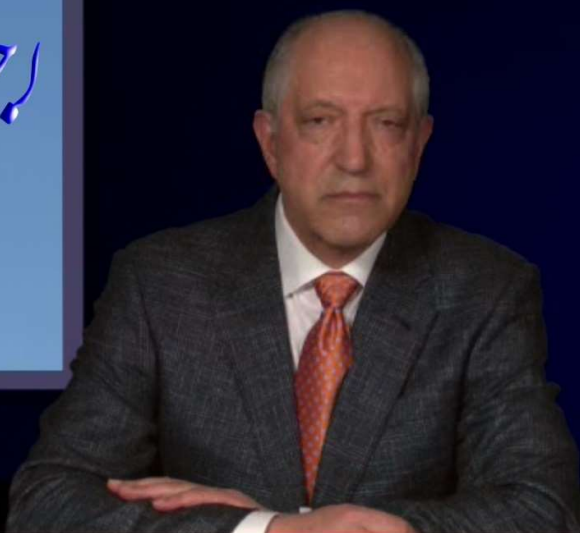


آن مہ کہ زید الیردر چہم نمر آید  
جان از مرۂ عشقش برکشہ نمر زید

مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۹۶

لہجہ: پرویز شہبازی

۱۴۰۰/۱۱/۲۰



کنجمنصور  
مشکر کامل برنامه ۹۰۴

PARVIZSHAHBAZI.COM



(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۹۶)

آن مه که ز پیدایی در چشم نمی آید  
جان از مزه عشقش بی گشن همی زاید

عقل از مزه بویش وز تابش آن رویش  
هم خیره همی خندد، هم دست همی خاید

هر صبح ز سیرانش، می باشم حیرانش  
تا جان نشود حیران، او روی بنماید

هر چیز که می بینی، در بی خبری بینی  
تا با خبری والله او پرده بنگشاید

دم همدم او نبود، جان محرم او نبود  
و اندیشه که این داند، او نیز نمی شاید

تن پرده بدوزیده، جان برده بسوزیده  
با این دو مخالف دل بر عشق بنساید

دو لشکر بیگانه تا هست در این خانه  
در چالش و در کوشش جز گرد بنفزاید

خواهی ببری جانی، بگریز به سلطانی  
در خدمت تریاکی تا زهر بنگزاید

در زیر درخت او، می ناز به بخت او  
تا جان پر از رحمت تا حشر بیاساید

از شاه صلاح الدین چون دیده شود حق بین  
دل رو به صلاح آرد، جان مشعله برباید



با سلام و احوال‌پرسی برنامه گنج حضور امروز را با غزل شماره ۵۹۶ از دیوان شمس مولانا شروع می‌کنم.

## آن مه که ز پیدایی در چشم نمی‌آید جان از مزه عشقش بی‌گشن همی‌زاید

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۹۶)

پیدایی: ظهور، آشکاری

گشن: بارور کردن، حامله کردن

«آن مه» یعنی خداوند، زندگی، هشیاری، هرچیزی که اسمش را می‌گذارید. پیدایی، یعنی آشکاری، از بس که آشکار است. «در چشم نمی‌آید» یعنی به وسیله چشم حسی، یعنی همین چشم و ذهن ما دیده نمی‌شود. منتها جان ما که در این جا من‌ذهنی هست، از مزه عشق او بدون این‌که علت ذهنی را فکر کنیم ما، یا علت ذهنی داشته باشد، جان ما یا من اصلی ما را می‌زاید.

«گشن» یعنی حامله کردن یا حامله شدن و در این جا منظور از حاملگی یعنی اولاً که علت ذهنی نمی‌توانیم پیدا کنیم که انسان به مسیح یا به بی‌نهایت خدا که انسان به روی ذات خودش زنده بشود و عمق بی‌نهایت پیدا کند حامله است. و اشاره‌ای می‌کند به تمثیل مریم و مسیح، این‌که مریم حامله هست به علت این نیست که کسی به اصطلاح با او خوابیده، او را حامله کرده.

بنابراین حاملگی ما هم به عنوان من‌ذهنی که حامله به هشیاری هست که از آن باید زاده بشود، براساس علت‌های بیرونی نیست، این طوری نیست که دنیا ما را حامله کرده یا یک علت ذهنی ما را حامله کرده. پس می‌بینید که مولانا باز هم در این بیت مسئله انسان را مطرح می‌کند. مسئله‌اش این است که انسان نمی‌داند که در من‌ذهنی‌اش حامله به مسیح است، یعنی بی‌نهایت و ابدیت خداست، در واقع اصل وجود ما جذب ذهن شده و در من‌ذهنی است.

بنابراین جان یعنی من‌ذهنی درحالی‌که از مزه عشق او می‌چشد، باید بزاید. این خودش نشان می‌دهد که عوامل بیرونی، آن چیزی که ذهن ما نشان می‌دهد، نمی‌تواند ما را بزایاند.



شکل ۰ (دایره عدم اولیه)



شکل ۱ (دایره همانندگی‌ها)



شکل ۲ (دایره عدم)

پس بنابراین تمثیلش این است امروز، همین‌طور که در این شکل‌ها [شکل ۰ (دایره عدم اولیه)] دیده می‌شود، انسان به‌صورت هشیاری بی‌فرم وارد این جهان می‌شود، هشیاری بی‌فرم که همان «مه» است، درواقع ما امتداد خدا هستیم و این پیداست در صورتی‌که ما با چشم حسی نگاه نکنیم و نخواهیم به‌وسیله ذهنمان تصویری از اصلمان یا خداوند داشته باشیم.

«پیدایی» یعنی آشکار است، فقط چون ما خداوند را به‌صورت جسم می‌خواهیم ببینیم، نمی‌توانیم ببینیم. پس بنابراین ما به‌صورت هشیاری بی‌فرم وارد این جهان می‌شویم [شکل ۰ (دایره عدم اولیه)] و به چشم نمی‌آییم، به‌وسیله چشم دیده نمی‌شویم. مرکز ما عدم است و چهار تا خاصیت عقل و حس امنیت و هدایت و قدرت را از عدم می‌گیریم و می‌آییم چیزی تشکیل می‌دهیم که این‌جا [شکل ۱ (دایره همانندگی‌ها)] اسمش «جان» است.



جان در دو معنی هست در همه جای مولانا. یکی جان ذهنی هست، یعنی من‌ذهنی هست، این را می‌گویند جان، جان اصلی ما را هم که بعد از زاییده شدن به زندگی زنده می‌شویم، یعنی جان زنده زندگی ما را هم خیلی موقع‌ها جان می‌گویند. شما با زمینه باید ببینید که منظورش از جان چه هست.

پس بنابراین وقتی وارد این جهان می‌شویم، این چیزهای مهم به لحاظ جامعه را که برای بقای ما لازم است، مثل پول، مثل اعضای خانواده، مثل نقش‌ها، هرچیزی که در این شکل [شکل ۱ (دایره همانیدگی‌ها)] نوشته شده، مثل روش‌های کار، باورهای مذهبی، سیاسی، شخصی، باور به طور کلی، هرچیزی که به ذهن می‌آید و مهم است، این‌ها را ما تجسم می‌کنیم و ما به‌عنوان همین امتداد «ماه» یا زندگی به آن‌ها حس هويت تزریق می‌کنیم و اصطلاحاً این تزریق حس هويت را می‌گوییم «همانیدن».

همانیدن یعنی عین خود را درست کردن، منتها به وسیله فکر، همین که حس هويت یا حس وجود تزریق می‌کنیم به صورت فکری این چیزها، آن‌ها می‌شوند مرکز ما، بنابراین مرکز ما از عدم [شکل ۰ (دایره عدم اولیه)] تبدیل می‌شود به جسم [شکل ۱ (دایره همانیدگی‌ها)] و چون آن‌ها عینک دید ما می‌شوند، ما پس از این همه چیز را برحسب هشیاری جسمی یا جسم می‌بینیم. بنابراین ما «جسم‌بین» می‌شویم.

وقتی جسم‌بین می‌شویم، وقتی برمی‌گردیم اصل خودمان را ببینیم، نمی‌توانیم ببینیم، آن را هم می‌خواهیم جسم ببینیم و آن جسم نیست. با عینک جسم یا هشیاری جسمی خداوند یا اصل ما که ما امتدادش هستیم، یعنی اصل ما امتداد آن است، دیده نمی‌شود.

بعد «آن مه که ز پیدایی» می‌گوید این طوری نیست که او پیدا نیست، منتها ما با عینک بد می‌بینیم، عینک جسمی می‌بینیم. پس از این، این همانیدگی‌های ما می‌شوند مرکز ما و ما عقل، حس امنیت، هدایت و قدرت را از آن‌ها می‌گیریم. و در نتیجه چون این‌ها همه آفل هستند، هرچیزی که ما با ذهنمان تجسم می‌توانیم بکنیم، آفل هستند، این خاصیت‌ها را هم که ما از آن‌ها می‌گیریم مثل عقل، حس امنیت و هدایت و قدرت، آفل هستند، یعنی گذرا هستند و ناپایدار.

در نتیجه به ما مثلاً حس امنیت ریشه‌دار نمی‌دهند. ما از پولمان نمی‌توانیم حس امنیت خوبی بگیریم که پایدار باشد یا اگر با چیزهای دیگر مثل چیزهای این‌جهانی یا آدم‌های دیگر همانیده هستیم، آن‌ها هم چون تغییر می‌کنند ما می‌ترسیم. شما این موضوع را تجربه کرده‌اید.

ولی همین همانیدن با چیزها، هشیاری جسمی، یک تصویر ذهنی چرخان و پویا به وجود می‌آورد که اسمش من‌ذهنی است. در این بیت «جان» هست. می‌گویند جان خودبه‌خود نمی‌زاید بلکه باید از عشق مزه‌ای بچشد.



حالا چجوری دوباره ما به زندگی دست پیدا می‌کنیم، این کار گفتیم بارها از طریق فضاگشایی در اطراف اتفاق این لحظه هست، یا عملی است که اسمش را تسلیم می‌گذاریم که در این شکل [شکل ۲ (دایره عدم)] دیده می‌شود.

تسلیم یعنی پذیرش اتفاق این لحظه قبل از قضاوت و رفتن به ذهن که دوباره مرکز ما را عدم می‌کند و چیزها را از مرکز ما به اصطلاح به کنار، به حاشیه می‌راند، مرکز ما دوباره عدم می‌شود.

عدم شدن مرکز ما یعنی تجربه وحدت یا یکی شدن با اصلمان یا خداوند، اسمش را هرچه می‌خواهید بگذارید، یعنی دوباره هشیارانه اصلمان می‌شویم [شکل ۰ (دایره عدم اولیه)] همان چیزی که به صورت آن آمده بودیم و از دست دادیم. الان دوباره با عدم کردن مرکز آن حالت اولیه پیش می‌آید [شکل ۲ (دایره عدم)] منتها هشیارانه، الان دیگر هشیار هستیم. در نتیجه به محض فضاگشایی جان ما که همان من‌ذهنی است، مزه‌ای یا تابشی از عشق می‌چشد و همین تابش است که ما را از درون این [شکل ۱ (دایره همانیدگی‌ها)] درمی‌آورد. در واقع ما درون این من‌ذهنی هستیم الان.

«جان از مزه عشقش بی‌گشن همی‌زاید»

بدون حاملگی، بدون علت، شما بگویید بدون علت، یعنی در واقع هشیاری جسمی برقرار کردن علت و معلول ذهنی است، علت و معلول ذهنی است، که ما در جهان بیرون برای بقا و زندگی به آن احتیاج داریم و در مثنوی قبلاً خواندیم که

**تو ز طفلی چون سبب‌ها دیده‌یی**

**در سبب، از جهل بر چفسیده‌یی**

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۳)

**با سبب‌ها از مسبب غافلِی**

**سوی این روپوش‌ها ز آن مایلی**

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۴)

پس برقرار کردن علت و معلول‌های ذهنی از ابتدا یاد گرفته می‌شود. مثلاً طفل وقتی گرسنه می‌شود، شروع می‌کند به گریه کردن. می‌بینید که توجه مادرش جلب شد آمد، فرض کن که شیشه شیر را برداشت می‌خواهد به او شیر بدهد و اگر سرش مشغول بشود مثلاً تلفن زنگ بزند، دوباره گریه می‌کند. می‌بیند وقتی گریه می‌کند آن کار را مادرش گذاشت کنار و شروع کرد به دوباره شیر درست کردن.



اگر یک دفعه در زنگ بزند و بخواهد برود در را باز کند، آنجا با یکی حرف بزند، دوباره گریه می‌کند. خلاصه متوجه می‌شود که گریه کردن منجر به شیر می‌شود، این علت و معلول است، پس بنابراین بخواهد توجه مادرش و تأیید مادرش را جلب کند یا شیر به دست بیاورد، یا مثلاً خیس کرده، پوشکش عوض بشود گریه می‌کند، سروصدا می‌کند، می‌بینید سروصدا علت است و توجه آن چیزها که می‌آید معلول هستند. ما از ابتدا اینها را یاد می‌گیریم و شرطی می‌شویم.

شرطی شدن هم ما یاد می‌گیریم که کی این کار را بکنیم. اگر با عوامل دیگری باید همراه باشد، آن رفتاری که انجام می‌دهیم به عنوان علت یا چیزی را به دست بیاوریم، با آن زمانها و با آن مکانها و با آن عوامل همراه می‌کنیم.

مثلاً می‌بینیم گریه می‌کنیم، بلکه آن چیزی که می‌خواهیم به ما می‌دهند، ولی یک دفعه می‌بینیم که گریه هم که می‌کنیم به پدرمان می‌گوییم فلان چیز را بخر، به جای خریدن عصبانی می‌شود، نمی‌خرد و متوجه می‌شویم که گریه در این جا کار نمی‌کند.

یا وقتی پدرمان می‌آید از کار، خانه و خسته است و گرسنه است، می‌گوییم بابا بیست دلار به من بده، می‌بینیم خشمگین می‌شود بیست دلار را نمی‌دهد. ولی وقتی غذا می‌خورد حالش خوب می‌شود، اخلاش خوب می‌شود، می‌خندد، می‌گوییم بیست دلار بده، به جای بیست دلار، سی دلار می‌دهد. بنابراین ما صبر می‌کنیم تا پدرمان غذا بخورد. این حرف‌هایی که می‌زنیم، خواستن ما، طلب ما، علت است و شرطی می‌شویم که چه زمان‌هایی باید این رفتار را انجام بدهیم.

به طور کلی فضای ذهن شرطی شده است. شرطی شدن هم یا هشیاری جسمی هم یعنی به هم ربط دادن علت و معلولها، ما استاد می‌شویم در این کار علت و معلول، پس هشیاری جسمی همین است. منتها علت و معلولهای ذهنی در مورد زنده شدن به خدا کار نمی‌کند. شرطی شدگی فقط در فضای ذهن است که جسمها را می‌بیند.

اگر شما بگویید که من چه عاملی به کار ببرم که این فضا باز بشود، بروم عبادت کنم، نمی‌دانم پرهیز کنم، این کار را بکنم، آن کار را بکنم، اینها را که ذهن نشان می‌دهد، اینها کار نمی‌کنند. دارم کلمه «بی‌گش» را توضیح می‌دهم و این که گفت «تو ز طفلی چون سببها دیده‌ای» که الآن همین توضیح دادم از طفلی چجوری دیده‌ایم.

از طفلی تمام یاد گرفته‌ایم که چکار کنیم آن چیزی که می‌خواهیم بگیریم و در آن هم استاد شده‌ایم. بنابراین می‌گوید «در سبب از جهل برچسبیده‌ای» یعنی چسبیده‌ای به سبب، بنابراین «با سببها از مسبب غافل».



در این جا مُسَبِّبِ خود زندگی است. خود زندگی ما را می‌زایاند و آن را به صورت عشق می‌آورد. یعنی باید ما مجدداً مرکزمان را عدم کنیم و خود زندگی، خود خداوند، ما را از این من‌ذهنی بزایاند [شکل ۲ (دایره عدم)].

بعد می‌گوید «سوی این روپوش‌ها» روپوش‌ها همین علت و معلول‌ها هستند، به این دلیل مایل هستیم. برای این‌که هر چیزی را از طریق علت‌های ذهنی ما گرفته‌ایم. بالاخره راهش را پیدا کرده‌ایم، اگر یک بار، دو بار کار نکرده، پیدا کرده‌ایم چه چیزی، چه موقعی، چه حالتی کار می‌کند، درست در آن حالت به کار می‌بریم، می‌گیریم. فکر می‌کنیم که خداوند هم همین‌طور است. یک کلکی می‌زنیم خلاصه، ما را از ذهن می‌زایاند. ولی این کار بی‌گش و بی‌علت و بی‌سبب است. فقط باید فضا را باز کنی، مرکز را عدم کنی، صبر کنی تا ما به این حالت [شکل ۰ (دایره عدم اولیه)] برسیم که هیچ همانندگی‌ای در مرکز ما نماند.

بارها گفتیم منظور از آمدن ما به این جهان این است که هیچ همانندگی‌ای در مرکز ما نباشد، دوباره هشیارانه به زندگی زنده بشویم، یعنی یک بار دیگر بگویم زاییده بشویم از این من‌ذهنی [شکل ۱ (دایره همانندگی‌ها)].

زاییده شدن که معمولاً زایش دوم نامیده می‌شود، یعنی یک بار از شکم مادرمان می‌آییم بیرون، یک بار هم از شکم من‌ذهنی، این بی‌علت است. به علت‌های ذهنی نگاه نکنیم.

حالا توجه می‌کنید این‌جا مولانا یک مانع بزرگی را به ما نشان می‌دهد. همه کارهای عرفانی ما، معنوی ما، با علت است، ذهن تعیین می‌کند، بنابراین همه‌اش بی‌اثر است. ما می‌دانیم چکار کنیم، تا زمانی که می‌دانیم چکار کنیم مرکز ما عدم نیست. اگر ندانیم چکار باید بکنیم، در مورد زنده شدن به زندگی دارم می‌گویم، نه در تجارت بیرون، شما می‌گویید آقا آدم نداند چجوری تجارت کند؟ راست می‌گویید.

پس این روزها من از شما خواهش کردم که چراغ‌هایی روشن کنید ما بفهمیم که چه اشتباهاتی ما می‌کنیم که به بی‌نهایت و ابدیت خداوند زنده نمی‌شویم و به منظورمان نمی‌رسیم [شکل ۰ (دایره عدم اولیه)] و امیدوارم که شما به وسیله حتی ذهنتان یک طرحی درست کنید و برای توضیح بیشتر و ارائه یک طرح، من ابیاتی از مثنوی برایتان می‌خوانم امروز سریع.

مولانا این زاییده شدن را تشبیه می‌کند به این‌که یک آفتابی از درون یک ذره می‌آید بیرون [شکل ۰ (دایره عدم اولیه)], یعنی این زاییده شدنی که این‌جا می‌گوییم «جان از مزه عشقش بی‌گش همی‌زاید» وقتی ما از داخل من‌ذهنی زاییده می‌شویم، به صورت آفتاب می‌آییم بیرون. این‌قدر این بزرگ و درخشان است که می‌گوید تمام زمین و آسمان‌ها و کهکشان‌ها در برابر ما کوچک است. پس می‌گوید:





## آفتابی در یکی ذره نهان ناگهان آن ذره بگشاید دهان (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۵۸۰)

یعنی یک آفتابی هستیم ما داخل من‌ذهنی نهان، «ناگهان آن ذره بگشاید دهان» دهانش را باز می‌کند.

## ذره ذره گردد افلاک و زمین پیش آن خورشید، چون جست از گمین (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۵۸۱)

بنابراین تمام افلاک، کهکشان‌ها و حتی زمین خودمان پیش آن خورشید یعنی اصل ما که از این مرکز باز شده [شکل ۲ (دایره عدم)] متولد می‌شود [شکل ۰ (دایره عدم اولیه)]، کوچک، یک ذره می‌شود. وقتی که این خورشید، یعنی ما به صورت خورشید از مرکزمان طلوع کردیم، این قدر این فضا باز است که همه چیز در برابر آن کوچک است. بعد مولانا می‌گوید:

## این چنین جانی چه در خورد تن است؟ هین بشو ای تن از این جان هردو دست (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۵۸۲)

## ای تن گشته وثاق جان، بس است چند تاند بحر در مشکی نشست؟ (مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۵۸۳)

پس مولانا می‌گوید که ما یک جانی داریم که اگر از من‌ذهنی متولد بشود، این بی‌نهایت می‌شود، یک آفتاب بی‌نهایت بزرگ درخشان است. می‌گوید «این چنین جان»، این جان دیگر جان اصلی است - وقتی «تن» را می‌آورد - چه شایسته من‌ذهنی است، و به من‌ذهنی می‌گوید که دو دستت را از این بشوی، منتها من‌ذهنی دو دستش را موقعی می‌شوید که امروز فهمیدیم ارتعاشی از عشق ببیند. با زور و استدلال و می‌دانم و عوامل ذهنی نه. عوامل ذهنی ما را در ذهن نگه می‌دارد.

بعد می‌گوید که «ای تن گشته وثاق جان» وثاق یعنی اتاق. یعنی ای ذهن یا من‌ذهنی که اتاقی هستی که جان ما آن جاست، «بس است» یعنی به ما به عنوان من‌ذهنی می‌گوید که جانی به اندازه خورشید را آنجا نگه ندار، برای این که این به اندازه دریاست، دریا را در یک مشک چقدر باید نگه می‌داری، چقدر می‌شود نگه داشت؟



یعنی این خورشید از درون ما می‌خواهد بیدار بشود طلوع کند، ما نمی‌گذاریم در نتیجه زیر درد می‌رویم. چقدر می‌خواهی این درد را ادامه بدهی؟ پس این بیت هم توجه کنید می‌گوید:

## هر کسی در عجبی و عجب من اینست کاو نگنجد به میان، چون به میان می‌آید؟ (مولوی، دیوان شمس، غزل ۸۰۶)

پس مولانا می‌گوید که هرکسی از یک چیزی تعجب می‌کند، من از این تعجب می‌کنم که چجوری بی‌نهایت خدا در این ذهن به این کوچکی جا شده، «کو نگنجد به میان» آن چیزی که در میان نمی‌گنجد، هیچ‌جا جا نمی‌شود یعنی، چجوری آمده در جا، جا شده؟! یعنی در فکرهای ما رفته جذب شده. ما به‌عنوان من اصلی جذب ذهن‌ها شدیم، از آن‌جا بیاییم بیرون بی‌نهایت می‌شویم، و بی‌نهایتی که مثل خورشید تابان است. می‌گوید که این مثل دریاست، در مَشکی کوچکی به‌عنوان ذهن جا شده، من از این تعجب می‌کنم.

پس فهمیدیم «بی‌گشَن همی زاید» ما باید از مرکزمان به‌صورت خورشید طلوع کنیم بیاییم بالا و الآن به‌صورت بی‌نهایت در ذهنمان جا شدیم و خداوند باید ما را از آن‌جا بزیانند. اما ابیاتی می‌خوانم، امیدوارم که شما با همین ابیات یک طرحی درست کنید.

پس از این‌جا شروع شد که من‌ذهنی ما حامله به مسیح است. یعنی مسیح هم نماد قائم شدن زندگی روی زندگی در انسان است. یعنی آن هشیاری حضور و نظر می‌تواند در انسان روی خودش قائم بشود و متکی به جهان نباشد. لزومی ندارد ما با عینک همانندگی‌ها ببینیم.

و مولانا می‌گوید که همین‌طوری که ما ادامه می‌دهیم، بی‌مراد می‌شویم، به هدف نمی‌رسیم و بی‌مراد شدن دوجور است. یکی این‌که ما هرکاری می‌کنیم، که با علل ذهنی که امروز توضیح دادم از من‌ذهنی زاییده بشویم، می‌بینیم نمی‌شود.

این اسمش بی‌مرادی به‌لحاظ معنوی‌ست. بی‌مرادی مادی در بیرون هم هست، در بیرون هم می‌بینیم که ما به آن چیزهایی که می‌خواهیم نمی‌رسیم. پس بی‌مرادی مادی و معنوی نصیب ما شده‌است.

بی‌مرادی یعنی به‌خواسته نرسیدن، ما چه می‌خواهیم؟ ما می‌خواهیم فضای درون باز بشود، انعکاسش در بیرون نیک بشود، این اثر بگذارد روی روابط ما، آن چیزی که تولید می‌کنیم و بدن ما مثلاً سالم بشود، همه‌چیز بیرون ما سالم بشود و پیشرفت کند. نه بیرونی پیشرفت می‌کند نه درونی، این بی‌مرادی است.



می‌گوید ولی بی‌مرادی برای یک کاری است. بی‌مرادی این است که زندگی می‌گوید به من توجه کن، من هستم که دارم کار می‌کنم نه تو با من ذهنی، تو با من ذهنی کارهای نیستی. پس بی‌مرادی قلاووزِ بهشت است یعنی راهنمای بهشت است.

هر موقع شما به نتیجه نمی‌رسید باید بگویید که من دارم با من ذهنی براساس علت و معلول ذهنی که خودم برقرار کردم براساس فکر خودم، دارم کار می‌کنم، این به نتیجه نمی‌رسد.

## بی‌مرادی شد قلاووزِ بهشت حُفَّتِ الْجَنَّةُ سَنُوَ اِیْ خَوْشِ سِرِشْتِ (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

قلاووز: پیشرو، راهنما

در نتیجه می‌گوید: «حُفَّتِ الْجَنَّةُ سَنُوَ اِیْ خَوْشِ سِرِشْتِ»، ای کسی که سرشتت خوب است، برای این‌که سرشت ما خداگونه است، تو این حدیث را بشنو می‌گوید که  
«حُفَّتِ الْجَنَّةُ بِالْمَكَارِهِ، وَ حُفَّتِ النَّارُ بِالشَّهَوَاتِ.»  
«بهشت در چیزهای ناخوشایند پوشیده شده و دوزخ در شهوات.»

(حدیث)

یعنی تو خوست نمی‌آید که ناموفق بشوی، مگر ما خوشمان می‌آید؟ نه، هر موقع به یک چیزی که می‌خواهیم نمی‌رسیم ناراحت می‌شویم. می‌گوید این ناراحتی برای این است که بفهمی یک عامل دیگری به نام فضاگشایی و عشق یا زندگی یا خداوند در تو باید کار کند که خردش را بریزد به فکر و عملت که نمی‌ریزد به همین دلیل تو ناموفق هستی.

یعنی عدم را در مرکزت نمی‌آوری، نمی‌گذاری عشق کار کند، پیغام این است ولی این کار سخت است، چرا؟ عادت کردی که به وسیله روابط علت و معلولی که بلد هستی و می‌گویی که من بلد هستم، با آن کار کنی.

اصلاً این قضیه که ما قبول کنیم بلد نیستیم کار سختی است. بیشتر مشکلات ما این است که ما می‌گوییم «من می‌دانم» و این قسمتی از من ذهنی کمال یافته ماست.

این که می‌گوید:



## علتی بتر ز پندار کمال نیست اندر جان تو ای دُودلال (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴)

به همین دلیل است که قسمتی از این پندار کمال ما، یعنی ما یک من ذهنی درست کرده‌ایم که همه چیزش کامل است و تقریباً در هر گوشه‌اش یک تابلویی هست خیلی روشن «من می‌دانم»، خیلی‌ها به این برنامه گوش نمی‌دهند یا گوش می‌دهند می‌گویند می‌دانم چه می‌گوید. نه نمی‌دانی.

ها! این مولانا این چیزها را می‌گوید ما که می‌دانیم، این‌ها را که می‌دانیم. ما الآن بیشتر از این‌ها می‌دانیم. اصلاً پذیرفتن این‌که نمی‌دانم در واقع ناخوشایند است. بنابراین بهشت در این است که ما بپذیریم نقص داریم.

اصلاً شما پرسید چرا موفق نمی‌شوم؟ چرا زندگی من درست نمی‌شود؟ جواب بدهید. جوابش این نیست که بگویید که آقا معلوم است فلانی نمی‌گذارد دیگر، همسر نمی‌گذارد، مردم نمی‌گذارند، نمی‌دانم فلانی نمی‌گذارد، پدر و مادر این‌طوری کردند، جای بدی کار می‌کنم، جای بدی زندگی می‌کنم، این‌ها نیستند، که الآن صحبت می‌کنیم.

پس بنابراین بی‌مرادی قلاووز بهشت است و فشار می‌آورد که باید مرکز را عدم کنی، عشق را یا خداوند یا زندگی را بیاوری به مرکزت پس ما ناامید می‌شویم، اما نباید ناامید بشویم به‌جای ناامیدی باید آن را بیاوریم مرکزمان، فضاگشایی کنیم، سخت است همین الآن گفتیم بله سخت است و آن موقع می‌گوید که دوزخ که همان من‌ذهنی است در چیزهایی است که خیلی آسان است.

مثلاً ما امروز هم صحبت خواهیم کرد، پرهیز از چیزهایی که ذهن عادت کرده به آن توجه کند سخت است، سخت است ولی بدون پرهیز ما نمی‌توانیم موفق بشویم در هیچ کاری حتی در بدن‌سازی.

یک کسی باید پرهیز کند از خوردن زیاد و گرنه نمی‌تواند بدنش را درست کند این یکی هم همین‌طور است. بدن اصلی را که حضور است نمی‌شود درست کرد مگر این‌که - امروز خواهیم دید- ما بتوانیم پرهیز کنیم.

پس وقتی نا امید می‌شویم، نمی‌توانیم، در این صورت این شعر را باید بخوانیم:

ناامیدی‌ها به پیش او نهد

تا ز درد بی‌دوا بیرون جهید

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۳۸۷)



نامیدی را باید بگذاریم پیش او، چه جوری؟ با فضاگشایی و عدم کردن مرکز تا از این من ذهنی که درد بی‌دواست، چون دوایش پیش ایشان است، در بیرون نیست، با نصیحت درست نمی‌شود، بیرون بجهیم، این هم از این که بی‌مراد می‌شویم و ناامید می‌شویم، پس ناامید نباید بشویم.

و درواقع چهارتا بیت داریم ما، اساس کار است. من امیدوارم شما این‌ها را حفظ کنید و معنی‌اش را بفهمید نگوئید می‌دانم. ببینید که این دو بیت و دو بیت بعدی که اساس کار است، چه هست.

می‌گوید:

## یار در آخر زمان کرد طرب‌سازی باطن او جدّ جدّ، ظاهر او بازی

جمله عشاق را یار بدین علم کُشت  
تا نکند هان و هان، جهل تو طنّازی  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۱۳)

خیلی چیزها را در این دو بیت مولانا می‌گوید. اولاً که آخر زمان است یعنی من ذهنی که در زمان روان‌شناختی کار می‌کند، آن برای انسان تمام شده است. وقتی مرکز عدم می‌شود انسان به وحدت هشیارانه مجدد با زندگی می‌رسد - که از دست داده بود- آخر زمان روان‌شناختی است. پس در آخر زمان، یعنی برای انسان، زمان به آخر رسیده باید در این لحظه ابدی مستقر بشود تکان نخورد که طربش شروع بشود، شادی‌اش شروع بشود، شادی بی‌سببش.

بنابراین این فضای گشوده شده که باطن است، این جدّ جدّ است خیلی مهم است، این مهم است و آن چیزی هم که ذهن نشان می‌دهد، این بازی است. هر چیزی که ذهن ما نشان می‌دهد ما این قدر واکنش نشان می‌دهیم، این بازی خداوند است.

می‌گوید اگر عاشقی کشته شده نسبت به من ذهنی، از این طریق کشته شده و جمله را درواقع با بیت اول هماهنگ می‌کند، می‌گوید:

«جمله عشاق را یار بدین علم کُشت»

یعنی یار، عاشقان را نسبت به من ذهنی کشته، یار کشته، یار نماد خداوند یا زندگی‌ست.



تا مبدا این جهل یعنی من‌ذهنی تو شروع کند به طنازی، عشوه‌گری و تو عشوه‌اش را بخری. یعنی مبدا تو بروی به روابط علت و معلولی ذهن، مبدا آن چیزی را که الآن ذهنت نشان می‌دهد به آن واکنش نشان بدهی یا در برابرش مقاومت کنی از جنس آن بشوی و قربانی آن بشوی، مبدا قربانی اتفاقات بشوی، به اتفاقات توجه کنی و به به‌وجود آورنده اتفاق که مسبب اصلی است، یار است، توجه نکنی.

«تا نکند هان و هان، جهل تو طنازی»

عشوه من‌ذهنی را نخر، اگر عشوه من‌ذهنی را نخری به رابطه علت و معلولی‌اش توجه نمی‌کنی و همین‌طور که مربوط به «علت و دام» است این دو بیت است، توجه کنید.

علت و معلول ذهنی و می‌دانم ما، ما را به دام ذهن می‌کشد و شما باید این را بدانید در این لحظه که اگر آمدید به این لحظه و ساکن شدید، نروید دوباره به زمان روان‌شناختی، به دام، و این دو بیت این است:

**اگر نه عشق شمس‌الدین بُدی در روز و شب ما را،**

**فراغت‌ها کجا بودی ز دام و از سبب ما را؟!**

**بُت شهوت برآوردی، دَمار از ما ز تابِ خود،**

**اگر از تابش عشقش، نبودی تاب و تب، ما را**

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۱)

می‌گوید که عشق شمس‌الدین، عشق شمس‌الدین یعنی عشق خداوند یعنی این لحظه مرکز را عدم کردیم با او یکی شدیم. در ضمن شمس‌الدین از جنس هشیاری قائم‌به‌ذات است و ما هم این استعداد را داریم، درست است که آمدیم همان‌جایی شدیم، این استعداد و قابلیت را داریم که هر لحظه روی پای اصلی‌مان بایستیم یعنی قیامت‌مان بشود.

قیامت اصلاً قیام‌کردن و روی پای خود ایستادن است. توجه می‌کنید؟ بلند بشویم روی پای اصلی‌مان که زندگی است، خداوند است نه من‌ذهنی. می‌گوید اگر عشق این، همین هشیاری قائم‌به‌ذات نبود، در هر لحظه، روز و شب، همیشه، در این صورت آسایش برای ما از «دام و سبب» کجا بود؟

یعنی توجه که به سبب می‌کنید، آن‌که ذهن نشان می‌دهد این سبب این می‌شود، نمی‌شود در معنویت. شما می‌گویید این کار را می‌کنم زنده می‌شوم به زندگی! هم‌چون چیزی نیست. این کار را می‌کنی به دام ذهن می‌افتی. دام یعنی این‌که شما از این علت بروی به این معلول، آن معلول را علت قرار بدهی به یک معلول دیگر.



مثل آن بچه، بچه می‌گوید گریه می‌کنم شیر می‌گیرم، الان گریه می‌کنم چون خیس کردم می‌آیند من را عوض می‌کنند، شیر را که گرفتم دوباره گریه می‌کنم، مامانم می‌گوید تو چه می‌خواهی؟ بالاخره حدس می‌زند باید مرا بغل کند، به من نگاه کند، عشق بدهد تا من شیرم را بخورم.

پس بنابراین، این علت‌های ذهنی که در بچگی یاد گرفتم این‌جا کار نمی‌کند دیگر. اگر آن را به‌کار ببرم، در این صورت می‌افتم به دامِ ذهن، ما هم در دامِ ذهن هستیم دیگر.

می‌گوید اگر عشق شمس‌الدین نبود، یعنی فضاگشایی نبود و زنده شدن به ذات خود نبود، یعنی امکان برگشت و زنده شدن به خداوند نبود، در این صورت این بُتِ منِ ذهنی که بُتِ شهوت است، توجه کنید این از طریق همانندگی و جذبِ شیره از چیزهای بیرونی، زنده است این منِ ذهنی. یک ذره بیشتر همیشه می‌خواهد، یک ذره بیشتر، این حرص است. بعد آن موقع شهوت یعنی کشیدنِ شیره از این جهان، بُتِ شهوت یعنی بتی که از جهان شیره می‌کشد، در این صورت دمار از روزگار ما برمی‌آورد. اگر از تابشِ عشق او، یعنی یکی شدن با او، گرما و خرد به کمک ما نمی‌آید، «اگر از تابشِ عشقش، نبودی تاب و تب، ما را»، یعنی تابشِ خرد، تابشِ عقل و گرمای عشق اگر نبود، در این صورت بُتِ شهوت دمار از روزگار ما درمی‌آورد.

پس این دو بیت به ما نشان می‌دهد چجوری به سبب‌ها نجسیم، یعنی سبب در این لحظه آن چیزی است که ذهن نشان می‌دهد. فضای گشوده‌شده، آزادی است. همین که توجه کنی و عمل کنی به آن چیزی که ذهن نشان می‌دهد که با آن هماننده هستی، می‌افتی به دامِ ذهن، و بُتِ شهوت آن موقع دمار از روزگار درمی‌آورد و تابوتِ عشق را، یعنی خرد زندگی و گرمای عشق را نمی‌توانی به‌دست بیاوری. و امروز گفت از این تابوتِ عشق است که ما از منِ ذهنی زاییده می‌شویم. پس متوجه می‌شویم که چرا ما موقّق نمی‌شویم.

و اگر ما این چیزها را فهمیدیم، می‌دانیم که این فضا باید باز بشود دیگر. پس بنابراین پرده‌های همانندگی باید سوزیده بشود.

## پرده‌های دیده را داروی صبر هم بسوزد، هم بسازد شرح صدر (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۷)

شرحِ صدر یعنی فضای درون را باز کردن. پس جلوی چشمانِ عدمِ ما پرده‌های همانندگی هست، منتها باید صبر کنیم، وقتی مرکز را عدم کردیم باید صبر کنیم، فضاگشایی کنیم تا پرده‌های همانندگی را زندگی بسوزاند و سینه ما را، درون ما را باز کند. شما اگر بی‌صبر هستید باید توجه کنید، صبر کنید، باید صبر کنید.



پس زندگی یا خداوند فضای درون را شروع می‌کند به باز کردن، در این میان یک عده‌ای عاقل هستند. آیا آن‌هایی که به من‌ذهنی چسبیده‌اند، در این لحظه هشیاری جسمی دارند، این‌ها می‌توانند دربروند؟ هر کاری می‌خواهند بکنند؟ می‌گویند نه.

پس دو جور آدم هست، یکی عاقلان هستند. می‌گویند این‌ها بندگانِ بندی‌اند.

**عاقلانش، بندگانِ بندی‌اند**

**عاشقانش، شکرّی و قندی‌اند**

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۷۱)

**اِتِّیا كَرِّها مَهَارِ عاقلان**

**اِتِّیا طَوْعاً بهارِ بی‌دلان**

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۷۲)

«از روی کراهت و بی‌میلی بیایید، افسارِ عاقلان است، اما از روی رضا و خرسندی بیایید، بهارِ عاشقان است.»

آیا کسی هست در این جهان باشد و از این قاعدهٔ تکامل پیروی نکند، بگوید من می‌خواهم این‌طوری زندگی کنم؟ نه. همه باید این راه را بروند. منتهی دو جور آدم داریم، یکی عاقل است، یکی عاشق است.

عاشق، کسی است که مرتب فضاگشایی می‌کند همکاری می‌کند با زندگی، بنابراین این لحظه شکرّی و قندی است.

اما عاقل می‌گوید نه، می‌خواهم بروم به طرف جهان، از علت‌های ذهنی استفاده کنم. این‌ها را زندگی می‌گذارد بروند؟ می‌گویند نه. این‌ها را یک بندی بسته به این‌ها، در تور انداخته، این‌ها را می‌کشد، این‌ها زیاد نمی‌توانند بروند، این‌ها را به زور می‌آورد. عاشقان خودشان به راحتی می‌روند.

پس شما ببینید که شما عاقل هستید، به زور و کُتک و دردِ من‌ذهنی باید بروید؟ یعنی اشتباه کنید، مسئله درست کنید، مانع درست کنید، دشمن درست کنید و به نتیجه نرسید، درد بکشید، بعد مجبور بشوید به سمت زندگی بروید؟ زاییده بشوید؟ یا نه، همکاری می‌کنید، الآن قبول می‌کنید که فضا را باز کنید، مرکز را عدم کنید، زندگی به شما کمک کند، هر لحظه از شادی بی‌سبب نصیب می‌برید، بنابراین شکرّی و قندی هستید، همیشه شاد هستید و آرامش دارید، آن چهارتا خاصیت را می‌گیرید.

بعد یک چیز جالبی می‌گوید که از قرآن می‌آورد. می‌گوید که خداوند فضای درون انسان‌ها را می‌خواهد باز کند و یک عده‌ای باز می‌کنند، همان کسانی که شکرّی و قندی‌اند، می‌گویند ما می‌آییم. یک عده‌ای مقاومت می‌کنند،





این‌ها با کراهِت و بی‌میلی و به زور می‌روند. پس از این آیه قرآن این‌طوری استفاده می‌کند و معنی این بیت این است: «از روی کراهِت و بی‌میلی بیایید، افسارِ عاقلان است، اما از روی رضا و خرسندی بیایید، بهارِ عاشقان است.»

اِنْتِیَا كَرَهًا مَهَارِ عَاقِلَانَ

اِنْتِیَا طَوْعًا بِهَارِ بِي دِلَانَ

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۷۲)

پس بنابراین عاقلان یک مهاری دارند که این‌ها مثل افسار نمی‌توانند زیاد دور بروند و در ذهن اسیر هستند. اما آن‌هایی که با اطاعت می‌روند و می‌گذارند فضای درونشان باز شود، به بهار عاشقان یا بی‌دلان می‌رسند و مربوط به این آیه هست.

«ثُمَّ اسْتَوَىٰ إِلَى السَّمَاءِ وَهِيَ دُخَانٌ فَقَالَ لَهَا وَلِلْأَرْضِ ائْتِيَا طَوْعًا أَوْ كَرْهًا قَالَتَا أَتَيْنَا طَائِعِينَ.»

«سپس به آسمان پرداخت و آن دودی بود. پس به آسمان و زمین گفت: «خواه یا ناخواه بیایید.» گفتند: «فرمانبردار آمدیم.»»

(قرآن کریم، سوره فصلت (۴۱)، آیه ۱۱)

یعنی با اطاعت آمدیم. ظاهراً اصل ما علاقه‌مند است که با رضایت برود. پس دارد می‌گوید که خداوند وقتی ما را به این جهان می‌آورد پس از یک مدتی شروع می‌کند به باز کردن آسمان.

«سپس به آسمان پرداخت»، یعنی خداوند می‌پردازد به آسمان درون ما، و آن دودی است. دود، همین من‌ذهنی است. بعد به آسمان می‌گوید می‌خواهی باز بشوی؟ یعنی به شما می‌گوید آسمان را باز می‌کنید؟ زمین را، یعنی ذهنت را صاف و بدون من می‌کنید؟ یادتان هست من درست کردیم؟ چه بخواهید چه نخواهید باید بکنید این کار را. برای همین می‌گوید:

اِنْتِیَا كَرَهًا مَهَارِ عَاقِلَانَ

اِنْتِیَا طَوْعًا بِهَارِ بِي دِلَانَ

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۷۲)

یا به زور آسمان را باز کنید یا با خوش‌اخلاقی و با شادی باز کنید. ولی این آیه می‌گوید که ما گفتیم که چشم، ما آمدیم. ولی چطور این چشم را نمی‌گوییم؟ یعنی این‌که، توجه کنید، اگر شما بتوانید مرکزتان را عدم کنید، عدم



به زندگی می‌گوید چشم آمدیم، فرمان می‌برد و گردن‌کشی و مقاومت نمی‌کند. آن چیزی که مقاومت می‌کند در ما، همانیدگی‌هاست.

پس ما فهمیدیم از این شعرها، همین‌طور پرده‌ها با صبر دریده می‌شود. این سینه ما باید باز بشود، درون ما باید باز بشود، خداوند به ما می‌گوید که باید سینه را باز کنی به زور یا با اخلاق خوش، و ما وقتی عدم می‌کنیم می‌فهمیم که با اخلاق خوش می‌توانیم این کار را بکنیم و باید بکنیم.

حالا شما این‌ها را یاد می‌گیرید، دیگر خودتان می‌دانید. در طرحتان بگذارید. این‌که شما می‌خواهید مقاومت کنید، هنوز فضا را باز نکنید، هنوز همانیدگی را نگه دارید و درد بکشید تا درد شما را مجبور بکند به این کار، این را دیگر خودتان می‌دانید.

پس، اما اجازه بدید یک نگاهی بکنیم برای کامل کردن این طرحی که الان خدمتان من به‌طور خلاصه ارائه می‌کنم، به داستان یوسف و مهمانش. و داستان یوسف و مهمان، در واقع داستان ما و زندگی است. یک کسی می‌خواهد خانه یوسف برود، یوسف می‌گوید اگر خانه من بیایی باید سوغاتی بیاوری، کادو بیاوری. و او هم این‌ور آن‌ور نگاه می‌کند می‌بیند چه ببرم؟! هرچه ببرم یوسف دارد. می‌گوید آینه ببرم چون او زیباست، در آینه خودش را ببیند. وقتی خودش را می‌بیند، من هم یاد کند.

و اما مولانا که با این قصه رابطه ما و بگویند زندگی یا خدا را دارد تبیین می‌کند، این است که خداوند الان به ما می‌گوید «باید آینه بیاوری، خانه من فضای یکتایی است، می‌آیی باید آینه بیاوری». ولی ما فکر می‌کنیم آینه باید صاف باشد کاملاً. ولی خودش توضیح می‌دهد که این آینه که دل ماست، مرکز ماست، که اول می‌دانید خیلی شلوغ است و پر از همانیدگی است، به محض این‌که ما اقرار کنیم که ما اشتباه کرده‌ایم و مرکز ما نباید همانیده باشد و سعی کنیم فضا را باز کنیم، تسلیم بشویم و زندگی را، یا عدم را بیاوریم به مرکزمان، ما می‌شویم آینه. بنابراین پس از اول قصه، این را می‌آورد.

این بیت توصیف می‌کند رابطه ما را با خدا. می‌گوید:

**نیستی و نقص، هر جایی که خاست**

**آینه خوبی جمله پیشه‌هاست**

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۰۴)

به‌عنوان مثال می‌زند که -البته پایین توضیح می‌دهد- مثلاً:

## ناتراشیده همی باید جُذوع تا دُرُوگر اصل سازد یا فروع (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۰۶)

جُذوع: جمع جِذَع به معنی تنهٔ درخت خرما

مثال زیاد می‌زند حالا من یکی‌اش را آورده‌ام این‌جا. می‌گویند که تنهٔ درخت را می‌بینی یک درختی افتاده می‌بینی که این خیلی ناصاف است و نتراشیده هست، ولی وقتی نجّار به این نگاه می‌کند در آن میز می‌بیند و این کُندهٔ درخت که نتراشیده‌است خودش را در اختیار نجّار قرار می‌دهد. نجّار از آن چیزهای زیبا می‌برد و می‌تراشد و به هم وصل می‌کند، مثلاً میز و صندلی درست می‌کند. آدم تعجب می‌کند که از آن کُندهٔ درخت چجوری میز و صندلی به این قشنگی درآمد! پس بنابراین می‌گویند که نیستی و نقص هرچا خودش را نشان بدهد، در این صورت آیینۀ خوبی پیشه‌هاست.

پیشهٔ خداوند درست کردنِ ماست، تخصصش، یکی از تخصص‌هایش این است که مرکز همانیدهٔ ما را درست کند. فقط ما باید اقرار کنیم و اعتراف کنیم که این مرکز خراب است، همانیده است و همین‌طور که شعرهای بعدی نشان می‌دهد که این دردهایی که ایجاد می‌شود، این به هدف نرسیدن‌ها، این ناامیدی‌ها تقصیرِ ماست نه تقصیرِ آن. پس بنابراین اعترافِ کامل به این‌که من نقص دارم ما را آیینۀ می‌کند. آیینۀ درست است که ما فکر می‌کنیم باید صاف باشد.

این بیت را خوانده‌ایم:

## از برای آن دلِ پُر نور و بر هست آن سلطانِ دل‌ها منتظر (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۸۸۸)

پُر: نیکی، نیکویی

سلطان دل‌ها که خداوند است منتظر دلِ صاف‌شدهٔ ماست که پر از نور است یعنی آن خورشید است که باید طلوع کند و پر از نیکی است. یعنی از مرکز ما باید نیکی و نور بیرون بیاید، خداوند منتظرِ این است. ولی واقعاً



وقتی ما من‌ذهنی درست می‌کنیم، این آیینۀ ما به این صافی است؟ نه! لزومی دارد به این صافی باشد؟ نه! فقط باید اعتراف کنیم که نقص دارد.

مثال‌های زیادی می‌زند، می‌گوید تا کسی اعتراف نکند، زیر بار نرود که مریض است، هیچ‌موقع دکتر نمی‌رود و اگر دکتر هم دوا بدهد دواها را نمی‌خورد، «مریض نیستم». درست است؟ برای همین گفت که «نقص در هر جا که خاست». چجوری نقص در ما برمی‌خیزد؟ ما اعتراف کنیم تقصیر ماست این بلاهایی که سر من آمده شخصاً تقصیر خودم است، نه خانواده‌ام، نه اشخاص دیگر، نه همسرم، نه بچه‌ام، نه وضعیت، بلکه عقل من درست کار نمی‌کند.

و وقتی عقل مردم که درست کار نمی‌کند جمع بشود، یک‌جا ویران می‌شود پر از درد می‌شود و جمع باید بفهمد که این‌جا یک اشکال هست، این تقصیر خدا نیست تقصیر من‌ذهنی ماست که ما اقرار نمی‌کنیم نقص داریم. پس بنابراین ما باید اقرار کنیم که نقص داریم و خودمان را در اختیار خدایمان قرار بدهیم، خداوند مثل نجار روی این تنه نتراشیده ما کار کند تا دل ما صاف بشود، منتها اگر شما این بیت را بخوانید:

**دل تو این آلوده را پنداشتی**  
**لاجرم دل ز اهل دل برداشتی**  
 (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۶۳)

لاجرم: ناچار، ناگزیر

اگر ما این من‌ذهنی را که مرکز ماست الان، دل بنامیم و به این بسنده کنیم، در این صورت اقرار نمی‌کنیم که دل ما خراب است، به نقصمان اعتراف نمی‌کنیم. در من‌ذهنی و در تشکیل آن، ما یک سری خاصیت‌های من‌ذهنی را یاد می‌گیریم و برای این‌که من‌ذهنی‌مان کوچک نشود، همیشه از آن‌ها استفاده می‌کنیم.

یکی‌اش این است که ما یاد گرفته‌ایم در من‌ذهنی در هشیاری جسمی که اصلاً زیر بار مسئولیت نرویم، می‌گوییم آقا تقصیر ما نیست. درست است؟ یک ذره بهتر از این، این است که بگوییم تقصیر ما هست ولی دیگران باعث شده‌اند و شروع کنیم به ملامت یکی، حالا می‌خواهد فامیل باشد می‌خواهد اوضاع باشد، ملامت!

ما ملامت را یاد می‌گیریم که من حالا درست است که اشتباه کردم ولی یکی دیگر سبب شد من اشتباه بکنم. نه! یکی دیگر سبب نشد، خودت اشتباه کردی و تو این آلوده را اگر - یعنی من‌ذهنی را - دل بپنداری، در این صورت باید بدانی که آثارش را خواهی دید، نه این دل، دل می‌شود نه انعکاسش در بیرون زیبا خواهد بود.



انعکاسش در بیرون همین آلودگی خواهد بود، آلودگی شهرها و کنار دریاها، راهها انعکاس آلودگی مرکز انسان‌هاست. شما می‌روید در یک مملکت غریبی می‌بینید که خاکروبه‌ها را همه‌جا ریخته‌اند، معنی‌اش این است که درونشان آلوده است، انعکاسش آن است.

یک مملکت دیگر هم می‌بینیم همه‌جا تمیز است، اصلاً هیچ، یک دانه چیز بد را، مردم چیزهایشان را جمع می‌کنند خیابان نمی‌اندازند، در یک چیزی مثلاً کیسه‌ای می‌بندند درش را و می‌برند می‌اندازند یک جایی که هیچ‌جا شما آن چیزی که می‌گوییم ببخشید آشغال، هیچ‌جا نمی‌بینید.

پس بنابراین اگر دل آلوده را جزو خودمان بکنیم و زیر بار نرویم که این دل آلوده هست، در این صورت آینه نیستیم. اگر بگوییم آلوده هست و کوشش کنیم در جهت رفع آن، می‌شویم آینه خدا. برای همین این بیت را می‌آورد مولانا، می‌گوید:

### نقص‌ها آینه‌ و صفِ کمال و آن حقارت آینه‌ عزّ و جلال (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۰)

یعنی انسانی که به نقصش اعتراف کند و کار کند و طلب داشته باشد و هرکاری از دستش برمی‌آید بکند و دل از اهل دل بر ندارد که در بیت‌های بالا بود، در همین:

### دل تو این آلوده را پنداشتی لاجرم دل ز اهل دل برداشتی (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۶۳)

لاجرم» یعنی به‌ناچار «دل ز اهل دل» یعنی مثل مولانا برداشتی. خوب، وقتی ما دل آلوده را دل می‌کنیم احتیاجی به «اهل دل» نداریم و می‌گوییم نقص نداریم، اما اگر صمیمانه و صادقانه به نقص‌هایمان اعتراف کنیم، همین اعتراف به نقص‌ها و نقص‌ها می‌شود آینه‌ و صفِ کمال، یعنی خداوند این را می‌تواند به کمال برساند به خودش تبدیل کند.

و آن کوچکی و حقارت من‌ذهنی ما که می‌گوییم «نمی‌دانم و نمی‌توانم» و اجازه می‌دهیم که فضا را باز کنیم عشق کار کند تا ما را بزایاند، بزایاند یعنی رفته‌رفته این خورشید دارد می‌آید بالا و در وجود ما چیزی نیست که مقاومت کند جلوی این کار را بگیرد و ما نمی‌گوییم نه این دل آلوده، این خشم‌های ما، این حسادت‌های ما، همین طبیعی است آقا همه هستند دیگر!



و این‌که من می‌بینم این من‌ذهنی‌ام نمی‌داند و این حقیر است، یک خرد دیگری وجود دارد، من با عدم کردن مرکز و موازی شدن با زندگی یعنی تسلیم، آن خرد دارد از من عبور می‌کند، این آئینه بزرگی و جلالِ خداوند است، یعنی شما خودتان را در اختیارِ زندگی قرار می‌دهید که شما را درست کند و این بیت می‌آید، حتماً باید به این بیت شما معتقد باشید، عمل کنید:

## فعل توست این غُصّه‌های دَم‌به‌دَم

### این بُود معنیِ قَدْ جَفَّ الْقَلَمُ

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۲)

یعنی خداوند درون و بیرون ما را الآن می‌نویسد در این لحظه. اگر غُصّه دَم‌به‌دَم به‌وسیلهٔ من تجربه می‌شود یعنی من اِشکال دارم، فعل من غلط است، فعل من از مرکز آلوده می‌آید. این را باید من اقرار کنم، اگر اقرار کنم می‌شوم آئینهٔ خداوند، اگر نکنم نمی‌شوم.

پس فهمیدیم آئینه لازم نیست که صاف و صوف باشد، حتماً خداوند را نشان بدهد، نه! این را یکی - اسمش را بگذار زندگی - آئینه می‌کند اگر ما بگذاریم. گذاشتن هم همین چیزهاست که داریم می‌گوییم، یکی یکی شما یادداشت کنید و عمل کنید، گوش ندهید به حرف من‌ذهنی، گوش ندهید، امروز هم داریم، می‌گوید که به حیثیتِ بدلی من‌ذهنی که آبرویم می‌رود.

این هم که حدیث است می‌دانید:

«جَفَّ الْقَلَمُ بِمَا أَنْتَ لَاقٍ»

«خشک شد قلم به آنچه سزاوار بودی.»

(حدیث)

«جَفَّ الْقَلَمُ بِمَا هُوَ كَائِنٌ»

«خشک شد قلم به آنچه بودنی است.»

(حدیث)

پس در این لحظه قلم خداوند، هم اندازهٔ فضای درون ما را می‌نویسد هم انعکاسش را در بیرون می‌نویسد، این اسمش «خشک شد قلم» است «به آن چیزی که در این لحظه سزاوار بودی». به اندازهٔ سزاواری، ما از خداوند زندگی می‌گیریم، برای همین می‌گوید: «تا تو با من روشنی، من روشنم».



تا سزاوار هستی، تا زیر بار می‌روی، تا می‌گویی نقص دارم، وقتی اعتراف می‌کنی دلم آلوده هست و انعکاس این دل آلوده است که بیرون من این‌طوری است، ناله و شکایت نمی‌کنی، همکاری با زندگی می‌کنی - همکاری با زندگی فضاگشایی است، تسلیم است - ملامت نمی‌کنی، مقاومت نمی‌کنی، حسادت نمی‌کنی، خودت را مقایسه نمی‌کنی، یادمان باشد مقایسه معنی‌اش این است که خودت را به جسم تقلیل دادی. تمام هنر ما این است که در این لحظه، مقاومت نکنیم به آن چیزی که ذهن نشان می‌دهد، چون مقاومت کنیم از جنس جسم می‌شویم. مقاومت ما را از جنس جسم می‌کند. فضا باز کنیم.

فضای باز شده هم ما هستیم هم زندگی است، و معنی‌اش این است که داریم همکاری می‌کنیم. داریم به او می‌گوییم بیا مرکز، طلب دارم، می‌خواهم عوض بشوم. شما باید به خودتان با این بیت‌ها بقبولانید که من می‌توانم عوض بشوم و می‌خواهم عوض بشوم. «بی طلب، نان سُنَّتِ اللَّهِ نیست». شما اگر نخواهید نمی‌شود، و اگر هم فکر کنید که این من‌ذهنی شما کامل است و شما می‌دانید، نمی‌شود، آیینه نمی‌شوید شما و بنابراین همیشه باید مراقب باشید.

## گر مراقب باشی و بیدار تو

### بینی هر دم پاسخ کردار تو

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۴۶۰)

اگر شما به صورت حضور ناظر ذهنتان را تماشا کنید خواهید دید که، فکری که خرد زندگی در آن می‌ریزد و عمل می‌کنید چه می‌شود نتیجه‌اش، فکری که از من‌ذهنی می‌آید، در اثر مقاومت با اتفاق این لحظه تولید می‌شود، آن نتیجه‌اش چه می‌شود!

باید بپایید که آیا این فکری که من می‌کنم و عملی که می‌کنم از این فضای باز شده هست؟ مراقب باشید. کسی که مراقب است حواسش تماماً روی خودش است. نمی‌توانید شما، اگر بخواهید دیگران را درست کنید حواستان به دیگران باشد، مراقب باشید. مراقب یعنی ناظر احوال خود، چکار دارم می‌کنم؟

و خیلی موقع‌ها ما متوجه خواهیم شد که ما باید پرهیز کنیم. پرهیز کنیم هم یک چیز مذهبی نیست این. یعنی به یک کارهایی دست نزنیم اصلاً. شما یک ورزشکار را در نظر بگیرید، می‌آید پپسی را نگاه می‌کند، نمی‌خورد. یک غذای چرب را نگاه می‌کند، خوشش می‌آید، نمی‌خورد. چه می‌دانم، برنج و نشاسته و نان و این‌ها را یا نمی‌خورد یا خیلی کم می‌خورد. دلش می‌خواهد؟ بله، چرا نمی‌خورد؟ پرهیز می‌کند. این یک چیز مذهبی است؟ نه. تشخیص می‌دهد که برای یک هدفی که دارد این‌ها مضر هستند. نمی‌کند این کار را.



ما هم همین‌طور هستیم، مراقب باشیم قشنگ نشان می‌دهد که چه کاری باید نباید بکنیم. شما، این شما هستید که تشخیص می‌دهید. برای این‌که می‌بینید پاسخش یک چیز دیگر می‌شود.

خوب شما وقتی آن ورزشکار را در نظر بگیرید، غذای بد را می‌خورد، یک ماه می‌خورد می‌بیند که سه-چهار کیلو اضافه شد، خوب پاسخ کردارش را می‌بیند! نمی‌کند این کار را.

ما پاسخ کردارمان را وصل می‌کنیم به خداوند! به مردم! به اوضاع! می‌گوییم که، آن ورزشکار نمی‌تواند بگوید که همسر، نمی‌دانم، مادرم، غذای بد جلویم گذاشت من خوردم، تقصیر او است! تو می‌توانستی نخوری.

و همین‌طور وقتی مراقب هستی متوجه می‌شوی این بیت را که

## آن درم دادن، سخی را لایق است جان سپردن خود سخای عاشق است (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۲۳۵)

سخی: بخشنده و جوانمرد

می‌گوید، آن «درم دادن»، یعنی پول خرج کردن، سخاوتِ شخصِ سخاوتمند است و لایق او است. و آیینۀ ثروتمندی است، کسی که پولش را خرج می‌کند. یک عده‌ای می‌گوئیم قانون جبران مالی را رعایت کنید، نمی‌کنند! آیا لایق سخاوت هستند؟ نه نیستند.

اما از آن بالاتر، که اگر آن کار را بکنی شاید این کار را هم بکنی، این است که عاشق، جانِ ذهنی‌اش را، همانندگی‌اش را، می‌خواهد بسپارد؟ می‌خواهد جان بدهد نسبت به همانندگی؟ خوب اگر در «درم دادن»، چرا مولانا این دوتا را باهم آورده؟ گفته اگر از درم نمی‌توانی بگذری پس از جانت نمی‌توانی بگذری.

«جان سپردن خود سخای عاشق است»، ما نمی‌توانیم ادعا کنیم که عاشق هستیم ولی جان همانندگی را یا یک همانندگی را ندهیم برود. این طلب نیست. این صدق نیست. این فضاگشایی نیست که یک چیزی را که ذهن نشان می‌دهد الان ما را بگیرد، یا بگوئیم می‌دانم و بچسبیم به می‌دانم، که برویم به ذهن، و بگوئیم ما عاشق هستیم! ما عاشق نیستیم. عاشق این است که جانِ ذهنی‌اش را بسپارد، یعنی بدهد برود، مقدمه‌اش همین «درم دادن» است. اما وقتی مراقب هستیم، توجه می‌کنید و ادعا می‌کنیم عاشق هستیم و صادق هستیم و طلب داریم، متوجه می‌شویم که آیا ما به اندازه کافی در فضای پرهیز می‌توانیم خودمان را نگه داریم؟ می‌توانیم فرمان را خودمان انتخاب کنیم؟ این دو بیت خیلی مهم است، می‌گوید:





## اختیار آن را نکو باشد که او

### مالک خود باشد اندر اتقوا

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۴۹)

## چون نباشد حفظ و تقوی، زینهار

### دور کن آلت، بینداز اختیار

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۵۰)

شما این لحظه می‌خواهید بگویید من می‌دانم و از من ذهنی‌تان یک باور بیاورید، یک فکر بیاورید، و آن را اختیار کنید. آیا به‌نظر شما این اختیار است؟ می‌گوید نه.

اختیار و توانایی انتخاب در این لحظه که کدام فکر را بکنم، این مال کسی است که در فضای پرهیز صاحب خودش باشد، مالک خودش باشد. مالک خودش باشد یعنی چیزی از بیرون این شخص را نتواند بکشد، توان کشیدنش را نداشته باشد.

معنی‌اش این است که در این لحظه آن چیزی که ذهن نشان می‌دهد نتواند شما را بکشد. ولی اگر شما دائماً در ذهن هستید، در علت و معلول هستید، این فکر پریدن از یک چیزی به چیز دیگر متوقف نمی‌شود، پس شما اختیار ندارید اصلاً، اختیارتان دست ذهنتان است. و این «اتقوا» را هم ندارید. چجوری پرهیز کنید؟! پس مجبور هستید این اختیار را بدهید به دست یک آدمی مثل مولانا.

بگویید که، من صادقانه ببینم این مولانا چه می‌گوید، این را من انتخاب کنم به‌جای فکر من ذهنی‌ام. نگوییم می‌دانم. این دو بیت برعلیه می‌دانم ذهن است. که دست از سر ما بر نمی‌دارد، چون جزوی از من ذهنی کامل شده ما است، که به مردم ارائه می‌کنیم.

می‌گوید: «چون نباشد حفظ و تقوی» اگر نتوانی خودت را نگاه‌داری که واکنش نشان ندهی، مقاومت نشان ندهی، چیزی نخواهی از آن چیزی که ذهنت در این لحظه نشان می‌دهد، این حفظ است. حالا ذهنم هرچه می‌خواهد نشان بدهد، من طرفش نمی‌روم. این خیلی خوب است.

می‌گوید «حفظ و تقوی» نداری مواظب باش، «زینهار» این آلت اختیار را به‌کار نبر، بینداز اختیار را. برای همین لازم است تا مدت‌ها ما این ابیات مولانا را بخوانیم تکرار کنیم و به این‌ها عمل کنیم نه آن چیزی که ذهن ما می‌گوید.



شما نیاید بگویید که، مولانا که قدیمی بوده آن موقع خوب مردم سواد نداشتند او هم سواد نداشته، این جاها اشتباه کرده، واقعاً حیف که این جا را این طوری گفته! اگر این جا را این طوری که من می گویم گفته بود چقدر عالی می شد! کامل می شد!

نه آقا، نه خانم، شما باید خودت را عوض کنی. این تصویر ذهنی می دانم را بینداز دور. این بدبخت می کند تو را.

فقط ما آن موقع اختیار داریم که ذهن ما را نکشد و در سلطه خودش نگه ندارد. اگر من نمی توانم جلوی فکر کردنم را بگیرم که از فکری به فکر دیگر نپریم، این فکر تمام نشده چنان هم هویت شده هستم با چیزها که آن یکی می کشد من را، که تندتند فکر می کنم.

حتی بعضی از شما این قدر صبر ندارید ببینید که در واقع جای مورد استفاده این بیت در شما چیست، تا همین که ذهناً معنی یک بیت را می فهمید، آن یکی را بگو، آن یکی را بگو! مثل این که ذهن مثل اژدها اینها را می خواهد ببلعد. نه! شما بیت را نگاه کنید. تأمل کنید، تجسم کنید، خوب این بیت چه می گوید؟ چه مورد استفاده ای روی من دارد؟ یعنی چشم هایتان را ببندید بعد آن جای استفاده را، اشتباهتان را، نقصتان را که این درمان می کند، پیدا کنید.

یک بیت ممکن است شما را ساعتها به خودش مجذوب بکند که بتوانید از آن استفاده کنید. وگرنه معنی ادبی اش را فهمیدیم آن یکی را بگو! خوب چه فایده دارد این؟!!

ذهن ترجمه می کند، همین که معنی اش را فهمید می گوید آن یکی را بگو، آن یکی را بگو. همه اش دنبال تازگی است. می گوید آقا این بیت را قبلاً خواندیم؛ خواندید حالا به چه دردت خورده؟! هیچ چیز، فقط معنی اش را می دانم.

این فایده ندارد. این ابیات را می خوانیم که مورد استفاده اش را در زندگی خودمان، نه دیگران، پیدا کنیم. خواندیم که باید ناظر و مراقب خودم باشم.

**\*\*\* پایان بخش اول \*\*\***



«اتَّقُوا» یعنی پرهیز کنید، تقوا پیشه کنید، زینهار یعنی برحذر باش، آگاه باش. پس فهمیدیم که اختیاری و توانایی انتخاب، موقعی درست است که ما از جنس ذهن نباشیم. اگر از جنس ذهن هستیم مدتی به یک بزرگی مثل مولانا توجه کنیم و حتی می‌توانیم بگوییم از او تقلید کنیم ببینیم او چه می‌گوید، همین‌طور آن کارها را انجام بدهیم و ببینیم که آیا به جایی می‌رسیم که این لحظه ذهن ما را نکشد؟ و همین‌طور این بیت:

## هست مهمانخانه این تن ای جوان

هر صباحی ضیف نو آید دوان

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۴۴)

ضیف: مهمان

آیا خداوند توجه و عنایتش به ماست؟ می‌خواهد ما را زنده کند؟ می‌خواهد ما را بزایاند؟ بله. پیغام می‌فرستد به ما؟ بله. می‌گوید این تن ما مثل مهمانخانه است و هر لحظه، که بهتر است بگوییم این لحظه، یک مهمان جدید می‌رسد، یعنی شما می‌بینید یک فکری در ذهنتان ظاهر می‌شود، اگر مراقب باشید پیغام این فکر را می‌گیرید، یک مهمان است این.

اتفاقاتی که ذهنتان نشان می‌دهد، مهمان است، اگر فضا را باز کنید و از آن پذیرایی کنید، پیغامش را می‌گیرید. و ما متأسفانه این فرصت را که می‌توانیم استفاده کنیم از این عنایت زندگی و کوشش برای زایاندن ما از ذهن، از دست می‌دهیم، این موقعیت را از دست می‌دهیم متأسفانه.

و همین‌طور می‌رسیم به این‌جا که اگر انسانی نقص خودش را واقعاً بشناسد، هم آینه می‌شود و هم به شدت با کار مداوم، در جهت رفع آن‌ها خواهد کوشید. پس:

هر که نقص خویش را دید و شناخت

اندر استکمال خود، دو اسبه تاخت

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۲)

ز آن نمی‌پرد به سوی ذوالجلال

کو گمانی می‌برد خود را کمال

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۳)



## علتی بتر ز پندارِ کمال نیست اندر جان تو ای دُودلال (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴)

استکمال: به کمال رسانیدن، کمال خواهی

دو اسبه ناختن: کنایه از شتاب کردن و به شتاب رفتن

دُودلال: صاحب ناز و کرشمه

من امیدوارم شما به این طریقی که الآن، یک طرح کوچولو برای شما ارائه می‌کنم توجه کنید و شما طرح خودتان را بدهید. این طرح‌های ذهنی سبب می‌شود که شما یک فهم درستی از اوضاع خودتان داشته باشید. شما به‌عنوان ناظر باید بدانید چه می‌خواهید و در چه وضعیتی هستید. حداقل در ذهن این را بتوانید فرموله بکنید و تجسم کنید که وضعتان چجوری است؟

گرچه که این بعداً به‌هم می‌ریزد، وقتی به حضور می‌رسید. ولی تا این درست نشده، این طرح درست نشده، و شما خیلی چیزها را ندانید، این قدر مزاحم بیرون می‌تواند برای شما زیاد باشد، این قدر حواس‌پرت‌کن می‌تواند زیاد باشد که نگذارد شما اصلاً راه درست بروید.

پس شما نقص خودتان را به‌عنوان این‌که من تازه مثل کُنده درخت هستم نتراشیده و نخراشیده، یک من‌ذهنی دارم این نقص است، من خودم را در اختیار زندگی قرار می‌دهم که روی من کار کند. و می‌گوید به این علت به‌سوی خداوند نمی‌پریم که ما یک تصویر ذهنی ایده‌آل درست کرده‌ایم، در آن‌جا ما می‌دانیم، و این «پندارِ کمال» یعنی تصویر ذهنی که از خودمان درست کرده‌ایم که گفتم یکی از اقلام آن «می‌دانم» هست، در آن‌جا ما داننده هستیم.

گاهی اوقات مولانا می‌گوید «همه‌دان» و می‌گوید، «همه‌دان» مثل همدان سرد است. هرکسی که «همه‌دان» است یعنی من‌ذهنی همه‌دان دارد و این تصویر ذهنی سرد است و سرما تولید می‌کند، یعنی درد تولید می‌کند. برای همین می‌گوید:

## علتی بتر ز پندارِ کمال نیست اندر جان تو ای دُودلال (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴)



پس این سه بیت نشان می‌دهد که آیا شما آینه هستید یا نیستید؟ اگر شما من‌ذهنی کامل دارید که در آن جا می‌دانید، شما آینه زندگی نیستید و نمی‌توانید باشید. ولی اگر اقرار کنید حقیقتاً، صادق باشید، خودتان را زیر نورافکن قرار بدهید، مراقب خودتان باشید، مراقب رفتار خودتان باشید، مراقب همانندگی‌ها باشید و بشناسید که همانیده هستید و زیر بار بروید، مسئولیت هشیاری خودتان را به عهده بگیرید و روی خودتان کار کنید، می‌شوید آینه زندگی، آینه یوسف، آینه خداوند، و اجازه می‌دهید که او آینه را صاف کند، فقط این دست زندگی است.

پایین می‌گوید «پیر» هم کمک می‌کند. منتها وقتی «پیر» به ما کمک می‌کند یا زندگی به ما کمک می‌کند، این من‌ذهنی کامل شده به حساب خودش می‌گذارد. پس این بیت را هم برایتان بخوانم:

**ای بسا سرمستِ نار و نارجو**

**خویشتن را نورِ مطلق داند او**

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۳۶۶)

نار: آتش

ای بسا انسان‌هایی به صورت من‌ذهنی هستند که سرمست درد هستند و درد پخش می‌کنند و در جست‌وجوی درد هستند ولی خودشان را نورِ مطلق می‌دانند، آینه صاف شده می‌دانند. این درست است؟ شما به خودتان نگاه کنید ببینید شما پراکنده کننده درد هستید، تجربه کننده درد هستید، ولی وقتی به خودتان نگاه می‌کنید خودتان را حضور کامل می‌دانید.

دیگران را هم مسئول این دردهای خودتان می‌دانید، این نیست. خیلی از ما این‌طوری هستیم، در «پندارِ کمال» ما این‌طوری هستیم. و در «پندارِ کمال» درحالی‌که درد پخش می‌کنیم، فکر می‌کنیم واقعاً زندگی داریم می‌کنیم، نه این زندگی نیست.

**یا تو پنداری که تو نان می‌خوری**

**زهرِ مار و کاهشِ جان می‌خوری**

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۴۵۷)

ما هر لحظه زهرمار می‌خوریم و جان اصلی‌مان کاهش پیدا می‌کند، من‌ذهنی‌مان بزرگ می‌شود، دردهایمان زیاد می‌شود، می‌گوییم که ما نورِ مطلق هستیم.



به من ذهنی مان نگاه می‌کنیم می‌بینیم که این چیزی که من می‌دانم به‌عنوان هشیاری جسمی، این همین وحی خداوند است، عقل کل است، نیست این‌طور. و این غذایی هم که می‌خورم درد است، اسمش گفت زهرمار است، این همان نور ایزدی است، این همان خرد است، این همین شادی بی‌سبب است، از این‌که دیگران درد می‌کشند من لذت می‌برم، خوب این همین شادی است دیگر، شادی بی‌سبب خداوند یعنی همین دیگر، خودم هم که درد می‌کشم لذت می‌برم، همین شادی است دیگر، نیست این‌طور. اما می‌گوید که

## گرچه خود را بس شکسته بیند او

### آب صافی دان و سرگین زیر جو

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۷)

سرگین: مدفوع چهارپایان

من‌های ذهنی در ظاهر خودشان را می‌شکنند، یک احترام سطحی دارند، بعضی موقع‌ها هم خیلی زیبا حرف می‌زنند، کوچک می‌کنند، تعظیم می‌کنند، ولی یک من‌ذهنی بزرگ آن پشت هست، می‌دانم هست. بله آقا شما استاد هستید، استاد ما هستید، یعنی من استاد هستم، من بهتر از شما می‌دانم.

این یک آب صافی است که زیر آن مدفوع خوابیده، همین که یک، با یک چوب بزنند می‌آید بالا. همین که یک اتفاقی بیفتد یک دفعه می‌بینید واکنش شروع کرد این دردها آمد بالا، به نظر می‌آید این آب صاف است، شما خوش‌اخلاق هستید، خیلی زیبا حرف می‌زدید، و چجوری شد یک دفعه این‌طوری شد؟ این همان «پندارِ کمال» است. آیا این آینه است؟ نه.

شما اگر این آرامش سطحی ذهنی را، آرامش می‌دانید این همان زهرمار و کاهش جان است، این شکستگی من‌ذهنی که تقلبی است برای گول زدن است، این هم یکی از علّت و معلول‌هایی است که یاد گرفتیم. ما خیلی موقع‌ها می‌بینیم که اگر خودمان را به تواضع مصنوعی بزنیم، آن چیزی که می‌خواهیم می‌گیریم از مردم. یک احترام مصنوعی تقلبی داریم به مردم می‌گذاریم، و از آن‌ها چیزی را که می‌خواهیم می‌گیریم. «آب صافی دان و

سرگین زیر جو»

## در تگ جو هست سرگین ای فتی

### گرچه جو صافی نماید مر تو را

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۹)



## هست پیر راه‌دانِ پُرفِطَن جوی‌هایِ نفس و تن را جوی‌کن (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۲۰)

تگ: ژرفا، عمق، پایین

فَتی: جوان، جوانمرد

فِطَن: جمع فِطَنَه، به معنی زیرکی، هوشیاری، دانایی

پس بنابراین در ته جو که ما باشیم، سرگین‌ها یا کثافات درد و همانیدگی ته‌نشین شده، توجه کن! گرچه که فعلاً به‌نظر صاف می‌آید اما دوتا منبع داریم به ما کمک می‌کند، یکی فضاگشایی و کمک گرفتن از خود خداوند، یکی پیر، انسانی مثل مولانا. که امروز فهمیدیم که اگر من ذهنی به شما امان نمی‌دهد انتخاب خودتان را فعلاً بگذار کنار، هرچه که مولانا می‌گوید آن را عمل کن، شک نکن، نگو این تقلید است. در ضمن این دانش را هم داشته باش که تو باید مستقل بشوی.

به این طیفِ بلوغ هم که بارها صحبت کردیم توجه کن که وقتی از ابتدا ما شروع می‌کنیم، اول وابسته هستیم، یعنی می‌بینید که طفل چقدر وابسته است به پدر و مادرش، یواش‌یواش در ابعاد مختلف مستقل می‌شود، مستقل می‌شود، مستقل می‌شود، تا در خیلی از کارهای مادی به اصطلاح مستقل می‌شود، ناپسته می‌شود، ناپسته یعنی همین مستقل.

پس از وابستگی می‌رود به ناپستگی و من می‌توانم پول در بیاورم، خانه بخرم، تا بیست سال پیش فرزند یکی بودم پول توجیبی می‌گرفتم، الان خانه خریدم، نمی‌دانم همسر دارم، بچه دارم، مستقل هستم، خیلی خوب، هستید آفرین. ولی یک طیف، یک قسمت دیگری هست به نام وابستگی متقابل که عشق در آن جاست.

پس می‌بینیم که رفته‌رفته ما باید مستقل بشویم ولی اول اگر نمی‌توانیم مستقل بشویم، باید وابسته بشویم به انسانی مثل مولانا و اوست که جوی‌های نفس را، یعنی این کثافات را پاک می‌کند. و بعد می‌گوید که آیا جوی خودش را می‌تواند پاک کند؟ می‌گوید نه، من ذهنی خودش را می‌تواند پاک کند؟ نه.

### جوی خود را کی تواند پاک کرد؟

### نافع از علم خدا شد علم مرد (مولوی، مثنوی، دفتر اول بیت ۳۲۲۱)



## کی تراشد تیغ، دسته خویش را رو، به جراحی سپار این ریش را (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۲۲)

ریش یعنی زخم، نه این ریش [صورت].

یک جویی از آنجا آب می‌گذرد، ما هم آنطوری هستیم، ما یک جویی هستیم که آب خدا می‌گذرد، آب حیات می‌گذرد، می‌گذرد ما را سیراب می‌کند، می‌رود به عالم می‌گذرد، تمام عالم را سیراب می‌کند، مسئولیت ما این است که به این جهان عشق بریزیم، خرد بریزیم، برکت بریزیم. وقتی من‌ذهنی هستیم و این همانیدگی‌ها و دردها ته‌نشین شده در جوی ما، خودمان می‌توانیم پاک کنیم؟ نه، همان‌طور که جوی نمی‌تواند خودش را پاک کند.

شما یک جویی را که آب می‌گذرد باید یک انسانی با بیل بیاید تمیز کند، ما را هم باید یک پیر تمیز کند اول، برای همین مولانا را می‌خوانیم، برای همین این ابیات را می‌خوانیم. این ابیات را بخوانید، تکرار کنید صد بار، دویست بار، سیصد بار، بلکه اثر کند جوی شما را پاک کند.

علم انسان باید از علم خدا کمک بگیرد، یا شما فضا را باز می‌کنید خود زندگی به شما کمک می‌کند، اگر نمی‌توانید فضا را باز کنید، فکر آمان نمی‌دهد، از یک فکری به فکر دیگر می‌پرید، من‌ذهنی آمان نمی‌دهد می‌گوید من این‌جا هستم، در این صورت از علم مولانا کمک بگیرید و بدانید که هیچ چاقویی دسته خودش را نمی‌تراشد. من‌ذهنی خودش را از بین نمی‌برد، برای همین می‌گفت که امروز در بیت اول، در اثر تابش عشق، من‌ذهنی می‌زاید، یعنی ما را می‌زاید، اجازه می‌دهد خورشید از درونش برود. این‌جا هم می‌گوید این زخم را برو به یک جراحی بده تو خودت نمی‌توانی.

و الآن می‌گوید که اگر پیر، در این مورد مولانا مرهمی روی زخم شما گذاشت، این را از خودت ندان، این‌جا ما اشکال داریم، می‌گوییم «آقا از خودم بوده، خودم کردم»، نه خودت نکردی. برای چه می‌خوانیم این‌ها را؟ برای این‌که اگر حالتان با خواندن این شعرها خوب شد نگویید خودم کردم، برای این‌که اگر بگویید خودم کردم، این خودم کردم می‌رود جزو آن پندار کمال قرار می‌گیرد، شما می‌گویید می‌دانم، با می‌دانم هم‌هویت می‌شوید.

این خیلی متداول است که من می‌دانم. در یک خانواده می‌بینید خانم به این برنامه گوش می‌کند، به مولانا گوش می‌کند، آقا می‌گوید که می‌دانم، من می‌دانم این چیزها را، کجا می‌دانی این چیزها را، از کجا می‌دانی این چیزها را؟ می‌دانم، این برای خانم من خوب است، این برای بچه من خوب است، برای من خوب نیست، من می‌دانم، یعنی من می‌دانم قوانین علت و معلول بیرونی را، یک چیزی را از کجا بخرم، به چه کسی بفروشم سود بیشتری





ببرم، من این را می‌دانم، پس بنابراین آن یکی را هم می‌دانم. نه نمی‌دانی، این یک علم دیگری است، برای همین می‌گوید نافع از علم خدا شد. «نافع از علم خدا شد علم مرد»، یعنی علم انسان باید از علم خدا سود ببرد تا به یک جایی برسد، پس در این جا می‌گوید:

ور نهد مرهم بر آن ریش تو، پیر

آن زمان ساکن شود درد و نفیر

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۲۵)

تا که پنداری که صحت یافته‌ست

پرتو مرهم بر آنجا تافته‌ست

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۲۶)

هین ز مرهم سر مکش ای پشت ریش

و آن ز پرتو دان، مدان از اصل خویش

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۲۷)

مرهم: دارویی که روی زخم می‌نهند

نفیر: ناله و زاری و فریاد

در این جا اصل خویش یعنی من‌ذهنی‌ات. اگر پیر مولانا با این شعرها مرهم به زخم‌های همانیدگی و دردهای شما گذاشت و دیدی حالت خوب شد، این از مرهم بدن، از مولانا بدان نه از خودت، نه از پندار کمالت. «تا که پنداری که صحت یافته‌ست»، تو فکر می‌کنی این خوب شده است، نه خوب نشده بلکه این پرتو مرهم است.

بعد می‌گوید که پس بنابراین نگو که من یاد گرفتم و تمام شد و می‌دانم، از مرهم سر مکش، هنوز پشت زخم است و این خوب شدن حالت را از پرتو یا ارتعاش این ابیات بدان، از من‌ذهنی خودت مدان.

و این‌ها را از داستان بعدی آوردم که کافر شدن کاتب وحی هست، امیدوارم شما این دوتا قصه را بخوانید که من هم دارم یک کوچولو این جا توضیح می‌دهم و پیغام‌هایش را بگیرد و در زندگی‌تان استفاده کنید. و در داستان بعدی مولانا این طوری بیان می‌کند، می‌گوید که یادتان هست که گفتم خداوند می‌گوید که به ما در داستان یوسف باید برایم کادو بیاورید، بالاخره یک جوری به ما می‌فهماند که آینه بیاور، آینه هم دلت است، ما می‌گوییم آقا این دل ما خیلی خراب است. می‌گوید اقرار کن خراب است، می‌شود آینه من، من درستش می‌کنم، ما هم اقرار



می‌کنیم خراب است او درست می‌کند. اما اگر همین چیزهایی که گفتیم این‌جا یک ذره حالمان خوب بشود، دوباره من‌ذهنی ما بالا بیاید بگوییم که خودم کردم یک داستان دیگری می‌آورد، می‌گوید نگاه کن تو به‌عنوان آینه موقعی آینه هستی که فقط کاتب باشی. مثل کاتب وحی، یک کسی آمده بود پیش حضرت رسول، کاتب وحی بود، کاتب وحی باید وحی را بنویسد نه در وحی دخالت کند.

دوباره رابطه ما را با خداوند نشان می‌دهد، می‌گوید تو باید اجازه بدهی این همانی‌گی‌ها را من از مرکز بردارم، ذهنت ساده بشود، ذهنت فقط الهامات من را، وحی من را بنویسد، دخالت نکند، اجرا کند، پس رابطه ما با خداوند یا زندگی معلوم شد، ذهن ما ساده، ما فقط مثل آن کاتب وحی می‌نویسیم.

اگر یک ذره به ما این استنباط دست بدهد که این ما هستیم که داریم این کار را می‌کنیم، آن موقع دوباره داریم می‌گوییم که «تا تو با من روشنی من روشنم»، ترازو را به هم زدیم، هرچه ترازو را به هم می‌زنیم و من ما می‌آید بالا می‌گوییم من دارم فکر می‌کنم، من می‌دانم، این وحی قطع می‌شود، این آب قطع می‌شود و اگر در این‌جا زیر بار برویم که من اشتباه کردم و برگردیم، در این صورت ناموس یا حیثیت بدلی پیدا نمی‌کنیم.

در قصه آن کاتب وحی می‌بینیم که آن کاتب وحی زیر بار نمی‌رود، برای همین می‌گوید که این ناموس یا حیثیت بدلی که مال من‌ذهنی است، پندار کمال است که من می‌دانم در سطح بالا هستیم، صد من آهن است به پای ما که الان می‌خوانیم، فقط این سه بیت را توجه کنید، می‌گوید:

### گرچه در خود خانه نوری یافته‌ست

آن ز همسایه منور یافته‌ست

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۵۶)

شکر کن، غره مشو، بینی مکن

گوش دار و هیچ خودبینی مکن

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۵۷)

صد دریغ و درد کاین عاریتی

امتان را دور کرد از امتی

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۵۸)



در خانه ما نوری تابیده، ما الآن خوب می‌فهمیم، می‌بینیم کارهایمان درست می‌شود، شاد هم هستیم، آرامش داریم، خرد آمد داخل زندگی ما، حواست باشد اگر داشتی مولانا می‌خواندی از آنجا داشت می‌آمد، یا نه فضا را باز می‌کردی از خود زندگی بود می‌آمد، این طوری نبود که شما منقبض بشوی بگویی من، این مال خودت باشد، از همسایه منور تافته. پس بنابراین بیا شکر کن، مغرور مشو و دماغت را بالا نگیر که من می‌دانم، گوش بده، خودت را نبین.

ولی می‌گوید هزار دریغ، صد افسوس که انسان‌ها در اینجا اشتباه می‌کنند که این چیز قرضی که از خانه بغلی می‌گیرند مردم و اُمّتان را، اُمّت‌ها را از بندگی و اُمّتی که باید کاتب وحی می‌شدند دور کرد، دیگر کاملاً مشخص است. اگر ما اشتباه کردیم یا زیر بار اشتباه می‌رویم یا نمی‌توانیم برویم، می‌گوییم آبرویمان می‌رود، کوچک می‌شویم، در این صورت ناموس پیدا می‌کنیم، مولانا می‌گوید مواظب باش.

## کرده حق ناموس را صد من حدید

### ای بسی بسته به بند ناپدید

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۴۰)

خداوند حیثیت بدلی را صد من آهن کرده، یعنی این‌که در این تصویر ذهنی درست شده برای ما، که در آنجا می‌گوییم، من می‌دانم، من بلام، من از شما بالاترم و هزارتا چیز من من من. این آبروی من ذهنی که همان ناموس و حیثیت بدلی است، مثل صد من آهنی است که به پای ما بسته شده‌است، نمی‌گذارد که ما حرکت کنیم. پس بنابراین ما زیر بار می‌رویم. می‌گوییم، من اشتباه کردم. ولو هزاران نفر دارند می‌شنوند. آقا، خانم، من اشتباه کردم و آبروی ما نمی‌رود. چه آبرویی؟ کدام آبرو؟ ما یواش‌یواش داریم یاد می‌گیریم. چه کسی بلد است؟ هیچ‌کس بلد نیست.

چطور ما زیر بار نمی‌رویم که بلد نیستیم؟ از کجا بلدیم ما؟ این چیزهایی که ما از مردم تقلید کردیم، در کتاب خواندیم، با آن‌ها همانیده شدیم، این عقل است؟ این دانش است؟ یا دانش آن است که فضا را باز کنیم از آن‌ور بیاید؟ دانشی که ما یاد گرفتیم، می‌بینیم که روزبه‌روز حتی در جهان مادی کار نمی‌کند. هی تندتند عوض می‌شود. چطور ما آن چیزی را که هزاران سال است، دست‌به‌دست می‌گردد، می‌گوییم که این‌ها، این‌ها خیلی مهم هستند؟ من می‌دانم این‌ها را و همین‌طور آن چیزی را که هزاران نفر می‌دانند، من هم می‌دانم، می‌گوییم چون هزاران نفر می‌دانند، این چیز خوبی است، آبروی ماست. چه آبروی ماست؟ ما آبرو نداریم. آبرو آن است که آدم به خداوند زنده بشود، خرد از آن‌ور بیاورد، که خودش الآن توضیح می‌دهد.



می‌گوید این بندِ ناپدید است. حالا پس شما می‌دانید که نباید توی این تله بیفتید که اشتباه کنید، زیر بار نروید. اشتباه کنید چون من ذهنی دارید، به گردن دیگران بیندازید. اشتباه کنید، ملامت کنید. اشتباه کنید، هنوز این من ذهنی کمال یافته را نشکنید.

توجه کنید، ما به هم می‌توانیم کمک کنیم. این طوری نیست که یکی این وسط بلند بشود، بگوید همه چیز را من می‌دانم. اصلاً هم چون چیزی نمی‌شود. غیر ممکن است، این فقط عقل ناقص ماست که یکی را بلند می‌کنیم، تو همه چیز را می‌دانی! همه چیز را من می‌دانم! همه می‌گویند، همه چیز را من می‌دانم! پس من می‌دانم! بعد مردم را می‌برد به جهنم. هم چون چیزی وجود ندارد.

و اگر ما زیر بار برویم که این تصویر ذهنی ما حضور نیست و این ناموسی که این دارد، صد من آهن است، پس انعطاف پذیر می‌شویم. می‌گوییم این جایی که ما هستیم، از این جا باید رد شویم. هی من باید تبدیل بشوم، قانع نمی‌شوم به آن چیزی که الآن هستیم. برای همین است که

**من غلام آنکه اندر هر رباط**

**خویش را واصل نداند بر سِماط**

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۵۹)

**بس رباطی که ببايد ترک کرد**

**تا به مسکن در رسد یک روز مرد**

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۶۰)

رباط: خانه، سرا، منزل، کاروان سرا

سِماط: بساط، سفره، خوان، فضای یکتایی، فضای بی‌نهایت گشوده شده

یعنی این وضعیت‌های ما هی تبدیل می‌شویم، می‌گوییم فضا را باز کنیم، این خورشید بیاید بالا. حالا خورشید ده درصد آمده بالا. یک درصد آمده بالا. نیم درصد آمده بالا. این‌ها یک رباط است. یک کاروان سرا است. هی باید رد شوی. رد شوی. فضا را باز کنی تا کاملاً خورشید متولد بشود. خیلی از کاروان سراها را باید ترک کنیم تا به مسکن اصلی که فضای یکتایی است برسیم.

و همین‌طور این دو بیت به ما توجه می‌دهد که هشیاری ما فضای گشوده شده ما در واقع زیباست، پُر از خرد است اما من ذهنی ما یک زباله دانی است. پس

تن همی نازد به خوبی و جمال

روح پنهان کرده فرّ و پرّ و بال

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۶۷)

گویدش کای مزبَله تو کیستی؟

یک دو روز از پرتو من زیستی

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۶۸)

مَزْبَله: جای ریختن خاک روبه

ما الآن می فهمیم که یک فضای گشوده شده وجود دارد، یک من ذهنی وجود دارد. این من ذهنی مَزْبَله است. خاک روبه دان است. سطل آشغال یعنی، ولی ناز می کند. افتخار می کند که من زیبا هستم عجب خوشگل هستم. چه را دارد ارائه می کند؟ همین پندار کمال، اما چون توجه نمی کنیم به فضای گشوده شده، چون طلب نداریم، چون صادق نیستیم، چون ناظر نیستیم، مراقبه نمی کنیم، خیلی چیزها را زیر بارش نمی رویم، روح ما پنهان کرده خودش را، یعنی آن هشیاری اصلی، آن خورشیدی که باید زاییده بشود، نمی آید بالا.

برای این که ما هم‌ااش در ارائه این من ذهنی به کمال رسیده هستیم. برای همین است که می گویند ما زیر بار برویم که این چیزی که بابا من از خودم نشان می دادم، آن دروغ بود. اشکالی ندارد. مردم می دانند دروغ است. بنابراین آن فضای گشوده شده که باید گشوده بشود، می گوید ای مَزْبَله، ای زباله دان که پُر از همانندگی و درد هستی، اصلاً تو چه کسی هستی به عنوان من ذهنی؟ چند روز از تشعشع نور من زیستی. این نور من است که آمده داخل، تو را روشن کرده است. یعنی نور زندگی است. ما باید به آن توجه کنیم. و این جا می گوید:

پرتو روح است نطق و چشم و گوش

پرتو آتش بود در آب، جوش

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۷۲)

پس ما الآن متوجه می شویم، این که من می توانم فکر کنم، پنج تا حسم کار می کند مثل دیدن و شنیدن، اینها پرتو هشیاری است. اگر هشیاری در من نباشد، اینها کار نمی کنند.

«پرتو روح است نطق»، یعنی حرف زدن و چشم دیدن و گوش شنیدن و اگر شما می بینی آب دارد می جوشد، این

پرتو آتش زیرش است. بیخودی نمی جوشد. یعنی شما باید بروی آن آتش را پیدا کنید.



## گر ندیدی دیو را، خود را ببین

### بی جنون نبود کبودی در جبین

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۸۴)

جبین: پیشانی

خیلی‌ها من‌ذهنی دارند، من‌ذهنی دیو است، نماینده شیطان است. می‌گوید دیو چیست؟ می‌گوید دیو را نمی‌بینی؟ چون جذب دیو هستی، چون خود دیو هستی. پس خودت را ببین. بدون جنون، پیشانی آدم کبود نمی‌شود. نماد چه هست؟

می‌گوید اگر درون تو دیو نبود، بیرون تو این‌طوری نبود. شما نگاه کنید، در بیرون روابط ما خراب است. وضع بیرونی ما خراب است. تن ما خراب است. خوابمان نمی‌برد. هزارتا مسئله و گرفتاری در تنمان داریم، در ذهنمان داریم. نمی‌توانیم درست فکر کنیم. این کبودی جبین ماست. وضع زندگی ما در پیشانی ما نوشته شده است. قیافه یکی را نگاه کنید، می‌فهمید که این زیر درد است یا نه، شادی بی‌سبب دارد. به یک عده‌ای نگاه می‌کنید، اصلاً می‌خواهند دعوا کنند. تا یک چیزی می‌گویی، هان چه می‌گویی؟ کبودی در جبین. این حکایت از درونش می‌کند. می‌گوید دیو درونت است که این جواری بیرون ظاهر می‌کند. «بی‌جنون نبود کبودی در جبین» و حالا می‌گوید اگر کسی ایمان داشته باشد، دائماً مثل بید می‌لرزد، که آیا من الآن من‌ذهنی و پندار کمال را ارائه می‌کنم؟ آیا من الآن اقرار به تقصم می‌کنم که آیینۀ خدا باشم؟ یا کبر و غرور نشان می‌دهم؟

## هر که او را برگ این ایمان بود

### هم‌چو برگ، از بیم این لرزان بود

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۸۹)

## بر بلیس و دیو از آن خندیده‌ای

### که تو خود را نیک مردم دیده‌ای

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۹۰)

بلیس: مخفف ابلیس، شیطان



هرکسی برگ ایمان داشته باشد، برگ یعنی نوا، هرکسی یک خرده ایمان داشته باشد، یعنی فضای باز شده داشته باشد و با خداوند دیدار کرده باشد، وصل باشد، عشق در او زنده شده باشد، اگر این برگ را داشته باشد، دائماً مواظب است که مبدا یکی من را از این حالت دریاورد. مبدا واکنش نشان بدهم. مبدا جذب آن چیزی بشوم که ذهنم نشان می دهد. مبدا از فضای «اتقوا» خارج بشوم. مبدا اختیارم را بدهم دست همین دیو ذهنم، من ذهنی ام. مبدا به مردم یک تصویر ذهنی کمال یافته ارائه کنم. مردم بگویند، آقا شما استاد هستید، هیچ نقصی ندارید. می گویم بله هستیم دیگر! معلوم است که هستیم!

هر که او را برگِ این ایمان بُود،

هم چو برگِ درخت، از بیمِ این لرزان بُود

می گوید تو به ابلیس و دیو برای این می خندی که از جنس او هستی، ولی در عین حال فکر می کنی در پندار کمال، بهترین مردم هستی. بهترین انسان هستی. نیستی!

پس، و در این جا می گوید که، توجه کنید، که هزاران سال است، در جهان ابلیس به جای امیرالمؤمنین نشسته و هیچ کس نمی فهمد.

صد هزاران سال ابلیس لعین

بود ابدال امیرالمؤمنین

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۹۶)

پنجه زد با آدم از نازی که داشت

گشت رسوا، همچو سرگین وقت چاشت

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۹۷)

سرگین: فضله چهارپایان از قبیل اسب و الاغ و استر، مدفوع

چاشت: اول روز، ساعتی از آفتاب گذشته

این دو بیت را ما دائماً عمل می کنیم. متوجه نیستیم. پس بنابراین، این همان من ذهنی به کمال رسیده است در ما. همین تصویر ذهنی که می گوید پندار کمال. پندار کمال از جنس دیو است از جنس شیطان است. در خود ما به جای امیرالمؤمنین نشسته، برای این که ما، خودمان را امیر مؤمنان می شناسیم در پندار کمال. از طرفی دیگر،



یکی دیگر هم که از جنس شیطان است، او را هم امیرمؤمنین می‌شناسیم. می‌گوید در طول تاریخ از بدو تولد بشر، شیطان به‌جای امیرالمؤمنین نشسته و انسان‌ها متوجه نیستند.

## صد هزاران سال ابلیس لعین

### بود ابدال امیرالمؤمنین

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۹۶)

ولی حالا همین من‌ذهنی ما، در ما نمی‌گذارد این خورشید بیاید بالا، در نتیجه پنجه می‌زند به آدم، آدم چه کسی است؟ آدم ما هستیم که به‌صورت خورشید از این نهانگاه می‌آییم بالا، گفت: «آفتابی در یکی ذره نهان»، این آفتاب باید بیاید بالا در تمام انسان‌ها، چرا نمی‌آید بالا؟ می‌گوید خداوند در هر لحظه دنبال این کار است. در هر لحظه یک ضیفی، یک مهمانی می‌فرستد، در هر لحظه یک پیغامی به شما می‌فرستد، این پیغام را بگیر، عمل کن، من را بگذار مرکزت، در هر لحظه پیغام می‌فرستد که تو با وجود این‌که این همه همانندگی و درد داری اقرار کن، بشو آیینۀ من، بگذار من کار کنم، ما قبول نمی‌کنیم، ما نمی‌فهمیم.

در نتیجه زور آزمایی می‌کنیم با ظهور آدم، اصل ما در مرکز ما، چرا؟ فکر می‌کنیم این سبزی‌هایی که در من‌ذهنی رویده این‌ها واقعاً سبزی است، می‌گوید این‌ها نه، سبزی‌هایی است که روی کثافت رویده و وقتی آفتاب بیاید بالا، بوی گندش بلند می‌شود. برای همین می‌گوید: «پنجه زد با آدم از نازی که داشت»، ببینید ناز خیلی بد است. این می‌گوید ناز یعنی عدم احتیاج به خداوند، چقدر راجع به این صحبت کردیم ما.

من‌ذهنی در پندار کمال با ابزار «من می‌دانم» ناز دارد، می‌گوید من احتیاج به خداوند ندارم. خیلی بد است، «پنجه زد با آدم» یعنی این آدم باید فضا باز بشود، از درون به‌صورت خداوند از درونمان می‌آید بالا، این من‌ذهنی پنجه زده با آن، نمی‌گذارد، برای این‌که می‌گوید من احتیاج ندارم. حالا ما می‌فهمیم که احتیاج داریم.

چند بار ما رسوا شدیم؟ هم به‌صورت جمعی، هم به‌صورت فردی، ما چندتا جنگ جهانی داشتیم، جنگ‌های بزرگ محلی داشتیم، آدم‌ها کشته شده، خانه‌ها ویران شده، مردم آواره شدند، این رسوایی بشر نیست؟ که فکری روییده روی آن جایی که مستراح را می‌آوردند بیرون و می‌ریختند، باد تخم گل‌ها را می‌آورد آنجا می‌کاشت و از دور یکی می‌گفت عجب سبزه‌زاری است این‌جا، ولی نزدیک که می‌شدی بوی تعفن نمی‌گذاشت، «همچو سرگین وقت چاشت»، همین‌که آفتاب بالا بیاید.

یعنی یک کسی اگر بگذارد آفتاب درویش بیاید بالا یک‌دفعه می‌بینی بوی تعفن از من‌ذهنی‌اش می‌آید، از دردهایش، از همانندگی‌هایش. یک ذره که روشن می‌شویم متوجه می‌شویم ما حسود هستیم، ما عیب‌جو هستیم،



ما غیبت می‌کنیم، ما اصلاً بدِ مردم را می‌خواهیم، این‌ها بوی بد نیست؟ برای کسی که فکر می‌کرد ایده‌آل است، مردم هم تأییدش می‌کردند، این عیب نیست که ما حسود باشیم؟ وقتی آفتاب درونِ ما یک ذره می‌آید بالا، هشیاری ما می‌آید بالا به حضور ناظر و مراقب به ذهنمان نگاه می‌کنیم، آقا چه خبر است؟ من بدترین آدم‌ها هستم، فکر می‌کردم بهترین آدم‌ها هستم. من حسود هستم، من بخیل هستم، من روا نمی‌دارم مردم شاد زندگی کنند، این‌ها بوی تعفن نیست؟ پیدا کردن عیب مردم و گفتن آن‌ها بوی تعفن نیست که از من می‌آید؟ چرا هست. چرا تا حالا نمی‌شنیدم؟ برای این‌که گفت خودم را نیک مردم می‌دانستم.

خودم را جزو «ابدال امیرالمؤمنین» یعنی بدل امیرالمؤمنین، ابدال یعنی یک امیرالمؤمنین هست که از جنس حضور است، بعد یکی را بیاوری آن را بگذاری کنار، این را بگذاری جایش. می‌گوید آقا این‌که من ذهنی است این واقعاً به جای او می‌نشیند، بدکش است، من ذهنی بدلِ منِ اصلی است.

امیرالمؤمنین کسی است که به صورت حضور ناظر و حضور قائم به ذات، انسان قائم به ذات که به خداوند زنده می‌شود هست، نه این من ذهنی که نمی‌گذارد او بیاید بالا.



شکل ۳ (مثلث تغییر با مرکز همانیده)



شکل ۴ (مثلث تغییر با مرکز عدم)



شکل ۵ (مثلث همانش)



### شکل ۶ (مثلث واهمانش)

خوب، برگشتیم به بیت اول دوباره، [شکل ۳ (مثلث تغییر با مرکز همانیده)] یادتان باشد بیت اول این بود:

**آن مه که ز پیدایی در چشم نمی آید**  
**جان از مزه عشقش بی گشن همی زاید**  
**(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۹۶)**

سریع این شکل‌ها را توضیح می‌دهم. می‌دانیم که برای تغییر باید مرکز ما عدم بشود [شکل ۴ (مثلث تغییر با مرکز عدم)] و الآن می‌دانید که باید این تبدیل در شما صورت بگیرد، باید صبر کنید، مداومت داشته باشید و هرچقدر می‌توانید این به اصطلاح عمل را تکرار کنید، مرتب مرکز را عدم کنید.

و از طرف دیگر این شکل [شکل ۵ (مثلث همانش)] نشان می‌دهد که وقتی همانیده می‌شویم با چیزهای آفل که ذهن نشان می‌دهد، گفتیم هرچیزی را که ذهن شما نشان می‌دهد آفل است، یعنی گذرا است، اگر آمدید با این‌ها همانیده شدید، این‌ها شدند مرکز شما و هشیاری جسمی پیدا کردید، افتادید در زمان مجازی، یک دفعه می‌بینید که دوتا خاصیت قضاوت و مقاومت هم در شما به وجود آمد و قضاوت گفتیم یعنی خوب و بد کردن و خوب و بد کردن در این لحظه اشکالش این است که شما اگر اتفاق این لحظه را قضاوت می‌کنید یعنی فضا باز نمی‌کنید. پس از اتفاق این لحظه که خوب و بد می‌کنید زندگی می‌خواهید و اگر همانیدگی را زیاد می‌کنید، می‌گویید زندگی‌ام دارد زیاد می‌شود. اگر همانیدگی کم می‌شود می‌گویید زندگی‌ام کم می‌شود، این قضاوت است و این‌که شما کار دارید با اتفاق این لحظه به جای فضاگشایی و سروکار داشتن با فضای گشوده شده، این هم مقاومت است.

مقاومت این نیست که شما بیایی ستیزه کنی، رودررو دربیایی. مقاومت یعنی یک چیزی پدید می‌آید شما با آن کار دارید. اگر فضا را باز کنید می‌بینید که شما با فضای گشوده شده کار دارید، نه با آن چیزی که ذهنتان نشان می‌دهد. پس همین‌که همانیده بشویم این دوتا چیز می‌آید و ما به این دوتا خاصیت قضاوت و مقاومت خو گرفته‌ایم. خوب خواهش می‌کنم توجه کنید. اما در مقابل این [شکل ۶ (مثلث واهمانش)] اگر ما همان طرحی که الآن ارائه کردم خوب فهمیده باشید متوجه می‌شوید که چیز آفل به صورت همانیده نباید در مرکز شما باشد،



پس مرکز شما باید عدم باشد. برای این کار تصمیم می‌گیرید، انتخاب می‌کنید، فضا را باز کنید، فضای باز شده بشود مرکز شما نه آن چیزی که با مقاومت ذهن‌تان نشان می‌دهد. خوب اگر فضای گشوده شده مرکز شما باشد، مرکز شما عدم می‌شود، متوجه می‌شوید دوتا خاصیت خودش را فوراً ارائه کرد با مرکز عدم به شما، یکی صبر است، یکی شکر است که ما این بیت‌ها را داشتیم، می‌گفت:

## این دو ره آمد در روش یا صبر یا شکرِ نَعَم

### بی شمع روی تو نتان دیدن مرین دو راه را

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱)

پس دو راه دارد این روش معنویت، یکی صبر است، یکی شکر است و این پرهیز این قدر مهم است که امروز هم داشتیم «اتقوا» که شما دو بار می‌بینید من این‌جا نوشته‌ام، یعنی شما شکر می‌کنید، دوباره یادتان می‌آفتد پرهیز، صبر می‌کنید دوباره یادتان می‌آفتد پرهیز. پرهیز از این‌که صبر می‌کنم آن چیزی که به دستم می‌آید با آن همانیده نمی‌شوم. شکر می‌کنم برای این‌که آن چیزی که گیرم آمده ولی با آن همانیده نمی‌شوم و همین‌طور عدم مرکز هست. صبر و شکر ما را می‌برد و یادتان باشد که وقتی فضا را باز می‌کنید، مرکز عدم می‌شود، شما دارید تصمیم می‌گیرید که آن بیت یادتان می‌آید:

## جُز توکل جز که تسلیمِ تمام

### در غم و راحت همه مکرست و دام

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۶۸)

به این فضای گشوده شده توکل می‌کنید، در واقع فضاگشایی و عدم کردن مرکز همین تسلیم هست. پس وقتی می‌گوییم تسلیم، یعنی آوردن عدم به مرکز و توکل به این فضا، مهم است. غیر از این، که در غم و راحت همه مکر و دام است، غیر از این هر کاری بکنیم مال من‌ذهنی است. درست است؟ و ما می‌دانیم که این فضای گشوده شده که هم خداوند هست و هم ما، برای ما کافی است. یک بیتی داشتیم قبلاً:

## گر نباشد هر دو عالم گو مباحث

### تو تمامی با توام تنها خوش است

(عطار، دیوان اشعار، غزل ۷۱)

این مال عطار است. پس بنابراین، این دو عالمی را که من‌ذهنی [شکل ۵ (مثلاً همان‌ش)] نشان می‌دهد نباشد، یعنی هیچ همانیدگی در مرکز نباشد، اشکالی ندارد چون او یکی این عالم را، یکی آن یکی عالم را نشان می‌دهد

که هر دو جسم است. می‌گوید تو تمامی، یعنی خداوند تمام است، کافی است، «با توام تنها خوش است». بارها ابیاتی خوانده‌ایم در این‌که خداوند کافی هست. در یک آیه‌ای در قرآن هست که می‌گوید «خداوند برای ما کافی است» و همین‌طور این بیت را داشتیم که

## که عبادت مر تو را آریم و بس طمع یاری هم ز تو داریم و بس (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۹۳۲)

پس فقط فضا را باز می‌کنیم [شکل ۶ (مثلث واهمانش)] از او یاری می‌طلبیم، او کافی هست. منظورم این است که شما دیگر فضا را باز کرده‌اید، توکل می‌کنید، تسلیم می‌شوید، کافی هست. کافی هست، یعنی به چیزی از این نقطه‌چین‌ها، همانیدگی‌ها احتیاجی ندارید و می‌دانید که جز تسلیم و توکل در غم و راحت یعنی در شکر و صبر، در غم یعنی چالش، در راحت بدون چالش، هر چیزی مکر و دام است.



شکل ۷ (مثلث ستایش با مرکز همانیدگی‌ها)



شکل ۸ (مثلث ستایش با مرکز عدم)



شکل ۹ (افسانه من ذهنی)



### شکل ۱۰ (حقیقت وجودی انسان)

اما شما این هم در نظر بگیرید که خداوند یا زندگی این لحظه در فکر کمک به ما است [شکل ۸ (مثلث ستایش با مرکز عدم)] اسمش عنایت است دائماً می خواهد جنس خودش را از همانیدگی‌ها جذب کند و ما وظیفه داریم که مرکزمان را عدم کنیم و او را ستایش کنیم.

پس بنابراین وقتی این نقطه چین‌ها را ما ستایش می‌کنیم [شکل ۷ (مثلث ستایش با مرکز همانیدگی‌ها)] همانیدگی‌ها را ستایش می‌کنیم، می‌پرستیم، عنایت، جذبه عقیم می‌شود. یعنی خداوند نمی‌تواند ما را بکشد و توجهش را ما بی‌اثر می‌کنیم به ما. کمکش نمی‌گیریم یعنی، نمی‌گذاریم آب زندگی از ما جاری بشود و این زایش صورت نمی‌گیرد.

اگر ما توکل می‌کردیم، فضا را باز می‌کردیم یعنی این شکل قبلی [شکل ۷ (مثلث ستایش با مرکز همانیدگی‌ها)] یا این [شکل ۸ (مثلث ستایش با مرکز عدم)] شکلی که الآن نشان می‌دهم مرکز عدم هست، جذبه و عنایت کار می‌کند، این زاییده شدن از ذهن خیلی سریع صورت می‌گرفت.

اما این هم افسانه من‌ذهنی است.

### [شکل ۹ (افسانه من‌ذهنی)]

آن مه که ز پیدایی در چشم نمی آید  
جان از مزه عشقش بی گشن همی زاید  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۹۶)

معلوم است که این گشن را نشان می‌دهد، علت‌ها را نشان می‌دهد. بنابراین، اگر شما بیایید بگویید که من همانیدگی‌ها را نگه می‌دارم و عقل و حس امنیت و هدایت و قدرت را از این چیزها می‌گیرم و قضاوت و مقاومت می‌کنم، هشیاری جسمی را ادامه می‌دهم، در فضای به اصطلاح هپروت زندگی می‌کنم، همانیدگی‌ها زندگی می‌کنم و در زمان مجازی زندگی می‌کنم، خواهید دید که به تدریج شما نیروی زندگی را تبدیل به مانع می‌کنید، موانع



ذهنی، مسائل ذهنی و دشمنان ذهنی و با اینها درگیر هستید، این اسمش افسانه من‌ذهنی یا جهنم من‌ذهنی است و اگر این وضعیت را ادامه بدهید، شما به‌عنوان خورشید از درون خودتان طلوع نخواهید کرد، مگر درد این قدر فشار بیاورد که کل این [شکل ۹ (افسانه من‌ذهنی)] به هم بریزد.

گاهی اوقات هم دردهای من‌ذهنی که همین مسئله‌سازی و مسئله حل کردن است، این قدر به ما فشار می‌آورد که این من‌ذهنی متلاشی می‌شود و غیر از آن راه یا غیر از سختی‌ها، اگر یادتان باشد گفت:

إِتِّیَا كَرَهَا مَهَارِ عَاقِلَانَ

إِتِّیَا طَوْعًا بَهَارِ بِي دِلَانَ

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۷۲)

یعنی به زور و به کتک با درد اطاعت کنید این افسار عاقلان است، عاقلان نمی‌توانند دربروند، باید این قدر درد بکشند تا تسلیم بشوند. ولی «اِتِّیَا طَوْعًا» یعنی اطاعت کردن براساس خواست و رضا و فضاگشایی یعنی همکاری با زندگی بهار بی‌دلان است، بهار عاشقان است.

این شخص [شکل ۹ (افسانه من‌ذهنی)] «اِتِّیَا كَرَهَا» را انتخاب می‌کند. یعنی خداوند پس از یک مدتی از ده، دوازده‌سالگی به بعد می‌خواهد آسمان درون هر انسانی را باز کند و اگر مرکز عدم بشود، ما با اطاعت به آن‌ور می‌رویم، اگر مرکز همین من‌ذهنی باشد، با کتک باید برویم، با سختی برویم.

ولی گفت که، با استفاده از آیه قرآن، یا به زور بیایید یا با اطاعت بیایید، با مرکز عدم و با تشخیص زندگی، گفتیم که نه با اطاعت می‌آییم. ان‌شاءالله که با اطاعت می‌رویم که می‌شود این شکل [شکل ۱۰ (حقیقت وجودی انسان)]. این شکل نشان می‌دهد که با اطاعت داریم می‌رویم، این فضای درون با مرکز عدم دارد باز می‌شود.

[شکل ۱۰ (حقیقت وجودی انسان)]

آن مه که ز پیدایی در چشم نمی‌آید

جان از مزه عشقش بی‌گشن همی‌زاید

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۹۶)

همین که مرکز را عدم می‌کنید، تشعشع زیبای زندگی، زنده‌کننده زندگی، زاینده زندگی می‌افتد به من‌ذهنی ما و در نتیجه در اثر صبر و شکر و پرهیز و همین‌طور که این لحظه را با پذیرش قبول می‌کنیم، یواش‌یواش فضا در درون باز می‌شود، ما به‌عنوان خورشید می‌آییم بالا.



خواهیم دید که در این فرآیند اول لحظه را با پذیرش شروع می‌کنیم و همین‌طوری یواش‌یواش شادی بی‌سبب به‌وجود می‌آید، در ما شادی بی‌سبب، یک چشمه‌اش در درون ما باز می‌شود و همین‌طور پس از یک مدتی آفرینندگی و ذوق آفرینش در ما پیدا می‌شود.

هرچه این فضا وسیع‌تر می‌شود، ما به‌عنوان خورشید می‌آییم بالا، می‌بینیم که، عقل زندگی، هدایت زندگی، قدرت زندگی، حس امنیت زندگی، شادی بی‌سبب زندگی، در وجود ما کار می‌کند و حال ما خوب می‌شود. ولی در این شکل بالا [شکل ۹ (افسانه من‌ذهنی)] که افسانه من‌ذهنی است اگر این روش را پیش برویم حال ما خوب نخواهد شد.

اما اجازه بدهید چند بیت دوباره از این‌جا به بعد برایتان بخوانم. شاید کمک کند که در این طرح ما چراغ‌هایی را روشن کنیم، این ابیات کمک کند اشتباه نکنیم، درست بفهمیم، حداقل در فهم درست بفهمیم، ما در مرکزمان اشکال داریم. یعنی یک مریضی داریم و آن مرض همانندگی است و درمان‌هایی که با قوانین ذهنی و علت و معلول می‌کنند روی ما اثر ندارد. یعنی طبیب بیرون نمی‌تواند ما را درست کند، برای این‌که آن‌ها براساس علت و معلول عمل می‌کنند. پس بنابراین هر طبیب بیرونی که با ذهن کار می‌کند، یک راهی را به ما پیشنهاد می‌کند، به‌جای عمارت کردن و درست کردن مرکز ما، خراب‌تر می‌کند.

این سه بیت را می‌خوانم از دفتر اول بیت ۱۰۴

**گفت: هر دارو که ایشان کرده‌اند**

**آن عمارت نیست، ویران کرده‌اند**

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۰۴)

**بی‌خبر بودند از حال درون**

**أَسْتَعِذُّ بِاللَّهِ مِمَّا يَفْتَرُونَ**

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۰۵)

**دید رنج و، کشف شد بر وی نهفت**

**لیک پنهان کرد و، با سلطان نگفت**

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۰۶)

أَسْتَعِذُّ بِاللَّهِ مِمَّا يَفْتَرُونَ: پناه می‌برم به خدا از اکاذیبی که بر هم می‌بافند.



یعنی مولانا می‌گوید که از این‌که من‌های ذهنی می‌خواهند، من‌ذهنی را درمان کنند، می‌خواهند این همانیدگی‌ها را از مرکز ما بردارند، من‌ذهنی را متلاشی کنند و این خورشید را از درون ما بیاورند بالا، یعنی ما را بزایانند، ما را بدتر می‌کند.

**«گفت: هر دارویی که ایشان کرده‌اند»** دکتر یا طبیب الهی، مولانا یا هرکسی که به بی‌نهایت زندگی و ابدیت زندگی زنده شده، وقتی به من‌ذهنی نگاه می‌کند، می‌بیند که راه‌هایی که طبیبان غیرمتخصص، غیرمعنوی نشان داده‌اند، هیچ‌کدام من‌ذهنی را کوچک نکرده هیچ، بزرگ هم کرده، دردهای مرکز را کم نکرده هیچ، زیادتر هم کرده. می‌گوید این‌ها از حال درون بی‌خبر بودند، پس مواظب باشید تا من‌ذهنی داریم نسخه نیچیم برای مردم. بعد می‌گوید پناه می‌برم از اکاذیبی که این من‌های ذهنی می‌بافند در درمان من‌ذهنی. پس یک طبیب الهی رنج انسان را می‌بیند که از همانیدگی است.

توجه کنید، ما دائماً محکوم می‌کنیم به اصطلاح از آثار سخن می‌گوییم، می‌گوییم مثلاً طرف حرص دارد، طرف شهوت دارد، این طرف علاقه به قدرت دارد، عاشق قدرت است، علاقه به پول دارد، عاشق پول است، این آدم حسود است و حسادت را محکوم می‌کنیم. این‌ها آثار است، درست مثل این‌که یک نفر مریض باشد، تب کند، ما لعنت به تب بفرستیم، تب اثر آن مرض است، آن مرض را باید خوب کنی که تب از بین برود.

ما الآن می‌دانیم، درست است که بدمان می‌آید، موعظه می‌کنیم می‌گوییم که آقا حسود نباشید، غیبت نکنید، عیب‌جویی، عیب‌یابی نکنید، عیب‌ها را نگوئید، پشت‌سر هم حرف نزنید، کسی را کوچک نکنید. این‌ها آثار است، باید برگردیم به درون ببینیم که با چه چیزی همانیده شده‌ایم، چه چیزی باعث این کار می‌شود، این آثار می‌شود، نه این‌که همین‌طوری ببافیم چیزی را که نمی‌فهمیم.

برای همین عرض کردم تا زمانی که نمی‌دانیم و توانایی انتخاب نداریم بهتر است به یک بزرگی مثل مولانا گوش بدهیم، همین‌ها را بخوانیم. می‌گوید یک طبیب الهی می‌بیند من‌ذهنی از چه چیزی رنج می‌برد، ولی ممکن است پنهان کند، نگوید یواش یواش رویش کار کند، درست است؟

و این‌جا می‌گوید که

**رنجش از سودا و از صفرا نبود**

**بوی هر هیزم پدید آید ز دود**

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۰۷)





## دید از زاریش، کو زارِ دل است تن خوش است و، او گرفتارِ دل است (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۰۸)

زاری: حالت کسی که مشرف به هلاکت باشد. مجازاً ناله‌ای اندوهبار که از فرط اندوه و سختی خیزد.

زار: زارنده، نالنده، افسرده، غمگین، اندوه

پس رنج ما به عنوان من‌ذهنی اشکال جسمی نیست، از سودا و صفرا و به هم خوردن توازن هورمون و این چیزها نیست. می‌گوید بوی هیزم از دود پدید می‌آید یعنی وقتی به یک کسی نگاه می‌کنی می‌فهمی که مثلاً اگر حرص دارد، غیبت می‌کند، دیگران را کوچک می‌کند، این دردی است که از مرکز همانیده می‌آید. این به خاطر این نیست که هورمون‌هایش به هم ریخته است. یا مثلاً دست‌هایش ضعیف است یا جهاز هاضمه‌اش خراب است، نه. پس بنابراین از زاری، مثلاً یک کسی را نگاه می‌کنیم می‌بینیم هی دارد ناله می‌کند، شکایت می‌کند، محکوم می‌کند، جبر دارد، می‌گوید نمی‌توانم تغییر کنم!

خوب کسی که می‌گوید در جبر من‌ذهنی هستم، در جبر می‌دانم هستم، شما که عارف هستید خیلی‌هایتان، می‌دانید که این درد من‌ذهنی دارد، بدنش خراب نیست. یعنی با این من‌ذهنی، ما این قدر اشتباه می‌کنیم که خودمان را به خطر می‌اندازیم به لحاظ جسمی حتی، جسممان مریض می‌شود. برای این‌که بد می‌بینیم، بد می‌دانیم، علت‌ها را بد تشخیص می‌دهیم. فکر می‌کنیم علت این مرض ما و این آثارش در بیرون است، در جسم ماست. اصلاً در جسم ما نیست. می‌گویند آقا فلان چیز را بخورید خوب می‌شوید، هویج بخورید، نمی‌دانم سیب بخورید، آب پرتقال بخورید، همه‌اش گیاه‌خوار باشید. من‌ذهنی، همانندگی، از بین نمی‌رود.

بنابراین «دید از زاریش، کو زارِ دل است» از زاری یک انسان من‌ذهنی که شما هم الآن دیگر قشنگ تشخیص می‌دهید، اگر دیدید یک کسی ملامت می‌کند، حسادت می‌کند، نگران آینده است، می‌ترسد، احساس گناه دارد، احساس خبط دارد، می‌زند توی سرش چرا سی سال پیش این کار را کردم، می‌فهمد که این زار دل است. مرکزش خراب است، نه این‌که بدنش خراب است.

«تن خوش است و او گرفتارِ دل است.» ما گرفتار مرکزمان هستیم، در مرکزمان درد داریم. خوب اگر مرکزمان درد داریم، در این صورت باید بدانیم که چه دوايي باید بکنیم و الآن می‌گوید:

سُرمه را در گوش کردن شرط نیست

کار دل را جُستن از تن شرط نیست

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۹۵)

گر دلی، رَو ناز کن، خواری مکش

ور تنی، شکر مَنوش و زهر چش

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۹۶)

زهر، تن را نافع است و قند، بد

تن همان بهتر که باشد بی مدد

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۹۷)

سرمه را در چشم می‌کشند، به گوش نمی‌زنند. اگر سرمه را - قدیم فکر می‌کردند اگر سرمه را به چشم بکشند، پرنور می‌شود- در این جا سرمه یعنی شناخت همانندگی و انداختن آن «سرمه جو وَاللَّهُ اعْلَمُ بِالسَّرَارِ»، «سرمه جو» سرمه را می‌کشیدند به چشم، تمثیل می‌زند، یعنی همانندگی را بشناس و هشیاری را از آن بکش بیرون، بگذار بصیرت بشود. درست است؟

و پس امروز خیلی چیزها گفتیم. به صورت مراقبه‌ای به خود نگاه کردن، آئینه زندگی شدن، زیر بار رفتن، این که شما می‌فهمید پندار کمال دارید، در پندار کمال می‌دانید. این که شما می‌فهمید که من ذهنی به جای من اصلی شما نشسته و شما نمی‌دانید، دارید آن را می‌پرستید. و شما می‌دانید که با خدمت کردن به من ذهنی و درست کردن پندار کمال، این که تصویر ذهنی کامل تری به مردم ارائه کنیم، بسازیم، این‌ها به ما کمک نمی‌کند.

«کار دل را جستن از تن شرط نیست» یا اصلاً در سلامتی این تن بکوشید تا بلکه دل درست بشود. می‌گوید اگر فضای گشوده شده دارید، دل دارید، برو افتخار کن و خواری مکش. یعنی چی؟ یعنی کار دل بکن، فضا را باز کن، باز کن، باز کن و افتخار کن. و مولانا کمک می‌کند ما این کار را بکنیم.

ولی اگر من ذهنی هستید، تن هستی، در این صورت باید زهر بچشی و این زهر را تبدیل به درد هشیارانه بکن. هرکسی تن است، من ذهنی است، پندار کمال دارد، نمی‌تواند شکر بنوشد. شادی بی سبب زندگی را نمی‌تواند بفهمد، نمی‌تواند بگیرد. آب حیات از آن ور نمی‌آید.



پس بنابراین امروز گفت تو بدان که اگر درد می‌کشی، اگر ناهشیارانه است به‌خاطر خودت است. برای این‌که تن هستی. از تنت کار دل می‌خواهی، از من ذهنی کار خدا را می‌خواهی، نکن این کار را.

«زهر، تن را نافع است و قند، بد» می‌گوید باید به تن، من ذهنی، درد بدهی، شیرینی ندهی. برای این‌که شیرینی که آن می‌گیرد، همان چیزهای بیرونی است که برای حالش بد است. تن همان که بی‌مدد باشد. یعنی به من ذهنی نباید کمک کنید، هرچه خواست. من دارم می‌میرم! خوب برو بمیر! من به تو کمک نمی‌کنم.

درد ما می‌آید بالا، می‌خواهد اوقات تلخی کند که درد بگیرد بخورد، شما می‌گویید، نه من الان اوقات تلخی نمی‌کنم ولو درد هشیارانه می‌کشم، تسلیم می‌شوم، فضا باز می‌کنم. اگر اوقات تلخی کنم، درد بکشم تو باید بخوری.

یکی از دردهای شما، حسادت شما آمده بالا، رنجش شما آمده بالا، یک دردی در شما هست آمده بالا می‌خواهد شما را بگیرد و بنشیند سرتان و فکرهای دردآور بکنید، دردزا بکنید، بخورد. شما می‌گویید نه. آگاه هستید، چون مراقب هستید. مراقب هستید، حواستان به دیگران نیست، حواستان به خودتان است. می‌بینید که درد آمد بالا، می‌خواهد فکرهایتان را به‌کار بگیرد، نمی‌گذارید، این اتصال را قطع می‌کنید. می‌خواهد بگیرد فکر را درد شما، شروع کنید به فکرهای دردآور، شما فوراً اتصال را قطع می‌کنید با فضاگشایی. فضاگشایی اتصال را قطع می‌کند.

**زهر، تن را نافع است و قند، بد**

**تن همان بهتر که باشد بی‌مدد**

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۹۷)

و الآن می‌گوید که

**خارِ در دل گر بدیدی هر خسی،**

**دست، کی بودی غمان را بر کسی؟**

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۵۳)

**کس به زیر دمّ خر خاری نهد**

**خر نداند دفع آن، بر می‌جهد**

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۵۴)

## برجهد و آن خار، محکم‌تر زند

### عاقلی باید که خاری برگند

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۵۵)

یا «خارش برگند» بعضی نسخه‌ها.

می‌گوید که وقتی که هم‌هویتیم با خار دل، خار دل یعنی من‌ذهنی و دردهایش، دردهای من‌ذهنی خار است. شما می‌دانید سود من‌ذهنی درد است، مثلاً شرکت‌ها سود دارند، می‌گویند آقا شما به‌عنوان شرکت چقدر سود کردید؟ این قدر. به من‌ذهنی می‌گویند شما چقدر سود کردید؟ حساب می‌کند، خط را می‌کشد، این قدر درد ایجاد کردم امسال. آن سود من‌ذهنی است، برای همین می‌گوید «خار دل».

می‌گوید هر خسی، خس کسی است که همانیده با ذهن است، چون همانیده هستیم با دردمان، نمی‌بینیم، اسمش را گذاشته است خس. می‌گوید اگر انسان‌ها می‌دانستند در مرکزشان من‌ذهنی وجود دارد و این خار است و نقص دارند، تبدیل به آیینۀ خدا می‌شدند، چون خس هستند نمی‌بینند، پس بنابراین غم‌ها هم بر آن‌ها دسترسی دارند. غمان: یعنی غم‌ها؛ خس هم یعنی فرومایه و زبون در این‌جا من‌ذهنی است. پس انسان‌ها اصلاً نمی‌دانند من‌ذهنی دارند و درد دارند در مرکزشان.

## خارِ در دل گر بدیدی هر خسی،

### دست، کی بودی غمان را بر کسی؟

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۵۳)

یعنی غم‌ها به آدم‌ها نمی‌توانستند دسترسی پیدا کنند. اما همان‌طوری که شما بیایید به زیر دم خر نزدیک به آن نشیمن‌گاهش یک خار فرو کنید، خر برای دفعش شروع می‌کند به جفتک انداختن، هرچه بیشتر جفتک می‌اندازد این خار بیشتر فرو می‌رود. ما هم من‌ذهنی، ما را درد می‌آورد، چون نمی‌بینیم این در مرکزمان است، شروع می‌کنیم به واکنش نشان دادن، اوقات تلخی کردن، ملامت کردن. تمام اداهای من‌ذهنی را درمی‌آوریم، خار بدتر می‌شود، درد ما بیشتر می‌شود، برای همین است که می‌گوید:

## کس به زیر دمّ خر خاری نهد

### خر نداند دفع آن، بر می‌جهد

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۵۴)



من ذهنی به عنوان خر نمی‌تواند این خار دلش را بیرون بیاورد، برای همین می‌گوییم که شما یک مدتی باید مولانا گوش کنید، صبر کنید، شکر کنید، روی خودتان کار کنید، ناظر خودتان باشید، عجله نکنید.

«کس به زیر دمّ خر خاری نهد» عجله و شتاب، سؤال کردن قسمتی از این جفتک‌اندازی‌های خر است. خر می‌گوید دفع آن را نمی‌داند. واضح است دیگر. شما یک چیزی، خاری زیر دمّ خر بگذارید، خر که نمی‌تواند آن را در بیاورد، باید بایستد تا یک انسانی بیاید آن خار را بکشد بیرون. ما هم باید بایستیم یک آدمی مثل مولانا بیاید این خار را تشخیص بدهد و بیاورد بیرون.

اگر آن خر برود به پیش یک خر دیگر و بگوید این خار را در بیاور او تشخیص نمی‌دهد. یک من‌ذهنی هم پیش یک من‌ذهنی دیگر برود به جای پیر، او تشخیص نمی‌دهد. برای همین می‌گوید «برجهد و آن خار، محکم‌تر زند» عاقلی، خردمندی، پیری باید آن خار را بکند.

**\*\*\* پایان بخش دوم \*\*\***



پس متوجه شدیم که من ذهنی متوجه خارِ مرکزش نیست، دردش نیست. و امروز مولانا گفت که، درمان‌هایی که من‌های ذهنی می‌کنند بی‌فایده است و من‌ذهنی را به‌جای عمارت کردن، یعنی خوب کردن، خراب‌تر می‌کند. و بعد تمثیل زد که، این شبیه این است که زیر دُمِ خر خار بنهند و انتظار داشته باشیم که خر می‌تواند، یا یک خر دیگر می‌تواند این خار را بکند. یک عاقلی می‌خواهد، خردمندی می‌خواهد، زنده به زندگی می‌خواهد، پیر می‌خواهد، این را بکند که در این مورد ما مولانا را انتخاب کردیم. و توضیح می‌دهد که

**خر ز بهر دفع خار از سوز و درد  
جفته می‌انداخت، صد جا زخم کرد**  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۵۶)

**آن حکیم خارچین اُستاد بود  
دست می‌زد جا به جا می‌آزمود**  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۵۷)

و شما می‌دانید که خر برای دفع خار جفتک می‌اندازد و خودش را این‌قدر این‌ور آن‌ور می‌زند که همه‌جایش را زخمی می‌کند. ما هم حواسمان نیست که در مرکزمان یک خاری داریم، یک نیشی داریم، که این دائماً به ما درد می‌دهد، خراب‌کاری می‌کند.

**چون ز زنده مرده بیرون می‌کند  
نفس زنده سوی مرگی می‌تند**  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۰)

این من‌ذهنی در مرکز ما خراب‌کاری می‌کند. ما خراب‌کاری را که ضرر به ما است دائماً به گردن دیگران می‌اندازیم، ما خودمان داریم می‌کنیم. بیت اول اشاره می‌کند به این‌که شما وقتی می‌بینید که دارید خراب‌کاری می‌کنید بایستید. بایستید خودتان را به‌صورت ناظر نگاه کنید، بگویید من در مرکز چه دارم که سبب می‌شود که بیرونم این‌قدر خراب بشود، من باید روی خودم کار کنم. و برای کمک من‌های ذهنی را انتخاب نکنید مولانا را انتخاب کنید، که حکیم خارچین است. یعنی همانندگی را پیدا می‌کند، دردها را پیدا می‌کند، می‌بینید که یواش‌یواش که ما این بیت‌ها را می‌خوانیم، شما دردهای خودتان را می‌بینید. چرا؟ برای این‌که آینه شدید.

از زمانی که شما صمیمانه و صادقانه از ته دلتان براساس خواست خودتان و انتخاب خودتان انتخاب کرده‌اید و قبول کرده‌اید که ایراد دارید، نقص دارید، از آن موقع شده‌اید آینه خدا. و یک جورهایی اشکالات خودتان را



پیدا می‌کنید، می‌بینید، شناسایی می‌کنید. شناسایی مساوی آزادی است. آزاد می‌شوید. یک مدتی در هشیاری‌تان نگه می‌دارید که من از پدرم، از مادرم، از همسر قبلی‌ام، از بچه‌ام، رنجش دارم این باید بیفتد. پس از یک مدتی می‌بینید نیست، رفت، برای این‌که شناسایی کردید. چه کسی این‌ها را به شما نشان داده تا حالا؟ مولانا، با همین ابیات. که امروز گفت، مواظب باش وقتی نور از خانه بغلی می‌افتد مال خودت ندانی، سرکش نشوی.

همین‌که سرکش بشویم دوباره آن پرده پندار می‌آید. پرده پندار چیزی نیست جز من‌ذهنی بسیار زیبایی که ما برای خودمان ساخته‌ایم، این برای ارائه به مردم است. ما الآن می‌فهمیم که ارائه به مردم سبب ناموس می‌شود. ما ناموس و حیثیت بدلی را نمی‌خواهیم. و آن موقع این تصویر ذهنی زیبا که دروغین است به درد خداوند هم که نمی‌خورد، برای این‌که ما در مقابل ایشان می‌گوییم ما می‌دانیم، وقتی ما می‌دانیم، دیگر آینه هم نمی‌شویم. اقلًا بگذار این زُمختی ما و گرفتاری ما یک آینه بشود که آن بیاید رویش کار کند. مثل نجار که گفتیم این کُنده درخت را می‌برد و میز صندلی زیبا درست می‌کند. و توجه کنید که هرچقدر این من‌ذهنی ما خراب است، مرکز ما خراب است، اگر تسلیم بشویم، اگر قبول کنیم خراب است و بخواهیم، طلب درست کردن داشته باشیم، آینه می‌شویم و خداوند استادی خودش را نشان می‌دهد.

## کای مُحِبِّ عَفْو، از ما عفو کُن

### ای طیبِ رنجِ ناسورِ کهن

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۵۳)

می‌گوید، او مُحِبِّ عَفْو است، یعنی عفو را دوست دارد، کمک را دوست دارد. چرا این قدر ما مقاومت می‌کنیم نمی‌گذاریم او ما را عفو کند، کمک کند؟

در این‌جا دوتا غزل ساده برایتان می‌خوانم بعد می‌رویم سراغ غزلمان، غزل اصلی‌مان. این غزل‌های ساده حداقل مفهوم را به ما می‌فهماند که جریان چه است، و شما درست می‌بینید. خواهش می‌کنم خوب دقت کنید. می‌گوید:

ما را سفری فتاد بی ما

آن جا دل ما گشاد بی ما

آن مه که ز ما نهان همی شد

رخ بر رخ ما نهاد بی ما



## چون در غم دوست جان بدادیم

### ما را غم او بزاد بی ما

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۸)

پس می‌بینید مولانا یک «من» تعریف می‌کند، این من ذهنی است، یک «من» دیگر من اصلی است. می‌گوید، ما را بدون من ذهنی ما یک سفری افتاد. پس مشخص می‌شود که وقتی فضا را باز می‌کنیم من اصلی ما بدون من ذهنی ما شروع می‌کند به سفر. تا حالا سفر می‌کردیم به همانندگی‌ها، یادتان است؟ هفته‌های قبل بود. آن سفر نه، با ما سفر می‌کردیم. می‌خواهیم من اصلی ما که در اثر فضای گشوده شده خودش را به ما نشان می‌دهد با مرکز عدم، بدون من ذهنی سفر کند، که وقتی سفر را می‌کنیم ما به این فضای گشوده شده دل ما باز می‌شود.

و «آن مه» یعنی خداوند، که از ما نمان می‌شد، رُخش را بر رُخ ما نهاد، یعنی با ما یکی شد، ما حس وحدت کردیم. و در نتیجه در اثر این گشوده شدن دل ما و وحدت ما که گفتیم تابشش می‌خورد به من ذهنی، ما در من ذهنی آسان‌گیر می‌شویم.

در نتیجه جان ذهنی را می‌دهیم می‌رود. و متوجه می‌شویم که غم او را داریم، یعنی غم یا درد یا منظور زنده شدن به زندگی را داریم. «ما را غم او بزاد بی ما» یعنی من اصلی ما، ما فهمیدیم که مرکز عدم ما غم زنده شدن به معشوق، به خداوند، را دارد، بنابراین غم‌های من ذهنی را رها کردیم رفت. زاییده شدیم از ذهن. «ما را غم او بزاد بی ما». بدون من ذهنی ما و دخالت آن من اصلی ما از من ذهنی زاییده شد.

ماییم همیشه مست بی می

ماییم همیشه شاد بی ما

ما را مکنید یاد هرگز

ما خود هستیم یاد بی ما

بی ما شده‌ایم شاد، گوئیم

ای ما که همیشه باد بی ما

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۸)

ما بدون می بیرونی، می‌ای که از چیزها می‌گیریم از همانندگی‌ها می‌گیریم، مست هستیم.





ماییم همیشه مست بی می

ماییم همیشه شاد بی ما

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۸)

بدون من ذهنی ما همیشه شادی بی سبب داریم. پس بنابراین این سبب‌هایی را که من ذهنی نشان می‌دهد، اگر به این برسیم، به این برسیم، به این برسیم شادی بی سبب خواهیم داشت، این غلط است.

«ماییم همیشه مست بی می» بدون می چیزهای بیرونی ما همیشه مست شراب ایزدی هستیم. بدون من ذهنی، یعنی بی ما، ما همیشه شاد هستیم چون چشمه شادی در درون ما است. هی من‌های ذهنی ما را یاد نکنند چون من‌های ذهنی که به ما زنگ می‌زنند ما را یاد می‌کنند، من ذهنی ما را می‌آورند بالا. وقتی من ذهنی ما بالا نمی‌آید و فضا گشوده شده هست، مرکز ما عدم است، ما به یاد خدا هستیم، به یاد خودمان هستیم. ما باید در یاد زندگی باشیم. ما در یاد زندگی باشیم باید زنده به او باشیم. «ما را مکنید یاد هرگز» هیچ کس یاد من را نکند، به من زنگ نزنند، نیاید مرا ببینند.

این معنی‌اش این نیست که ما تنها زندگی کنیم، معنی‌اش این است که شما بدانید احوال‌پرسی مردم، اگر من ذهنی داشته باشند، فقط من ذهنی شما را بالا می‌آورد، نگرانی شما را بالا می‌آورد.

«ما را مکنید یاد هرگز» چرا؟ برای این که بی من ذهنی ما در یاد خداوند هستیم، در یاد زندگی هستیم، برای این که از جنس زندگی می‌شویم.

«بی ما شده ایم شاد گوییم» بدون من ذهنی ما شاد هستیم. چه می‌گوییم؟ می‌گوییم ای کاش که همیشه ما به عنوان من اصلی بدون من ذهنی باشیم، ای کاش همه آدم‌ها بدون من ذهنی باشند. ما باید به هم کمک کنیم مای اصلی باشیم، زنده به بی نهایت خداوند بدون من ذهنی. این کار ما است. باید به هم کمک کنیم. نه عقاید خودمان را تحمیل کنیم، نه به زور. با ارتعاش زندگی، با شناسایی زندگی در دیگران. برای این کار باید خودمان در یاد زندگی باشیم.

درها همه بسته بود بر ما

بگشود چو راه داد بی ما

با ما دل کیقباد بنده‌ست

بنده‌ست چو کیقباد بی ما



## ماییم ز نیک و بد رهیده از طاعت و از فساد بی ما (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۸)

کیقباد: در اینجا نماد قدرت و سلطانی است.

«درها همه بسته بود بر ما» شما می‌بینید هم درهای زندگی برای ما بسته است، در خدا بسته است، در خدا بسته باشد درهای بیرونی هم بسته است شما به هر سمتی می‌روید می‌گویید بروم این را به دست بیاورم آخرش به درد می‌خورد، هیچ دری در بیرون هم باز نیست.

می‌گوییم بیایم ازدواج کنیم همسر پیدا کنیم، می‌بینیم همسر ما به ما زندگی نمی‌دهد از این رابطه درد ایجاد شد. می‌گوییم بچه‌دار بشویم بچه‌ها حال ما را بهتر کنند می‌بینیم که آن‌ها هم دردهای خودشان را به وجود آوردند، زندگی ما بدتر شد. هر چیزی که به ذهنمان می‌بینیم به نظر می‌آید یک در بیرونی است، گشایشی است اگر این در زندگی بسته باشد آن هم بسته می‌شود.

## درها همه بسته بود بر ما بگشود چو راه داد بی ما (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۸)

وقتی زندگی درش را باز کرد می‌بینیم که نه تنها در زندگی باز شد، درهای بیرون هم بر ما باز شد. «با ما دل کیقباد بنده است»، اگر شاه، کیقباد یعنی شاه، اگر شاه همانیده باشد بنده این دنیا است، شاه نیست. اما بنده اگر بی «من» باشد مثل شاه است؛ یعنی اگر انسانی باشد که هیچ مقامی هم نداشته باشد ولی «من» نداشته باشد، شاه این جهان است.

هیچ چیزی نمی‌تواند مرکزش را در سلطه بگیرد، در کنترل بیاورد و بنابراین ما هستیم که از نیک و بد یعنی قضاوت رهیده‌ایم. این که می‌گوییم این قدر قضاوت نکنید، نیک و بد نکنید، در نهایت ما از قضاوت می‌رهیم.

## ماییم ز نیک و بد رهیده از طاعت و از فساد بی ما (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۸)



یعنی بدون من‌ذهنی ما نمی‌گوییم که این شخص عبادت می‌کند چقدر آدم خوبی است چقدر سالم است، آن یکی رفته یک راه دیگر، او فاسد است، به دل باید نگاه کنیم. بنابراین صرفاً این یک نفر یک کارهایی انجام می‌دهد به‌نظر عبادت می‌آید با من‌ذهنی، این نه طاعت این طاعت است نه فساد آن یکی. یک کسی ممکن است واقعاً به زندگی زنده باشد، آن کارها را نکند، از نظر ما می‌گوییم این فاسد است، این به‌فرض آن دین‌دار است. نه این‌طوری طبقه‌بندی نکن بلکه ببین چقدر زنده به زندگی است، زنده به خداوند است.

اجازه بدهید یک غزل خیلی ساده هم برای شما بخوانم بعد برویم غزلمان را بخوانیم و این غزل را قبلاً خوانده‌اید:

روحی‌ست بی‌نشان و ما غرقه در نشانش  
روحی‌ست بی‌مکان و سر تا قدم مکانش

خواهی که تا بیایی؟ یک لحظه‌ای مجویش  
خواهی که تا بدانی؟ یک لحظه‌ای مدانش  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۶۶)

آن قسمت‌های اول را می‌توانیم سؤالی بخوانیم یا نخوانیم.

چون در نهانش جویی، دوری ز آشکارش  
چون آشکار جویی، محجوبی از نهانش  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۶۶)

محجوب: در حجاب، در پرده

یک هشیاری هستیم امتداد خدا هستیم، نشان نداریم پس هرچه که به‌صورت نشان جست‌وجو می‌کنیم آن خدا نیست، ما هم نیستیم.

«روحی‌ست بی‌نشان و ما غرق در نشانش»، پس همه آن چیزهایی که با ذهنمان می‌بینیم، نشان‌های آن روح است، آثار آن روح است. و در یک بی‌تی داشتیم می‌گفت که «بس شد از آثار مرا»، «بس شد از آثار مرا»، پس بنابراین از آثار ما سیر شده‌ایم.

آن چیز که ذهنمان نشان می‌دهد ما می‌دانیم که این هشیاری اصلی ما نیست، پس ما اگر هم‌هویت شدیم، غرقه شدیم در نشان‌ها می‌دانیم این کار درست نیست. نشان‌هایش همه فکریایی است که در ذهن ما رد می‌شود.



بدن ما و هرچه که داریم، به ذهن می‌توانیم ببینیم نشان‌های آن است و این روح مکان ندارد از جنس مکان نیست ولی ما می‌دانیم طبق نظر فیزیک‌دان‌ها ۹۹/۹۹ درصد بدن ما خالی است. «سر تا قدم مکانش» یعنی همه‌اش ما او هستیم.

می‌گویند که در نهایت اگر ما را خیلی بخواهند تجزیه کنند آخر سر می‌رسیم به فضای خالی که بعضی مواقعها جامد است، بعضی مواقعها موج است، ما. پس بنابراین ما از جنس هشیاری هستیم یا خداوند هستیم، فقط باید بدانیم که این جامد بودن ما توهمی است. تمام وجود ما خلأ هست و زندگی خودش را به صورت خلأ در ما نفوذ داده. اما ما باید این را پیدا کنیم و به آن زنده بشویم. می‌گوید می‌خواهی بیابی‌اش؟ یک لحظه با ذهنت جست‌وجو نکن. می‌خواهی بشناسی‌اش؟ یک لحظه با ذهنت شناسایی نکن.

«خواهی که تا بیابی؟ یک لحظه‌ای مجوییش»، شما هم می‌توانید انصتوا را رعایت کنید این‌همه صحبت کردیم راجع به خاموشی ذهن و خداوند و یا اصل خودتان را به صورت ذهن، نشان، یعنی آن چیزی که ذهن نشان می‌دهد جست‌وجو نکنید، با هشیاری جسمی جست‌وجو نکنید.

می‌خواهی بشناسی می‌گوید، خدا را؟ یک لحظه شناس، تبدیل به او می‌شوی ما باید تبدیل به او بشویم. می‌گوید اگر در نهان بجویی آشکارش را نمی‌بینی، اگر آشکارش را ببینی، یعنی اگر در بیرون جست‌وجو کنی در درونت نمی‌بینی، اگر در درون جست‌وجو کنی بیرونش را نمی‌توانی. پس بنابراین می‌گوید که باید از این آشکار و پنهان که ذهن نشان می‌دهد، خارج بشوی. یعنی نه در بیرون است نه در درون توست برای این‌که هر دو فضای جسمی هست اما می‌گوید:

**چون ز آشکار و پنهان بیرون شدی به برهان**

**پاها دراز کن خوش می‌خسب در امانش**

**چون تو ز ره بمانی، جانت روانه گردد  
وآنکه چه رحمت آید از جان و از روانش**

**ای حبس کرده جان را، تا کی کشی عنان را؟**

**درتاز، درجهانش، اما نه در جهانش**

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۶۶)



عنان کشیدن: زمام مرکب را کشیدن و او را از حرکت بازداشتن. مجاز از بازایستادن و توقف کردن. همان مقاومت من‌ذهنی.

جهاندن: به جهش، پرش، یا حرکت سریع واداشتن

می‌گوید اگر آشکار و پنهان که به‌وسیله ذهن صورت می‌گیرد، اگر از این بگذری یعنی پایین هم می‌گوید. می‌گوید اگر نروی به ذهنت، اگر فضا را در این لحظه باز کنی و به آن چیزی که ذهنت نشان می‌دهد توجه نکنی و نروی آن‌جا خودت یا خدا را جست‌وجو کنی، چجوری؟ با برهان، برهان در این‌جا همین فضای گشوده شده است برهان خودش است اگر یک جوری این برهان را پیدا کنی در خودت با فضاگشایی، برهان، برهان‌های ذهنی نیست.

«چون ز آشکار و پنهان بیرون شدی به برهان، پاهای دراز کن خوش»، اگر به این برهان به این زندگی زنده شدی در این صورت پاهایت را دراز کن در امانش بخسب، برای این‌که از جنس او شدی. الآن دیگر حس امنیت، حس هدایت، حس زنده‌بودن، حس شادی را از او می‌گیری.

«چون تو ز ره بمانی»، یعنی اگر به ذهنت مسافرت نکنی، به همان‌دگی‌ها نروی که از آن‌ها زندگی جست‌وجو کنی جانت روان می‌شود، و پایین می‌گوید که اگر مقاومت نکنی، اگر تو با ذهنت سفر نکنی یا به‌صورت من‌ذهنی به چیزهای مختلفی در ذهنت سر نزنی و از آن‌جا زندگی بخواهی این جانت شروع می‌کند به روان شدن، آب حیات شروع می‌کند از ما گذشتن. همین امروز گفتیم ما یک جویی هستیم که آب از آن‌جا رد می‌شود در صورتی که مقاومت صفر باشد.

«وانگه چه رحمت آید از جان و از روانش»، آن موقع چه رحمت می‌آید، چه لطفی می‌آید از جان و روان شدن آن. «ای حبس کرده جان را، تا کی کشی عنان را؟»، تا کی می‌خواهی ترمز کنی، مقاومت کنی؟ ای کسی که جانت را در ذهنت حبس کردی و مقاومت می‌کنی، عنان کشیدن یعنی عنان اسب را کشیدن.

یعنی هر لحظه که زندگی می‌خواهد یک کاری روی ما بکند ما می‌ترسیم جلویش را می‌گیریم. توکل نداریم، فضاگشایی نداریم، خودمان را نمی‌سپاریم دست زندگی. «درتاز» می‌توانیم این‌طوری بخوانیم یعنی بتاز به‌صورت هشیاری بتاز «درجهانش»، یعنی به‌صورت جهیدن از او بلند شو اما نرو به «جهانش»، جهانش یعنی آن چیزی را که ذهن نشان می‌دهد.

«درتاز درجهانش» یا می‌توانستیم بگوییم در تاز در جهیدنش یعنی بگذار تو را بجهاند او، یعنی از ذهن بیاورد شما را بجهاند. اما نه شما بروید به جهان آن، به جهانی که ذهن نشان می‌دهد. بله این‌ها را دیگر می‌دانید.



## بی حرص کوب پایی، از کوریِ حسد را زیرا حسد نگوید از حرص ترجمانش

آخر ز بهرِ دو نان تا کی دوی چو دونان؟  
و آخر ز بهرِ سه نان تا کی خوری سِنانش؟  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۶۶)

دون: پست، فرومایه

سِنان: سرنیزه

«بی حرص کوب پایی» یعنی در این لحظه فضا را باز کن و حواست را ندهی به این که تو یک ذره آن چیزی را که داری اضافه کنی، حرص یعنی زیاده خواهی. اصلاً قبول کن که زیادتر از این شما نمی خواهی، به لحاظ همانیدن. «بی حرص کوب پایی». نمی خواهد همانندگی ها را یک ذره، یک ذره، زیادتر کنی تا زندگی شما زیادتر بشود. و بگذار حسد کور بشود. حسد کور بشود یعنی شما مقایسه را بگذار کنار، خودت را کاهش نده به جسم. حسد چجوری به وجود می آید؟ ما که از جنس زندگی هستیم خودمان را کاهش می دهیم به جسم، خودمان را با یکی دیگر مقایسه می کنیم، می خواهیم برتر در بیاییم و حسودی مان می شود. می گوید، این پدیده را نگذار در خودت به وجود بیاید.

ما هم می خواهیم اضافه کنیم، اضافه کنیم، برتر از دیگران بشویم برای این که یک قسمتی از این مرض تولید حسد می کند. برای این که حسد، یعنی آدم حسود، حرص دارد و کسی که حرص دارد و می خواهد چیزهای جهانی را زیادتر بکند و زندگی پیدا کند نمی تواند ترجمان زندگی بکند، یعنی نمی تواند زندگی را بیان کند. یادتان است می گفت که

غیر نطق و غیر ایما و سِجَل  
صد هزاران ترجمان خیزد ز دل  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۲۰۸)

غیر از نوشتن، «غیر نطق و» غیر گفتن، غیر از ایما و اشاره، غیر از نوشتن، صد هزاران جور ما می توانیم زندگی را بیان کنیم. «ترجمان» یعنی بیان زندگی.



بنابراین کسی که حرص دارد نمی‌تواند زندگی را بیان کند. به همین دلیل می‌گوید، بی‌حرص، بدون این‌که نگران زیادتر کردن چیزهای همانیده باشی شروع کن به رقصیدن. «بی‌حرص کوب پایی، از کوری حسد».

و ذهنت از نظر مقایسه هرچه به تو می‌گوید این، این زد جلو؛ بگذار، بگذار بزند آقا، بگذار بزنند در همانیدگی‌ها از ما جلوتر، نمی‌خواهد ما خودمان را مقایسه کنیم، من می‌خواهم زندگی را بیان کنم.

و خودش دارد معنی می‌کند، می‌گوید، برای دوتا نان چقدر خودت را پست می‌کنی؟ یعنی یک نانت بشود دو نان خودت را پست می‌کنی. بعد آن موقع برای این‌که دوتا نان را سه تا نان کنی این قدر باید سرنیزه بخوری، درد بکشی! برای چه؟! در جهان همانیده.

توجه می‌کنید؟ به ما گفت که، مواظب باش به این ترتیب تو غرقه در نشانِ روح نشوی. نشان‌های روح یا هشیاری برای این است که ما ببینیم و بشناسیمش. توجه می‌کنید؟ برای همین آمدیم. یادمان باشد این «خواهی که تا بیایی»، یا سؤالی بخوانیم:

**خواهی که تا بیایی؟ یک لحظه‌ای مجویش**

**خواهی که تا بدانی؟ یک لحظه‌ای مدانش**

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۶۶)

می‌خواهی بیایی؟ اصلاً برای یابیدن آمدیم، یافتن آمدیم. برای شناسایی مجدد آمدیم ما، ما از جنس آلت هستیم برای این کار آمدیم. اصلاً مقصود زندگی ما این است که او را بیابیم، او را بشناسیم به صورت خودمان تا به او زنده بشویم، و او این کار را می‌کند.

می‌گوید، تو با این‌که با ذهنت می‌خواهی بجویی و با ذهنت شناسی جلوی این کار را گرفتی. و آن موقع غرق نشان‌هایش شدی. و از نشان‌هایش این است که ما هشیاری جسمی پیدا کردیم. هشیاری جسمی‌ای که ما می‌خواهیم دو نان را سه نان بخوریم هی سرنیزه می‌خوریم از آثار روح ماست، هشیاری ماست، ما نباید مشغولش باشیم. برای همین می‌گوید: «روحی‌ست بی‌نشان و» که ما باید به آن زنده بشویم، اما ما مشغول نشان‌هایش هستیم! ما نشان‌هایش را نمی‌خواهیم.

و همین‌طور مولانا در این چند بیت می‌گوید که، این تن ما لباس روح ماست، لباس هشیاری ماست. یعنی این تن، فکر، هیجان و جانِ ذهنی ما، جانی که به صورت حیوانی ما حس می‌کنیم، این‌ها لباس یا مثل کفش روح ما است و ما باید به این روح زنده بشویم.



«در بیان آنکه تن، روح را چون لباسی است و این دست، آستین دستِ روح است و این پای، موزه پایِ روح است.»

(تیترا)

می‌گوید، این دست درواقع آستین دستِ اصلی ما است. پس ما یک هشپاری داریم که امروز هم گفت همه‌اش آن هشپاری است، ۹۹/۹۹ درصد ما آن هشپاری است. و این چیزی که به‌عنوان پوشش می‌بینیم، این مثل لباس آن روح ما است، نباید مشغول لباس بشویم طبق این بیت‌ها.

تا بدانی که تن آمد چون لباس

رَو، بَجُو لَابِس، لِبَاسِی رَا مَلِیس

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۶۱۰)

روح را توحید الله خوشترست

غیر ظاهر، دست و پای دیگرست

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۶۱۱)

لابِس: پوشنده لباس

مَلِیس: فعل امر از لیسیدن به معنی بوسیدن و شیفته شدن

تو بدان که تن ما، در این مورد من‌ذهنی ما، مثل لباس است. ما از ترکیب این تن و فکر و جانمان و هیجانانمان یک من‌ذهنی درست کردیم. می‌گوید که، این پوششِ روح ما است.

و امروز داشتیم می‌گفت که، این هشپاری‌ست که این تن ما را به رقص درمی‌آورد. ما قبل از مردن به این هشپاری باید زنده بشویم، آگاه بشویم. این معادل بیرون آمدن این خورشید از مرکز ما است، معادل زنده شدن ما به بی‌نهایت و ابدیت خداست، تو بدان که تن لباس است و برو لباس پوشنده را پیدا کن، نه لباس را. لباس را «ملیس».

بعد می‌گوید، برای روح ما، هشپاری ما، یکی شدن با خدا خوش‌تر است. و غیر از این ظاهر ما دست و پای دیگری داریم. یعنی ما به‌عنوان هشپاری یک، هشپاری که روی هشپاری زنده می‌شود ما یک وجود کامل هستیم، آن را باید پیدا کنیم ما.





## دست و پا در خواب بینی و ائتلاف

### آن حقیقت دان، مدانش از گزاف

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۶۱۲)

## آن توی که بی بدن داری بدن

### پس مترس از جسم، جان بیرون شدن

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۶۱۳)

ائتلاف: به هم پیوستن، با هم پیوستن، پیوستگی

می‌گوید که، اگر، این خواب خواب حضور است، اگر در خواب فضا را باز کردی دیدی یک انسان دیگری، یک شخص دیگری که از جنس حضور است، نظر است، در تو زنده شد نترس و فکر نکن که این از گزاف است، یعنی دروغ است.

پس یواش یواش که فضا را باز می‌کنیم می‌بینیم که یک انسان دیگری در ما متولد می‌شود. اگر در شما متولد شد این خرافه نیست، این اصل شماسست، اصلاً برای همین آمدیم ما. «عالمی دیگر نباید ساخت و از نو آدمی». این آدم جدید همین است که از متلاشی شدن همانندگی‌ها در مرکز ما می‌آید بالا، که امروز گفت ما متولد می‌شویم از من ذهنی. این‌ها را باید عمل کنیم، تبدیل بشویم، نه به صورت ذهن در بیاوریم.

می‌گوید، این تو هستی که بی بدن بدن داری. برای همین مولانا می‌گوید که قبل از مردن من ثقل کرده‌ام. این تو هستی که بدون بدن ظاهری یک بدن دیگری داری که می‌توانی به آن زنده بشوی، پس بنابراین این‌که جانت از جسمت برود بیرون اصلاً نترس.

اگر متوجه شدی که در درون تو یک هشپاری دیگری، یک بدن دیگری دارد زنده می‌شود و دارد به صورت حضور ناظر فکرها را می‌بیند، جلوییش را بگیر، نگو این خرافات است و دروغ است. درست است؟ خوب اجازه بدهید رسیدیم به بیت اول دوباره.



شکل ۱۱ (مثلث عدم بلوغ معنوی)



شکل ۱۲ (مثلث بلوغ معنوی)



شکل ۱۳ (شش محور اساسی زندگی با افسانه من ذهنی)



شکل ۱۴ (شش محور اساسی زندگی با حقیقت وجودی انسان)

[شکل ۱۱ (مثلث عدم بلوغ معنوی)]

آن مه که ز پیدایی در چشم نمی آید  
جان از مزه عشقش بی گشن همی زاید  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۹۶)



این دو شکل [شکل ۱۱] (مثلث عدم بلوغ معنوی) و [شکل ۱۲] (مثلث بلوغ معنوی) هم به شما نشان می‌دهم. که اگر مرکز انسان همانندگی داشته باشد [شکل ۱۱] (مثلث عدم بلوغ معنوی) و قضاوت و مقاومت و هشیاری جسمی داشته باشد، معمولاً کمیابی‌اندیش است و ارزش خودش را به ارزش این نقطه‌چین‌ها، جسم‌ها، تقلیل می‌دهد و این شخص می‌خواهد خودش را و اصلش را و خداوند را به صورت فکر و جسم ببیند.

و همین‌جور فکر کردن در صورتی که فضاگشایی کنیم [شکل ۱۲] (مثلث بلوغ معنوی) در اثر ارتعاش عشقی تغییر می‌کند، یواش‌یواش ما می‌دانیم ارزش خودمان را به‌عنوان انسان می‌شناسیم.

و این‌که امروز می‌گفت، این شیطان نشسته به‌جای امیرالمؤمنین، متوجه می‌شویم که این امیرالمؤمنین همین زنده شدن انسان به بی‌نهایت خداوند است و یواش‌یواش این تبدیل صورت می‌گیرد. یعنی مرتب این فضای درون باز می‌شود و هرچه بازتر می‌شود می‌بینیم ما فراوانی‌اندیش می‌شویم [شکل ۱۲] (مثلث بلوغ معنوی) و روا می‌داریم زندگی را به دیگران، خوشبختی را به دیگران، فراوانی را به دیگران، ارزش خودمان را می‌فهمیم و متوجه می‌شویم که مرتب می‌خواهیم به زندگی روشن باشیم. «تا تو با من روشنی، من روشنم / از ترازو کم کنی من کم کنم»

ترازو را می‌بینیم ما به هم نمی‌زنیم و مقدار زیادی هشیاری نظر داریم و مرتب مرکزمان را عدم نگه می‌داریم.

و همین‌طور این دوتا شکل شش ضلعی [شکل ۱۳] (شش محور اساسی زندگی با افسانه من‌ذهنی) و [شکل ۱۴] (شش محور اساسی زندگی با حقیقت وجودی انسان) را سریع خدمت شما توضیح بدهم که اگر کسی به این بیت عمل کند یواش‌یواش این همانندگی‌ها از مرکزش بیرون خواهد رفت. و متوجه خواهد شد که هرچه فضاگشایی می‌کند دارد اقرار آلت می‌کند، دارد می‌گوید که من از جنس زندگی هستم و هرچه اقرار می‌کند به آلت و از جنس زندگی می‌شود قضا و کُن‌فکان به او کمک می‌کند، یعنی این لحظه خداوند درون و بیرونش را می‌نویسد و او مقاومت نمی‌کند و اجازه می‌دهد که زندگی روی او کار کند.

و هرچه جلوتر می‌رود می‌بیند که درونش در بیرون منعکس می‌شود و اتفاقات بد دیگر برایش نمی‌افتد و مرتب تسلیم و فضاگشایی می‌کند و مرتب تجربه می‌کند که ذهنش خاموش است و بالاخره این فضا این قدر باز می‌شود که زاییده بشود از ذهن، و بی‌نهایت بشود که این همان کَرَمنا و کوثر یا گرمی‌داشت و فراوانی خداست.

پس بیت اول را فهمیدیم، اما می‌گوید بیت دوم:

عقل از مزه بویش وز تابش آن رویش

هم خیره همی‌خندد، هم دست همی‌خاید

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۹۶)



عقل یعنی عقلِ جزوی، چه چیزی نمی‌گذارد ما تغییر کنیم؟ عقلِ من‌ذهنی ما. اما عقلِ در صورتی که مرکز را عدم کنیم و فضا را باز کنیم مزه‌ارتعاش را می‌چشد، به عبارت دیگر فضاگشایی درون ما، رویِ عقلِ ما اثر می‌گذارد. و این عقلِ سخت‌گیری‌اش را از دست می‌دهد.

«عقل از مزه‌بویش وز تابشِ آن رویش» پس می‌بینیم وقتی مرکز را عدم می‌کنیم در این شکل‌ها [شکل ۹ (افسانه من‌ذهنی)] و [شکل ۱۰ (حقیقت وجودی انسان)]، رویِ معشوق، خداوند تشعشع می‌کند، تابشِ عشق می‌کند، تابشِ زندگی می‌کند و من‌ذهنی مزه‌اش را می‌چشد. [شکل ۹ (افسانه من‌ذهنی)]

بنابراین شروع می‌کند به خندیدن و دست‌خاییدن، این خندیدن و دست‌خاییدنِ من‌ذهنی لزوماً آزاد شدنش نیست، پایین هم یک بیت دارد که می‌گوید که این خیره خندیدن و دست‌خاییدن بعضی موقع‌ها درحالی‌که من‌ذهنی هنوز از بین نرفته، برای بعضی از شما هم پیش آمده، مثلاً شما این چیزها را می‌خوانید هنوز من‌ذهنی دارید می‌گویید که چرا این‌ها را در بیست‌سالگی به ما نگفتند؟!

چرا؟ برای این‌که روشنایی مولانا به شما خوابیده هنوز من‌ذهنی دارید ولی من‌ذهنی خیره یعنی بیهوده می‌خندد، شما نمی‌دانید به چه می‌خندید، حالتان خوب شده. به این دلیل است که مزه‌بویش و تابشِ رویش را چشیدید، شما هنوز من‌ذهنی دارید ولی آن انرژی را می‌گیرید، گفت اگر این انرژی را گرفتید از، این نور از خانه همسایه تابیده.

پس وقتی فضا را باز می‌کنید هنوز مقدار زیادی همانندگی دارید ممکن است که خیره بخندید، همین‌طور بی‌خودی بخندید، ولی یک خنده هست که حقیقت دارد و شما به صورت هشیاری تشخیص می‌دهید می‌خندید، این خیره نیست. این از شادی بی‌سبب است.

و همین‌طور دست‌خاییدن، دست‌خاییدن یعنی گاز گرفتنِ دست، چرا من این کارها را، چقدر اشتباه کردم؟ چرا این قدر همانند شدم؟ چرا زودتر به این فکر نیفتادم؟ پشیمان شدن یعنی این. پشیمان شدنِ من‌ذهنی هم بی‌فایده است، فعلاً خوب است، اجازه می‌دهد شما کار کنید ولی اعتماد نکنید که تمام شد.

شما می‌گویید من که دارم می‌گویم که ای‌کاش در بیست‌سالگی این‌ها را می‌فهمیدم، و همین‌طوری هم می‌خندم، تمام نشده باید کار کنیم. مزه‌بویش را چشیدیم، از تابشِ رویش این‌طوری شدیم، باید کار کنیم، صبر کنیم ولی شروع خوبی است. چرا؟ من‌ذهنی ما اجازه می‌دهد که زایمان صورت بگیرد.

در بیت بعدی می‌گوید اگر صبح بشود، صبح یعنی شما آفتاب را ببینید، حقیقتاً ببینید فقط تابشش نباشد.

هر صبح ز سیرانش، می باشم حیرانش

تا جان نشود حیران، او روی بنماید

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۹۶)

این‌ها را باید با فتحه بخوانیم اگر می‌خواهیم درست، ادبی هستند این‌ها. ولی در فارسی شده سیرانش، حیرانش، می‌توانیم فارسی بخوانیم.

هر صبح ز سیرانش، می باشم حیرانش

تا جان نشود حیران، او روی بنماید

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۹۶)

اگر صبح بشود صبح حقیقی یعنی شما آفتاب را ببینید، از تاریکی آمدید یک مقدار حضور پیدا کردید، یک دفعه می‌بینید که او زندگی دارد سیران می‌کند، پویایی می‌کند، شما هم او شدید، یک دفعه حیرانی به شما دست می‌دهد، حیرانی یعنی انگشت به دهان ماندن که!، چجوری من دارم تغییر می‌کنم؟! عقل ذهنتان نمی‌رسد و شما می‌فهمید که عقل ذهنتان نباید برسد، اشکالی ندارد نمی‌رسد، چقدر خوب است که نمی‌رسد، چقدر خوب است که نمی‌توانید توجیه کنید و توجیه نمی‌کنید.

«هر صبح ز سیرانش، می باشم حیرانش» این حیرانی گيجی من ذهنی نیست این حقیقتاً حیرانی این است که خداوند یا زندگی کارها را چنان تغییر می‌دهد ما نمی‌فهمیم با ذهنمان، برای این‌که ما دیگر الان از قانون علت و معلول خارج شدیم که این کارِ ذهنی را بکنم، این صورت می‌گیرد یعنی ما یک چیز معنوی را به صورت ذهن تجسم می‌کنیم، از آن گذشتیم. هر صبح از سیرانش، حیران می‌شویم چون ما به صورت او داریم پویایی می‌کنیم.

می‌گوید تا جان ما حیران نشود، یعنی ما به صورت جان زنده زندگی حیران نشویم، انگشت به دهان نمانیم و از توجیه و توضیح باز نمانیم، بگوییم عقلمان نمی‌رسد، او روی خودش را نشان نمی‌دهد، چرا که شما هنوز می‌خواهید با ذهنتان شناسایی کنید.

پس ما از این سیستم افسانه من ذهنی [شکل ۹ افسانه من ذهنی] خارج می‌شویم، اگر شما یک مدتی مرکز را عدم کنید [شکل ۱۰ حقیقت وجودی انسان] فضاگشایی کنید، تسلیم بشوید، حواستان به خودتان باشد، مخصوصاً این بیت‌هایی که امروز خواندیم همه را بخوانید صدها مرتبه، یک دفعه متوجه می‌شوید که!، دارید حیران می‌شوید و یک پویایی هشیاری دیگری در شما دارد صورت می‌گیرد، یک تغییر و تحولاتی در درون شما



دارد صورت می‌گیرد و شما حیران می‌مانید که چه اتفاقی دارد می‌افتد؟! این کار را من نمی‌توانم بکنم یکی دیگر مثل این‌که دارد می‌کند.

این را در درون حس می‌کنید و آن موقع می‌بینید یک آرامشی در درون به شما خودش را نشان می‌دهد، «او روی **بینماید**» او روی، رویش را که نمود، وقتی حیران می‌شویم، متوجه می‌شویم که این شادی بی‌سبب است، این حس امنیت است، حس امنیت از بیرون نمی‌آید، این عقل است، این خرد است، از آن یک فکرهای سازنده می‌آید ما داریم هدایت می‌شویم به راه درست.

کما این‌که در بیت آخر غزل هم می‌گوید که «**جان مشعله برآید**» دل ما راهش را پیدا می‌کند جان ما هم مشعله به‌دست می‌گیرد، و بعد هم احساس قدرت هم می‌کنیم.

### هر چیز که می‌بینی، در بی‌خبری بینی تا باخبری والله او پرده بنگشاید (مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۹۶)

می‌گوید که امروز داشتیم می‌گفت که این خود هشیاری که سبب دیدن می‌شود، نه تنها دیدن و شنیدن تمام حس‌های ما به‌علاوه فکر کردن به‌وسیله خود هشیاری صورت می‌گیرد و این بی‌خبری است.

می‌گوید اگر قرار باشد شما همیشه خبردار از ذهن باشید هیچ‌چیزی نمی‌بینید فقط آن ذهن را می‌بینی، چیزی که ذهنت نشان می‌دهد، اگر در ذهن باشی، ولی اگر فضا را باز کنی در این فضای بی‌خبری که در خبرِ ذهنی در آن نیست، فکرهایت را می‌بینی. خود بی‌خبری را متوجه می‌شوی.

«**هرچیز که می‌بینی در بی‌خبری بینی**» می‌گوید خود زندگی را اگر قرار باشد ببینی در بی‌خبری می‌بینی. بی‌خبری یعنی هشیاری، عدم. خبر یعنی یک چیزِ ذهنی، تا با خبری، او پرده را باز نمی‌کند. چون شما خبر را از پرده‌های همانیده و ذهن می‌خواهی بگیری. به‌هرحال می‌گوید برای دیدن او و این‌که او پرده را باز کند، یعنی خداوند پرده را باز کند، تو باید با بی‌خبری راحت باشی. اگر قرار باشد هر لحظه بخواهی همه‌چیز را با ذهنت توجیه کنی، استدلال کنی، شناسایی کنی، هیچ‌موقع او پرده را باز نمی‌کند.

### هرچیز که می‌بینی، در بی‌خبری بینی تا باخبری والله او پرده بنگشاید (مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۹۶)



پس این شکل‌ها [شکل ۹ (افسانه من‌ذهنی)] را هم به شما نشان بدهم. این‌که ما فضای گشوده‌شده، [شکل ۱۰ (حقیقت وجودی انسان)] خود زندگی را ما ملاقات می‌کنیم، حس می‌کنیم که او آمده مرکز ما، او را می‌بینیم و آثارش هم در بیرون به صورت مراقبه‌ای می‌بینیم، به صورت حضور ناظر می‌بینیم، این در بی‌خبری است. یعنی بی‌خبری یعنی مرکز عدم.

«تا باخبری» تا زمانی که مرکزت یک همانیده هست [شکل ۹ (افسانه من‌ذهنی)] و از طریق آن می‌بینی، یا به اتفاق این لحظه به صورت ذهن توجه می‌کنی، او پرده را باز نخواهد کرد. پرده همین پرده همانیدگی‌هاست که از یک فکری به فکر دیگر می‌پریم و جلوی ما را می‌گیرد و قضاوت و مقاومت هم برقرار است. یعنی تا زمانی که این شکل را [شکل ۹ (افسانه من‌ذهنی)] ما داریم حفظ می‌کنیم او پرده را باز نخواهد کرد.

## دم همدم او نبود، جان محرم او نبود و اندیشه که این داند، او نیز نمی‌شاید (مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۹۶)

نمی‌شاید: شایسته نیست

دم در این جا می‌تواند گفت‌وگو باشد یا حتی نفس کشیدن باشد. می‌گوید این گفتار ما مال ذهن است. همدم زندگی نیست. برای همدم شدن باید مرکز عدم داشته باشیم. جان ذهنی ما محرم آن جان اصلی‌مان نیست. و ما که الآن داریم صحبت می‌کنیم و با اندیشه می‌فهمیم این‌ها را، داریم به هم دیگر می‌گوییم این‌ها را. آشکار می‌شود. می‌فهمیم. می‌گوید او هم شایسته آن نیست. یعنی این گفت‌وگوها هم فهمیدن و ذهن است. پس این‌ها را می‌گوییم که ما تبدیل بشویم. [شکل ۹ (افسانه من‌ذهنی)] نه این‌که هم این‌که توجه می‌کنیم، بگوییم ما فهمیدیم و توجه کردیم، تمام شد. پس هرکسی که حرف می‌زند، ذهنش کار می‌کند، همدم خداوند نیست. جان ذهنی ما محرم آن جان نیست. [شکل ۱۰ (حقیقت وجودی انسان)] جانی که از فضاگشایی و تولد ما از ذهن ما حس خواهیم کرد. جانی که موقعی که به صورت بی‌نهایت خداوند هشیاری روی هشیاری منطبق می‌شود و ما بی‌نهایت ریشه‌دار می‌شویم. ساکن روان می‌شویم.

درست است که این‌ها را به اندیشه می‌فهمیم به فکر الآن داریم با همدیگر صحبت می‌کنیم می‌فهمیم. ولی این شایسته این فضای گشوده‌شده نیست. نباید در حد اندیشه باقی بمانیم. باید تبدیل بشویم. نباید بدانیم که وقتی فهمیدیم تمام شد. نه! فهمیدن به ما می‌گوید که باید تبدیل بشوی. باید تبدیل بشوی.

## تن پرده بدوزیده، جان بُرده بسوزیده با این دو مخالف دل بر عشق بِنَبَساید (مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۹۶)

بدوزیده: دوخته

بسوزیده: سوخته

بِنَبَساید: لمس نمی‌کند

نشان بدهم.

## تن پرده بدوزیده، جان بُرده بسوزیده با این دو مخالف دل بر عشق بِنَبَساید (مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۹۶)

پس من ذهنی ما دائماً می‌دوزد. ما مرتب می‌خواهیم با چیزهای جدید همانیده بشویم. راه می‌رویم یک چیز زیبایی می‌بینیم توجه ما را جذب می‌کند، می‌خواهیم به آن حس هويت تزریق کنیم، بیاییم به مرکزمان می‌شود یک پرده. هر همانیدگی یک پرده است.

آیا ما پرده می‌دوزیم، بر پرده کجا می‌دوزیم؟ بین خداوند و خودمان. اما جان هم می‌برد این را می‌سوزاند. مرتب این‌ها را مورد اصابت قرار می‌دهد. اصابت تیرها قرار می‌دهد. می‌گوید هی مرتب پرده بدوزیم ما زندگی از آن‌ور بسوزاند. خوب تا کی باید پرده بدوزیم او بسوزاند؟

«با این دو مخالف دل بر عشق بِنَبَساید» از یک طرف گرمای زندگی، یخ‌های ما را ذوب می‌کند از طرف دیگر ما دائماً یخ درست می‌کنیم. با این شکل. [شکل ۹ (افسانه من‌ذهنی)]

بدوزیده یعنی دوخته. بسوزیده یعنی سوخته. بِنَبَساید یعنی لمس نمی‌کند.

پس بنابراین تن یا من‌ذهنی دائماً پرده می‌دوزد. این پرده‌ها جلوی چشمان عدم ماست. عینک جدید می‌دوزد. اتقوا یا پرهیز یعنی پرده جدید ندوزید. [شکل ۱۰ (حقیقت وجودی انسان)] در این شکل هست. پرهیز یعنی همین. پس بنابراین هر پرده‌ای می‌دوزیم، زندگی این‌ها را از بین می‌برد.

این دوتا نیروی مخالف هم هستند. تا این دو مخالف در دل ما کار می‌کنند، ما به عشق نخواهیم رسید. عشق را لمس نخواهیم کرد. پس الآن از این بیت ما می‌فهمیم که ما در یک جایی باید پرهیز کنیم از همانیدگی‌های جدید.





پرهیز کنیم از ایجاد درد جدید. پرده ندوزیم و بدانیم که تا زمانی که پرده می‌دوزیم، زندگی این‌ها را مورد اصابت گلوله‌های خودش قرار خواهد داد.

اگر ما فضاگشایی کنیم، آن بیت هم یادمان است که از وقتی که فضاگشایی می‌کنیم می‌گوییم نقص داریم علت داریم و طلب واقعی داشته باشیم، از آن به بعد دیگر خداوند تیر نمی‌اندازد، بلکه سپری می‌کند. مشغول می‌شود به این‌که همانیدگی‌های ما را به ما نشان بدهد تا ما آن‌ها را ببندازیم.

پس قضا تیر حوادث می‌اندازد [شکل ۹ (افسانه من‌ذهنی)] به این همانیدگی‌های ما، از وقتی که شروع می‌کنیم به [شکل ۱۰ (حقیقت وجودی انسان)] فضاگشایی و همکاری با آن. پس از آن سپری می‌کند برای ما. یعنی سپر بلاهای بیرون می‌شود.

## دو لشکر بیگانه تا هست در این خانه در چالش و در کوشش جز گرد بنفزاید (مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۹۶)

تا زمانی که دو لشکر ضد هم در خانه ما کار می‌کنند و این‌ها در چالش و در کوشش هستند، فقط گردو خاک بلند می‌شود. ما همانیده می‌شویم. عادت داریم همانیده بشویم. زندگی می‌زند این‌ها را از ما می‌گیرد. ما غصه می‌خوریم، اعتراض می‌کنیم، واکنش نشان می‌دهیم، ناله می‌کنیم.

در نتیجه گردو خاک یعنی مرتب درد و فکرهای اعتراضی و شکایت بلند می‌شود. این‌ها گردو خاک هستند. پس ما متوجهیم که از روی لطف، زندگی همانیدگی‌های ما را مورد اصابت تیرهای خودش قرار می‌دهد. [شکل ۹ (افسانه من‌ذهنی)] این‌ها را.

ولی از همین یاد می‌گیریم که اگر همانیدگی‌های ما مورد اصابت تیر خداوند است، پس ما باید طبق این شکل [شکل ۱۰ (حقیقت وجودی انسان)] پرهیز کنیم از همانیدگی جدید و زیر بار برویم، مسئولیت قبول کنیم، همکاری کنیم با فضاگشایی با زندگی که بتواند همانیدگی‌های ما را به ما نشان بدهد و ببندازد و گردو خاک بلند نکنیم. شما اگر گردو خاک بلند کنید، متوجه خواهید شد که مرتب اعتراض می‌کنید، ناله می‌کنید، توجیه می‌کنید، حرف می‌زنید، اصلا حرف زدن پشت سرهم، فکرهای پشت سرهم همراه با درد، این‌ها همین گردو خاک است که نمی‌گذارد ما ببینیم چه خبر است. نمی‌توانیم به صورت مراقبه‌ای به خودمان نگاه کنیم ببینیم وضعمان در چجوری است.



مثل این‌که مثلاً گردو خاک خیلی زیاد باشد آدم، آدم را نمی‌بیند. این‌طوری دارد آن تمثیل را می‌زند. ولی الآن پیشنهاد می‌کند که اگر می‌خواهی جان ببری، به یک سلطانی پناه ببر.

## خواهی ببری جانی، بگریز به سلطانی

### در خدمت تریاقی تا زهر بنگزاید

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۹۶)

تریاق: پادزهر

یعنی نگزد شما را. می‌خواهی جان ببری؟ نجات پیدا کنی؟ در این صورت فرار کن برو پیش یک سلطان. سلطان دوجور است. یا شما فضاگشایی می‌کنید، [شکل ۱۰ حقیقت وجودی انسان]] از درون به سلطان خداوند وصل می‌شوید.

«خواهی ببری جانی» فضا را باز کن. یعنی می‌خواهی جانت را نجات بدهی، از این سپرهای، به اصطلاح از این تیرهای بلا اگر می‌خواهی نجات پیدا کنی و از این زحمت‌های من‌ذهنی می‌خواهی نجات پیدا کنی، در این صورت فضا را باز کن، وصل شو به سلطان یعنی خداوند.

یا نمی‌توانی فضاگشایی کنی، پناه ببر به سلطان زمینی که مولانا است. «خواهی ببری جانی بگریز به...» سلطان مولانا، همین شعرها را بخوان و به خودت تلقین کن. بگذار هشیاریات عوض بشود. بگذار هر دفعه که فضا را باز می‌کنی، پادزهر از آن‌ور بیاید. تریاق یا تریاق یعنی پادزهر. تا این زهرهای [شکل ۹ افسانه من‌ذهنی]] حاصل از همان‌دگی‌ها به جانت ریخته نشود.

پس دو تا منبع زهر هم داریم، یکی من‌ذهنی خودمان است که دردها را بلند می‌کند، یکی دیگر، من‌های ذهنی مردم. هردو به مرکز ما حمله می‌کنند، اثر می‌گذارند. و شما می‌دانید از طریق قرین اثر می‌گذارند، از طریق همین ارتعاش، یک من‌ذهنی پُر از درد می‌تواند به مرکز ما اثر بگذارد.

یا نه، من‌ذهنی خودمان اگر دائماً درد درست می‌کند، گفت این اگر درد درست می‌کند که دارد پرده درست می‌کند. و یادمان باشد که امروز خواندیم، خداوند دائماً به فکر کمک به ماست و ما نمی‌گذاریم.

و اگر گرد و خاک بلند کنیم - گرد و خاک همین اعتراضات ماست، حرف‌های ماست - خیلی‌ها می‌گویند، اگر خدا بود که این‌طوری نبود! نیست دیگر، به دادمان می‌رسید. چرا این قدر ظلم می‌شود؟ برای این‌که ظالم هستیم



ما. برای این‌که مرکز ما همان‌جایی است. برای این‌که از جنس جسم هستیم. برای این‌که حسود هستیم. برای این‌که این مرکز ما وقتی درد دارد، می‌بیند یک کسی درد می‌کشد، خوشش می‌آید، و می‌خواهد بیشتر درد بکشد. ما غذا می‌خوریم، درحالی‌که غذا می‌خوریم، گشتار مردم را تماشا می‌کنیم، در تلویزیون. مردم هم نشان می‌دهند. ما چطور زندگی‌ای هستیم؟ این منظره چرا روی ما اثر نمی‌گذارد؟ چرا بی‌حس شدیم؟

برای این‌که من ذهنی داریم. برای این‌که از آن جنس هستیم. از این‌که می‌بینیم ظلم می‌کنند، خوشمان می‌آید. البته ما یک پندار کمال هم داریم. اگر کسی بگوید شما چطور آدمی هستید، می‌گوییم ما بسیار آدم نیک و خوش‌مرام و فضاگشا و عادل و هیچ ظلمی از ما سر نمی‌زند.

در نتیجه ما حتی نمی‌فهمیم که این مناظر روی ما اثر می‌گذارند. و آن کسانی که این‌ها را نشان می‌دهند، آن‌ها چه کیفی می‌کنند! برای این‌که آن‌ها هم درد دارند. می‌گویند آقا یک منظره دردناک را نشان می‌دهیم، همه می‌بینند، همه به درد دچار می‌شوند. شاید هم نمی‌دانند.

به شما می‌گوید، «خواهی ببری جانی» نگاه نکن این‌ها را، پناه ببر به سلطانی. مولانا بخوان. یک بزرگی را بخوان. آن را تماشا نکن. بگذار تریاق بیاید. پادزهر بیاید به زندگیتان. تا که زهر آن‌ها ریخت، این‌ها را خنثی بکند. اثرش را از بین ببرد. تا زهر وارد جان شما نشود. زهر وارد شده که ما بی‌حس شدیم. [شکل ۱۰ (حقیقت وجودی انسان)] یعنی غذای ما با دردهای مردم بهتر هضم می‌شود مثل این‌که. چجوری می‌چسبد به ما، این غذا؟ حالا می‌گوید:

## در زیر درخت او، می‌ناز به بخت او

### تا جان پر از رحمت تا حشر بیاساید

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۹۶)

در زیر درخت این سلطان، حالا این سلطان گفتم می‌تواند زندگی باشد، [شکل ۱۰ (حقیقت وجودی انسان)] با فضاگشایی شما به او وصل می‌شوید، «در زیر درخت او» یا می‌تواند مولانا باشد، یا یک بزرگ دیگر باشد. در زیر درخت او هستی، برای این‌که دائماً آن را می‌خوانی، می‌دانید که در هنوز فضای «اتَّقُوا» مالک خودت نیستی.

بنابراین به‌جای این‌که فکر من‌ذهنیت را انتخاب کنی، از یک بزرگی می‌پرسی که من الآن چه شعری بخوانم؟



آخر غذا می‌خورم، چجوری آرام باشم؟ می‌خواهم آرامش داشته باشم این لحظه، چجوری ما، چند تا شعر خوب مولانا بخوانیم آرامش پیدا می‌کنیم یا یک چند تا شعری که هم‌ااش به درد و این‌ها را ایجاد می‌کند؟

«در زیر درختِ او، می‌ناز به بختِ او» یعنی افتخار کن، تفاخر کن به بخت او، یعنی بگذار بخت او بیاید. شما می‌بینید این اشعار مولانا را می‌خوانیم، درست فکر می‌کنیم. درست حس می‌کنیم. فضا باز می‌کنیم. از فضای گشوده‌شده بخت می‌آید. بخت یعنی آن برکتی که می‌تواند به فکر و عمل ما بریزد. زندگی را جلوی ما باز کند، آن دیدی که ما داریم، دید ما درست می‌شود. می‌فهمیم که گذشته ما چه بوده، آینده ما چه خواهد بود. وضعیت‌های ذهنی ما به کدام‌ور می‌روند. تشخیص می‌دهیم، می‌بینیم.

بنابراین تا جانی که دائماً رحمت زندگی را می‌گیرد، لطف زندگی را می‌گیرد، بخشش زندگی را می‌گیرد، فضل زندگی را می‌گیرد، تا قیامت بیاساید. یعنی بیا به این لحظه ابدی، ساکن شو. «در زیر درختِ او، می‌ناز به بختِ او» یعنی دائماً بخت او را اعمال کن.

ای‌کاش همه ما می‌توانستیم با فضاگشایی، به خداوند وصل بشویم. اگر نمی‌توانیم بشویم، و فکر بعد از فکر می‌آید و شما می‌بینید، من ذهنی دارید، از دامن یک آدم بزرگی مثل مولانا دست بردارید، به حرف مردم گوش ندهید. به جمع نگاه نکنید. جمع اشتباه می‌کند. تقلید نکنید از جمع.

توجه کنید، یکی از اشکالات بزرگ من‌ذهنی، تقلید است، مخصوصاً تقلید از جمع. تقلید از جمع به من‌ذهنی حس امنیت می‌دهد. ولی این دروغین است. حتی حس دانش هم می‌دهد. شما یک باوری را قبول دارید که صد میلیون نفر قبول دارند. یک میلیارد نفر قبول دارند. خوب حس دانش می‌کنید. می‌گویید که اگر غلط بود که این‌ها قبول نمی‌کردند.

بعد آن موقع چون با چیزهایی که آن‌ها همانیده شدند، شما هم شدید، می‌گویید این‌ها پشت من هستند. در نتیجه حس امنیت را از بیرون می‌گیرید و از بیرون بزرگ می‌گیرید، ولی درون خالی است. حس امنیتی درست است که از زندگی بگیرید شما.

در زیر درختِ او، می‌ناز به بختِ او

تا جان پر از رحمت تا حشر بیاساید

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۹۶)

حشر یعنی قیامت. یعنی تا ابد بیاساید.



## از شاه صلاح‌الدین چون دیده شود حق بین

### دل رو به صلاح آرد، جان مشعله بر باید

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۵۹۶)

می‌دانید صلاح‌الدین یار مولانا بوده بعد از شمس تبریزی، سواد درست و حسابی هم نداشته، ولی به زندگی، زنده بوده. و بنابراین مولانا کسی را که به زندگی زنده است، اسمش را شاه می‌گذارد. می‌گوید «از شاه صلاح‌الدین» ولی صلاح‌الدین نماد انسانی است که قائم به ذات خودش است و تا بی‌نهایت رفته، شاه شده.

می‌گوید اگر تو واقعاً به آن زندگی، به شاه صلاح‌الدین زنده بشوی، همان‌طور که او شده بود، تو هم بشوی، و این چشمانت حق بین باشد، در این صورت مرکز شما صلاح را تشخیص می‌دهد، می‌داند صلاحش چیست. و جان شما، ذهن شما مشعله به دست می‌گیرد، چراغ به دست می‌گیرد، پس تا زمانی که من ذهنی داریم مرکز ما رو به صلاح نمی‌آورد.

صلاح یعنی این‌که هم تشخیص می‌دهیم [شکل ۱۰ (حقیقت وجودی انسان)] بیرون چجوری خوب بشود، هم درون چجوری خوب بشود، و ما این را می‌دانیم، هرچه فضا گشوده‌تر می‌شود و در درون ما از جنس زندگی می‌شویم، خداوند می‌شویم، بیرون هم بهتر دارد می‌شود، چون بیرون انعکاس درون ماست.

پس هرچه این خورشید متولد می‌شود، یادمان باشد بیت از این‌جا شروع شد که گفت شما باید از درون ذهن متولد بشوید. بی‌گشن، بدون حاملگی، بی‌سبب، الآن آخر غزل ما باید متولد شده باشیم.

اگر شدیم، در نتیجه ما با همان هشیاری، همان زندگی زنده شدیم که شاه صلاح‌الدین بود، در این صورت مرکز ما که عدم شده، و بسیار هم باز شده می‌داند صلاح چیست. و ذهن ما هم چون ساده شده، تحت تأثیر این مرکز چراغ به دست گرفته، یعنی ما بیرون هم صلاح خودمان را تشخیص می‌دهیم.

و این‌جاست که چون ذهن ما بدون «من» شده فقط دارد وحی زندگی را می‌نویسد مثل کاتب وحی. یادتان باشد گفت، گفت ما مثل کاتب وحی هستیم. وقتی من ذهنی یا همان‌دگی می‌آید شروع می‌کند از خودش چیزهایی را بافتن. ما دیگر باید ذهنمان را ساده کنیم و هرچه که از آن‌ور می‌آید آن را فکر کنیم، آن خرد را بریزیم در عملمان و آن چراغ را می‌دهد دست ما.

**\*\*\* پایان بخش سوم \*\*\***



در این قسمت از برنامه چند عنوان توضیح می‌دهیم که به‌طور کلی مربوط می‌شود به این‌که چرا آدم‌ها عوض نمی‌شوند، و یا نمی‌خواهند عوض بشوند، و این عوض شدن البته مربوط به تبدیل هشیاری جسمی به هشیاری حضور هم هست.

این عوض‌شدن مربوط به وضع زندگی بیرونی هم هست و برخی ابیات را هفته‌گذشته خواندیم که موضوعات آن را من تکرار می‌کنم.

«عواملی سبب می‌شود تغییر دادن خود سخت شود و انسان‌ها دچار جبر من‌ذهنی بشوند.»

هفته‌گذشته صحبت کردیم یعنی این‌که چرا ما حس اجبار می‌کنیم که در یک وضعیت زندگی بمانیم و نتوانیم تغییرش بدهیم و نخواهیم تغییرش بدهیم و همین‌طور توضیح دادیم که جبر را من‌ذهنی تحمیل می‌کند به ما، جبری را که هشیاری جسمی تحمیل می‌کند، این جبر متبلان یا تنبلان است. ولی یک جبر چون جان هست که می‌گوید ما باید مثل یک خورشید از مرکزمان طلوع کنیم.

و این سرنوشت ماست و هیچ راهی جز این نداریم. جبر تنبلان عکس این را می‌گوید که ما باید همیشه من‌ذهنی باشیم و دردهایش را هم تحمل کنیم، البته آن ضررهایی هم که در بیرون می‌زنیم اجتناب‌ناپذیر است، این غلط است.

و همین‌طور این را داشتیم که

**۱ - عدم احساس نیاز به آموزش معنوی، ندیدن ایراد در خود، و تلاش نکردن برای رفع ایراد.**

در این مورد تا حدودی امروز هم صحبت کردیم. عدم احساس نیاز به آموزش معنوی، خیلی از انسان‌ها حس نمی‌کنند که به آموزش معنوی، یعنی فضاگشایی احتیاج دارند. لازم نیست از جنس هشیاری حضور بشوند. با هشیاری جسمی می‌توانند زندگی کنند.

ولی هم جلسه‌گذشته و هم امروز ابیاتی خواندیم که نشان می‌دهد که ما باید تبدیل بشویم. ما ایراد را در خود نمی‌بینیم و ابزارهایی داریم که این ایراد را که به‌طور کلی نتیجه‌اش درد است یا ضرر به خود است را به دیگران نسبت بدهیم و تلاش نکنیم برای رفع آن. امروز گفت اگر ایراد در خود ببینید و اعتراف کنید و طلب تغییر را به‌طور صادقانه و صمیمانه داشته باشید، شما آینه خدا می‌شوید.

و همین‌طور:



**۲- پوشانیدن دردهای خود و بی‌حس کردن خود نسبت به دردی که در زیر نهفته است از طریق مشغولیت‌های بیهوده و کارافزا، و یا پریدن از فکری به فکر دیگر و همین‌طور عدم تحمل درد هشیارانه.**

این هم مطلبی بود که قبلاً صحبت کردیم که ما از طریق اشتغال به تماشای تلویزیون، صحبت با مردم، یا حتی مطالعه کتاب، یا گردش کردن در به‌اصطلاح، این مدیا (Media) مثل فیسبوک، یوتیوب، نمی‌دانم، این روزها اینستاگرام، تلگرام، واتساپ، که بتوانیم مشغول بشویم و دردهایمان را حس نکنیم. ولی دردها هشدار می‌دهند که یک اشکالی ما داریم و می‌خواهیم اشکال را انکار نکنیم. و این کار با مشغولیت‌های بیهوده صورت می‌گیرد. یعنی این مشغولیت‌ها هیچ فایده‌ای برای ما ندارند، فقط سر ما را گرم می‌کنند و این‌ها کارافزا هم هستند. کارافزا، یعنی این‌که انسان که از مرکز عدم خارج می‌شود به تناسب این‌که نمی‌تواند عدم را به مرکزش بیاورد و آن ترازو را به هم می‌ریزد.

**از ترازو کم کنی، من کم کنم**

**تا تو با من روشنی، من روشنم**

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۰۰)

به تناسب این‌که زندگی‌مان را به وسیله او روشن نمی‌کنیم ما کارها را زیاد می‌کنیم. زیاد کردن کار یعنی این‌که بیهوده‌کاری، جهد بیهوده و مولانا هشدار می‌دهد که مواظب جهد بیهوده باشید. جهد بیهوده، یعنی این‌که آدم مثلاً دوستی کند، دوستی‌اش را پس از چند سال با بهانه‌های همانندگی‌ها سر پول و غیره، یا فامیل بودن را به هم بریزد. پول و بقیه همانندگی‌ها بهتر از انسان‌ها می‌شود و روابط انسانی می‌شود. کارافزایی پیش می‌آید. شاید دو کلمه بسیار قوی در ادبیات عرفانی، کلمات «لا و اتَّقوا» هست. «لا» اشاره می‌کند به این‌که هر چیزی را که ذهن نشان می‌دهد خداوند از آن جنس نیست، پس ما هم نیستیم. بنابراین باید «لا» کنیم. یعنی بگوییم من از جنس تو نیستم و پرهیز یعنی این‌که اگر از جنس آن نیستی، پس نیاور به مرکزت. چون به مرکزت بیاوری از جنس آن می‌شوی. و همین‌طور که می‌دانید، خیلی از این مراحل درد هشیارانه می‌خواهد. درد هشیارانه یعنی اول مسئولیت قبول می‌کنید.



برای من‌ذهنی که سال‌هاست می‌گوید تقصیر دیگران بوده و دیگران را ملامت می‌کند، قبول این‌که تقصیر خودش بوده خیلی سخت است. باید زیر درد برود و درد را تحمل کند.

درد هشیارانه یعنی این‌که چاره ندارم بپذیرم، ولی پذیرش آن سخت است، برای این‌که بر علیه همه آن چیزهایی است که فکر می‌کنم و تا حالا عمل کردم. و مخصوصاً به ناموس من که حیثیت بدلی من‌ذهنی است لطمه می‌زند، من در چشم مردم و حتی خودم کوچک می‌شوم.

لطمه‌ای به پندار کمال من وارد می‌شود، معلوم می‌شود من نمی‌دانستم. اگر قبول کنم که اشتباهات من بوده و راحت‌ترین کار این است که یک عاملی پیدا کنم و آن را ملامت کنم، به مردم بقبولانم که تقصیر آن عامل بوده که در زندگی من ظاهر شده. همین‌طور:

**۳- دچار جبر من‌ذهنی شدن با عدم اعتقاد به این مسئله که می‌توان خود را تغییر داد و از این دردها رها شد. تصور این‌که قضا و سرنوشت ما در این است که همیشه این زندگی پر درد را ادامه دهیم و راهی برای رهایی ما وجود ندارد.**

هیچ قضایی ایجاب نمی‌کند که ما درد بکشیم. یا زندگی ما سخت بشود. فقط همانندگی‌های ما و باورهای ما که با آن‌ها همانیده هستیم، ما را وادار می‌کند این همه درد ببوده را بکشیم و بگوییم کار خدا بوده، کار قضا بوده، کار قضا نبوده.

هم فرداً تقصیر من است، هم جمعاً. با هم دست‌به‌دست هم دادیم این‌همه مسئله را به‌وجود آوردیم. مسائل جنگ، یک اقدام جمعی است، قضا نیست. خداوند نمی‌خواهد ما جنگ کنیم. و همین‌طور چهارم بود:

#### **۴- عدم صدق در این راه**

خیلی‌ها صداقت ندارند و گرچه می‌خواهند فضاگشایی کنند و به‌راستی نمی‌خواهند عوض بشوند، طلب واقعی ندارند، یک بینش و یک بیداری این است که، شما وقتی با خودتان هستید، واقعاً تصمیم می‌گیرید که می‌خواهید عوض بشوید یا نه، و بگویید که من از جنس طلا هستم و جبر قضا این است که من طلا باشم، نه مس.

فعلاً که از جنس من‌ذهنی هستم و به خودم لطمه می‌زنم، به دیگران لطمه می‌زنم. من در این کار به‌راستی می‌خواهم روی خودم کار کنم و عوض بشوم و می‌خواهم عوض بشوم و این می‌خواهم از روی جدیت و راستی باشد. نه به‌خاطر این‌که مردم نگاه می‌کنند.

پس این هم یکی از موانع هست که شما صداقت در کار معنوی داشته باشید.



## ۵- عدم طلب حقیقی

همین طور عدم طلب، که این هم صحبت کردیم که بیشتر مردم طلب واقعی ندارند. ما می‌دانیم که «بی طلب نان سنت الله نیست» و این ابیات را اجازه بدهید بخوانیم از این جا به بعد می‌گوید که

## استیزه مکن، مملکت عشق طلب کن

## کاین مملکت از ملک الموت رهند

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۶۵۲)

استیزه: ستیزه، مقاومت درونی

مَلِكُ الْمَوْتِ: عزرائیل

به جای مقاومت کردن، از جنس ذهن شدن، توجه کردن به آن چیزی که ذهن نشان می‌دهد و از آن زندگی خواستن و سروکار داشتن با آن بهتر است فضاگشایی کنیم و این فضای عشق را طلب کنیم.

ما می‌توانیم به خودمان به صورت مراقبه‌ای نگاه کنیم که ما فضاگشایی می‌کنیم و با فضای گشوده کار داریم. آن مهم است برای ما، طلب آن را داریم. به عبارت دیگر طلب این را داریم که خداوند را بیاوریم به مرکزمان، عدم را بیاوریم یا نه سروکار داریم یا کار داریم به آن چیزی که ذهن نشان می‌دهد و می‌گوید این مملکت عشق، این فضای عشق شما را از دست عزرائیل نجات می‌دهد و منظورش از عزرائیل عبارت از این است که اولاً ما در ذهن نمی‌میریم، یک، دوم وقتی به تن می‌میریم که همه‌مان خواهیم مُرد، آن موقع واقعاً می‌دانیم که نمی‌میریم.

یعنی عزرائیل نمی‌تواند ما را بکشد، چرا؟ برای این که قبل از این که او بیاید ما را بکشد ما آمدیم در این لحظه ابدی ساکن شدیم و آگاه از این لحظه ابدی هستیم و جاودانه شدیم.

ما اگر خودمان قبلاً به من‌ذهنی مرده باشیم عزرائیل دیگر نمی‌تواند ما را بکشد و همین طور این بیت:

## گفت: اُدْعُوا الله، بی‌زاری مباش

## تا بجوشد شیرهای مهرهاش

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۴)

«اُدْعُوا الله» یعنی من را بیاورید به زندگی‌تان. اگر بخواهیم خلاصه و ساده بگوییم، گرچه که آیه قرآن است و یک جور خاصی نوشته شده است.



«قُلِ ادْعُوا اللَّهَ أَوْ ادْعُوا الرَّحْمَنَ ۚ أَيًّا مَا تَدْعُوا فَلَهُ الْأَسْمَاءُ الْحُسْنَىٰ.»

«بگو: چه الله را بخوانید چه رحمان را بخوانید، هر کدام را که بخوانید، نامهای نیکو از آن اوست.»

(قرآن کریم، سوره اسراء (۱۷)، آیه ۱۱۰)

و همین بگو «ادْعُوا اللَّهَ» آن را می‌گیرد و پس «ادْعُوا اللَّهَ» یعنی من را بیاورید به مرکزتان، من را بخوانید، فضا را باز کنید.

بنابراین متواضع باش. «بی‌زاری نباش» یعنی بی‌طلب نباش. کار کن در این راه با تواضع و فروتنی. همین‌طور که می‌دانید در این درگاه فقط:

## جز خضوع و بندگی و اضطرار

### اندرین حضرت ندارد اعتبار

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۲۳)

و پس «بی‌زاری نباش» یعنی این‌که من، من ذهنی‌ام را بالا نمی‌آورم، خودم را بالا نمی‌آورم پس دعوت می‌کنم خداوند را به مرکزم.

همین‌که فضا را باز کنم دعوت کنم او را به مرکزم، شیر مهر او جاری می‌شود. آب حیات از جوی من جاری می‌شود. اول این چهار بعد من را سیراب می‌کند، همانیدگی‌ها را به من نشان می‌دهد و این طلب است و از من بیرون می‌ریزد، به این جهان می‌ریزد.

ششم که ما چرا پیشرفت نمی‌کنیم:

**۶ - حفظ نکردن خود از اثر قرین و اثرپذیری از جمع‌های من‌ذهنی است.**

(عدم حفظ خود از اثر قرین بد)

پس انسان‌ها مواظب نیستند. چراکه قسمتی از همانیدگی ما، یا نشان ما در پندار کمال این است که ما آسیب‌ناپذیر هستیم. کسی نمی‌تواند روی ما اثر بگذارد یا ما این‌طوری فکر می‌کنیم. در حالتی که هرکسی که پیش ما می‌آید روی ما اثر می‌گذارد از طریق قرین و شاید این یک قسمتی از همین «اتقوا» هست. شما پرهیز می‌کنید از آدم‌هایی که در مرکزشان درد دارند و درد ارتعاش می‌کنند و ساطع می‌کنند و همین‌طور جمع من‌های ذهنی.



جمع روی ما اثر دارد. اگر در جمع من‌های ذهنی هستیم باید بدانیم که اثر منفی می‌پذیریم و این ابیات را قبلاً خوانده‌ایم ولی توجه کنید که ابیاتی که روی شما اثر می‌گذارد ابیات تکراری گذشته است. نباید ما این خوی من‌ذهنی را روی خودمان داشته باشیم که حالا که این‌ها را من چندین بار شنیده‌ام این‌ها دیگر به درد نمی‌خورند. این‌ها تازه نیستند. من چیز تازه می‌خواهم، این درست نیست. می‌گوید:

(عدم حفظ خود از اثر قرین بد)

می‌رود از سینه‌ها در سینه‌ها

از ره پنهان، صلاح و کینه‌ها

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۴۲۱)

یعنی از مرکز من به مرکز شما، هم صلاح، یعنی انرژی بیدارکننده و خوب و هم کینه‌ها و انرژی محدودکننده و جمع‌کننده، متقبض‌کننده و تزریق درد می‌رود. از مرکز انسان‌ها درد و ارتعاش نیکو به هم‌دیگر می‌رود. ما روی هم‌دیگر اثر می‌گذاریم. هیچ‌کدام از ما نباید ادعا کنیم که من آسیب‌ناپذیر هستم. همین‌طور:

(عدم حفظ خود از اثر قرین بد)

این هم از تأثیر آن بیماری‌ست

زهر او در جمله جُفتان ساری‌ست

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۸۳)

جُفتان: جمع جُفت به معنی زوج، قرین، همنشین

ساری: سرایت‌کننده

ساری یعنی مُسری است. ما می‌دانیم همانیدگی‌های ما یا مرکز همانیده ما سرایت می‌کند به مراکز دیگر. علی‌الاصول بچه‌های ما من‌ذهنی‌شان را از ما می‌گیرند. چراکه ما آن‌ها را به‌صورت فرشته و زندگی‌شناسایی نمی‌کنیم.

هر من‌ذهنی هر شخص دیگری را من‌ذهنی‌شناسایی می‌کند. شناسایی ما انسان‌ها را به‌صورت من‌ذهنی تأثیر بد می‌گذارد. آن‌ها را از جنس من‌ذهنی می‌کند و این قضیه فیزیکی مدرن همیشه یادتان باشد که «ناظر جنس منظور را تعیین می‌کند.»



اگر شما از جنس زندگی باشید، هر جا می‌روید آن‌ها را زندگی می‌بینید. روی آن‌ها اثر سازنده و مثبت می‌گذارد. آن‌ها از جنس زندگی شناسایی می‌شوند و همان را بروز می‌دهند.

پس بنابراین این مرض همانندگی مسری هست. این درواقع اثر قرین روی ما است و همین‌طور این چند بیت:

(عدم حفظ خود از اثر قرین بد)

حَقِّ ذَاتِ پَاكِ اللّٰهِ الصَّمَدِ

كِه بُودَ بَهْ مَارِ بَدِ از یارِ بَدِ

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۶۳۴)

مَارِ بَدِ جَانِیِ سَتَانَدِ از سَلِیْمِ

یَارِ بَدِ آرَدِ سَوِیِ نَارِ مَقِیْمِ

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۶۳۵)

از قَرینِ بی‌قول و گفت‌وگوی او

خو بدزدد دل نهان از خوی او

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۶۳۶)

صَمَد: بی‌نیاز، از صفاتِ خداوند

سَلِیْم: مار گزیده

قَرین: همنشین

این‌ها را قبلاً خوانده‌ایم. می‌گویند که به ذات پاک خداوند بی‌نیاز سوگند یا درواقع این‌جوری حرف می‌زند مولانا که حق فقط در ذات پاک خداوند بی‌نیاز هست، که ما هم ذات پاک خداوند بی‌نیاز را داریم و اگر کسی از این ذات خارج بشود و من‌ذهنی داشته باشد در این صورت یار بد است و بدتر از مار بد است. برای این‌که مار بد یک بار ما را می‌زند و می‌کشد ولی یار بد ما را به‌سوی جهنم جاودانه می‌آورد.

«یارِ بَدِ آرَدِ سَوِیِ نَارِ مَقِیْمِ» و بعد می‌گویند که از قرین، یعنی کسی که با ما جُفت می‌شود، همراه ما می‌شود، با ما زندگی می‌کند، با ما حرف می‌زند، دوست ما است. بدون این که ما حرف بزنیم، دل ما خوی بد او را می‌دزدد. البته خوی خوب را هم می‌دزدد.



پس لازم است که شما با انسان‌هایی دوست بشوید که آن‌ها خوی حضور دارند. ذات پاک خداوند بی‌نیاز را دارند. این ذات پاک خداوند بی‌نیاز وقتی که ما به حضور زنده می‌شویم در ما هم زنده می‌شود، یعنی ما هیچ نیازی به جهان نداریم.

و این مصرع اول نشان می‌دهد که جنس ما نیازی به چیزی در این جهان ندارد تا شاد بشود یا آرامش داشته باشد.

و همین‌طور راجع به قرین که صحبت می‌کنیم، مولانا می‌گوید مواظب دوستان و فامیل‌های خودت باش، از شیر و اژدهای تر نترس، یعنی از هیچ چیز نترس تو، غیر از دوستان و آشنایان.

دوستان و آشنایانی که من‌ذهنی دارند و درد دارند. این‌ها هستند که زندگی ما را خراب می‌کنند. برای همین می‌گوید که

(عدم حفظ خود از اثر قرین بد)

**هر ولی را نوح و کشتیان شناس**

**صحبت این خلق را طوفان شناس**

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۲۲۵)

**کم‌گریز از شیر و اژدهای نر**

**ز آشنایان و ز خویشان کن حذر**

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۲۲۶)

**در تلاقی روزگارت می‌برند**

**یادهاشان غایب‌ات می‌چرند**

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۲۲۷)

هر انسانی مثل مولانا را که ولی است، این را کشتیان زندگی بشناس. مثل نوح بشناس. پس مولانا نوح و هدایت‌کننده کشتی انسان‌ها است یا امثال مولانا. اما همنشینی این من‌های ذهنی، این خلق را طوفان شناس.

می‌گوید که فکر نکن که طوفان نوح این بوده که آن‌قدر سیل جاری شده که سطح آب در زمین آمده بالا همه‌چیز زیر آب رفته. هم‌چون چیزی نبوده بلکه این طوفان نوح در زندگی انسان‌ها است. در زندگی هر انسانی طوفان برپا می‌شود و منبع این طوفان هم‌نشینانش هستند یعنی هرکسی یک جوهری طوفان را در ما برمی‌انگیزاند، بحران



خلق می‌کند. صحبت یعنی هم‌نشینی این خلق را. پس خلق منبع طوفان هستند. خلقی که من‌ذهنی دارند. اما مولانا، عارف کشتیبان است، او کشتی ما را نجات می‌دهد، ما را سوار کشتی یکتایی می‌کند. یک کشتی بیش‌تر وجود ندارد، کشتی نوح همین کشتی یکتایی است که هی می‌گوییم که باید از من‌ذهنی رفت به فضای یکتایی.

امروز می‌گوییم که مثل خورشید از مرکزت باید طلوع کنی، بنابراین می‌گوید که تو از شیر نترس، از اژدها نترس بلکه از دوستان و آشنایان حذر کن، از آن‌ها بترس. چرا؟ وقتی که با من‌های ذهنی می‌نشینی حرف می‌زنی، عمرت را تلف می‌کنند، راجع به درد صحبت می‌کنند یا راجع به همانیدن صحبت می‌کنند که درد ایجاد می‌کند و روزگارت را تلف می‌کنند، عمرت را تلف می‌کنند.

بعد گرفتاری که با آن‌ها پیدا می‌کنی می‌آیی خانه و در غیبت آن‌ها دوباره فکر می‌کنی که «چرا این حرف را زدم؟ چرا رنجاندم؟ چرا رنجیدم؟ من حالا این کینه‌ام را چه کار کنم؟ رنجشم را چجوری از بین ببرم؟ الآن عصبانی هستم، چه کار کنم؟»، بنابراین یادهاشان که از بین نمی‌رود، غایبیت را می‌چرند، نمی‌گذارند در غیبت آن‌ها بتوانی فضا را باز کنی واقعاً، تمرین معنوی کنی، به خدا زنده بشوی. پس هم غایبیت‌شان، هم ملاقاتشان مضر است؛ راجع به من‌های ذهنی صحبت می‌کنیم.

و همین‌طور این چند بیت می‌گوید:

(عدم حفظ خود از اثر قرین بد)

هر که را دیدی ز کوثر خشک‌لب

دشمنش می‌دار همچون مرگ و تب

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۳۷)

گر چه بابای تو است و مام تو

کو حقیقت هست خون‌آشام تو

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۳۸)

از خلیل حق بیاموز این سیر

که شد او بیزار اول از پدر

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۳۹)

تمام این مطالب مربوط است به تیتیر این‌که «آدم خودش را از قرین بد حفظ نمی‌کند».



مولانا می‌گوید که هرکه را که از فراوانی خدا بی‌نصیب می‌بینی، هرکه خسیس است، هرکه حسود است، هرکه در مرکزش درد دارد، این آدم از کوثر خشک‌لب است، یعنی خداوند فراوانی‌اش را به او نداده، بنابراین دشمن تو است مثل مرگ و تب.

این چیزها یک قدری هم باور کردنش سخت است، برای این‌که ما تمام عمرمان را با من‌های ذهنی می‌گذرانیم. این نشان می‌دهد که چقدر باید به صورتِ مراقبه‌ای مواظب خودمان باشیم. می‌گوید حتی اگر این شخص پدر و مادرِ توست، اگر پدر و مادرِ تو هم هست، چون تو را به صورتِ من‌ذهنی می‌بینند، چون در مرکزشان درد دارند، در واقع خون‌آشامِ تو هستند، دشمنِ تو هستند، تو این را از ابراهیم خلیل بیاموز که پدرش بت پرست بود، از او بیزار شد.

پس این تمثیلات که از دین هم آمده، نشان می‌دهد که چقدر حفاظتِ خود از من‌های ذهنی و حفظِ خود از آسیب‌های آن‌ها و این‌که از طریق ارتعاش و قرین ما را به من‌ذهنی وابسته می‌کنند، بپرهیزیم؛ پرهیز از آن‌ها و حفظِ خود لازم است.

#### ۷ - تقلید از دیگران

و هفتمی «تقلید» است.

آدم‌ها من‌ذهنی دارند، ذهن فضای تقلید است. تقلید از دیگران اجازه نمی‌دهد که ما بدانیم چه می‌خواهیم و با خودمان تنها باشیم، بتوانیم با خداوند راز و نیاز کنیم و تقلید مالِ ذهن است. تا زمانی که تقلید می‌کنیم من‌ذهنی ادامه دارد. این دو بیت می‌گوید:

**مر مرا تقلیدشان بر باد داد**

**که دو صد لعنت بر آن تقلید باد**

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۶۳)

**خاصه تقلیدِ چنین بی‌حاصلان**

**خشمِ ابراهیم با بر آفلان**

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۶۴)

پس بنابراین می‌گوید که هر انسانی را تقلید بر باد می‌دهد یعنی از جنسِ من‌ذهنی می‌کند. «که دو صد لعنت بر این [آن] تقلید باد»، مخصوصاً تقلیدِ من‌های ذهنی، بی‌حاصلان، که مرکزشان از جنسِ آفلین است. هرکسی که



مرکزش از جنس آفلین است، تمام خصوصیت‌های من‌ذهنی را دارد، که از جمله «تقلید» است، اصلاً از طریق تقلید آمده آن همانندگی آن‌جا.

همین‌طور بارها گفتیم فضای شک است، همین‌طور بقیه آثار من‌ذهنی است مثل حسادت، مثل کینه، مثل انتقام‌جویی، مثل خاصیت سیر نشدن و ترس و اضطراب، همه این‌ها آن‌جا هست، همه این‌ها را ما از طریق تقلید یاد می‌گیریم؛ ما حسادت را هم از طریق تقلید یاد می‌گیریم.

اگر بدانیم هرچه که در مرکزمان داریم از طریق تقلید یاد گرفتیم و مال دیگران است، این‌قدر تعصب نمی‌ورزیم به این‌ها، تعصب نداریم دیگر. فکر می‌کنیم این‌ها مال ما هستند، مال ما نیستند. این‌ها را ما اختراع نکردیم، تولید نکردیم، نیافریدیم. هرچیزی که از جنس فکر است، آفل است.

و همین‌طور که می‌دانید این دو بیت از یک قصه‌ای است که یک کسی خرش را آورد و تحویل مثلاً مسئول کاروان‌سرا داد یا خرش را تیمار کند، نگه دارد. بعد آن موقع یک سری درویش بودند آن‌جا. این درویش‌ها توطئه کردند. گفتند خر این را بفروشیم، امشب به قول معروف پارٹی (Party) برپا کنیم این‌جا، و رفتند خر را فروختند و تمام وسایل و آذوقه خریدند و خوردند و نوشیدند و بعد سماع آغاز شد، رقصیدن.

موقع رقصیدن می‌گفتند: «خر برفت» و «خر برفت» و «خر برفت». خلاصه منظورشان این بود که این‌قدر دیگر مست شدیم و حالمان خوب است، من‌ذهنی رفت، پرید. بعد این صاحب خر هم می‌گفت که «خر برفت» و «خر برفت» و «خر برفت»، و آن مسئول خر که به او سپرده بود، چندین بار آمد به او گفت که بابا، خر تو را فروختند، دارند می‌خورند و این‌ها، او توجه نمی‌کرد، می‌گفت: برو، «خر برفت» و «خر برفت» و «خر برفت».

بعد صبح که رفت خرش را تحویل بگیرد، گفت که کدام خر را می‌گویید؟ گفت: خر خودم دیگر!

گفت: مگر نیامدم به تو بگویم که این‌ها فروختند و از پولش دارند این‌جا به اصطلاح دارند پارٹی (Party) می‌کنند و می‌رقصند و این‌ها! گفت: خوب، می‌آمدی به من می‌گفتی دیگر. گفت: چند بار آمدم:

(تقلید از دیگران)

**گفت: ولله آمدم من بارها**

**تا تو را آگه کنم زین کارها**

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۵۹)



## تو همی گفتی که «خر رفت» ای پسر از همه گویندگان باذوق تر (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۶۰)

این قدر زیبا می گفتی «خر برفت» که از همه بهتر می گفتی! گفت: من فکر کردم تو عاقلی:

باز می گفتم که او عارف است یا عاقل است

زین قضا راضی ست، مرد عارف است

[باز می گفتم که او خود واقف است

زین قضا راضی ست، مرد عارف است

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۶۱)]

خلاصه یک چنین چیزی، چنین شعری.

یعنی می گفتم که این شخص که فهمیده است، سواد دارد، وقتی می گوید «خر برفت» و «خر برفت»، می داند چه می گوید. نکند فقط تقلید می کردی تو؟!

بله، بعد متوجه شد، شاید مثل برخی از ما، که ما فقط به دیگران نگاه کردیم، هرچه آنها می گفتند، ما هم گفتیم، معنی اش را بعداً فهمیدیم، بعد لعنت می فرستیم که به خودمان چرا تقلید کردم اولاً؟ مخصوصاً چرا از اینها تقلید کردم؟ اقلماً می رفتم از یک عارف تقلید می کردم.

پس فهمیدیم که «تقلید» به اصطلاح یکی از عوامل است، از عوامل منفی است و برای همین مولانا می گوید که

(تقلید از دیگران)

### چشم داری تو، به چشم خود نگر

### منگر از چشم سفیهی بی خبر

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۴۲)

### گوش داری تو، به گوش خود شنو

### گوش گولان را چرا باشی گرو؟

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۴۳)

## بی ز تقلیدی، نظر را پیشه کن

### هم برای عقل خود اندیشه کن

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۳۴۴)

آیا ما چشمِ عدم داریم؟ بله.

پس با چشمِ عدمِ خودمان با فضاگشایی نگاه کنیم، چرا چشمِ سفیدی مثل من ذهنی خودمان یا دیگران را چشمِ خودمان بکنیم؟ چرا تقلید کنیم؟ مگر خودمان چشم نداریم؟!

«گوش داری تو»، گوشِ عدم! یا نه، نداریم، با این گوشِ خودِ حسی مان بنشینیم تأمل کنیم؛ برای چه کورکورانه باید تقلید کنیم؟!

«گوش داری تو، به گوشِ خود شنو»، گوشِ آدم‌های احمق را چرا گرو می‌شوی؟! هرچه از آن‌ها می‌شنوی قبول داری و تابع آن‌ها می‌شوی.

تقلید نکن، بدون تقلید هشیاری نظر را پیشه کن، فضا را باز کن، هشیاریات را عوض کن، می‌توانی و برای خردِ خودت اندیشه کن، یعنی ذهنت را در اختیار خردِ درونی خودت قرار بده، «تأمل» کن، اسمش بعضی موقع‌ها «تأمل» است، گاهی اوقات می‌گوییم «حزم»، «حزم».

#### ۸ - پرهیز نکردن از اخبارِ پر سر و صدای بیرون و به طور کلی هر خوراکِ مسموم بیرونی

و هشتمی هست پرهیز نکردن از اخبارِ پر سر و صدای بیرون و به‌طور کلی از خوراکِ مسموم بیرونی.

آیا شما خودتان را نگه می‌دارید از این اخبار و هرچه تلویزیون می‌گوید و هرچه که در این مدیا (Media) می‌گذارند، پرهیز می‌کنید یا نمی‌کنید؟ و هرچه که آمد نگاه می‌کنید. شما بسیار باید انتخابی نگاه کنید، اگر می‌خواهید پیشرفت کنید. وگرنه درونتان آلوده می‌شود، مسموم می‌شوید.

بیش‌تر خبرهای بیرون مخصوصاً تلویزیون‌ها می‌گویند، مسموم‌کننده است. حال آدم را خراب می‌کند و من واقعاً شاید به تجربه شما بینندگان، این پیشنهاد را بکنم که اگر قبول می‌کنید از یک سنی به بعد واقعاً اخبار نگاه نکنید! بگوییم مثلاً شصت، یک کسی هشتاد سالش است، نشسته اخبارِ مسموم گوش می‌کند، در آن‌جا چیزهای بد می‌گویند. خوب، شما مسئولیت دارید بدن خودتان را سالم نگه دارید.



به جای آن بلند شو، ورزش کن، راه برو. یک کتاب خوب بخوان، چهار تا شعر مولانا بخوان، این شعرها را بردار راه برو، حفظ کن، تلقین کن به خودت، بگذار حالت خوب بشود. بدنت نرم بشود. این که نشستیم، زُل زدیم و هی این طوری می لرزیم و بدن سفت می شود، مقاومت می کنیم و زیر لب یک هی ناسزا می گوئیم، این مگر حتماً مجبوریم این کار را بکنیم؟! این سم است که داریم روی خودمان و درون خودمان می ریزیم!

و همین طور این بیت که

(پرهیز نکردن از اخبارِ پر سر و صدای بیرون و به طور کلی هر خوراکِ مسمومِ بیرونی)

گفت: مُفتیِ ضرورت هم تویی

بی ضرورت گر خوری، مُجرم شوی

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۳۰)

ور ضرورت هست، هم پرهیز به

ور خوری، باری ضَمان آن بده

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۳۱)

مُفتی: فتوا دهنده

ضَمان: تعهد کردن، به عهده گرفتن

این دو بیت بارها خوانده شده، می دانید. و فتوا دهنده ضرورتِ یک خوراک که این که شما یک برنامه را گوش می کنید این سمی است، شما هستید. شما باید تشخیص بدهید و انتخاب کنید و می گوید اگر ضرورت هم هست - آن داستان را خواندید دیگر- پرهیز باید بکنید. اگر خوردی، اگر یک چیزی را گوش کردی که دردی در تو بیدار شد و درد ایجاد کردی باید از عهده عواقب آن هم بریایی.

و همین طور اشعاری که با «حَزَم» شروع می شوند، «حَزَم» به معنی تأمل و دوراندیشی و اساساً یعنی این که ما بتوانیم هشیاری نظر را بیاوریم به زندگی مان، حزم، می گوید حزم.

گاهی اوقات می گوئیم دوراندیشی، ولی واقعاً دوراندیشی نیست. حزم تأمل با هشیاری نظر است.

فَضول یعنی زیاده گو، یاوه گو؛ کسی که به کارهای غیر ضروری پردازد. می گوید:

(پرهیز نکردن از اخبارِ پر سر و صدای بیرون و به طور کلی هر خوراکِ مسمومِ بیرونی)

حَزْمِ آن باشد که ظَنِّ بَدِ بَرِي

تا گریزی و شوی از بَد، بَرِي

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۷)

حَزْمِ، سُوءِ الظنِّ گفته‌ست آن رسول

هر قدم را دام می‌دان ای فَضول

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۸)

حَزْم: تأمل با هشیاری نظر

فَضول: زیاده‌گو، کسی که به کارهای غیر ضروری پردازد.

پس می‌گوید حزم، عبارت از این است که همیشه به چیزی که ذهن نشان می‌دهد ظنّ بد ببری و اطرافش فضا باز کنی و بدون بررسی قبولش نکنی؛ یعنی این‌که ممکن است این دام من باشد، من با آن همانیده بشوم. این اتفاقی که ذهنم نشان می‌دهد در اثر تلقین چیزهای بیرونی، ممکن است یک دام باشد من درون آن بیفتم و اگر ظنّ بد ببری، می‌توانی بگریزی از آن چیزی که ذهنت نشان می‌دهد و فضا باز کنی و از بد بری باشی.

می‌گوید حضرت رسول فرموده که سُوءِ الظنِّ ببری به هر چیزی که ذهن نشان می‌دهد و حزم آن است. بنابراین حزم، سوءالظن هست. معنی حزم، که به هر چیزی که ذهن نشان می‌دهد سوءالظن ببریم.

و می‌گوید هر قدم را تو دام می‌دان که ممکن است در دام بیفتی، البته هیچ‌کدام از این‌ها را ما رعایت نمی‌کنیم، هیچ مواظب نیستیم؛ ولی انتظار داریم که تبدیل بشویم از هُشیاری جسمی به هُشیاری حضور و گِله می‌کنیم بیشتر اوقات که چرا ما نمی‌شویم! ما سوءالظن نداریم به آن چیزی که ذهن نشان می‌دهد.

احتمال این‌که به مرکز ما بیاید خیلی زیاد است. احتمال این‌که خلوت ما را به هم بزند خیلی زیاد است. تبدیل ما را به عقب بیندازد خیلی زیاد است. احتمال این‌که یک کسی قرین ما می‌شود و من ذهنی داشته باشد، از طریق قرین روی ما اثر بگذارد خیلی زیاد است. احتمال این‌که الآن نیم‌ساعت اخبار می‌بینم، درونش یک منظره‌ای نشان بدهند که این منظره بیاید به مرکز من و سال‌ها بماند و من را اذیت کند خیلی زیاد است و یا پایه بشود برای دردهای مشابه، یا دردهای من را بالا بیارد، اصلاً درد ایجاد کند، خیلی زیاد است. احتیاط نمی‌کنیم.

به‌رحال این دو بیت هم هست:

(پرهیز نکردن از اخبارِ پر سر و صدای بیرون و به‌طور کلی هر خوراکِ مسمومِ بیرونی)

روی صحرا هست هموار و فراخ  
هر قدم دامی‌ست، کم‌ران اوستاخ  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۹)

آن بزِ کوهی دَوَد که دام‌کو؟  
چون بتازد، دامش افتد در گلو  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۰)

اوستاخ: گستاخانه

صحرای ذهن، آن چیز که ذهن نشان می‌دهد بسیار هموار و فراخ است. ولی هر قدمش دام است، گستاخانه مدو! و این بزِ کوهی را مولانا مثال می‌زند. می‌گوید بزِ کوهی خیلی زرنگ است، فکر می‌کند که بزِ کوهی به تله نمی‌افتد. می‌دَوَد که دام‌کو؟! وقتی می‌تازد - بزِ کوهی نماد انسان بسیار زرنگ است - می‌گوید: کو دام؟! شما نگاه می‌کنید که ما به‌عنوان یک انسان زرنگ می‌گوییم آقا، دام کجا بود! ولی وقتی بیست سالمان می‌شود می‌بینیم که دام من‌ذهنی افتاده‌گردن ما، نمی‌توانیم از درونش در بیاییم. یک جوان بیست‌ساله پُر از واکنش، پُر از مقاومت، پُر از همانندگی با درد، گرفتاری‌هایی که راحتش نمی‌گذارد، ممکن است طغیان بکند، هر لحظه ممکن است بپرد، دام است. تو که بزِ کوهی بودی گفתי دام‌کو؟! بفرما! همین دام است. «آن بزِ کوهی دود که دام‌کو؟» همین‌که می‌تازد، می‌افتد در گلویش.

(پرهیز نکردن از اخبارِ پر سر و صدای بیرون و به‌طور کلی هر خوراکِ مسمومِ بیرونی)

حَزَم، آن باشد که نفریبد تو را  
چرب و نوش و دام‌های این سرا  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۹)

می‌گوید حزم آن است که آدم خودش را نگه دارد. همین‌طور نورافکن روی خودش است. وقتی یک چیزی دیدیم که توجه ما را می‌خواهد جذب کند ببرد و به‌نظر می‌آید چرب و نوش این جهان است، باید بدانیم این دام است



و نرویم. چون به محض این که برویم طرفش، آن می آید به مرکز ما. چیزی آمد به مرکز ما یعنی با آن همانیده شدیم و در دام آن افتادیم. هر چیزی که به مرکز ما بیاید و توجه ما را جذب کند، با آن همانیده بشویم، ما در دامش هستیم.

چرا ما از همانیدگی‌ها نمی‌توانیم جدا بشویم؟ اولش خیلی خوش بودیم و کسی نمی‌تواند ما را به دام بیندازد و ما زرنگ هستیم و چیزی روی ما اثر نمی‌گذارد و این‌ها. الآن می‌بینیم که همانیدگی‌هایی داریم که هرکاری می‌کنیم مثل اعتیاد می‌ماند، نمی‌توانیم از چنگش رها بشویم. این‌ها اول از راه چرب و نوش آمدند، آقا این‌ها خوشمان می‌آید. این‌ها چیزهای خیلی خوش آیندی هستند.

**(پرهیز نکردن از اخبارِ پر سر و صدای بیرون و به طور کلی هر خوراکِ مسموم بیرونی)**

**حَزَمِ آن باشد که چون دعوت کنند**

**تو نگویی: مست و خواهان من اند**

**(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۳۰)**

**دعوتِ ایشان، صغیرِ مرغِ دان**

**که کند صیاد در مَکَمَنِ نِهان**

**(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۳۱)**

می‌گوید حزم آن است که وقتی من‌هایِ ذهنی شما را دعوت می‌کنند، شما نگویید که عاشق من هستند، مست من هستند. این قدر مردم من را دوست دارند، خودشان را برای من می‌کشند، عجب بابا! پس مردم مست و خواهان تو هستند.

می‌گوید دعوت ایشان شبیه صدای مرغی است که خودِ صیاد درمی‌آورد. فرض کن صیاد یک سوتی دارد که وقتی می‌زند، صدای پرندۀ مثلاً ماده است. این پرندۀ نر هم از آن بالا رد می‌شود، می‌بیند پرندۀ ماده دارد دعوت می‌کند یک نر را این‌جا. می‌آید، آن هم یک مجسمه‌ای، چیزی هست. عکس یک مرغ است، گذاشته آن‌جا، فوراً وارد دام می‌شود.

«**که کند صیاد در مَکَمَنِ**» یعنی نهانگاه، که نهان شده می‌کند. صیاد پنهان شده، یک مرغ را گذاشته آن‌جا، صدای مرغ درمی‌آورد. می‌گوید دعوت من‌هایِ ذهنی، شبیه این است.

(پرهیز نکردن از اخبارِ پر سر و صدای بیرون و به طور کلی هر خوراکِ مسمومِ بیرونی)

## حازمی باید که ره تا ده بَرَد

### حَزْمِ نَبُودِ طَمَعِ طَاعُونِ آوَرْد

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۷۵)

حازم: محتاط و زیرک، با تدبیر

این حزم را شاید ما از بزرگان یاد می‌گیریم. ما نمی‌توانیم از من‌ذهنی حرکت کنیم و اشتباه نکنیم و برویم تا ده برسیم، یعنی تا فضای یکتایی برسیم. این حزم را شاید ما از آدم‌هایی مثل مولانا بگیریم، قدم‌به‌قدم. اگر حزم نباشد، طَمَع ما که مالِ من‌ذهنی است، برای ما مرض طاعون را می‌آورد. طاعون همین همانیدگی است که انسان نمی‌تواند راه برود یعنی راه معنوی نمی‌تواند برود.

باید امروز گفت مرحله‌به‌مرحله برویم جلو، گفت این «خارجین»، مثل مولانا مرتب می‌آید یک خار را می‌چیند، یک درد را بیرون می‌آورد، درد بعدی را بیرون می‌آورد، همین‌طوری که شما با گنج حضور پیش آمدید، می‌بینید که حزم داشتید و این خارجین یعنی خارجیننده به‌اصطلاح که مولانا باشد به‌تدریج دردهای شما را به شما نشان داده، ضعف‌های شما را به شما نشان داده و شما در آن نقاط به‌اصطلاح خودتان را تقویت کردید، الآن شما حازم هستید، برای همین است که پیش می‌روید. هرکسی می‌تواند همانیدگی‌ها را به‌تدریج بشناسد و بیندازد و فضا را باز کند، این حازم است، به‌سوی ده یا فضای یکتایی دارد می‌رود.

طمع و حرص، همان زیاده‌خواهی که زیاد از متعلقات یا همانیدگی‌ها می‌خواهم، جلوی شما را نمی‌گیرد، مشغول ذهن نیست. شما فضا باز می‌کنید چون حازم هستید، نمی‌روید به ذهن بگویید حالا این را اضافه کنم، این قدر زندگی‌ام اضافه بشود. اضافه شدن چیزهای همانیده برای شما زندگی را اضافه نمی‌کند، برای این‌که حزم دارید:

(پرهیز نکردن از اخبارِ پر سر و صدای بیرون و به طور کلی هر خوراکِ مسمومِ بیرونی)

## کَس نداند مکرِ او اِلَّا خدا

### در خدا بگریز و وارَه زَان دَغَا

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۷۷)



می‌گوید که این مکر من‌ذهنی را غیر از خدا کسی دیگر نمی‌داند، بنابراین تو فضا را باز کن و به خدا بگریز و از این حيله‌گر، دغا خودت را رها کن، واضح است. نهم هست:

**۹ - تمرکز بر تغییر دادن یک انسان دیگر و یا تغییر دادن جامعه به جای تمرکز بر تغییر دادن شخص خود**

**(گذاشتن تمرکز بر روی انسانهای دیگر)**

این عامل نه، که نمی‌گذارد ما تغییر کنیم، شما ببینید که آیا مشغول تغییر دادن یک انسان دیگر هستید یا انسان‌های دیگر هستید یا نه نشستید می‌گویید که من می‌خواهم جامعه را تغییر بدهم. ما با جامعه کاری نداریم، من همین‌جا نشستم شما را نمی‌خواهم تغییر بدهم. شما خودتان می‌دانید، قصد من تغییر شما نیست، تغییر هیچ‌کس نیست، قصد من بیان این‌ها است. این شما هستید که لزوم تغییر را اگر احساس بکنید و روی خودتان کار کنید، می‌توانید خودتان را تغییر بدهید.

اصلاً کسی، کسی دیگر را نمی‌تواند تغییر بدهد و نباید این قصد را بکند. بنابراین ما خودمان را رها نمی‌کنیم روی دیگران کار کنیم، پس این بیت یادمان می‌افتد:

**(گذاشتن تمرکز بر روی انسانهای دیگر)**

**تا کنی مر غیر را حَبَر و سَنی**

**خویش را بدخو و خالی می‌کنی**

**(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶)**

حَبَر: دانشمند، دانا

سَنی: رفیع، بلند مرتبه

اگر خودت را رها کنی و تمرکز کنی روی دیگران که آن‌ها را دانشمند بکنی و عاقل بکنی و به‌جایی برسانی یک‌دفعه می‌بینی که رفتی به ذهنت و من‌ذهنیات دارد کار می‌کند، نه‌تنها آن را نتوانستی تغییر کنی، خودت هم بدخو و خالی شدی، خالی از انرژی شدی. پس این بیت نشان می‌دهد که ما فقط روی خودمان کار می‌کنیم، و همین‌طور این بیت از دفتر دوم:

**مردۀ خود را رها کرده‌ست او**

**مردۀ بیگانه را جوید رَفو**

**(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۱)**





آیا ما باید من‌ذهنی خودمان را رها کنیم، روی من‌ذهنی دیگران کار کنیم؟ چرا مرده خودمان را زنده نکنیم؟ که همین من‌ذهنی خودمان است؟ چرا خودمان را نزیانیم؟ پس مرده خودمان را رها نمی‌کنیم، ایرادهای خودمان را نادیده نمی‌گیریم برویم روی دیگران کار کنیم، همه‌اش روی خودمان کار می‌کنیم. این موضوع جا نمی‌افتد، این موضوع یکی از مهم‌ترین لطمه‌زننده‌ها است و انسان‌ها این فرض غلط را می‌کنند که اگر یکی دیگر که با من زندگی می‌کند، آن عوض نشود، من هم عوض بشوم، فایده ندارد.

این فرضیه غلط است، شما عوض بشوید، ببینید فایده دارد یا نه؟ نباید مانع بشود، این‌که یا من اول او را تغییر می‌دهم که او بهتر بشود من حالم خوب بشود، هم‌چون چیزی نمی‌شود. اگر همسر شما هم هست، یا هرکس دیگر هست، شما آن را بگذارید کنار روی خودتان کار کنید و خواهید دید که با تغییر واقعی شما او هم تغییر می‌کند ولی هدف شما تغییر ایشان نیست.

**(گذاشتن تمرکز بر روی انسانهای دیگر)**

**دیده آ، بر دیگران، نوحه‌گری**

**مدتی بنشین و، بر خود می‌گری**

**(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۴۷۹)**

یعنی ای نور چشم من مثلاً، بیا، چرا به دیگران گریه می‌کنی؟ ای چشم من چرا به دیگران گریه می‌کنی، بیا برای خودت گریه کن. این همه افسوس می‌خوریم ما بر حال دیگران، ای کاش این‌طوری می‌شد، آن‌طوری می‌شد، این‌طوری می‌شدند، این حرف را می‌زدند، این رفتار را می‌کردند، مرده خودمان را رها کردیم.

هرموقع برای کسی گریه می‌کنیم، باید این گریه را متوقف کنیم، بعد به حال خودمان گریه کنیم. ببینیم که آن قسمت‌های ناقص ما کجاست، همانندگی‌های ما کجاست، دردهای ما کجاست؟ آن‌ها را پیدا کنیم و برطرف کنیم. به‌جای این‌که برای دیگران گریه کنیم برای خودمان گریه کنیم و همین‌طور دهم:

**۱۰ - عدم قبول مسئولیت هشیاری خود، ملامت، شکایت و انداختن تقصیر بر عهده دیگران**

**(عدم قبول مسئولیت، ملامت و شکایت)**

آیا ما مسئولیت کیفیت هشیاری‌مان را در این لحظه می‌پذیریم؟ یا نه ملامت می‌کنیم دیگران را، که می‌گوییم شما این حرف را می‌زنید، این کار را می‌کنید من ناراحت می‌شوم؟ شکایت می‌کنیم و می‌گوییم تقصیر ما نیست، آن‌ها نباید این کارها را بکنند تا من عصبانی بشوم، نه من مسئول کیفیت هشیاری خودم در این لحظه هستم و این



مسئولیت هیچ‌موقع از من سلب نمی‌شود. مهم نیست که دیگران چه کار می‌کنند، شما بگویید من مسئولیت کیفیت هشیاری خودم را در این لحظه دارم و این مسئولیت را کنار نمی‌توانم بگذارم. یعنی من باید کیفیت هشیاری‌ام را در حالت حضور نگه دارم، دیگران هرکاری می‌خواهند بکنند.

(عدم قبول مسئولیت، ملامت و شکایت)

**چون بکاری جو نروید غیر جو  
قرض تو کردی، ز که خواهی گرو؟**  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۲۵)

**جرم خود را بر کسی دیگر منه  
هوش و گوش خود بدین پاداش ده**  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۲۶)

**جرم بر خود نه، که تو خود کاشتی  
با جزا و عدل حق کن آشتی**  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۲۷)

اگر جو بکاری، جو عمل می‌آید، گندم به عمل نمی‌آید. اگر تو قرض کنی، تو بدهکاری، یک کس دیگر نمی‌آید بدهی شما را بدهد. ما با من ذهنی عمل می‌کنیم، فکر می‌کنیم، در نتیجه درد به وجود می‌آید، بعد می‌اندازیم گردن دیگران.

می‌گوید جرم خودت را به کسی دیگر نسبت نده. آیا ما می‌توانیم این لحظه مراقب رفتارمان، فکرمان و عملمان باشیم که این از من ذهنی می‌آید یا از فضای حضور می‌آید؟ اگر از من ذهنی می‌آید باید بپذیریم که این عواقب خواهد داشت و تمام هوش و گوشت را می‌گوید به این کار بده، که هرکاری که می‌کنی بستگی به این دارد که از کجا می‌آید، این پاداش خواهد داشت، در این‌جا پاداش یعنی عواقب خواهد داشت. اگر از فضای حضور بیاید خوب خواهد شد، اگر فضای من ذهنی بیاید بد خواهد شد. برای همین می‌گوید جرم بر خود نه، بگو من کردم که تو خودت کاشتی، چه از ذهن کاشتی چه از فضای حضور کاشتی، بعد آن موقع عدل حق ایجاب می‌کند که آن حالت «جف القلم» نوشته بشود در این لحظه.



اگر با فضای گشوده شده عمل می‌کنی، یک نتیجه به وجود می‌آید که نتیجه نیک است، اگر از من‌ذهنی، از خشم و کینه و رنجش و حسادت و این‌ها عمل کردی در این صورت بد خواهی دید. نگو که خداوند عدل و جزایش و این‌ها هیچ حساب و کتاب ندارد، هرکاری دلش می‌خواهد می‌کند، نه. اگر بدی رسید به تو، آشتی کن با عدل حق، بگو که حق من بوده واقعاً، من اشتباه کرده‌ام، زیر بار برو و این قبول مسئولیت است.

عکس آن ملامت و شکایت است، اگر شما ملامت و شکایت و ناله می‌کنید، نشان این است که با عدل خداوند آشتی ندارید. و این بیت که مرتب داریم می‌خوانیم:

(عدم قبول مسئولیت، ملامت و شکایت)

از ترازو کم کنی من کم کنم  
تا تو با من روشنی من روشنم  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۰۰)

ترازو را ما به هم می‌زنیم، همین‌که فضا را باز می‌کنیم به او روشن هستیم، فضا را می‌بندیم، توجه می‌کنیم آن چیزی که ذهن نشان می‌دهد، مقاومت می‌کنیم، از ترازو کم می‌کنیم. همین‌که حواسمان می‌رود به ذهن، جذب ذهن می‌شویم و فضا بسته می‌شود، خودمان داریم می‌کنیم دیگر، ما می‌بندیم، او هم می‌بندد، کمتر نور می‌آید. انگار یک دریچه‌ای را ببندی بگویی چرا نور نمی‌آید؟ فضا را باز کن با او روشن بشو، به اندازه‌ای که ما روشن هستیم او هم روشن می‌شود، به اندازه‌ای که می‌بندیم او هم می‌بندد.

پس این اختیار را داریم ما که زندگی‌مان را روشن کنیم، امروز خیلی چیزها گفتیم. گفتیم در این راه ما راستی و صداقت نداریم، ما منقبض می‌شویم، می‌گوییم که منبسط شدم من.

مقدار زیادی از رفتارهای ما از تقلید می‌آید یا از ناموس می‌آید، دیگران چه می‌گویند؟! نکنند این به اصطلاح تصویر ذهنی پنداری من کوچک بشود، مردم یک جور دیگر فکر کنند در مورد من، آن چیزی که تا حالا به مردم نشان دادم آن لکه‌دار شود، آبرویم برود، این‌ها اثر دارند در ترازو.

ما همین‌که دروغین بشویم نمی‌توانیم از خداوند خرد بگیریم، پس در تمام این کارها مسئولیت‌مان را قبول نمی‌کنیم، اگر ما تقلید می‌کنیم از دیگران یا ناموس را می‌آوریم به کار یا دروغ می‌گوییم مسئولیت را لوٹ می‌کنیم یا نه، تن می‌دهیم به واکنش‌های من‌ذهنی مثل شکایت، ملامت، حسادت و بقیه خاصیت‌ها تن می‌دهیم، خشم، ترس.



داریم مسئولیت را از گردن خودمان می‌اندازیم، یعنی هر موقع شما فضا را بستید، مواظب باشید که دارید با من ذهنی عمل می‌کنید، ممکن است برای خودتان دردسر درست کنید، شما نه، یعنی همه ما و

(عدم قبول مسئولیت، ملامت و شکایت)

## فعلِ توست این غصه‌های دم به دم

### این بُود معنیِ قَدْ جَفَّ الْقَلَمُ

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۲)

دیگر این بیت را حفظ هستین دیگر، غصه‌های دم به دم می‌آید به خاطر اعمال ماست، فکرهای ماست و معنی «قَدْ جَفَّ الْقَلَمُ» همین است، که این لحظه زندگی درون و بیرون تو را مطابق شایستگی تو می‌نویسد و شایستگی ما بستگی دارد به این که چقدر فضا باز می‌کنیم و به اندازه‌ای که فضا باز می‌کنیم و توجه به ذهن نمی‌رویم و نمی‌گذاریم هشیاری را ذهن جذب کند ما شایسته می‌شویم. شایسته لطف خدا می‌شویم، شایسته پذیرش نور خداوند می‌شویم و همین طور که دیگر داریم

«جَفَّ الْقَلَمُ بِمَا أَنْتَ لَاقٍ»

«خشک شد قلم به آنچه سزاوار بودی.»

(حدیث)

«جَفَّ الْقَلَمُ بِمَا هُوَ كَائِنٌ.»

«خشک شد قلم به آنچه بودنی است.»

(حدیث)

بارها خواندیم و همین طور

(عدم قبول مسئولیت، ملامت و شکایت)

## گر مراقب باشی و بیدار تو

### بینی هر دم پاسخ کردار تو

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۴۶۰)

اگر به صورت هشیاری ناظر به ذهنت نگاه کنی و حواست به خودت باشه به دیگران نباشه هر لحظه می‌بینی که با من ذهنی عمل می‌کنی یک چیزی به وجود می‌آید در بیرون، از هشیاری حضور عمل می‌کنی یک چیزی می‌آید.



وقتی این فضا را باز می‌کنی بیرون یک جوهری پاسخ می‌دهد، می‌بندی! یک جوهر دیگر پاسخ می‌دهد و هر لحظه پاسخ کردارت را می‌بینی، می‌بینی که خودت داری وضعیت‌های خودت را خلق می‌کنی، این مردم نیستند، خودت هستی!

(عدم قبول مسئولیت، ملامت و شکایت)

گر مراقب باشی و بیدار تو

بینی هر دم پاسخ کردار تو

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۴۶۰)

کژ روی، جَفَّ الْقَلَمِ کژ آیدت

راستی آری، سعادت زایدت

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۳۳)

اگر فضا را ببندی و کژ بروی با من ذهنی بروی جَفَّ الْقَلَمِ هم کژ می‌نویسد، اگر راستین باشی، فضا را باز کنی، از جنس زندگی باشی، جَفَّ الْقَلَمِ یعنی قلم خداوند که خشک می‌شود، برای تو سعادت می‌نویسد.

جَفَّ الْقَلَمِ یعنی مُرکب قلم خشک شد، همین لحظه که ما متوجه می‌شویم چه چیزی تولید کردیم، یعنی قلم خداوند خشک شد، هی خشک شده‌اش را ما می‌بینیم. پس وقتی که خشک شده‌اش خوب نیست یعنی یک اشتباهی کردیم، راستین نبودیم، کژ بودیم.

هرچقدر می‌رویم من ذهنی‌مان را قوی می‌کنیم از طریق من ذهنی فکر و عمل می‌کنیم کژتر می‌شویم، هرچقدر فضا را باز می‌کنیم، باز می‌کنیم، باز می‌کنیم و کمتر من ذهنی را دخالت می‌دهیم راستین‌تر می‌شویم.

(عدم قبول مسئولیت، ملامت و شکایت)

معنی جَفَّ الْقَلَمِ کِی آن بُود

که جفاها با وفا یکسان بُود؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۵۱)

بل جفا را، هم جفا جَفَّ الْقَلَمِ

وآن وفا را هم وفا جَفَّ الْقَلَمِ

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۵۲)



داریم راجع به عدم قبول مسئولیت صحبت می‌کنیم که عکس آن ملامت و شکایت است، می‌گوید که معنی جَفَّ الْقَلَمِ این نیست که جفا با وفا یکسان است. جفا در این لحظه می‌گوید من از جنس زندگی نیستم، یعنی من ذهنی هستم. وفا، فضا را باز می‌کند، از جنس زندگی می‌شوی، عملاً از جنس زندگی می‌شوی.

پس این لحظه اگر وفا کنی از جنس آلت باشی و یا جفا کنی از جنس من‌ذهنی باشی، این دوتا با هم فرق دارن، چه فرقی دارند؟ اگر از جنس من‌ذهنی باشی جفا کنی، جَفَّ الْقَلَمِ، جفا می‌نویسد، یعنی آن هم جفا می‌کند، اگر وفا کنی، آن هم وفا می‌کند. وفا کنی از جنس زندگی می‌شوی، چیز خوبی خلق می‌کنی. فکر عالی خلق می‌کنی، خرد زندگی به فکر و عملت می‌ریزد، عشق را می‌آوری به این جهان، یعنی خداوند هم وفا می‌کند و خودش را در اختیار شما قرار می‌دهد و خودش را مرکز شما قرار می‌دهد.

اما اگر جفا کنی! نه، می‌گذارد همان من‌ذهنی مرکز شما باشد، شما از آن فکر و عمل می‌کنید در نتیجه درد ایجاد می‌کنید. پس جفا با وفا یکسان نیست. توجه کنید که ما جفا می‌کنیم و انتظار وفا داریم، در این لحظه شما باید بدانید و قبول مسئولیت کنید که من آیا جنس آلت هستم را به معرض نمایش می‌گذارم یا نمی‌گذارم؟! در مقابل زندگی جنسیت آلت هستم را ارائه می‌کنم یا جنسیت جسمی‌ام را؟ اگر جنسیت جسمی‌تان را ارائه می‌کنید باید از عهده عواقبش هم بربیاید، چون زندگی به شما وفا نمی‌کند.

شما اگر بگویید من از جنس جسم هستم، زندگی نمی‌آید به شما بگوید که نه! تو را خدا، حالا امروز لطف کن از جنس من باش. نه! می‌گوید از جنس جفا هستی، خیلی خوب!! از جنس جفا باش، عواقبش را بدیم، بذار عواقبش با ضرر به تو، به تو حالی کند که این کار را نباید بکنی. و آن بیت یادمان باشد گفت که

(عدم قبول مسئولیت، ملامت و شکایت)

إِنِّيَا كَرَهَا مَهَارِ عَاقِلَانِ

إِنِّيَا طَوْعاً بَهَارِ بِي دِلَانِ

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۷۲)

و همین‌طور این بیت:

به خدا دیوِ ملامت برهد روزِ قیامت

اگر او مهرِ تو دارد اگر اقرارِ تو دارد

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۷۵۸)

دیو ملامت یعنی من‌ذهنی ملامت کند، می‌گوید این ملامت که یکی از مشخصات دیو است، دیو من‌ذهنی است، در روز قیامت یعنی این لحظه، اگر ما فضا را باز کنیم و مهر خدا را داشته باشد و اقرارش را داشته باشد، یعنی فضا باز کنیم دیگر، ما الآن دیو ملامت هستیم، ملامت می‌کنیم هم خودمان را، هم دیگران را اگر بتوانیم فضا باز کنیم، به طوری که این فضای گشوده شده، مهر خدا را دارد و اقرار خدا را دارد، می‌گوید که من از جنس آستم چون فضا باز شده و مهر آن هم دارد به آن سمت می‌رود، این دیو ملامت می‌تواند برهد.

خیلی‌ها فکر می‌کنند از دست دیو ملامت نمی‌توانند برهند، چون فضا را باز نمی‌کنند، مهر خدا و اقرار او را به مرکزشان بیاورند و همین‌طور:

(عدم قبول مسئولیت، ملامت و شکایت)

شکایت از زمانه کند، بگو تو وُرا

زمانه بی تو خوش است و زمانه را چه شده‌ست؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۴۹۲)

اگر می‌گوید من‌ذهنی از اوضاع و احوال و زمانه شکایت کند، به او بگو که اگر من‌ذهنی نباشد بدون تو زمانه خوش است. تو به آن زمانه، یعنی این لحظه ابدی توجه نمی‌کنی! یعنی ما به‌عنوان انسان چرا رفتیم در من‌ذهنی و ایراد می‌گیریم به اتفاقات و اوضاع، به زمانه، مگر این لحظه ابدی که در این‌جا به‌عنوان زمانه است، لحظه ابدی و فضای گشوده شده چه اشکالی دارد؟ هیچ اشکالی ندارد، به ما می‌گوید که این امکانی است در اختیار ما، یعنی اگر مسئولیت قبول کنیم که از این لحظه ابدی خارج شدیم و رفتیم به زمان، از زمان روان‌شناختی برگردیم به این لحظه، کار درست می‌شود.

خوب اجازه بدهید بقیه‌اش را بگذاریم برای جلسه آینده. تا ۱۱ خواندیم برایتان. داریم راجع به این صحبت می‌کنیم که چرا ما تغییر نمی‌کنیم.





کتابخانه