنور می گیرند. پس یک کسی که به حضور زنده نیست با یک کسی که به حضور زنده است، ظاهرشان یکی است، هر دو حس دارند، غذا می خورند، تولید مثل می کنند، کار می کنند، ظاهرشان یکی است. اشاره است به این آیه قرآن

**قرآن کریم، سوره کهف (۱۸)، آیه ۱۱۰**

**قُلْ إِنَّمَا أَنَا بَشَرٌ مِّثْلُكُمْ يُوحَىٰ إِلَيَّ...**

**ای پیامبر بگو من نیز بشری مانند شما هستم که به من وحی می شود...**

پس اگر می گوید به او وحی می شود مولانا می خواهد بگوید که به همه انسانها می تواند وحی بشود. همه انسانها می توانند هم اینور باشند هم آنور باشند و برای نجات بشر، بشر برای این که بتواند باقی بماند باید این کار را





بکند. اگر فقط من ذهنی داشته باشید و با دید من ذهنی هم درد ایجاد کنی دردها هم توی سرش بنشینند و خودش را ترمیم کند به جایی برساند که نمی تواند درد را تحمل کند. و اینها تعدادشان زیاد بشود، ما بشوند ما جنگ راه بیندازد، زمین را می توانند بزنند خراب کنند.

پس انسان باید به طرف حضور برود و گفت که: وقتی شما تسلیم می شوید، تسلیم یعنی پذیرش اتفاق این لحظه بدون قید و شرط قبل از قضاوت، و شما را سوار مرکب می کند در خشکی که راه را ما نمی شناسیم، با هوشیاری جسمی می خواستیم برویم، عقل من ذهنی ما می خواست راه را نشان بدهد، دیگر آن نشان نمی دهد بلکه او سوار هوشیاری می کند و راه را هم نشان می دهد. برای همین است که کسانی که دائماً تسلیم می شوند، بدون قید و شرط اتفاق این لحظه را می پذیرند، یک چراغ قوه ای دارند که این لحظه می دانند قدمی که بگذارند کجا بگذارند. چه جوری بردارند بگذارند؟ در واقع من ذهنی شان نمی گوید.

آن چراغ قوه حضورشان می گوید، آن خردی که از آنور می آید می گوید. ولی همه جسم داریم، همه مثل همیم و همه هم جدا جدا می توانیم دل زنده به خدا داشته باشیم، که به آن دل وحی می آید، حالا ممکن است که وحی یکدفعه خیلی نباشد که یک کتاب بزرگ بشود، ولی اینها مربوط به زندگی عادی می تواند باشد. می تواند انسان یک خلاقیت جدیدی بیاورد. تمام ریاضی دانه و دانشمندان که چیز جدید کشف می کنند از این طریق دارند کشف می کنند. به هر حال این ابیات روند تبدیل را و راه تبدیل را نشان می دهد.

## قالب خاکی فتاده بر زمین روح او گردان بر آن چرخ برین

پس این قالب خاکی روی زمین است، اما روح ما هوشیاری ما آزاد شده بینهایت شده، در فضای یکتایی دارد سیر می کند.

## ما همه مرغابیانیم ای غلام بحر می داند زبان ما تمام

می گوید که: ای جوان، ما همه مرغابی هستیم، یعنی مرغ آبی هستیم، مرغ دریایی هستیم و دریا زبان ما را تماماً می داند. ما از جنس هوشیاری هستیم، که توی ذهن هستیم. درست این است که دردهای من ذهنی و هم هویت شدگی ها ما را فریب داده ولی ما هنوز مرغ دریایی هستیم. منظور از مرغ دریایی یعنی مرغ آنوری هستیم یعنی فضای یکتایی هستیم، و بحر دریا زبان ما را می داند، یعنی خدا زبان ما را می داند، ما از جنس خدا هستیم، ما زبان او را می دانیم، او هم زبان ما را می داند، فقط این دید من ذهنی نمی گذارد.



## پس سلیمان، بحر آمد، ما چو طیر در سلیمان تا ابد داریم سیر

ببینید الان بحر، دریا را، یا خدا را به سلیمان تشبیه می کند، پس می گوید سلیمان بحر است و ما پرنده و ما در خدا یا در دریا در فضای یکتایی تا ابد سیر می کنیم. پس خیلی مدت کوتاهی ما در من ذهنی و دردهایش می ماندیم. نه هفتاد هشتاد سال.

## با سلیمان، پای در دریا بنه تا چو داود آب سازد صد زره

از گرمی داشتیم شروع شد، می گوید تو بیا در این لحظه تسلیم بشو، بگذار دست خدا شما را ببرد به سوی دریا، با سلیمان یعنی با خدا تو پایت را بگذار به فضای یکتایی. یادمان باشد شما با فکر و ذهن و هوشیاری جسمی این ابیات را معنی نکنید. نتیجه این ابیات این است که شما در این لحظه اتفاق این لحظه را بپذیرید، بگذارید تحول را زندگی انجام بدهد. و همین طور که روی آب وقتی با چوب شما می خواهید دایره بکشید، بنظر می آید زره ساخته می شود، می خواهد بگوید که آب، دریا، فضای یکتایی برای شما زره درست می کند. یعنی اگر در این لحظه تسلیم بشویم ما و بگذاریم زندگی ما را بسوی دریا ببرد ما آسیب نمی بینیم، به این دلیل این بیت را می گوید که ما می ترسیم، ما می ترسیم آن را که گرفتیم رها کنیم. می گوید تو بیا پا به دریا بنه نترس، برای اینکه همین طور که داود زره درست می کرد، پس معلوم می شود که زره داود هم همین هوشیاری بوده.

یعنی ما وقتی آن هم هویت شدگی ها آن لباس هم هویت شدگی را خرجه را بیندازیم و یواش یواش از سینه مان وسعت پیدا کند فضا را باز کنیم، این فضا داری ما را از خطرات بیرونی محافظت می کند. دریا برای ما زره می سازد. در چند بیت قبلی هم گفت اگر دیو بخواهد وارد بشود، آتشیهای هوشیاری آنها را تعقیب می کنند، یعنی آگاهی و هوشیار بودن در این لحظه ضد درد و ضد من ذهنی است. فضای درد ما از هوشیاری متنفر است، برای اینکه از غفلت ما و از خواب بودن ما استفاده می کند که فکرهای ما را بدست می گیرد ما فکرهای منفی می کنیم.

## آن سلیمان، پیش جمله حاضرست لیک غیرت چشم بند و ساحرست

الان حافظ هم همین را گفت، گفت: معشوق عیان می گذرد ولی چون از جنس من ذهنی هستی غیر هستی، حجابش را بسته. آن سلیمان یعنی خدا پیش همه حاضر است، اما غیرت چشم بند و ساحر است. غیرت یعنی این که هر کسی هم هویت شدگی ها را نیندازد و سینه اش را باز نکند خدا را نمی تواند ببیند. هر کسی که انباشتگی باور در سینه اش دارد و مرکزش را آن تشکیل داده نمی تواند خدا را ببیند، فقط آن باورها را می بیند، بت پرست





است. این غیرت عبارت از این است غیرت قانون زندگی است، می‌گوید که: هر کسی که سینه‌اش باز نشده مرا نمی‌تواند ببیند. با من نمی‌تواند یکی بشود. پس قانون غیرت چشم ما را بسته و سحر کرده.

### تا ز جهل و خوابناکی و فضول      او به پیش ما و ما از وی ملول

تا به خاطر جهل، جهل یعنی عقل من ذهنی، دانش من ذهنی و خوابناک بودن، خوابناک بودن یعنی خواب ذهن و خواب درد، و فضولیهای نابجا که من می‌دانم و نظم من ذهنی را نظم پارک را مسلط کردن بر زندگی‌مان و دیدن بر حسب آن سبب شده که او پیش ماست، یعنی خدا پیش ما است ولی ما از او دلمان گرفته، ملول هستیم. او به پیش ما و ما از وی ملول.





تا کنی مر غیر را جبر و سنی  
خویش را بد خود خالی می کنی  
متصل چون شد دولت با آن عدل  
هین بگو، مهر اس از خالی شدن  
در قفل زین آمدش، کای راستین  
کم نخواهد شد، بگو دریا ست لاین  
انصوا یعنی که آیت را به لاغ  
هین تلف کم کن که لب خنجر ست باغ  
مولوی، مشنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶

تن کایل برنامه شماره ۶۸۵  
قسمت چهارم

گنج حضور

www.parvizshahbazi.com

&amp;&amp;&amp;







اجازه بدهید یکی دیگر از آفتهای سفر از جسم به جان یعنی از من ذهنی تا فضای یکتایی را در اینجا بخوانیم و تاکید کنیم شاید مهمترین مانع تمرکز ما روی یکی دیگر است. اگر توجه شما را در سفر از جسم به جان کسی دیگر می دزدد به این معنی که شما می خواهید آن را عوض کنید یا ببینید او چه کار می کند، یا کار او در کار معنوی شما اثر دارد، شما نخواهید رسید.

و چهار بیت می خوانم اگر دوست داشتید این چند بیت را یعنی این چهار بیت را مرتب به خودتان یادآوری کنید، شاید در روز ۵ دقیقه تامل کنید روی توجهتان، ببینید که آیا روی کار کسی، روی رابطه کسی، یسرفت کسی، او چه کار می کند شما تمرکز دارید؟ برای اینکه این کار انرژی روانی ما را تخلیه می کند. خشک می کند مولانا را، ما را از موازی بودن با زندگی که انرژی زنده زندگی، خرد زندگی از ما رد می شود و در جهان آثار نیکی را پدید می آورد، متوقف می کند.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶

## تا کنی مرغیرا حَبَر و سَنی خویش را بدخو و خالی می کنی

تا بیایی یکی دیگر را که می دانی من ذهنی دارد، دانشمند بکنی، دانا بکنی، خبر یعنی دانشمند، و به بزرگی برسانی، خودت از انرژی معنوی خالی خواهی شد. و بدخو خواهی شد برای این که آن شخص آنجوری تغییر نخواهد کرد. یا این که شما می خواهید ببینید او چه کار می کند، شما را به ذهن خواهد کشاند، برای این که ما ببینیم یکی دیگر چه کار می کند باید اتصالمان را از زندگی قطع کنیم برویم توی ذهن بعد نگاه کنیم ببینیم آن چه کار می کند. قطع می شویم از زندگی. بلی هر روز یک نگاهی به خودمان بکنیم ۵ دقیقه ببینیم که کسی هست یا وضعیتی هست در اطراف ما که مهمتر از پیشرفت معنوی خودمان هست یا نه؟ بلی سه بیت هم می خوانم که آنها هم مهمند.

## متصل چون شد دلت با آن عَدَن هین بگو، مَهراس از خالی شدن

وقتی که با آن فضای یکتایی با آن بهشت با آن فراوانی با آن بینهایت دلت متصل شد، یعنی در درون بینهایت شدی، انموقع بگو از خالی شدن مترس. اما تا زمانی که متصل نشدی، و خودت هم می دانی که متصل نشدی فعلاً نگو ساکت باش، و این هم شعر بعدی است.



## امرِ قل زین آمدش، کای راستین کم نخواهد شد، بگو دریاست این

می گوید که: فرمان قل یعنی بگو که در قرآن زیاد آمده، برای این آمده که گفته که ای راستین یعنی ای کسی که حقیقتاً به اصل خودت زنده شدی با من پیوستی، و دیگر دروغین نیستی که من ذهنی باشی، بلکه براستی همان هوشیاری شدی که از اول بودی، حالا بگو، برای این که این دریاست، کم نمی شود. تمام نمی شود، هر چقدر می خواهی خرد را پخش کن.

## انصتوا یعنی که آبت را به لاغ هین تلف کم کن، که لب خشک ست باغ

فرمان ساکت باش، انصتوا یعنی حرف نزن، ساکت باش، برای این آمده که تو می آیی آب زندگیت را وارد من ذهنی می کنی، یا مقایسه می کنی یا تبدیل به درد می کنی، تبدیل به هم هویت شدگی می کنی، تبدیل به دانستن من می کنی، من را بوجود می آوری، دردهایش را بوجود می آوری، بحث و جدل می کنی، همان کارهای من ذهنی را می کنی، من ذهنی را زنده نگه می داری.

به لاغ یعنی بیهوده داری تلف می کنی آب زندگیت را، بکش به عقب به خودت نگاه کن، خواهی دید که باغت خشکیده. بلی مشخص است کسی که این چنین است من ذهنی دارد و ستیزه می کند، و می داند بنابراین نظم پنهان زندگی و عقل کل دسترسی به چهار بعد او ندارد، دسترسی به فکرهاش ندارد، دسترسی به احساساتش ندارد، بنابراین فکرهاش خلاق نیست، هیجانانش از جنس احساس زنده زندگی مثل شادی، مثل آرامش نیست بلکه از جنس خشم است، ترس است و بدنش دارد خراب می شود، خشک شده برای اینکه آب زندگی وارد نمی شود، جان ندارد بی حال است، در باغش چیه؟ باغش خشکیده.

روابطش با جهان بیرون بوسیله یک بافت خشک اداره می شود که مرکزش است، بنابراین زندگیش دارد تلف می شود. به او گفته می شود که چی؟ ساکت باش، یعنی ذهنت را ساکت کن حرف نزن، حرف نزن، حرف نزن، کاری به مردم نداشته باش، کسی را عوض نکن، تمرکزت را از روی دیگران بردار و روی خودت بگذار، فقط روی خودت گذار، ساکت باش تا زمانی که متصل بشوی به آن عدن یعنی بهشت، فضای یکتایی. آنموقع هر چقدر می خواهی بگو دیگر تمام نخواهد شد.

بلی آمدیم رسیدیم به غزل، تقریباً با این توضیحات غزل هم معنی شده که این بیت را خواندیم که گفت:



## منم آن عاشقِ عشقت که جز این کار ندارم

### که بر آنکس که نه عاشق، به جز انکار ندارم

پس من عاشقِ عشقِ تو هستم و غیر از این هم کار دیگری ندارم، تمام تمرکزم و توجهم به این است که در این لحظه با تو یکی بشوم، تو مرکز من باشی، مرکز من چیزهای بیرونی هم هویت شده نباشد، و اگر هست هنوز خالی کنم، من غیر از این کاری ندارم. اول شروع می کنم به خالی کردن دلم از هم هویت شدگی ها، وقتی تو آمدی به دل من دیگر نمی گذارم دل من چیز دیگر بشود. غیر از این هم کار دیگر ندارم. آیا پس از آن کار نخواهیم کرد، فکر نخواهیم کرد؟ چرا. از طریق او فکر خواهیم کرد، عمل خواهیم کرد، انرژی او و خرد او به کارمان و فکرمان خواهد ریخت.

آمدیم به این لحظه، زنده شدیم به این لحظه از گذشته و آینده جمع شدیم، دیگر از زمان رها شدیم، حس وجود نداریم برای این که مرکز ما عدم است، مرکز ما خدا است. و اگر می بینیم که کسی متوجه نیست این موضوع را ما کاری به آن نداریم. یعنی واکنشی به او نشان نمی دهیم، پاسخی به او نداریم، بحث و جدلی نمی کنیم نمی خواهیم او را عوض بکنیم، مگر این که او هم خودش انتخاب کند از جنس عاشقان باشد. حالا ممکن است یکی بگوید که آقا شما، مسئولیت نداریم، ماموریت نداریم دیگران را بیدار کنیم؟ نه. نه ما نداریم.

دارد مولانا می گوید که: من کارم این است که فقط خودم را زنده به تو نگهدارم. خوب نشان می دهد اگر قرار باشد دیگران را بتوانیم عوض کنیم یا اثر سازنده ای روی دیگران داشته باشیم فقط از این کار است. نه اینکه ما حواسمان را بدهیم به دیگران، و از این حالت خارج بشویم، بگوییم می دانیم و من ذهنی مان بیاید بشود مرکزمان، بخواهیم دیگران را هدایت کنیم. این کار درست نیست.

### دل غیر تو نجویم، سوی غیر تو نپویم      گل هر باغ نبویم، سر هر خار ندارم

پس من انتخاب می کنم که غیر از تو یعنی خدا چیز دیگری را در دلم نگذارم، یعنی دل دیگری را من نمی پذیرم. پس هم هویت شدگی نمی تواند دل من باشد. درد نمی تواند دل من باشد. سوی غیر تو نپویم. نپویم یعنی نمی روم، پویدن یعنی جستجو کردن هم هست، یعنی همیشه دارم بسوی تو بر می گردم. گفتیم مهم است بدانیم این را، بنا به تعریف ما هستیم (جسم + نه) در این که ما جسم داریم بحثی نیست، ولی در این (لا یعنی نه) خدا نهفته است. وقتی شما انکار می کنید در بیت اول هم بود، انکار می کنید غیر از او را که دلتان باشد، در اینصورت بسوی





چیز دیگری نمی‌روید. سوی غیر تو نبویم، سو می‌دانید که یعنی جهت، وقتی هوشیاری می‌افتد به فرم یعنی به ماده تبدیل می‌شود، اول بصورت فکر، فکر یک جهتی می‌گیرد هر فکری یک رنگ است. بی‌رنگی وقتی به رنگ در می‌آید، یعنی به فکر در می‌آید، اگر من توش باشد اعمال می‌شود به فیزیک ما، بو در می‌آید، یعنی هیجان بدست می‌آید، برای همین می‌گویند که جهان رنگ و بو، می‌خواهد بگوید که من به سوی بی‌سویی می‌روم دائماً، این همین (فرم + نه) است من دائماً دارم بسوی تو بر می‌گردم. توجه می‌کنید این تعریف انسان است (فرم + نه). و همین کار الان بیت پایین داریم مسلمان شدن هم است به تعریف مولانا.

گلِ هر باغ نبویم، یعنی گل‌باغهای بیرونی را نمی‌بویم، گل‌ذهن را نمی‌بویم، چرا؟ برای این که ببویم می‌دانم بعداً خار می‌شود. هر چیزی را که در بیرون من می‌پسندم با هاش هم هویت بشوم تبدیل به خار می‌شود. خار می‌شود یعنی چی؟ یعنی درد ایجاد خواهد کرد، قانون را شما بدانید با هر چه شما هم هویت بشوید آن می‌شود دلتان، بنا به تعریف دل انسان فقط باید خدا باشد چیز دیگری نمی‌تواند باشد، پس بنابراین هر چیزی غیر از عدم، غیر از خلع، غیر از بی‌فرمی در مرکز ما باشد درد ایجاد خواهد کرد، به محض اینکه یک گل بیرونی را بویدید. این بویدن هم حس ظریف است یعنی ظریف‌ترین احساس‌ها، بویدن دیده نمی‌شود دیگر، می‌گویند حتی من گل را هم من نمی‌بویم، نمی‌بویم نه اینکه از زیبایی‌های بیرون واقعاً لذت نمی‌برم، یا تماشا نمی‌کنم، یعنی اینکه من باهاش هم هویت نمی‌شوم، برای اینکه می‌دانم هم هویت بشوم می‌شود خار، سر هر خار ندارم یعنی میل به هیچ خاری را ندارم.

## به تو آوردم ایمان، دل من گشت مسلمان

### به تو دل گفتم که ای جان، چو تو دلداری ندارم

می‌گویند من به تو ایمان آوردم، یعنی به خدا ایمان آوردم، چه جوری؟ یکی یکی از طریق تسلیم، هم هویت شدگی‌هایم را با چیزهای این جهانی و دردها شناختم و انداختم خودم را آزاد کردم، بنابر این تو در من ایجاد شدی، تو بودی ولی از طریق من به تله افتاده بودی، دوباره آزاد شدی، وقتی دل من به تو زنده شد و تو در من بینهایت را مستقر کردی من به تو ایمان آوردم. پس ایمان آوردن این نیست که ما تعداد باورهای زیبا را که که مربوط به خداست در دلمان بگذاریم و با آنها هم هویت باشیم و هنوز دل مادی داشته باشیم، شاید بویدن گلها بویدن باورهای بسیار زیبا هم هست، تمام صحبت‌هایی که ما اینجا می‌کنیم کن ما از جنس هوشیاری هستیم،





خدائیت هستیم، باید به حضور برسیم و خدا در ما زنده می شود، اینها هم صحبت های قشنگی است. ولی هنوز ما تبدیل نشدیم، شما وقتی بصورت هوشیاری ناظر می کشید عقب، یکدفعه می بینید که با صد تا چیز هم هویت شدید، با بیست تا درد هم هویت شدید، آیا آزاد شدید؟

اینکه بدانید مثلاً با چی ها هم هویت شدید؟ چه جوری شرطی شدید؟ کجاها عصبانی می شوید؟ این بافت من ذهنی شما چی هست؟ حتی اگر ببینید و بشناسید شما آزاد شدید؟ نشدید که! شما باید کار کنید تازه اول کار است. تا حالا مطلع نبودیم که همچون چیزی وجود دارد، ولی الان فهمیدیم. پس وقتی از طریق شناسایی و پذیرش همه را انداختم، تازه به تو ایمان آوردم. و دل من شد مسلمان، دل من شد مسلمان، یعنی همه هم هویت شدگی ها را انکار کردم، من تسلیم شدم، پذیرفتم اتفاق این لحظه را هوشیاری تو در من بیدار شد، یکدفعه دیدم با یک کسی با یک اتفاقی هم هویت شدم و آن را بخشیدم و آن از من افتاد.

دارم چیکار می کنم؟ دارم لا می کنم، دارم می گویم که من تو نیستم، پولم من را عصبانی کرد، یکدفعه شناختم که با پول هم هویت شدم، یکدفعه پولم را گذاشتم جلوم، گفتم من با تو هم هویت نیستم، من تو را لا می کنم، فرزندم هم همین طور، همسرم هم همین طور، تمام متعلقاتم هم همین طور، دانشم هم همین طور، لقبهایم هم همین طور، هر چیزی که برای من مهم است، من باهاش هم هویتم، یادمان باشد، من آن را لا می کنم. وقتی لا می کنم دیگر آن کلمه را می شناسید شما، اولش لا هست، یک چند سالی شما شناسایی می کنید که چی ها دل شما را تشکیل داده و آنها را شناسایی می کنید، یواش یواش مولانا می گوید: شما مسلمان می شوید، بعد از آن تسلیم شده، یعنی همیشه در حالت پذیرش اتفاق این لحظه می مانید.

اتفاق این لحظه برای شما مهم نیست، پایین هم می گوید، اتفاق می افتد ولی چون شما از جنس اتفاق نیستید در شما می افتید، شما اتفاق نمی افتید، هر کسی تسلیم شده، مسلمان شده می گوید، طبق تعریف مولانا، اتفاق این لحظه برایش مهم نیست، چی مهم است؟ گفت آن چیزی که مهم است این است که من دائماً به تو زنده باشم، دائماً تو دل من باشی. اگر اتفاق مهم باشد، اتفاق می شود مرکز من، دیگر خدا نمی شود مرکز من، پس دیگر آن موقع دل من مسلمان نیست، آن موقع که تو شدی مرکز من، تازه من متوجه شدم که مثل تو من دلداری ندارم، یعنی در جهان کسی نیست که این مرکز من را، دل من را مثل تو نگه دارد. فقط می توانم به تو متکی باشم. به تو دل گفت که ای جان، یعنی آن موقع دل من احساس کرد، من حس کردم که حقیقتاً این چیزهایی که در دنیا بهشان متکی بودم و برای من مهم بود مهم نیستند، هیچی مهم نیست. پس من با هیچ چیزی هم هویت نیستم.





تمام چیزهایی دنیا چون از جنس گذرا هستند کوچک هستند، بله؟ و مهم نیستند یعنی. شما بنشینید ببینید چی برای شما مهم است، هر چی که مهم است احتمالاً دل شماست و اگر دل شماست، زندگی شما حول محور آن می چرخد، برحسب آن زندگی بیرونیتان را سازمان دادید این کار غلط است. هنوز شما فکر می کنید که چیزهای بیرونی می توانند دل شما باشند؟ هنوز دل شما نگفته که چون او ما دلدار نداریم، تابحال فکر کردیم داریم. هر چی که دل ما شده مرکز ما بوده، دلدار ما بوده، ما آن را می پرستیدیم. ولی الان از بس لا کردیم هر چه که توجه ما را خواست جذب کند، ما آن را لا کردیم، پس دیگر چیزی نمانده، هیچ چیزی نمانده، همان هیچ چی می شود همین فرم بعلاوه نه، یعنی نه می گوییم به همه چیز، آن موقع این مرکز شما باز می شود به بینهایت خدا پس خدا مانده فقط، چیز دیگر نمانده، طبق تعریف مولانا آن موقع مسلمان می شویم.

### چو تویی چشم و زبانم، دونبینم، دونخوانم

### جَزِيكَ جَان كِه تویی آن، به کس اقرار ندارم

این بیت‌ها دیگر خیلی آسان است همه تان می دانید. می گوید که: قبلاً با عینک چیزها می دیدم، من هوشیاری جسمی داشتم، آن چیزهایی که دلم شده بودند عینک من بودند، بر حسب آنها می دیدم، حرف من هم مطابق میل آنها، خواست آنها و زیاد کردن آنها یا کم کردن آنها زده می شد. اگر کسی مثلاً با پول هم هویت بشود و شدیداً هم هویت باشد، هر جا می رود پول می بیند، به یکی می گوید: دوست من بشو خوب اگر دوستت بشوم پولم زیاد می شود؟ پول می آید دستم؟ نه، پس هیچی، یکی می گوید بیا برو این کلاس مثلاً، این کلاس بروم پولم زیاد می شود؟

یعنی همه چیز برحسب آن تعیین می شود تمام روابط شما برحسب آن چیزی که در مرکز شماست تعیین می شود، من دلم می خواهد شما این موضوع‌ها را بدانید، پس چشم و زبان ما اوست، ولی الآن چشم و زبان ما، دیگر مادی نیست، که در دل ما قرار گرفته، اوست. می گوید تو حرف می زنی، تو می بینی، هوشیاری چشم دارد؟ بله، این چشم هم بوسیله او می بیند، یادتان هست مولانا اینها را برای ما توضیح داده است گفته: چشم پیه و عضله و اینهاست، آن هوشیاری است که می بیند. فکرهای ما در کجا تولید می شود؟ در درون این هوشیاری، در درون هوشیاری. اتفاقات کجا می افتد؟ در درون همین هوشیاری که ما هستیم. اتفاقات در ما می افتد، ولی تا بحال چون از اتفاقات ما زندگی می خواستیم هر موقع اتفاقی می افتد ما باهاش هم هویت بودیم، ما هم اتفاق می



افتادیم، اگر آدم اتفاق نیفتد که ناراحت نمی شود، می شود ساکن. ولی این سیستم ذهن گفتیم دوبین است. دو نبینم دو نخوانم. گفتیم ما اول که شروع کردیم به ایجاد من ذهنی برحسب فکرها و جسمها، خودمان را معین کردیم. معین کردن یعنی تعریف کردن، شما می خواهید تعریف کنید که من کی هستم؟ خوب این کار را بوسیله فکر می خواهید انجام دهید، فکر هم جسمها را می شناسد، پس برحسب جسمها خودتان را تعریف یا معین می کنید، جسمها خوب و بد دارند ما یاد گرفتیم. پس ذهن ما هم خوب و بد می کند و دائماً دو می بیند.

ما دیگر دوبین نیستیم چرا؟ از ذهن آمدیم بیرون. در مورد دویی خیلی صحبت کردیم، امیدوارم جا افتاده باشد. دو نبینم دو نخوانم و دو ندیدن یعنی یکتایی دیدن، یعنی من الآن یک تیکه ام. یادتان هست؟ الآن هم می خوانم گفت یکتا هستیم ما، کامل هستیم، عارف کامل هستیم، چرا؟ ما از جنس خدا هستیم. جز یک جان که تویی آن، من منم یک تیکه شدم. قبلاً برداشتهایم را از فیل جمع کرده بودم، پهلوی هم می چیدم، می گفتم این فیل است. الآن فیل را دیدم به فیل زنده شدم. یعنی من به همان خدا زنده شدم. غیر از یک جان که تو هستی. پس من یک جان دارم، یک یکتایی دارم، آن هم تو هستی. به چیز دیگر اقرار نمی کنم، یعنی کس دیگر خدای من نیست، این تغییر و تحولات باید صورت بگیرد.

شما نمی توانید ذهن را نگه دارید دویی را نگه دارید، هم هویت شدگی را نگه دارید اینها را مرکزتان قرار بدهید، فقط حرفش را بزنید، باید تبدیل بشوید. امروز من بیهوده نیامدم آن حرفهایی که راجع به کرمن، گرامی داشتیم انسان را، مولانا گفته بود، دوباره خواندم. سرنوشت ما این است که ما در همین حالیکه من ذهنی داریم، درد زیادی ایجاد کرده ایم، تسلیم بشویم و سوار مرکبی بشویم که زندگی آماده کرده، تا بتوانیم ما را از این گرفتاری ببرد بیرون و می برد می برد. و ما را به یک جان زنده می کند وقتی به آن یک جان زنده شدیم، می گوییم که فقط این یکتایی هست و چیز دیگری نیست.

بعد وقتی به آن زنده هستیم می بینیم که کسانی که توی ذهن هستند چه جوری می بینند؟ می بینیم که اینها دنیا را و همه چیز را از پشت یک عینک مادی ذهنی من ذهنی می بینند، ولی متوجه نیستند. و شما با اینها بحث و جدل نمی کنید چون بحث و جدل به جایی نمی رسد، بحث و جدل همیشه با فکر صورت می گیرد. یادمان باشد فکر مربوط به اجسام است، فکر مربوط به اجسام است، با بحث و جدل و استدلال و دلیل آوردن و اینها ما نمی توانیم یکی را متقاعد کنیم، به یک جان که او است، زنده بشود، نمی شود، هرچه بیشتر فکر کند بیشتر در فکر گم می شود و ما این کار را نمی کنیم. گفت:



## تا کنی مرغیرا خبر و سنی خویش را بدخو و خالی می کنی

ما یکی دیگر را نمی توانیم معنوی کنیم، خودش باید تصمیم بگیرد، خودش باید دنبالش برود، به زور نمی توانیم با خواهش نمی توانیم، اصلاً امکان ندارد، خودش باید بخواهد. ولی اگر شما خودتان به یک جان زنده بشوید ارتعاشی خواهید کرد که پائین هم می گوید، پائین مولانا می گوید من دل گفتار ندارم یعنی من به زندگی دارم ارتعاش می کنم، این ارتعاش را در درون کس دیگر هم ممکن است بوجود بیاورید، کما اینکه مثلاً در خانواده‌ها یکی از همسرها به این برنامه گوش می دهد پس از مثلاً یک سال دو سال وقتی عوض می شود و به این یک جان زنده می شود، این یک جان شروع می کند به ارتعاش کردن، آن یک جان در ایشان هم هست، آن شروع می کند به ارتعاش کردن، یکدفعه تیز می شود.

چکار می کنی؟ چی هست این گوش می کنی؟ خیلی خوب است عوض شدی چقدر بهتر شدی زیباتر شدی، آرامتر شدی، شادتر شدی، خوش اخلاق تر شدی چکار می کنی؟ چی می گوید مولانا چه می گوید؟ علاقمند می شود. ولی اگر ما خودمان تغییر نکنیم، تغییر هم تغییر مادی نیست که رفتارمان را عوض کنیم مثلاً حرفهای خیلی مودبانه حرف بزنیم، با قید و بند حرف بزنیم، اینها نیستند نه، باید به آن یک جان که زندگی است، زنده بشویم آن ارتعاش کند، آن ارتعاش بکند درون مردم ارتعاش می کند. بله

### چو من از شهد تو نوشم، ز چه رو سرکه فروشم؟

### جهت رزق چه کوشم؟ نه که ادرار ندارم

ادرار یعنی وظیفه، مستمری، حقوق. می گوید وقتی از شادی تو می نوشم، شهد یعنی در ضمن غسل، از غسل تو می نوشم، وقتی شما به آن یک جان زنده می شوید، این یک جان آرامش است، به محض اینکه به حرکت دربیاید، شادی از شما ساطع می شود، در تمام ذرات وجودی شما، در چهاربعد شما، شادی و سلامتی مرتعش می شود، چو من از شهد تو نوشم، شهد، غسل و شیرینی و شادی و آرامش از زندگی می آید. ولی ما آن شدیم دیگر، برای چی باید غم بفروشم؟ ز چه رو سرکه فروشم؟ با چه رو؟ چطوری سرکه بفروشم؟ سرکه یعنی غم و غصه، پس کسی که به آن یک جان زنده بشود، سرکه نمی تواند بفروشد.

چندین آیه قرآن هست که می گوید هرکسی که می ترسد و غصه می خورد، ایمان ندارد. اگر خواستید می آورم برایتان می خوانم، یکی مشخص است که آیه ۶۲ سوره یونس است بروید بخوانید،





جهت رزق چه کوشم؟ رزق در اینجا این نیست که من نروم کار کنم، پول در بیاورم برای خودم و برای همسر و خانواده ام، نه این را نمی گوید، رزق یعنی روزی. رزق یعنی آن چیزی که ما برایش کار می کنیم، مثل شادی، مثل آرامش، مثل تأیید و توجه و بزرگی، می گوید برای اینها که ذهنم نشان می دهد من نمی کوشم، چرا؟ دست اول از تو می گیرم.

کسی که من ذهنی دارد و قسمتی از هم هویت شدگی هایش، آن اتحاد نامبارک، درد است، گفتیم من ذهنی با هم هویت شدگی درست می شود، براساس جدایی، وقتی با دردها هم هم هویت می شود، یک متحد بسیار قوی پیدا می کند در جهان. وقتی دردها شده است مرکز ما و جزو من ذهنی ما، ما سرکه می فروشیم. وقتی درد در مرکز ماست، هرچی هم بگوییم که ما اهل صلح هستیم، اهل آرامش هستیم، آرامش خانواده را می خواهیم، آرامش جامعه را می خواهیم، آرامش و صلح بین کشورها را می خواهیم، ما دروغ می گوییم. برای اینکه مرکز ما از درد است. چرا ما در خانواده تصمیم می گیریم دعوا نکنیم، دو دقیقه نمی گذرد، دوباره دعوا می کنیم، قهر می کنیم، الان صحبت کردیم که قهر نکنید برای اینکه مرکز ما از درد است.

ما طبق قانون جذب، از جنس هرچی باشیم به سوی او می رویم و آن را زیادتیر می کنیم. اگر درد زیادی در مرکز ما هست، ممکن است شعار بدهیم در خانواده بله، ما آرامش می خواهیم و نباید دعوا کنیم و قهر کنیم و اینها، ولی یادمان می رود، نمی توانیم یادمان نگه داریم. تازه یادمان هم که هست، آن مرکز ما را تحریک می کند، می گوید نه که ادرار ندارم، من مستمری دارم، من از خدا حقوق شادی می گیرم، آرامش می گیرم، من به شادی که از چیزهای بیرونی می آید، چیزهای مادی می آید و لذتی که از دردها می آید، احتیاج ندارم.

درد برای کسی که مرکزش از درد است، لذت بخش است، برای اینکه غذایی است که دوست دارد. اگر لذت بخش نیست چرا ایجاد می کند؟ چرا ما برای خودمان درد ایجاد می کنیم؟ وقتی تنها هستیم، یکدفعه فکرهای دردناک یادمان می افتد، لذت بخش است. برای دیگران هم ایجاد می کنیم، خوشمان می آید. درست نیست اینها، ببین چی دارد می گوید؟ کسی که از شهد او بنوشد سرکه نمی فروشد، برای روزی به بیرون نمی رود. حقوق می گیرد از خدا.

&&&







ز کسکه بپوره سلطان،  
نه ز محممانی شیطان

بجورم سیر بر لین خوان،  
سرناهار مزارم

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۶۱۰

متن کامل برنامه شماره ۸۵۶ گنج حضور  
قسمت نهم

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





مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۶۱۰

## ز شکرپوره سلطان، نه ز مهمانی شیطان بخورم سیر بر این خوان، سرِ ناهار ندارم

شکرپوره یا شکرپوزه یعنی همین قطاب یا نوع شیرینی که از بادام و گردو و شکر را قاطی می کنند، درست می کنند، منظور غذایی است که از آنور می آید، شیرینی است که از آنور می آید، یکیش شادی است، آرامش است لطافت است، عشق است، سلطان یعنی خدا، نه ز مهمانی شیطان، در مهمانی شیطان چی می گویند و چی می دهند؟ حرفهای هم هویت شدگی و درد، فعلاً که خیلی از انسانها سر سفره شیطان نشسته اند، شیطان مهمانی داده است، در کره زمین الآن اکثریت سر سفره شیطان هستند.

حالا ما به خودمان نگاه می کنیم. اگر در شما فضای درد وجود دارد و این فضای درد بعضی موقعها می نشیند سر شما، بلند می شود می آید می نشیند، فکرهای شما را در اختیار می گیرد و شما شروع می کنید به فکرهای منفی کردن، اگر شما خشمگین می شوید اگر شما می ترسید، اگر شما حسادت می کنید، اگر شما غیبت می کنید، اگر حواستان به یکی دیگر است، اگر حس نقص می کنید، حس جدایی از دیگران می کنید، اگر شما تنگ نظرید، اگر شما فراوانی ندارید، یعنی وقتی یکی موفق می شود و به یک جایی می رسد، قلقلک تان می آید و ناراحت می شوید، اگر احساس گناه حمل می کنید، اگر دلهره آینده دارید، اضطراب آینده دارید، نگران هستید، شما سر سفره شیطان هستید، سر سفره خدا که این چیزها نیست.

شما من ذهنی دارید، باید یک کاری بکنید کارتان هم خیلی ساده است، باید ببایید به این لحظه، اتفاق این لحظه را بدون قید و شرط و قبل از رفتن به ذهن، یعنی قبل از قضاوت، بپذیرید. تا خدا پایش را بگذارد به زندگی شما. گفت خدا از جهنم می پرسد بس ات است؟ گفت نه بیشتر نمی شود؟ یعنی می خواهم بیشتر بسوزم. بعد آنموقع خدا از کن فکان که می شود باش و می شود، پایش را می گذارد در جهنم و من ذهنی ما هم که درد دارد با دردها هم هویت است، شعبه ای از جهنم است. پس شما باید اجازه بدهید خدا پایش را بگذارد آنجا، جهنم شما آنموقع که خدا پایش را گذاشته ساکت می شود، آنموقع شما یک استراحتی می کنید، چشمهایتان باز می شود، همان موقعی است که شما اتفاق این لحظه را می پذیرید.

با پذیرش اتفاق این لحظه پای خدا به زندگی شما کشیده می شود و همان یک لحظه، از شکرپوره یا شکرپوزه سلطان، شیرینی سلطان می خورید، همان یک لحظه از روی به اصطلاح از سر سفره شیطان پا می شوید. همان



یک لحظه، هم هویت شدگیهایتان را می بینید. پس شما بصورت حضور ناظر، باید به ذهنتان نگاه کنید، ببینید که چگونه بر سر سفره شیطان نشستید و چی می خورید؟ از خودتان پرسید اینهمه خشم برای چیه؟ اینهمه رنجش برای چیه؟ اینهمه کینه برای چیه؟ اینها را خدا نمی پسندد. اینها جزو دل من است. من انرژی مسموم و درد در جهان پخش می کنم، باید این کار را متوقف کنم و باید بروم شکر بوزه یا شکریوره سلطان را بخورم و سیر سر سفره خدا بخورم و سر آدمهای گرسنه را ندارم.

کسانی که گرسنه جهان هستند، له له می زنند برای تأیید و توجه و تمام نیازهای روانشناختی، کسانی که گرسنه درد اند، من سر آنها را ندارم، یعنی شمامی گویند، هیچی نمی شود. آدم می تواند تنها هم زندگی کند، تنها زندگی کند و با خدا باشد در فضای یکتایی باشد، بهتر از این است که در جدایی زندگی کند بین مردم باشد، با هیچ کس حس ارتباط نکند، روی هر کس اسمی بگذارد، یک قضاوتی بکند، یک چیزی پشت سرشان بگوید، در نتیجه از مهمانی شیطان بخورد، بله هفته گذشته این بیت را داشتیم:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۹۸

### فربه و پر باد توام، مست و خوش و شاد توام      بنده و آزاد توام، بنده شیطان نشوم

یادآوری کنم این بیت هم مهم است، به محض اینکه موازی بشوید، هی تسلیم تسلیم یعنی پذیرش اتفاق این لحظه همین طوری بروید جلو، در اینصورت او شما را با باد خودش با فضای یکتایی پر می کند، شما را مست و خوش و شاد می کند. و شما این اتصال را نگه می دارید، بنده او می شوید نه بنده شیطان و در نتیجه همیشه آزاد هستید، تا زمانی که بنده شیطان هستیم ما آزاد نیستیم. تا زمانی که هم هویت شدگیهای این جهان در مرکز ما هستند ما آزاد نیستیم. اجازه بدهید سه بیت از این قسمت مثنوی دفتر سوم بخوانم توجه کنید این را هم:

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۱۹

### آفتابی در سخن آمد که خیز      که برآمد روز، برجه، کم ستیز

ما مثل آفتابی هستیم، می خواهیم بلند شویم، درسته؟ زندگی می خواهد، سرنوشت ماست، این من ذهنی نمی گذارد. ما بصورت من ذهنی ستیزه می کنیم نمی گذاریم. پس آفتاب می خواهد بریاید یعنی خدا می خواهد دل ما را بینهایت کند، می خواهد این هم هویت شدگیها را ما بیندازیم. درضمن شما انداختن هم هویت شدگیها را با ذهنتان تجسم نکنید، ذهن نمی تواند این کارها را بکند، نمی تواند تجسم بکند. الآن شما نگویند که من با هزارتا



چیز هم هویت، های من چه جوری بیندازم؟ این اصلاً این فکر را نکنید. گفت شما را سوار یک مرکبی می کند و از ذهن می گذرانند، شما را از هم هویت شدگی بیرون می کشد، شما اگر بگذارید یک خورده انباشتگی حضور در شما بوجود بیاید شما را سوار آن می کند.

و شما نترسید بگویید که نکند به حضور برسم مثلاً دیگر کمتر غذا بخورم، آن غذاهای خوشمزه دنیا چی می شود؟ سکس چی می شود؟ نمی دانم نکند که پولم کم بشود؟ نکند مردم زندگی کنند یکدفعه سر من کلاه برود از این چیزها نترسید، اینها هم سر سفره شیطان هست، اینها ترس از دست دادن رزق است رزق است، می گوید: من الآن حریص ام خوب می روم دنبالش گیر می آورم، این چیزهای خوب را، اینها هم هویت شدگی هستند، نکند به حضور برسم آن موقع میل نداشته باشم دیگر، آنموقع من دیگر زندگی نمی کنم، من ذهنی اینطوری نشان می دهد، اینها عینک من ذهنی است. شما به حضور زنده بشوید، از همه چیزهای بیرونی می توانید استفاده کنید، منتها زندگی موزون می شود.

زندگی ما در من ذهنی توازن ندارد، نظم پنهان زندگی به خواسته های ما توازن می دهد و حضور محرومیت نیست، اتفاقاً من ذهنی محرومیت است. شما نگاه کنید ما چقدر می ترسیم، وقتی می ترسیم نمی توانیم از پولمان استفاده کنیم. غذا می خریم نمی توانیم به جانمان نمی چسبیم، ترس و خشم و بقیه هیجانات و دردها نمی گذارد این، برویم مثلاً مسافرت یک جایی را تماشا کنیم هیچ نمی گذارد، نمی گذارد ما زندگی کنیم، محرومیت مال من ذهنی هست، مگر آن چیزهایی که الآن ما می گوییم ممکن است محروم بشویم از آنها خوب استفاده می کنیم؟ نمی کنیم که.

تازه شما متوجه شدید که باید مسئولیت هوشیاری خودتان را بعهده بگیرید و وقتی مسافرت می روید زن و شوهر می گوید که من باید مسئول هوشیاری خودم باشم، در این مسافرت قهر نکنم حرفهای نامربوط نزنم، من ذهنی او را تحریک نکنم درد او را بالا نیاورم، برویم این مسافرت خوش بگذرد، دعوا نکنیم، قهر هم نکنیم و سر سفره شیطان ننشینیم، اینها را از مولانا یاد گرفتیم. خلاصه:

## آفتابی در سخن آمد که خیز      که برآمد روز، برجه، کم ستیز

الآن خدا به ما می گوید، می گوید نگاه کن روز است، روز است چرا نمی بینیم ما؟ گفت:



## معشوق عیان می گذرد بر تو ولیکن اغیار همی بیند از آن بسته نقاب است

چرا ما خدا را نمی بینیم؟ برای اینکه با عینک جسم می بینیم. الآن هم آفتاب می خواهد در درون ما بالا بیاید، ما نمی گذاریم، روز آمده برجه و ستیزه نکن با ستیزه نمی گذاریم بله.

### توبگویی: آفتابا کو گواه؟ گویدت: ای کور از حق دیده خواه

بله، وقتی ما، ما الآن در حضور هستیم یا نه؟ ما الآن می توانیم تمام هم هویت شدگی ها را بیندازیم و به بینهایت خدا زنده بشویم. و این از وقتی که انسان شدیم میسر بوده و یک مختصری می توانستیم ما وقتی آمدیم به این جهان من ذهنی بسازیم. اگر خانواده مان عشقی بود، بعد این من ذهنی دیگر مقاومت و ستیزه نداشت، براحتی در یک خانواده عشقی متلاشی می شد، و زایمان دوم ما صورت می گرفت، ما از ذهن زاییده می شدیم، همانطوری که از مادر اولیه مان زاییده شدیم. ولی ستیزه می کنیم، ما با ذهنمان گواه می خواهیم دلیل می خواهیم می گوئیم که ثابت کن ببینیم چه جوری آفتاب بالا آمده؟ خوب پس تو با چشم حضور نگاه نمی کنی.

حالا حافظ می گوید که غیر می بیند خدا عیان می گذرد، غیر می بیند خودش را نشان نمی دهد، و شما نمی توانی ببینی، شما حالا با همان غیر با همان استدلالهای ذهنی می خواهید ببینید، ثابت کن ببینم این خدا کجاست که خودش را به من نشان نمی دهد چرا خودش را نشان نمی دهد؟ خوب همین عینک است دیگر، بخاطر همین عینکی که الآن زدی، بخاطر همین سئوالات، اینها سئوالات ذهنی است.

همان غیر، همان اغیار که گفت مولانا گفت: غیرت نمی گذارد. یک قانون غیرت هست، تا زمانی که متلاشی نشود، ولی متلاشی شدن این را، من حرفم این است که شما با ذهنتان تجسم نکنید، آن هم غلط است، مشکل می کنید این خیلی ساده است. و دارد می گوید این آفتاب بالا آمده فقط یک خورده دید هوشیاری نگاه کنید، یکدفعه می بینید که آن چیزهایی که شما را می کشیدند به خودشان، دیگر نمی کشند. و امروز هم دوباره تاکید کنم نمی کشند معنیش محرومیت شما نیست. بله

### روز روشن، هر که او جوید چراغ عین جُستن، کوریش دارد بلاغ

می گوید که هر کسی که در روز روشن چراغ به دست بگیرد، در اینصورت نشان می دهد که این آدم خورشید را نمی بیند و کور است، یعنی چی؟ یعنی درحالی که ما الآن با چشم حضور می توانیم ببینیم، چراغ ذهن را روشن کردیم می خواهیم با این ببینیم. این نشان می دهد که ما با عینک ذهن می بینیم ما چشم حضورمان بسته است،





اگر مولانا به ما بگوید که بابا روز است تو چرا این چراغ ذهن را روشن کردی؟ این را خاموش کن. خاموشی این است که فکریایی که از بیرون می آید بوسیله من ذهنی ایجاد می شود که لحظه به لحظه از سرمان می گذرد، این پارازیت ذهن را، این را خاموش کن.

این یعنی انصتوا، فرمان انصتوا را اجرا کن، همان لحظه ای که اجرا می کنی، شما آفتاب را می بینی برای اینکه چراغ را خاموش کردی، بعد آنموقع می بینید که این چراغ اصلاً نور نداشته، شما مثل اینکه آفتاب طلوع کرده، همه جا را روشن است، شما آمدید یک شمع روشن کردید، گذاشتید توی حیاط؟ خوب ببین نور شمع در مقایسه با آفتاب چقدر است؟ هیچی، حالا این روشن باشد نباشد مگر فرق می کند؟ نه. پس شما به آن نور، نور حضور روشن بشوید این ذهن خاموش باشد، روشن باشد، چه فرق می کند؟ هیچی.

### نخورم غم، نخورم غم، ز ریاضت نزنم دم رخ چون زربنگر، گر زربسیار ندارم

ببینید چقدر تاکید می کند می گوید که: غم نمی خورم، غم نمی خورم و از سختی حاصل از سختگیری های من ذهنی هم بیزارم. ریاضت به این معنی آمده اینجا، در اینجا ریاضت به منی چالش با هم هویت شدگی ها و درد هوشیارانه و صبر کردن، مثل اینکه آدم از اعتیاد به دنیا باز می شود نیست، سختی هایی که من ذهنی برای آزادی می خواهد به ما بدهد.

ز ریاضت نزنم دم، می گوید که: رخ زرد من را نگاه کن، رخ زرد رخ عاشق است و منظور از این رخ زرد همین شفاف بودن در مقابل نور است، یعنی من موازی هستم از آنور هوشیاری و نور و برکت زندگی می آید، و از چهار بعد من که بهش شفاف است رد می شود و می رود به جهان، خوب مرا سلامت می کند، من را شاد می کند، رخ چون زر بنگر، رخ زرد عاشق من را ببین. اگر زر بسیار ندارم، یعنی اگر هم هویت شدگی بسیار ندارم. مشخص است، پس می بینید که چقدر غم و غصه خوردن بد است.

### نخورد خسرو دل غم، مگر آلا غم شیرین

#### به چه دل غم خورم؟ آخر دل غم خوار ندارم

می توانستیم بخوانیم به چه دل غم خورم آخر؟ دل غم خوار ندارم. می گوید که پادشاه دل، غم نمی خورد. خسرو یعنی پادشاه، وقتی دل ما باز می شود بینهایت می شود، هم هویت شدگی درش وجود ندارد و غم نمی خوریم، مگر غم شیرین، غم شیرین غم همین چالشهای شناخت هم هویت شدگیها و پذیرش آنها و شناخت آنهاست، من







ذهنی با دردهایش حتی خیلی موقع‌ها نمی‌گذارد شما بعضی از چیزها را بشنوید. شما باید یک برنامه را شاید ده بار گوش بدهید، می‌بینید که دهمین بار یا پانزدهمین بار یک جمله‌ای را شنیدید که قبلاً نشنیدید، چرا اینطوری هست؟

برای اینکه ذهن یک سیستم فیلترینگ است یک سیستم صافی است، علت تاخیر ما بعضی موقعها این است که حرفهای موثر را دیر می‌شنویم، کارهای موثر را دیر انجام می‌دهیم. مثلاً ما می‌گوییم قانون جبران را رعایت کنید از موقعی که می‌گوییم تا زمانی که خودش می‌خواهد رعایت کند یک سال طول می‌کشد، قانون جبران را رعایت کنید، کمک مادی به این برنامه بکند که این سیستم فیلترینگ ذهن خودش، بگذارد این چیزها رد بشود، برای اینکه با قانون جبران کار می‌کند ذهن ما، ذهن ما می‌گوید به این که پول ندادم مال من نیست، پس من گوش نمی‌دهم. گوش هم می‌دهم ولی وقتی گوش می‌دهی بعضی چیزها را نمی‌شنوی، این ذهن است.

پس بنابراین به تاخیر می‌اندازد نمی‌شود، اما اگر جدی باشیم، اگر متعهد باشیم، اگر قانون جبران را انجام بدهیم، اگر واقعاً معتقد به این باشیم که این چاره‌ای ندارم. و این مقصود زندگی است، باور کرده باشیم حداقل اینکه: من آمدم هوشیاری بودم از جنس خدا بودم، رفتم هم هویت شدم با جهان و با دردها، الآن می‌خواهم برگردم نمی‌توانم، باید روی خودم کار کنم، باید هم هویت شدگیهایم را پیدا کنم، اگر پیدا کردم، متوجه شدم باید بپذیرم بشناسم، آنموقع آدم زیر بار می‌رود. و در ضمن اوقاتم تلخ است، مسئولیت هوشیاری ام را در این لحظه بعهده می‌گیرم، تا بحال ملامت می‌کردم، می‌گفتم همسرم نمی‌گذارد، همسرم مرا عصبانی می‌کند، بچه ام عصبانی می‌کند، دوستم عصبانی می‌کند، پدر و مادرم من را اینطوری تربیت کردند.

دیگر نه، از این لحظه به بعد در اختیار خودم هستم مسئول خودم هستم مسئول کیفیت هوشیاری خودم هستم، پس دارم چه کار می‌کنم؟ نگاه می‌کنم به ذهنم، به خودم، ناجوری ام را که دیدم، می‌شناسم. وقتی دیدم یعنی شناختم دیگر و الآن می‌پذیرم، این کار غم شیرین است. به محض اینکه شما می‌بینید و می‌شناسید و می‌پذیرید، می‌افتد و زندگی که در آن به تله افتاده بوده آزاد می‌شود و این زندگی شیرین است. اولش تهدید می‌کرد شما را، بعد وقتی جلویشت ایستادید، نترسیدید، صاف به چشمهای آن هم هویت شدگی نگاه کردید، هم هویت شدگی چی می‌گوید؟ می‌گوید من نباشم می‌میری ها!!، نکنند من را از دست بدهی ها!!، زندگیت زندگی نمی‌شود ها!!، بیچاره می‌شوی ها!!، عمرت تلف می‌شود ها!!، ببین همه مردم زندگی می‌کنند تو بدبخت می‌شوی ها!!، شما قبول نمی‌کنید به چشمهایش نگاه می‌کنید می‌گویید که من هویتم را می‌خواهم از تو بکنم و اولاً که



پذیرش اینکه من این ناجوری را دارم سخت است، ثانیاً همان اول نمی افتد، همینطور پذیرفتن و تمرکز کردن، آن هم سخت است درست مثل اینکه آدم یک اعتیاد را ترک کند سخت است، ولی غم شیرین است.

می گوید با کدام دل من غم بخورم؟ من که الآن دل غم پرست و غمخوار ندارم. توجه می کنید دارد الگو می دهد به ما. اگر ما دل غمخوار داریم معنی اش این است که دل هم هویت شده داریم، دل ما از جنس خدا نیست. هیچ غمی هیچ غصه‌ای از جنس خدا نیست. هیچ نگرانی هیچ اضطرابی، هیچ حسادت، هیچ بدگویی از جنس خدا نیست. هیچ توقعی، توقع ما از آدمها معنی چیست؟ معنی این است که ما سر نخ را گم کردیم. یعنی شادی زندگی وارد وجود ما نمی شود. یعنی ما آرامش نداریم. اگر چیزهای آفل در مرکز ماست یعنی ما آرامش نداریم برای اینکه آنها هی تغییر می کنند، آنها مورد تهدیدند.

### پی هر خایف و ایمن کنمی شرح ولیکن ز سخن گفتنِ باطنِ دلِ گفتار ندارم

می گوید برای هر ترسو یا ترسان و ایمن که باز هم دویی است، چه انسانی که رفته توی یک صندوق می ترسد آن یکی هم رفته یک صندوق ایمنی می ترسد. پس می گوید برای کسانی که توی صندوق هستند شرح می دادم، ولی شرح نمی دهم، چرا شرح نمی دهم؟ برای اینکه نمی توانند بفهمند، پس بنابراین بهتر است من در باطنم سخن بگویم. در باطنم سخن بگویم یعنی دل من که از جنس خداست، ارتعاش بکند تا او این ارتعاش را بگیرد، او که حرف مرا قبول نمی کند که.

کسی که دویی می بیند، ترس و امید می بیند آن آدم نمی تواند شرح مربوط به دل را بفهمد، پس بنابراین دل گفتار ندارم، یعنی دل فکرکننده، یعنی من ذهنی ندارم. اگر من ذهنی داشتم مرکز بود دلم بود و آن شروع می کرد به حرف زدن، فوراً شروع می کرد به شرح دادن. ولی من نه، فقط باطنم سخن می گوید. سخن گفتن باطن، دل من بدون حرف، ارتعاش است، ارتعاش زندگی است. می بینید که دارد می گوید که شما حتی می خواهید روی آدمهای من ذهنی اثر بگذارید، اگر قرار باشد آنها اثر بپذیرند باید آن مرکزی ترین و هسته ای ترین قسمت شان را به ارتعاش در بیاورید، نه من ذهنی شان را، من ذهنی شان را تحریک نکنید.

پس می بینید که چقدر تغییر آدمها سخت است. ارتعاش به زندگی عینی است، حرف زدن، حرف زدن بوسیله تارهای صوتی ما ایجاد می شود. من ذهنی هم هویت با فکر است فکر کردن را دوست دارد. اصلاً من ذهنی فکرکننده است، حرفه اش فکر کردن است، فکرساختن است، نمی شود متقاعدش کرد بله، می گوید این



موضوعات را شرح می دادم، حالا این غزل را کسی که با گوش دلش دارد گوش می دهد می شنود و رویش اثر می گذارد حرفهای امروز مولانا، کسی هم که با من ذهنی اش گوش می کند نمی تواند بفهمد و می گوید اینها معنی ندارد.

## تو که بی داغِ جنونی، خبری گوی که چونی؟

### که من از چون و چگونه دگر آثار ندارم

چون و چگونه مال اتفاق است، باید یک چیز مادی باشد که ما بتوانیم راجع به چگونگی آن و چونی آن، حرف بزنیم، برای کسی که چونی و چگونگی این لحظه که اتفاقش هست مهم نیست، چرا مهم نیست برای اینکه مرکزش نیست، برای اینکه از اتفاق زندگی نمی خواهد.

من سئوالم این است اتفاق برای شما مهم است؟ اگر مهم است شما در چون و چگونه هستید، چون مهم است پس دلتان است. مردم دنیا از اتفاقات زندگی می خواهند، آنهایی که عاشق اخبارند از اتفاقات زندگی می خواهند. می گویند یک اتفاق بیفتد زندگی ما درست بشود، آن اتفاق هم هیچ موقع نمی افتد. اتفاقاً امروز مولانا گفت آن اصلی ترین اتفاق افتاده است که شما انسان شدید و شما می توانید به او زنده بشوید، بله یادتان هست؟ گفت که روز روشن است، ولی شما چراغ دستتان هست.

می گوید تو که داغ جنون نداری یعنی داغ عشق نداری، وقتی ما زنده می شویم به عشق، دیگر به چگونگی این لحظه کاری نداریم، برای اینکه حالمان را زندگی تعیین می کند. داغ جنون یعنی داغ عشق، یعنی به عشق زنده شده، تو که می گوید هنوز نشدی، پس در مرکز تو چگونگی وجود دارد، چون در مرکز تو اتفاقات هستند، اتفاقات همیشه چگونگی دارند. این بدن ما اتفاق است، چگونگی دارد، فکرهای ما چگونگی دارد، اصل ما که هوشیاری است چگونگی ندارد، برای اینکه جسم نیست، باید جسم باشد. انسانی که در مرکزش جسم است چگونگی دارد برای همین می گوید که تو داغ عشق نداری تو یعنی نشان عشق نداری، داغ به معنی نشان هم هست.

داغ می دانید که آن چیز داغ را می گذاشتند روی گوسفندها مثلاً نشان می گذاشتند. کسی که نشان عشق دارد به بی نهایت خدا زنده شده است. می گوید تو که نداری خبرها را بیا بگو، به ما بگو چگونه ای؟ برای اینکه من از چونی و چگونگی دیگر آثاری ندارم، من که از جنس اتفاق نیستم، اتفاقات در من می افتند. مطلب خیلی مهمی است این که مولانا به ما می گوید. اگر ما داغ جنون نداریم یعنی داغ جنون هم داغ دیوانگی است، انسانی که به



عشق زنده شده نسبت به من ذهنی دیوانه است. من ذهنی عقل دارد، عقلش مربوط به محدودیت‌ها و قیدوبندهای این جهانی است، هرچه بیشتر بهتر است. دو بیت از حافظ می‌خوانم می‌گوید:

حافظ، غزلیات، غزل شماره ۳۷۱

## در خرمن صد زاهدِ عاقل زند آتش      این داغ که ما بردلِ دیوانه نهادیم

این داغ عشق بالاخره خرمن عاقلان و زاهدان را آتش خواهد زد. اگر اجازه بدهیم که این عشق شعله ور بشود این می‌تواند عقل و دانش هم هویت شده عاقلان و زاهدان را بسوزاند، ولی آخر سر می‌گوید:

## قانع به خیالی ز تو بودیم چو حافظ      یارب چه گدا همت و بیگانه نهادیم

و می‌گوید که: ما در من ذهنی در این جهان فقط به یک فکر از تو قانع هستیم، یک خیالی می‌کنیم، که امروز می‌گفت این خیال هم مثل روی آب نوشته می‌شود و پاک می‌شود، ما به تو زنده نمی‌شویم. پس ببینید حافظ میل ندارد انسانها به خیال خدا فقط قانع باشند. بعد می‌گوید یارب چه خواست کوچکی داریم ما، همت یعنی خواسته، گدا همت یعنی واقعا گدا شدیم ما، چرا فقط یک برداشت سطحی ذهنی از تو را ما گرفتیم و به همان قانع شده ایم و چرا اینقدر با نهادمان که تو هستی بیگانه هستیم، یارب چه گدا همت و بیگانه نهادیم.

دارد به ما می‌گوید که ما بیگانه نهاد نباشیم، وقتی با نهادمان آشتی می‌کنیم، نهادمان را می‌شناسیم، نهادمان یا هوشیاری مان، اصلی ترین قسمتمان که هوشیاری است از خودش آگاه می‌شود. فعلاً مرکز ما را یک غیر گرفته به قول خودش، غیر هم من ذهنی هم فقط به خیالی قانع شده است. یک من ذهنی تصویری را برای خودش ایجاد کرده، آن هم یک خدا منعکس کرده می‌گوید: یک خدای تصویری یک جایی وجود دارد و این گدا همتی است.

## چو ز تبریز برآمد مه شمس الحق و دینم      سر این ماه شبستان سپهدار ندارم

می‌گوید وقتی که از این کائنات وقتی از تبریز از این فضای یکتایی و جهان، می‌بینید که این چیزی که ما بلند می‌شویم بعنوان آفتاب، وقتی ما سینه خودمان را باز می‌کنیم به بینهایت او زنده می‌شویم این یک ماه است. بعضی موقع‌ها می‌گوید خورشید است، که ما نه تنها زنده هستیم به او و بینهایت و ابدیت او زنده هستیم، مثل مولانا، ما خرد را عشق را در جهان پخش می‌کنیم، مثل آفتاب هستیم. پس این ماهی که بصورت اصل ما می‌خواهد بالا بیاید در این جهان، مقصود زندگی هم همین است. ما را خدا بخاطر این آفریده است. یادتان هست گفت خدا ما را گرمی داشته و ما باشنده ای هستیم که هم در فرم هستیم هم در آنور، پس این یک باشنده شگفت



انگیز است یعنی انسان. وقتی بالا آمد منظور از تبریز تبریز مکانی نیست. یعنی جهان فرم و بی فرمی دست به دست هم می دهند و یک ماهی را بوجود می آورند که آن انسان است یعنی درواقع درون انسان است، که این شمس است حق و دین است. یعنی خدا از طریق آن آفتاب می تابد و خودش را به جهان نشان می دهد و برکاتش را می فرستد و دین هم از آنجا می آید. پس دین ما باید از این آفتاب بیاید، نه از یک مشت باوری که مرکز ماست و باهاش هم هویت هستیم.

حالا می گوید حالا که اینطوری شده من سر این ماه شبستان سپه دار ندارم، از حالت ماه آسمان تمثیل می گیرد. همانطور که گفتم در آسمان وقتی ماه شب چهارده داریم تعداد زیادی هم ستاره داریم ولی شب است. در ما هم در حالیکه شب است یک ماه من ذهنی هست، مقدار زیادی هم هویت شدگی، می گوید حالا که ماه زندگی من درآمده بالا آمده، من ماه من ذهنی با سپاهش را ندارم. سپاه همین هم هویت شدگیهاست، شبستان به معنی خوابگاه است یا به هر حال زندگی درونی ماست، شبستان می دانید هم خوابگاه است هم یک قسمتی از مسجد هست. ولی می گوید من حوصله و علاقه به این ماه من ذهنی که اینقدر سپاه دارد را هم دیگر ندارم، معنیش این است که شما باید اجازه بدهید این ماه درونتان طلوع کند بله و این آفتاب حق و دین است.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۷۳۱

## دانکه پنهان است خورشید جهان

## تا نگشتند اخترانِ ما نهان

همانطوری که می بینید درست است که در آسمان ستاره‌ها هستند و حتی ماه هست ولی تا ستاره‌ها پنهان نمی شوند خورشید هم طلوع نمی کند، بنابراین ستاره‌های ما که سوسو می زنند الآن هم هویت شدگیهای ما باید پنهان بشوند، پنهان بشوند یعنی دیگر ما را جذب نکنند یا هویتی که در درونشان سرمایه گذاری شده آزاد بشود تا خورشید زندگی در ما طلوع کند، تا زمانی که این ستاره‌ها دارند می درخشند شب است و ماه است همین که این ستاره‌ها یک به یک شناسایی بشوند و اینها افول کنند در زندگی شما، خورشید حضور بینهایت خدا در شما پدید خواهد آمد، الآن هم وجود دارد منتهی این ستاره‌ها نمی گذارند، پس کار ما شد از طریق تسلیم ایجاد هوشیاری حضور، شناسایی و پذیرش و تیز بودن، وقتی که درد من ذهنی می آید بالا و می خواهد فکرهای ما را بکار بگیرد ما فکرهای منفی بکنیم و اگر آدمهایی در اطراف ما هستند که حرفهایی می زنند ما را در موقعیت هایی قرار می دهند که من ذهنی ما را بالا بیاورند با آنها هم به توافق برسیم که وقتی به اینجاها می رسی تو یک





ذره مواظب باش، این حرفها این موقعیتها این رفتارها، فضای درد مرا می آورد بالا و اینها فکرهای من را بکار می گیرند و من فکرهای منفی می کنم بیا با هم همکاری بکنیم، تا من بتوانم وقتی دردهایم بالا بیاید بسیار تیز حاضر باشم. که وقتی تیز حاضر باشم هوشیار باشم، آن درد نمی تواند بالا بیاید دیگر، وقتی بالا می آید یک چیزی را هم می گذارد می رود یک مقدار از انرژی اش تبدیل می شود.

مشخصات تلویزیون گنج حضور  
**اروپا و خاورمیانه (از جمله ایران)**  
**ماهواره Hotbird**  
**Frequency: 11034**  
**Symbol Rate: 27500**  
**FEC: 3/4    Pol: Vertical**

مشخصات تلویزیون گنج حضور  
**(در آمریکای شمالی)**  
**ماهواره Galaxy 19**  
**Frequency: 12084**  
**Symbol Rate: 22000**  
**FEC: 3/4    Pol: Vertical**

فرکانس تلویزیون گنج حضور  
**خاورمیانه (از جمله ایران)**  
**ماهواره : Yahsat**  
**Frequency: 11766**  
**Symbol Rate: 27500**  
**FEC: 5/6    Pol: Vertical**

لینک متن کامل برنامه های گنج حضور در تلگرام

<https://t.me/ganjehozourProgramsText>