

# صنما، این سچہ کمانست؟ فرودست و حقیر تا پید میسجد مکنت و جان مرا خوار مکیر

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۰۹۰



مشکر کامل برنامه شماره  
۸۱۶ مختصر

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

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۰۹۰

صنما، این چه گمانست؟ فرودست و حقیر  
تا بدین حد مکن و جان مرا خوار مگیر

کوه را که کند اندر نظرِ مردِ قضا  
گاه را کوه کند، ذاکَ عَلَى اللَّهِ يَسِير

خُنْكَ آن چشم که گوهر ز خسی بشناسد  
خُنْكَ آن قافلہ‌ای که بودش دوست خفیر

حاکمی هر چه تو نامم بنهی خشنودم  
جانِ پاكِ تو که جان از تو شکور است و شکیر

ماه را گر تو حبش نام نهی سجده کند  
سرورا چنبرِ خوانی نکند هیچ نفیر

زان که دشنام تو بهتر ز ثنای شاهان  
ز کجا بانگِ سگان و ز کجا شیر زئیر

ای که بَطَّالِ تو بهتر ز همه مُشْتَغِلان  
جُز تو جُمْلَه همه لاس است از آنیم فقیر

تاجِ زرینِ بده و سیلیِ آن یارِ بخر  
ور کسی نشنود این را انما انت نذیر

بر قفای تو چو باشد اثر سیلی دوست  
بوسه‌ها یابد رویت ز نگاران ضمیر

مرد دنیا عدمی را حشمی پندارد  
عمر در کار عدم کی کند ای دوست بصیر؟

رفت مردی به طبیبی به گله‌ی درد شکم  
گفت او را تو چه خوردی که برسته‌ست ز حیر؟

بیشتر رنج که آید همه از فعل گلوست  
گفت من سوخته‌ان خوردم از پست فطیر

گفت سنقر برو آن کحل عزیزی به من آر  
گفت درد شکم و کحل؟ خه ای شیخ کبیر

گفت تا چشم تو مر سوخته را بشناسد  
تا ننوشی تو دگر سوخته ای نیم ضریر

نیست را هست گمان برده‌ای از ظلمت چشم  
چشمت از خاک در شاه شود خوب و منیر

هله ای شارح دل‌ها، تو بگو شرح غزل  
من اگر شرح کنم نیز برنجد دل میر

با سلام و احوالپرسی برنامه گنج حضور امروز را با غزل شماره ۱۰۹۰ از دیوان شمس مولانا شروع می‌کنم:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۰۹۰

## صنما، این چه گمانست؟ فرودست و حقیر تا بدین حد مکن و جان مرا خوار مگیر

پس راز و نیازی است که انسان با خدا می‌کند، صنما خطاب به زندگی است خدا است که تو زیبا هستی و این چه گمان است؟ منظور از گمان همان من ذهنی است که یک بافت ساخته شده از فکر است، و این چقدر پایین دست و حقیر و زبون است، و بیت اشاره می‌کند به اینکه اولاً ما آگاه شدیم که این من ذهنی ما که از جنس پندار است، از جنس فکرهای هم هویت شده هست، چیز زبون و فرو دستی است. یک هوشیاری پایین دستی است. درست است که می‌بیند در جهان چیزهایی را به ما نشان می‌دهد، ولی پایین دست است.

معنی‌اش این است که ما دید خودمان را بوسیله هوشیاری جسمی من ذهنی نباید خیلی بالا تصور کنیم، که هر چیزی ما می‌بینیم من حقیقت است و غیر از این نیست، و آگاه شدیم به این که یا حداقل این انسان آگاه شده و می‌خواهد ما هم آگاه بشویم که ما این فرو دستی و زبونی و پستی را از حد گذرانیدیم. چرا که زندگی با هوشیاری جسمی در من ذهنی را خیلی گسترش دادیم و عوارض آن که دردهای مختلف است مثل حسادت، مثل تنگ نظری، حس نقص، حرص، میل به قدرت و احساس دردهای مختلف مثل رنجش‌های کهنه، کینه، انتقام جویی و نگرانی، اضطراب، احساس گناه اینها به حد اعلا در انسان وجود دارد و لازم نیست تا به این حد مکن.

و این جان مرا پست مکن، خار مکن، مگیر یعنی فرض مکن، نگذار اینطوری بشود و این جور صحبت کردن نشان این است که ما می‌دانیم که تغییر ما به دست زندگی است، و به دست ما بوسیله من ذهنی ما نیست، و خطاب هوشیاری انسان به خودش هم می‌تواند باشد: که من امتداد خدا هستم و زیبا هستم، چرا این قدر پست شدم؟ پست شدن ما همین طور که می‌دانید بعلت همانندگی ما با چیزهای گذرای این جهانی است همینطور که می‌دانید من تصاویری که معمولاً نشان می‌دهم آنها را نشان خواهیم داد به شما و سریع از رویشان خواهیم گذاشت و است بیت را با آن ابزارها بررسی خواهیم کرد، و تصویر بزرگ شده و شما می‌توانید ببینید:



... شکل شماره ۱ (دایره همانیدگی ها)...

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۰۹۰

## صنما، این چه گمانست؟ فرودست و حقیر تا بدین حد مکن و جان مرا خوار مگیر

و گفتیم انسان بصورت امتداد خدا می آید به این جهان، ابتدا با هر چیزی که در فکرش می گنجد از جمله خودش و مشخصات شخصی خودش مثل زیبایی اش مشخصات بدنش، جنسیتش مثل اینکه زن است یا مرد است، و تقریباً همه مردم با همسرشان و بقیه اعضای خانواده شان مثل خواهر، برادر، و پول که می تواند همه چیز را بخرد یعنی هر همانیدگی را می تواند بخرد. بله آنهایی که ظاهراً برای ما خیلی ارزش دارد در ذهن همه متعلقات را پول می تواند بخرد تقریباً می توانیم بگوییم اکثریت مردم جهان با پول هم هویت ممکن است بشوند و بعداً باید هویت شان را بکنند.

و این همانیدگی با پول ممکن است هنوز در برخی از ما که شاید ده سال هم به گنج حضور گوش می دهیم مانده باشد و همه چیزهای با ارزش من که به من تعلق دارند، کارم، حرفه ام، موقعیت اجتماعی ام، نقش های من، مثل نقش پدر و مادر و استاد، آن چیزی که من تفریح می نامم و آن کسانی را که دوست می نامم براساس این من ذهنی و تشخیصش و دشمن می نامم و مخصوصاً دردها با دردها انسان همانیده می شود اول با صورت فکری همانیده می شود.

و گفتیم همانیدن یعنی هوشیاری می تواند حس وجود تزریق کند به شکل فکری چیزهای بیرونی و اگر این کار را بکند آن چیز می شود، یا صورت فکری آن چیز می شود مرکز ما بجای هوشیاری که از اول از جنس خدا بودیم هوشیاری بودیم، و به محض اینکه مرکز ما بشود عینک دید ما می شود. و ما آن عینک دید اولیه را که هوشیاری نظر است از دست می دهیم. دردها بعلت همانیدگی ها بوجود می آیند، هر همانیدگی درد خودش را دارد. و اینها انباشته می شوند در ما. پس دردهایی که الان برشمردم مثل رنجش، کینه و بقیه بخاطر همانیدگی ها هستند.

و آن چیزی که من باورهای مذهبی می نامم یا سیاسی می نامم، یا شخصی می نامم، اجتماعی می نامم باورها از جنس جسم هستند و انسانها با باورها همانیده هستند. و همانیده شدن با باورهای مذهبی واقعاً دین نیست یک جور بت پرستی است منتها بتش ظریف است دیده نمی شود، الگوهای فکری به ما کمک می کنند که کارهای مان را در دنیا سریعتر انجام بدهیم باورها الگوهای فکری هستند، الگوهای عمل هستند، که بعلت سرعت عمل و آسان کردن کارها ما با آنها همانیده می شویم و آن الگوها را بهترین الگو می دانیم.

ولی به هر صورت ممکن است آنها الگوهای خوبی نباشند. پس از مدتی باید بازبینی کنیم که حتی در جهان بیرون در بیزنس ما در کار ما این باورها کار می کنند یا نه، بطور کلی اشکالی که این همانیدن دارد این است که: درست است که همانیدن با چیزها سبب حرص ما می شود، و شوق بیش از حد ما برای انباشتن چیزها می شود، یعنی همین چیزهایی که همانیده شدیم می شود، ولی این کار درد زیادی بوجود می آورد، و درد نمی گذارد ما از زندگی مان لذت معنوی ببریم. و ترس یکی از بارزترین و جافتاده ترین هیجانات همانیدگی است. و همینطور که می بینید اینها عینک دید ما می شوند اینها عینک های آفل هستند و این دیده ها همه دید غلط است. و اگر موقتا در انباشتن چیزها کار کند در بعضی از جنبه های زندگی ما که زندگی خودش یعنی خداییت ما باید در کار باشد کار نمی کند، مثل رابطه با بچه مان با همسرمان که رابطه زندگی با زندگی باید باشد، نه من ذهنی با من ذهنی اصلاً این الگوها کار نمی کنند، بلکه مزاحم هستند.

پس بزرگانی مثل مولانا به ما می گویند که هر چه سریعتر ما باید اینها را از مرکزمان برداریم. چون از مرکزمان برداریم هم می توانیم همانیدگی ها را داشته باشیم، هم می توانیم آن کارهایی که وجود زنده زندگی را لازم داریم، آنها را هم می توانیم انجام بدهیم. یکی از مهم ترین شکست ها و سرخوردگی های انسان شکست در همین رابطه انسان به انسان است. مثل دو تا همسر با هم نمی توانند رابطه عشقی برقرار کنند برای اینکه بوسیله من های ذهنی می خواهند یا با همین الگوهای عمل و باورهایی که در بیرون بکار می برند، در رابطه هم همین ها را بکار می برند که کار نمی کند. و در نتیجه ناامید می شوند، رابطه مادر و پدر با بچه شان بوسیله الگوها برقرار نمی شود و به شکست می انجامد، و به جدایی می انجامد.



برای اینکه دیدن از طریق همانیدگی‌ها سبب می‌شود که انسان تصویر ذهنی بشود. تصویر ذهنی جسم است گرچه که جسم ظریفی است. و یک مطلب دیگر که مربوط به این شکل (دایره همانیدگی‌ها) است این است که ما از هر چیزی که در مرکزمان باشد چهار تا برکت یا خاصیت می‌گیریم که یکی از آنها عقل است. عقل استعداد شناسایی ماست و اگر عقل این چیزها عقل ما باشد بسیار ناقص است است هم همین را می‌گوید: صنما این چه گمان است؟

یعنی این من ذهنی که من از طریق پریدن از یک همانیدگی به یک همانیدگی بوسیله فکرم درست می‌کنم این چه چیزی است دیگر؟ این چه پدیده‌ای است که تو به من دادی؟ و این چرا این قدر فرو دست و حقیر است؟ و تا بدین حد ببینید در این کار آدم می‌تواند افراط کند الان نشان خواهیم داد که اگر این همانیدگی‌ها در مرکز ما باشد انسان دچار خرافات می‌شود! دچار یک من ذهنی به اصطلاح خرافاتی می‌شود، افسانه‌ای می‌شود، هیروت می‌شود، که یواش یواش زندگی جسمی‌اش حتی در این جهان با خطر مواجه می‌شود. پس عقل خاصیت شناسایی ماست.

حس امنیت را هم می‌دانید چی است، حس امنیت حالت آرامش و خاطر جمعی ماست، که اگر با این چیزهای آفل در مرکزمان بخواهیم حس امنیت حس کنیم، اینها مصنوعی است آفل است، حس امنیتی نیست، چون اینها در حال از بین رفتن هستند.

و هدایت ما در این حالت می‌افتد دست هیجان‌ات منفی‌مان مثل خشم، ترس، مثل رنجش، انتقامجویی اینها یا خود نشان دادن اینها هیجان‌اتی هستند که رفتار ما را فکر ما را هدایت می‌کنند.

و قدرت ما هم بسیار پوشالی می‌شود برای اینکه با اتکا به این چیزها ما نمی‌توانیم قدرت داشته باشیم. پس بنابراین این حالت (دایره همانیدگی‌ها) می‌تواند بسیار به افراط برود برای همین می‌گوید تا به این حد مکن و چه خطاب انسان به خدا باشد بگوید که به من کمک کن، من فهمیدم این وضعیت درست نیست. چه خطاب انسان به خودش باشد بعنوان هوشیاری به هوشیاری ما می‌خواهد آگاه بشود، و یک کاری بکند.

می‌خواهد بگوید که من نباید خودم را این قدر پست کنم خوار بشوم، زبون بشوم، من نباید قربانی چیزهای بیرون بشوم، اتفاقات بشوم، آن چیزهایی که در مرکز ما قرار می‌گیرد اتفاقات هم هستند، که در این شکل نشان نمی‌دهد، وضعیت‌های بیرونی هم ما می‌توانیم با آنها همانیده باشیم.



...شکل شماره ۲ (دایره عدم)...

اما یک راه دیگر که این شکل ها کمک می کنند شما خوب متوجه بشوید، این است که انسان با همین بیت به خودش بیاید، بگوید که من نمی خواهم این چیزهای بیرونی در مرکزم باشند، و اینها را من می رانم به حاشیه و مرکز را عدم می کنم، عدم همین جنس زندگی است، هوشیاری است امتداد خدا است و با نظر می بینیم. حالت قبلی (دایره همانیدگی ها) هوشیاری جسمی بود یعنی هر لحظه انسان از یک جسمی در مرکزش آگاه است برحسب آنها می بیند و زندگی اش را برحسب آنها سازماندهی می کند، حول محور این چیزها دائماً می چرخد بنابراین هوشیاری جسمی فکری دارد.

اما این حالت (دایره عدم) وقتی که عدم مرکزش می آید در واقع مثل اینکه خدا مرکزش می آید همین کاری که قرار است در این جهان ما انجام بدهیم. پس از مدتی اینطوری دیدن این نباید ادامه پیدا کند این شکلی دیدن تا ده سالگی مثلاً قابل قبول است برای خدا دوازده سالگی ولی به تدریج باید فروکش کند، و عدم مرکز ما را بگیرد و فضای درون ما گشوده بشود به محض اینکه ما تسلیم بشویم، تسلیم پذیرش اتفاق این لحظه است قبل از قضاوت بدون قید و شرط، یعنی رفتن به ذهن که ما را که هوشیاری جسمی در این حالت (دایره همانیدگی ها) هستیم به هوشیاری حضور یا نظر (دایره عدم) تبدیل می کند.

یعنی تبدیل به همان هوشیاری می کند که از اول یعنی قبل از آمدن به این جهان از جنس آن بوده ایم و به تدریج که این تسلیم و فضاگشایی در اطراف اتفاق این لحظه را ادامه می دهیم مرکز ما باز تر می شود درون ما باز تر می شود و این فضایی که در درون دارد باز تر می شود و با باز شدن آن این چیزهایی که با آنها هم هویت شده بودیم و آنها را لازم داریم مثل حتی پول می توانیم داشته باشیم ولی اینها می توانند مرکز ما نباشند. بارها گفتیم.





و این بیت در مورد ما تغییر می‌کند، و واقعاً دیگر از فرودستی و حقیری بیرون می‌آییم. دیگر گمان مرکز ما نیست، من ذهنی من ما نیست دیگر، ما یک من دیگری داریم پیدا می‌کنیم که در اثر هوشیار شدن به هوشیاری نظر، یا زنده شدن به عدم یا به بینهایت خدا دارد پیش می‌آید. به تدریج من ذهنی که این حالت (دایره همانندگی‌ها) به وجود آورده ضعیف می‌شود و این فضا که در درون ما باز می‌شود و آن چیزهای نماینده شده به حاشیه رانده می‌شود ما عمیق تر می‌شویم، از جنس خداتر می‌شویم و خداییت مرکز ما را اشغال می‌کند که برای همین آمدیم اینجا که به خدا زنده بشویم، به بینهایت او زنده بشویم به تدریج داریم پیشرفت می‌کنیم،

اما می‌بینید که به محض اینکه یک لحظه مرکز ما عدم بشود، یعنی آن چیزها دیگر نشوند این چهار تا خاصیت عقل، حس امنیت، هدایت و قدرت اصیل می‌شوند. اینجا حالت به اصطلاح اصیلی هم دارند. گرچه که ما ممکن است تجربه نکرده باشیم که این چهار تا چیز از طرف زندگی بیاید، ولی امکان این وجود دارد برای کسی که مرکزش را به تدریج عدم می‌کند عقلش خرد زندگی می‌شود،

خردی که تمام کائنات را اداره می‌کند، حس امنیتش را زندگی می‌دهد، یعنی متکی به خدا است، هر چقدر خدا حس امنیت دارد شما هم همین قدر دارید، هدایت‌تان می‌افتد دست خدا دیگر دست دردها نمی‌افتد، تحریک کنند ما را در مرکزمان بلند شویم یک کار غلط انجام بدهیم، خشمگین نمی‌شویم یک کاری انجام بدهیم.

و قدرت واقعی پیدا می‌کنیم، قدرت ما دیگر بعلت انگیزه‌های مقایسه‌ای مثلاً با این و آن نیست که حالا ایشان هم این کار را می‌کند من هم می‌خواهم بکنم، یک چهار روز می‌روم دنبالش بعد دیگر از بین می‌رود، بی‌قدرتی را ما در من ذهنی تجربه کرده ایم که توانایی تعهد و ادامه کار را در من ذهنی ما نداریم. وقتی عدم باشد، زندگی پشت ما باشد، این لحظه پشت ما باشد، قدرت خدا پشت ما باشد عمل ادامه دارد. و قدرت عبارت است از عمل کردن، اصلاً توانایی عمل کردن خیلی‌ها به مرحله عمل نمی‌توانند بروند، و عمل را ادامه دادن و چالش‌ها را حل کردن و با آنها روبرو شدن، بعضی موقع‌ها از کنار آنها رد شدن، اینها همه قدرت انسانی است که است که انسان به آن دسترسی پیدا می‌کند، اگر این بیت را بفهمد.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۰۹۰

**صَنَمَا، اَيْنَ چِه گمانست؟ فرودست و حقیر**

**تا بدین حد مکن و جان مرا خوار مگیر**

یعنی این عدم را در مرکز من تو می‌توانی باز کنی من هم فهمیدم، نباید مزاحم تو بشوم.

اما اجازه بدهید این شکل را هم به شما توضیح بدهم باز هم با این بیت:



...شکل شماره ۳ (مثلث همانش)



شکل شماره ۴ (مثلث واهمانش)

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۰۹۰

### صنما، این چه گمانست؟ فرودست و حقیر

### تا بدین حد مکن و جان مرا خوار مگیر

این شکل مثلث همانش است. انسان وقتی برای اولین بار یک چیزی همانیده می شود که معمولاً اسمش بصورت فکر یا کلمه خود است. با آن بعنوان هوشیاری امتداد خدا حس هویت تزریق می کند به محض اینکه این کار را می کند با آن همانیده می شود، همانیدن یعنی همان را درست کردن، هوشیاری فکر می کند یک چیزی را دارد درست می کند که مثل خودش است. یعنی ما وقتی می آییم به این جهان با اولین چیز همانیده می شویم، یک تصویر ذهنی درست می کنیم که ساخته شده از فکر است، همان گمان است، همین که می گوید: صنما این چه گمان است

در اثر تزریق هویت به اولین فکر می‌تواند کلمه خود باشد که از فکر ساخته شده. یا من یا اسم‌مان، به هر حال اینها فکرهای اولیه است که ما با آن همانیده می‌شویم. می‌بینیم که وقتی اسم ما را می‌گویند، این اسم مربوط به ماست مال ماست. پس وقتی صدا می‌کنند به ما نگاه می‌کنند منظور ما هستیم، بلافاصله کلمه من را هم یاد می‌گیریم با آن همانیده می‌شویم. به محض اینکه هم هویت می‌شویم، این را می‌گوییم همانیدن یا همان را درست کردن. دو تا خاصیت زاده می‌شود که در ما نبوده قبلاً وقتی از جنس خدا بودیم دو تا خاصیت مقاومت و قضاوت در ما نبوده، و ما فضاگشایی بودیم از جنس کش آمدن بودیم، از جنس خدا بودیم، و این من ذهنی و گمان جدید که یک من جدید است و حادث است در آن خاصیت های مقاومت و قضاوت رخ می‌دهد.

قضاوت براساس دانش من ذهنی که ما بد و خوب می‌کنیم. و این بد و خوب می‌تواند البته به بقای ما در بیرون کمک کند. ولی بد و خوب کردم معالاً متوجه می‌شویم که وقتی بالغ می‌شویم این باید برود کنار، برای اینکه این دانش بجای دانش خدا نشسته و این نباید ادامه دادن کند. مقاومت هم خاصیتی است که من ذهنی را می‌سازد و جدایی ایجاد می‌کند بین تصویر ذهنی ما با دیگران. و این جدایی را تثبیت می‌کند.

ما البته جدایی را در اول زندگی مان لازم داریم، ولی بعداً متوجه می‌شویم که ادامه دادن جدایی بصورتی که من ذهنی اقتضا می‌کند، سبب فلج شدن رابطه ما با مردم می‌شود، علی‌الخصوص در خانواده و دوستان مان، متوجه می‌شویم که این رابطه دچار اشکال شده. پس مقاومت خاصیت اصلی این گمان هست. گمان و گمان هر دو درست است از نظر تلفظ، و منظور همین من ذهنی است و به تدریج ما باید عدم را در مرکزمان باز کنیم یعنی این حالت (مثلث واهمانش) و این بیت کاملاً بیان می‌کند یعنی به ما می‌گوید که این چه حالتی است خدایا، پس ما قبول می‌کنیم هشیارانه فضا را در مرکزمان باز کنیم و عدم را بگذاریم، به محض اینکه هشیارانه یک همانیدگی می‌افتد و جایش باز می‌شود در مرکز ما، و می‌بینید، دو تا خاصیت شگفت انگیزی در انسان پدید می‌آید که با من ذهنی بلد نیست. یکی اش صبر است یکی اش شکر است، صبر و شکر و همراه این دو تا خاصیت توانایی پرهیز از همانیدگیها و گذاشتن چیزی به مرکز، باز هم پدید می‌آید. پس می‌بینیم که در شکل بالا (مثلث همانش) که همانیده می‌شویم قضاوت و مقاومت بوجود می‌آید در شکل پائین (مثلث واهمانش) که ما هشیارانه شروع می‌کنیم به باز کردن فضای درون، با استفاده از ابیات مولانا، صبر و شکر پدید می‌آید که من ذهنی بلد نبود.

و پرهیز و توانایی اجتناب از اینکه ما چیز جدیدی از همان نقطه چین های بیرونی که در مرکزمان هست دوباره در مرکزمان قرار بدهیم، و در این حالت مواظب هستیم که در اثر صبر اگر یک همانیدگی را می‌اندازیم، همانیدگی دیگری آنجا

نگذاریم. اگر مثلاً معتاد شدیم به یک انسانی فهمیدیم که یک انسانی نمی تواند مرکز ما باشد، و توانستیم از شر این همانیدگی خلاص بشویم، نباید انسان دیگری را بگذاریم به مرکزمان دوباره، یعنی یک نقطه چین رفت، به جایش نقطه چین دیگری نگذاریم از آن جنس، در نتیجه پرهیز از همانیدگی همان پرهیز اصلی هست.

و قدرت پرهیز همیشه از طرف خدا یا زندگی می آید من ذهنی پرهیز بلد نیست، گرچه موعظه خیلی شنیده و می داند که از چی باید پرهیز کند ولی نمی تواند یعنی در این حالت ما نمی توانیم پرهیز کنیم و موعظه هم فایده ندارد مگر شخص متوجه بشود که یا متقاعد بشود که لذت معنوی از زندگی نخواهد برد، و این همانیدگی سبب خواهد شد که دردها ادامه پیدا کند و این دردها نخواهد گذاشت که آن کیفیت لازم را در زندگی داشته باشد، مخصوصاً کیفیت هشیاریش از جنس کیفیت بدی است. کیفیت هشیارای جسمی همراه با درد است در این حالت (مثلث همانش)، شخص می تواند متوجه بشود که وضعیت زندگی به صلاحش نیست، در نتیجه شروع می کند باز کردن عدم (مثلث واهمانش) و فضا در درون خودش و شناسایی همانیدگیها از طریق صبر و شکر.

صبر بعضی موقع ها معنیش این است شما درد هشیارانه می کشید و صبر می کنید تا یک همانیدگی از مرکز شما کنار برود راندن این همانیدگیها که تماماً مرکز ما را گرفته و ما چاره نداریم جز اینکه هر لحظه بوسیله عینک یکی از این همانیدگیها نگاه کنیم، آسان نیست. و بعضی موقع ها صبر یعنی درد هشیارانه می خواهد، باید چندین روز صبر کنی و درد هشیارانه بکشی که از اعتیاد به آن چیز رهایی پیدا کنی، اما یک شکل دیگر هم به شما نشان می دهم که بارها دیدید

این را



شکل شماره ۵ (افسانه من ذهنی)

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۰۹۰

## صنما، این چه گمانست؟ فرودست و حقیر تا بدین حد مکن و جان مرا خوار مگیر

بدین حد را این شکل (افسانه من ذهنی) نشان می دهد، برای اینکه اگر کسی تصمیم بگیرد همانیدگیها را در مرکزش نگه دارد، و عقل و حس امنیت و هدایت و قدرتش را از چیزهای گذرا بگیرد، و همینطور روز به روز مقاومتش در مقابل اتفاق این لحظه بیشتر بشود، و قضاوتش بیشتر بشود، راجع به همه چیز شروع کند به قضاوت کردن، و دائماً تحت کنترل همانیدگیهای مرکزش باشد این آدم به سوی افسانه من ذهنی می رود. به سوی گمانی می رود دیگر واقعاً این چه گمان هست؟ یک انسانی چه زن چه مرد با همانیدگیهایش زندگی کرده و راجع به همه چیز قضاوت می کند و خوب بد می کند، و مقاومت دارد بالاخره یواش یواش موانع زیادی در بیرون بوسیله ذهنش ایجاد می کند، و این موانع توهمی هست. و خاصیت بسیار متداول من ذهنی که مسئله سازی هست شروع می کند به مسائل توهمی ساختن، و پس از یک مدتی مسئله ها را به دشمن تبدیل می کند. پس هرچیز که در زندگیش در بیرون می بیند مانع هست، که نمی گذارد او زندگی کند، مسئله هست که باید حل بشوند و دشمن هست که دائماً توطئه کرده اند و نمی گذارند این شخص زندگی کند، یعنی این آدم در هپروط زندگی می کند. و چه بسا برخی از کسانی که شروع می کنند به گنج حضور در افسانه من ذهنی باشند این بیت کاملاً مصداق دارد.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۰۹۰

## صنما، این چه گمانست؟ فرودست و حقیر تا بدین حد مکن و جان مرا خوار مگیر

یعنی خدایا این را دیگر برای من ادامه نده، برای من بس است دیگر، من به اندازه کافی خوار شده‌ام. و خاصیت‌های من ذهنی که معمولاً خودش را با دیگران مقایسه می کند و به هر فنی دست می زند که دیگران را کوچک کند خودش را بزرگ کند، بعضی اوقات مضحک می شود. و خودش هم می داند که مضحک است، ولی ادامه می دهد و تمام زندگیش به تر بستگی دارد، عاقل تر، پولدارتر، فهیم تر، دانشمندتر، خودش را با دیگران مقایسه می کند، و البته دردهای زیادی را هم که چند دقیقه پیش توضیح دادم در مرکزش انباشته هست، و آنها را هم پنهان می کند، خیلی موقع ها ولی اینها را با خودش حمل می کند.

و در نتیجه به خودش دائماً درد می دهد احتمال دارد جسمش مریض بشود به دیگران درد می دهد، و به هر کسی می رسد درد به ایشان می دهد به هر کاری به هر فکری دست می زند، حتماً درد توی آن جاری هست، این شخص (افسانه

**من ذهنی)** گرفتار هست ما نمی خواهیم اینطوری باشیم، بیت هم می گوید نمی خواهیم اینطوری باشیم. ولی چاره دارد این کار و چاره اش همین شکلی است که الآن نشان می دهیم.



شکل شماره ۶ (حقیقت وجودی انسان)

و به تدریج که شروع می کنیم به تسلیم، تسلیم را تعریف کردم، یک معنای تسلیم این است که شما به اتفاق این لحظه بله بگویید. می بینید که در شکل قبلی (افسانه من ذهنی) که شخص با عدم رضایت و مقاومت هر کاری را شروع می کند، فضا نمی تواند باز کند. این شخص دائماً فضا را می بندد منقبض می شود، دائماً منقبض است، آماده حمله است آماده ایرادگیری هست، آماده غیبت هست، انتقاد هست براساس قضاوتش، و دانش خودش را که براساس آن قضاوت می کند دست اول می داند، و تقریباً وحی می داند همه را درست می داند، و البته می دانید که همه اینها توهم است. بله، از وقتی که شروع می کند به بله گفتن به اتفاق این لحظه و فضا گشودن (حقیقت وجودی انسان)، عرض کردم که آن همانیدگیها به حاشیه رانده می شوند و خاصیت صبر و شکر، پرهیز در او زائیده می شود و از این به بعد هر فکری هر کاری را با رضا شروع می کند با پذیرش شروع می کند، به تدریج شادی بی سبب از اعماق وجودش می جوشد می آید بالا. به تدریج آفریننده می شود و اگر مرکزش واقعاً باز بشود بینهایت باز بشود، و در این همانیدگیها هیچ حس هویت نماند، واقعاً به بینهایت خدا زنده شده، ما برای همین کار آمدیم و امیدوارم شما همین کار را و همین سبک را با استفاده از ابیات مولانا در پیش بگیرید به حقیقت وجودی خودتان برسید. و یواش یواش این افسانه من ذهنی را و اقامت در ذهن را پایان بدهید. یکدفعه اگر نمی توانید به تدریج این کار را بکنید.

بله، اجازه بدهید این شش ضلعی را هم به شما نشان بدهم که دیگر دیدید معنیش را می دانید بله بیت هست



...شکل شماره ۷ (شش محور اساسی زندگی با افسانه من ذهنی)



...شکل شماره ۸ (شش محور اساسی زندگی با حقیقت وجودی انسان)

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۰۹۰

### صنما، این چه گمانست؟ فرودست و حقیر تا بدین حد مکن و جان مرا خوار مگیر

کسی که من ذهنی دارد و می بیند آن مثلث همانش و مستطیل افسانه من ذهنی، آن تو هست، این شخص هشیاری جسمی دارد و گفتیم شش تا محور اصلی داریم، که در این شش محور زندگی راه گذاشته برای ما، که خودمان را از من

ذهنی نجات بدهیم. می بینید در بالا نوشتیم الست، الست معنیش این است که ما از جنس خدا هستیم و برای خودمان بودن یعنی برای انسان بودن یا از جنس خدا بودن احتیاج به هیچ چیزی در جهان نداریم، نباید چیزی را در جهان که ذهن نشان می دهد شاهد خودمان بگیریم و همین طور آلت به معنی این است که گذشته این لحظه شما را نمی سازد، در این لحظه شما می توانید به خدا زنده بشوید، و هر چیز اتفاق افتاده در ذهن هست، ربطی به وجود زنده زندگی شما در این لحظه ندارد، و انسانها موانع ذهنی شان را، همینطور که می بینید مانع ایجاد کرده این شخص (شش محور اساسی با افسانه من ذهنی) نگاه کنید، این شخص، مستطیل داخل نگاه کنید که الان توضیح دادم،

موانع زیادی در بیرون از خودش می بیند که بصورت فکر است، در ذهنش است، در مرکزش است، و مسئله دارد، و دشمن دارد، و دنیا را برحسب مانع و مسئله و دشمن می بیند، و این شخص همانیده با دنیاست، بنابراین نمی تواند بدون دنیا اصلاً وجود داشته باشد.

به این شخص می گوئیم که تو به اتفاق این لحظه بگو بله، و به اتفاق این لحظه بله گفتن، بله گفتن به خدا هم هست، یعنی وقتی شما به اتفاق این لحظه می گوئید بله، دارید آن دو تا خاصیت را هم در نظر می گیرد، یعنی می گوئید من از جنس خدا هستم، آلت یعنی من از جنس خدا هستم، و نیازی به شهادی از این جهان اصلاً ندارم، و وقتی بله به اتفاق این لحظه می گوئید کاملاً این خودتان بودن، بدون شاهد جهانی را حس می کنید که شما عمق پیدا کرده اید و به حضور زنده شده اید، همینطور در آن لحظه وقتی بله می گوئید، ذهن تعطیل می شود و گذشته را به شما نشان نمی دهد، و آن موانع اثری روی شما در آن لحظه حداقل نمی کنند.

اما محور دیگر کن فکان هست، و به موازات نگاه کنید که شکل بعدی را هم نشان می دهم، در این شکل بعدی (شش محور اساسی با حقیقت وجودی انسان) که مرکز دارد عدم می شود، آلت دارد کار می کند، یعنی شما به تدریج دارید وقتی فضای درون را باز می کنید، دارید می گوئید من از جنس عدم هستم، در مرکز با هوشیاری غیر جسمی، یعنی هوشیاری حضور و نظر می بینم، و آن چهار تا خاصیت: عقل، حس امنیت، هدایت و قدرت اصیل هستند، مرتب به اتفاق این لحظه بله می گوئید، و از این جهان برای وجود خودتان شهادی نمی خواهید، پس آلت دارد کار می کند به این شخص. ولی برای این (شش محور اساسی با افسانه من ذهنی) شخص کار نمی کند،

بسته این آدم، برای اینکه به اتفاق این لحظه نه می گوئید، مقاومت دارد، اگر شما مقاومت دارید، مقاومت تان صفر نیست، حتماً بدانید که آلت برای شما کار نمی کند، یعنی هر لحظه شما دارید می گوئید من از جنس خدا نیستم، از جنس جسم هستم، خوب خدا هم می گوئید شما از جنس جسم هستید، بفرمایید باشید، خودتان می خواهید باشید، هیچ موقع نباید



ما فکر کنیم که خدا عقلش بیشتر از من است، من اگر اشتباه کنم او اشتباهات مرا درست می کند، این نظر درست نیست، و برای اینکه ما اراده آزاد داریم، از جنس او هستیم، او می خواهد هوشیارانه ما جنسیت او را به ظهور برسانیم. و آن دید که خدا بیشتر می داند، من هم کمتر می دانم، دید دوئی است، برای اینکه شما من تان را بکار می برید، و می گوید یکی من، یکی خدا، در حقیقت همچون چیزی وجود ندارد، شما مقاومت را صفر می کنید، خدا در شما به خودش بیدار می شود، از همین خوابی که رفته به وسیله ما، به اصطلاح رفته، ما اشتباه کرده ایم، ما او هستیم، بین ما و او آلت می گوید هیچ فرقی نیست، دوئی را که دید من ذهنی است باید کنار بگذارید، باید بفهمید که وقتی می گویی من و خدا، این غلط است و شما را به ذهن می برد، تا زمانی که شما ذهن هستید خدا نمی تواند کمک کند، خدا بوسیله این شش محور فرصت می دهد به ما که ما واقعاً خودمان را از این حالت من ذهنی و ذهن نجات بدهیم.

مطلب دیگر، پس دیدیم این بیت: صنما این چه گمان است؟ این گمان یک گمان ساده نیست، با همه این محورهایی که خدا می تواند به ما کمک کند می جنگد، زندگی، خدا می خواهد هر لحظه به ما کمک کند، دست ما را بگیرد، ولی ما نمی گذاریم، چون مقاومت داریم، قضاوت داریم، شرط اینکه زندگی بتواند به شما کمک کند، شما باید حالت صبر و شکر و پرهیز داشته باشید، و مقاومت و قضاوت تان صفر بشود، این همیشه یادمان باشد، اینها اینقدر دیگر خواندیم مولانا را، اینها را ما یاد گرفتیم، خلاصه کردیم داریم به شما می گوییم، و ان شاء الله شما یک بار یاد بگیرد دیگر لازم به تکرار نباشد، و هر روز تمرین کنید.

یک مطلب بسیار بسیار مهم که شما باید بدانید این قضاوت، قضا و کن فکان، دوباره مولانا اینها را تاکید کرده، قضا یعنی اینکه خدا و زندگی و خرد کل واقعاً سرنوشت ما را در دست دارد، چه چیزی در درونمان اتفاق می افتد؟ چه چیزی در بیرونمان؟ هر لحظه او تعیین می کند و اگر این گمان بد در مرکز ما باشد، و ما قضاوت و مقاومت داشته باشیم، قضا یک اتفاقی را در این لحظه بوجود می آورد، ما می گوییم: نه، با نه گفتن از محور آلت سر می پیچیم، و قضا که آن اتفاق را بوجود آورده ما متوجه بشویم که با چه چیزی هم هویت هستیم؟ چه چیزی به ما درد می دهد؟ اشکال ما چیست؟ چرا اینقدر مسئله می سازیم؟ ما آن را نادیده می گیریم،

برای اینکه اگر قرار باشد آن را بینیم باید با هوشیاری نظر بینیم. این شخص (شش محور اساسی با حقیقت وجودی انسان) می گذارد قضا کار کند، به همین دلیل با هوشیاری نظر اشکالش را می بیند، و اشکالش را می بیند، با صبر و شکر و پرهیز اشکالش را رفع می کند، و هر چه این کار را انجام می دهد و جلوتر می رود شادی درونی اش بیشتر می شود، آفرینش اش بیشتر می شود، پذیرشش بیشتر می شود، نیازمندی اش به جهان کمتر می شود.



ببینید این شکل که نقطه چین در مرکز دارد، یک نیازمندی عجیبی این انسان به جهان ایجاد کرده، و هر نقطه چین، یعنی هر فکری که از سرش می‌گذرد این نیازمندی را تحریک می‌کند و تقویت می‌کند، و انسان را بنده و نوکر این جهان می‌کند، و انسان فکر می‌کند از یوغ سلطه بندگی من ذهنی و این جهان نمی‌تواند بیرون بیاید، در حالی که خدا می‌تواند ما را با قضا و کن فکان نجات بدهد.

کن فکان نیروی زندگی است که گل‌ها را باز می‌کند، درختان را پرورش می‌دهد، و همه چیز را بالنده می‌کند، از جمله ما را، تمام کار بدن ما و هر چه داریم، او می‌گوید بشو و می‌شود هر لحظه، یعنی خدا می‌گوید بشو و می‌شود، و تا شما نگذارید کن فکان کار کند، و اگر مقاومت کنید، قضاوت کنید، نمی‌گذارید کار کند، کار شما درست نخواهد شد.

این شخص قضا و کن فکان را قبول دارد، شما باید قضا و کن فکان را قبول کنید، باید قبول کنید که، شما یک گل را بروید نگاه کنید، دو سه روز عکس بگیرید، ببینید که هر روز این یک مقدار بازتر می‌شود، و همان نیرو در مورد ما هم کار می‌کند، پس هر کسی شکر و صبر و پرهیز دارد و قضا را باز می‌کند در اطراف اتفاق این لحظه، و به اتفاق این لحظه بله می‌گوید، برخوردار می‌شود از لطف ایزدی، کمک ایزدی، و خدا به او کمک می‌کند، یعنی این شخص دارد اجازه می‌دهد، می‌گذارد، موافق است که خدا به او کمک کند.

ولی این شکل بالایی (شش محور اساسی با افسانه من ذهنی) که مقاومت و قضاوت دارد، ستیزه دارد، و همه آن دردهایی که الان صحبت می‌کردم دارد، و به معرض نمایش می‌گذارد، در مقابل قضا ایستاده، شما فرض کنید یک گل را کن فکان و خدا بخواهد باز کند، گل باز نشود، بگوید عمداً نمی‌خواهم باز بشوم، خوب اینکه نمی‌شود که، و تنها باشنده‌ای که این کار را می‌کند ما هستیم، ما انسانها هستیم، تازه بر اساس چه دانشی که مولانا تقبیح می‌کند در این بیت: صنما این چه گمان است؟ یعنی این وضعیت انسان چرا اینطوری شده؟

درست مثل اینکه یک خورشید است دارد می‌درخشد، ما این شمع را روشن کرده ایم، می‌گوییم ما در نور این شمع می‌خواهیم باشیم، در حالتی که این هوشیاری شمع در مقابل خورشید هیچ است، آن دیدی که، آن سواد که، آن دانشی که الان با این همانندگی‌ها ما داریم بسیار جزئی و فرودست است و حقیر است تشخیص اش، کما اینکه می‌بینیم ما در روابط مان بطور کلی شکست خورده ایم، ما نمی‌توانیم با همسرمان، بچه مان رابطه عاشقانه برقرار کنیم، چون با همان گمان فرودست گفتم برقرار می‌کنی.

اما مطلب دیگری که جزو این محور است و توضیح می‌دهم، بعداً هم استفاده خواهیم کرد امروز، جَفَّ الْقَلَمِ وَ رَبَّ الْمُنُونِ است، جَفَّ الْقَلَمِ معنی اش این است که خداوند، زندگی مرکز ما را هر لحظه در بیرون منعکس می‌کند، در مرکز ما اگر

درد می گذرد، دردها در بیرون منعکس می شود، و تا به ما نشان بدهد که درونمان چه جوری هست، و ریب المنون که در واقع برنده شک است.

توجه کنید این شخص (شش محور اساسی با افسانه من ذهنی) که برحسب این همانندگی ها و عینک های هم هویت شدگی می بیند، این شک دارد، یقین ندارد، یقین موقعی پیش می آید که مرکز ما خالی می شود، از جنس نظر می شود، ما واقعاً داریم به خدا زنده می شویم و دست اول زندگی را زندگی می کنیم، لذت معنوی داریم، هوشیاری ما کیفیت دارد، بله، خودمان می فهمیم، می بینیم که شادی ما از این همانندگی ها نمی آید، اینطوری نیست که پول ما زیاد بشود شاد بشویم، و پول ما کم بشود غمگین بشویم، می بینیم یک شادی دایمی در وجود ما در جریان است، پس شک ما از بین می رود.

ولی در این شکل بالایی همینطور که می بینید این چیزهای آفل در مرکز ما هست، آفل یعنی گذرا، اینها به تدریج با زمان از بین می روند، و خوشی هم که از آنها می گرفتیم دچار زوال می شود، و ریب المنون یعنی یک اتفاق بد برای این همانندگی ها می افتد، یعنی به هر چیزی که بچسبیم اتفاق بدی برای ما می افتد، آن از بین می رود تا به ما نشان داده بشود که ما حق نداریم با عینک آنها جهان را ببینیم، به جای خدا آن را در مرکزمان بگذاریم، هر چیزی را در مرکزمان بگذاریم از بین خواهد رفت، و عمرش کوتاه می شود، این معنی قطع کننده شک است.

اما تسلیم و فضا گشایی ابزار مهم کار است، که با آلت خوب کار می کند، تسلیم یعنی پذیرش اتفاق این لحظه بدون قید و شرط، قبل از قضاوت، برای این شخص (شش محور اساسی با افسانه من ذهنی) باید آگاهانه صورت بگیرد، برای اینکه مقاومت دارد، این آدم عادت نکرده که فضا را در اطراف اتفاق این لحظه باز کند، و بین خودش و اتفاق فضا یا فاصله ایجاد کند، که آن فضا یا فاصله پر از خرد است، آن وجود شماسست که از آن اتفاق جدا می شود، این بلد نیست.

این یکی (شش محور اساسی با حقیقت وجودی انسان) بلد است که عدم را در مرکزش دارد، این شخص اگر این فضای درون خیلی باز شده باشد، در اینصورت بین خودش و اتفاقات فاصله می اندازد، فضا ایجاد می کند، این معنی اش این است که قربانی اتفاق نیست، از جنس اتفاق نمی خواهد بشود، و اگر از این جنس اتفاق نباشد از آن فضای ایجاد شده خرد زندگی می آید و به او کمک می کند.

و پس بنابراین فضاگشایی یعنی بله گفتن به اتفاق این لحظه، و در شکل بالا صورت نمی گیرد، یعنی وقتی از طریق همانندگی ها می بینیم، پس مولانا می گوید: صنما این چه گمان است؟ یعنی چرا این گمان تسلیم نمی شود؟ و جان مرا خوار می کند، هر لحظه من به مقاومت و قضاوت دست می زنم، جان من خوار می شود.

محور دیگر آنستوا یا خاموش باشید هست، خاموش شدنِ ذهن اساس کار است. در صورتی که در این شکل (شش محور اساسی با حقیقت وجودی انسان) مقاومت و قضاوت صفر بشود، ذهن خاموش می شود، من ذهنی اگر فعال باشد مقاومت دارد، اگر فعال نباشد پس خاموش است. شما باید بصورت هوشیاری ناظر، یعنی همین فضای گشوده شده به ذهن تان نگاه کنید ببینید که در ذهنتان چه خبر است؟ آیا ذهنتان دارد کوشش می کند از یک فکر منفی به فکر منفی دیگر برود؟ می خواهد درد ایجاد بکند؟ می خواهد مقاومت کند؟ می خواهد قضاوت بکند؟ می خواهد انتقاد بکند؟ می خواهد ایراد بگیرد؟ تمرکز را می خواهد روی دیگران بگذارد؟ می خواهد مقایسه کند؟

همه اینها را باید ببینید شما، اگر بصورت هوشیاری ناظر ببینید ایرادهایتان را خواهید دید، به تدریج همان دیدن و ناظر بودن سبب خواهد شد که آن ایرادها یا همانیدگی ها بیفتند، و این ذهن خاموش می شود یواش یواش، یا بعضی موقع ها بطور کامل خاموش می شود و به شما فرصت نفس کشیدن می دهد، و تبدیل به این شکل می شوید، هر موقع عدم مرکزتان است، متوجه خواهید شد که ذهنتان خاموش است، شما به راحتی می توانید شکر و صبر کنید.

و در این موقع متوجه می شوید که چه شادی بی سبب شگفت انگیزی از اعماق وجودتان می جوشد می آید بالا، این از بیرون نیست و شما شاد هستید، صرف نظر از اتفاقات بیرونی شما شاد هستید، آرامش دارید، حس امنیت می کنید، عقل شناسنده دارید، هدایت تان هنوز به دست خداست، قدرت عمل دارید الان، گرچه که وضعیت بد است ولی شما قدرت تغییرش را دارید، حس اش می کنید که قوی هستید، و هر لحظه را چه فکرش باشید چه عملش، با پذیرش و رضا شروع می کنید، و یکی از مشخصات این حالت راضی بودن در این لحظه هست، و می بینید که قدر این حالت را می دانید، شکر می کنید، بله، به تدریج که فضای درون باز می شود، تا کجا باز می شود؟ تا بی نهایت.

و این پدیده کرمانا که خدا به ما می گوید من شما را گرامی داشتم، یا حالا شما به هر صورتی می خواهید این را بیان کنید، می خواهید بگویید فضای درون بی نهایت می شود، ما به بی نهایت خدا زنده می شویم، به ابدیت خدا که این لحظه است آگاه می شویم، این همان گرامی داشت خداست، و فراوانی خداست، هر چه که مرکز بیشتر عدم می شود و فضای درون باز می شود، ما به او بیشتر زنده می شویم و فراوانی در درون و بیرون ما بوجود می آید، به تدریج که ما به فراوانی روی می آوریم متوجه می شویم که ما روا می داریم دیگران خوشبخت باشند، موفق باشند، ناراحت نمی شویم، و چقدر دل ما می خواهد کمک کنیم همه موفق باشند.

و یک دفعه متوجه می شویم ما خودمان را با دیگران مقایسه نمی کنیم، از زندگی مان راضی هستیم، اصلاً نمی خواهیم به جای کس دیگری باشیم، دیگر حسادت نمی کنیم، کسی که راضی است و شکر می کند، حسادت نمی کند، و



رواداشت‌مان زیاد می‌شود، و یواش یواش متوجه می‌شویم که انعکاس این مرکز باز شده، یا عدم شده در بیرون نیک است، اتفاقات خوب است، متوجه می‌شویم که این اتفاقات بد نمی‌افتد دیگر، حتی زندگی مادی ما برکت پیدا کرده، برای اینکه برکت درون ما می‌ریزد به فکر و عمل مان، بله، این هم شش محور بود.

اما می‌خواهم خدمت‌تان امروز چند تا باور را معرفی کنم که اینها مخرب هستند، توجه کنید که من کلمه مخرب را بکار می‌برم و مثبت منفی را بکار نمی‌برم، برای اینکه مثبت و منفی مال ذهن است، مخرب یعنی اگر شما این باور را در مرکزتان داشته باشید که در این شکل‌ها نشان دادم، گفتم که این نقطه چین‌ها بعضی‌ها ایشان الگوهای فکر و عمل هستند، اینها باور هستند، و باورها می‌توانند بسیار مخرب باشند، ما هم با آنها همان‌جایی بشویم، و بدون اینکه اطلاع داشته باشیم آنها هدایت ما را و اینکه چه عمل بکنیم، چه فکر بکنیم به دست بگیرند، زندگی ما را خراب کنند، بله.

**\*\*\* پایان قسمت اول \*\*\***

قبل از اینکه این باورها را به شما نشان بدهم، ابیاتی از مثنوی می خوانم، امیدوارم این ابیات را شما بنویسید و مرتب بخوانید، و از هر طرف به شناسایی من ذهنی تان پردازید با این ابیات، تا این من ذهنی با شناسایی های شما فرو بریزد، و گرنه موفق نمی شویم ما.

مطلب دیگری که شاید جا داشته باشد یادآوری کنم و سپاسگزاری کنم این است که اخیراً شما در خانواده با کودکان تان کار می کنید، یعنی به آنها ابیات مولانا را یاد می دهید و توضیح می دهید، این کار بسیار بسیار مفید است، برای اینکه اولاً شما یک موضوعی، صحبتی با بچه تان پیدا می کنید که معمولاً آن موضوع وجود ندارد، و چون می خواهید بیت را به کسی که شما مسئول پرورشش هستید، آموزشش هستید یاد بدهید، خودتان مجبور هستید یاد بگیرید.

از طرفی چون این ابیات مربوط به خرد است و عشق است، هم شما خردمند می شوید هم بچه تان در کودکی خرد و عشق را یاد می گیرد، و از توضیح این ابیات و درک آن بوسیله شما به بچه تان، عشق خودش را به شما نشان می دهد، یواش یواش متوجه می شوید که شما دارید به زندگی زنده می شوید و همان یک زندگی را در مرکز بچه تان شناسایی می کنید. و یادمان باشد بچه ما خیلی نزدیک به زندگی است، تازه از خدا جدا شده، یک بچه شش ساله حضورش و دید نظرش خیلی قوی تر از ماست، و چه بسا ما از بچه مان می توانیم یاد بگیریم، و وقتی ما به بچه مان یاد می دهیم بر اساس این ابیات که مثلاً دروغ نگو، غیبت نکن، یا هر چیز دیگر، پس از آن ما خودمان هم نمی کنیم، و این آموزش و پرورش در خانواده می تواند جا بیفتد و بسیار بسیار مفید باشد.

و بارها خدمت تان عرض کردم این شکافتن و به هم ریختن من ذهنی و آمدن از من ذهنی بیرون و به بی نهایت خدا زنده شدن اینطوری صورت نمی گیرد که یک نفر، دونفر بنشینند صحبت کنند بقیه مردم گوش بدهند و یاد بگیرند، نه، همه باید یاد بگیرند، و سهم خودشان را در بیان کردن خودشان ادا کنند، شما باید یاد بگیرید، به بچه تان یاد بدهید، به خودتان یاد بدهید، در خانواده اگر می توانید جلسه بگذارید.

شما دیده اید که چقدر این یاد دادن این ابیات به بچه هایتان سبب ایجاد رابطه ای عشقی و عمق رابطه و کیفیت رابطه می شود، کیفیت بهتر می شود، شما مجبور نیستید دیگر کتک بزنید، داد بزنید، مجبور کنید، چرا من ذهنی با من ذهنی، مخصوصاً به بچه ای که هر روز من ذهنی اش می تواند رشد کند، پسر یا دختر در مقابل پدر و مادر قد علم کنند، اصلاً قبول نکنند، یک چیزی هم طلبکار بشوند، شما مجبورید که این راه را بروید، فقط ببینید که چقدر این کار مفید است.

و چه بسا ما یک بیتی را از زبان شیرین یک بچه شش ساله و هفت ساله بشنویم و قبول کنیم، ما نباید فکر کنیم که یک بیت مولانا را خواندیم تمام شد و رفت آقا، ما دیگر یاد گرفتیم و به عمل رساندیم، نیست همچین چیزی، هزار مرتبه هم



می خوانیم باز هم عمل نمی کنیم، شاید از زبان شیرین یک بچه، یک پدر بزرگ بشنود، مادر بزرگ بشنود بپذیرد، برای اینکه دوستش دارد، عمل کند، ما عمل نمی کنیم.

چقدر ما موعظه شنیدیم عمل نکردیم؟ چقدر ما کارهایی را که می دانیم بد است ولی می کنیم؟ پس کار یک نفر دو نفر ده نفر نیست که شما بگویید یک نفر صحبت کند ما گوش بدهیم یا شویم برویم، شما باید عمل کنید، عمل هم تبدیل هوشیاری است، شما باید در عمل دردهایتان را بیندازید، باورهایتان را شناسایی کنید بیندازید، باورها بت هستند. اینها مقدمه ای است برای اینکه من می خواهم باورها را توضیح بدهم، بقایای این الگوهای عمل که ما با آنها همانیده شدیم، هفتاد سالمان هم باشد، چهل سال هم مولانا خوانده باشیم ممکن است در ما باشد، خودشان را نشان نمی دهند، و پس شما آن کار را ادامه می دهید، من هم بسیار ممنون هستم، و این دو بیت همیشه یادتان باشد، همه ما یادمان باشد، من که هر روز یادم هست که:

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۲۱

**دیو چون عاجز شود در افتتان**

**استعانت جوید او زین انسیان**

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۲۲

**که شما یارید با ما یاری**

**جانب مایید جانب داری**

یعنی شیطان اگر عاجز بشود، گرفتار انگیزی، آدم ها را می فرستد سراغ ما، و می گوید شما من ذهنی ها، بنده و یار ما هستید، کمک ما هستید، یاری بکنید که این شخص، این خانواده دارد پیشرفت می کند، نگذارید، بنابراین هر کسی گفت که شما دارید خودتان را نشان می دهید، نمی دانم من تان را نشان می دهید، امتداد خودتان را نشان می دهید، کارتان را بکنید، گوش ندهید، مثل بنده، بنده برنامه ام را تا آنجایی که می توانم به بهترین صورت اجرا می کنم، اگر بهتر از این نمی کنم یعنی نمی توانم، حداکثر سعی ام و حواسم و تمرکز روی برنامه هست، کاری ندارم یک عده ای از شما تحسین می کنید، یک عده ای هم که ناسزا می گویند، بگویید، من کار خودم را می کنم.

شما هم کار باید خودتان را بکنید، و بدانید که دیو در کار است که نگذارد، یک چیزی بگوید، به شما نباید بر بخورد، به علاوه اخیراً یک برنامه گذاشتیم، پیغامهای عشق، آن یکی برنامه که پخش می کنیم کودکان عشق است، یعنی پیغامهای کودکان شما را می گیریم، پشت سر هم می گذاریم، در تلویزیون هم پخش می کنیم، امیدوارم کسی ایراد نگیرد، و همینطور پیغامهای عشق را، شما ضبط می کنید، صدایتان را پنج دقیقه، همینطور می نویسید، نوشته تان را دوباره می

بینید، تصحیح می کنید، اگر می توانید اعراب می گذارید، شعرها را آنجا می نویسید، آدرس شعر را می نویسید، با ویش اش برای ما می فرستید، ما می گذاریم در تلویزیون پخش می کنیم، در تلگرام هم پخش می کنیم.

اگر کسی آمد گفت دارید خودتان را نشان می دهید، خودنمایی می کنید، شما گوش ندهید، برای اینکه این آواز و این بیان از دهن هر کسی باید بیاید بیرون، اینطوری نیست که یک نفر مثل من اینجا بیاید بنشیند حرفها را بزند، همه هم قبول کنند و تمام شود برود، تمام نمی شود، همه باید بگویند، و به فراخور حالشان بگویند، انسان می گوید، می نویسد، اولش بد می گوید، بد می نویسد، یواش یواش یاد می گیرد، و هر چه می گوید و می نویسد به آن متعهد می شود.

شما اینها را می شنوید، دوباره می گوید، به آنها متعهد می شوید، اگر بگویند، در پیش جمع بگویند بیشتر متعهد می شوید، اگر بنویسید بیشتر متعهد می شوید، اگر بنویسید به ما بفرستید، ما پخش کنیم به اسم شما، شما دیگر نمی توانید زیرش بزنید، تمام شد رفت، شما نه، من ذهنی شما، این قایده کار است، اصول کار است، پس پیغامها را بفرستید خواهش می کنم، ما پخش می کنیم، در تلگرام می گذاریم، با هر ابزاری که داریم پخش می کنیم، و این خودنمایی نیست، این کمک است، هر کسی باید، می گوید:

ده زکاتِ رویِ خوبِ ای خوبِ رو، هر کسی خوبِ رو می شود باید زکاتش را بدهد، باید بیان کند، نه که تحمیل کند، چراغ باشد، نه قاضی، قضاوت نکند، مقاومت نکند، مجبور نکند، انتقاد نکند، مثل مولانا، یک شعری گفته، هر کسی امروز هم گفت: تو برای هشدار آمدی، بیم دادن آمدی، و حرف را بزن دیگر به تو مربوط نیست، قانون قضا همین را می گوید، در غزل خواهیم خواند.

به هر حال، پس از این مقدمه ابیاتی از مثنوی می خوانم و آن باورها را به شما نشان می دهم، باورهای غلط را، و هر کدام از این ابیات را اگر شما خوب بخوانید خواهید دید که یک اثر خوبی روی شما می گذارد و اگر تکرار کنید اثرات خودش را خواهید دید، می گوید:

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۲

## هر که نقص خویش را دید و شناخت اندر استکمال خود دو اسب تاخت

هر کسی نقص همانیدگی خودش را ببیند، اگر ببیند با یک چیزی همانیده شده و درد ایجاد می کند و مقدار زیادی درد حمل می کند، اگر ببیند و بشناسد. برای همین می گویم که ما باید مشعل روشن کنیم، چراغ روشن کنیم، قاضی نباشیم، ببیند و شناسایی کند، در اینصورت شروع می کند به تکمیل کردن خودش، یعنی باز کردن فضا، و شناسایی همانیدگی و انداختن آن، درست است؟ یک بیت دیگر:



مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴

## عَلَّتِي بَتَّرَ زِ پِنْدَارِ كَمَالِ نِيسَتِ اَنْدَرِ جَانِ تَوَايِ ذُو دَلَالِ

ای ذودلال یعنی ای من ذهنی صاحب فریب و ناز و کرشمه و خودنمایی، هیچ مرضی بدتر از اینکه تصور می کنی کامل هستی در جان تو وجود ندارد، پس هیچ کس نباید فکر کند که کامل است، شما به خودتان که توجه می کنید بگویید من کامل نیستم، هر کسی گفت شما کامل هستید، سرور هستید، دانشمند هستید، بگویید نه، قبول نکنید، تله هست. این بیت بعدی، یادمان باشد، این بیت که بارها و بارها اینجا خواندم، نشان می دهد که من ذهنی ما تخریب می کند، تخریب اش هم بوسیله الگوهای فکر و عمل همانیده هست.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۰

## چون ز زنده مُرده بیرون می کُند نَفْسِ زنده سَوِي مرگی می تَند

خداوند از خودش، از امتدادش که ما هستیم، مُردگی که همانیدگی است، آن را بیرون می کند، امروز داشتیم می گفت که این چه گمان است؟ این گمان مرده است، این مردگی را مرتب می خواهد بیندازد بیرون، مثل اینکه یک جایی هست می خواهد که یکی تمیز کند، در نتیجه چه اتفاق می افتد؟ من ذهنی فعال هر فکری می کند، هر عملی می کند مخرب است، شما اگر بصورت حضور ناظر بکشید عقب، ذهنتان را نگاه کنید خواهید دید که چه فکرهای مخربی و چه اعمالی مخربی را داد طرح می کند این من ذهنی شما. همان من ذهنی که بیت بالا می گوید من کامل هستیم. توجه می کنید؟ اگر شما فکر می کنید که کامل هستید، پس شما هم خودتان را می فریبید و هم دیگران را، و حالا، فقط آن نیست. خدا از طریق قضا و کن فکان که امروز هم صحبت خواهیم کرد بیشتر، مرتب سبب می شود که شما فکرهای مخرب بکنید، کارهای مخرب بکنید در حالی که خودتان نمی دانید. پس فقط این طور نیست که بگوییم من به صلاحم نیستم من ذهنی داشته باشم، ولی می توانم هم داشته باشم. اصلاً نمی توانی داشته باشی. مرتب داری بدنت را، فکرت را، جانت را و احساسات را خراب می کنی، چهار بعدت را. با همان پرستیدن باورها که با آنها هم هویت هستی، خیلی موقع ها هم خبر نداری.

هر کسی انتقاد می کند، ایراد می گیرد، غیبت می کند، عیب می بیند، از این جنس است، از جنس تخریب است. ما محال است که دیگران را با انتقاد و عیبجویی عوض کنیم. حالا، دوباره یک بیت اساسی دیگر

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۶

## علت ابلیس انا خیری بدهست

### وین مرض در نفس هر مخلوق هست

مرض شیطان تر بوده فقط. دانشمندتر، بهتر، خوشگلتر، پولدارتر، مهمتر، معتبرتر، داناتر، از کی؟ از تو. از هر کسی. مرض شیطان که در هر من ذهنی وجود دارد این است که من بهتر هستم. یعنی مقایسه. هر کسی به مقایسه خودش دست می‌زند، یعنی به مقایسه خودش با دیگران دست می‌زند یعنی اینکه خودش را به نازلترین حد که جسم است کاهش داده. خودتان را نباید مقایسه کنید با دیگران. این مرض در درون هر من ذهنی وجود دارد. مرض مقایسه. می‌توانید شما این را در خودتان ببینید؟ باید ببینید.

در داستان سلیمان می‌خوانیم که الان می‌خواهیم راجع به دو تا مطلب صحبت کنیم. یکی ترازو است، الان ایاتش را می‌خوانیم. مولانا می‌گوید این ترازو که دیدی گفتیم آنجا، عقل، یعنی قدرت شناسایی، و هدایت که از مرکزمان می‌گیریم، این قدرت شناسایی و ترازو از باز شدن آسمان درونمان به دست می‌آید. اگر آسمان را ببندیم، آن نقطه چین‌ها باشد، ترازو نداریم. ترازوی مقایسه ترازو نیست. توجه می‌کنید؟

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۶

## علت ابلیس انا خیری بدهست

### وین مرض در نفس هر مخلوق هست

اگر شما ترازویتان، مقایسه خودتان با دیگران است، این ترازو به درد نمی‌خورد، از من ذهنی می‌آید، توانایی شناسایی، سلیمان انسانی بوده که درونش باز شده بوده، بیرونش هم انعکاس درونش پر از برکت بوده، یک روز متوجه می‌شود که نیروی زندگی کج می‌وزد، یعنی در اختیارش نیست. مثل من ذهنی مقداریش تبدیل به مساله می‌شود، مانع می‌شود، دشمن می‌شود، به باد می‌گوید: کج موز. باد هم می‌گوید کج منشین. درست است؟ اینجا یک ترازو است. بعد تاجش کج می‌شود. تاج کج می‌شود متوجه می‌شود که دیگر شاه نیست. همانندگی‌ها شروع کردند به کنترلش، اداره‌اش، کی شاه است؟ آن کسی که مرکزش خالی است. کی شاه نیست؟ تاجش کج است؟ کسی که در مرکزش همانندگی‌ها وجود دارند، هشیاری جسمی دارد و این همانندگی‌ها ادارش می‌کنند، باورهایش اداره می‌کنند، باورهای شرطی شده که فکر می‌کند این عقل کل است. تاجش کج شد، و متوجه شد که در مرکزش همانندگی دارد. پس این بیت را مولانا گفت:

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۰۶

## پس سلیمان اندرونه راست کرد دل بر آن شهوت که بودش کرد سرد

درونش را راست کرد، یعنی آن همانیدگی را شناخت و به آن چیز بیرونی که شهوتش را ریخته بود، دائماً حول و حوش آن می‌گردید به جای حول و حوش زندگی، آن را کند انداخت دور. دل بر آن شهوت که بودش کرد سرد.

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۰۷

## بعد از آن تاجش همان دم راست شد آنچنان که تاج را می‌خواست شد

پس از آن متوجه شد، دوباره شاه شد. تمام امورش تحت اداره خودش درآمد، هم درونش و هم بیرونش. و آن طور که می‌خواست شد، دوباره شاه شد. توجه می‌کنید؟ راجع به ماست. تا زمانی که شهوت یک چیزی، حرص یک چیزی، علاقه شدید همانیدگی به چیزی در مرکز ما وجود دارد ما شاه نیستیم، شاه آنها هستند. آنهايي که مرکز ما هستند، آنها چیزهای بیرونی هستند. ما هم باید کار سلیمان را بکنیم. اینها را می‌خوانیم که یاد بگیریم. مولانا که راجع به سلیمان حرف نمی‌زند که. مثال می‌زند که ما بفهمیم.

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۰۶

## پس سلیمان اندرونه راست کرد دل بر آن شهوت که بودش کرد سرد

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۰۷

## بعد از آن تاجش همان دم راست شد آنچنان که تاج را می‌خواست شد

گفتیم، بله، در همان قصه می‌گوید

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۸۹۹

## این ترازو بهر این بنهاد حق تا رود انصاف ما را در سبق

پس ترازو وجود دارد. ترازو فقط من می‌خواهم این را بگویم که ترازو در من ذهنی از همانیدگی‌ها و مقایسه می‌آید، ترازو نیست این، یعنی توانایی شناسایی و سنجش ما در من ذهنی هیچ است، به درد نمی‌خورد، لا است. وقتی آسمان درون باز می‌شود، ترازوی واقعی می‌آید، هر چه آسمان درون ما بازتر می‌شود، دارای توانایی سنجش می‌شود، تشخیص می‌دهیم.

تشخیص می‌دهیم چه چیزی به نفع مان است، چه چیزی به ضررمان است، با چی همانیده هستیم، یک فکری باید بکنیم، چه عملی باید بکنیم. یک چالشی پیش آمده، چطور می‌توانیم این را از میان برداریم؟ آن موقعی است که وقتی آسمان درون را باز کرده‌ایم.

ولی اگر باورهای شرطی شده با آنها همانیده شدیم ما را در کنترل دارند، مجبور می‌شویم برویم یک باوری را بکشیم بگوییم این الگوی عمل و فکر ماست که مخرب است، و به درد نمی‌خورد. برای همین می‌گویید

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۸۹۹

## این ترازو بهر این بنهاد حق تا رود انصاف ما را در سبق

پس خداوند ترازو دارد که در سبق یعنی در این لحظه، در این لحظه کاملاً عدالت برقرار است. شما با من ذهنی فکر می‌کنید، عمل می‌کنید، ریبُ المنون می‌آید سراغتان. شما جلوی قضا و کن فکان را می‌گیرید، مرکزتان را جسم می‌کنید، نتیجه‌اش را هم می‌گیرید، این ترازو است. ترازوی شما مقایسه است، داد و عدل هم این است که شما نتیجه بد ببینید. برای اینکه تشخیص غلط می‌دهید. چرا که انسان هستید، اراده آزاد دارید، قدرت انتخاب دارید، نه تشخیص می‌دهید ترازوی واقعی را پیدا کنید، فضای درونتان را باز کنید، دوباره عدل برقرار می‌شود. تشخیص خوب به شما کمک می‌کند. پس فرق است بین منقبض شدن و استفاده از باورهای شرطی شده، منبسط شدن و استفاده از خرد زندگی و این عین عدل است. بستگی به شما دارد. و این بیت را هم می‌آورد:

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۰۰

## از ترازو کم کنی من کم کنم تا تو با من روشنی من روشنم

شما بیا فضای درونت را بینهایت کن، مرا بکن ترازو. با هیچ چیزی همانیده نشو، من به تو کمک می‌کنم، ولی اگر همانیده می‌شوی با چیزها، ترازوی مقایسه را می‌آوری و ترازوهای همانیدگی می‌آوری، نمی‌خواهی من به تو کمک کنم، جلوی لطف و رحمت و برکت مرا می‌گیری، جلوی قضا و کن فکان مرا می‌گیری، این عین عدل است. کسی که زبون است، بدبخت است، این همه درد دارد، این عین عدل است، او نباید بگوید که خدا به من ظلم می‌کند. کسی که روی خودش کار نمی‌کند، باید درد بکشد. این عین ترازو است، ترازوی حق است. از ترازو کم کنی من کم کنم.

توجه کنید مولانا راجع به ترازوی وزن کردن شکر و قند و اینها صحبت نمی‌کند. شما می‌گویید ترازو یعنی اینکه انسان وقتی خوب می‌خواهد شکر بفروشد، یک کیلو را بگذارد اینور و کیلویش هم باید کیلو باشد، شکر هم به اندازه یک کیلو

بگذارد، مولانا می گوید باید درست بکشی، نه مولانا این را می گوید و نه قرآن این را می گوید. ترازو یعنی اینکه تشخیص و قدرت شناسایی شما چه اندازه از من ذهنی می آید و چه اندازه از زندگی، از خرد زندگی. چه اندازه شما همانیدگی ها را از مرکزتان به حاشیه رانیدید، چه تعداد از این همانیدگی ها هنوز به شما مسلط هستند و ترازو را کج می کنند. تو اگر برای ترازو از همانیدگی ها استفاده کنی، من هم کم می کنم. از من استفاده کنی، همه چی روشن است و این خیلی ساده است فهمیدنش. ببینید دارد می گوید

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۴۵

## ذره‌ی گر جهد تو افزون بود در ترازوی خدا موزون بود

یک خرده اگر ما کوشش کنیم و شروع کنیم روی همانیدگی ها کار کردن، به صورت حضور ناظر ذهنمان را تماشا کنیم، خودمان را کامل ندانیم و باورهايمان را تماشا کنیم، ببینیم این باورها جسم هستند، باید از مرکزمان درآوریم و قبول کنیم تا حالا باورپرست و دردپرست بوده ایم و خداپرست نبوده ایم، و در مسیر شناسایی همانیدگی ها به وسیله خرد زندگی یعنی تسلیم با استفاده از هشیاری کار کنیم حتی یک ذره، ترازوی خدا این را می سنجد، یعنی می کشد. اگر شما کار کرده اید پنج سال روی خودتان و نتیجه نگرفته اید، درست کار نکرده اید.

یکی از بدترین راههای کار کردن پریدن از یک شاخ به شاخ دیگر است. هی امروز دو ماه مولانا می خوانم، سه ماه حافظ می خوانم، بعدش می روم فلان کتاب فلان دانشمند را می خوانم، اینها به درد نمی خورد. شما اگر مولانا می خوانید، فقط همین مسیر را بروید و به چیز دیگری توجه نکنید، کافی است این. اصلاً کار اصلی شناسایی همانیدگی و انداختن آنها است. شناسایی دردها و انداختن آنها است. باز کردن فضای درون است. پرهیز از ترازوی مقایسه است، دیدن کاهش خود به جسم است، دیدن هشیاری جسمی ماست، دیدن هشیاری دردآلوده ماست.

و آگاه بودن از آنکه خدایا این چه گمانی است، من دیگر دخالت نمی کنم، مقاومت و قضاوت را صفر می کنم و تو به من کمک کن. این تو هستی که خودت را آزاد می کنی و این وسط من ذهنی توهم است. من می دانم. در نتیجه سعی می کنم دخالت نکنم. پس اگر جهد درست بکنی، جهد درست با استفاده از هشیاری، شناسایی همانیدگی، اگر این لحظه با مقاومت صفر خرد زندگی به فکر و عمل ما بریزد، در ترازوی خدا سنجیده می شود. یعنی کن فکان کار خودش را می کند، اگر ما مقاومت نکنیم.

اما این چند بیت را برایتان بخوانم. می گوید

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۷۶

## جرات و جهلت شود عریان و فاش او برهنه کی شود زان افتتاش؟

ما اگر من ذهنی داریم بهتر است که با این من ذهنی و با عقل همانیدگی راجع به بزرگان قضاوت کنیم. افتتاش، تفتیش کردن و قضاوت کردن اینکه درست می‌گوید و غلط می‌گوید، مولانا اینجا مثل اینکه اشتباه کرده، فردوسی آنجا اشتباه کرده، بد گفته، ای کاش آنطوری نمی‌گفت و اینطوری می‌گفت، ما اگر می‌بینیم که واقعا همانیده هستیم، بهتر است که آن عقل همانیدگی و شناسایی همانیدگی را بگذاریم کنار و قضاوت راجع به بزرگان نکنیم. می‌گوید جرات و جهلت شود عریان و فاش، اگر راجع به بزرگان افتتاش کنی، تفتیش کنی، مقاومت کنی، بخواهی قضاوت کنی، در این صورت فقط جسارت و جهل تولید می‌شود، مشخص می‌شود چیزی بلد نیستی. وگرنه او خودش را به شما نشان نمی‌دهد. در مورد مولانا من امیدوارم که شما این ابیات را بخوانید و از آن یاد بگیرید، و اگر دیدید که با باورهای ذهنی‌تان نمی‌خواند، شما در صدد جستجوی ایراد خودتان بر بیایید، نه ایراد بیت.

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۷۷

## گر بیاید ذره، سنجَد کوه را بر دَرَد زان، که ترازوش ای فتی

می‌گوید اگر یک ذره بیاید بخواهد کوه را در ترازو بسنجد، خوب از سنگینی آن کوه ترازوش دریده می‌شود، توجه می‌کنید، دارد ما را می‌گوید، یک من ذهنی تازه‌کار با هشیاری جسمی اش بهتر است که کوه مولانا را نسنجد، وگرنه دریده می‌شود. چیزی نمی‌داند.

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۷۸

## کز قیاس خود ترازو می‌تند مرد حق را در ترازو می‌کند

حالا همین مصرع اول خیلی معنی دارد که آیا ما از مقایسه ترازو می‌تیم، ترازو درست می‌کنیم؟ با آن باورها و الگوهای ذهنی که یاد گرفته‌ایم و شرطی شده‌ایم، همانیده شده‌ایم، آنها را به هم وصل می‌کنیم یک ترازو درست می‌کنیم. آنها هشیاری جسمی هستند. مرد حق، انسانی مثل مولانا در آن ترازو سنجیده نمی‌شود و ما از خودمان بپرسیم، آیا از مقایسه ترازو درست کرده‌ایم، اگر درست کرده‌ایم، غلط است این. چرا غلط است؟ گفتیم ترازوی واقعی از باز شدن فضای درونمان پیش می‌آید. ترازویی که در من ذهنی داریم غلط است، بد می‌سنجد، دانستن این که من هر چه فکر می‌کنم ممکن است غلط باشد، نمی‌گویم به خودمان نباید اعتماد کنیم. الان ابیاتی هم می‌خوانم واقعا این چیزها را بیان می‌کند، و اگر همه

این ابیات را شما بخوانید و مثل چراغ در زندگی تان روشن کنید، و مرتب تکرار کنید، بالاخره این چراغها دائماً روشن می‌شوند. یعنی یک بیت را شما پانصد مرتبه بخوانید و رویش تامل کنید، چراغها روشن می‌شوند و روشن می‌مانند، دیگر شما وقتی راه می‌روید در دنیا، چراغها روشن هستند. چون نشان می‌دهند راه را.

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۷۹

## چون نگنجد او به میزان خرد پس ترازوی خرد را بردرد

انسانی مثل مولانا چون در میزان یا ترازوی عقل من ذهنی نمی‌گنجد، بنابراین ترازوی ما را می‌درد، یا باید ترازوی ما دریده بشود، اگر نگه داریم به جایی نمی‌رسیم. اشکال بیشتر ما این است که ترازویمان را نگه داشتیم. من از شما سوال می‌کنم ترازویتان را نگه داشتید که بر اساس قیاس است و همانیدگی‌ها، حتی بر اساس دردها است. اگر به جایی نمی‌رسیم، بابا این ترازوی من ذهنی را رها کنیم، بسپاریم خودتان را به دست خرد زندگی، مقاومت نکنیم. بله. دیگر این ابیات باید کمک کنند. اما مولانا در دفتر پنجم بیت ۱۴۰۰ می‌گوید که ترازو از باز شدن آسمان درون به وجود می‌آید و اگر آسمان درون را باز نکنیم، ترازو داشته باشیم، این ترازو از مقایسه می‌آید و از من ذهنی می‌آید و این ترازوی درستی نیست. این ترازو را نباید نگه داریم ما.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۴۴

## حق تعالی داد میزان را زبان هین ز قرآن سوره رحمن بخوان

می‌گوید ترازو زبان دارد، یعنی باید تعادل برقرار شود. برو سوره رحمان را از قرآن بخوان و سوره رحمان این را می‌گوید. می‌گوید که:

قرآن کریم، سوره الرحمن (۵۵)، آیه ۷

«وَالسَّمَاءَ رَفَعَهَا وَوَضَعَ الْمِيزَانَ»

«آسمان را برافراخت و ترازو را برنهاد»

یعنی آسمان درون را بینهایت کرد، ترازو پیدا شد برای آسمان.

قرآن کریم، سوره الرحمن (۵۵)، آیه ۸

«أَلَّا تَطْغَوْا فِي الْمِيزَانَ»

«تا در ترازو تجاوز نکنید.»

تجاوز کردن ترازو یعنی آسمان درون را ببندی و بروی به آسمان محدود من ذهنی،

قرآن کریم، سوره الرحمن (۵۵)، آیه ۹  
«وَأَقِيمُوا الْوَزْنَ بِالْقِسْطِ وَلَا تُخْسِرُوا الْمِيزَانَ»

«وزن کردن را به عدالت رعایت کنید و هیچ در میزان نادرستی نکنید.»

نادرستی در میزان یعنی آوردن مقایسه به زندگی ما و از ترازوهای شرطی شده ذهنی، از باورها، هر کسی از باورهایش برای ترازو استفاده می‌کند، برای سنجش خدا و زندگی، روابط، روابط عشقی استفاده می‌کند، او عدالت را رعایت نمی‌کند. این آیه‌ها، آیه ۷ تا ۹ سوره رحمان مربوط به وزن کردن قند و شکر و اینها نیست. مربوط به این است که شما چه اندازه فضا را باز کرده‌اید. اگر کسی فضا را بسته، ترازو ندارد. شما الان باید ببینید آسمان درونتان چقدر باز شده، چقدر ذهن می‌کشد، در شبانه‌روز چقدر از ترازوی ذهن استفاده می‌کنید و چقدر از ترازوی آسمان، اگر آسمان درون باز نشده، ترازو ندارید، باید مواظب باشید. اتفاقاً مولانا همین را می‌گوید. نگاه کنید:

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۴۰۱

### هین ز حرص خویش میزان را مهل آز و حرص آمد تو را خصم مُضِل

مواظب باش حرص، حرص یعنی زیاده‌خواهی، حرص یعنی همانی شدن با چیزها، آنها را دارم زیاد می‌کنم، هر چقدر هم زیاد می‌شود، من قانع نیستم. حرص در قدرت طلبی، حرص در انباشتن، حرص در هر چیزی، هر چه ما حریص تر می‌شویم، می‌رویم به ترازوی من ذهنی. ترازوی من ذهنی ترازو نیست. می‌گوید از حرص خویش، ترازوی آسمان را رها مکن، آز و حرص یک خصم گمراه کننده مهمی است. درست است؟ حالا. چند بیت را هم بخوانم. بروم سر آن باورها.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۳۶۶

### ای بسا سرمست نار و نارجو خویشتن را نورِ مطلق داند او

چقدر زیاد هستند که مست درد، مست حسادت، مست انتقام‌جویی، مست کینه، مست رنجش هستند و همانها را هم جستجو می‌کنند، اما فکر می‌کنند که نور صاف و صاف شده خداوند هستند. هشیاری مطلق خدایی هستند. کسی که سرمست درد است، یک من ذهنی بسیار بد دارد. می‌شود دیگر ما منقبض‌ترین، بدترین نوع من ذهنی داشته باشیم که پر از درد است، ولی خودمان را نور مطلق بدانیم.

برای چه می‌خوانم؟ برای اینکه اگر ما خودمان را کامل بدانیم، گفت مرضی بدتر از اینکه ما خودمان را کامل بیندازیم در جان ما وجود ندارد و مرض ابلیس هم همین بوده. ابلیس اگر، شیطان اگر یک باشنده درستی بود، می‌گفت که از این وضعیت مرا نجات بده، کمک کن. مقاومت نمی‌کرد در مقابل زندگی، که اینها البته تمثیل است که ما هم عین شیطان عمل





می‌کنیم. یعنی همان طور که شیطان به خدا می‌گوید نه، ما هم به الست، به زندگی الان می‌گوییم نه، چرا می‌گوییم نه؟ برای اینکه دانش داریم، مقاومت داریم. شیطان هم درست همین کار را می‌کند، کرده، مطرود شده، ما هم مطرود شدیم. آخر می‌شود ما پر از درد باشیم بگوییم هیچ ایرادی ندارم؟ پس ما احتیاج به حزم داریم. حزم که به معنی دوراندیشی است، واقعاً دوراندیشی نیست. حزم یعنی بکشی عقب و ذهنت را نگاه کنی، با هشیاری ایزدی نگاه کنی، با نظر نگاه کنی به ذهنت، ببینی چه خبر است آنجا. مولانا می‌گوید

مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۷

## حَزْمِ آن باشد که ظن بد بَری تا گریزی و شوی از بد بَری

پس اگر حزم را دوراندیشی معنی کنیم، حالا اندیشیدن نیست این، یک نوع تماشا کردن است با خرد زندگی. خردورزی این است که به خودت مشکوک شوی. هر کسی به من ذهنی‌اش مشکوک است، مظنون است که تقصیر من است، این آدم درستی است. هر کسی می‌گوید من هیچ ایرادی ندارم، همه اینها ایراد دارند، مردم را نگاه کن، این آدم در هیروت من ذهنی است، افسانه من ذهنی است.

یکی از مشخصات افسانه من ذهنی این است که حزم ندارد و ظن بد به خودش نمی‌برد. می‌شود که انسان نیروی زندگی را به مانع بتبدیل کند، به مساله تبدیل کند، به دشمن تبدیل کند و این خاصیت‌های عقل و قدرت و هدایت و امنیتش همه پوشالی باشد و بگوید که من هیچی‌ام نیست، هیچ ایرادی ندارم. آن موقع مردم همه ایراد دارند.

حَزْمِ آن باشد که به خودت ظن بد ببری تا فرار کنی از بدی‌ها، از همین من ذهنی‌ات و از وضعیت‌ها و حوادث بد بیرونی و درونی. درونی یعنی همانندگی بیشتر، رفتن به خرافات، به توهمات، پیرهیزی، دور بشوی. حالا واقعاً شما از خودتان سوال کنید، شما به من ذهنی‌تان مشکوک هستید یا نیستید؟ مظنون هستید یا نیستید؟ یعنی چی؟ یعنی وقتی یک اتفاقی می‌افتد، ظن می‌برید که خودم کردم یا دیگران کردند؟ اگر ظن می‌برید که تقصیر دیگران است، پس شما به خودتان مظنون نیستید.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۲

## فعل توست این غصه‌های دم به دم این بود معنی قد جف القلم

غصه‌های دم به دم تو تقصیر خودت است و معنی جف القلم هم همین است که خدا زندگی‌تان را می‌نویسد، بیرون نشان می‌دهد که درونتان چه هست. حالا بیرون بد است، به خودتان مظنون نمی‌شوید؟ دیگران کردند.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۸

## حَزْمٌ سَوْءُ الظَّنِّ كَفْتَهْ سَتِ آن رَسُول هر قَدَم را دام می‌دان ای فَضول

می‌گوید حضرت رسول فرموده حزم یعنی سوطن داشتن به من ذهنی خود. یعنی هر قدم دام است. دام چه هست؟ دام همانیدگی. ای یاهوگو یعنی هی مرتب حرف می‌زنی و حرفهایت همان سخن همانیدگی‌ها است. یک همانیدگی حرف می‌زند و بعد از اینکه حرف می‌زند، یک همانیدگی، اینها بیپوده‌گویی است، یعنی خرد زندگی نیست که دارد حرف می‌زند، من ذهنی‌ات است که حرف می‌زند، ای کسی که مرتب حرف می‌زنی به وسیله انگیزه دردهایت و همانیدگی‌هایت، می‌گوید حضرت رسول فرموده که به این حالت ظن بپر، مظنون شو که این مساله‌ساز است.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۹

## رُوی صَحْرَا هست هَمَوَار و فَرَاخ هر قَدَم دامیست، کم ران اوستاخ

اوستاخ یعنی گستاخانه، بی توجه. همین طوری که می‌گوید در جهان ذهن، با دید ذهنی، به نظر هموار و فراخ می‌آید، اما در هر قدم یک تله همانیدگی است. همین طور هم شد دیگر، می‌گوید

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۰

## آن بُزِ کوهی دُودِ که دامِ کو؟ چون بتازد، دامش اُفتد در گلو

بز کوهی در صحرا می‌دود، مردم برایش دام گذاشتند، تله گذاشتند، دام کجا بود؟ یک دفعه همین که می‌گوید دام کجا بود؟ می‌افتد در تله، ما هم شروع می‌کنیم زندگی را، دام کجا بود؟ آقا، خانم این چیزی که همین الان دارد توجهات را می‌دزد دام است، چطوری ما به دام این دنیا می‌افتیم؟ با همانیدن. همین که پدر و مادرها با بچه‌هایشان با شعر مولانا صحبت می‌کنند، دارند دام را به او نشان می‌دهند، می‌گویند با من ذهنی نتاز. من ذهنی ۱۲ ساله، ۱۵ ساله، ۲۰ ساله، می‌گوید صحرا فراخ است این جهان، بدو، دام کو. سی سالگی می‌بینی دام تماماً تا خرخره ترا گرفته. با هزار تا چیز همانیده شدی، همراه با دردهایش. دام کو؟ ده سال است ازدواج کردی، با همسرت دعوا کردی، درد ریخته، قطره قطره که درد می‌ریخته دام بوده. تو باهش همانیده می‌شدی، دام کو، ها؟ دام است،

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۶۹

## روی صحرا هست هموار و فراخ هر قدم دامیست، کم ران اوستاخ

گستاخانه، بی توجه، ندو، تامل کن، حزم کن. واقعاً بزرگترها به جوانها باید یاد بدهند، آرام، یواش، تامل کن، حزم کن. هر چیزی که با آن همانیده می شوی، توجهات جذب می شود، جلب می شود، گرفته می شود و می آید به مرکزت، بعداً دردسر خواهی داشت. عشق غیر از همانیدگی است. و عشق را با ارتعاش به زندگی به بچه هایشان یاد بدهند. به بچه هایمان یاد بدهیم، آنهایی که جوان هستند البته، ما که دیگر بچه نداریم، شما باید یاد بدهید و دارید می دهید و من تحسین می کنم. دارید به آنها می گوید گستاخانه کم ران، کم ران یعنی نران. اصلاً گستاخانه نران.

در مورد ما هم صدق می کند؟ بله. ما هم ممکن است بگوییم دام کو؟ انسان در هر سنی ممکن است به دام همانیدگی بیفتد. مثل آن بز کوهی بشود، ولی می بینید که سرنوشت انسانهایی که امروزه ما در حال تعلیم و تربیت و پرورش شان هستیم، همین سرنوشت بز کوهی است. چنان ما پرورش می دهیم و تربیت می کنیم که سی سالگی دیگر در یک دام کامل باشند. دامی که پر از درد است، چطوری این دام را این شخص باز خواهد کرد؟ به او همین مولانا باید کمک کند.

شما اگر پیغام مولانا را می شنوید، قبل از ازدواج و انتخاب همسر با مولانا آشنا باشید، با من ذهنی آشنا باشید، با درد آشنا باشید، بدانید زن یا مرد دارید، دردهایتان را باید بریزید، دردهایتان را به اشتراک نگذارید، سوغات نبرید دردتان را به قول شما به خانه بخت. همچون تحفه ای نیست این که انسان دردش را بیاورد به زندگی مشترک، دردش را نشان بدهد، به معرض نمایش بگذارد به بچه اش، مسموم بکند فضا را. باید با عشق عاشق شود، نه بر اساس همانیدگی ها و ارتعاش دردها. گاهی اوقات دردهای هم ارتعاش، یک مرد و یک زن به همدیگر نزدیک می شوند، آدم فکر می کند عشق است این. نه عشق نیست، ارتعاش درد هم فرکانس است، دو تا مرکز به درد ارتعاش می کنند، ها چقدر من از تو خوشم می آید، شما درست دردهای مرا داری، عاشقت شدم. عشق نیست این. نمی خواهیم مثل این بز کوهی باشیم، همین طوری گستاخانه از ثانیه صفر بدویم، زودتر از سی سالگی، ۲۵ سالگی در یک دام کامل باشیم.

بله این بیت هم جالب است. می گوید

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۰۱

## حزم چه بود بدگمانی بر جهان دم بدم بیند بالای ناگهان

این شعر را مولانا گفته. پس خردوزی، دوراندیشی این است که انسان بدگمان باشد در جهان، و دم به دم حس کند که ممکن است یک همانیدگی، یک تله سر راه انسان باشد و بیفتد توش، همانیده بشود، این بیت معنیش این نیست که یک معنی بدگمان، بدعنق، مظنون به وجود بیاوریم. بدترین نوع من ذهنی مظنون بودن است. مظنون بودن بر اساس عدم امنیت. وقتی انسان از مرکزش حس عدم امنیت می‌گیرد، عقل خوبی ندارد، هدایت خوبی ندارد و آن باورهای همانیده پر از شک و تردیدش مسلط هستند، یک دفعه مظنون می‌شود به همسرش، به همه، غیر از خودش. این من ذهنی خیلی بدی است. این را نمی‌گوید. می‌گوید به صورت حضور ناظر باید مواظب باشی که تله همانیدگی برای تو هم باشد. مخصوصاً در سنین جوانی و همین طور این بیت را می‌خواهم بخوانم به خودمان با این بیت به خودمان نگاه کنیم.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۷

## گرچه خود را بس شکسته بیند او

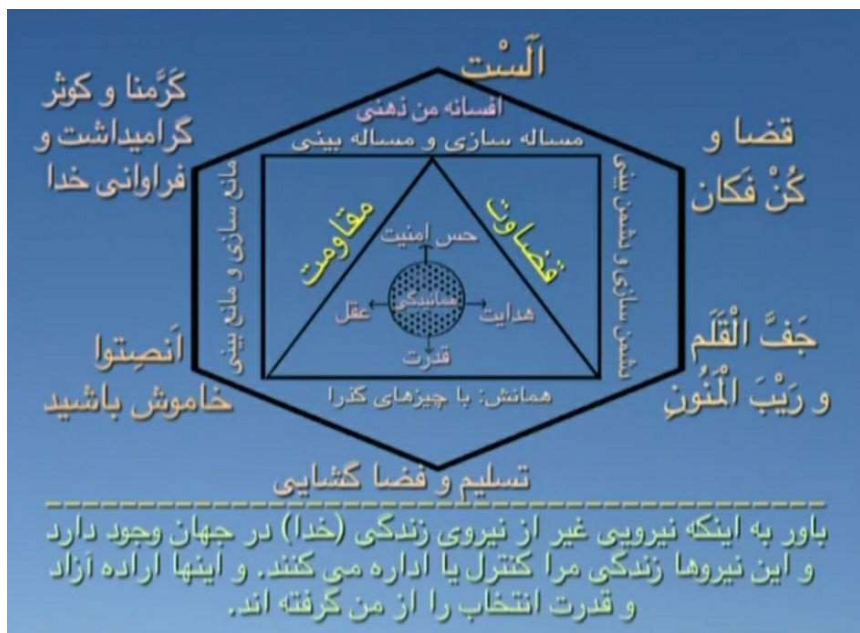
### آب صافی دان و سرگین زیر جو

می‌گوید که بعضی از من‌های ذهنی خیلی زیبا حرف می‌زنند، گاهی اوقات شعر فردوسی، مولانا، حافظ می‌خوانند، می‌خندند جوک می‌گویند، هی می‌گویند مخلصیم، کمترین من هستیم، اینها همه اداهای من ذهنی است، بعضی اداهای من ذهنی است، این آدم درست است که ظاهرش خوب نشان می‌دهد، ولی شبیه جویی است که می‌گذرد، رویش صاف است و در تهش کثافت ته‌نشین شده. قدیم مردم کهنه‌های بچه‌هایشان را در آب می‌شستند در جوی و کثافات ته‌نشین می‌شد، وقتی چوب می‌زدی اینها می‌آمد بالا،

و انسانی که فکر می‌کند کامل است و من ذهنی شکسته دارد، هی مرتب خودش را کوچک می‌کند، تعظیم می‌کند، احترام به همه می‌گذارد، اینها همه مصنوعی است، ولی به محض اینکه یک ذره با چالش روبرو می‌شود، آن کثافات درد قبلی مثل رنجش‌ها، کینه‌ها می‌آید بالا. ما نمی‌خواهیم اینطوری باشیم. شما با این بیت باید خودتان را ارزیابی کنید که من آب صاف هستم، منتها دردها ته‌نشین شده، با یک چوب فوراً آشفته می‌شوم و کثافات دردم رو می‌آید؟ بیخ و داد راه می‌اندازم، می‌رنجم، درد ایجاد می‌کنم یا حقیقتاً فضا را باز کردم؟ بله، اجازه بدهید این باورها را سریع توضیح بدهم.

باورها الگوهای فکری و عمل هستند که من ذهنی از آنها استفاده می‌کند برای اداره امور بیرونی و اگر ما یک باور یا الگوی فکر و عمل شرطی شده و حاضر و آماده داشته باشیم، فوراً می‌توانیم از آن استفاده کنیم. و بنابراین پشت سر هم که این الگوها را قرار می‌دهیم سرعت عمل زیاد می‌شود. ولی این الگوها اگر در بیرون هم موقتاً کار کنند، بدون حضور ناظر آخر سر ممکن است که نتایج مادی داشته باشد ولی با درد همراه خواهد بود.

یعنی انسان باید یک حضور ثابت و عمیق، زنده به زندگی داشته باشد که دائماً با آن حرکت کند و از آن استفاده کند در هر لحظه با فضاگشایی، برای عمل و فکر کردن و از الگوهای شرطی شده و همانیده استفاده نکند، تا آنجا که مقذور است. بدانند که ممکن است فضا را ببندد، یعنی این حالت، فضا را ببندد و از آن الگوها استفاده کند و انباشته کند چیزها را، ولی باید بدانند که همراه آن دارد دردها را هم انباشته می‌کند. بله اولین باور این است که خیلی‌ها دارند،

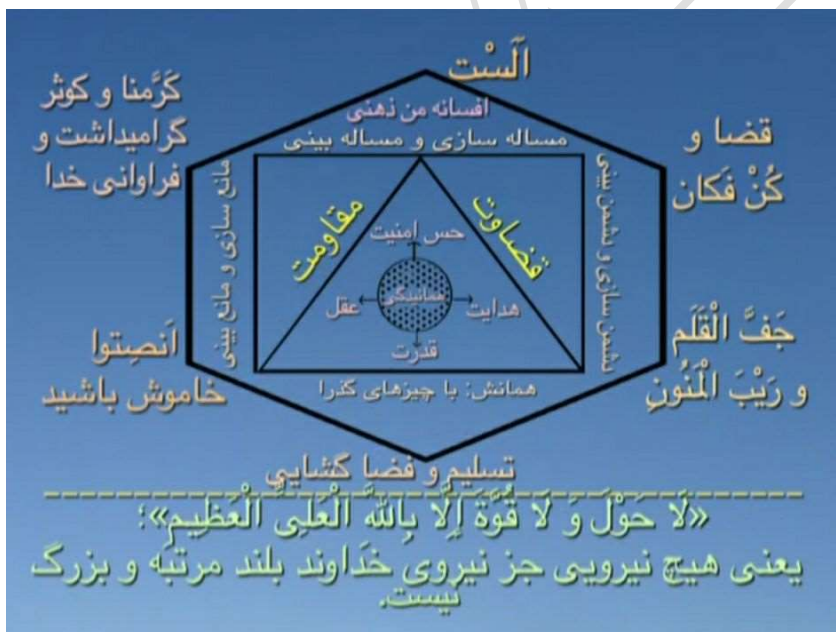


باور به این که نیروی غیر از نیروی زندگی (خدا) در جهان وجود دارد و این نیروها زندگی مرا کنترل یا اداره می‌کنند و اینها اراده آزاد و قدرت انتخاب را از من گرفته‌اند.

در من ذهنی یک همچو باوری وجود دارد. پس بنابراین من ذهنی به نیروهایی شبیه جن و پری و نمی دانم هر چه که بگویی معتقد است، خرافاتی که در سر دارد، و این خرافات کنترلش می‌کند. شما اگر یک همچو باوری دارید که مثلاً جنی شما را کنترل می‌کند، یا کسی می‌تواند شما را جادو کند، این باور را باید از سرتان بیرون کنید. و با حضور ناظر اینها را ببندازید، و بدانید که همچو باور خرافاتی و مخربی دارید، غیر از نیروی خدا در جهان نیروی دیگری وجود ندارد. و اگر زندگی شما کنترل می‌شود، به خاطر این است که شما عدم را یا فضا را در درونتان باز نکردید.

یعنی این حالت، حالت خطرناکی است من می‌بینم که شما از طریق این نقطه چین‌ها می‌بینید، آن نقطه چین‌ها بعضی‌هاش باورهای خرافاتی هستند که ما یاد گرفتیم. قسمتی از خرافات ما عبارت از این است که بعضی مکانها نیرو دارند، می‌توانند ما را کنترل کنند یا به ما کمک کنند. بعضی زمانها می‌توانند به ما کمک کنند، یا ما را کنترل کنند، بعضی نیروها می‌توانند ما را کنترل کنند که ما نمی‌دانیم اینها چه هستند. و بعضی‌ها اسمش را جن می‌گذارند،

جن می تواند البته معادل همانیدگی باشد. همانیدگی ما اگر فضا گشوده نشده باشد، البته که می تواند ما را کنترل کند، و تمام این خرافات و گرفتاری های روحی از این حالت پیش می آید که ما به این باورها قدرت می دهیم. در واقع ما نیروی خدا را می گیریم و سرمایه گذاری می کنیم در این باورهای خرافاتی که ما را کنترل کنند. هر کسی با خرافات مرکزش کنترل می شود و اگر مرکزش او را کنترل می کند و خدا او را اداره نمی کند، این آدم گرفتار است، گرفتار خرافه است. پس شما به این باور در خودتان توجه می کنید که اگر، اگر به نظر شما نیروهای دیگری وجود دارند که شما را می توانند کنترل کنند، باید تجدید نظر کنید. این مطلب از یک ذکری یا یک حدیثی می تواند سرچشمه بگیرد که انسانی در اوج حضورش وقتی به بینهایت خدا زنده می شود، متوجه می شود که یعنی هیچ، این اصطلاح که مولانا گاهی اوقات می گوید لاحول. لاحول یعنی هیچ نیرویی در جهان نیست غیر از نیروی خدا. شاید جمله کاملش به عربی این است که:



«لَا حَوْلَ وَ لَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيمِ»؛ یعنی هیچ نیرو و توانی جز از سوی خداوند بلندمرتبه و بزرگ نیست.

لا حول و لا قوه الا بالله، یک علی العظیم هم هست. علی در اینجا به معنی بلندمرتبه است و عظیم هم یعنی بزرگ. یعنی هیچ نیرویی جز نیروی خداوند بلندمرتبه و بزرگ در جهان نیست. این باور باید، حتی به صورت باور در شما باشد. این باور، حداقل اگر باور می کنید این را باور می کنید. ولی این باور با باز کردن فضای درون عملی می شود وقتی فضای درون بینهایت می شود، شما فوراً به این باور می رسید که واقعاً نیروی خدا وجود دارد. دقت می کنید یک چنین آدمی به قضا و کن فکان معتقد است. اگر شما بدانید که نیرویی غیر از نیروی خدا وجود ندارد، می گوید که من از جنس آن نیرو هستم، آن نیرو الان اتفاقات را به وجود می آورد و این همان قضاست، قضا همین

تشخیص و تصمیم خداست، من تسلیم این عقل هستم، پس بنابراین این خرافات و من ذهنی مان را خاموش کردن، توجه کنید با هر چیزی که همانیده شویم، به صورت خرافه درمی آید. با هر چیزی که همانیده بشویم، به صورت خرافه درمی آید، این را دوبار می گویم تا بلکه جا بیفتد.

و تمام باورهایی که ما با آنها همانیده هستیم و مرکز ما هستند، اینها به صورت خرافه هستند و مرکز ما باید به عدم باز بشود، به خرافه باز بشود. عملاً این شخص دارد حس می کند، و اگر کسی این حرف را زده که نیرویی غیر از نیروی خدا وجود ندارد، مطمئن باشید که به بینهایت خدا زنده بوده. یعنی این فضای درون به بینهایت تبدیل شده و متوجه شده که واقعاً نیروی دیگری نیست. و اگر هست در اثر همانیدگی با آنها است. یعنی ما نیروی خدا را می دهیم به یکسری خرافات تا ما را کنترل کنند. این کار را می توانیم نکنیم.

ما اراده آزاد داریم، قدرت انتخاب داریم، همیشه می توانیم شناسایی کنیم و اگر یک خرده از شناسایی و عقل زندگی استفاده کنیم، فوراً خرافات مان را می توانیم تشخیص بدهیم. و دیدن و شناسایی خرافه واقعاً مساوی انداختن آن است، آزادی از آن است. شناسایی خرافه مساوی آزادی آن است، یا آزادی از آن است.

پس یک چنین شخصی به قضا و کن فکان معتقد است عمیقاً و به جف القلم هم معتقد است. می داند که همین خدایی که تنها نیرو است، زندگی درون و بیرون او را تعیین می کند و بنابراین با این همانیدگی ها ایجاد پارازیت نمی کند و اخلاص نمی کند در کار زندگی، و مطمئن است که اتفاقات بد که می افتد برای برطرف کردن شک است. به این شخص اتفاقات بد می افتد برای اینکه همش با خرافات پیش می رود.

توجه کنید اعتقاد به درد، کسی که کینه و رنجشش را نگه داشته، این هم خرافاتی است. اگر خرافاتی نبود که دردش را نگه نمی داشت. معتقد است که نگهداری این دردها و حمل آنها فایده دارد، این خرافه است. این شخص که مرکزش باز شده و عدم شده و با دید نظر می بیند، به هیچ وجه معتقد نیست که درد را باید حمل کرد. می دانید که خدا درد نیافریده. درد را من ذهنی آفریده. ما باید شناسایی کنیم که دردها را ما ایجاد می کنیم. خدا نمی خواهد درد ایجاد کنیم. ما همانیده می شویم، همانیدگی درد ایجاد می کند. می توانیم نشویم. امروز به تعداد کافی بیت خواندیم.

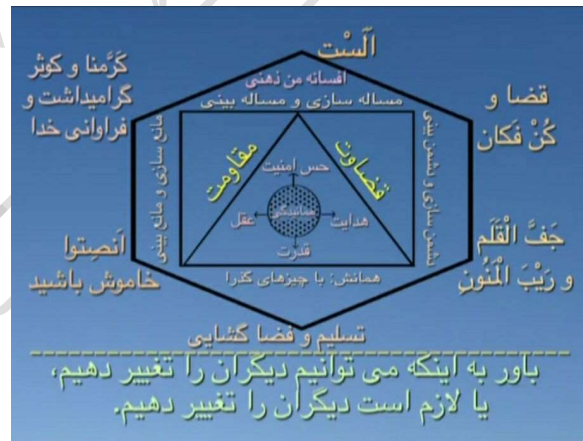
پس یک باور غلط و مخرب این است که ما در مرکزمان این خرافه را داشته باشیم که نیرویی غیر از نیروی خدا وجود دارد و آنها مزاحم من هستند. باید شناسایی کنیم که چه الگوهای باوری در مرکز ما هست که یک همچو حرکاتی را ایجاد می کند در ما. درست است؟

اما باور بعدی که مخرب است این است که:



### باور این که قربانی، وضعیت‌ها، انسان‌های دیگر، باورهای خودمان... هستیم.

باور به اینکه قربانی وضعیت‌ها و انسان‌های دیگر و باورهای خودمان هستیم. انسان‌ها همیشه قادر هستند که وضعیت‌ها را تغییر بدهند و از کنترل انسان‌های دیگر دربیایند و اگر با آنها همان‌بده نباشند، می‌توانند از کنترل آنها دربیایند، و باورهایشان را یا عوض کنند یا به طور کلی بیندازند و همان‌بده‌گی را پایان بدهند. با این شکل. شما با دید نظر متوجه می‌شوید که قربانی هیچ وضعیت نیستید، فقط مقاومت در مقابل وضعیت‌ها است که ما را قربانی می‌کند. شما الان شناخته‌اید که با فضاگشایی در اطراف وضعیت‌ها شما دیگر قربانی آن نخواهید بود، قربانی انسان‌های دیگر هم نخواهید بود، قربانی باورهایتان هم نخواهید بود. بله باور بعدی،

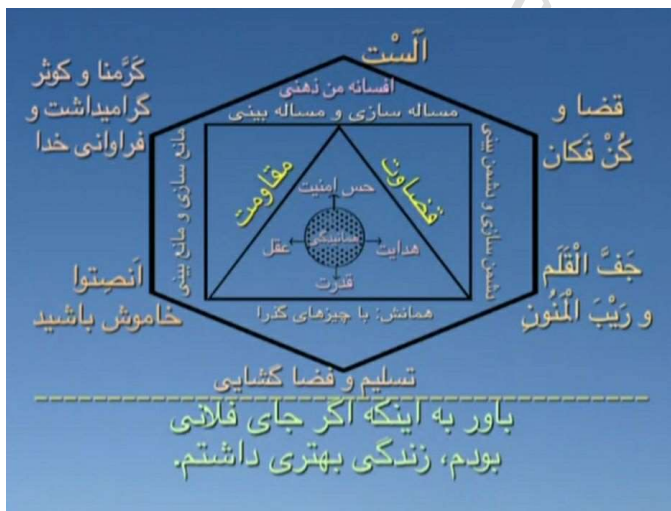


### باور به این که می‌توانیم دیگران را تغییر دهیم، یا لازم است دیگران را تغییر دهیم.

باور به اینکه می‌توانیم دیگران را تغییر دهیم یا لازم است دیگران را تغییر دهیم. این باور هزینه دارد برای بعضی انسان‌ها. خیلی‌ها زندگی مشترک شروع می‌کنند به فرض اینکه من آن شخص را تغییر می‌دهم، این ایرادهایش را قبول ندارم، ولی به تدریج می‌توانم تغییر بدهم. این کار سبب هزینه کردن و اتلاف وقت زیادی می‌شود و بعد از ده سال متوجه می‌شود که آن شخص قابل تغییر نبوده یا او نمی‌توانسته تغییر بدهد. پس بنابراین ما نمی‌توانیم دیگران را تغییر بدهیم، وقتان را در این کار تلف نکنیم.



دیگران می‌توانند با استفاده از این ابیات مولانا، با دیدن اشکالات خودشان اگر بخواهند تغییر کنند. اگر نخواهند ما نمی‌توانیم تغییر بدهیم آنها را. ولی اگر بخواهند باید زحمت بکشند. اگر بخواهند تغییر کنند، همین طور که ما زحمت می‌کشیم، آنها هم باید زحمت بکشند، تغییر بدهند خودشان را، اگر زحمت نمی‌کشند آن دیگر به ما مربوط نیست. در غزل هست که می‌گوید: ما فقط هشدار دهنده هستیم. ما فقط چراغ روشن می‌کنیم که یکی ایرادش را ببیند، اگر می‌خواهد ببیند، اگر نمی‌خواهد ببیند دیگر به ما مربوط نیست.

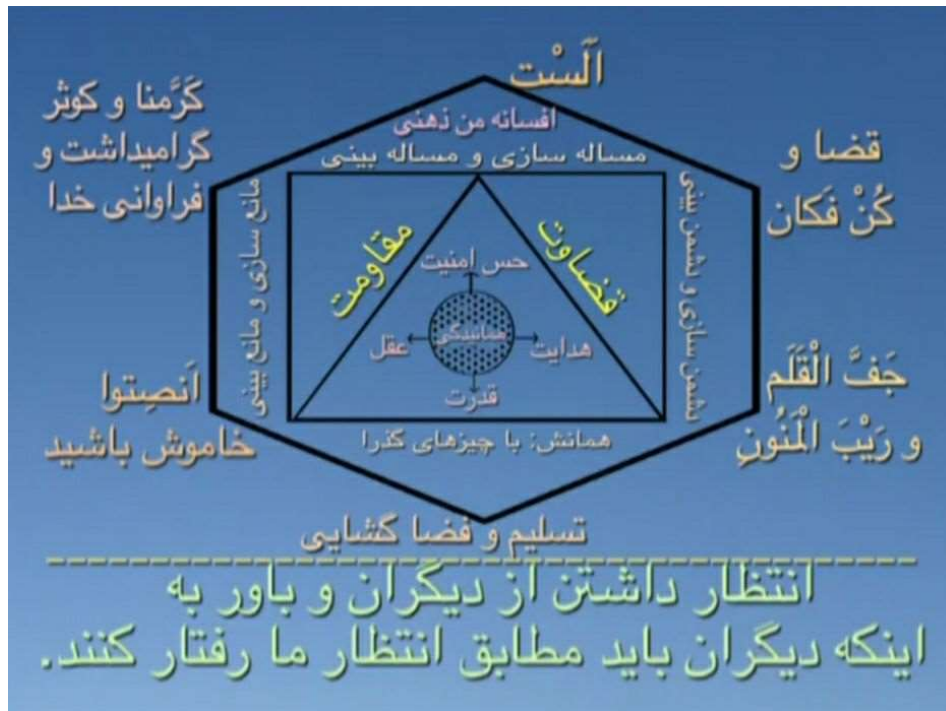


**بیاور به این که اگر جای فلانی بودم، زندگی بهتری داشتم.**

بیاور به اینکه اگر جای فلانی بودم، زندگی بهتری داشتم. این باور مخرب بسیار متداول است و از ترازوی مقایسه می‌آید. مقایسه وقتی که انسان خودش را کاهش می‌دهد به من ذهنی کوچک، این باور در آنجا هست، که کسانی را در بیرون در نظر می‌گیرد و فکر می‌کند آنها زندگی بهتری دارند. یک چنین شخصی فقط می‌خواهد خودش باشد، وقتی فضای بیرون باز می‌شود این باور از بین می‌رود، انسان فقط می‌خواهد خودش باشد و این با اصالت انسان هم مغایر است، انسان باید خودش باشد. هر کسی مثل یک درختی است که کاشته شده، باید با ریشه خودش همین طور که درخت مربوط می‌شود به خاک، ما هم وصل می‌شویم به زندگی و درخت خودمان را داریم و این غیر اصولی است که انسان آرزو کند به جای یکی دیگر باشد. مواظب باشید که این جور ترازو را نداشته باشید.

**\*\*\* پایان قسمت دوم \*\*\***

باور بعدی این است که



**انتظار داشتن از دیگران و باور به اینکه دیگران باید مطابق انتظار ما رفتار کنند.**

انتظار داشتن از دیگران و باور به اینکه دیگران باید مطابق انتظار ما رفتار کنند. این را میدانید شما، اگر چنین باوری دارید، در مرکزتان با آن همانیده هستید، اگر می‌خواهید، انتظار دارید، همسرتان، دوست‌تان، بچه‌هایتان، مطابق انتظار شما که انتظارات من ذهنی است، چون اگر من ذهنی نداشتید، انتظار نداشتید، زندگی کنید، این یک توهم است، صورت نخواهد گرفت و اگر فضای درون را باز کنید، همچو انتظاراتی نخواهید داشت. نه تنها این انتظارات را نخواهید داشت، هیچ توقع و انتظاری نخواهید داشت.

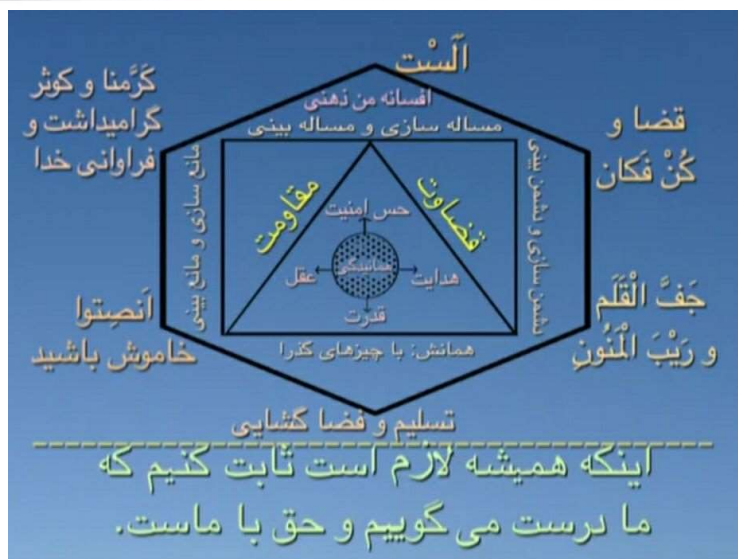
وقتی مرکز ما باز می‌شود در واقع همه توقعاتمان از جهان بیرون مخصوصاً آدمها به صفر می‌رسد و اگر شما توقعاتتان را از آدمهای دیگر به صفر نرسانده‌اید، خواهش می‌کنم هر چه زودتر برسانید. این کار به شما کمک خواهد کرد و از خطر رنجش هم رها خواهید شد. شما از انسانهای دیگر هیچ توقعی نداشته باشید. فقط فضا را باز کنید از زندگی عقل و حس امنیت و هدایت و قدرت بگیرید، حتی چیزهای مادی را می‌توانید به دست بیاورید.



**باور به این که برای رسیدن به کمال و احساس شادی حتماً به حضور فرد یا مکان خاصی نیاز داریم.**

باور به اینکه برای رسیدن به کمال یا احساس شادی حتماً به حضور فرد یا مکان خاصی نیاز داریم. پس باور به اینکه برای اینکه من به شادی اصیل برسم و به کمال برسم و به خدا زنده بشوم، حتماً یک کسی را باید در زندگیم داشته باشم، آن کس خاص را شما می دانید کی هست و یا در مکان خاصی باشم. وابسته بودن برای بروز زندگی یا شروع زندگی در مکان خاص، یعنی به مکان وابسته کردن زندگی و یا حتی لذت معنوی غلط است، غلط اندر غلط است. این نشان آن است که شما قدرت خیلی زیادی به مکانها می دهید و از قدرت خدا غافل هستید. و فکر می کنید که قدرتی غیر از قدرت خدا در این جهان وجود دارد. و یا یک فرد خاصی مثل اینکه مثلاً من اگر ازدواج نکنم زندگی من شروع نمی شود، اگر بچه دار نشوم، زندگی نمی توانم بکنم، حتماً باید این را داشته باشم، یا آن را داشته باشم، پس این هم باور غلطی است که خیلی از ما انسانها داریم و با آن همانیده هستیم.

باور غلط بعدی

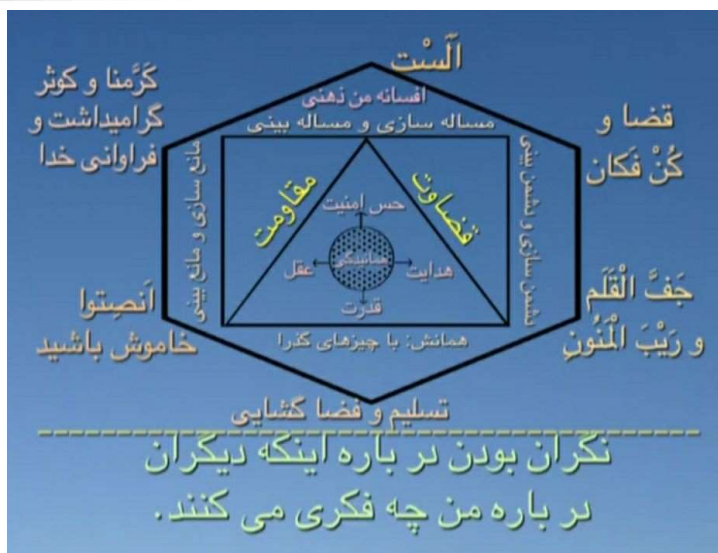


اینکه همیشه لازم است ثابت کنیم که ما درست می گوئیم و حق با ماست.

اینکه همیشه لازم است ثابت کنیم که ما درست می گوئیم و حق با ماست، به هیچ وجه این باور کارساز نیست. اگر کسی اصرار دارد که یک جور خاصی باشد، شما وقتتان را نگذارید ثابت کنید که شما درست می گوئید و حق با شماست، و ایشان غلط می گوید، شما امروزه می بینید که پول و وقت و تمرکز زیادی صرف می شود تا من های ذهنی حتی قالبهای دینی ثابت کنند که ادیان دیگر غلط هستند، ناحق هستند و بلکه کفر هستند و فقط حق با آنها است، و من ذهنی این کار را می کند. و این من ذهنی برایش خیلی مهم است که مردم بگویند که حق با توست و درست می گوئی.

علتش این است که این من ذهنی شک دارد و حس امنیتش پوشالی است. نه تنها حس امنیتش پوشالی است عقلش هم پوشالی است، هدایتش هم پوشالی است و قدرتش هم پوشالی است و رو به بیرون دارد. و البته می دانید که من ذهنی شادی هایش را یا اسمش را می گذاریم خوشی، خوشی هایش را از بیرون می گیرد، اینکه ثابت کنیم حق با اوست و دیگران غلط فکر می کنند، این کار به او لذت خاصی می دهد که این لذت آفل است، و پلاستیکی است و مصنوعی است و به درد نمی خورد.

پس یاد می گیریم که ثابت نکنیم حق با ماست. مواظب باشیم که در این مسیر قطب ایجاد نکنیم. من ذهنی به قطب احتیاج دارد تا باهاش ستیزه کند و یکی از راههای ستیزه اش این است که بگوید تو اشتباه می کنی. هر موقع دیدید خودتان را بحث و جدل با کسی می کنید که ثابت می کنید اشتباه می کند و شما درست می گوئید، شما از جنس من ذهنی هستید و با این باور همانیده هستید، این باور در مرکز شماست، سعی کنید با گشودن عدم و تماشا کردن به صورت حضور ناظر یک چنین باوری را در مرکزتان ببینید، شناسایی کنید و با آن دعوا نکنید، فقط شناسایی کنید که این باور بیفتد.



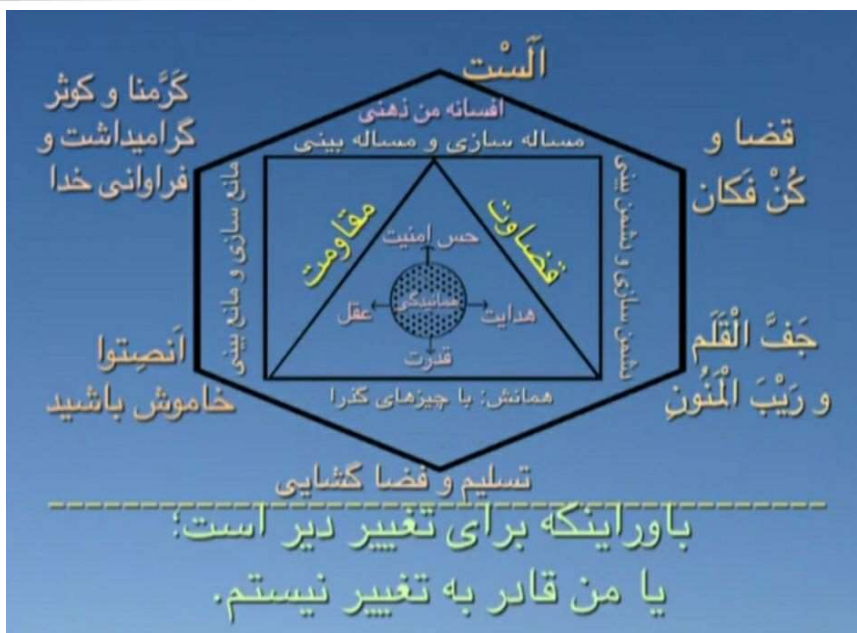
**نگران بودن درباره این که دیگران درباره من چه فکری می کنند.**

نگران بودن درباره اینکه دیگران درباره من چه فکری می کنند. این باور، باور مخربی است که انسان پیشرفت خودش را و جد و جهد خودش را وابسته کند به فکرهای دیگران، اگر شما بخواهید مردم را راضی کنید که آنها هم من ذهنی دارند، آنها شما را هدایت خواهند کرد، شما می خواهید زندگی شما را هدایت کند. بنابراین نگران نباشید که دیگران در مورد شما چه فکری می کنند. شما کار خودتان را بکنید. بله.

\*\*\*

**باور این که گذشته ما، وضع فعلی ما و آینده ما را رقم می زند.**

باور بعدی این است که گذشته ما، وضع فعلی ما و آینده ما را رقم می زند. این باور غلط است، باور من ذهنی است. شما از این لحظه به بعد با بله گفتن به اتفاق این لحظه و گشودن فضا می توانید خرد زندگی را به فکر و عملتان بریزید و وضع فعلی تان را هر چه هست عوض کنید. همه قادر هستند وضع فعلی را عوض کنند و حتی مسائلی را که من ذهنی با توهم به وجود آورده، بله، ببینید من ذهنی گفتیم یکی از خاصیت هایش گفتیم مساله سازی است، مانع سازی است و دشمن سازی است، یعنی این سه کار از هر من ذهنی ساخته است. اصلاً کارش این است. مانع بسازد، مساله بسازد، دشمن بسازد، و اگر شما می بینید همچو کاری کرده اید تا حالا، نه وضع فعلی شما می تواند عوض بشود و به محض اینکه شما مرکزتان را عدم می کنید، این هم خیلی ساده است، هر لحظه به اتفاق این لحظه بله بگویید و فضا را باز کنید، بگذارید بین شما و اتفاق این لحظه فضای خالی باشد، نجسبید به آن، عجین نشوید، قربانی اتفاق نشوید، خواهید دید که به تدریج وضع فعلی با جد و جهد شما البته عوض می شود.



باور این که برای تغییر دیر است، یا من قادر به تغییر نیستم.

باوری که برای تغییر دیر است و من قادر به تغییر نیستم. این باور غلط است. هر کسی در هر سنی می تواند تغییر کند و مرکزش را باز کند و هشیاریش را تبدیل کند و حتی وضع بیرون را هم درست کند. همیشه یادمان باشد زندگی درون ما را در بیرون منعکس می کند. به محض اینکه شما درونتان را درست کردید، بیرونتان درست خواهد شد. شما نمی توانید بیرون را درست کنید، درونتان درست بشود. شما بتوانید به همسر تان، فرزندان تان، دوستان تان بگویید که شما عوض شوید تا من هم عوض شوم. همچو چیزی نمی شود. هر کسی قادر است خودش را تغییر بدهد.



باور این که مشکلات ما غیر قابل حل شدن هستند.

باور به اینکه مشکلات ما غیر قابل حل شدن هستند. درست است که من ذهنی مسائل ایجاد کرده. ولی این مسائل توهمی است. به محض اینکه شما عدم را در مرکزتان حس کنید خواهید دید که خیلی از مسائل شما اصلاً وجود ندارند. شما فکر می‌کنید وجود دارند. خیلی از موانعی که شما ایجاد کرده‌اید و ذهنتان ایجاد کرده، اصلاً آن موانع نیستند. و خیلی از کسانی که شما دشمن می‌دانید اگر با مرکز عدم به آنها نزدیک شوید، می‌گویند نه، ما دشمن شما نیستیم، ما کاری با شما نداریم، ولی چون شما برای ستیزه کردن به قطب احتیاج داشتید، در ذهنتان آنها را دشمنان خودتان ساختید. خوب اینها باورهای مخرب بودند.

برایتان یک غزل کوتاه از مولانا می‌خوانم و چند بیت از مثنوی، بعد از آن غزل را با هم خواهیم خواند. و ابیات این غزل کوتاه روشن می‌کند که وقتی مولانا می‌گوید این چه گمان است؟ فکر می‌کنم با ابیات امروز شما شناسایی کرده‌اید که چه گمان مخربی ما ساخته‌ایم، یعنی یک بافت ساخته شده از فکرها و دردها که این بافت مرکز ماست و هر لحظه فکر و عمل ما را کنترل می‌کند. و به مصداق آن بیت که می‌گوید: نفس زنده سوی مرگی می‌تند؛ هر فکر و عملش تخریب است. در حالی که هر فکر و عمل مان تخریب زندگی ماست، تخریب روابط ماست، ما انتظار داریم که زندگی درون و بیرون ما درست شود. روابط ما درست شود، وضع مادی ما در بیرون درست بشود، و همین طور درون ما آرام شود. اگر همچو بافت فکری و پر از درد در مرکز ما باشد، این انتظار بیهوده است، شما باید یک کار دیگری بکنید و آن کار دیگر هم با این ابیات و تصاویر کاملاً می‌دانید چه هست.

مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۶۰

## چرا ز اندیشه‌ی بیچاره گشتی؟ فرو رفتی به خود، غمخواره گشتی؟

می‌گوید که چرا از همین بافت ذهنی که درست کردی از طریق همانیدگی‌ها بیچاره آن شدی؟ و منقبض شدی، به خودت فرو رفتی، دپرس شدی و همش غم می‌خوری؟ بله. این شکلها را هم سریع ببینید. با این شکلها، باز هم بیچاره شدن از همین اندیشه همانیدگی‌ها است. این شخص (افسانه من ذهنی) به خودش فرو رفته، یعنی منقبض شده، مقاومت دارد، ستیزه دارد با هر چیزی، در افسانه من ذهنی است و کارش غم خوردن است. و چاره‌اش این است که با آوردن عدم به مرکزش (حقیقت وجودی انسان) و باز کردن فضای درون و راندن همانیدگی‌ها به حاشیه و با صبر و شکر و پرهیز و شروع کردن با رضا و پذیرش در این لحظه این غمخوارگی را پایان بدهد.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۶۶۰

## تورا من پاره پاره جمع کردم چرا از وسوسه صد پاره گشتی؟

در واقع از زبان زندگی و خدا به ما می گوید که: درست است که تو آمدی به تفرقه افتادی، یعنی من را که زندگی هستم سرمایه گذاری کردم در این همانیدگی ها، ولی من مدتهاست که ترا جمع کردم از اینها. یعنی هر انسانی در این لحظه می تواند به بینهایت خدا زنده شود، به شرطی که به وسوسه، یعنی پریدن از یک فکری به یک فکر دیگر به صورت اتوماتیک و شرطی شده ادامه ندهد.

شما اگر به صورت حضور ناظر این حالت ذهنتان را ببینید که اصرار دارید، شوق این را دارید، حرص این را دارید که از یک فکری به فکر دیگر بپرید، آن تمام شده، یک فکر دیگری بکنید، اگر این حالت را در خودتان ببینید، این کار کندتر خواهد شد. بالاخره فکرتان، ذهنتان خاموش خواهد شد با این نگاه کردن، و یک دفعه متوجه خواهید شد که در این لحظه شما می توانید به بینهایت خدا زنده شوید.

پس این ما هستیم که از وسوسه، وسوسه یعنی شوق داشتن و به طور اجبارگونه از یک فکری به فکر دیگری پریدن که ما فکر می کنیم نیازمند این کار هستیم در حالتی که خرد زندگی از مرکز عدم می آید، نه از این حالتی که فکرها مرکز ما هستند و ما تا حالا شناختیم که این افسانه من ذهنی یک توهم است و زندگی ما در آنجا به صلاح نیست و هر چه بیشتر در آنجا باشیم زندگی مان بدتر خواهد شد. بله می گوید:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۶۶۰

## زِ دَارِ الْمَلِكِ عَشِقَمِ رَحْتِ بُرْدِي دَرِينِ غُرْبَتِ چُنِينِ آوَارِه گشتی

دارالملک یعنی پایتخت، در اینجا به معنی مرکز انسان است. در مرکز انسان وقتی عدم می آید، به وسیله عدم ما با خدا یکی می شویم. این مرکز عدم و درون باز شده در واقع پایتخت عشق است. مرکز انسان، دل انسان پایتخت عشق است، می گوید این حالت را رها کردی. مدتهاست تو می توانی به این حالت دربیایی، و رفتی به غربت ذهن. همانیده که می شوی می افتیم به فضای فکرها و فضای فکرها زمان گذشته و آینده هم هست. پس افتادیم به زمان گذشته و آینده و از این حالت مرکزیت عشق من و رفتی به غربت. این غربت است. وقتی انسان در وسوسه ذهن است، در غربت است ذهن غربت است. اینجا پیش خدا و در فضای یکتایی غربت نیست، ذهن خشکی است، اینجا دریای یکتایی است و رفتی آنجا آواره شدی. یعنی در فکرها گم شدی، این همان غربت است، مثلث همانش همراه با مقاومت و قضاوت غربت است.



هر کسی نمی‌تواند از گیر فکرها و وسوسه آزاد بشود، در غربت ذهن و گذشته و آینده زندگی می‌کند، در حالی که این شخص در این لحظه به این لحظه زنده است، به خدا زنده است و عشق برکاتش را از مرکزش به بیرون صادر می‌کند. این شخص شکر و صبر و پرهیز را دارد، البته اینها مقدمات است، انسان تبدیل به شکر می‌شود. دیگر پس از یک مدتی صبر هم دیگر لزومی ندارد، برای اینکه وقتی آدم به خدا زنده شود، تماماً شکر می‌شود و هر لحظه قدردان اینکه به خدا زنده است، خود آن هشیاری است، لزومی ندارد ما هشیارانه شکر کنیم. اصلاً این تماماً شکر است، بله آواره هم نیست، یعنی در فکرها و دردهایش گم نشده. بله.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۶۶۰

## زمین را بَهرِ تو گَهوره کردم فَسُرْدَه تَخْتَه گَهوره گشتی

یعنی این فرم را، آن چیزی که می‌توانی در ذهنت تجسم کنی تو، من گهوره تو کردم. یعنی ما در واقع اینطوری بگویم ما، این چهار بعد ما که این تن ماست، این فکر ماست و احساسات ماست، و این جان حیوانی ماست، اینها چهار بعد ما هستند. این چهار بعد ما روی یک بعد معنوی ایستاده. بعد معنوی ما خداست. در واقع در زیر ما به خدا وصل هستیم. می‌آییم در بیرون یک کمی جامدتر می‌شویم و به این چهار بعد نباید بچسبیم. ما باید برویم پایین، دوباره از زیر، از جنس زیر بشویم و از جنس عدم شویم.

حالا بارها گفتیم ما فرم هستیم به علاوه انکار فرم. انکار فرم همان بینهایت ماست، ثبات ماست، تعریف ما این است. مولانا می‌گوید که این فرمی که هر چه که در ذهنت می‌بینی، تجسم می‌توانی بکنی، یعنی همه این نقطه‌چین‌ها، اینها همه اگر باهاش همانیده نشوی، این گهوره توست. یعنی ما جسم‌مان را لازم داریم درش زندگی کنیم. مغزمان را لازم داریم برای به اصطلاح فرآوری این، پردازش این فکرهایمان، اما نباید میخکوب بشویم به این گهوره، از طریق این همانیدن. فسرده تخته گهوره گشتی، چرا میخکوب شدی از طریق همانیدن به این گهوره، این غلط است. شما باید به همین صورت درمی‌آمدی، از جنس عدم می‌شدی، فاصله می‌گرفتی از گهوره. فقط آن پشتی توست. بله این هم آیه قرآن است. می‌گوید:

قرآن کریم، سوره طه (۲۰)، آیه ۵۳

«الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ الْأَرْضَ مَهْدًا...»

«خدایی که زمین را گهوره شما ساخت...»

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۶۶۰

## روان کردم ز سنگت آب حیوان بهسوی خُشک رفتی، خاره گشتی

یعنی من مرتب همین الان هم اگر مرکز را عدم کنی، یک خرده به من مهلت بدهی و فرصت بدهی، خدا به ما می گوید، از مقاومت و قضاوت دست برداری، من از این دل سنگ تو آب را جاری می کنم. یعنی دل سنگ ما نرم می شود. به محض اینکه یک همانیدگی می افتد، با ریبُ المنون، بله آن نیست اینجا، شش ضلعی نیست اینجا، ولی به هر صورت یکی از نقطه چین ها را خداوند که ما با آن همانیده هستیم، برمی دارد، می کند. اگر شما جایش را خالی بگذارید، از آنجا آب جاری می شود، یعنی هشیاری ایزدی، خرد ایزدی می آید بیرون. و همیشه همانیدگی ها را با برنده شک، ریبُ المنون، زندگی جاری می کند. البته کسی که داوطلبانه این کار را بکند، به زحمت نمی افتد. دو جور زنده شدن به زندگی است. یکی اینکه با درد چیزها را خدا از ما بگیرد و ما نتوانیم جایگزین کنیم. بالاخره مجبور شویم جایش را خالی نگه داریم و از آن خلا زندگی بیاید. یکی اینکه داوطلبانه شناسایی کنیم، همانیدگی ها را به حاشیه برانیم و عدم را بیاوریم، همانیدگی ها را ببندازیم، که ما این دومی را انتخاب می کنیم. پس هر کسی این استعداد را دارد که الان زندگی خردش را جاری کند از همین دل سنگش. پس دل سنگ می تواند دگرگون بشود. می گوید من این کار را می کنم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۶۶۰

## روان کردم ز سنگت آب حیوان بهسوی خُشک رفتی، خاره گشتی

آب حیوان یعنی آب زندگی، آب حیات اما تو باز هم یک چیزی جایش گذاشتی و رفتی به سرزمین خشکی ذهن و سفت تر شدی. مواظب باشیم ببینیم مرتب منقبض تر می شویم، سفت تر می شویم در اثر حمله قضا و کن فکان به مرکز ما یا وقتی یک چیزی را از ما می گیرند، ما باید یک درسی بگیریم، درس بگیریم. بعضی ها درس نمی گیرند و شروع می کنند به شکایت و ناله و زاری و داد و بیداد، خاره می شوند، سفت تر می شوند، منقبض تر می شوند.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۶۶۰

## تویی فرزندِ جان، کارِ تو عشق است چرا رفتی تو و هرکاره گشتی؟

می گوید تو فرزند جان هستی. فرزند جان یعنی همین حالت، یعنی از جنس عشق هستی. تویی که جان تو با من یکی است، ما در وحدت هستیم. تو از جنس من هستی، درست است که در جهان ماده وجود دارد، مکان داری، جسم داری، ولی آنجا با من یکی هستی، تویی فرزند جان، من بزرگ هستم و تو کوچک هستی، تو حالت کوچک شده من هستی، خدا

به من می‌گوید، چرا رفتی به ذهنت، هر لحظه هر کدام از این همانیدگی‌ها یک کاری به تو محول می‌کند، آن را انجام می‌دهی. هر کاره یعنی بر طبق همانیدگی‌های مختلف فکر و عمل کردن، به جای اینکه ما کار عشق را بکنیم. یک موقعی هست ما تسلیم هستیم، همانیدگی در مرکزتان ندارد، هر چیزی که عشق یعنی وحدت شما با خدا از طریق فکرهای شما و عمل شما به شما می‌گوید، شما همان کار را انجام می‌دهید. یک موقعی هم هست نه شما مقاومت و قضاوت دارید، با چیزهای آفل همانیده هستید، کارهای خودتان را می‌کنید که مربوط به اصطلاح منافع تصویری شخصی این همانیدگی‌ها است. این غلط است. اینها را دیگر البته شما می‌دانید.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۶۶۰

## از آن خانه که تو صد زخم خوردی به گرد آن در و در ساره گشتی؟

آن خانه همین خانه ذهن و همانیدگی‌ها است. ما با هر چیزی که همانیده شدیم، برای ما درد ایجاد کرد. صد زخم خوردی یعنی به تعداد همانیدگی‌هایت درد کشیدی، درد دیدی، ضربه به تو خورد. چون همه رفتند، آسیب بهش رسید. یا آن چیزی که می‌خواستی ازش نتوانستی بگیری. ما مثلاً با همسرمان همانیده می‌شویم، رابطه ما رابطه من ذهنی با یک همانیدگی است که آن هم جسم است. یعنی از همسرمان یک جسم می‌سازیم، می‌گذاریم مرکزمان، از آن جسم عشق می‌خواهیم. بعد هم ملامت می‌کنیم که تو چرا به من عشق نمی‌دهی، به من نمی‌رسی، توجه نمی‌کنی؟ این رابطه غلط است و از آنجا ضربه می‌خوری. هر چه که در مرکزمان می‌گذاریم، از آن ضربه می‌خوریم. می‌گوید این همه ضربه خوردی، دوباره به گرد آن در و درگاه می‌گردی، یعنی پناه می‌بری به همانیدگی‌ها، آخر این چه عقلی است، تو چرا تشخیص نمی‌دهی؟ دوباره مقاومت و قضاوت می‌کنی، دوباره مساله می‌سازی؟ خود مساله‌سازی زخم است. هر مساله‌ای گرفتاری روحی برای ما پیش می‌آورد، درگیری ذهنی بوجود می‌آورد، نگران می‌کند ما را. چرا به این خانه نمی‌آیی؟ بیت بعدی همین را می‌گوید.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۶۶۰

## در آن خانه که صد حلوا چشیدی نگشتی مطمئن، اماره گشتی

این خانه‌ای است که زخم خوردیم. این نقطه‌چین‌ها، از این نقطه‌چین‌های همانیدگی زخم خوردیم. این خانه، در این خانه عدم و فضای گشوده شده شادی بی‌سبب دیدیم، امنیت خوب دیدیم، عقل دیدیم، هدایت دیدیم، قدرت دیدیم، لذت معنوی دیدیم، آفرینندگی دیدیم، رضا دیدیم، شکر دیدیم، همه چیز دیدیم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۶۶۰

## در آن خانه که صد حلوا چشیدی نگشتی مطمئن، اماره گشتی

مطمئن نشدی که این خانه خانه توست خانه‌ی خوبی است. یعنی زندگی مرتب ما را بین این حالت مرکز عدم و مرکز همانیدگی به اصطلاح نوسان می‌دهد. ما باید فرق این دو تا را بدانیم واقعاً، دیگر اگر کسی حلوی این خانه را بخورد و دوباره اماره بشود، اماره یعنی دوباره رفتن و از فکری به فکر دیگر پریدن و نفس تو به تو فرمان بدهد. شما چرا فرمان من را اجرا نمی‌کنی در این حالت و می‌روی فرمان من ذهنی ات را اجرا می‌کنی؟

ابن ابیات نشان می‌دهد که آن بافت ذهنی که اسمش را گذاشت: این چه گمان است؟ چقدر خطرناک است، بله.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۶۶۰

## خمش کن، گفت هوشیاریت آرد نه مست غمزه خماره گشتی؟

می‌گویند خاموش کن یعنی ذهنت را خاموش کن، بله؟ حرف زدن این همانیدگی‌ها یا برحسب همانیدگی‌ها، دیدن برحسب همانیدگی‌ها را بس کن، خاموش باش که وقتی یکی از همانیدگی‌ها از ذهنت می‌گذرد و یک حرف آنها را می‌زنی هوشیار می‌شوی به من ذهنی، هوشیار می‌شوی به هوشیاری جسمی، درحالی‌که اگر خوب دقت کنی، تو الان مست غمزه یعنی اشارات ابروی می‌فروش زندگی هستی، یعنی من مرتب به تو پیغام می‌فرستم، پیغام‌های عشق می‌فرستم، و تو مستش هستی متوجه نیستی.

و این نشان می‌دهد که واقعاً انسان هر انسانی پس از چند سال که من ذهنی ایجاد می‌کند آماده زنده شدن به بینهایت خداست، ولی این فرصت را غنیمت نمی‌شمارد، و غمزه‌های این می‌فروش زیبا را نمی‌بیند. ما الان نمی‌دانیم مست چی هستیم؟ فکر می‌کنیم مست چیزهای بیرونی هستیم، مست تأیید مردم هستیم یا توجه مردم هستیم، ولی اگر یک لحظه ذهن‌مان را خاموش کنیم و با هوشیاری جسمی نبینیم، متوجه می‌شویم که ما عاشق خدا هستیم از جنس او هستیم، باید به او زنده بشویم، مست غمزه او هستیم،

خوب، چند بیت از مثنوی دفتر دوم برایتان می‌خوانم که از بیت ۳۵۵۰ شروع می‌شود. و این ابیات مربوط به این است که اندیشه همین فکرهایی که ما می‌کنیم، چه اندیشه هم هویت شده و چه نشده یک هوشیاری سطح پایینی است، و انسان نباید کاملاً وابسته به اندیشه‌هایش باشد، گرچه باید بتواند خوب بیندیشد، معنی این حرف این نیست که نباید کتاب بخواند یا علم نداند، یا دانش بد است! بلکه این ابیات مربوط به سرنوشت انسان است، وظیفه انسان است، یا دارد تعریف

می‌کند آن حالت نهایی انسان چگونه است، آیا آن طوری که ما زندگی کرده‌ایم تا حالا که آمده‌ایم یک من ذهنی ساختیم، و این من ذهنی براساس همانیدگی‌ها با چیزهای مادی درست شده، همراه با دردها، بعد این همانیدگی‌ها را زیاد کرده‌ایم در مرکزمان قرار دادیم، دردهایش را هم قرار دادیم و درد پخش کرده‌ایم، همانیدگی‌ها را به مردم نشان داده‌ایم، بعضی موقع‌ها هم به آنها افتخار کرده‌ایم، واقعاً این حالت نهایی انسان است؟

مولانا می‌گوید نه، نه، این نیست. و اگر انسانی باشد که دانش زیادی هم اندوخته باشد، برحسب این دانش‌ها فکر کند، باز هم این حالت نهایی انسان نیست. انسان باید به بینهایت خدا زنده بشود. و در این ایبات ارزیابی می‌کند اندیشه ذهنی را با حالت هوشیاری حضور و نظری که انسان می‌تواند به آن زنده بشود. و البته انسان نهایی آفریننده هست. منتها آفریننده‌ای هست که می‌آفریند فقط به آفریدن علاقه دارد و با آفریده‌اش همانیده نمی‌شود، بله: «بگذر ز آفریده بنگر در آفریدن». البته این وضعیت فعلی انسان که امروز مولانا در بیت اول به آن پرداخته که این که انسان با باورها همانیده بشود و باور باشد و باید آنها درد ایجاد کنند دردپرست هم باشد، و این را تشبیه کرد به این که یک جوی صافی است که بعضی موقع‌ها از زیرش سرگین رد می‌شود، یا سرگین ته‌نشین شده، این حالت واقعاً یک حالت غیر قابل قبولی است برای انسان، یعنی آن چیزی را که ما زندگی عادی می‌دانیم، بزرگان ما مثل مولانا اصلاً عادی نمی‌دانند. زندگی در هیروت و توهمات و خرافات و سپردن سرنوشت خود و فکر خود به دست مکان‌ها و زمان‌ها، بدست ذهن، چیزهای ذهنی، خرافات اینها برای انسان قابل قبول نیست، قابل قبول خدا نیست. و موافق با نظر بزرگانی مثل مولانا نیست، حتی موافق با کتاب‌های دینی که فعلاً همین قرآن در دسترس ماست، نیست، بلکه مغایر و مخالف است.

هر کسی باورپرست است، خداپرست نیست هر کسی دردپرست است، خداپرست نیست، دردپرستی بسیار رایج است شما تقریباً حال هر کسی را می‌پرسید، می‌گوید: من می‌نالَم الان، شکایت دارم، و شروع می‌کند به نالیدن و شکایت کردن از مسائلش، مسائلش همه ساخته و پرداخته خرافاتش است، خودش نمی‌داند دچار خرافه است. این شکل زندگی قابل قبول نیست پس چند بیت می‌خوانم می‌گوید:

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۵۵۰

**چشم تو بیدار و دل خفته به خواب**

**چشم من خفته، دل در فتح باب**

یعنی این ذهن تو و پنج حس تو براساس همانیدگی‌ها بیدار است، اما دل واقعی تو خفته، دل عدم تو خفته، نداری، اما چشم من که چشم ذهن همانیده است و باورها است و پنج حس است، اینها خفته است. مولانا می‌گوید، دل من، دل اصلی من، دارد درهای معرفت را باز می‌کند، یعنی از آنور مرتب برکت می‌آورد، پیغام می‌آورد. بله؟

مولوی، مثنوی، دفتر دَوَم، بیت ۳۵۱

## مَر دَلَم را پنج حسّ دیگرست حسّ دل را هر دو عالم مَنظَر است

می‌گوید تو فقط هوشیاری جسمی داری فقط این جهان را می‌بینی، آن جهان را نمی‌بینی، ولی دل من پنج تا حس دیگر دارد، علاوه بر این حسی که تو داری من هم دارم، و وقتی من به بینهایت او زنده هستم، نه تنها این جهان را می‌بینیم، آن جهان را هم می‌بینیم، یعنی به یک فضای بینهایت وسیع هم زنده هستم، یا به یک عمق بینهایتی زنده هستم، به یک ثباتی زنده هستم که منظر من یعنی هر دو جا را نگاه می‌کنم، هم این جهان را می‌بینیم، هم آن جهان بینهایت را، حس دل یعنی این پنج تا حسی که در دلم دارم هم این جهان را می‌بیند هم آن جهان را.

بله، کسی که هنوز این چیزها را تجربه نکرده مرکز همانیده دارد این حرفها را می‌شنود، نباید فکر کند که مولانا نمی‌فهمد، باید فکر کند که در اثر همانیدگی با باورها و چیزهای این جهانی که بصورت فکر به او ارائه شده دیدش محدود شده، فقط هوشیاری جسمی دارد، فقط چیزهایی که ذهنش نشان می‌دهد می‌بیند. ذهن جسم است جسم را می‌بیند، این بافت ذهن یک چیزی است ساخته و پرداخته این جهان است، هوشیاری بصورت امتداد خدا می‌آید، یک چیزی اینجا درست می‌کند اسمش من ذهنی است، من ذهنی دید دارد.

و علی‌الاصول من ذهنی یک عامل یا ابزار بقا است، که انسان یک نانی پیدا کند فرقی را با یکی دیگر بداند آن نان را دهان خودش بگذارد نمی‌داند پولش را بگذارد جیب خودش یک حساب شخصی داشته باشد که مبادا فردا از گرسنگی بمیرد. این من ذهنی به آن درد می‌خورد، من ذهنی برای دیدن خدا ارتباط با خدا یا شناخت اصل خود، یا امروز گفتیم برای رابطه برقرار کردن با انسانهای دیگر که از جنس عدم و زندگی هستند، به درد نمی‌خورد.

شما خوب تجربه کردید فرق نمی‌کند که هر چند سال داشته باشید ده سال هم داشته باشید این را تجربه کردید، می‌بینید که با من ذهنی نمی‌توانید با یکی رابطه درستی برقرار کنید. رابطه سطحی است، روابط ما با هم دیگر سر هیج و پوچ بهم می‌خورد، هی می‌گوییم دوست دارم، خیلی دوست دارم، سر یک چیزی توقع داریم می‌گوییم آقا من از تو متنفرم، تمام شد، بابا چجوری تمام شد این؟ به این سرعت چرا تمام شد؟ سریع یک چیز کوچک تمام شد، پس این خیلی سطحی بوده، انسان‌ها وقتی به زندگی زنده می‌شوند، آن موقع از طریق عشق با هم دیگر رابطه برقرار می‌کنند آن تمام نمی‌شود، چجوری تمام می‌شود این؟ آدم عاشق می‌شود واقعاً، بلحاظ زندگی عاشق می‌شود، زندگی در درون آن به زندگی او عاشق می‌شود، با آن زندگی ارتباط برقرار می‌کند.

خوب معلوم است ارتباط من ذهنی با من ذهنی حالا وقتی جوان هست یک احساساتی هست که شور جوانی است بزرگ که بشود اصلاً هیچی، سی سالگی، چهل سالگی، پنجاه سالگی ارتباط من ذهنی با من های ذهنی خیلی نچسب است، سر دیده‌های مختلف سریع بهم می‌خورد، آنطوری فکر می‌کنی؟ پس شما دیگر معلوم است که با من نمی‌خوری، برای اینکه من یک همانیدگی‌های دیگر دارم. پس بنابراین دید هوشیاری، زنده شدن به خدا هر دو عالم را نگاه می‌کند، اینطوری نیست که این عالم را نمی‌بیند اتفاقاً این عالم را می‌تواند اصلاح کند، و خرد آنوری است، برکت آنوری است، که به این عالم سامان می‌دهد.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۵۵۲

## تو ز ضعف خود مکن در من نگاه بر تو شب، بر من همان شب، چاشتگاه

می‌گوید: تو از ضعف من ذهنی خودت به من نگاه نکن، با دیدگاه خودت. بله چون تو من ذهنی هستی، همانیده هستی، و درد داری، شب است برای تو، تو توی خواب ذهن هستی، ولی همان شبی که تو توی شب هستی برای من شب نیست دیگر، آن چیزی که، الان روز است، روز را تو شب می‌بینی، برای اینکه با من ذهنی می‌بینی، ولی همان چیزی که برای تو شب است برای من روز است.

توجه می‌کنید چی می‌گوید؟ چاشتگاه یعنی صبح است. روز است، پس الان ما می‌توانیم با چشم عدم ببینیم، نمی‌بینیم؟ برای اینکه نمی‌خواهیم از خواب من ذهنی بیدار بشویم، دیدن و برحسب هر کدام از این همانیدگی‌ها فکر کردن یک جور خواب است، خواب جسم است، خواب همان چیزی است که برحسب آن می‌بینیم، حالا برحسب آن نبینیم، برحسب چی می‌بینیم؟ عدم، هوشیاری، نظر، پس دیگر تاریک نمی‌شود برای شما، پس این شخص هم این جهان را می‌بیند هم آن جهان، خوب این جهان را می‌بیند متوجه می‌شود انسان‌ها از جنس زندگی هستند، می‌توانند به زندگی زنده بشوند نمی‌شوند، حرص چیزها را دارند، برای اینکه آنها را مرکزشان قرار دادند، برحسب آنها فکر می‌کنند، خوب همین است دیگر خیلی ساده است شما برحسب چیزها فکر نکنید شب‌تان می‌شود روز.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۱

## صبح نزدیک است خاموش کم خروش من همی کوشم پی تو، تو مکوش

اگر انسان بوسیله من ذهنی‌اش و فکر کردن برحسب دردهایش پارازیت و اخلال در کار خدا ایجاد نکند صبح است برای همه، چون ما می‌کوشیم با من ذهنی به حضور برسیم به خدا برسیم دور می‌شویم،

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۵۵۳

## بر تو زندان، بر من آن زندان چو باغ عین مشغولی مرا گشته فراغ

این جهان برای تو زندان است برای اینکه تو، توی زندان ذهن هستی، بر حسب همانیدگی ها می بینی، بر حسب دردها می بینی، اما من چون به آن جهان زنده هستم، من چون فکر می کنم فرم هستم بعلاوه انکار فرم، انکار فرم من بینهایت است، به کوثر او، فراوانی او زنده شدم، به گرمی داشت او زنده شدم به بینهایت او زنده شدم، دیگر این جهان برای من زندان نیست، گرفتاری ما توی ذهن خودمان است، با همانیدگی هایمان با دردهای خودمان، این که تو مشغولی از این فکر می پری با آن فکر از این کار به آن کار دائماً می دوی.

در غزل هم داریم می گوید: بطلال تو، کسی که بی کار توست بهتر از مشغولی است، چرا این مشغولی به درد نمی خورد؟ برای اینکه هر چه با من ذهنی می کاریم تخم فاسد است، بادام پوک است هر مشغول هستیم مشغول فکر هستیم، مشغول کار هستیم مشغول حرف زدن هستیم، ولی چه فایده دارد؟ هیچ، چی جمع کردی؟ هفته های گذشته مولانا به ما گفت موش دارد در انبار شما اگر موش ندارد پس نتیجه اعمال چهل ساله شما کو؟

نتیجه اعمال چهل ساله من یک مقدار خشم است، یک مقدار ترس است، یک مقدار نگرانی از آینده است، یک مقدار احساس گناه است، یک مقدار رنجش است، کینه هست انتقامجویی است اینها نتیجه اعمال چهل ساله من است، یک تعداد زیادی دشمن درست کردم، مانع درست کردم، تا دلت بخواهد هم مسأله درست کردم، این نتیجه اعمال چهل ساله بنده است، عین مشغولی،

من چون با خرد زندگی کار می کنم من کمانم تیراندازش خداست، من فراغ دارم، شما باید ببینید در زندان هستید؟ زندان ذهنتان؟ یا در فضای باز شده درون در فراغ هستید در آرامش هستید. این نشان می دهد که آرامش من ذهنی تقلبی است، آرامش مرکز باز شده در عدم حقیقی است. فراغ دارد این آدم، بله این هم آیه قرآن است:

قرآن کریم، سوره نور (۲۴)، آیه ۳۷  
«رَجَالٌ لَا تُلْهِهِمْ تِجَارَةٌ وَلَا بَيْعٌ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ...»

«پاک مردانی که هیچ دادوستدی آنان را از یاد خدا مشغول نمی دارد...»

بیت بالا نشان می داد که انسانها از یک فکری به یک فکر دیگر که اینها فکرای همانیده هستند، می پرند و مشغول به اعمال مربوط به آنها هستند، و از یاد خدا غافل شده اند،



مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۵۵۴

## پای تو در گل، مرا گل گشته گل مَر تورا ماتم، مرا سُر و دُهل

پای تو در گل مشخص است دیگر، یعنی پای هوشیاری تو در گل همانیدگی‌ها فرو رفته است، ولی من چون همانیده با آنها نیستم، مثل پول مثل آدم‌های دیگر، آنها به من مثل گل زیبا به نظر می‌آیند. چون تو با اینها همانیده شدی لذت معنوی هم نداری، کسی که همانیده شده با پولش و ترس پول را دارد از پولش لذت هم نمی‌برد نمی‌تواند خرج کند و همینطور با تمام همانیدگی‌هایش. شما نگاه کنید ما از بچه‌هایمان آنطور که باید لذت معنوی ببریم، نمی‌بریم. چرا؟ برای اینکه با آنها با عشق برخورد نمی‌کنیم.

برای همین می‌گویم الان که شما با بچه‌هایتان با عشق کار می‌کنید، یک بیت را مطرح می‌کنید، این بیت مربوط به عشق است. هیچ بیت مولانا نیست که مربوط به این نباشد که انسان را از من ذهنی دربیانورد به خدا زنده کند، یکیش را پیدا کند. هر بیتی را، مخصوصاً بیت‌هایی که شما می‌پسندید، می‌بینید که اینها چند جنبه‌ای از زندگی شما را در بر می‌گیرد، و اینها را به بچه‌هایتان یاد می‌دهید، البته که دارید به عشق ارتعاش می‌کنید. شما خواهید دید و دیده‌اید البته که به تدریج که شما این کار را می‌کنید، آن زندگی مرکزتان شروع می‌کند به ارتعاش، دیگر ذهن می‌رود اصلاً، و یکدفعه می‌بینید که بچه‌تان هم دارد به آن دارد ارتعاش می‌کند.

بعضی‌ها فکر می‌کنند بچه باید بفهمد، مثل آدم پنجاه ساله، نه، ارتعاش به زندگی، ارتعاش به خدا ربطی اصلاً به چیزهای ذهنی ندارد. این چیزهایی که ما یاد می‌گیریم، خوب در این جهان به دردمان می‌خورد، علم به دردمان می‌خورد، ولی علم به درد رابطه عشقی نمی‌خورد که. شما با فرمول ریاضی یا شیمی یا فیزیک که نمی‌توانید با همسران یا بچه‌تان ارتباط عشقی برقرار کنید؛ طبق این فرمول مثلاً باید این کار را بکنید، آنها همه ذهن است.

پس بنابراین آن چیزهایی که برای تو گل است، هم هویت شدگی است، برای من گل است برای اینکه من با آنها ارتباط عشقی دارم، همانیده نیستم. من به صورت حضور ناظر به آنها نگاه می‌کنم. آنها بیرون هستند. آنها گهواره من هستند امروز گفت. گفت، یک جای دیگر گفت، آب در زیر کشتی پشته است، توی کشتی سبب غرق کشتی است.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۸۵

## آب، در کشتی، هلاک کشتی است آب، اندر زیر کشتی، پُشتی است



اگر با این چیزها همانیده نشوید، حمایت می‌کند شما را. اگر همانیده بشوید، یعنی آب را می‌گذارید توی کشتی غرق می‌شود. مَر تو را ماتم، مرا سُوَر و دُهل؛ آن چیزهایی که شما گذاشتید مرکزتان، با آنها همانیده شدید، اینها مرتب از بین می‌روند، شما ماتم گرفتید. شما نگاه کنید که تمام ماتم‌های ما، عزاداری ما برای چیزهایی است که با آنها همانیده شدیم. از جمله کسانی که می‌میرند. شاید صد سال، دویست سال بعد از اینکه آدمها بمیرند، ما هم یاد گرفتیم عشق را، وقتی که می‌میرند جشن بگیریم، به جای ماتم. اگر همانیده نبودیم جشن می‌گرفتیم برای اینکه راحت شدند. ماتم گرفتن ما از بی‌سوادی ما است، از بی‌دانشی ما است که این همانیدگی را اصل می‌دانیم.

مَر تو را ماتم؛ مولانا می‌گوید، مرا سُوَر و دُهل، یعنی برای من جشن است، شادی است. پس با چیزهای این جهان همانیده بشوی، می‌روی به ماتم آنها، اگر همانیده نشوی، به وسیله آنها می‌توانی خوش باشی و شاد باشی و حمایت کنند تو را، گهواره ما است. می‌توانی از اینها، از زیبایی‌شان لذت ببری، شادیت را به آنها بدهی، برکت زندگیت را به آنها جاری کنی.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۵۵۵

### در زمینم با تو ساکن در محل می‌دوم بر چرخ هفتم چون زحل

بله، می‌گوید تو اینجا من ذهنی داری، من را به صورت منِ ذهنی می‌بینی، در اینجا با تو هستم در فرم. من هم توی فرم هستم، من هم توی بدنم زندگی می‌کنم، راست است، من هم غذا می‌خورم، اما به لحاظ هوشیاری به بی‌نهایت خدا زنده‌ام. می‌دوم بر چرخ هفتم چون زحل؛ زحل نام ستاره است، یعنی سنگین هستم، یعنی عمیق هستم، یعنی ثبات دارم و توی همانیدگی‌ها سیر نمی‌کنم مثل تو. همینطور که بالا هم گفت، گفت من درهای معرفت را باز می‌کنم و مرتب از زندگی پیغام می‌گیرم، می‌آورم به اینجا. و در پایین مولانا می‌گوید که: من مثل پرنده اوج هستم، مثل عقاب هستم، اندیشه، مگس؛ الان می‌رسیم.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۵۵۶

### هم‌نشینت من نیم سایه من است برتر از اندیشه‌ها پایه من است

می‌گوید، تو منِ ذهنی داری، منِ ذهنی تو از من یک منِ ذهنی ساخته است، منعکس کرده است. تو با منِ ذهنیت، با منِ ذهنی که از من منعکس کردی رابطه برقرار می‌کنی، یعنی با سایه من. با سایه من همنشین شدی. اگر از جنس زندگی بودی با زندگی من همنشین می‌شدی. پس اشکال تو است. اما تو بدان برتر از این منِ ذهنی، برتر از اندیشه‌ها، پایه من است. پس پایه انسان برتر از این بافتی است که اسمش را در بیت اول غزل گذاشت، گمان. آنجا هم گفت خدایا این گمان

خیلی فرو دست است برای انسان. من که می‌توانم به تو زنده بشوم، چرا اینقدر خودم را زبون کردم، حقیر کردم، و به این صورت انداختم؟ بله، مشخص است دیگر،

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۵۵۷

## زآنکه من زانْدیشه‌ها بگذشته‌ام خارجِ اَنْدیشه، پویان گشته‌ام

برای اینکه من از منِ ذهنی آدمم بیرون، من همانیدگی‌ها را انداختم. از هر اندیشه‌ای، از هر باوری که در مرکز من بود، بر حسب آنها فکر می‌کردم، گذشته‌ام. خارج از ذهن، خارج اندیشه، دارم گردش می‌کنم. بله،

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۵۵۸

## حاکمِ اَنْدیشه‌ام مَحکوم نی زان که بِنّا حاکمِ آمد بر بِنّا

بِنی یعنی بِنّا. برای قافیه بِنی می‌خوانیم. پس ما به عنوان عدم به وجود آورنده اندیشه هستیم. نمی‌شود انسان بیندیشد، چیزی را که خودش به وجود می‌آورد اسیرش بشود، همینطور که بِنّا یا معمار اسیر مثلا آجر و سیمان بشود. بِنّا و معمار می‌داند که این آجرها را می‌گذارد روی هم ساختمان درست می‌کند و نقشه ساختمان را خودش می‌کشد، و آجرهایش را او می‌گذارد، آجر نمی‌تواند زور بگوید، وقتی بِنّا می‌گوید من این آجر را می‌گذارم اینجا، آجر هم می‌رود، نمی‌تواند بگوید که من نمی‌خواهم بروم.

ولی در مورد ما، چون با اندیشه هم هويت می‌شویم، اندیشه برمی‌گردد زور می‌گوید به ما، می‌گوید دنبال من بیا، چرا؟ با آن همانیده‌ایم. آقا کجا بیایم؟ خانم کجا بیایم؟ به تو مربوط نیست به تو می‌گویم بیا، آماره شده است. امروز هم گفت، آماره شده است. این آمارگی نفس انسان عیب بزرگی است، اصلا زبونی و حقیری انسان که باید حاکم اندیشه‌اش باشد، اندیشه‌اش یکی پس از دیگری می‌آید، اتوماتیک شده است، حالت اجبار دارد، وسواس دارد، مثل اینکه ما مجبوریم اندیشه پس از اندیشه بیاید از ذهن ما بگذرد ما هم دنبالشان بریم.

حاکمِ اندیشه‌ام، محکوم نی؛ من محکوم اندیشه نیستم. من به وجود آورنده اندیشه هستم. این عدم جایگاه برخاست اندیشه است. اندیشه برمی‌خیزد، شما بر نمی‌خیزید. بله، اینها را با این شکل‌ها ببینید: **(شش محور اساسی با افسانه من ذهنی)** این شخص محکوم اندیشه است. برای اینکه با باورها همانیده است. ولی این شخص: **(شش محور اساسی با حقیقت وجودی انسان)** نه، می‌گوید فضای درون را باز کرده است، بنابراین می‌داند اندیشه‌ها از او برمی‌خیزند، این با اندیشه بر نمی‌خیزد. اگر درد می‌آید می‌بیند این دردی است که قبلا ایجاد شده است، این باید بیفتد. نمی‌شود درد در مرکز من



باشد. پس حاکم دردش است، حاکم اندیشه‌اش است، محکوم آن نیست، به صورت عدم، برای اینکه می‌گوییم من بنا هستم، معمار هستم و حاکم بنا هستم. بله، این بیت مهم است، می‌گوید:

(شش محور اساسی با افسانه من ذهنی)

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۵۵۹

## جمله خَلْقَانِ، سُخْرَهْ اَنْدِيشَهْ اَنْدِ زَانِ سَبَبِ خَسْتَهْ دِلِ وَ غَمِ، پِيشَهْ اَنْدِ

تقریباً همه انسانها زیر سلطه اندیشه‌هایی هستند که خودشان به وجود می‌آورند. چرا؟ برای اینکه با این اندیشه‌ها یا با موضوع اینها همانیده هستند. بر حسب آنها فکر می‌کنند و از جنس آنها هستند، فکر می‌کنند که اندیشه هستند، فکر می‌کنند آن چیزی که با اندیشیدن می‌سازند به نام من ذهنی، من ذهنی هستند، پس بنابراین در سلطه، حتی در مسخره، اندیشه‌اند. سُخْرَهْ به معنی مسخره هم است. می‌گوید آقا انسانها را اندیشه‌هایی که خودشان می‌سازند مسخره کرده است. آخر چطور ممکن است انسان مقاومت کند، قضاوت کند این را نبیند؟، یک چیزی بیندیشد شب خوابش نبرد، در حالی که خودش درست می‌کند اندیشه را.

جمله خَلْقَانِ، سُخْرَهْ اَنْدِيشَهْ اَنْدِ، زَانِ سَبَبِ، به آن علت، خسته، یعنی زخمی، دلشان زخمی است، هزارتا آسیب به دلشان رسیده است. همه رنجش‌های ما برای این بوده است که از این همانیدگی‌ها ما توقع زندگی داشتیم. شما هر کسی می‌خواهید باشید، اگر الان غصه دارید به خاطر یک همانیدگی است، به خاطر یک فکر است، به خاطر فکر آن همانیدگی است، آن فکر را بیندازید دور دیگر از زیر سلطه آن در می‌آیید. کافی است بگویید من این شکل پایینی هستم، (شش محور اساسی با حقیقت وجودی انسان) بگذار برود این.

هر فکری که الان من را ناراحت کرده است یک موضوعی دارد، من موضوعش را رها می‌کنم، از مرکز در می‌آورم دیگر با آن همانیده نیستم. به زحمت می‌افتم؟ باید کار کنم؟ بله. آدمها چسبیده‌اند به چیزها، برای اینکه فکر می‌کنند چیز دیگری، دیگه به دست نمی‌آورند. آدمها به آدمها چسبیده‌اند، آدمها به پول چسبیده‌اند، آدمها به فکرشان چسبیده‌اند، به باورشان چسبیده‌اند. در نتیجه در سلطه آن اندیشه‌های آنها هستند و مرکزشان پر از آسیب شده است، رنجش شده است، زخم شده است و دائماً غصه می‌خورند، بیشتر اوقات غصه می‌خورند.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۵۶۰

## قاصداً خود را به اَنْدِيشَهْ دَهْمِ چون بخواهم از میانشان بَرَجَهْمِ

پس می‌گویند، من عمداً، دانسته، خودم را به اندیشه می‌دهم. یعنی اندیشه‌ها را فعال می‌کنم، در حالی که تماشايشان می‌کنم اندیشه‌هايش را فعال می‌کنم، ولی با آنها همانیده نمی‌شوم. خود را به اندیشه دهم، وقتی خودم را می‌خواهم بیان کنم از این کلمات و جملات استفاده می‌کنم. ولی اینطوری نیست، گیر آنها بیفتیم، اینطوری نیست یک چیزی بگویم یکدفعه هیجان زده بشوم، با آنها همانیده نمی‌شوم. اگر بخواهم از میانشان می‌جهم.

درد ما این است که بیشتر انسانها می‌خواهند هم نمی‌توانند بجهند، برای اینکه پایشان به گل فرو رفته است، برای اینکه خودشان را کامل می‌دانند، بی‌ایراد می‌دانند، برای اینکه نمی‌دانند همانیدگی یک نقص است، برای اینکه اینقدر با عینک‌های همانیدگی می‌بینند که اصلاً نمی‌توانند با دید عدم یک لحظه ببینند که همه این چیزهایی که اینها می‌بینند چون با آنها همانیده هستند خرافات است. اصلاً درد خرافه است، هر کسی که به هر صورتی فکر می‌کند به درد می‌افتد، در خرافات است. این آدم قاصداً؛ قاصداً یعنی دانسته، عمداً؛ قاصداً؛ قاصداً از اندیشه‌ها استفاده می‌کنم ولی اینها نمی‌توانند من را گیر بیندازند، چرا؟ با هیچ اندیشه‌ای، هیچ باوری، هیچ موضوعی در بیرون که اندیشه به من نشان می‌دهد همانیده نمی‌شوم. بله،

این شخص (شش محور اساسی با افسانه من ذهنی) قاصداً خودش را به اندیشه نمی‌دهد. ندانسته گیر اندیشه‌ها افتاده است. اصلاً نمی‌داند هم افتاده است. بیانات خودش را خیلی مهم می‌داند در حالی که بیاناتش هر چه می‌گوید، امروز هم گفت، بیهوده‌گویی است، برای اینکه بر اساس دردهایش و همانیدگی‌هایش گفته می‌شود. یعنی همانیدگی‌هایش از طریق او حرف می‌زنند. ولی این (شش محور اساسی با حقیقت وجودی انسان) نه، اگر مولانا فضای درون را بی‌نهایت باز کرده است، اینها را به ما می‌گوید، ما هم می‌خواهیم یاد بگیریم در واقع ما هم در خودمان انجام بدهیم. تا فضای درون باز نشود، این همانیدگی‌ها (شش محور اساسی با افسانه من ذهنی) نیفتند، آدم نمی‌تواند همچنین حرفی بزند.

کسی که از توی اندیشه نمی‌تواند ببرد بیرون، وقتی می‌افتد توی آن، اینها چسب دارند می‌گیرند آدم را نگه می‌دارند، تا کمر تا گل فرو رفته است، خوب نمی‌تواند همچنین حرفی بزند. پس این امکان دارد برای انسان که قاصداً از اندیشه استفاده کند برای بیان خودش و این هوشیاری بی‌نهایت عمیق را هم با خودش داشته باشد، و هر موقع بخواهد اندیشه را خاموش کند، خدا حافظ شما، رفت. نه مثل ما که دیگر، توی خواب هم اندیشه، توی روز روشن، از این فکر به آن فکر، هیچ موقع خاموش نمی‌شود این ذهن ما. و این آنصتو، خاموش باشید، کجا رفت؟ یادمان رفت. بله،

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۵۶۱

## من چو مرغِ اوجم، اندیشه مگس کی بود بر من مگس را دسترس؟

من مثل عقاب هستم، در آن بالاها پرواز می‌کنم، اندیشه مثل مگس است و پروازش محدود است. مگس می‌داند، نزدیک زمین است، نزدیک شیرینی‌ها است، بله، کسی که همانیده شده است با، بله،

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۵۶۱

## من چو مرغِ اوجم، اندیشه مگس کی بود بر من مگس را دسترس؟

اینجاها دیگر تصویر نیست. من مانند مرغِ اوجم و اندیشه، مخصوصاً اندیشه همانیده شده. دو جور اندیشه داریم: یکی، همینطور که مولانا می‌گوید، انسان به بی‌نهایت خدا زنده است، از فکر استفاده می‌کند برای بیان پیغام زندگی. یکی هم همانیده است، اصلاً آن بی‌نهایت را نمی‌شناسد و در نتیجه مثل مگسی است که حوالی همین شیرینی‌ها. شیرینی‌ها هم چیزهایی هستند که با آنها همانیده هستیم. پرواز می‌کند از یک، از روی این پرواز می‌کند تا روی آن شیرینی بنشیند، پرواز می‌کند روی آن می‌نشیند و اینها تندتند صورت می‌گیرد، و وقتی تندتند صورت می‌گیرد من ذهنی به وجود می‌آید، و ما فکر می‌کنیم من ذهنی هستیم. می‌گوییم مگس به من دسترسی ندارد. پس مگس به انسان، به حقیقت انسان نباید دسترسی داشته باشد. در حالتی که مگس نه تنها به ما دسترسی دارد ما زیر یوغ سلطه مگس هستیم، یعنی اندیشه‌های شیرینی‌ها.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۵۶۲

## قاصداً، زیر آیم از اوج بلند تا شکسته پایگان بر من تند

می‌گوید، عمداً من از آن بالا می‌آیم پایین؛ مولانا می‌گوید؛ تا کسانی که شکسته پا هستند، آنهایی که من ذهنی دارند و نمی‌توانند به عدم زنده بشوند، با من تبادل دانش بکنند، تبادل زندگی بکنند، تبادل ارتعاش بکنند. می‌گوید من عمداً خودم را پایین می‌آورم با شما صحبت می‌کنم، نزدیک شما می‌آیم، بلکه شما از ارتعاش من برخوردار بشوید، از خرد من برخوردار بشوید. شکسته پا کسی است که نمی‌تواند روی پای حضور و پای زندگی راه برود، پای من ذهنی دارد.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۵۶۳

## چون مَلالَمَ گیرد از سَفلی صِفات بَر پَرَمَ هَمچون طُیورِ الصَّافَات

همینکه دلم می‌گیرد از این گفتار مردم که بر اساس همانندگی‌ها است و رفتار مردم، یعنی صفات پست؛ پس می‌بینید من ذهنی هم‌اش صفات پست دارد، یا درد ایجاد می‌کند، یا تعریف می‌کند از خودش چه کارهایی کرده است یا چه چیزهایی دارد، چقدر دانشمند است، دنبال توجه و تأیید است، اینها سَفلی صفات است. این جور چیزها پیش بزرگانی مثل مولانا ارزش ندارد. آره، می‌گوید، و بَر پَرَمَ مانند پرندگانی که صف کشیده می‌روند. و این هم مربوط به آیه قرآن است و این پرندگان صف به صف همین گروه انسانهای معنوی هستند که الان در واقع باهم داریم کار می‌کنیم و در این گروه مثل پرندگانی که به صف هستند می‌پریم. این آیه‌اش است:

قرآن کریم، سوره مُلک (۶۷)، آیه ۱۹

«أَوَلَمْ يَرَوْا إِلَى الطَّيْرِ فَوْقَهُمْ صَافَاتٍ وَيَقْبِضْنَ ۚ مَا يُمَسِّكُهُنَّ إِلَّا الرَّحْمَنُ ۚ إِنَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ بَصِيرٌ»

«آیا به پرندگان نمی‌نگرند که بالای سرشان پر گشوده و گاهی بی‌حرکت و گاه با حرکت بال پرواز می‌کنند؟ آن‌ها را جز [خدای] رحمان نگاه نمی‌دارد. که او به هر چیز بینایت.»

توجه می‌کنید این آیه را مولانا چه جوری نگاه می‌کند، این به پرنده تفسیر نمی‌کند، دارد می‌گوید، انسانهایی که ثبات دارند، در اوج هستند، گاهی اوقات بی‌حرکت می‌مانند، همان ثبات را حفظ می‌کنند، گاهی اوقات، مولانا می‌گوید، من می‌آیم پایین با شما تبادل ارتعاش می‌کنم، تبادل نظر می‌کنم و اگر دلم بگیرد می‌پریم می‌روم.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۵۶۴

## پَرِّمَن رُستِست هم از ذاتِ خویش بَر نَچُفَسانَمَ دو پَرِ مَن با سَریش

می‌گوید، پس پَرِ مَن پَرِ ذهنی نیست. پَرهای ذهنی ما با چسب به ما چسبیده است. انسانها به صورت عدم پَر دارند، می‌توانند پرواز کنند، ولی چون فکر می‌کنند پَر ندارند و عدم را نمی‌شناسند، پَرهای مَنِ ذهنی را با چسب به خودشان چسبانده‌اند. پس پَرِ مَن از ذاتِ مَن رُسته. پس معلوم می‌شود ما با ذاتِ خودمان می‌توانیم بپریم. یعنی همین هوشیاری، که وقتی برمی‌گردد از جهان، بتواند تسلیم بشود، و زندگی بکشد خودش را بیاورد به بی‌نهایت خودش زنده بکند، این شخص دیگر مَنِ ذهنی ندارد، و این هوشیاری بی‌نهایت خدا یا ما، پَر دارد خودش.

ولی وقتی همانیده‌ایم پَرهای مَنِ ذهنی داریم. پَرهای ما در آنجا پَرهای دانسته، همین باورهای ما است. دانش ذهنی ما است که برحسب آنها ما مقاومت می‌کنیم و قضاوت می‌کنیم. توجه می‌کنید که پَرهای ذهنی سبب مقاومت و قضاوت و

دانش ذهنی ما است. ما در ذهن می‌توانیم بگوییم پر داریم. اتفاقاً با این پرهایی که داریم با سریش به خودمان چسبانندیم، می‌خواهیم پرواز کنیم به سوی خدا، که مولانا می‌گوید این کار نمی‌کند.

\*\*\* پایان قسمت سوم \*\*\*

مکتبہ



بیت اول غزل را دوباره تکرار کردیم اینجا برای شما

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۰۹۰

## صنما، این چه گمانست؟ فرودست و حقیر تا بدین حد مکن و جان مرا خوار مگیر

پس انسانی که متوجه شده من ذهنی من اصلی اش نیست، و این یک گمان است، یک بافت فکری است همراه با درد، و رو می کند به خدا و زندگی و می گوید که: این چه جور هشیاری است؟ که هشیاری جسمی است و از یک بافت ساخته شده از فکرها برمی خیزد و این پایین دست است، سطح پایین است و حقیر است، بی مقدار است و من انسان که امتداد تو هستم به این حد نباید خودم را زبون می کردم، تا به اینجا نباید ادامه می دادم.

همانطور که می دانید هم به صورت فردی هم به صورت جمعی حقیقتاً ما خودمان را خوار کرده ایم، که فکرهای همانیده و دردهای حاصل از آنها را در خودمان ببینیم، یا خرابکاری های روزانه من ذهنی خودمان را ببینیم، خرابکاری که در روابطمان می کند، روابطمان با انسانهای دیگر؛ خرابکاری که در تمام امور بیرونی مان می کنیم با این من ذهنی، و همینطور خرابکاری که من ذهنی جمعی به صورت ستیزه های جمعی، مخالفت ها یا مخصوصاً با جنگ ها انجام داده در طول تاریخ و الان هم می کند. و اینقدر به وسیله حرص و میل به قدرت اینها رانده می شود. غالباً دردهای من ذهنی است که جمع یا فرد را می راند. و مولانا می خواهد بگوید که این مطابق با شان انسان نیست که امتداد توست، از جنس توست. بعد بیت بعدی می گوید که:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۰۹۰

## کوه را که کند اندر نظرِ مردِ قضا کاه را کوه کند، ذاک علی الله یسیر

ذاک علی الله یسیر یعنی این کار برای خدا آسان است و آیه قرآن است که الان به شما نشان می دهم و می گوید که در نظر انسان، مرد یعنی انسان اینجا، قضا می تواند کوه را که نماد من ذهنی و همانیدگی هاست و گیرافتادن در این گل است کاه می کند. و شما دیگر می دانید این را، اگر به الست بله بگوییم و فضا را باز کنیم و تسلیم باشیم، کوه ما به صورت کاه، کاه برداشته می شود. اما اگر مقاومت کنیم این من ذهنی مثل کاه را که وقتی به صورت حضور ناظر نگاه می کنیم و شناسایی می کنیم، و می بینیم که این توهم است و می اندازیم، این را می تواند کوه کند. اگر با هشیاری جسمی ببینیم، با همان عینک های ذهنی ببینیم، این کاه، کوه است. اگر با نظر ببینیم، هشیاری حضور ببینیم، عدم در مرکز ما باشد و خدا قدمش را بر مرکز ما گذاشته باشد این می شود کاه؛

و استفاده می‌کند از این آیه قرآن که به شما نشان خواهیم داد. ولی اجازه بدهید با این شکل (افسانه من ذهنی)، این شخص که با عینک همانیدگی‌ها می‌بیند و هر لحظه قضاوت و مقاومت دارد و تعداد زیادی مانع و مسئله و دشمن در اطرافش می‌بیند و حتی خدا را دشمن خودش می‌داند، فکر می‌کند به او ظلم کرده و این مسائل را واقعا بدون منطق برای ما به وجود آورده، با این دیدها کاه، کوه است، کوه می‌شود.

ولی با دید عدم که این شکل (حقیقت وجودی انسان) است، به محض اینکه ما با تسلیم، عینک عدم همین هشیاری را به چشمان می‌زنیم متوجه می‌شویم که چقدر شناسایی این همانیدگی‌ها با اجسام آفل و دردها آسان است. و به محض اینکه شناسایی کردیم، چون شناسایی و پذیرش مساوی آزادی است فوراً اینها می‌افتند، بدون ستیزه؛ این شخص (افسانه من ذهنی) به زور یعنی این شخصی که همانیده شده به زور می‌خواهد دردهایش را بیندازد. اگر به زور بخواهد آدم دردهایش را بیندازد، همانیدگی‌هایش را بیندازد بدتر آنها سفت می‌شوند، بله به زور نمی‌شود انداخت. با اجازه دادن اینکه قضا کار کند و کن فکان کار کند این کوه کاه می‌شود. اجازه بدهید این را هم ببینید **(شش محور اساسی با افسانه من ذهنی)**. توجه می‌کنید، وقتی با دید همانیدگی می‌بینیم تمام این شش محور بر ضد ما کار می‌کند و قشنگ قضا را نشان می‌دهد این، کوه را که کند اندر نظرِ مرد، قضا، ببینید اولی اش الست بود، دومین گوشه وقتی در جهت عقربه‌های ساعت می‌رویم قضا و کن فکان است.

هر کسی بالاخره، حالا دینی هست غیر دینی هست، یک جورهایی باید این قضا را به خودش بقبولاند، که قضا و بینش و تصمیم الهی در این لحظه جاری است و نیرویی که از آنور می‌آید ما را یا پرورش می‌دهد یا اگر مقاومت کنیم و قضا را قبول نداشته باشیم، و به سادگی یعنی این که اگر اتفاقی در این لحظه به وسیله قضا بیفتد، ما مقاومت کنیم، شما که می‌بینید این شخص **(شش محور اساسی با افسانه من ذهنی)** مقاومت همیشه با اوست. پس برای چنین شخصی کاه، کوه خواهد بود. مولانا با این بیت می‌خواهد بگوید که من ذهنی مثل کاه است واقعا، اگر ما بگذاریم خرد زندگی جاری بشود آن عقل ما و هدایت ما مخصوصاً، هر دو دست به دست هم می‌دهند، همراه با شادی که از اعماق وجودمان می‌آید و حس امنیتی که از طرف زندگی می‌آید، و قدرت عملی که ما پیدا می‌کنیم، این من ذهنی را که به نظر کوه می‌آید، می‌بینیم که این کاه است. بله، ولی اگر مقاومت کنیم این کاه کوه می‌شود و از این آیه استفاده می‌کند که می‌گوید:

**قرآن کریم، سوره تغابن (۶۴)، آیه ۷**

«زَعَمَ الَّذِينَ كَفَرُوا أَنْ لَنْ يُبْعَثُوا ۗ قُلْ بَلَىٰ وَرَبِّي لَتُبْعَثُنَّ ثُمَّ لَتُنَبَّؤُنَّ بِمَا عَمِلْتُمْ ۗ وَذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ»

«کافران پنداشتند که آن‌ها را زنده نمی‌کنند. بگو: آری، به پروردگارم سوگند که شما را زنده می‌کنند تا به کارهایی که کرده‌اید آگاه سازند. و این بر خدا آسان است.»

این از قسمت آخر آیه استفاده می‌کند مولانا، می‌بینید که البته منظورش این است که ما به محتوای این آیه هم توجه نکنیم، و معنی‌اش این است که هرکسی باید این آگاهی را بگیرد که از من ذهنی آزاد و زنده خواهد شد. و الان که ما با کمک مولانا یک خرده آزاد می‌شویم از من ذهنی، متوجه می‌شویم که چه کارهای اشتباهی کرده‌ایم با دیدهایی که من ذهنی به ما داده.

و حقیقت این است که وقتی ما به عدم زنده می‌شویم، و می‌آییم در این لحظه مستقر می‌شویم تمام کارهای من ذهنی خنده‌دار به نظر می‌آید. و وقتی شادی بی سبب می‌آید و ما حس امنیت می‌کنیم، خیلی راحت می‌توانیم به کارهای من ذهنی مان بخندیم. واقعا هرکسی به من ذهنی خودش بتواند بخندد، و به حرفهایش بخندد و به رفتارهای مذبحخانه‌اش بخندد، همان فکریایی که می‌کند راجع به حسادت، راجع به عیبجویی، راجع به ضرر زدن به دیگران و یک سری هیجاناتی که به وجود می‌آید در اثر مقایسه خود با دیگران، اگر به صورت حضور ناظر نگاه کنیم می‌بینیم که یک موجود سبکی واقعا بی‌عقلی، دارد یک کارهای خنده‌دار می‌کند.

و وقتی که با ذهن همانیده هستیم همین کارهای خنده‌دار که مولانا نام کاه می‌نامد، آدم به چیزی بخندد که آن هم یک قسمتی از خودش باشد به راحتی می‌تواند از شرش راحت شود، ولی اگر قرار باشد جدی بگیرد و غصه‌دار بشود بخاطر آنها، نه نمی‌تواند. یعنی دوتا بینش هستند اینجا، یک بینش من ذهنی که تمام حرفها و حرکات مذبحخانه که خنده‌دار است در من ذهنی انجام می‌شود، ما جدی بشویم و گریه کنیم و واکنش نشان بدهیم و ناراحت بشویم. این یک دید است. یکی هم دید عدم است که همه کارهای من ذهنی برای ما باید خنده‌دار باشد. و برداشتن این کاهی که به نظر کوه می‌آید، برای خدا آسان است. یعنی حتماً ما از این حالت همانیدگی به این حالت (شش محور اساسی با حقیقت وجودی انسان) تبدیل خواهیم شد. و خواهیم دید که چقدر کارهای بی‌خردانه‌ای وقتی آنجا بودیم انجام داده‌ایم؛ و فکر می‌کردیم کار درستی است. همه ما الان این تجربه را داریم در واقع، بله. بله، این بیت را داشتیم هفته قبل، از غزل شماره ۲۰۰۲، که گفت:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۰۰۲

## تو سَبَبِ سَازِی و دَانَايِ آن سُلْطَانِ بَیْنِ آنچه مُمْکِن نَبُود، در کَفِّ او امْکَانِ بَیْنِ

پس می‌بینید که اگر بیت قبلی را خوب دقت کرده باشید، این بیت هم دوباره معنی‌دار می‌شود. و کمک می‌کند به ما که سبب‌سازی‌های من ذهنی و دیدهای آن به ما کمک نمی‌کند. وقتی مرکزمان را عدم می‌کنیم، سبب‌سازی‌ها و دانایی خدا، به کار می‌افتد. قضا به کار می‌افتد و کن‌فکان به کار می‌افتد. و چیزی که برای من ذهنی ممکن نیست، به نظرش کوه می‌آید

در کف خدا ممکن می‌شود و آسان می‌شود. بیت امروزی می‌گفت آسان است و هفته قبل می‌گفت، این که به نظر ما غیرممکن می‌آید، ممکن می‌شود.

البته این افرادی که دچار من ذهنی هستند و مقدار زیادی مسئله ایجاد کرده‌اند، وقتی این مسائل را می‌بینند، این موانع را می‌بینند، این دشمن‌ها را در اطراف خودشان می‌بینند، واقعاً فکر می‌کنند که نمی‌شود از این گرفتاری نجات پیدا کرد. ولی اگر اینها به تدریج مرکزشان را باز کنند و تسلیم بشوند و بگذارند خرد ایزدی به آنها کمک کند و این دم ایزدی جاری بشود و خودشان با من ذهنی‌شان دیگر خراب کاری نکنند. همیشه آن بیت یادمان باشد:

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۰

### چون ز زنده مُرده بیرون می‌کُند نفس زنده سوی مرگی می‌تند

شما می‌توانید تصمیم بگیرید بگویید که من دیگر زندگی‌ام را خراب نخواهم کرد. از امروز تصمیم گرفته‌ام با من ذهنی‌ام به خودم ضرر نزنم. من از پایگاه حضور و با دید نظر خواهم دید و عمل خواهم کرد. دیگر از امروز به بعد با چیز جدید همانیده نخواهم شد. و دردهایم را خواهم شناخت و خواهم انداخت.

نه من با کسی کاری ندارم. تمرکز هم روی خودم است. و مولانا در بیت بعدی می‌گوید:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۰۹۰

### خُنْکِ آن چشَمِ که گوهر ز خَسی بِشَناسد خُنْکِ آن قافلہ‌یی که بُودش دوست خَفیر

خفیر یعنی حامی، نگهبان، پناه دهنده، کمک. پس، خُنْکِ یعنی خوشا به حال. و قافله جمع مردم را نشان می‌دهد. و گوهر، عدم در مرکز است و حضور است. یعنی خوشا به حال آن چشمی که، آن دیدی که گوهر حضور و گوهر عدم را در مرکزش از خَس، یعنی همانیدگی‌ها یا من ذهنی بشناسد. خوشا به حال آن شخص. و خوشا به حال آن مردمی که، حالا یک جایی زندگی می‌کنند، می‌خواهد مردم یک شهر باشد، مردم یک مملکت باشد؛ دوست یعنی خدا حامی آنها باشد.

ولی شما می‌دانید اگر قرار باشد خدا حامی ما مردم باشد که یک قافله هستیم، در یک جا زندگی می‌کنیم، یا قافله انسان‌ها که به سوی حضور می‌روند. الان قافله انسان‌ها هشیارانه و دانسته به کمک بزرگان به سوی خدا نمی‌روند. گرفتاری‌هایی که در بیرون ما پیدا کردیم به خاطر همین است. خُنْکِ آن قافله‌ای، منظور مولانا این است که همه انسان‌ها به آن سو می‌روند. این قافله انسانی درست نمی‌رود. بیشتر انسان‌ها مقاومت دارند. با این شکل‌ها نگاه کنید. این شکل (شش محور اساسی با افسانه من ذهنی) نشان می‌دهد که فرد مقاومت و قضاوت دارد و همانیدگی با چیزهای آفل دارد.

اگر جمع انسان‌ها را هم در نظر بگیریم، اکثریت انسان‌ها به این شکل هستند. پس خوشا به حالشان نمی‌توانیم بگوییم. خوشا به حال شما که به این برنامه و مولانا توجه دارید. و اینها را می‌شنوید و می‌خواهید روی خودتان کار کنید. خوشا به حال شما. ولی آنهایی که این چیزها را نمی‌دانند و در من ذهنی‌شان و دید آن گم شده‌اند، آنها نه. آنها گرفتار خواهند شد. و این قافله ما که، حالا همه انسان‌های روی زمین را در نظر بگیرید، اگر دوست کمک نکند، یعنی خدا کمک نکند، و خدا موقعی کمک می‌کند که عدم را ما جمعاً بیاوریم به مرکزمان. خدا کمک نکند، به زور من ذهنی اگر قافله را حرکت بدهیم، ممکن است بروید به لبه پرتگاه و خودمان را نابود کنیم. توجه کنید این اشعاری که مولانا گفته در مورد جمع هم صادق است.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۰

### چون ز زنده مُرده بیرون می‌کُند نفس زنده سوی مرگی می‌تُند

من هر هفته این بیت را چندین بار می‌خوانم برای اینکه این یکی از آن قضایای هندسه معنوی است که لحظه به لحظه به کار می‌آید، به شرط این که از این قضیه هندسه یک کسی استفاده کند برای حل مسائل زندگی خودش. وقتی گرفتاری برایش شخصاً پیش می‌آید یا برای یک جمعی پیش می‌آید باید ببینند که این من ذهنی‌شان چجوری خراب‌کاری کرده. بله، پس اگر قافله انسانی یا انسان‌هایی که در یک جایی زندگی می‌کنند، عدم را بیاورند به مرکزشان، آنها گرفتار خواهند شد. به تخریب زندگی درونی و بیرونی‌شان خواهند پرداخت. و دوست پناهشان نخواهد بود. مگر عدم را بیاورند به مرکزشان.

یعنی بیشتر انسان‌ها در روز بشناسند که هر اتفاقی می‌افتد باید فضا باز کنند. و با فضاگشایی با همدیگر برخورد کنند. با انعطاف، با ملایمت، با عشق با همدیگر برخورد کنند. بله، شما به خودتان نگاه کنید. هم فرداً، هم با جمعی که زندگی می‌کنید، پیش می‌روید، ببینید که این حالت هست یا نیست. اگر نیست که آن جامعه گرفتار خواهد بود. اگر هست که به سوی خوشبختی می‌رود، آزادی می‌رود. بله.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۰۹۰

### حاکمی هر چه تو نامم بنهی، خُشنودم جان پاک تو که جان از تو شکورست و شَکیر

شَکیر یعنی سپاسگزار، شَکور هم یعنی بسیار شکر کننده. و ما به عنوان انسان به خدا می‌گوییم که تو حاکم هستی. الان ما فهمیدیم این دید ما با من ذهنی ارزش ندارد. ما همه حواسمان به هر چه بیشتر بهتر است. و این دید، دید درستی

نیست. و حالا ما می‌خواهیم تسلیم بشویم. حاکمی بنابراین. پس دید تو که با قضا و کن فکان کار می‌کند برای من حجت است. عقل من حجت نیست. حاکمی، هر چه تو نامم بنهی خوشنودم. هر چه تو نامم بنهی یعنی با آن اتفاقاتی که پیش می‌آوری به من نشان می‌دهی من در چه وضعی هستم، من قبول می‌کنم. من اعتراض نمی‌کنم. من مقاومت نمی‌کنم. توجه می‌کنید؟ این شخص **(شش محور اساسی با افسانه من ذهنی)** فکر می‌کند، امروز هم بیت خواندیم، که این خیلی کامل است.

ما باید به خودمان نگاه کنیم ببینیم که آیا همانندگی با باورها داریم و بر اساس این همانندگی ما خودمان را کامل می‌دانیم یا نه. اگر کامل می‌دانیم در این صورت ما خدا را حاکم نمی‌دانیم. برای اینکه اتفاقاتی پیش خواهد آمد. مثلاً یک جایی ممکن است خشمگین بشویم یا با کسی که نزدیک به ما است دعوا بکنیم. رابطه‌مان را خراب بکنیم، بعد پشیمان بشویم. و اینها همه پیغام‌های است برای ما که ما در اونجا نیستیم که تصور می‌کنیم هستیم! پس این شخص که عدم را آورده، با عینک عدم می‌بیند دارد به زندگی می‌گوید که اگر تو الان به من می‌گویی که مثلاً من ده درصد از من ذهنی‌ام را از دست دادم. ۹۰ درصد من ذهنی دارم، و این را با واکنش من به اتفاقات، به من نشان می‌دهی،

من نمی‌آیم بگویم که نه خدا یا ده درصد نیست، اشتباه کردی یه ذره دقیق‌تر نگاه کن. من فکر می‌کنم ۹۰ درصد به زندگی زنده هستم. آره این درست نیست. بیشتر انسان‌ها خودشان را خیلی بالا می‌دانند و اصلاً فکر نمی‌کنند که باید تغییر کنند و تغییرات‌شان تمام شده، در حالتی که پُر از مسئله و پُر از مانع و پُر از دشمن و پُر از مقاومت و قضاوت، و این چهار خاصیت هم که در زندگی‌شان پوشالی است و حس امنیت نمی‌کنند و دائماً می‌ترسند، خشمگین می‌شوند، عمل می‌کنند و فکر می‌کنند و عقل‌شان، عقل من ذهنی است، هیچ قدرتی هم ندارند. قدرت عمل و مقابله با چالشها رو ندارند. بسیار ضعیف هستند ولی خودشان رو کامل می‌دانند! اگر کسی هم به آن‌ها نصیحت کند گوش نمی‌کنند می‌گویند تو نمی‌فهمی! بعد می‌گوید که: من به جان پاک تو می‌خواهم زنده بشوم، این جان پاک تو شکور و شکیر است یعنی تا من این هوشیاری و عدم را نیاروم به مرکز معنی شکر را نخواهم فهمید. جان پاک تو یعنی به جان پاک تو سوگند، من دنبال جان پاک و صاف تو هستم، من می‌خواهم از جنس تو باشم و فقط از جنس تو باشم، من شکر می‌کنم یا بسیار شکر کننده می‌شوم، ولی اندازه من دست توست. من خودم رو سپردم به دست قضای تو، چنین شخصی **(شش محور اساسی با حقیقت وجودی انسان)** هر لحظه تسلیم است و مقاومتش صفر است.

شما خودتان رو می‌توانید با این شکل‌ها و با این بیت بسنجید ببینید که این قضاوت خدا را که همان قضا و کن فکان است را قبول دارید؟ اگر یک ریب‌المنون در زندگی شما پیش می‌آید شما بر نمی‌گردید بگویید که این کار چی بود دیگه خدا یا

تو کردی واقعاً با این عمق حضوری که من دارم حیف نبود شما این کار را برای ما کردید؟ بله می‌دانیم که این دویی است و این جور صحبت کردن با خدا درست نیست. صحبت‌های من ذهنی. به هر حال شما با این بیت می‌توانید بفهمید که من ذهنی دارم یا از جنس عدم هستید؟ الان خودش توضیح می‌دهد. می‌گوید:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۰۹۰

## ماه را گر تو حبش نام نهی سجده کند

### سرو را چنبر خوانی نکند هیچ نَفر

می‌گوید که ماه، خوب شخص در من ذهنی، خودش را ماه می‌داند و کامل می‌داند، حبش یعنی اهل حبشه؛ منظورش سیاهی من ذهنی است. می‌گوید من اگر فکر کنم ماهم، و تو به من بگویی نه تو اهل حبشه هستی، یعنی من ذهنی داری، من سجده می‌کنم! و این روش بر خورد ما با قضا و کن‌فکان هست. اگر خودمان رو کامل می‌دانیم و می‌بینیم که زندگی به ما پیغام می‌فرستد: نه نیستی! همان موقع ما باید سجده کنیم یعنی تسلیم بشویم، هرچی پیش می‌آید باید تسلیم بشویم. سجده کند یعنی مثلاً ما ۶۰ سالمان است سالهاست مولانا گوش می‌دهیم، یک‌دفعه چنان خشمگین می‌شویم که اصلاً از خودمان انتظار نداریم و بلکه هم ناامید می‌شویم، و می‌گوییم که این با کار ۴۰ ساله‌ی من نمی‌خواند، همین حرف را که می‌زنید حتماً باید سجده کنید یعنی باید تسلیم بشوید و آن حرف را نزنید برای اینکه اون نشان کامل شمردن خودتان است، فکر می‌کنید ماه هستید ماه نیستید.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۰۹۰

## ماه را گر تو حبش نام نهی سجده کند

### سرو را چنبر خوانی نکند هیچ نَفر

چنبر یعنی هر چیز دایره مانند؛ حلقه، نیم‌دایره، کمان. منظور این است که من فکر می‌کنم سرو هستم و به تو زنده هستم و عمق بی‌نهایت دارم دائماً سبز هستم. ولی خوب شما می‌فرمایید من مثل کمان هستم، سرو نیستم، من ناله نمی‌کنم شکایت نمی‌کنم اعتراض نمی‌کنم من می‌پذیرم.

این شخص (شش محور اساسی با افسانه من ذهنی) نمی‌پذیرد، یک سرو توهمی است می‌گوید من ریشه دار در زندگی هستم. ولی این شخص (شش محور اساسی با حقیقت وجودی انسان) می‌پذیرد این نشان می‌دهد که به تدریج که شما دارید پیشرفت می‌کنید یک اتفاقاتی خواهد افتاد که نشان می‌دهد کامل آزاد نیستید! هنوز همانندگی دارید ولی اگر اوضاع آرامه و یک ۶ تا ۷ ماهی شما آسوده شدید نباید فکر کنید که این من ذهنی تمام شده هیچ همانندگی در مرکز

ندارید و خلاص شدید و چقدر خوب است و ولی یک‌دفعه یک اتفاقاتی می‌افتد و متوجه می‌شوید نه ماهید نه سرو و آن موقع نباید ناله کنید و نباید اعتراض کنید بلکه باید سجده کنید یعنی دوباره باید تسلیم بشوید. از تسلیم شروع کنید.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۰۹۰

## زان که دشنام تو بهتر ز ثناهای شاهان ز کجا بانگ سگان و ز کجا شیر زئیر؟

زئیر یعنی نعره زدن شیر از تمام سینه و این نشان می‌دهد که ما اجازه بدهیم واقعاً زندگی از اعماق وجود ما حرف بزند و اینجا عوعو سگ یعنی حرف زدن من ذهنی می‌گوید که: ای خدا دشنام تو، بهتر از ستایش و دعای شاهان من ذهنی‌ست! شاهان من ذهنی، کسانی که قدرت دارند دانشمند هستند چه می‌دانم سواد دانشگاهی دارند، علم کتابی دارند، ولی علم حضور ندارند؛ دشنام زندگی همین اتفاقات ناگواری‌ست که ریب‌المنون‌هایی‌ست که ما را درس می‌دهد و ما شوکه می‌شویم به نظر ما این دشنام‌ها نباید باشد. ولی یادمان رفته است که ما هنوز در مرکزمان همانندگی داریم تا زمانی که همانندگی داریم امروز هم بعضی باورهای مخرب رو توضیح دادیم.

دشنام او به صورت اتفاقات ناگوار خواهد آمد، و ما می‌گوییم که تو حتی با این اتفاقات ناگوار که رخ می‌دهد، من این را به تعریف و توصیف آدم‌های بیرونی یا شاهان، منظور از شاهان من ذهنی هست، ترجیح می‌دهم. برای این که عوعو من‌های ذهنی کجا و الان نعره‌ی شیر نر که با تمام قوا نعره می‌زند، یعنی تو که که از اعماق وجود من داری نعره می‌زنی یعنی این حالت (شش محور اساسی با حقیقت وجودی انسان) فضا را باز کردیم او دارد با ما صحبت می‌کند، زندگی دارد با ما صحبت می‌کند، صدای زندگی صدای شیر زئیر است. یعنی غرّش شیر با تمام قوا، می‌گوید. من می‌خواهم تو از درون من با من صحبت کنی.

من به تو توجه دارم به ثنای شاهان نه، یعنی این شخص (شش محور اساسی با افسانه من ذهنی) که همانندگی دارد بر حسب همانندگی‌ها فکر می‌کند، این به تایید شاهان و توجه شاهان بیرونی احتیاج دارد. ولی کسی که حقیقتاً می‌خواهد آزاد شود و کاری به دیگران ندارد و به توجه و تایید و تعریف و ستایش آن‌ها احتیاج ندارد، در این صورت تماماً می‌خواهد که نعره‌ی زندگی را از درونش بشنود، که گاهی اوقات این نعره‌ها به صورت دشنام می‌آید.

دشنام، همین به اصطلاح یادآوری به ما که واقعاً شان تو نیست که این طوری عمل می‌کنی و فکر می‌کنی و با خدا این طوری برخورد می‌کنی. یعنی اگر ما مقاومت می‌کنیم قضاوت می‌کنیم، این مقاومت و قضاوت در مقابل خدا هم هست که هر لحظه می‌خواهد دم ایزدی را و دم زنده کننده را بر وجود ما بدمد و ما جلوییش را می‌گیریم سزاوار دشنام هستیم. فکر می‌کنم مشخص است.



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۰۹۰

## ای که بَطَّالِ تو بهتر ز همه مُشْتَغَلان جُز تو جُمْلَه همه لاسِت از آنیم فقیر

بَطَّال یعنی کسی که بیکار است. می‌گوید اگر من به تو وصل باشم با تو یکی باشم، تو از طریق من فکر کنی عمل کنی، به نظر می‌آید من بیکار هستم. مردمی که من ذهنی دارند این‌ها کار کردن براساس همانیدگی‌ها، فکر کردن آنها را اِشْتِغَال حساب می‌کنند، مشغول یعنی کسی که سرگرم کاری است کار دارد، بَطَّال کسی که کار ندارد، می‌خواهد بگوید تا خرد تو به فکر و عمل من نریزد این فایده ندارد. بیشتر مردم کار می‌کنند براساس همانیدگی‌ها، ولی بادام پوک می‌کارند، جز درد چیزی نتیجه نخواهد داد. و راندمان ندارد و موثر نیست کارشان، چرا؟ برای اینکه براساس همانیدگی‌ها و دردها دارند فکر می‌کنند و عمل می‌کنند، نه اینکه فکرهایشان را تو در مرکزشان باشی و ایجاد کنی، و عملشان را تعیین کنی.

پس بنابراین من بیکار می‌شوم نسبت به من ذهنی و به حرف‌های من ذهنی گوش نمی‌دهم، به کارهایی که او می‌گوید عمل نمی‌کنم از مردم هم تقلید نمی‌کنم، و وصل به تو می‌شوم تا ببینم تو چه کاری و فکری را به من پیشنهاد می‌کنی، آن را می‌کنم. و اگر هم به تو زنده باشم و کار نکنم این تشعشعات تو را صادر بکنم، تشعشعات عشقی را، کار کردم، این نشان می‌دهد که موثر بودن در زندگی خود و دیگران و سامان بخشیدن به جهان لزوماً دست زدن به کارهای من ذهنی نیست، بلکه انسان باید وصل باشد. برای همین می‌گوید: جز ز تو جمله همه لاسِت، یعنی غیر از تو اگر در مرکز من چیز دیگری باشد، لاسِت، یعنی هیچ چیز نمی‌تواند در مرکز من باشد، هیچ چیز توان و نیرو ندارد. در ابتدای برنامه هم گفتیم هیچ نیرویی غیر از نیروی خدا در جهان نیست. بنابراین می‌گوید غیر تو همه چیز لاسِت. لاسِت یعنی عقیم است و تا تو به مرکز من نیایی من اثر سامان بخشی به جهان نخواهم گذاشت.

می‌گوید از آنیم فقیر، چون تو در مرکز ما نیستی ما فقیر هستیم، ما هر چقدر هم کار می‌کنیم براساس همانیدگی‌ها نتیجه نمی‌دهد. و درست هم هست، شما می‌بینید ما با من ذهنی بچه بزرگ می‌کنیم به نتیجه نمی‌رسد، کار می‌کنیم مقدار زیادی پول ممکن است در بیاوریم ولی دردهای زیادی ایجاد بکنیم. روابط ما خراب می‌شود، و همین دیگر، مانع و مساله و دشمن ایجاد می‌کنیم فقط، و روز به روز هم ستیزه و مقاومت‌مان بیشتر می‌شود، چرا؟ ما نفهمیدیم که فقط تو می‌توانی در مرکزمان باشی، و این همانیدگی‌ها لاسِت، لاسِت یعنی ارزش ندارد، بی‌مقدار است. و هرکسی این همانیدگی‌ها دارد و اگر از آن‌ها خیلی فراوان هم در زندگی بیرونیش بوجود آورده باشد، یعنی مالکش باشد، باز هم فقیر است. بله.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۰۹۰

## تاج زرین بده و سیلی آن یار بخر وَر كَسِي نَشْنُوْد اِيْن رَا اِنَّمَا اَنْتَ نَذِيْر

می گوید تاج شاهی را بده ولو شاه هستی خودت را بیار پایین، و درد هشیارانه که سیلی نماد آن است، آن را بخر. مقاومت نکن، هشیارانه و با میل و رضا تن به شناسایی و قبول مسئولیت و انداختن همانیدگی هایت بگیر. تاج زرین بده و سیلی، سیلی یعنی درد هشیارانه، ناله نکن، غصه نخور، با دید من ذهنی نگاه نکن، اگر اتفاق بد می افتد درسی از آن یاد بگیر، و نگو من شاهم، من دانشمندم، من در این مقام هستم این چیزها، نباید اتفاق بیفتد.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۰۹۰

## تاج زرین بده و سیلی آن یار بخر وَر كَسِي نَشْنُوْد اِيْن رَا اِنَّمَا اَنْتَ نَذِيْر

یعنی این چیزی که من می گویم تاج طلائی را بده. تاج طلائی می تواند احترام مردم باشد، تایید مردم باشد، این که مردم می گویند شما را قبول داریم، و شما حرف بزنید و ما انجام بدهیم و ازین حرفها، شما را به جایی رساندن این را پس بدهید، بگویند نمی خواهیم، و بگو که نه من باید بروم همانیدگی هایم را بشناسم و مرکز را خالی کنم، و برای این کار باید سیلی بخورم. شما که مرتب من را تایید می کنید دارید من را از این سیلی ها محروم می کنید. اگر کسی نمی شنود ما فقط هشدار دهنده و بیم دهنده هستیم.

اِنَّمَا اَنْتَ نَذِيْر یعنی همانا تو بیم دهنده ای، این را از آیه قرآن می آورد. پس بنابراین ما وظیفه داریم که توجه مان را از روی دیگران برداریم حتی اگر تاج شاهی می خواهند به ما بدهند قبول نکنیم و ببینیم که مرکز ما در چه وضعی است. و انکار نکنیم خیلی موقع ها تایید مردم که دیگر ما را قبول دارند، باعث می شود که ما انکار کنیم و نفی کنیم اینکه ما اشکال داریم، نقص داریم، و اینها را پنهان بکنیم.

و مولانا می گوید: بگو نه من هم ایراد دارم و من آنجا نیستم و واقعاً روی خودت کار کن. و اگر کسی قبول نمی کند اینکه تاج زرین را بدهد مقامش را بدهد، زیر بار برود، زیر بار مسئولیت برود و قبول نکند که کیفیت هشیاری اش پایین است و هشیاری جسمی دارد، فقط ما این چراغ را روشن می کنیم او ببیند، اگر ندید به ما مربوط نیست.

این مطلب خیلی مهم است ما هر جور شده می خواهیم دیگران را آگاه کنیم که نه ایراد داری ایرادات را ببینی و ایرادات را باید اصلاح کنی، نه و مولانا از این آیه استفاده می کند و واقعاً راهنمایی می کند که ما کاری با دیگران نداریم به زور نمی توانیم دیگران را عوض کنیم.



قرآن کریم، سوره هود(۱۱)، آیه ۱۲

«فَلَعَلَّكَ تَارِكٌ بَعْضَ مَا يُوحَىٰ ۖ إِلَيْكَ وَضَائِقٌ بِهِ صَدْرُكَ أَنْ يَقُولُوا لَوْلَا أُنزِلَ عَلَيْهِ كَنْزٌ أَوْ جَاءَ مَعَهُ مَلَكٌ ۚ إِنَّمَا أَنْتَ نَذِيرٌ ۚ وَاللَّهُ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ وَكِيلٌ»

«مباد که برخی از چیزهایی را که بر تو وحی کرده‌ایم واگذاری و بدان دلتنگ باشی که می‌گویند: چرا گنجی بر او افکنده نمی‌شود؟ و چرا فرشته‌ای همراه او نمی‌آید؟ جز این نیست که تو بیم‌دهنده‌ای بیش نیستی و خداست که کارساز هر چیزی است.»

این قسمت آخر را مولانا آورده یعنی تو هشدار دهنده‌ای تو فقط باید بگویی آگاه کنی بقیه‌اش دست ماست. توجه می‌کنید که بقیه‌اش دست قضا و کن‌فکان است هر کسی که این حرف‌ها را نمی‌شنود، قضا و کن‌فکان به او حالی خواهد کرد با ریب المَنون، اینقدر زندگی‌اش دردناک خواهد شد، که درد به او بفهماند که دارد اشتباه می‌کند. برای همین است که می‌گوید: خداست که کار ساز هر چیزی است، کارساز کسی هم هست که انکار می‌کند و ما مجبور نیستیم که به زور یک چیزی را به مردم تحمیل بکنیم. اتفاقاً تحمیل به زور سبب ستیزه بیشتر خواهد شد و مردم عوض نمی‌شوند، روی خودشان کار نمی‌کنند. بهر حال می‌بینید که مولانا تشویق می‌کند باز هم آن بیت را

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶

## تا کُنِ مَرَّغیر را حَبْر و سَنی خویش را خالی و بدخومی کُنِ

یعنی حواست را بده به خودت دیگران را دانشمند نکن، اصلاح نکن، اگر این کار را بکنی خودتان خالی خواهید شد. بعلاوه اگر ما روی خودمان کار کنیم، این همان مشعلی است که ما روشن می‌کنیم دیگران ببینند. اگر دیگران دیدند ولی توجه نکردند شما نگران آن نباشید. قضا و خدا این کار را خواهد کرد. این قسمت آخر مهم است که در این آیه می‌گوید: می‌گوید که خداست که کارساز هر چیزی است. یعنی ما نباید نگران بشویم که یکی دیگر شعر مولانا را می‌شنود ولی عمل نمی‌کند به ما اصلا مربوط نیست، بله.

می‌گوید اگر بر پشت گردنت، قفا یعنی پشت گردن، اثر سیلی دوست باشد یعنی ما مرتب با باز کردن فضا با دیدن همانندگی مان، اولاً این سیلی را بخوریم که همانندگی را داریم. توجه می‌کنید که پس از مدتی که روی خودمان کار می‌کنیم شیطان هم کار می‌کند. می‌گوید اصلا تو ایرادی نداری تمام شد دیگر و پس از یک مدتی که ما به حرف او گوش کردیم، قبول کردن ایراد برای ما مشکل می‌شود، و دیدن و قبول کردن مثل سیلی پشت گردن می‌ماند.

ولی دارد می‌گوید که درست مثل اینکه به یکی بگوییم بیا سیلی بزنم پشت سرت، خوب، قرمز می‌شود دیگر، تا قرمزی نرفته یکی دیگر هم بزنم، هنوز قرمزی است می‌خواهد بی رنگ بشود، یکی دیگر هم بزنم، یعنی چه این؟ یعنی ما مرتب



با تسلیم ببینیم که چه همانیدگی داریم و آن را ببینیم و نوب هشیاریمان نگه داریم. با آن ستیزه نکنیم، ولی بدانیم که کامل نیستیم.

اینکه قبول می کنیم ما کامل نیستیم برای من ذهنی ما سیلی است. ما که به عنوان عدم که سیلی نمی خوریم که، من ذهنی سیلی می خورد. بعضی موقع ها سیلی را نمی توانیم تحمل کنیم آنها می مانند. کسی هفتاد سال اشتباه کرده است بر اساس همانیدگی ها صحبت کرده است، سخنرانی کرده است، خودش را استاد می داند، سیلی نخورده است، این آدم باید سیلی بخورد. باید بفهمد که این وضع زندگی که مردم تأیید می کنند، بیهوده آدم را به یک جایی می رساند و احترامات سطحی، اینها به درد نمی خورند. باید حقیقتاً روی خودش کار کند.

پس شما غیر از اینکه زنده بشوید به خدا، دیگر به چیز دیگر توجه ندارید. پس شما مرتب به خدا می گوئید حالا یک چیزی را به من نشان بده، من ببینم یک سیلی بخورم، آن دردش تمام نشده، یکی دیگر را نشان بده، یکی دیگر هم نشان بده. آنقدر نشان بده که دیگر هیچی نماند. می گوید اگر این کار را بکنی، بوسه ها یابد رویت، یعنی روی هشیاری، هر موقعی که سیلی می خوری خدا تو را صورت تو، صورت هشیاری ات را بوس می کند.

بوسه ها یابد رویت، ز نگارانِ ضمیر؛ یعنی زیبا روان پنهانی. توجه می کنید، ولی باید این سیلی ها پشت سر هم بیاید، مبادا یک کسی با من ذهنی، بگوید آقا شما مریض هستید؟ شما بگوئید مرتب سیلی بخوریم، آن شخص همان من ذهنی است، فکر می کند که با دید همانیدگی ها به جایی خواهد رسید یا رسیده است، آن مقام پوشالی اش را واقعا مقام می داند، خودش می داند که هزار تا مسئله دارد، آقا وقتی ما، خانم می دانیم ما مسئله داریم باید زیر بار برویم، وقتی می بینیم مانع داریم حالمان خوب نیست، حالا مردم هم می گویند حال تو خوب است تو بزرگ هستی تو به ما یاد بده چطوری زندگی کنیم خُب آدم به مردم می گوید من خودم بلد بودم خودم زندگی می کردم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۰۹۰

## بر قفای تو چو باشد اثر سیلی دوست بوسه‌ها یابد رویت ز نگارانِ ضمیر

این شخص است (حقیقت وجودی انسان) مرتب فضا را باز می کند یک همانیدگی می بیند فضا را باز می کند آسمان بزرگتر می شود در درونش، شکرش زیاد می شود، صبرش زیاد می شود، عمل واهمانش، سیلی پس از سیلی صورت می گیرد. آزاد می شود. و هر دفعه آزاد می شود یک برکتی صورتش را بوس می کند. متوجه می شود که دارائی حقیقی پیدا می کند.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۰۹۰

## مرد دنیا عدمی را حشمتی پندارد عمر در کار عدم کی کند ای دوست، بصیر؟

یعنی مرد دنیا یعنی این (افسانه من ذهنی) شخصی که مرکزش این نقطه چین ها ی همانیدگی را دارد، و حاصل این همانیدگی ها یک من ذهنی است که عدم است. ببینید عدم را در دو معنی ما بکار می بریم. یکی هیچ است، یک چیز بی مقدار و بی ارزش است، در اینجا منفی است. ولی به طور کلی عدم را هم به معنی هستی واقعی به کار می بریم. و مولانا مرتب به کار می برد. پس در اینجا عدم منفی است، مرد دنیا این چیزی که بی ارزش است دارائی می پندارد.

حشم به معنی همان طور که دیدید دارائی است، وجود، چهار پا، خدمتکار تمام خدمتکاران یک نفر و حتی اهالی خانواده و فلان را حشم می توانید بگوئید. بصیر یعنی بینا، کسی که با دید حضور می بیند.

پس بنابراین انسانی که همانیده با چیزهای آفل است این مجموعه همانش ها را دارائی می داند. باورهایش را دارائی می داند. دردهایش را دارائی می داند. ولی کسی که با دید عدم می بیند، بصیر است، با دید نظر می بیند، خدا در مرکزش هست، عمرش را در کار این نقطه چین ها یعنی همانیدگی ها، که می بیند عدم است، نمی کند. وقتش را به آنها تلف نمی کند.

حالا شما یک ارزیابی از خودتان بکنید که شما مرد دنیا هستید و این همانیدگی ها را دارائی می پندارید و وقتتان را با اینها صرف می کنید، با غم اینها مشغولید یا بصیر هستید؟ و هر چه زودتر می خواهید از غم و همانیدگی با این چیزها ی آفل رها بشوید. بله در اینجا می گوید که،

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۰۹۰

## رفت مردی به طبیبی به گله درد شکم گفت او را تو چه خوردی که برستست زحیر؟

مرد در اینجا انسان است. پس بنابراین می گوید که یک انسانی رفت به طبیبی، حالا مرد گفته است، گفت دلم درد می کند. و طبیب به او گفت که چه خوردی که درد روئیده؟ برستست زحیر: یعنی این دل پیچه عارض شده است، و مشخص است چه می گوید. یعنی منظور خوردن نیست، منظورش این است که این شخص رفته یک طبیب، این طبیب می تواند مثل مولانا باشد، عارف باشد، این من ذهنی رفت به طبیبی که مرکزش عدم بود به بی نهایت خدا زنده شده بود، گفت: من دل درد دارم. و طبیب به او می گوید که تو چه خوردی که این دردهای مرکزت شروع شده است. پس طبیب فضای درونش را باز کرده است، و طبیب می گوید که:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۰۹۰

## بیشتر رنج که آید همه از فعلِ گلوست گفت من سوخته نان خوردم از پستِ فطیر

پست یعنی آرد، فطیر هم نانی که خمیر آن ور نیامده باشد و این فطیر، معمولاً خمیری است که مایه برایش نزنند. مولانا در ابیات مختلف می گوید که این خمیر تن یا خمیر من ذهنی که مرتب ما از آن نان می پزیم، می خوریم، این سوخته نان است منظور از سوخته در واقع دردها هستند، سوخته نان و خمیرش هم اگر آدم بخورد مثل اینکه مریض می شود و نمی تواند هضمش کند پس بنابراین به خمیر باید آن مایه را بزنند. منظور از مایه این قطرات حضور است عدم است باید زده بشود تا این خمیر، خمیر تن ور بیاید،

و در ابیات دیگر مولانا توضیح می دهد این را، که اگر به خمیر تن آن مایه را نزنی، صد سال هم گرم کنی، آخر سر نانش به درد نخواهد خورد. منظور این است که هر چه که ما از این بافت ذهنی می خوریم بدون مایه ی عدم، برای این به درد ما نخواهد خورد، و این را هم با این شکل ها ببینید.

طیب می گوید که بیشتر رنج ها یعنی تقریباً همه ی رنج ها از فعل است، یعنی از کار خوردن است. منظور از خوردن، خوردن غذا نیست، بلکه اینکه شما چگونه انرژی می خورید. آیا مثلاً حس امنیت، عقل، هدایت، قدرت تون از چیزهای همانندگی می آید؟ یا از عدم می آید؟ پس این دارد می گوید من این سوخته نان خوردم، یعنی این زندگی را آوردم سوزاندم به صورت دست دوم، مثلاً سرمایه گذاری کردم، مسئله درست کردم، مسائل را تجربه کردم، خوردم، و دشمن درست کردم، انرژی که از دشمن فرضی می آید آن را خوردم، این ها سوخته است و از خمیری که همین من ذهنی است، از آرد فطیر است. اجازه بدهید چند بیت بخوانیم راجع به این فطیر تا بتوانیم بفهمیم بیشتر این را می گوید:

می گوید که پست همین همانندگی ها است، آرد به اصطلاح. می گوید اگر می خواهید دهان هوشیاری را پر آرد بکنی، در این صورت نباید سورنا بزنی. سورنای نیک بختی را نباید بزنی، یا همانندگی ها را بینداز با عدم سورنای نیک بختی بزنی، دولت نیک بختی، خوشبختی، همین شادی بی سبب، آفرینندگی و حس امنیت اصیل، عقل اصیل. این ها قدرت، هدایت، این ها خصوصیت های دولت است، یعنی نیک بختی است.

می گوید مَقْری یعنی خواننده ی آیات قرآن و بارها خواندیم که این مولانا این عدم انسان را به قرآن تشبیه می کند. می گوید که همانطور که مَقْری قرآن را می خواند، دهانش را پر از آرد بکند نمی تواند بخواند. نتاند خواندن مَقْری دهان پر پست آیت ها، آیه های قرآن را نمی تواند پر پست بخواند. ما هم اگر دهان هوشیاری مان پر از آرد های هم هویت شدگی باشد، دیگر نه سرنای دولت را می توانیم بزنی، نه آیه های قرآن خودمان را نمی توانیم بخوانیم. خودمان را به عنوان



زندگی نمی توانیم بیان کنیم. پس شما معنای پست را که همین آرد است متوجه می شوید. و ببینید، دهان پر پست، همین شخصی (افسانه من ذهنی) که مرکزش پر از همانیدگی است مثل اینکه هوشیاری در دهانش مقدار زیادی آرد گرفته و می خواهد سورنای نیک بختی بزند. شما می دانید این شخص به سوی نیک بختی نمی رود، به سوی افسانه ی من ذهنی می رود. هر روز وضعش بد تر می شود و نخواهد توانست به اصطلاح خودش را که از جنس زندگی است بیان کند، باید به این صورت در بیاید (حقیقت وجودی انسان).

چند بیت اجازه بدهید از غزل ۸۳۹ برایتان بخوانم که آخر های غزل هستیم. در این غزل هست که مولانا می گوید که اگر خمیر تن را صد سال هم گرم کنی، آخرش نان شب فطیر خواهد شد. باید مایه ی عدم بزنی به آن و خیلی ها به خمیر تن شان مایه ی عدم نمی زنند و انتظار خوشبخت شدن و رها شدن دارند.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۸۳۹

### جَلْوَه مَكُنْ جَمَالَتْ مَكْشَايِ پَرُّ و بَالَتْ تَا بَا پَرِ خَدَايِ جَانِ مُسْتَطِيرِ بَاشَد

می گوید جمال ذهنی ات را یا بر اساس ذهنت که فکر می کنی جمال دار ی آن را نشان نده و پر و بال های ذهنیت را باز نکن من ذهنی ات را باز نکن، استفاده نکن. تا با پر خدایی جانت پرواز کند. این ابیات ساده است.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۸۳۹

### بَرَبَنْدِ پَنْجِ حَسِّ رَا زَيْنِ سَيْلِ هَايِ تَيْرِه تَا عَقْلِ كُلِّ زِ شَشِّ سُو بَرِ تُو مَطِيرِ بَاشَد

این پنج حسات را بر این سیل های مختلفی که از همانیدگی ها می آید، سیل های تیره یعنی این انرژی پست و تیره ای که آلوده ایی که، دست دومی که شبیه سوخته ی نان است از بیرون می آید. هر چه که از بیرون می آید به صورت هوشیاری جسمی سیل های تیره هستند، شما پنج حس را ببند همین دیدن و شنیدن و ذهنت را، یعنی خاموش کن ذهنت را، تا ببینی که عقل کل از شش سو نماد جهان مادی است، یعنی مشرق، مغرب، شمال، جنوب، بالا، پایین. پس جهان مادی همین شش سو هست. می گوید از هر طرفی خواهی دید که از هر اتفاقی از هر چیز ذهنی، شما دارید ایراد می گیرید. از هر قضا که اتفاق به وجود می آورد، خواهی دید که شما چیزی یاد می گیری، عقل کل خواهد پرید به طرف تو. مطیر باشد یعنی بپرد، پرنده باشد به سمت تو. مستطیر و مطیر همین است پرواز طیر است.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۸۳۹

## بی آن خمیرمایه گر تو خمیر تن را صد سال گرم داری ناننش فطیر باشد

بدون خمیر مایه ی عدم، یعنی فضا گشایی کند از آن طرف یک مایه‌ایی ریخته بشود به این خمیر تن تو، اگر صد سال هم صبر کنی، گرم کنی، زندگی را سرمایه گذاری کنی، هی دم بزنی از باورها، درد هایت را به معرض نمایش برگزاری، از فکر هایت تعریف کنی، از کار هایت تعریف کنی. هر کاری بکنی آخر سر این نان خمیر خواهد شد، و یا خواهد سوخت. خمیری که ور نیاید، آن هایی که خباز هستند نان می پزند می دانند این مایه را زنی یا خمیر می شود یا می سوزد. نه سوخته به درد ما می خورد نه خمیر. یعنی بدن ما نمی تواند آن را هضم کند.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۸۳۹

## گر قاب قوس خواهی دل راست کن چوتیری در قوس او در آید کو همچو تیر باشد

قاب قوس آیه قرآن است می دانید شما و منظور از آن حداکثر نزدیکی به خدا است، یکی شدن با آن است، می گوید اگر واقعا می خواهی با خدا یکی بشوی در این صورت مثل تیر باید راست باشی. هر کسی که مثل تیر راست می شود، در قوس او خواهد آمد، یعنی در اختیار خدا قرار می گیرد، که خدا از طریق او می تواند هم فکر کند هم عمل کند. پس ما همانطور که قبلا گفتیم باید اندرونه را راست کنیم مثل سلیمان. گفت سلیمان پس اندرونه را راست کرد، دلش را به آن همانیدگی که داشت بر آن شهوت راست کرد، و آزاد کرد خودش را از شهوت آن همانیدگی، تاجش درست شد. ما هم اگر در درون راست باشیم با بیرون کاری نداشته باشیم، فقط حواسمون به خودمان باشد و نگذاریم دیو از طریق مردم فتنه انگیزی بکند، دنبال تایید و توجه بیرون نباشیم، در این صورت ممکن است که واقعا به وحدت نائل بشویم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۸۳۹

## خاموش اگر توانی بی حرف گو معانی تا بر بساط گفتن حاکم ضمیر باشد

می گوید ذهنت را خاموش کن تا آنجا که می توانی با سکوت حرف بزنی. بی حرف گو معانی تا به بساط گفتن ما حاکم، عدم باشد. ضمیر، یعنی ضمیر پنهان ما یا حضور ما، یادتان باشد به ما گفته:

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۶۹۲

## پس شما خاموش باشید انصتوا تا زبانتان من شوم در گفت و گو



و زندگی از طریق ما می تواند حرف بزند. بعضی موقع ها ذهن ساده ما را به کار می گیرد، بعضی موقع ها از طریق ارتعاش حرف می زند. ولی به شرط اینکه ما خاموش باشیم، حاکم ضمیر باشد یعنی حاکم خدا باشد، از درون، عدم حذف بزند، بله، در غزل ۸۳۹ اولین بیت می گوید که،

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۸۳۹

## خشمین بر آن کسی شو کز وی گزیر باشد یا غیر خاک پایش کس دستگیر باشد

پس انسانی که خشمگین می شود به هر دلیلی دارد به خدا خشمگین می شود. ببینید خشم چقدر بد است، می گوید شما به کسی خشمگین شوید که ما از آن بتوانیم فرار کنیم یا چاره ای داشته باشیم. گزیر، چاره ای داشته باشیم ما که از دست او نمی توانیم در برویم. یعنی ما امتداد او هستیم و افتاده است در بافت ذهنی، او می خواهد این بافت ذهنی را متلاشی کند، و ما را از آنجا در بیاورد، ما چطوری از دست او می توانیم فرار کنیم نه چاره داریم. و ما می دانیم به جای خشم می توانیم خاک پایش بشویم، خاک پای خدا شدن یا معشوق شدن یعنی مقاومت و قضاوت را صفر کردن، ما الان متوجه می شویم که غیر از اینکه واقعا خاک پای معشوق بشویم چاره ای دیگر برای نجات خود نداریم، هر کس که قضاوت دارد می گوید من می دانم. دیگر شما یاد گرفته اید که واقعا، حقیقتا بگوئید نمی دانم و در عمل هم بگوئید نمی دانم. هر کسی بگوید نمی دانم فضا را باز می کند. پس دنبال قصه می گوید که، یادتان هست آن موقع گفت که من دلم درد می کند گفت چرا، گفت که، من سوخته یک نان خوردم، بعد از آن حکیم می گوید که،

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۰۹۰

## گفت سنقر برو آن کحل عزیزی به من آر گفت درد شکم و کحل؟ خه ای شیخ کبیر

پس به سنقر، سنقر نام عمومی خدمتکار بوده آن موقع، می گوید که برو این سرمه مرغوب عزیزی را بیاور، که چشمان این شخص را معالجه کنیم واضح هست که منظورش چشمان هوشیاری اش است. بله، دارد می گوید که این آدم شکل (افسانه من ذهنی) چشمش درست نمی بیند برای اینکه عینک همانیدگی دارد پس به خدمتکارش می گوید که برو آن سرمه را بیاور، سرمه مرغوب را، حالا هر من ذهنی چه خدمتکارش، چه آن مریض تعجب می کنند. می گوید که من شکم درد می کند تو می خواهی سرمه بیاوری؟ خه، یعنی آفرین، خه به معنی آفرین است، این هم به مسخرگی می گوید، پس

تو تشخیص ندادی من چه مریضی دارم؟ ای شیخ کبیر، با این همه دانش ات نفهمیدی که من چه مریضی دارم؟ من درد دل دارم تو می گویی سرمه بیاور.

ولی شیخ کبیر که به عدم زنده است می بینید که این شخص شکل (افسانه من ذهنی) دیدش غلط است از طریق عدم نمی گذارد مایه حضور و مایه عدم و دم زندگی به این مرکز همانیده برسد، به این مرکز همانیده که دائما هوشیاری جسمی دارد باید، این مثل خمیری است که ما می خواهیم از آن نان بپزیم چرا؟ برای اینکه ما این را می خوریم، ما با این مرکزمان می خواهیم مثلا به ما حس امنیت بدهد، ما حس امنیت را می خواهیم بخوریم، در اینجا نان که نیست واقعا، مثلا ما عقل می خواهیم تشخیص بدهیم، ما می خواهیم به سوی خوبی ها و سازندگی ها هدایت بشویم، ما می خواهیم قدرت عمل داشته باشیم اینها همین نان است، نانی است که ما با این خمیر می پزیم. که به ما گفت اگر صد سال هم صبر کنی گرم داری، یعنی بخواهی نیروی زندگی را به اینها بدهی، و مولانا می گوید: این دیگ تهی است شما نیروی زندگی را سرمایه گذاری نکنید در این دردها و همانیدگی ها.

به هر حال تعجب می کند آن مریض می گوید تشخیص ندادی من درد دارم، تو دنبال سرمه می گردی، ولی خودش جواب می دهد،

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۰۹۰

**گفت تا چشم تو مَر سوخته را بشناسد**

**تا ننوشی تو دگر سوخته‌ای نیم ضَریر**

نیم ضریر یعنی نیم کور، پس می گوید که می گویم سرمه بیاورد بکشیم به چشمت، تا این عینک ها از بین برود، عینک های همانیدگی، بر حسب آنها نبینی، تو بفهمی که انسان در زندگی درد نمی خورد و خمیر همانیدگی نمی خورد، توجه می کنید برای اینکه تو چشم هوشیاری نداری، چشم عدم نداری، آنطوری که من می بینم تو نمی بینی،

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۰۹۰

**گفت تا چشم تو مَر سوخته را بشناسد**

**تا ننوشی تو دگر سوخته‌ای نیم ضَریر**

تا ننوشی تو دگر سوخته، یعنی نخوری دیگر سوخته، ببینید نوشیدن را بکار برده منظورش این است که ما راجع به نان صحبت نمی کنیم، یعنی آن انرژی یا آن آب را ننوشی، آبی که به نظر آب حیات می آید و از این همانیدگی ها می گیری، نگیری ای کسی که نیم کور هستی، هر کسی که با عینک همانیدگی ها می بیند نیم کور است،

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۰۹۰

## نیست را هست گمان برده‌ای از ظلمت چشم چشمات از خاک در شاه شود خوب و منیر

یعنی این همانیدگی‌ها شکل (افسانه من ذهنی) که نیستند توهم اند، از جنس فکرنده، این را هستی پنداشته‌ای، فکر می‌کنی اینها هست، در حالتی که هستی تو این عدم است. نیست را هست گمان برده‌ای از ظلمت چشم؛ از ظلمت چشم، یعنی است تاریکی این همانیدگی‌ها، یا عینک آنها در چشم ات، وقتی که قضاوت و مقاومت را به صفر می‌رسانی خاک در شاه می‌شوی شاه یعنی خدا، یعنی این حالت شکل (حقیقت وجودی انسان) اگر تسلیم بشوی صبر و شکر داشته باشی، مقاومت و قضاوتت صفر باشد، آن موقع چشم هوشیاری‌ات خوب و پرنور خواهد بود. خوب یعنی زیبا و منیر هم یعنی پر نور، درخشان، پس چشم انسان موقعی پرنور می‌شود درست می‌بیند که از خاک در شاه سرمه بیاید به چشم آدم. و منظور مقاومت و قضاوت صفر است و تسلیم کامل است. اینها را همه می‌دانید.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۰۹۰

## هله، ای شارح دل‌ها، تو بگو شرح غزل من اگر شرح کنم نیز برنجد دل میر

شارح هم به معنی شرح دهنده است هم به معنی بازکننده، وسعت دهنده، پس بنابراین مولانا در بیت آخر می‌گوید که، ای گشاینده دلها، ای خدا که این دل منقبض را و بسته را باز می‌کنی به بی‌نهایت خودت، تو دل انسانها را باز کن تا با دل باز شرح غزل را بفهمند، معنی اش این است که با دل همانیده، با دید همانیده نمی‌شود این غزل را فهمید. و می‌گوید تو باید درون انسانها را باز کنی و از درون این غزل را به انسانها شرح بدهی. و اگر هم تو شرح بدهی هم من، بهتر است من شرح ندهم، برای اینکه دل امیر خواهد رنجید، همان امیری که غزل را نفهمیده بود، و آمده بود و می‌گفت من این همه درد دارم در مرکزم.

و این تمثیل برای ما هم هست که اگر شما هم در مرکزتان درد دارید و الان به طبیب مولانا آمدید و این غزل را برای شما خواند، اگر متوجه نشدید دیگر خدا باید درون شما را باز کند و خودش از درون به شما توضیح بدهد. و اگر کسی دیگر توضیح بدهد دل شما خواهد رنجید. چرا که اگر توضیح بدهد مجبور است برود با ذهن توضیح بدهد، و هر توضیحی که یک انسان بدهد به یک انسانی که اینطوری هست (افسانه من ذهنی) و هر توضیحی که بگوید تو از این همانیدگی‌ها دست بردار، سبب رنجش خواهد شد. مگر خدا از درون باز کند. و این نشان می‌دهد که باز هم در غزل گفته بود که ما



هشدار دهنده هستیم حقیقتاً، هر کسی باید چراغ عشقش را روشن کند، حالا هر کسی می بیند می بیند، نمی بیند  
ان شاء الله که خدا به او کمک خواهد کرد.

مختصر

مشخصات تلویزیون گنج حضور

ماهواره Galaxy 19

(در آمریکای شمالی)

Frequency: 11898

Symbol Rate: 22000

FEC: 3/4 Pol: Vertical

هم اکنون تلویزیون « گنج حضور » در اروپا

و خاورمیانه (ایران) نیز قابل مشاهده میباشد.

مشخصات تلویزیون « گنج حضور »

در ایران و اروپا (Hotbird)

Frequency: 11034

Symbol Rate: 27500

FEC: 3/4

Polarization: Ver

فرکانس تلویزیون گنج حضور

خاورمیانه ( از جمله ایران )

ماهواره : Yahsat

Frequency: 11766

Symbol Rate: 27500

FEC: 5/6 Pol: Vertical

کانال گنج حضور در تلگرام

<http://telegram.me/ganjehozourchannel>



با ما در تلگرام در تماس باشید:

+98 910 064 2600

آدرس متسکامل برنامه های گنج حضور در تلگرام



[t.me/ganjehozourProgramsText](https://t.me/ganjehozourProgramsText)