

ازین اقبالگاه خوش مشو یکدم دلا تنها
دمی می نوش باده جا. و یک خط شکر

مولوی، دیوان، شمس، غزل شماره ۵۴



متن کامل برنامه شماره
۷۵۶ گنج حضور

www.parvizshahbazi.com



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۴

ازین اقبالگاهِ خوش مَشو یکدمِ دلا تنها

دَمی می نوش باده جان و یک لحظه شکر می خا

به باطن همچو عقلِ کُل، به ظاهر همچو تنگِ کُل

دمی الهامِ امرِ قُل دمی تشریفِ اَعْطینا

تصوَرهایِ روحانی، خوشیِ بی‌پشیمانی

ز رزم و بزمِ پنهانی، ز سِرِ سِرِ او اَخفی

مِلاحتهایِ هر چهره از آن دریاست یک قطره

به قطره سیرِ کی گردد کسی کش هست استسقا

دِلا زین تنگ زندانها رهی داری به میدانها

مگر خفته‌ست پای تو، تو پنداری نداری پا

چه روزیهاست پنهانی، جُزین روزی که می جویی

چه نان‌ها پخته‌اند ای جان برون از صنعتِ نانبا

تو دو دیده فروبندی و گویی: روزِ روشن کو؟

زَنَد خورشید بر چشمت که اینک من، تو در بُگشا

از این سو می‌کشانندت، وزان سو می‌کشانندت

مَروای ناب با دُردی، پیرِ زین دُرد، رو بالا

هر اندیشه که می‌پوشی درونِ خلوتِ سینہ

نشان و رنگِ اندیشه ز دل پیدا است بر سیما

ضمیرِ هر درخت ای جان، ز هر دانه که می‌نوشد

شود بر شاخ و برگِ او نتیجه شُربِ او پیدا

زدانه سیب اگر نوشد، بروید برگ سیب از وی

زدانه تَمر اگر نوشد، بروید بر سرش خرما

چنانک از رنگِ رنجوران طبیب از علّت آگه شد

ز رنگ و روی چشمِ تو به دینت پی برد بینا



ببیند حال دین تو بداند مهر و کین تو
ز رنگت، لیک پوشاند، نگرداند تو را رسوا
نظر در نامه می دارد، ولی با لب نمی خواند
همی داند کزین حامل چه صورت زایدش فردا
و گر برگوید از دیده، بگوید رمز و پوشیده
اگر درد طلب داری، بدانی نکته و ایما
و گر درد طلب نبود صریحا گفته گیر این را
فسانه دیگران دانی، حواله می کنی هر جا

با سلام و احوالپرسی برنامه گنج حضور امروز را با غزل شماره ۵۴ از دیوان شمس مولانا شروع می کنم:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۴

ازین اقبالگاه خوش مشو یکدم دلا تنها

دمی می نوش باده جان و یک لحظه شکر می خا

اولاً توجه کنید به کلمه اقبالگاه خوش، یعنی جایی که همه اش بخت و شانس و رویدادهای خوب به آدم رو می کند، جای بخت است. کجا؟ این جهان. و همین واژه که اینجا این جهان اقبالگاه است، مسلماً مورد اعتراض من ذهنی است. ولی یک بزرگی مثل مولانا می گوید: اینجا محل بخت است، رویدادهای خوب است، جای خوشبختی است. و می گوید که تو، یعنی ای دل من، ای مرکز من، ای من، با دیگران کاری ندارم، با توجه به این جای خوشبختی، حتی یک لحظه هم تنها نمان، تنها مشو.

پس مشخص می شود که انسان در این جای خوشبختی دچار یک اشکال شده. اشکالی که مولانا تقریباً در هر جلسه اول برنامه مطرح می کند. و آن داشتن یک من ذهنی است، یک من ذهنی ساخته شده از فکر، که بر اساس هم هویت شدگی با فکر من، و اسم من تشکیل می شود ابتدا. یعنی ما هشیاری هستیم، امتداد خدا هستیم، فرم نداریم، به محض اینکه وارد این جهان می شویم، با اولین فکر که اسم ماست، فکر است دیگر، کلمه فکر است، و اینکه بعد می فهمیم که کلمه من که این هم فکر یکی است، ما این هستیم.

قبل از ورود به این جهان به عنوان هشیاری از جنس خدا هستیم، اندازه ما بینهایت است. دو تا مشخصه خدا یا زندگی دارد. بینهایت و ابدیت است. یعنی خدا نمی میرد، زندگی جاودانه است، و خدا از جنس بینهایت است،



محدود نیست. همین دو جنس، جنس ما را هم تعیین می کند. وقتی وارد این جهان می شویم، این دو جنس موقتاً به طور مصنوعی عوض می شوند، و اصطلاحاً این را می گویند هبوط یا سقوط از جایگاه شرف و بزرگی. بنابراین انسان خودش را مساوی فکر می داند.

و بعد کلمه مال من یا اصطلاح مال من یا فکر مال من را هم یاد می گیرد. بعد چیزها را به صورت فکر در می آورد. آنها را به خودش اضافه می کند. یواش یواش با این انباشتگی و حرکت اینها یک تصویر ذهنی به وجود می آید که اسمش من ذهنی است و ابتدا چون آن هشیاری را که بی فرم است، ما از دست می دهیم و هشیاری جدیدی به نام هشیاری جسمی پیدا می کنیم، خودمان را این تصویر ذهنی می بینیم و می دانیم و ادامه می دهیم به این کار. این تصویر ذهنی که فکر می کنیم به طور مصنوعی ما هستیم، تنهاست. و اقبالگاه خوش را که فضای یکتایی است و وصل مجدد به خداست یا زندگی است، نمی شناسد.

و می چسبد به سه تا چیز که بارها گفتیم. یکی فکرهای مربوط به باورها. باورها از جنس فکر هستند. فکرهای مربوط به چیزها مثل پول، مثل اتومبیل، مثل خانه، مثل همسر و فرمهای دیگری به صورت درد به این سه تا چیز می چسبد، و از قاطی کردن اینها چیزی به وجود می آید به نام من ذهنی که من ذهنی را ما می تنیم. یعنی می بافیم. من ذهنی وقتی بافته می شود، یواش یواش وقتی کامل می شود، ارتباطش را با زندگی قطع می کند. و خودش عقل پیدا می کند.

اصطلاحاً می گوئیم عقل جزیی یا عقل من ذهنی و هر لحظه بلند می شود می گوید: من، و فکر می کند می داند. و این حالت وجود داشتن یعنی من ذهنی داشتن و عدم اتصال به زندگی یک باشنده ای به وجود می آورد که انسان امروزی است، که احساس تنهایی می کند، احساس نقص می کند، و هیجاناتی همراه با این نوع باشندگی است. هیجاناتی نظیر خشم و ترس و با توجه به اینکه این باشنده در زمان است، یعنی در گذشته و آینده است، هیجاناتی دارد که مربوط به آینده است. مثل اضطراب، نگرانی و هیجاناتی مربوط به گذشته دارد، مثل رنجش، کینه، حس گناه، حس خبط، حس تاسف، اینها هیجانات غالبی هستند که مربوط به زمان هستند، و همراه هر من ذهنی است.

علاوه بر این چون از زندگی قطع شده، احساس ریشه نمی کند، برای ارزیابی خودش این تصویر ذهنی را با تصاویر ذهنی که از دیگران ایجاد می کند مقایسه می کند. و نتیجه مقایسه کم آمدن یا بیشتر آمدن است. وقتی بیشتر می آید احساس خوشی می کند، که این خوشی کاذب است. مال بیرون است و ذهن است. وقتی احساس کمبود



می کند، حس حسادت می کند. حس حسادت تقریباً با تمام من های ذهنی است. از طرفی چون این بافت ذهنی بر اساس چیزهای گذرا یعنی آفل تشکیل شده، و اینها دائماً در حال از بین رفتن هستند، این باشنده هیجان غالبی دارد به نام ترس. پس بنابراین همه من های ذهنی می ترسند.

اگر شما از اینجور هیجانات دارید، بدانید که من ذهنی دارید. الان مولانا به شما می گوید که: جایی که الان هستی، یعنی این جهان، فرصت پیوستن مجدد به زندگی وجود دارد که باید هشیارانه این کار را انجام بدهی. و اینجا یعنی این جهان اگر دوباره هشیارانه به زندگی بپیوندی، یعنی از جنس همان هشیاری بشوی که از اول آمده بودی، از من ذهنی بیرون، اینجا جای بخت است، جای خوشبختی است، جای آرامش است، جای شادی است، جای برکت است و جای پخش همه این برکات به جهان است و شما لزومی ندارد که تنها زندگی کنید.

و در باشندگی من ذهنی می دانیم که انسان حس نقص می کند و تنهاست. یعنی انسان اگر با خدا حس وحدت نکند، با هیچ چیز و هیچ کس نمی تواند حس وحدت بکند. بنابراین یک مانعی بین ما به عنوان من ذهنی و انسانهای دیگر هست. ما همسر انتخاب می کنیم، بچه دار می شویم، هیچ موقع با آنها نمی توانیم با عشق رابطه برقرار کنیم. برای اینکه جسم داریم. جسم با جسم قاطی نمی شود. الان می گوید حواستان جمع باشد. تا حالا که فکر می کردید این جهان جای بدبختی است، جای تنهایی است، جای غصه است، همچو چیزی نیست.

خوب در اولین برخورد هر کسی چون هم هویت شدگی هایش، باورهایش، وضعیت فعلی اش عینکش است، قبول نمی کند. می گوید اگر اینجا جای خوشبختی بود، پس من چرا اینقدر بدبختم. چرا بدبختی؟ برای اینکه تا زمانی که این بافت ذهنی متلاشی نشده، و شما از این تو آزاد نشدید، و دوباره هشیارانه با خدا یا زندگی به وحدت نرسیدید، همین است که هست. درد ایجاد خواهید کرد. و این مکانیزم طوری طراحی شده که درد ایجاد کند، تا تو من ذهنی را رها کنی. هشیارانه رها کنی. و از آن دیگر آب و نان نخواهی.

بنابراین می گوید: از این اقبالگاه خوش که منظورش وحدت مجدد و هشیارانه با زندگی است، فضای یکتایی است که اگر آنجا باشی، با زندگی یکی باشی، آن موقع این چهار بعد ما شروع می کند به شکوفایی. پس اول می گوید که: یک دم این حس تنهایی را و تنها بودن را بگذار کنار. شما می دانید چطوری. هر موقع در اطراف اتفاق این لحظه فضا باز می کنیم یا تسلیم می شویم، آن دم، آن لحظه ما تنها نیستیم. برای اینکه با خدا یکی هستیم. خیلی ساده است، و متوجه می شویم که اینجا واقعاً اقبالگاه است.



الان خودش توضیح می دهد. می گوید به این علت اقبالگاه است که از آنور شادی بی سبب، آرامش بی سبب، بی سبب یعنی سببش در این جهان نیست، از اعماق وجودت می جوشد می آید بالا، مال تو می شود. و در این برکتی که از آنور می آید، خرد زندگی است، خرد کل است. این خرد کل تمام این جهان و کائنات را اداره می کند. مال تو می شود. بنابراین تو هر کاری انجام بدهی، آن خرد به فکر و عملت می ریزد.

خوب، خرد خدا به فکر و عمل شما بریزد، چطوری می شود؟ نتیجه می دهد. شما شکست نمی خرید. پس تمام شکستهایی که خوردیم بخاطر اینست که ما از خرد زندگی استفاده نکردیم. از بی خردی من ذهنی، از عقل من ذهنی مان که انگیزش هایش خشم است، ترس است، نگرانی است، هول بودن است، عجول است و زندگی را در چیزها دانستن است ما فکر و عمل کردیم.

پس بنابراین نگاه کنید می گوید: دمی می نوش باده جان، یک لحظه فضا را باز کن، فضا را باز کن، بگذار باده جان از آنور می آید. باده جان یعنی باده ای است که جان ما می خورد. هشیاری ما می خورد. تا حالا به آن زهر دادیم. باده جان با باده جسمی فرق دارد. این باده جسمی چه هست؟ می شناسیم این را. امروز مقدار زیادی سود کردم، خوب اضافه شدن پول آدم به آدم خوشی می دهد. به کی خوشی می دهد؟ به روح شما؟ روح شما و هشیاری شما، خدایت شما اصلاً برایش مهم است که شما امروز پولتان زیاد شده یا کم شده؟ برای خدا مهم است که پول شما زیاد شده یا کم شده؟

آن چیزی که برای خدا مهم است، اینست که شما کیفیت هشیاری تان در این لحظه چه هست. نه اینکه مقام تان در این جهان چه هست. پس بنابراین باده جسمی از بیرون می آید. باده جان که روح من، هشیاری من می خورد و ما به آن باده احتیاج داریم، از آنور می آید.

می گوید یک لحظه باده، شراب جان بخور، شراب روح بخور. اگر یک لحظه شراب روح بخوری، خواهی دید که در چهار بعدت، بعد جسمی، بعد ذهنی، بعد هیجانی، بعد جانی، یعنی همین جان جسمی ما، شکر می جود. خاییدن یعنی جوییدن. شکر جوییدن یعنی در چهار بعد به شادی، به آرامش، به برکت ایزدی مرتعش شدن، تجربه این شادی را، این آرامش را، این خرد را در چهار بعدمان تجربه کنیم.

خوب اگر باده جان از آنور بیاید، خرد خدا از آنور بیاید و اینها بریزد به این چهار بعد ما، از جمله به فکرهای ما، از جمله به عمل ما و به جسم ما بریزد و این را سالم بکند، هیجانات ما از جنس عشق بشود، از جنس لطافت بشود،



از جنس زیبایی بشود، از جنس شادی بشود، از جنس آرامش بشود، آرامشی که از بین نمی رود، ربطی و یا وابستگی به چیزهای بیرون ندارد، حال ما چطوری می شود؟ بله؟

پس اگر کسی غیر از این عمل می کند و زندگی می کند که در اثر تسلیم یا فضاگشایی از آنور شراب زندگی نمی آید، و در چهار بعدش شیرینی را تجربه نمی کند، و اینجا را اقبالگاه نمی داند و هنوز تنهاست، این آدم اشتباه می کند، بد می بینید. و این بد دیدن را هم مولانا امروز توضیح می دهد. امروز می خواهیم در قالب این غزل بسیار ساده و ابیات مثنوی که شاید قبلاً هم بارها خواندیم، این موضوع ساده مساله انسان و راه حل آن را از زبان مولانا توضیح بدهیم. هر کسی متوجه نشده، اگر دقت کند، خیلی روشن متوجه می شود.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۴

به باطن همچو عقلِ کُل، به ظاهر همچو تنگِ کُل

دمی الهام امرِ قُل دمی تشریف اعطینا

باطنش، مرکزش، درونش، چه هست؟ عقل کل. شما فرض کنید در مرکز شما که الان از هم هویت شدگی ها خالی شده، عدم باشد. یعنی در درونتان با چیزی هم هویت نباشید. عقل کل که تمام این کائنات را اداره می کند، عقل خدا می آید می شود مرکز تولید فکرهای شما. یعنی فکرهای شما از آنجا بر می خیزد. مرکز است. مرکز جسمی را نمی گوئیم، آن چیزهایی که ما لازم داریم از مرکز ما می آید.

توجه هم می کنید که با هر چیزی ما هم هویت بشویم، هشیاری به هر چیز می چسبد، آن می شود مرکزش و هر چیزی مرکز ما بشود، می شود عینک دید ما. پس دید ما عوض شده. اگر در مرکز ما درد باشد، همه چیز را پر از درد می بینیم. اگر در مرکز ما مثلاً پول باشد، چیزی که در این جهان می بینیم اینست که چه چیزی این پول را اضافه می کند. ذهن اینطوری طراحی شده است. هر چیزی که آنجا باشد، در بیرون در جستجوی آن است و آن را می پرستد. اگر باور باشد، دنبال باور است. اگر چیز دیگری که شما ارزش می گذارید که با آن هم هویت هستید و آن شده مرکز شما، مثل سکس، آن مرکز فکرهای شماست. یعنی از آنجا سرچشمه می گیرند. می خواهید در بیرون دنبال آن بگردید. اما اگر خدا باشد، بینهایت او باشد، خرد کل باشد، چه می شود؟ خوب آن به هر فکر و عمل و احساساتان می ریزد.

به باطن همچو عقل کل، به ظاهر همچو تنگ کل. تنگ یعنی دسته. تنگ نیست، تنگ است. تنگ گل یعنی دسته گل. پس ظاهر ما که این چهار بعد ماست، جسم ماست، فکر ماست، هیجانان ما، هیجانان مان یعنی چه احساسی



دارم، چه هیجانی دارم، که تا به حال از جنس خشم بوده، ترس بوده، اضطراب بوده، نگرانی بوده، حسادت بوده، حس تاسف بوده، تنهایی بوده، الان دیگر نیست، مثل دسته گل. فکرهایم خلاق است و شادم.

دیدید بعضی آدمها صورتشان شاد است. اصلاً معلوم است تو دلشان قند آب می شود، و هر حرفی می زنند مربوط به شادی است، می خندند، زیاد می خندند، شاد هستند. اینها چهار بعدشان به زندگی ارتعاش می کند. احساساتشان لطیف است. چهار تا بعد داریم. منظور از ظاهر چهار تا بعد است. آیا اینها جاندار هستند؟ جاندار هستند، یعنی جان دارند الان زندگی کنند، حال دارند، انرژی دارند؟ بله. برای اینکه در مرکزشان عقل کل است. پس جسم شان سالم است، فکرهایشان خلاق است، شادی زندگی به فکرهایشان می ریزد. همیشه فکر همراه با شادی می کنند. جسم شان سالم است.

این جسم موقعی سالم می شود که این خرد بتواند این را اداره کند. ما باید ریلکس باشیم، باید آرام باشیم. این جسم تشنج را نمی تواند تحمل کند. استرس را نمی تواند تحمل کند. فشار را نمی تواند تحمل کند. احساس تنهایی را نمی تواند تحمل کند. احساس نقص را نمی تواند تحمل کند. همه اش بیرون یک چیزی می خواهیم. من آرامش ندارم. فکر بعد از فکر می آید، مربوط به چیزهای بیرون است، مربوط به اشتباهاتم است، مربوط به رنجش هایم است. این بدن تحمل این کار را ندارد، به این دلیل است که مریض می شود. پس ظاهرش مثل دسته گل است.

یک لحظه الهام امر قُل. امر قُل که البته در قرآن آمده، می بینید که الان پس از این بیت دو تا فرمان می خوانیم. مولانا اینها را به صورت فرمان می آورد. یعنی فرمان خدا. حالا اگر کسی خدا را هم قبول ندارد، می گوئیم فرمان زندگی، فرمان وجود، قانون زندگی. بالاخره همه چیز قانونمند است دیگر. قانون، که بشر زیر سلطه این قانون است. دو تا قانون است، که دو تا فرمان است که مولانا می آورد.

یکی قُل است، درست است که به حضرت رسول فرموده که تو بگو، ولی مولانا این را تعمیم می دهد به همه انسانها. می گوید: انسانها وقتی جدا شدند از خدا، آمدند من ذهنی ساختند، بعد شناختند من ذهنی آخرین و نهایت وجودشان نیست و این چیز موقت است، می گذارند این فرو بریزد و زندگی هم می خواهد این فرو بریزد. بعد که زودی از این رها شدند، دوباره هشیارانه پیوستند به خدا و آن به بینهایت یعنی به فضای یکتایی، آن موقع خدا به آنها فرمان می دهد که بگو. یعنی بگذار که من خودم را از تو اظهار کنم. این یک فرمان است.



اما در دوران من ذهنی که بیشتر آدمها توش هستند، یک فرمان دیگری است که الان می خوانیم، شما هم می شناسید. آن هم فرمان انصتوا است. یعنی ساکت باشید، حرف نزنید. پس دو تا فرمان است: ساکت باشید، حرف نزنید، بستگی به اینکه در چه وضعیتی هستید. ما عکس عمل می کنیم، در حالی که باید در من ذهنی ساکت باشیم، این ذهن را ساکت کنیم، آرامش داشته باشیم، این ذهن را به کار می اندازیم، تند تند فکر می کنیم، با تند تند فکر کردن می توانیم مسائل بیرون را حل کنیم، و از آن اجسامی که تجسم می کنیم در آنها زندگی هست، زندگی بکشیم. من کم دارم که زندگی نمی توانم بکنم، نیست اینطور.

پس می گوید: یک لحظه تو امر قل را اطاعت می کنی، بنابراین الهامش می آید به مرکزت، از طرف خدا، از طرف زندگی. بعد این پخش می شود به چهار بعدتان. یک لحظه بعد، تشریف، تشریف لباسی است که بزرگان به آدم می دهند. در این مورد خدا می دهد. تشریف اعطینا، اعطینا الان می خوانیم آیه قرآن است، سوره کوثر می گوید:

قرآن کریم، سوره کوثر (۱۰۸)، آیه ۱

إِنَّا أُعْطِينَاكَ الْكُوثَرَ (۱)

ما کوثر را به تو عطا کردیم

ما بینهایت فراوانی را به انسان عطا کردیم. آیه قرآن می گوید. پس تشریف اعطینا هم آن لباس حضور است، هم آن جسمی که، چهار بعدی که خدا در این لحظه به شما می پوشاند، اگر کاملاً تسلیم باشید. و این فراوانی که خدا به ما داده. توجه کنید بینهایت فراوانی، نه بینهایت محدودیت، حساست، نه، تنگ نظری. این تنگ نظری مال من ذهنی است.

من ذهنی، کوثر را یا بینهایت فراوانی خدا را نمی فهمد. برای همین است که حسود است. در مرحله من ذهنی ما حسودیم و کوثر را نمی فهمیم. کوثر هم آب نیست، چشمه اینطوری نیست که آب باشد. بینهایت شادی، بینهایت آرامش، بینهایت خلایق، بینهایت برکت زندگی، از این دلی که صاف شده، مولانا می گوید: هزار جور، هزار جور برکت پخش می شود، ما به ذهن نمی توانیم بگوییم چی هستند. بارها خواندیم این بیت را:

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۲۰۸

غیر نطق و غیر ایما و سِجِل صد هزاران ترجمان خیزد ز دل

پس دلی که به خدا زنده شده، غیر از نطق یعنی حرف زدن، غیر از ایما و اشاره و غیر از سِجِل یعنی نوشته شده، چیزی که می نویسیم، فقط زندگی که فقط این سه تا زبان را ندارد که، اینها زبان ماست. صد هزاران ترجمان خیزد ز دل. صد هزار جور بیان دارد، صد هزار جور برکت دارد. از مرکز ما، از همین کوثر بیان می شود، پخش می



شود در این جهان. به ما فایده اش می رسد؟ بله، اولین فایده اش به ما می رسد. سلامتی ما، شادی ما، آرامش ما، خلایقیت ما و اینکه اینجا اقبالگاه برای ما می شود، یعنی هم‌اش اتفاقات نیک می افتد. شما می گوئید چرا این اتفاقات بد می افتد؟ برای اینکه در مرکز ما درد است. می خواهیم که بیافتد. فرق است بین اینکه خواستنیهای شما از یک مرکز خداگونه می آید، یا دردهایتان که آنجا هست می آید؟ اگر دردها می آید، شما چیزهای بد خواهید آفرید، که می آفرینید.

تمام چیزهای بد که در زندگی شما آفریده شده، شما آفریدید. حالا امروز شما می گوئید اینجا اقبالگاه است، پس این همه بدبختی از کجا آمده؟ از مرکز تو. هر کسی بدبختی خودش را خودش می آفریند. و اگر شما پنجاه میلیون من ذهنی را یکجا جمع کنید، چون مرکز آنها پر از درد است، پر از هم هویت شدگی است، جمع بشود، یک بدبختی بزرگی می آفریند. بلی، آنجا را از اقبالگاه در می آورد.

امروزه وضعیت بشر اینطوری است. یا باید به حرف بزرگان گوش بدهند. هر کسی مسئول تغییر درون خودش باشد. هر کسی مسئول تسلیم شدن خودش باشد، فضاگشایی خودش باشد، ما هم به همدیگر کمک کنیم، همکاری کنیم، یا این تنگ نظری و محدودیت من ذهنی و حس کمیابی من ذهنی که عکس کوثر است، تشریف اعطینا است، ما را بدبخت خواهد کرد. ولی شما شخصاً کاری به دیگران ندارید.

شما باید هم‌اش فکر کنید آیا من این تشریف یا این لباس بینهایت فراوانی خدا را الان پوشیدم. اگر بینم یکی وضعش خوب می شود، خوب خوشم می آید، خوشحال می شوم و این اصیل است، تبریک می گویم یا ناراحت می شوم؟ آیا من بخیل هستم، من حسود هستم، من تنگ نظر هستم؟ این سوالات را از خودتان بکنید.

بخیلی و تنگ نظری شما فقط به شما لطمه نمی زد. به همه لطمه می زند. یا شما فکر می کنید بخیل برای دیگران، برای خودم که هم‌اش می گویم کوثر، بینهایت خدا، نه همچون چیزی نیست. اگر شما بخیلید، تنگ نظرید، برای خودتان هم هستید. نمی شود آدم بچه خودش را عشق داشته باشد، دوست داشته باشد، بچه دیگران را دوست نداشته باشد، و تنفر داشته باشد. همچون چیزی نمی شود. یا شما از جنس عشق هستید و برکت بینهایت کوثر را دارید در مرکزتان، یا یک مرکز پر از درد دارید.

و امروز در غزل می گوید، می گوید آن کسی که بیناست، مهر و کینت را می بیند. ما نمی توانیم کین خودمان را به جای مهر جا بزنیم. اگر هم به آدمهای دیگر می قبولانیم، یا به خودمان در توهمات مان قبولانیم، به خدا نمی توانیم بقبولانیم. او همه چیز را می بیند. پس متوجه شدیم. در باطن مان عقل کل، در مرکزمان، ظاهرمان مثل



دسته گل، یک لحظه خدا الهام می کند به مرکز ما و ما در بیرون و درون یک لباس بینهایت فراوانی خدا را می پوشیم.

و بله اجازه دهید می خواهم من این ابیاتی که بارها خواندیم، شما ببینید، چهار تا بیت می خوانم. این چهار تا بیت را من امیدوارم شما حفظ کنید، و در ذهنتان همیشه داشته باشید. آن چارچوبی که شما در ذهنتان می سازید، از خودتان و از ذهنتان و مشخصات ذهنتان و ابزار ذهنتان چنان باید روشن باشد که همیشه خودتان را ببینید. شما باید بدانید مثلاً من ذهنی یک ابزاری پیش آورد، الان پایتان خواهد لغزید. واضح است که وقتی حسادت می کنید، این من ذهنی است. وقتی قضاوت می کنید، من ذهنی است. وقتی مقاومت می کنید، من ذهنی است. وقتی ملامت می کنید، من ذهنی است. وقتی اتفاقی افتاده، می گوید اینور آنور نگاه کنم ببینم کی هست گردنش بیندازم، من ذهنی است. یعنی شما مسئولیت پذیر نیستید. درست است؟

وقتی یک چیز آفل می بینید، چیز آفل چه هست؟ چیزی که ذهن بتواند نشان بدهد. هر چیزی که می بینید و این چیز آفل می خواهد آدم باشد، می خواهد پول باشد، می خواهد جسم باشد، می خواهد زیباترین کاردستی جهان باشد، عتیقه باشد، الماس باشد و توجه شما را این جذب می کند، به طوری که می گیرد و توجه را نگه می دارد، شما بدانید که آن دارد دلتان می شود و پایتان دارد می لغزد. فرق دارد با اینکه آدم چیزی را داشته باشد به عنوان یک چیز دل نبندد، و آن چیز را داشته باشد با آن هم هویت باشد و مرکزش باشد. این دو تا با هم زمین تا آسمان فرق دارند.

یکی اش آن جسم بیرونی است، پول است، خوب دارم یا ندارم. یکی مرکز من است. عینک من است. هشیاری مرا تعیین می کند. سرنوشت مرا تعیین می کند. حال مرا تعیین می کند. دید مرا تعیین می کند. چهار تا بیت است. یکی اش می گوید حواست را به دیگران نده. کسی را عوض نکن. با کسی کاری نداشته باش. بیت بعدی می گوید: اگر شما این کار را بکنید و در این کار اصیل باشید، پس از یک مدتی به آن بهشت، به آن فضای یکتایی و آن بینهایت فراوانی وصل خواهید شد. بیت بعدی می گوید: آن موقع امر قل خواهد آمد. اطاعت کن و خودت را بیان کن. بیت بعدی می گوید آن موقع خاموش باش. پس حواست را به دیگران نده.

اگر این عمل را انجام دادی، وصل خواهی شد. پس امکان وصل شدن مجدد به خدا یا امکان قیامت ما وجود دارد. و خدا منتظر است به هر کدام از ما امر قل اش را جاری کند. ولی قبل از همه اینها می گوید: خاموش باش. این بیت مهم است. سه بیت بعدی هم مهم است که شما اینها را حفظ خواهید کرد و هر روز هم خواهید خواند.



مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶

تا کنی مر غیر را خبر و سنی خویش را بدخو و خالی می کنی

تا بخواهی یکی دیگر را عوض کنی و دانشمند بکنی و بلند مرتبه بکنی، تو برای این کار مجبوری حواست را از روی خودت برداری و بگذاری روی یکی دیگر. بنابراین قبلاً موازی بودی با زندگی، انرژی زندگی، خرد زندگی از تو رد می شد، الان که می خواهی روی یکی دیگر تمرکز کنی، حتماً باید با ذهنت بکنی. باید قطع کنی خودت را از زندگی، بروی به ذهنت، با ذهنت توجه ات را بدهی به یکی دیگر که آن را عوض کنی. پس بنابراین تو خواهی رفت به ذهن. بنابراین خالی و بدخو خواهی شد. چرا بدخو خواهی شد؟ برای اینکه می روی به ذهن. ذهن، بدخو است. خالیم برای اینکه تو ذهن ما خالی هستیم و پُر آنوری است. پُر، فضای یکتایی است. ذهن، خالی است. پس فهمیدیم حواسمان را نباید به یکی دیگر بدهیم.

می خواهیم بگوییم که چرا ما اقبالگاه را بدبختی گاه کردیم؟ جای بدبختی کردیم. الان می گوید. شما حواست را به یکی دیگر نده. امروز گفتیم قضاوت، مقاومت و هم هویت شدن با چیزهای آفل سبب می شود پای ما بلغزد. هر موقع شما قضاوت می کنید، حواستان به یکی دیگر است. هر موقع مقاومت می کنید، حضور ندارید. بیشتر موقع ها هم ما در مقابل آدمها مقاومت می کنیم. یک چیزی می گویند ما خوشمان نمی آید. چرا؟ ما با آن باورها هم هویت هستیم. آدمهای زیادی در روز می بینیم که چیزهایی می گویند که ما خوشمان نمی آید. اشکال دارد؟ نه، اشکال ندارد. ما خوشمان نمی آید برای اینکه با باورهایی هم هویت هستیم که آنها آن طوری رفتار نمی کنند و آن طوری هم فکر نمی کنند.

امروز پایین خواهیم دید، می گوید: یک بینا وقتی به شما نگاه کند می فهمد دینت چه هست. دینت یک مشت باور است گذاشتی مرکزت، این دینت است که هر کسی این باورها را ندارد، این رفتارها را ندارد، دشمن توست و دین ندارد، فقط تو دین داری، این یک جور دین است. دین دوم اینست که فقط خدا را بگذاری اینجا. دین واقعی آن است، که آن باورها را جارو کنی بریزی دور، لا کنی، و مسلمان واقعی بشوی. الا الله بیاید مرکزت. بله، آن موقع شما یک دین دیگری داری. دین اصلی آن است. پس شما باید باور کنید، حداقل در حد باور که ما مرکزمان خالی می شود، وقتی هم هویت شدگی هایمان را انداختیم و متصل می شویم هشیارانه به آن عدن، عدن یعنی بهشت یا فضای یکتایی، منظورش فضای یکتایی است یا خداست.



مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۷

متصل چون شد دلت با آن عدن هین بگو مه‌راس از خالی شدن

پس ما فهمیدیم اگر حواسمان را ندهیم به یکی دیگر، حتماً متصل خواهیم شد با خدا و آن موقع می‌توانیم حرف بزیم، خالی نخواهیم شد. چرا؟ وصل شدیم به بینهایت خدا. بله اینجا می‌گوید:

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۸

امر قل زین آمدش کای راستین کم نخواهد شد بگو دریاست این

پس امر قل فقط به حضرت رسول نیامده. به همه هست، اما نه موقعی که در من ذهنی هستیم. موقعی که متصل می‌شود به آن فضای یکتایی و آن موقع باید بگویی، و این گفتگو را لزوماً ما به زبان نمی‌گوییم. هر کسی موازی با زندگی است، خدا هر جور خواهد خودش را از طریق آن بیان می‌کند. پس بنابراین شما راستین می‌شوید. راستین یعنی در مرکزتان چیزهای بیرونی نیست و زندگی هست فقط. و می‌دانید که الان از آن فضا دارید صحبت می‌کنید. آن فضا بینهایت خداست و پایان ناپذیر است. دریاست. دریا یعنی بینهایت در اینجا.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۹

انصتوا یعنی که آبت را به لاغ

هین تلف کم کن که لب خشک ست باغ

پس زمانی که من ذهنی داریم، فرمان انصتوا است. یعنی خاموش باشید. خاموش باشید و آب زندگی تان را که از آنور می‌آید بیهوده، به لاغ یعنی بیهوده، هین تلف کم کن، یعنی اصلاً تلف نکن، برای اینکه باغت خشکیده. شما آدمهایی را نگاه کنید به عنوان نه قضاوت، فقط برای یادگیری، که اینها می‌خواهند دیگران را عوض کنند. خودشان که خالی هستند. یعنی چیزی ندارند که به مردم ارائه کنند. اینها فقط ایراد می‌گیرند. چرا این اینطوری هست، چرا آن اینطوری است، هیچ موقع نمی‌گویند که چکار باید بکنیم؟ هیچ راه حلی ندارند. برای اینکه راه حل از آن فضا می‌آید. فقط ایراد می‌گیرند که چرا این نواقص را داریم. از اینها بپرسی که خوب اینها را چطوری می‌شود رفع کرد؟ نمی‌دانند که فقط می‌دانند که این نباید اینجا باشد. از اینها بپرس خوب این اینجا نباشد، کجا بگذاریم این را؟ می‌گوید من نمی‌دانم. چرا نمی‌دانند؟ برای اینکه خالی است. بدخو هم است.

حالا ما حواسمان را بدهیم به خودمان، طبق بیت اول، آیا ما بدخو و خالی هستیم؟ آیا شما فکر می‌کنید حقیقتاً وقتی با ذهن ما صحبت می‌کنیم، مخصوصاً بدخو هم هستیم، واقعاً مردم نشستند به حرف ما گوش می‌کنند و می‌



خواهند خودشان را عوض کنند؟ آیا شما تا حالا توانسته‌اید کسی را عوض کنید؟ تو زندگی تان نگاه کنید. بگویید من توانسته‌ام یک نفر را عوض کنم؟ شما خواهید دید حتی با این اخلاق نتوانسته‌اید خودتان را عوض کنید. چقدر چیزها است که ما می‌خواهیم عوض بشویم. خوردنمان را درست کنیم. خوابیدنمان را درست کنیم. خیلی چیزها را که ما را اذیت می‌کند. نمی‌توانیم درست کنیم. هفتاد سال است که می‌خوریم. خوردنمان را نمی‌توانیم درست کنیم. پس کی درست می‌کند؟ وقتی موازی می‌شویم با زندگی، زندگی درست می‌کند. همین الان دارد می‌گوید عقل کل.

به باطن عقل کل، به ظاهر دسته گل. یک لحظه الهام امر قل. همان لحظه، یک لحظه بعد جامد شدن آن و به فرم درآمدن آن. پس خدا به مرکز شما الهام می‌کند، یک لحظه بعد تشریفش را، زیباییش را در چهار بعدتان می‌بینید. اگر شما به این چیزها دقت نکنید، در این صورت لباس زشت من ذهنی را خواهید پوشید. من ذهنی در مرکز ما، دردها در مرکز ما و زشت‌تر از آن لباس آنست که به صورت بدخویی به صورت اتفاقات بسیار بد باید در زندگی مان تجربه کنیم.

هر جامعه که اتفاقات بد تجربه می‌کند، حتماً توش مقاومت بوده، مقاومت دسته جمعی بوده، حتماً قضاوت بوده، حتماً قطب داشتند، با یک چیز یا چیزهایی می‌جنگیدند. هم در مورد فرد صادق است، و هم در مورد جمع این صحبتها. هم فرد آب را، آب زندگیش را، خرد زندگیش را به لاغ، بیهوده تلف می‌کند، هم جمع. شما گفتم پنجاه میلیون انسان من ذهنی پر از درد در سینه را جمع کنید، اینها راه دیگری بلد نیستند، جز ستیزه با هم و ستیزه دسته جمعی با کسانی که غیر از آنها فکر می‌کنند. غیر از آنها رفتار می‌کنند. چون با آن باورها و رفتارها هم هویت هستند. اینها را برای چی می‌خوانیم؟ برای اینکه هر کسی حواسش را بدهد به خودش، امروز خواندیم، خودش را درست کند. پس حواسمان به خودمان است. ببینید اینها همه همین را می‌گویند.

یکی یکی دوباره، حواست را به خودت بده تا بدخو و خالی نشوی. متصل خواهی شد با خدا مجدداً امیدوار باش. اگر حواست به خودت است، اگر قضاوت نمی‌کنی، اگر ایراد نمی‌گیری، اگر حواست به مردم نیست، هم‌ااش چطوری من فضا را باز کنم؟ چطوری در درون بیشتر شوم؟ این فضا به من نشان بدهد با چی هم هویت شدم، چه دردهایی دارم، اینها را بیندازم و آن موقع هر چه بیشتر از آن فضا عمل کنم و فکر کنم. امر قل خواهد آمد. بگو، وقتی فضا دار شدم در مرکز، راستین خواهم شد، تا حالا دروغین بودم و چیزی از من کم نخواهد شد، برای اینکه به دریا وصل شدم، به کوثر وصل شدم و من هر لحظه انصوتا یعنی خاموش باشید را تمرین می‌کنم.



و من می دانم اگر باغم لب خشکست، اگر باغم خشکیده، باغ چطوری می خشکد؟ به بدنتان نگاه کنید. آدمهایی هستند که سی سال دارند، در اوج جوانی سرطان گرفتند. سکنه کردند یکبار. انواع و اقسام دارو می خورند. مواد مخدر مصرف می کنند. مشروب الکی می خورند. باغشان لب خشک است. در بعد جسمی لب خشک است. هیچ فکر خلاق ندارند. فقط فکرهای دیگران را که از روی تقلید یاد گرفتند تکرار می کنند، با آنها هم هویت هستند. تقریباً تمام فکرهایشان تکراری است. باغ هیجاناتشان چطوری است؟ تمام هیجاناتشان از جنس هیجانات منفی، مثل خشم، ترس، تنفر، کینه، رنجش و اینها هستند. باغشان خشکیده. اینها جان دارند؟ نه. دائماً یک گوشه‌ای. حال ندارند، حال کار ندارند، حال حرکت ندارند. لب خشکست باغ یعنی این.

هر کسی باغ خودش را باید آبادان کند با آبی که از آنور می آورد. ما مسئول کیفیت هشیاری مان در این لحظه هستیم، دیگران نیستند. کسانی که به بیرون نگاه می کنند، هم‌اش می گویند آن کرده، این کرده، چرا اینطوری می کنند؟ چرا باغ ما را خشکانند؟ باغ خودت را خودت خشکاندی. الان هم که این دانش هست. قبلاً می گوییم مولانا را نمی شناختیم. در این برنامه ۷۵۶ تا با این برنامه، برنامه اجرا کردیم. هر کدام از این برنامه‌ها می تواند آب را جاری کند در باغ شما. به شرط اینکه شما باغ خودتان را رها نکنید، حواستان به باغ یکی دیگر باشد. بیشتر حواسمان به این است که باغ یکی دیگر را بخشانیم تا باغ ما آباد شود. حسادت و بخل من ذهنی.

*** پایان قسمت اول ***



بله، صحبت کوثر شد. این سه تا آیه را خوب توجه کنید، اصلاً لزومی ندارد حتی اگر عربی بلد نیستی، حتی عربیش را بلد باشی. می گوید:

ما قرآن کریم، سوره کوثر (۱۰۸)، آیه ۱

إِنَّا أُعْطِينَاكَ الْكُوثَرَ (۱)

ما کوثر را به تو عطا کردیم

یعنی ما بینهایت فراوانی را به تو انسان دادیم. این بینهایت فراوانی را موقعی که خودش را به صورت ما به این جهان فرستاد، داده. یعنی ما از جنس خدا هستیم. ممکن است شما بگویید چرا من تجربه محدودیت در پولم دارم؟ چرا پولدار نمی شوم؟ برای اینکه من ذهنی ات نمی گذارد. برای اینکه تو به کوثر اعتقادی نداری. یک کسی کار می کند هشت ساعت، من ذهنی اش می گوید کمترین انرژی را بگذار، کمترین راندمان را داشته باش، اگر می شود اصلاً کار نکن و پول بگیر. زندگی چه می گوید؟ می گوید بهترین توانت را در این هشت ساعت بگذار. فکر خلاق کن. مهم نیست که کار مال خودت است یا مال یکی دیگر است. تو باید انرژی خلاق مرا، فراوانی مرا به معرض نمایش بگذاری. کوثر یعنی این دیگر.

ما کوثر را به تو عطا کردیم، یعنی بگیری معطل کنی. کوثر را باید بریزی به فکر و عملت. اصلاً آنطوری نیست که شما بگویید که من حالا برای دیگران کار می کنم، خوب کمترین کار را انجام بدهم، چه فایده دارد این کار؟ این آدم پولدار بشود، آن موقع به من این قدر بدهد. موضوع سر اینست که این بینهایت خلاقیتی که پشت شما هست، خلاقیت خدا به معرض نمایش گذاشته می شود یا نمی شود؟ نتیجه دارد یا ندارد؟ یا شما بینهایت خدا را گرفتید از کار انداختید. ما از کار انداختیم. ما به جای بینهایت خدا بخل و حسادت و چوب لای چرخ مردم گذاشتن و ضرر زدن و دعا کردن که مردم ورشکست شوند، با اینها می گذاریم. اینها کار من ذهنی است. من ذهنی هم بینهایت محدودیت و کمیابی را پیشه خودش کرده.

ما امروز دوباره خواهیم خواند. من ذهنی هیچ کاری نیست که انجام بدهد، به خودش لطمه نزند. امروز در غزل اصطلاح خوشی بی پشیمانی را داریم. خوشی بی پشیمانی یعنی همه خوشی هایی که من ذهنی بر اساس خودنمایی ایجاد می کند، پشیمانی دارد. توجه می کنید؟ پس خدا بینهایت فراوانیش را به هر انسانی داده و آن انسان رفته این بینهایت فراوانی را گذاشته کنار و مشغول بخل و حسادت و تنگ نظری و گسترش کمیابی است. شما در خودتان بازبینی کنید.

پس می گوید



قرآن کریم، سوره کوثر (۱۰۸)، آیه ۲

فَصَلِّ لِرَبِّكَ وَأَنْخَرْ (۲)

پس برای پروردگارت نماز بخوان و قربانی کن

نماز بخوان و قربانی کن یعنی، نماز بخوان یعنی همیشه در حال تسلیم باش. قربانی کن یعنی یک قسمتی از من ذهنی ات را بشناس و بینداز. قربانی کن نه اینکه یک بز یا یک گوسفند را بگیر سرش را ببر. یا بنشین این نماز استاندارد را بخوان، نه. هر انسانی هر لحظه باید فضاگشا باشد، فضاگشا، فضاگشا، هر اتفاقی می افتد، فضا را باز می کنید. چرا؟ می گوید که این را قضا آفریده. قضا و قدر قانون الهی است. خدا با کن فیکون کار می کند. نگاه کنید همه این چیزها این تو هست الان. باش و می شود و قضا موقعی کار می کند که ما تسلیم باشیم. پس برای پروردگارت قربانی کن. یعنی یک قسمتهایی از خودت را هر لحظه بشناس و رها کن.

شما وقتی رنجشهایتان را می شناسید، یکی یکی می اندازید، دارید قربانی می دهید. و هر لحظه، هر لحظه مقاومت را صفر می کنی، مقاومت را صفر می کنی، شما نماز می خوانی، برای اینکه اجازه می دهی زندگی با شما یکی شود. اصلاً نماز برای وصل شدن است، برای حضور است. حالا اینجا اینطوری ترجمه کردند. یعنی عبادت کن. گفته به ما هیچ عبادتی بهتر از تسلیم و صبر نیست، یادتان هست.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۴۶

هیچ تسبیحی ندارد این درج صبر کن کالصبر مفتاح الفرج

یعنی هیچ عبادتی مرتبه و مقام صبر را ندارد و تو تسلیم شو و صبر کن، و این صبر کلید گشایش است، کلید آزاد شدن است. پس بنابراین ما با توجه به اینکه کوثر را به ما داده، بینهایت فراوانی را به ما داده و این هم هویت شدگی‌ها ما را از جنس محدودیت کرده و کوثر را از کار انداخته، ما می خواهیم این هم هویت شدگی‌ها را بشناسیم، و هر لحظه یک فرصت است برای شناخت هم هویت شدگی و انداختن آن.

شما نگاه کنید این لحظه یک فکر می آید رد می شود، فکر می آید رد می شود. از همه متغیرتر و آفل تر در جهان چه هست؟ فکر. عجیب است فکر را ما مبنای هستی قرار دادیم. یعنی خدا در هر لحظه به ما پیغام می دهد، ببین فکرت می عوض می شود. تو چیزی را که عوض نمی شود، چرا ول کردی، رفتی چسبیدی به چیزی که می عوض می شود. این چه خاصیتی است تو داری؟ اینها را کی می گوید؟ اینها را زندگی می گوید به ما. لحظه به لحظه.

این لحظه یک فکر می آید، لحظه بعد دیگر آن فکر نیست. معنیش چه هست؟ چرا به آن چیزی که می رود و تغییر می کند و آفل است چسبیدی تو؟ چرا بر اساس آن من درست کردی؟ چرا آن را گذاشتی مرکزت؟ چرا مرا



نمی گذاری مرکزت؟ این را از زبان خدا بگیرد. همین لحظه عملاً نگاه کنید هی فکرها تغییر می کنند. چرا تغییر شوندگان و تغییر کنندگان را گذاشتی مرکزت؟ چرا؟ از خودتان پرسید. به همین علت ما می ترسیم. به همین علت ما دچار محدودیت هستیم، ولی هر لحظه خدا پیغامش را به ما می دهد. چه می گوید؟ می گوید تو می بینی که فکرها تغییر می کنند. چیزهای آفل را می شناسی. اگر چیزهای آفل را می شناسی، چطوری می شناسی؟ پس در تو یک چیزی وجود دارد که آفل نیست.

آن چیزی که آفل نیست در تو کی هست؟ من هستم و خودتی. چرا آن را رها کردی و هی با چیزهای آفل دنبالش می روی و چی شد و چی شد، هی تغییر می کند و تو هم دنبال این تغییرات را گرفتی و می روی. اینها را قربانی کن. قربانی کردن یعنی اینکه تو شناسایی کنی که این چیزهای آفل من نیستم. این فکرهای آفل من نیستم. اصلاً من فکر نیستم. فکرها در من ایجاد می شوند. من ایجاد کننده فکرها هستم، نه فکرها ایجاد کننده من. امروزه ما نشستیم فکرها ما را درست کنند. منشا فکرها که آفل هستند، فضای یکتایی است که ما از آن جنس هستیم. ما هستیم، ما از جنس فکر نیستیم، چون ما فکر را می بینیم. پس ما جاودانه هستیم. ما از جنس چیزی که تغییر بکند نیستیم. ما ثبات داریم. بیخودی نیست که مولانا می گوید:

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۱۹۷

ای دهنده قوت و تمکین و ثبات خلق را زین بی ثباتی ده نجات

ما از جنس ثبات هستیم. پایداری هستیم. جاودانگی هستیم. ما از جنس ابدیت هستیم. کوثر همین دو تا حالت خداست. یکی بینهایت است و یکی هم ابدیت. ابدیت که ما از جنس آن هستیم به ما می گوید که: این چیزهای آفل را قربانی کن. یعنی اینها را رها کن و مرا بگیر. و الان مولانا گفته من دارم توضیح می دهم. گفته تشریف اعطینا. به همین دلیل من اینها را دارم توضیح می دهم. در آیه بعد که سه تا هست، در آیه سوم می گوید که این من ذهنی ابتر است، قدرت ندارد، عاری از برکات است.

یعنی اولاً من ذهنی بدخواه توست. تنها بدخواه ما فقط یک باشنده است. من ذهنی خودمان. دیگران هم اگر بدخواهی می کنند و به ما ضربه می زنند، بخاطر من ذهنی خودمان است. اگر من ذهنی نداشته باشیم نمی توانستند روی ما تاثیر بگذارند. اگر شما فضا را باز کنید و از خرد زندگی استفاده کنید، چه کسی می تواند به شما لطمه بزند، چون واکنش نشان می دهید. کی واکنش نشان می دهد؟ من ذهنی شما مرکز شماست. بعد آن موقع ضرر می زند. که بدخواه تو خود ابتر است. ابتر یعنی ناقص، دم بریده، عقل کم و هیچ برکتی ندارد این.



شما نگاه کنید که بدخواه ما که من ذهنی باشد، من ذهنی که خودمان درست کردیم، و در حال فرو ریزش است. یعنی قضا و قدر، قانون قضا و کن فیکون در حال از بین بردن من ذهنی است. همیشه در حال فرو ریزش است و ما مقاومت می کنیم. و شما می دانید الان این بدخواه ما یعنی من ذهنی ما، با فکرهاش که از دردها می آیند، هیچ خیر و برکتی ندارد. هر کاری می کند به ما ضرر می زند. برای همین است که در بیت‌های بعدی به ما می گوید خوشی بی پشیمانی باید داشته باشی. خوشی های ما همه با پشیمانی است. بله نگاه کنید همین است.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۴

تصورهای روحانی، خوشی بی پشیمانی

ز رزم و بزم پنهانی، ز سیر سیر او اخصی

تصورهای روحانی یعنی مرکز ما باز بشود. هی لحظه به لحظه شما فضاگشایی کنید. نه اینکه مثلاً یکجور فکرها هست که معنوی و روحانی اند، یک جور فکرها است که معنوی و روحانی نیستند. پس لازم است ما این فکرها را در مرکزمان نگه داریم. ما نباید دنبال این باشیم که فکرها را از هم جدا کنیم. این فکر لقی است، اینها خیلی عالی هستند. این عالی ها را باید با آنها هم هویت شویم. این بدها را بگذاریم کنار. بعد یک دفعه ببینیم این بدهایی که ما گذاشتیم کنار یکی دیگر گذاشته مرکزش و اینها دشمن ما هستند.

ولی اگر انسانها در مرکزشان فضا را باز کنند، ما متوجه می شویم که همه مان از یک جنس هستیم. از همان جنس فضای گشوده شده که خداست و زندگی است و همه ما از آن جنس هستیم. و این تفاوت‌های ظاهری، تفاوت‌های جسمی، قیافه، رنگ، پوست، نمی دانم باورها، هیجانات اینها همه چیزهای سطحی و ظاهری هستند. در حالی که اینها الان مبنا قرار گرفته‌اند. چه چیزی سبب جنگ می شود؟ همین تفاوت‌ها. تصورهای روحانی یعنی باز کردن فضا در مرکز، از این انقباض بیرون در بیاییم که هر لحظه مقاومت و ستیزه و ما منقبض شدیم، زیر فشار هستیم، باز بشویم.

خوشی بی پشیمانی. این اصطلاح خوشی بی پشیمانی و رزم و بزم پنهانی را خواهش می کنم خوب توجه کنید. همه قسمت‌ها را باید توجه کنید. خیلی مهم هستند این اصطلاحات. نگاه کنید من ذهنی همیشه خوشی‌هایی که دارد بر اساس خودنمایی است. فرزند من رفته در فلان دانشگاه قبول شده و این فرزند من است، من تربیتش کردم و مال شما نشده، و من بسیار خوشحالم، در حالی که با فرزندم هم هویت هستم. وقتی او موفق شده درست مثل اینکه من موفق شدم. این اصلاً امتداد من است. این فرزند من امتداد من است. امتداد من ذهنی من است.



هر خصوصیتی، هر چیزی که به ما تعلق دارد، هر چیزی که ذهن ما از آن تشکیل شده، من ذهنی ما از آن تشکیل شده، ما یادمان می آوریم در تنهایی دچار خوشی می شویم، یا به دیگران ارائه می کنیم و دچار خوشی می شویم، اینها همه پشیمانی خواهد داشت. اینها همه خوشی های توام با پشیمانی است. برای اینکه اینها همه بر اساس چیزهای آفل هستند، و آن توهمی که شما مثلاً فکر می کنید فرزندان امتداد شماست، اصلاً پس از چند سال خواهید دید که فرزندان شما را فراموش کرده. اصلاً به شما زنگ هم نمی زند، که شما حس بزرگی بکنید که این فرزند من است، رفته فلان مقام رسیده. یک سرخوردگی عجیبی، غم و غصه جدیدی، پس آن خوشی هایی که ما داشتیم برای شما، بخاطر شما، پس آنها چی بود؟ آنها کاذب بود.

هر موقعیتی که ما بلند می شویم یک چیزی از خودمان ارائه می کنیم، و به نظر می آید که حالمان خوب شد، حتی اگر خودمان را زیر نورافکن قرار بدهیم، خواهیم دید بعد از دو سه دقیقه حالمان بد می شود. آن موقع خوشی دارد، بلافاصله ناخوشی دارد. هر کسی در زندگیش خوشی های با پشیمانی داشته، باید ببیند که این خوشی ها چرا اینقدر پشیمانی داشته و چرا مولانا این اصطلاح را به کار می برد. می گوید وقتی فضا را باز می کنی از آن فضای گشوده شده خوشی بی پشیمانی می آید. خوشی بی پشیمانی، خوشی است که از طرف زندگی می آید. حق ماست. از آنور می آید.

این خوشی های کاذبی که از چیزهای بیرون می آید اینها حالا یک کلمه خوبی پیدا کنیم، بگوییم حرام است، شاید بعضی ها خوششان نیاید. اصلاً مجاز نیست، خوشی نیست، خوشی با پشیمانی خوشی نیست، و این از رزم و بزم پنهانی می آید. رزم و بزم پنهانی، رزمش اینست که این خرد کل آمده در درون شما، شما تشخیص می دهید که همین الان که می خواستید بلند شوید، بگویید من، بلند نمی شوید، و این رزم است. می خواستید مقاومت کنید، جواب آن طرف را بدهید، نمی دهید.

با کی رزم می کنی؟ با من ذهنی ات. هر موقع ما می خواهیم بلند شویم خودمان را نشان دهیم، یک جنبه ای از خودمان را به معرض نمایش بگذاریم و نشان بدهیم برتریم یا این هم ما داریم، شما ببینید مردم، این را اگر بلند نشویم و نکنیم این رزم است، رزم واقعی این است و بلافاصله بعدش بزم می آید.

رزم و بزم را شما در شاهنامه در مورد پهلوانان اصیل مثل رستم می بینید. همیشه رزم دارد و بزم دارد. و رزم و بزم ما در مرکز ماست. اصلاً یک اتفاق می افتد. من ذهنی می پرد وسط می خواهد واکنش نشان بدهد و مقاومت کند، ستیزه کند. اینکه شما هشیار باشید، صبر کنید و هشیری را نگه دارید و واکنش نشان ندهید، این آدم می



لرزد بعضی مواقع، ولی این رزم است. برای همین می گوید رزم و بزم پنهانی. فضاگشایی، از آن فضا خوشی بی پشیمانی. از درون می آید. و در حال رمز و بزم پنهانی از کجا؟ ز سر سرّ او اخفی. و این باز هم آیه قرآن است. می گوید از اینکه شما می دانید خدا به پنهانی ترین جنبه ترین وجودی ما آگاه است. ز سر سرّ او اخفی، یعنی یک سر داریم تو ذهن می دانیم. مثلاً من یک چیزی تو ذهنم دارم و یک چیز دیگری می گویم، پنهان می کنم. ولی این من ذهنی من که پنهان کردم، یک داستان دیگری است پشت آن که آن هم خدا می داند، ما که نمی دانیم. آن سراسر است، آن سر است که قضا و قدر است. آن سر است که کن فیکون است.

آن سر است که اتفاقات را او به وجود می آورد. آن سر است که منظوری داده به ما. گفته تو می روی آنجا، هم هویت می شوی، باید هم هویت شدگی ها را بشناسی و بیندازی. نه اینکه هم هویت شدگی ها را مبنای عقلت قرار بدهی و چیزهایی را از من پنهان کنی و به من ذهنی ادامه بدهی و زرنگی کنی. یعنی یک کسی باید به سر سرّ او اخفی، یعنی در خفا، به طور پنهانی، خدا یا زندگی به تمام امور آگاه است از جمله امور من، دارد نگاه می کند. من به امید او، به امید کن فیکون و قانون قضا، من فضاگشایی می کنم، خوشی بی پشیمانی دارم، و با استفاده از خرد این فضای گشوده شده رزم و بزم پنهانی دارم.

هر رزمی دنبالش بزم است. اگر شما الان بلند نشدید جواب یکی را بدهید، واکنش نشان ندادی، بلافاصله بزمش می آید. اگر کسی به شما توهین می کند، جوابش را ندهی، واکنش نشان ندهی و این رزم را اجرا کنی، فضا را باز کنی، من شما کوچک می شود. از کوچک شدن من که نمی گذارید بزرگ شود. یک جنبه رزم اینست که من شما کوچک می شود، وقتی می خواهد بزرگ بشود نمی گذارید. می گوید همان کوچک بمان.

اگر من ذهنی را کوچک نگه دارید این منتهای رزم است. نمی گذارم بلند شوی، خشمگین بشوی، مثل گربه موهایت را سیخ کنی و بزرگ بشوی. شما دارید نگاه می کنید. درست مثل اینکه یک بافتی آنجا هست. این می خواهد کارهای مضر انجام دهد و شما رزم می کنید و نمی گذارید. نمی گذارید دارید نگاه می کنید.

گفتم مستلزم زیر نور افکن قرار دادن خود است. آن چند تا بیتی که قبلاً خواندم باید حفظ باشیم. من دوباره تکرار می کنم. برای موفقیت در این کار می بینید من چقدر تکرار می کنم. شما باید یک سری ابزارها را توأم در هر زمان بدانید، و مثل یک تکنیسین، یک کسی که بلد است از ابزارش استفاده کند، از این ابزارها هی استفاده کنید. و بدانید که من ذهنی شما چه فریبی می خواهد بدهد. از چه چیزی می خواهد استفاده کند. تا ملامت می



کند بفهمید ملامت می کند. تا واکنش نشان می دهد، بفهمی واکنش نشان می دهد. تا یک چیز آفل می بینید می خواهد بچسبد، یک چیز آفل دیدی الان آب دهنش جاری شده، من نمی گذارم.

و وقتی مقاومت می کند شما متوجه می شوید جای لغزش است. وقتی غیبت می کند، وقتی عیبی می بیند می خواهد بگوید، شما می گوید من عیب را دیدم، نمی گویم. برای اینکه این می خواهد سواستفاده کند. عیب دیدن مردم و عیبگویی مردم به حال هشیاری من، خداییت من که تاثیر ندارد. من چرا بگویم.

توجه می کنید که شما می خواهید تبدیل شوید. یک منظور داریم. یک مقصود داریم از آمدن به این جهان که پس از اینکه همه ما ناآگاهانه بدون اینکه بفهمیم من ذهنی ایجاد می کنیم، از این من ذهنی و هشیاری جسمی تبدیل شویم. ما همه مان یک منظور داریم و زندگی هر لحظه دنبال این است. توجه کنید هر لحظه اتفاقاتی که می افتد برای این کار است. اتفاقات نمی افتد که شما پولدار شوید. باز هم آمدیم به همین صحبتی که دائماً دوستان ما می کنند.

اتفاقات برای خوشبخت تر کردن و بدبخت تر کردن شما یا برای بدبختی یا خوشبختی شما نمی افتند. اتفاقات برای بیداری شما از خواب ذهن می افتند، و اتفاق این لحظه بهترین اتفاق طرح شده، مطرح شده به وسیله قانون قضاست برای بیداری شما از خواب ذهن و درد.

پس اتفاقات نمی افتند من پولدار بشوم یا بی پول بشوم. اتفاقات نمی افتند که من همسر پیدا کنم یا نکنم. اتفاقات نمی افتند که من به فلان مقام برسم یا نرسم. منظور زندگی در این لحظه متوجه کردن ما به این موضوع است که تو از جنس فکر نیستی، از جنس من هستی، تو ثبات داری، تو جاودانه هستی، تو قابل تغییر نیستی. تو باید به این ثبات زنده بشوی که من هستم. با هم یکی هستیم. می خواهد این را به ما متوجه کند. منتها ما متوجه نمی شویم، اتفاقات دیگر می افتد، اتفاقات بعدی می افتد، بعدی می افتد. ما هم تفسیر می کنیم به وسیله عقل من ذهنی مان. آن تفسیرها غلط هستند. بله این همین آیه است:

قرآن کریم، سوره طه (۲۰)، آیه ۷

وَإِنْ تَجَهَّرَ بِالْقَوْلِ فَإِنَّهُ يَعْلَمُ السِّرَّ وَأَخْفَى

و اگر سخن بلند گویی، او به راز نهان و نهان تر آگاه است.

همانا خدا بر نهان و مخفی ترین امور جهان کاملاً آگاه است. در مورد ما این آیه معنی اینست که خدا بر نهانی ترین اسرار ما و هر چه که ما می دانیم و نمی دانیم، آگاه است، و با قانون قضا و کن فیکون کار می کند. و شما اگر این نوع عمل کنید، خواهید دید که پس سر سرّ او اخفی همین است که شما فضا را باز می کنید. آن فضا هست



که می داند، نه فضای جمع شده که من ذهنی ماست. نه باورهای هم هویت شده ما. این باورهای هم هویت شده ما و انقباض ما اگر مرکز ما قرار بگیرد، ما خوشی های باپشیمانی خواهیم داشت. و چون این انقباض یعنی من ذهنی فکر می کنیم ما هست، آن موقع دیگر رزم و بزمی نخواهیم داشت. همیشه عزا خواهیم داشت. همیشه ستیزه خواهیم داشت. همیشه درد خواهیم داشت. برای اینکه این بافت یک بافت دردزاست.

و دیگر سرّی نداریم ما. سر ما همان فریبکاری من ذهنی ماست. زرنگی من ذهنی ماست. هر چه بیشتر است. اینکه ما همه اش سعی می کنیم چیزی به خودمان اضافه کنیم، ببینیم اینجا چی هست، برداریم، این سرّ دارد؟ سری ندارد این. همه دارند سعی می کنند انباشتگی شان را زیاد کنند در من ذهنی. سرّی وجود ندارد. سرّ اصلی اینست که ما به او تبدیل شویم. امروز در این مورد چیزهای زیادی خواهیم خواند.

سه بیت را به دفعات برایتان خواندم. این هم عرض بکنم که کلید پیشرفت ما در این کار تکرار همان چیزهایی است که می دانیم. این قانون تکرار را من برای شما قبلاً توضیح دادم. برخی از شما ممکن است که فکر کنند که دیگر بیت را یکبار خواندیم، دیگر برای چه این را دوباره می خوانیم. ما این را خواندیم دیگر. این طرز تلقی مال من ذهنی است، دو تا مثال می زنم خوب توجه کنید.

شما در برخی از این تلویزیونهای آمریکا مثل سی ان ان تبلیغ می بینید. این تبلیغات فوق العاده گران هستند. تبلیغی ممکن است باشد یک دفعه مثلاً بیست هزار دلار، سی هزار دلار یک نفر بدهد در آنجا نیم دقیقه یا کمتر از نیم دقیقه اسمش آنجا گفته بشود و تکرار می کنند. ممکن است یکی بگوید که خوب برای چی اینقدر پول خرج می کنند؟ برای اینکه قانون ذهن می گوید که: در اثر تکرار ذهن قبول می کند. ما می خواهیم ذهن ما اجازه بدهد. ذهن ما چه را می خواهد اجازه بدهد؟ ذهن ما را شدید هشیاری ما را گرفته. ذهن ما، من ذهنی ما می گوید من هشیاری را رها کنم، این می رود بدبخت می شود.

ما هم به عنوان هشیاری به من ذهنی مان می گوییم ما را رها کن. بگذار من بروم بدبخت بشوم. آن می گوید نه، من دلم به شما خیلی می سوزد. ما به عنوان هشیاری می گوییم تو که ما را گرفتی رها نمی کنی، ما بدبخت تو هستیم. بدبختی ها را تو ایجاد می کنی. می گوید: نه، تو نمی فهمی، من نگرانم. من می ترسم تو آن هشیاری تو، خداییت را رها کنم بروی، با خدا یکی بشوی، بدبخت بشوی. من خدا و اینها نمی فهمم. دلم می سوزد نمی توانم. در اثر تکرار، ذهن ما، من ذهنی ما خیالش راحت می شود که اگر ما را رها کند و ما برویم با خدا یکی بشویم، بدبخت نمی شویم. بالاخره می توانیم گلیم مان را از آب بکشیم بیرون. توجه می کنید.



یک مطلب دیگر که شما حتماً عمل کردید و تعجب شاید بکنید و بارها گفتم من اینجا، اینست که آن کسی که گفته نماز بخوانید، گفته روزی هفده بار همین چیزها را بگویید، آن هم نه یک دفعه، صبح، ظهر، عصر، شب، نگفته که یکجا بنشینید همه اینها را بگویید تمام بشود برود، یا مال یک هفته را یک روز بخوانید و دیگر یک هفته نخوانید. چرا؟ برای اینکه تکرار این چیزها در طول روز سبب تلقین می شود، و ذهن با تلقین کار می کند.

پس شما همان چیزهایی را که می دانید تکرار می کنید. چرا؟ می گوید آنجا چرا اعتراض نمی کنید که آقا ما همه اش یک چیز باید بخوانیم. حالا چیز جدید نمی شود بخوانیم. شما چرا آنجا اعتراض نمی کنید، قانون است. قانون می گوید اگر تلقین تکرار بشود و مانعی جلوی نباشد، ذهن متقاعد می شود، و شما را رها می کند. پس تکرار مهم است، یک چیزهای را شما یاد بگیرید و اینها را هی تکرار کنید، درست است؟

در سه بیت مثل آن بیتهایی که قبلاً خواندیم مولانا چند تا چیز اساسی را به ما می گوید. یکی اینکه ما اراده آزاد داریم در همین بیتها. قدرت شناسایی داریم و قدرت تصمیم گیری و انتخاب داریم. یعنی همین الان که من ذهنی داریم، ما به عنوان هشیاری یک اراده ای داریم که این اراده چون از جنس خدا هستیم، داریم. اسمش فری ویل Free Will است. فری ویل یعنی اراده آزاد. شما می توانید ولو اینکه به طور جسمی شما را تهدید می کنند به مرگ، شما نظر خودتان را داشته باشید. عوض نکنید. هیچ عامل بیرونی دسترسی به این اراده آزاد انسان در درون ندارد. پس شما همان اراده آزاد را باید به کار ببرید برای شناسایی، برای تصمیم گیری و انتخاب. و مولانا می گوید شما از این اراده استفاده کنید و خدا از مرده زنده را بیرون می کند.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۴۹

چون ز مرده زنده بیرون می کشد

هر که مرده گشت، او دارد رشد

چون از من ذهنی مرده، یعنی ما به عنوان هشیاری رفتیم در خواب من ذهنی، در ذهن مُردیم. هر لحظه اتفاق آن لحظه ایجاب می کند، یعنی پیغامی به ما دارد. به این علت می افتد که از این مرده من ذهنی، ما به عنوان هشیاری زاییده شویم. اینکه ما متوجه این موضوع نیستیم، مهم نیست. مهم هست حالا بفهمیم متوجه باشیم، ولی زندگی این کار را می کند. یعنی خدا هر لحظه می خواهد ما را بیدار کند از این مرده من ذهنی، زنده خودش را، امتداد خودش را بکشد بیرون. اتفاقات بخاطر این می افتند.



چون ز مرده زنده بیرون می کشد، پس هر لحظه قصد خدا و خواست خدا اینست که از این مرده من ذهنی، ما را به صورت زنده بیرون بکشد، پس ما از اراده آزادمان استفاده می کنیم، مرده می شویم آگاهانه. یعنی من ذهنی را کوچک می کنیم. یعنی فضا را باز می کنیم و به حرف من ذهنی گوش نمی کنیم. یعنی رزم می کنیم، و بزم می کنیم. وقتی این من ذهنی می خواهد بیاید بالا، عملاً نمی گذاریم بیاید بالا، عملاً، چون حواسمان به خودمان است. هر که مرده گشت او هدایت شد. پس شما هشیارانه با انتخاب خودتان باید نسبت به من ذهنی یا کوچک شدن آن تن در بدهید، انتخاب کنید. این یک انتخاب.

بیت دوم هم مهم است و پیغامش اینست. پیغامش اینست که به عنوان من ذهنی هر کاری می کنیم به ضررمان است. خوشی باپشیمانی خواهد داشت. این بیت را برای خوشی باپشیمانی، خوشی که همیشه پشیمانی خواهد داشت می خوانم.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۰

چون ز زنده مرده بیرون می کند / نفس زنده سوی مرگی می تند

ما در اصل، در حقیقت او هستیم، خدا هستیم، امتداد خدا هستیم. امتداد خدا هم نمی میرد. یعنی بر صدف آید ضرر، نی بر گهر. تمام این رنجشها و این بلاهایی که سر ما آمده و می گوییم که به ما ظلم شده، همه اش به من ذهنی مان شده، به اصلمان اتفاقی نیفتاده. اصلمان ضرر پذیر نیست، آسیب پذیر نیست. بنابراین از زنده که ما هستیم، این مرده من ذهنی را می خواهد بیرون کند. در نتیجه نفس زنده، نفس زنده هشیاری است که رفته ذهن و می خواهد نفس را، من ذهنی را زنده نگه دارد.

تمام اقداماتی که ما می کنیم، مثل اینکه مقاومت می کنیم، ستیزه می کنیم و از پشت عینک فکرهايمان می بینیم، هم هویت شدگی هایمان را می بینیم، هم هویت شدگی هایمان را به رخ مردم می کشیم. خودمان را مقایسه می کنیم در ذهنمان برتر می آییم، اینها چه هست؟ اینها همه نفس زنده است. تمام این حرکات خوشی های با پشیمانی است. بنابراین هر اقدامی نفس زنده می کند، حول مرگ می تند، به سوی مرگ می رود.

به عبارت دیگر سرنوشت من ذهنی مرگ است. هر کاری من ذهنی می کند به ضررش است. شما به عنوان من ذهنی هر کاری می کنید به خودتان ضرر می زنید. این پیغام مهم است. شما نباید کاری با من ذهنی بکنید و با عینک من ذهنی به نظر می آید به خودتان سود می رسانید. ولی بعداً ببینید که ای داد بیداد این به ضرر من تمام شد. ما آخر عاقبت کارها را که نمی دانیم. ما یک قدمی مان را می بینیم، ده قدم آنورتر را نمی بینیم.



هر فکری، هر خوشی، هر کاری بر اساس من ذهنی می کنیم که یکجور خودنمایی توش است، می دائم توش است، مقایسه توش است برای برتری، این اقدام حتماً به ما ضرر خواهد زد، این طرح خداست. چون ز زنده مرده بیرون می کند. کی می کند؟ منظورش خداست، زندگی است. این من ذهنی ما را قضا، خدا محاصره کرده. این هشیاری کوچک در درون هشیاری بزرگ است، در درون خرد کل است. اینطوری نیست که ما هر کاری بکنیم اگر مردم ندیدند تمام بشود برود. درست است؟

من امیدوارم پیغام این بیت جا بیفتد با آن خوشی بی پشیمانی. شما باید بتوانید تشخیص بدهید که چه خوشی بی پشیمانی است و چه خوشی باپشیمانی است. تمام خوشی هایی که از بیرون می آید، از هم هویت شدگی ها می آید، اگر شما بخورید پشیمان خواهید شد. چون ز زنده مرده بیرون می کند، یعنی از خودش همیشه می خواهد آن چیزی که مرده است من ذهنی، دور بشود. بنابراین من ذهنی هی خودش را می خواهد بکشد. من ذهنی هر کاری بکند می خواهد تو هم بریزد.

من ذهنی شبیه یک ساختمانی است که در حال فروریزش است و حالا شهرداری آمده اینجا یک چیزهای زرد، نوارهای زرد دورش می کشند، می گویند که این تو نروید، در حال فرو ریزش است. هر من ذهنی در حال فروریزش است. به وسیله کی؟ به وسیله خدا. آن تو آدم نباید برود. گرچه که به نظر می آید که حالا سالم است و این تیر آهن دارد و فلان، ولی مهندسین آمدند محاسبه کردند که هر لحظه ممکن است فرو بریزد، و می خواهند بیایند اینجا را تخریب کنند. هر من ذهنی محکوم به فناست. محکوم به فروریزش است به وسیله خدا.

شما با درد زیاد می خواهید یک طرفش می ریزد، آنجا یک ستون می زنید. آن طرفش می ریزد، یک ستون می زنید. این هی می خواهد بریزد. دائماً تو استرسیم که چطوری این دارد می ریزد. هر کاری می کنم می ریزد. خوب بگذار بریزد، باید بریزد، خودت را نجات بده، زیر آوار نمان.

پس فهمیدیم نفس زنده حول و حوش مرگ می تند. حالا شما این دو تا موضوع را دیدید. اراده آزاد از یک چیزی که می ریزد بیاییم بیرون و ما هم کمک کنیم بریزد. شناسایی کنیم که هم هویت شدگی های ما بر اساس چیزهای آفل است. اصلاً از اول چون حول و حوش چیزهای آفل اینها بسته شده، اینها برای فروریزش بوده.

آخر به نظر شما این من ذهنی ما روی فکرها بنا شده و فکرها هم مرتب تغییر می کنند، برای اینکه موضوع فکرها تغییر می کنند، از این می شود ساختمان درست کرد که توش آدم زندگی کند؟ پس پیغام زندگی از همان اول چی بوده؟ که این تو نرو، از این ساختمان درست نکن. اگر درست هم کردی، زودی خرابش کن. و من هم دارم



خراب می کنم. بیا من یک ساختمان دیگر به تو بدهم و آن ساختمان فضای یکتایی است. الان همین بیت را می خوانیم.

مرده شو، حالا از اراده آزادت و قدرت تصمیم گیری و انتخاب استفاده کن. مرده شو. چطوری مرده می شویم؟ هر موقع دیدیم من ذهنی تان می آید بالا، می خواهد واکنش نشان بدهد، یا بگوید می دانم یا دردهای گذشته را بیاورد الان مطرح کند، می خواهد حرف بزند، حرف در بیاورد، ببافد، شما به صورت ناظر بگویید: نکن این کار را. نکن من دارم تماشا می کنم. من به عنوان هشیاری ناظر دارم تماشا می کنم. نمی گذارم واکنش نشان بدهی. نمی خواهم دردها را تکرار کنی. نمی خواهم گذشته را تکرار کنی. نمی خواهم نگران آینده باشی. نمی خواهم این اضطرابها را. نمی خواهم به من که داری نشان می دهی اگر به اینجا بررسی زندگی شروع می شود، من آن زندگی را نمی خواهم. تو به من می گویی اگر به اینجا رسیدی زندگی شروع می شود. الان مجردی وقتی همسر پیدا کردی زندگی شروع خواهد شد، نمی خواهم این را بگویی. به کی می گویی؟ به خودت، به من ذهنی ات.

تو می گویی زندگی در آینده است، برای اینکه این لحظه را نمی فهمی. من می گویم زندگی در این لحظه است، در این لحظه شادی زندگی، آرامش زندگی، خرد زندگی به طور پر در حال اظهار شدن است، و تو با این گفتگوهای مزاحمت نمی گذاری من از این چیز نقد استفاده کنم. پس من می خواهم نسبت به تو و عقل تو بمیرم، و هر کسی به من ذهنی اش باید این را بگوید، و صبر می کنم و رزم می کنم. هر موقع می خواهی بیای بالا، من فضا را باز می کنم و ترا می بینم. برای همین می گویم حواست به خودت باشد. حواست به دیگران باشد من ذهنی ات شروع می کند به بازی کردن، شما که نمی بینی، حواست به یکی دیگر است. آخر می شود ما حواسمان به مردم باشد، تا آنها را بخواهیم عوض کنیم، با این من ذهنی ما تو این خلوت و پنهان از دید ما هر بلایی که لازم است سر ما بیاورد. آخر این درست است؟ ما هم دیگران را می خواهیم درست کنیم. من ذهنی ما می گوید برو دیگران را درست کن، ما را مشغول می کند به آن کارها، و از پشت ضربه می زند به ما.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۱

مُرده شو تا مَخْرَجِ الْحَيِّ الصَّمَدِ زنده‌ی زین مُرده بیرون آورد

مُخرج الحَيِّ الصَّمَدِ یعنی خارج کننده زندگی بی نیاز. توجه کنید ما هم از این جنس هستیم. یعنی درست است که خدا ما را می آورد بیرون، ولی ما خودمان هم آگاهانه می آییم بیرون. زنده ای زین مرده بیرون آورد. یعنی ما را به صورت هشیاری زنده از این ذهن مرده بیرون بیاورد. پس این سه بیت را هم دوباره فهمیدیم. این سه بیت را



شما حفظ می کنید. برای یک مدتی روزی ده بار می خوانید. متوجه می شوید که چه معنی می دهند اینها، و با آن چند بیتتی که خواندیم که گفت حواست را به دیگران ندهی، و همین طور با این آیه های قرآن که مربوط به کوثر است و ابیات اولیه غزل، اینها را هم مرتب می خوانید، حفظ می کنید تا به طور همزمان همه چیز یادتان باشد. بله این هم ترجمه سلیسش است.

مرده شو، یعنی از نفس و نفسانیات پاک شو تا خداوند بی نیاز که زنده را از مُرده بیرون می آورد، زنده ای را از مُرده تو بیرون آورد.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۴

ملاحظاتِ هر چهره از آن دریاست يك قطره

به قطره سیر کی گردد کسی کشت استسقا

می گوید با نمک بودن هر چهره ای، یعنی هر ظاهری، توجه کنید هر چهره منظور صورت نیست، بلکه ظاهر ماست، ظاهر ما هم چهار بعد است، این چهره هم جزوش است البته. می گوید زیبایی های ظاهری ما در فرمان، در بدنمان، در هیجانات مان، در جانمان از آن دریای یکتایی یک قطره است. پس زیبایی از آنور می آید، نه از بیرون. گر چه که ما خوب بر اساس چیزهای بیرونی صورتمان را زیبا می کنیم، آن را نمی گوید. یعنی شما الان می فهمید که آن چیزهایی که از بیرون می آوریم آویزان می کنیم، معمولاً برای زیبایی حالا خانمها خوب به صورتهایشان آن چیزها را می مالند، ما هم هم هویت شدگی هایمان را آویزان می کنیم از هشیاری مان، می گوئیم که این پولم است، این هم سرم است، این بچه ام است، این خانه ام است، فکرهای آنها به چهره مان می مالیم. می گوید که اینکه از بیرون می آوری اینها را و قرض می کنی از جهان بیرون، این قبول نیست، این درست نیست. بلکه هر زیبایی که در این جهان می بینی، قطره ای است از آنجا، از آن زیبایی. زیبایی از آنجا می آید. گرچه که به نظر من ذهنی ما زیبایی از بیرون می آید. هر کسی پولش زیادتر است، زیباتر است، خوشایندتر است. درست است این؟ نه.

اما حالا که ما فهمیدیم زیبایی از آنور می آید، آیا با مقاومت زیاد باید جلوی این زیبایی و این برکت را بگیریم؟ و آن موقع این استسقا، مرضی است که آدم می باید آب بخورد و سیر نمی شود، و در اینجا مثبت معنی شده. معنی اصلیش اینست که هر چه بیشتر از آنور انرژی بکشیم، برکت بکشیم، بهتر است از نظر خدا. درست است؟ ولی ما آن استسقا را، آن مرض تشنگی را انداختیم به این جهان. و می خواهد بگوید که اگر ما درست خودمان را ارزیابی



کنیم، ما نیازمند کشش برکت هر چه بیشتر از آن طرف هستیم و الان که نشستی از آن طرف می آید بر اثر مقاومت ما، به این نشت نباید قانع بشویم.

من ذهنی می گوید حالم خوب است و اینقدر مقاومت دارد و ستیزه دارد که نمی گذارد از آنور انرژی بیاید. عایقی است بین ما و زندگی و هر چه زندگی می خواهد برکتش را به ما برساند، رد نمی شود از این عایق. این عایق از ستیزه و مقاومت ما تشکیل شده. می گوید انسان که مرض تشنگی آنوری دارد به قطره سیر نمی شود. پس این حالت غلط است که ما داریم. و فکر می کنیم زیبایی هایی ما از این طرف می آید. نه زیبایی های ما از آنور می آید. الان فعلاً فقط یک قطره اش را داریم، یک ذره اش را داریم، نباید قانع بشویم.

و نباید این مرض استسقا را بدهیم به من ذهنی و من ذهنی بیندازد به این طرف که هر چقدر تایید کنند کم باشد، هر چقدر قدردانی کنند کم باشد، هر چقدر احترام بگذارند کم باشد، هر چقدر توجه بدهند به ما کم باشد، اصلاً قانع نشویم، سیر نشویم از این جهان. آدم باید بفهمد که استسقای آنوری را انداخته به اینور. این غلط است. این معنیش اینست که یک چیزی در مرکز ما هست که بنام من ذهنی عینکهای غلط به چشم هشیاری ما زده. همیشه غلط می بینیم. اولین غلط دیدن اینست که زیبایی از بیرون می آید و همین چیزهایی که گفتم، توجه و تایید و غیره و اینها سبب زیبایی می شود.

پس ما به یک قطره قانع نمی شویم. برای اینکه زیاد بیاید، فضا را باید باز کنیم. گفت هر چه فضا بازتر می شود، از آنور بیشتر می آید. باز، باز، باز، هر چه بازتر می شود، ما این هم هویت شدگی ها را بیشتر می اندازیم، بیشتر می اندازیم، تا زمانی که هیچ هم هویت شدگی نباشد. آن موقع چقدر می آید؟ هر چقدر بخواهی می آید. امر قل می آید. هر چقدر او بخواهد. موقعی که او می گوید، پایین هم می گوید، می گوید: تو من هستی و من تو هستم. تو آن منی و من آن تو هستم.

این پدیده در ما هم صورت می گیرد. من آن یک زندگی هستم، تو هم همان یک زندگی هستی، وقتی به تو نگاه می کنم، خودم را می بینم، تو هم وقتی به من نگاه می کنی، خودت را می بینی، پس ما هر دو مال هم هستیم. هر دو آن هستیم. هر دو زندگی هم هستیم. به هم که نگاه می کنیم هیچ تفاوتی نمی بینیم. بعد آن موقع این تفاوتهای سطحی متوجه می شویم که توهم است. بله، دارد می گوید.

***** پایان قسمت دوم *****



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۴

دلا زین تنگ زندانها رهی داری به میدانها

مگر خفته‌ست پای تو تو پنداری نداری پا

هر لحظه زاییده می شویم به یک فکر، دیدی که به صورت فکر بلند می شویم. بعد از این فکر در می آییم، به جای اینکه فاصله دو تا فکر را تجربه کنیم، زنده بشویم به آن، زاده می شویم دوباره به یک فکر دیگر. پس توی فکرها تنگ زندانها است. دارد دوباره به دل خودش می گوید. دل، همان هشیاری است، اصل ماست. درست مثل اینکه ای هشیاری، ای منی که هشیاری هستیم، امتداد خدا هستیم، از این زندان فکرها که هر لحظه توش می افتی، چون هر لحظه فرصت هست از یک فکری که در آمدیم، به فاصله دو تا فکر زنده بشویم و خدا این فرصت را به ما داده و هر اتفاقی که در این لحظه می افتد پیغامش اینست.

اصلاً که ما زاییده می شویم به یک فکر و این فکر از بین می رود، یعنی چه؟ یعنی بلافاصله بعدش من هستم، فاصله دو تا فکر. چرا اصلاً به من توجه نمی کنی؟ برای اینکه من عجله دارم. برای اینکه من با عینک همین فکری که بلند شده بودم نگاه کردم، و آن هم فکر را می شناسد، پریدم به یک فکر دیگر. خدا به شما می گوید: چرا در این زندان می افتی، بیرون می آیی، این آزادی را بین دو تا زندان نمی بینی که من هستم؟ برای اینکه عجله دارم. برای اینکه به من گفتند در همین فکرها زندگی است. برای اینکه ترا می خواهم با همین فکرها بشناسم.

می گوید چرا یک لحظه من نمی شوی؟ می گوید: ای هشیاری از توی این تنگ زندان حتماً بیرون می آییم ما. زاده می شویم به یک فکر. در می آییم دوباره زاده می شویم به یک فکر. دوباره در می آییم زاده می شویم به یک فکر. دوباره در می آییم، حالا زاده نشو به یک فکر. این اراده در ما هست، این خواست در ما هست اگر به کار ببریم، اگر انتخاب کنیم، اگر شناسایی کنیم. دارد همین را می گوید.

دلا زین تنگ زندانها رهی داری به میدانها. میدان، فاصله بین دو تا فکر است. شما در مقابل اتفاق این لحظه که به وسیله فکر نشان داده می شود، می توانید میدان باز است. به اندازه ای که می توانید باز کنید، میدان آن فکر است. اتفاقاً به اندازه ی میدانی که باز می کنی، فرم به وجود می آوری. شما نگاه کنید می توانید منقبض شوید، یک چیزی در بیرون به وجود بیآوری، می توانی فضا را باز کنی، یک چیزی در بیرون به وجود بیآوری. یعنی یک فکری بکنی، فکر و عمل کنی، چیزی در بیاید. در دو حالت ببینید چقدر فرق دارد. در یک حالت این فضای گشوده شده و خرد زندگی به اندازه ای که فضا باز می کنی، وارد فکرت می شود. در دومی از این انقباض، از این



انجماد، از این فکرهای تکراری، از این دردها یک چیزی زاییده می شود، فکری که پر از درد است، عمل می شود، یک چیزی بوجود می آید. آن چیز چطور چیزی هست؟

می گوید مگر پای تو خفته است؟ دیدید وقتی آدم می نشیند یکجایی، مثلاً پایش خواب می رود، پا می شود، مثل اینکه پا مال خودش نیست. الان هم در من ذهنی پای ما خواب رفته، پای هشیاری ما. هی بلند می شویم روی پای هشیاری می بینیم مثل اینکه پا مال نیست، راه نمی رود. ولی می گوید: تو پنداری نداری پا. یعنی تو تصورات فکر می کنی که پا نداری، ولی ما پا داریم. مگر خفته است پای تو؟ بله پای ما خفته است.

آیا پای خفته بیدار می شود؟ بله. یک جای می نشینی پایت خواب می رود، پا می شوی یک ذره ماساژ می دهی و پایت بیدار می شود، پا می شوی راه می روی. می خواهد بگوید که پای هشیاری ما هم که بتوانیم به سوی زندگی برویم و فضا را باز کنیم، هر موقع فضا را باز می کنیم، ما با پیمان به سوی هشیاری می رویم. بازتر، بازتر، بازتر، هر چقدر بازتر، خرد زندگی آنقدر بیشتر وارد فکر و عمل ما می شود.

پس فکر و عمل شما و نتیجه آن بستگی به فضاگشایی شما دارد. بستگی به این دارد که آیا مقاومت شما واقعاً به صفر می شود؟ هر لحظه که مقاومت به صفر می رسد، پایت از خواب بیدار می شود، فضا گشوده می شود. در لحظه مقاومت صفر خرد زندگی خودش را به شما نشان می دهد. وارد فکرت می شود، عملت می شود. شما ببینید این مقاومت و قضاوت چقدر خطرناک است. مهمترین گردنه های لغزش هستند برای انسان.

کسی که بی محابا، بدون ترس، بدون تامل هی قضاوت می کند، هی می گوید، می گوید، می گوید، انصتوا را رعایت نمی کند، هی قضاوت می کند، این اینطوری است، آن آنطوری است، این بد است، این آدم اینطوری است، اصلاً من ذهنیش را، نفسش را رها کرده، هر بلایی که می خواهد سرش می آورد، هیچ کنترلی روی من اش ندارد. بیشتر انسانها اینطوری زندگی می کنند.

خوشبختانه شما فهمیدید چه خبر است. شناختید من ذهنی را نمی شود رها کرد به حال خودش. این افسار من ذهنی را باید بگیری، محکم بکشی، بگویی تکان نمی توانی بخوری. من به عنوان هشیاری دارم نگاه می کنم. از همان بیت تا کنی مر غیر را خبر و سنی استفاده کنیم. هر موقع حواستان رفت به یکی دیگر، بدانید که دارید می لغزید. دارید می روید به تنگ زندانها.

هر موقع دیدید حواستان آمد به خودتان، دارید پایتان را از خواب بیدار می کنید، می خواهید راه بیافتید به سوی یکتایی، دارید شناسایی می کنید. بیشتر مردم فکر نمی کنند، پای خداییت هم دارند. می پندارند که اصلاً پا



ندارند. یعنی به سوی خدا نمی توانند بروند. از جایی که الان هستند نمی توانند. برای اینکه برای رفتن به سوی خدا باید هم هویت شدگی ها را بیندازی. فکر نمی کنند اینها می توانند هم هویت شدگی ها را بشناسند و قدم به سوی خدا بردارند، گیر افتادند، دست این باورها گیر افتادند. باورهایی که با آنها هم هویت هستند و مرکزشان است. آن باورها آنها را می ترسانند. خشمگین هستند و نمی توانند تامل کنند، نمی توانند روی خودشان تمرکز کنند، اصلاً از خودشان بدشان می آید.

برای اینکه ما بتوانیم خودمان را ببینیم، اینقدر نباید از خودمان متنفر باشیم. چرا اینقدر دروغ می گوئیم؟ برای اینکه از خودمان خوشمان نمی آید. از گفتن حقیقت درباره خودمان بیزار هستیم. چرا؟ برای اینکه خوشمان نمی آید از خودمان. یواش یواش آدم باید از خودش خوشش بیاید. هر کسی که پذیرا باشد خودش را، فضا را باز کند، فضای پذیرش داشته باشد، اول باید خودش را قبول کند، که من یک آدمی هستم مثلاً دروغ هم می گوئیم، بعضی مواقع غیبت هم میکنم، عیبهای مردم را هم می گوئیم، خودم را هم بالا می برم، حقیقت خودش را و من ذهنیش را باید قبول بکند. و بعد از آن روی خودش کار کند. نه اینکه خودش را انکار کند. نخیر آقا ما همان گلیمی هستیم که درست کردیم. همه مان باید بدانیم که این گلیم اصیل است و گلهایش اصیل است، نه، چون از خودمان بیزار هستیم، دوست نداریم، خودمان را قایم می کنیم، نباید بکنیم، می ترسیم.

می ترسیم دیگران بفهمند ما چی هستیم، کی هستیم، ولی نباید بترسیم. باید به خودمان نگاه کنیم. روی خودمان کار کنیم. مولانا می گوید که از این تنگ زندانها راه به میدانها هست. ما پا داریم، پیمان خواب رفته، با یک خرده حرکت، حرکت هم در مورد ما حرکت هشیاری است. همین چیزهایی گفتیم همه حرکت است. عقب کشیدن، به صورت ناظر نگاه داشتن، دانستن اینها که من نمی خواهم دیگر دروغ بگوئیم، از خودم خوشم می آید، هر چه هستم همین هستم. باید روی همین کار کنم. آدم نمی تواند از خودش فرار کند، بعد هم بخواهد خودش را درست کند.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۴

چه روزیهاست پنهانی، جزین روزی که می جویی

چه نانها پخته اند ای جان برون از صنعتِ نانبا

می گوید: غیر از این روزی که ما به وسیله من ذهنی مان جستجو می کنیم، عمدتاً چیزهایی است که ما می توانیم با آنها هم هویت شوئیم، هم هویت شدگی هایمان. مثل پول، مثل همسریابی، بچه دار شدن، مقام پیدا کردن، ثبات



پیدا کردن و با آنها هم هویت شدن، روزیهای این جهانی. هر چه که فکر می کنید اینها روزی هستند. تایید، توجه مردم، اینها روزی هستند، غیر از اینها روزی دیگری هم وجود دارد، پنهانی؟ بله. که ما بعضی اوقات می گوئیم شادی زندگی، خلایق، برکت، عشق. ولی همین روزی های پنهانی را تا زمانی که من ذهنی داریم و من ذهنی ما جستجو می کند آن روزی ها را، از این روزی های پربرکت زندگی ما خبردار نخواهیم شد. اگر هم ببینیم، نخواهیم شناخت. آیا سلامتی روزی پنهانی هست یا نه؟ ما سلامتی مان را واقعاً قربانی نمی کنیم برای روزیهای سطحی، بیرونی.

و خارج از صنعت نانواي این جهان. این جهان نان می پزد برای همه. نانها هم همین هایی که گفتیم که آدم می تواند با آنها هم هویت بشود. هر چیزی که با آن هم هویت بشویم، نان ماست. می گوئید غیر از این صنعت نانوا یعنی این جهان، نانهای دیگری برای ما پخته اند. نان عشق، نان فضای گشوده شده، نان هزار تا ترجمان گفت وقتی به حضور زنده هستید، از دل شما خدا مرتعش می کند و به جهان می فرستد. نان ارتعاش شادی در تمام ذرات وجودی مان. نان آرامش خدایی، اینها بیرون از صنعت نانواي این جهان هستند. این جهان نمی تواند این نانها را بپزد.

ولی ما از این جهان می خواهیم که این نانها را برای ما بپزد. ما به پولمان می گوئیم به من بگو من کی هستم. هویت بده به من. از ذهنمان می خواهیم با چیزهایی که تجسم می کند به ما خوشبختی بدهد. چقدر خانواده ها بهم خوردند، برای اینکه یکی از طرفین گفت که: تو مرا نتوانستی خوشبخت کنی. من در زندگی با تو بسیار ناشاد هستم، ناخوشبخت هستم. تو نتوانستی مرا خوشبخت کنی، نتوانستی به من شادی بدهی. این آدمها از صنعت نانواي این جهان نانهایی می خواهند که این جهان نمی تواند بپزد. توقع خوشبختی، توقع آرامش از بیرون، از همسر، از پدر و مادر، از بچه، از دانش یا حتی حس امنیت، حس امنیتِ درونی نانی نیست که نانهای این جهان بتواند بپزد.

برای همین می گوئید: چه نانها پخته اند ای جان برون از صنعت نانبا، بیشتر مردم که من ذهنی دارند حواسشان هست که صنعت این نانواي جهان چه نانهایی خواهد پخت فکر می کنند هنوز می تواند بپزد، مثل صلح در این جهان، صلح باید از درون بیاید، همه باید از درون با خودشان به صلح برسند، تا ما بتوانیم با کشورهای همسایه مان با دینهای دیگر با مکاتب سیاسی دیگر به صلح برسیم. یک کسی باید از درون صلح داشته باشد، آرامش داشته باشد، اول آن است، همان آرامش و همان صلح و همین زیبایی را در درون یکی دیگر شناسایی کند، و در



این سطح بیابند یک چیزهایی را حالا توافق کنند کم یا زیاد، ولی در درون وقتی ستیزه دارند، هی با بیرون می خواهند به همدیگر برسند نمی شود. چه نانها پخته اند ای جان برون از صنعت نانبا، کسایی که من ذهنی دارند به آن نانهای درونی و پنهانی پی نخواهند برد.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۴

تو دو دیده فروبندی و گویی: روز روشن کو؟

زند خورشید بر چشمت که اینک من، تو در بگشا

می گوید دوچشمتم را می بندی و تاریک می کنی، خودت را به ندیدن می زنی، و می گویی روز روشن کو؟ و خورشید هم به چشمت می زند. وقتی که روز شما چشمهایتان را ببندید باز هم پشتش روشن می شود، هی می زند به چشمت می گوید که من اینجا هستم تو چشمهایت را باز کن. در اینجا تمثیل این است، یعنی خدا هر لحظه می گوید من می خواهم برکاتم را وارد وجودت بکنم، تو با مقاومت در مقابل من و مقاومتت هم می گوید: من می دانم و در مقابل اتفاق این لحظه مقاومت می کنی. در مقابل اتفاق این لحظه مقاومت می کنی چشمت را می بندی من را نمی بینی. وقتی از یک فکر می پری به یک فکر دیگر، فضای بین دو تا فکر را می بندی من را نمی بینی. می گوید تو کجا هستی، روز روشن کو؟

مولانا می خواهد بگوید که: این لحظه زنده شدن به خدا در فاصله بین دو تا فکر برای همه مقدور است، الآن روز است. همینطور که بچه ها می آیند به این جهان در یک سنی راه رفتن یاد می گیرند، حرف زدن یاد می گیرند، حضور هم یعنی زنده شدن به روشنایی حضور به فاصله بین دو تا فکر یک استعداد طبیعی است در انسان، که باید انسان به هشیاری روز یعنی هشیاری حضور زنده بشود. چقدر ما دسته جمعی خرابکاری توی این کار می کنیم با هم هویت شدگی با باورها، حتی باورهایی که باید ما را به خدا برساند، چون با آنها هم هویتیم مانع می شوند.

پس شما الآن ببینید که هیچ مقاومتی دارید در مقابل خورشید؟ این مقاومت شما در مقابل خورشید با مقاومت شما در مقابل اتفاق این لحظه اندازه گیری می شود. پس من چشمان هشیاریم را بستم، چشمان هشیاریم، شما می دانید همین الآن گفت، وقتی می رویم زاییده می شویم توی فکر از پشت عینک آن فکر جهان را می بینیم. پس چشم هشیاری، خود هشیاری را نمی بیند. اگر یک لحظه می توانستیم که بیت اول غزل بود، با یک فکری هم هویت نشویم، آن موقع خورشید را می دیدیم. خورشید در اینجا رمز خداست.



یعنی ما به هشیاری خدایی به نور خدا می توانیم زنده بشویم، ولی نمی شویم، برای اینکه فکر جلوی چشم هشیاریمان را گرفته، ولی از پشت آن فکر حتی نور خورشید می زند به چشم ما، نمی زند؟ اینها را ما از کجا فهمیدیم؟ شبیه بودن بچه شکم مادر است. می گویند شکم مادر، بچه صداهای بیرون را می شنود، آنجا هنوز بیرون را ندیده، صورت مادر را ندیده، آدمهای دیگر را ندیده، ولی به نظرش می آید که یک سر و صداهایی می آید، از کجا می آید؟ ما هم در شکم ذهن می بینیم یک سر و صداهایی می آید، سر و صدای مولانا می آید فردوسی می آید، داریم می شنویم یک چیزهایی می شنویم، یک نوری می آید بعضی موقعها واقعاً به نور حضور زنده می شویم، بعضی موقعها خلاق می شویم، پس مثل اینکه زندگی می خواهد از طریق ما حرف بزند.

یعنی خورشید یک جوری پیغامش را به شما می رساند، حتی بوسیله همین اتفاقات، که من هستم، من می خواهم برکاتم را به وجودت برسانم، تو اینقدر مقاومت نکن، تو در را باز کن. پس ما می توانیم در را باز کنیم. دوباره برگشتیم به آن سه تا بیت که ما می توانیم با انتخاب خودمان بمیریم نسبت به من ذهنی. دو تا چشم هشیاری مان را باز کنیم.

این بیتها را شما رویش تأمل کنید، ببینید کاربردش چی هست در شما، آیا چشم هشیاریتان را بستید و خدا را نمی بینید، یا بعضی موقع ها باز می شود؟ آیا شما عجله دارید یک فکر تمام نشده یک فکر دیگر شروع بشود؟ آیا شما معتقدید اگر تند تند فکر کنید مسائلتان کمتر خواهد شد؟ آیا فکر می کنید که من ذهنی با فکرهای پشت سر هم می تواند به جهان کمک کند، مسائل خودش را هم حل کند؟ در حالیکه با این کار مسئله ایجاد می کند، چرا؟ برای اینکه چشمش را می بندد، و با نور ایزدی نمی بیند. آن خرد ایزدی که در ابیات اول صحبت می کرد آن جاری نمی شود در ما.

امروز ابیاتی انتخاب کردم که قبلاً هم خواندم، ولی این ابیات بهترین ابیات مولانا و قویترین ابیات هستند از نظر بیدار کردن، اگر این ابیات و تکرار آنها شما را بیدار نکند، باید یک چاره دیگری بیندیشید. ولی من مطمئنم اگر این ابیات را زیاد بخوانید و تکرار کنید، اثرش را روی شما خواهد گذاشت. و اثرش هم این است که شما خودتان را به عنوان من ذهنی متقاعد خواهید کرد، ذهنتان را متقاعد خواهید کرد که دست از سر شما بردارد.

یعنی شما احساس راحتی خواهید کرد. این ذهن ما مثل یک پدر یا مادری می ماند که بچه اش را نمی خواهد، اعتماد ندارد تنها برای اولین بار برود خیابان خرید کند، یا برود مدرسه و خودش بیاید، فکر می کند که می رود گم می شود یا بلایی سرش می آید. ولی چند بار این بچه اطمینان بدهد به پدر و مادرش واقعاً بلدم و دیگر آن راه



را با هم چندین بار با هم رفتیم و آمدیم، من دیگر بزرگ شدم، یکی دو بار که بگذارند خودش برود و بیاید، خیالشان راحت می شود. ذهن ما هم همینطور است با تکرار اینها شما به ذهنتان حالی می کنید که واقعاً اگر ذهنتان شما را در دامن خدا رها کند، خدا مهربان است، و به هر حال مهربانیش به اندازه من ذهنی ما هست، اگر بیشتر هم نباشد اندازه تو هست، و تو نگران نباش که ما را دست خدا بسپاری. یواش یواش او هم رها کند ما را. برای اینکه این من ذهنی در واقع یک ابزار محافظت کننده است، ابزار بقاست، برای این درست شده که ما نمیریم، ما باقی بمانیم. خطری نیست اینقدر هول نشو، نگران نباش، چرا اینقدر تند تند تو فکر می کنی؟ پس از یک مدتی می گوید راست می گویی، واقعاً خطری نیست؟ اگر نیست که دیگر ما اینقدر تند تند فکر نکنیم، متقاعد می کنید ذهنتان را با تکرار اینها.

در بیت بالا مولانا می گوید که خورشید همیشه می تابد، کما اینکه بارها گفتیم خورشید در بالای جو زمین می تابد، اگر یکی برود آنجا خورشید می تابد. بیاید زمین، دچار شب و روز می شود، دچار شب می شود، دچار روز می شود. پس خورشید خدا همیشه می تابد، چون ذهن ما مرتب جلوی این خورشید را می گیرد، ما فکر می کنیم شب است، بعضی موقع ها بعضی پرده ها شفاف ترند، بعضی پرده ها خیلی ضخیم اند، دردها پرده های ضخیمی اند دیدید که ما خشمگین می شویم اصلاً دیگر نور ایزدی قطع می شود بطور کامل، حالمان خوب می شود یک کمی می آید از آنور، اینطوری است. بنابراین مولانا می گوید:

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۲۱

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

روز روشن یعنی الآن خدا می تواند در دل همه چراغش را روشن کند. یعنی هر کسی که به این بینش برسد که از این فکر نپرد به فکر دیگر، فاصله دو فکر را باز می کند. فاصله بین دو فکر از جنس این لحظه است و از جنس خدا هست، و اگر به جای فکر آن فاصله را عینک خودش قرار بدهد، نور بی رنگ را، می فهمد روز است. یعنی با دید خدا می بیند با گوش خدا می شنود. پس روز روشن است. ولی به محض اینکه از یک فکری بپرد به یک فکر دیگر، تاریک می شود، دچار تغییرات ذهن می شود.

پس روز روشن تمثیلش این است، روز روشن یعنی خورشید طلوع کرده هر کسی دنبال چراغ بگردد که روشن کند، معنیش این است که خورشید را نمی بیند. اگر در انسان که پس از پنج شش سال می گذرد، انسان می تواند با نور خدا ببیند، هنوز چراغ من ذهنی را روشن کرده و دستش گرفته، که ما شصت سالمان هست، هفتاد سالمان



هست هنوز من ذهنی ما چراغ ماست، در حالیکه روز روشن است، عین جستن من ذهنی و نگهداری من ذهنی نشان می دهد که این آدم کور است. تمثیلش، تمثیل خورشید و چراغ است در روز، این را ببرید به اینکه در حالیکه چراغ خدا در دل همه می تواند روشن باشد مردم من ذهنی را بگذارند مرکزشان، و از پشت عینک هم هویت شدگیها جهان را ببینند، این نشان می دهد که این شخص کور است.

و مرتب بخواهد که هی چراغش را به مردم نشان بدهد. چراغش هم آن باورهای هم هویت شده اش هست و نشان دادنش هم هی از آنها حرف می زند، دین ما بهتر از دین شماسست، عقاید سیاسی ما بهتر از عقاید شماسست، دردهای ما بهتر از دردهای شماسست، خدای ما بهتر از خدای شماسست. این نشان می دهد که کور است، به چراغ خدا روشن نیست، من ذهنیش را به عنوان چراغ گرفته، توجه کنید، می گوید:

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۲۲

ور نمی بینی، گمانی برده ای که صباح ست و تو اندر پرده ای

اگر هم این چراغ در دل تو روشن نشده و از یک فکر می پری به یک فکر دیگر و فاصله دوتا فکر را می بندی، و از عهده این بر نمی آیی که از فکری به فکر دیگر نپری، دردها چیره می شوند و فکرهای تو را در اختیار می گیرند، ولی حدس زده ای که صبح است. یادتان هست که گفت:

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۱

صبح نزدیک است، خامش، کم خروش

من همی کوشم پی تو، تو مَکوش

خدا هر لحظه دنبال ما می کوشد و صبح است. هیچ عاملی زور نمی آورد به ما که این فکر تمام نشده، حتماً پیر به فکر دیگر، ولی ما گمان برده ایم که ممکن است، زاییده شدیم توی فکر لحظه بعد واقعاً زاییده نشویم، حدس زدیم، آن موقع صبح است. و صبح برای خیلی ها صبح شده، خیلی ها صبح را تجربه می کنند، مثل مولانا مثل فردوسی مثل حافظ، بقیه بزرگان، که خیلی ها در صبح هستند ولی من در پرده ام، اگر گمان برده ای دارد می گوید:

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۲۳

کوری خود را مکن زین گفت، فاش خامش و در انتظار فضل باش

توجه کنید چی می گوید، این بیتها خیلی خیلی مؤثر هستند، حرف نزن این فرمان انصتوا را خاموش باشید را در این حالت رعایت کن، حواست به خودت باشد، با این گفتارت که ناشی از بلند شدن بصورت فکر است، و بستن



فاصله دوتا فکر است، با این گفتگوها که فاش می کنی، و هی می گویی می گویی، به مردم نگو من کورم، برای چی می گویی من کورم؟ خاموش باش، انصتوا خاموش باشید. و خاموش باش و تحمل کن و حواست را به خودت بده و منتظر فضل خدایی باش، رحمت خدا باش، بدان که اگر ذهنت را خاموش کنی، خاموش کنی یکدفعه یک فکر می کنی، دیگر نمی پری به فکر دیگر، و لطف خدا و عقل خدا و بخشش خدا خودش را به تو نشان می دهد.

و توجه می کنید که چی می گوید، می گوید فضل خدا، دانش خدا، بخشش خدا هر لحظه هست. تو داری با او همکاری می کنی که او دانشش را و بخشش را به تو برساند. یعنی همه کاری که ما اینقدر به خودمان فشار می آوریم این است که در واقع لطف خدا را بپذیریم، رد نکنیم. تا به حال نپذیرفتیم، با مقاومت با پریدن از یک فکری به یک فکر دیگر و با چاره جویی بوسیله من ذهنی نگذاشتیم فضل خد بیاید.

و الآن شما لطف می کنید به خودتان و به خدا هم همینطور، لطف ما به خدا این است که بگذرایم ما را از این مرده بیرون بیاورد، و به علتی به منظوری ما را خلق کرده، که بتواند آن هزاران ترجمانش را هزاران برکت را از ما به جهان بفرستد. ما کوثر را معطل کردیم، زندانی کردیم در ذهن، و انداختیم به این جهان، عوض اینکه سخاوتمند باشیم بینهایت بخشش داشته باشیم، بینهایت کمیابی داریم.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۲۴

در میان روز گفتن: روز کو؟ خویش رسوا کردن است ای روز جو

دیگر بهتر از این نمی شود گفت، می گوید که کسی ظهر که آفتاب می تابد بیاید بگوید روز کو؟ این آدم دارد خودش را رسوا می کند، و روز جو هست. روز جو یعنی در ذهنش روز را بصورت ذهنی و جسم جستجو می کند. یعنی در حالیکه ما استعداد داریم مثل راه رفتن، مثل زبان باز کردن به حضور زنده بشویم، به هشیاری زندگی، و الآن روز است، و این امکان برای ما وجود دارد که الآن از یک فکری به یک فکری نپریم، و با آن هشیاری ببینیم و بشویم، و آن آفتاب طلوع بکند که ما همان آفتاب هستیم.

خوب حالا می گوییم که پس روز کو؟ خدا کو؟ نورش کو؟ خوب این نشان می دهد که من در مرکز هم هویت شدگی دارم. هشیاری کو؟ خدا کو؟ بعد دوباره به استدلال پردازیم، به این دلیل خدا وجود دارد، یعنی من ذهنی را نگه داریم، مرکز مادی را نگه داریم، تازه بخواهیم در ذهنمان خدا را هم ثابت کنیم. این رسوایی بزرگی است. این نشان این هست که ما روز را یا خدا را بصورت جسم داریم جستجو می کنیم.



این روزجو خیلی اصطلاح جالبی است، درست می‌گوییم خداجو، خداجو یعنی چی؟ خداجو انسانی است که در ذهنش خدا را بصورت جسم جستجو می‌کند، و خودش را هم بصورت جسم جستجو می‌کند. عاقبت یک فرم جسمی پیدا می‌کند، هیچ موقع از ذهنش نمی‌تواند بیاید بیرون. پس خداجو خدا را پیدا نمی‌کند، چون با ذهنش جستجو می‌کند. و این کار ما را رسوا می‌کند.

هر کسی از خودش بپرسد که آیا من قبول دارم که روز است؟ آیا من قبول دارم که خورشید خدا همیشه می‌تابد نورش را می‌تاباند، ولی من چون توی زمین هستم و تغییرات زمین، گردش زمین، شب و روز را ایجاد می‌کند، گردش ذهن سبب می‌شود که من شب ایجاد کنم. من اگر توجهم را به گردش ذهن ندهم، ذهن بچرخد و من نچرخم، من به او زنده می‌شوم. من می‌توانم بصورت ثبات و یک هشپاری زنده و قائم به ذات، ذهنم را تماشا کنم. درست مثل یک فضانوردی که بالای جو زمین ایستاده، همیشه خورشید می‌تابد و زمین هم می‌چرخد، و چرخش زمین روی او اثر ندارد. چون او با زمین نمی‌چرخد.

شما می‌توانید بصورت ناظر، ذهنتان را تماشا کنید فکرهایتان تغییر کنند حتی دردها هم آنجا باشند و ببینید این می‌خواهد درد ایجاد کند، یادش آمد که فلان موقع فلان کس به او ظلم کرده، ولی شما تماشاگر هستید، ولی تغییرات آن ذهن روی شما اثر نمی‌گذارد. پس شما روزجو نیستید. اگر بروید آن تو، در آن تو دچار آن تغییرات بشوید، در داخل آن تغییرات خدا را جستجو کنید، دچار تاریکی می‌شوید.

و ما این کار را کردیم وقتی از یک فکری به یک فکر دیگر می‌پریم، فاصله دو تا فکر را می‌بندیم، به شب می‌افتیم به تغییرات ذهن می‌افتیم. از فکر به فکر دیگر یعنی تغییرات ذهن، خوب از یک فکر به یک فکر دیگر و اینها متغیرند، دوباره همان پیغام یادتان می‌آید که زندگی به شما چی می‌گوید؟ زندگی می‌گوید که: بین این فکرها متغیرند و تو می‌دانی که این فکرها متغیرند. چی در شما می‌داند فکرها متغیرند؟ من، که من تغییر کردنی نیستم، و تو من هستی، تو چرا می‌روی دچار تغییرات می‌شوی، می‌گویی من همین تغییرات هستم.

چون فدای بی وفایان می‌شوی؟ بارها خواندیم این را، بی وفایان همین آفلها هستند. کسی که فدای بی وفایان می‌شود، می‌رود توی بی وفایان و با بی وفایان تغییر می‌کند. پولش تغییر می‌کند او هم تغییر می‌کند. اتفاقات می‌افتند او هم اتفاق می‌افتد، هی اتفاق می‌افتد، هی اتفاق می‌افتد، اتفاق به او امان نمی‌دهد که بیاید بیرون ثبات داشته باشد.



یک دفعه بپر بیرون بگو من اتفاقات نیستم، من فکرهایم نیستم، من فکرهایم را می بینم، فکرهای من ثابت ندارند من دارم. چرا دارم؟ برای اینکه من تغییرات آنها را می بینم. اگر من جزو تغییر بودم که تغییرات را نمی توانستم ببینم، اگر من نور بی رنگ نبودم، که این رنگها را نمی دیدم. اگر نور بی رنگ نباشد رنگها دیده می شوند؟ نه. شما یک عینک قرمز بزنید یعنی با آن رنگ هم هویت بشوید، همه جا را قرمز می بینید. علت اینکه رنگهای مختلف را می بینید، این است که نور بی رنگ وجود دارد. شما هم با نور بی رنگ می بینید.

آنجا هم چون از جنس پایداری و ثبات و جاودانگی هستیم ما، تغییرات ذهن را می توانیم ببینیم، تغییرات تن مان را می توانیم ببینیم. پس روز است. شما به همان عنصر تغییر ناپذیر زنده بشوید، خواهید دید که دائماً تغییرات را در ذهن تان می بینید، و این تغییرات چون شما ثبات دارید، شما را نمی ترسانند. و شما آن تو می روید روز جو می شوید، بیرون می آید روز است. یعنی آفتاب زندگی همیشه می تاباند، آن تو بروم تاریک می شود، برای اینکه آن تغییر می کند.

یادتان باشد بالای جو زمین آفتاب می تابد حرکت زمین را می بینیم، زمین دور خودش می گردد، ما هم تماشایش می کنیم، ولی ما با آن نمی گردیم، چون خیلی دوریم از زمین. نزدیک زمین بشویم وارد جو زمین بشویم با زمین می چرخیم، دچار شب و روز می شویم. شما از خودتان بپرسید: آیا من روز جو هستم؟ آیا من با حرفهای خودم، خودم را رسوا می کنم؟ هر روز حرف می زنم کوری ام را فاش می کنم؟ یا نه، خاموش باشید را رعایت می کنم؟ خاموش باشید اینجا هم هست.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۲۵

صبر و خاموشی جذوب رحمت است

وین نشان جستن، نشان علت است

خاموش بودن، ذهن را خاموش کردن، امروز گفت: رزم و بزم. بصورت هشیاری صبر داشتن و خاموش بودن و نپزیدن و نپزیدن، این رزم است. نپزیدن، صبر را نگه داشتن، تماشاگر بودن، رزم است. خاموش ماندن صبر کردن، خاموش ماندن صبر کردن، می گوید: این کار رحمت ایزدی را شدیداً جذب می کند. جذوب یعنی بسیار کشنده، جذب کننده. چه چیزی از آنور بهترین خرد را، بیشترین خرد را، بیشترین مهربانی را، بیشترین برکت را جذب می کند از خدا؟ صبر و خاموشی. خاموشی یعنی خاموش کردن ذهن.



واضح است ذهن را خاموش می کنید به فاصله بین دو فکر زنده می شوید، کانال باز می شود، ذهن می خواهد ببندد زودی، شما را بیندازد به آن حالت قبلی که از فکر بپرید به یک فکر دیگر و شما این را باز نگه می دارید. این می خواهد ببندد، شما می کشید باز نگه می دارید با صبر، این صبر است چه چیزی شما را تحریک می کند؟ ذهن، آدمهای دیگر، آدمهای دیگر یک چیزی می گویند، ذهنت می خواهد واکنش نشان بدهد، می خواهد این فاصله را ببندد، از یک فکر به یک فکر دیگر واکنشهای خودش را انجام بدهد. ولی شما رزم دارید، و می دانید که بزم تان بعد از رزم تان است.

شما می دانید که این واکنشها سبب خوشیهای بدفرجام خواهد شد. خوشیهای بدپیشمانی خواهد داشت. پس صبر و خاموشی پیشه می کنیم و رحمت و برکت ایزدی را جذب می کنیم. اما بستن فاصله بین دو تا فکر و رفتن توی این چیزی که دائماً در حال حرکت است و حرکت آفلهاست و در آنجا نشان خدا یا خود را جستن، نشان مریضی است. نشان می دهد که ما مریض هستیم. هرکسی که فاصله دو تا فکر را می بندد و هم هویت شدگی در مرکزش دارد، این آدم مریض است، و مریض من ذهنی است، اسمش من ذهنی است، من ذهنی مریض است. مریض نبود که این همه درد نداشت.

امروز مولانا ثابت کرد که من ذهنی محکوم به فناست و هر فکری می کند، هر کاری می کند به خودش لطمه می زند. و شما اگر این حرف های مولانا را بخوانید و یک کمی دل بدهید، برگردید به سابقه زندگی تان، خواهید دید که کجاها به خودتان لطمه زدید، و الان هم من می دانم شما منصف شدید، این طوری نیست که شما آمدید سی سال است یکی را ملامت می کنید، هنوز هم می خواهید ملامت کنید.

من سی سال یک نفر را ملامت کردم، گفتم تو را بدبخت کردی، من مثلاً زن تو بودم، یا شوهر تو بودم، من را بدبخت کردی، و من از آن موقع دارم تو را ملامت می کنم، انداختم گردن تو، به همه هم گفتم، جور دیگر هم نیست. نه الان منصف می خواهم بشوم. منصف این است که اصلاً من ذهنی من در حال فرو ریزش بوده، این طرح خدا بوده، کسی جلوی این را نمی تواند بگیرد، این با قضا و قدر صورت می گرفته، این با کن فیکون صورت می گرفته، علل بیرونی در این مورد فقط به نظر می آمده که علت است. من بودم که این خرابکاری ها را می کردم و کرده ام. و در هر خراب کاری هم که انجام دادم پیغام این بوده که این من ذهنی می خواهد خودش را نابود کند، من نباید من ذهنی باشم.



و من این پیغام را نگرفتم تمام این ها نشانِ مریضی من است، من، من خودم کردم، من دنبال نشان می جستم، من همیشه در ذهنم دنبال نشان خدا و خودم را جستم و پیدا نکردم، و این مریضی است. این حالت، جذوب رحمت نیست، من هیچ موقع خاموش نبودم، من همیشه حرف زدم. یعنی که هر کسی باید به خودش بگوید اگر منصف باشد از تجربیات گذشته اش یاد می گیرد. چی شده که من صبر نکردم و خاموش نبودم؟ مثلاً چی گیرم آمده، این همه نشان جستم، این همه مریض بودم، حاصل چی بوده؟ این همه خودم را از رحمت ایزدی محروم کردم نتیجه چی بوده؟

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۲۶

انصتوا پندیر، تا بر جان تو آید از جانان، جزای انصتوا

حالا باز هم فرمان خاموش باشید. گفتیم دو تا فرمان هست در این زمینه، یکی موقعی است که ما من ذهنی داریم، می گوید خاموش باش. یکی قل، بگو وقتی به من وصل شدی. و هر کسی خودش می داند کی وصل است کی وصل نیست. الان شما دیگر می دانید این که ما بیاییم به دیگران نشان بدهیم من، من ذهنی ندارم به حضور زنده ام با خدا هستم، این ها فایده ندارد، این ها چیزهای سطحی و ظاهری است. و اینکه مردم بپذیرند ما واقعا خداگونه هستیم، و بسیار دیندار هستیم و به ما احترام بگذارند، این ها هیچ کدام فایده‌ای ندارد، یعنی کیفیت زندگی شما را عوض نمی کند و شما دارید خودتان را فریب می دهید.

پس ما این کار را نمی کنیم، می آییم همین را عمل می کنیم. فرمان انصتوا را در حالی که من ذهنی داری و تند تند حرف می زنی و فاصله بین دو تا فکر را می بندی بپذیر، تا بر جان تو، بر هشیاری تو که مرتب اسیر این من ذهنی است، جزای انصتوا یعنی پاداش انصتوا، پاداش خاموش باشید از طرف جانان یعنی خدا بیاید به هشیاری تو برسد. کلید است این بیت کلید است. تا زمانی که خاموش نیستیم، صبر نمی کنیم، حواسمان به خودمان نیست، می ایراد می گیریم قضاوت می کنیم، به جایی نخواهیم رسید.

یک اشتباه عجیبی من ذهنی دارد برای نصیحت کردن برای تغییر دیگران، و می خواهد تمرکز کند روی آدمهای بخصوص و می خواهد آنها را تغییر بدهد، انتقاد کند، عیب هایشان را پیدا کند، قضاوت کند و من ذهنی را حفظ کند. شما نباید فریب من ذهنی را بخورید.

توجه کنید در این برنامه من در حال عوض کردن شما نیستم، ما داریم نوشته های یک بزرگی مثل مولانا را می خوانیم باهم، و چند ساعتی من صحبت می کنم، چند ساعت شما صحبت می کنید، می خواهیم ببینیم آیا می



توانیم از گیر و زندان من ذهنی رها بشویم، می توانیم من ذهنی مان را بشناسیم، می توانیم هشیاری خالص بشویم؟ شما هستید که با گوش کردن به این ابیات و تکرار آنها خودتان را عوض می کنید. توجه هم می کنیم که تغییر اصیل باید از شما شروع بشود. همیشه تغییر اصیل به وسیله شما در خودتان تشخیص داده می شود، و دنبال می شود.

این شما هستید که دنبال تغییر باید باشید. تا یک نفر متوجه نشود که غذای بد می خورد با گفتن نمی شود، تا خودش یک دفعه متوجه می شود و می گوید: من می خواهم غذایم را درست کنم. یک کسی اگر متوجه اضافه وزن نیست، با مسخره کردن و عیب گفتن و اینها نمی شود، یک روزی خودش متوجه می شود که واقعاً ده کیلو بیست کیلو اضافه وزن دارد، از آن موقع به بعد دنبال چاره جویی می گردد، آن موقع چاره را پیدا می کند. اینجا هم همین هست. یک کسی متوجه می شود که علت دارد، یعنی مرض دارد، بیمار است، بیمار من ذهنی است. درد ایجاد می کند برای خودش برای خانواده و تشخیص می دهد باید یک کاری بکند.

بعد از آن خودش باید دنبال کارش باشد. من اینجا ننشستم شما را عوض کنم من هیچ ادعای عوض کردن ندارم، فقط توجه کنید ما می گوئیم نصیحت نکنیم، شما می گوئید آقا شما نصیحت می کنید به ما. من نصیحت نمی کنم من اینها را می خوانم، ببینیم با هم می توانیم بفهمیم، من حتی محتاج تفسیر شما هم هستم. من چقدر باید بگویم که شما اینها را بخوانید در تلفن تان، این ها را توضیح بدهید، کاربردش را بگویید. گفتیم یا پیشرفت خودتان را بگویید، یا همین ها بخوانید، بگویید شما اینها را چه جوری می بینید، کاربردش چی هست، چه فایده ای برای شما دارد، چه جوری به کار بردید، ما محتاج اینها هستیم. بله این هم آیه قرآن است می گوید:

قرآن کریم، سوره اعراف (۷)، آیه ۲۰۴

... وَإِذَا قُرِئَ الْقُرْآنُ فَاسْتَمِعُوا لَهُ وَأَنْصِتُوا لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ

... خاموشی گزینید، باشد که از لطف و رحمت پروردگار برخوردار شوید.

این آیه مهم است. خاموشی گزینید، اگر درست خاموش باشید و دنبالش باشید، دنبال خاموشی، دنبال حرف زدن نباشید، اثبات خودتان نباشید، اثبات من ذهنی نباشید، حتما مورد لطف خدا قرار خواهید گرفت.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۲۷

گر نخواهی نکس، پیش این طبیب بر زمین زن زرو سر را ای لبیب

ببینید این بیماری هی می رود و بر می گردد. برای کسانی که روی خودشان کار می کنند، یک مدت زمان کوتاهی حضور است، بعد دوباره بیماری بر می گردد. برای اینکه باورهای هم هویت شده یعنی سرشان را و هم هویت



شدگی با زر، چیزهای تعلق داشتنی را زمین نمی کوبند، له کنند. نُکس یعنی برگشت بیماری. می خواهی پیش این طبیب خدا، ما پیش کی هستیم؟ طبیب خدا، همیشه هستیم، همه مان پیش طبیبی هستیم که اسمش خدا است. و با قانون قضا اتفاقاتی به وجود می آورد در این لحظه، می خواهد اتفاق را شما بپذیرید و پیغام آن اتفاق را با استفاده از خرد هشیاری فضای باز شده بفهمید.

و با قانون کن فیکون یعنی باش و می شود، شما را تغییر می دهد، تغییر می دهد، تغییر می دهد. می خواهید پیش این طبیب، بیماری بر نگرود. توجه کنید این طبیب خیلی مهمی است، این بهترین طبیب جهان است. چرا بیماری بر می گردد؟ طبیب ما خدا است بیماری چرا بر می گردد؟ بیماری من ذهنی، برای اینکه به طور کامل باورهایمان را زمین نمی زنیم.

ای لبیب یعنی ای خردمند، ای عاقل، یعنی می خواهد بگوید که تو عقل داری، همین عقل خداگونه را می گوید، عقل من ذهنی را نمی گوید. تو اینقدر خردمند هستی که انتخاب کنی باورهای هم هويت شده را زمین بکوبی، بگویی من این باورها نیستم. و این ها در مرکز ماست و به جای دینم نشسته است. و همین طور زر نماد هر چیزی که آدم می تواند در بیرون بطور فیزیکی به آن بچسبد. حتی دردها هم جزو زر است. دردها، ولی دردها ارزش دارند. حمل کینه و رنجش برای شما ارزش دارد. چرا رنجش هایتان را نمی بخشید؟ می ترسید طرف مقابل بگوید که: منت مرا کشیدی، کو. می ترسید کوچک بشوید. توجه می کنید که طبیب می خواهد معالجه بکند. می خواهد بگوید که ما پیش طبیب حاذقی هستیم. فقط کوتاهی می کنیم. از ده تا هم هويت شدگی، دو تایش را می اندازیم، یک کمی حالمان خوب می شود. می گوییم درست شد دیگر همه چیز، بیماری بر می گردد.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۴

از این سو می کشانندت، وزان سو می کشانندت

مروای ناب با دُردی، پیرزین دُرد، رو بالا

می گوید تو هشیاری هستی، از این سو می کشانندت، یک سری چیزها می کشاند به سوی دنیا، هم هويت شدگی ها در بیرون نماینده شان در دل ما است. می کشند به سوی دنیا. از طرف دیگر حالا این طوری معنی کنیم. از آن سو هم از طرف خدا هم ما را می کشند، هر لحظه از آن ور یک ندایی می آید، بیا به سوی من، بیا، بیا، بیا. و تمام اتفاقات می افتد که شما متوجه بشوید، باید بروید به آن سو. درست است؟ و طرح زندگی هم این است که برویم به آن سو. حالا می گفت.



می گوید که مرو ای ناب، ای هشیاری خالص، ناب یعنی خالص، ای هشیاری خالص، ای خداگونه، ای امتداد خدا، با دُردی نرو. یعنی با شراب ناخالص نرو، با هشیاری جسمی نرو، با لُرد شراب نرو، نگو من لُرد شراب هستم، ته نشین شده آن چیزِ ته شراب. می خواهد بگوید که هشیاری جسمی ته شراب است. آن بالایش صاف است شما هستید. با دُردی نرو. هر لحظه ما کشیده می شویم به سمت جهان، ما هشیاری هستیم.

دوباره آن سه بیتی که خواندیم، گفت که از زنده، مرده بیرون می کشد. از مرده زنده، و نفس زنده حول و حوش مرگ همیشه می تند. اینها را قرار شد حفظ کنید. و این لحظه ما اختیار داریم، برویم به سوی زندگی یا برویم به سوی دنیا. به سوی دنیا نرفتن رزم است. یکی اش را شناختیم، انداختیم، نرفتیم، به این سو برویم بزم است. هر هم هویت شدگی را که لا می کنیم، یک بت آفل را که می پرستیم و در مرکز ما است می شناسیم و می کشیم و می اندازیم دور. آن بت آفل را اگر بکشیم بیاندازیم دور، دیگر آن چیز در بیرون نمی تواند ما را بکشد.

توجه بکنید که چند تا چیز مهم از بیرون ما را می کشد. اگر اینها را لا کنیم کامل، کشیده نمی شویم به جهان. عمدتاً مثلاً پول است، هم هویت شدگی با همسر است، یا بطور کلی خانواده است، با مقام است، با دانش است، با جسم است، با خوشگلی صورت و نمی دانم هیکل و اینها، با این چیزها آدم هم هویت است. با باورهای مذهبی است، بعضی موقع ها باورهای سیاسی، اجتماعی و شخصی است. باورها، دردها از همه مودعی تر، درد می کشیم. کسی که درد را در مرکزش نگهداشته است، شناسایی کنیم بیاندازیم، این چیز خوبی نیست برای اینکه درد اگر آنجا باشد. از آن درد مرتب سم ترشح می شود این بدن را خراب می کند، این فکر را خراب می کند.

یعنی انسان اگر کینه داشته باشد این کینه هر کاری می کند. هر حرفی می زند، و هر عملی می کند بهش می رسد. کینه مسموم می کند، با دُردی می رود آدم. دارد می گوید ناب هستی تو، آیا واقعاً ما ناب هستیم؟ ما با فشار زیاد به صورت یک فکر می پریم به یک فکر دیگر، برای ما خیلی آسان است که فکر ها را از هم باز کنیم، برای چی بپریم از فکری به فکر دیگر، آرام آرام به صورت فکر بلند می شویم، زمینه هشیاری ناب، وقتی بلند می شویم به صورت فکر می شویم. دُردیم، درد می آید فکر با درد، این می شود دُردی.

ولی به ما مولانا می گوید ای ناب پیر زین دُرد. پس ما قدرت پریدن از این هشیاری ناخالص جسمی را داریم. رو بالا، رو بالا. یعنی با این چیزهای پست و کوچک یعنی هم هویت شدگی ها، عجین نشو. همان طور که صاف می رود بالا. پس ما می توانیم به صورت هشیاری از روی آن چیزی که نشستیم، بپریم. ولی چون می ترسیم با دید ترس نگاه می کنیم. بادتان هست به ما گفت یک پرنده ای روی درخت نشسته، گربه که مرگ است می گوید برویم



بگیریمش، وقتی گربه نزدیک می شود به جای آنکه بپرد موش می شود می رود زمین، زیر زمین. این تمثیل را قبلا خواندیم. ما موش شده ایم و رفته ایم توی زمین. الان می فهمیم پرنده هستیم.

یعنی شما به صورت هشیاری الان می توانید تصمیم بگیرید بگویید این پولم است؟ من از رویش می خواهم بپریم. من نمی خواهم با آن هم هویت بشوم، می خواهم خرج کنم برای راحتی خودم، می خواهم این را از مرکز در بیاورم. همسر من است من باید با عشق با او برخورد کنم رابطه برقرار کنم، من باید به زندگی زنده بشوم، همان یک زندگی را در مرکز او بشناسم، با عشق، با مهر با همدیگر مراد داشته باشیم، نه من ذهنی مان او را زیر سلطه قرار بدهد، بچسبید به او، کنترل کند، مال خودش بکند.

ما دیگر امروز فهمیدیم عشق ورزی واقعی فرق دارد با اینکه با من ذهنی به یکی بچسبی، او را زیر کنترل داشته باشی، بررسی او برود و آن جزو مایملکت بشود، صاحبش باشی، این عشق نیست. من ذهنی این جور عشق ها را دارد. عشقش هم مشروط است. می گوید این کار را می کنی. پایین هم می گوید، می گوید یک آدم دانا و بینا می فهمد که تو کین داری یا مهر داری. ما هیچ موقع کین من ذهنی را نمی گذاریم، نمی توانیم به جای مهر ایزدی و عشق ایزدی جا بزنیم.

***** پایان قسمت سوم *****



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۴

هر اندیشه که می پوشی درون خلوتِ سینه

نشان و رنگِ اندیشه ز دل پیداست بر سیما

می بینید که مولانا به زیبایی معنی هم هویت شدن را اینجا به ما توضیح می دهد. می گوید: تو به عنوان هشیاری هر فکری را که در مرکزت می پوشی، یعنی می روی آن تو، گفتیم هشیاری هستیم که هر لحظه زاینده می شویم. درون یک فکر، و اگر آرام باشیم، صبر کنیم، خاموش باشیم، می توانیم به فضای فاصله بین دو تا فکر زنده بشویم. می گوید که در حالی که این اندیشه را می پوشی در مرکزت، نشان و رنگ آن اندیشه در سیمای تو یعنی این چهار بُعد ظاهری تو، در تَنِت، در فکرها، در هیجانانگات، در جانت، یعنی جان حیوانی ات، ظاهر می شود. البته که منظورش فقط این صورت ما نیست که بگوییم بر سیما، صورت نیست، این را قبلا هم می دانیم با هر چیزی که هم هویت بشویم آن اندیشه می رود مرکز ما می شود، و مرکز ما هر چه باشد مطابق رنگ آن و نشان آن، هشیاری را و اثرات آن را در چهار بُعدمان تجربه خواهیم کرد.

حالا اگر آن چیزی که مرکز ما است بی فرم باشد، و از جنس خدائیت باشد، نور باشد، یک جوری در چهار بُعد ما، در ظاهر ما، اثرات آن ظاهر می شود. و اگر اندیشه ای باشد که باهاش هم هویت شدیم مخصوصاً پُر از درد باشد، یک چیز دیگری ظاهر می شود. واضح است که نتیجه اش چه چیز خواهد شد. یکی اش بیماری است، یکی اش سلامتی است. و مولانا اینها را مستدل کرده به چند تا آیه، یعنی حداقل دو تا را ما اینجا آوردیم که شما بدانید که این با آیه های قرآن مطابق است. می گوید:

قرآن کریم، سوره اعراف (۷)، آیه ۴۸

وَنَادَى ۙ اَصْحَابُ الْاَعْرَافِ رِجَالًا يَعْرِفُوهُمْ بِسِيْمَاهُمْ قَالُوا
مَا اَعْنَى ۙ عَنْكُمْ جَمْعَكُمْ وَمَا كُنْتُمْ تُسْتَكْبِرُونَ

ساکنان اعراف مردانی را که از نشانیشان می شناسند آواز دهند و گویند: آن خواسته ها [امکانات مادی] که گرد آورده بودید و آن همه سرکشی [تکبری] که داشتید، شما را فایده ای نبخشید.

یعنی هم هویت شدگی ها، که گرد آورده بودید و آن همه سرکشی، تکبری، که داشتید، شما را فایده ای نبخشید. اعراف جمع عُرف است یعنی بلندی، و ساکنان اعراف، منظور از مردان یعنی انسانها هستند، یعنی زن و مرد و نشان هایشان هم همین قیافه شان هست، که مشخص است که زیر درد هستند. می گوید که به آنها می گویند که این انباشتگی های هم هویت شدگی از هر جنسی بوده، از جنس درد، از جنس امکانات فیزیکی و همین طور خود



خواهی های شما، تکبر و خود نمایی شما، که از جنس هیجان بودند و از خوشی های آن لذت می بردید، آیا به شما فایده ای بخشید؟ جوابش هست که نه، نبخشید. نبخشید. همین حرف را داریم می زنیم دیگر.

انباشته کردیم در مرکزمان، این انباشتگی ها عینک دیدمان شد، انگیزه فرمان شد و چون اینها در حال از بین رفتن بودند ما ترسیدیم. ترس و خشم و بقیه هیجانات بد فکرهای ما را برانگیختند، رفتارهای ما را برانگیختند. ما در ذهن در جستجوی خدا بودیم و نشان می جستیم، خدا جو بودیم به خاطر همین هشیاری جسمی، آیا فایده ای بردیم؟ آیه قرآن می گوید: نه! نبردیم. بله.

پس بنابراین می بینید می گوید ساکنان اعراف، یعنی ساکنان بلندی، انسانهایی هستند که اینقدر بالا رفته اند که چیز های این جهانی، نیروی جاذبه به آنها وارد نمی کند. معنی اش این است که اگر شما هم هم هویت شدگی هایتان را بیان دارید، درست مثل کسی هستید که که نردبان گذاشتید، پله پله با هر انداختن هم هویت شدگی می روید بالا، و وسعت بیشتری را می بینید. یعنی هر هم هویت شدگی که می افتد، و این فضا بازتر می شود، شما بیشتر می بینید. از طریق عینک نور بی رنگ می بینید. و اگر هیچ هم هویت شدگی نباشد، پس شما همه هم هویت شدگی ها در مرکز انسان ها را می توانید ببینید.

و دنباله غزل راجع به این موضوع صحبت می کند که می گوید: بینا دین تو را می تواند به راحتی ببیند که آیا دین تو یک مشت باور است در مرکز، یا دین تو خدا است در مرکز، کدام یکی است؟ الان می رسیم به آن. اما اعراف جمع عرف است به معنی بلندی. پس دو جور عمق حضور را ما می توانیم بسنجیم. یکی همان ریشه داری و ثبات است و نشانش مقاومت صفر یا عدم واکنش است هر کسی که عدم واکنش دارد و همه پاسخ هایش از زندگی می آید این آدم جزو ساکنان اعراف است. یا این قدر بالا رفته، این طوری هم نشان می دهیم. درست مثل اینکه یک نفر برود بالای جو زمین اینقدر از زمین دور بشود، زمین او را نتواند به خودش بکشد. یعنی نیروی جاذبه ای نتواند به او وارد کند.

پس کسی که همه هم هویت شدگی ها و دردهایش را انداخته این جهان نمی تواند، چون جنسی از این جهان آن تو نیست، مرکز آنرا به خودش بکشد. پس اینها ساکنان اعراف هستند. این ها به ما می گویند که: شما با این وضعیت سودی کرده اید؟ به جایی رسیده اید؟ سؤالش جواب دارد. یعنی نه، نرسیده ام. آیه قبل از این و قبل از این هم راجع به این موضوع صحبت می کند. آنها که علاقه مند هستند. اما یک آیه دیگر است که قبلا آنرا خوانده ایم می گوید:



قرآن کریم، سوره فتح (۴۸)، آیه ۲۹

...سَيِّمَاهُمْ فِي وُجُوهِهِمْ مِنْ أَثَرِ السُّجُودِ

... اثر (نورانی) سجده (عبادت) بر رخسارشان پدیدار است ...

یعنی این که کسی که در حال تسلیم باشد، فضا گشایی باشد، مرتب خرد و شادی و برکات این فضای گشوده شده در چهار بُعدش پیداست. در جسمش پیداست، در فکر هایش پیداست، بله، در هیجانانش پیداست. یعنی کسی که در حال سجده است، یعنی تسلیم است، مقاومت نمی کند. این چنین آدمی حتما فکر های خلاق دارد، چون مقاومت صفر دارد، بنابراین خرد زندگی وارد فکر و عملش می شود. و چون مقاومت نمی کند قربانی اتفاق نمی شود، از جنس اتفاق نمی شود. و بنابراین نمی ترسد. بله، ستیزه نمی کند.

و چون از طریق فضای گشوده شده می بیند، قضاوت من ذهنی ندارد، یادمان باشد من ذهنی به دو دلیل قضاوت می کند، و اگر توجه کنید عیب گویی و عیب بینی ما فقط به دو دلیل است. اول بگوییم که بخاطر اصلاح جامعه یا اصلاح طرف مقابل نیست، بلکه بخاطر خود نمایی ما است. گاهی اوقات ما یک اطلاعاتی را به یکی می دهیم و من ذهنی ما از این سود می برد یا نه؟ مثلاً می پرسیم می دانی چه اتفاقی برای طرف افتاده است. راجع به یک خانواده صحبت می کنیم، دارند طلاق می گیرند، او می گوید نه، نمی دانم. بلافاصله ما می گوییم این خبر بد را. اولاً که احساس برتری می کند من ذهنی ما، نسبت به من ذهنی طرف مقابل که این موضوع را نمی داند و دانش ما بیشتر است این یکی. دومین سودی که من ذهنی ما می برد این است یک اخباری می دهیم که نوک تیز است و بد است. و بطور غیر مستقیم می گوییم ما آن طوری نیستیم، این دو تا. تمام ایراد گیری ها که به وسیله من ذهنی انجام می شود، و خوشی های بد فرجام دارد، و توام با پشیمانی دارد، از این جنس است.

برای همین است که وقتی ما انتقاد می کنیم، عیب گیری می کنیم باید ببینیم به خاطر خودمان است یا واقعاً می خواهیم چیزی را اصلاح کنیم. اگر درست دقت کنیم خواهیم دید که این صحبت های ما هیچ اثر مفیدی هیچ جا ندارد، جز رنجاندن طرف، جز ایجاد دشمنی و رنجش در بیرون، آن شخص به هیچ وجه اصلاح نخواهد شد و احتمالاً هم ما در آن مقام نیستیم که اصلاً اصلاح کننده باشیم. اگر ما بلد بودیم که اینطوری حرف نمی زدیم. بنابراین مولانا در پایین می گوید که: شما باید همیشه فضاگشایی کنید، و آدم بینا حتی دین ما را می بیند که از جنس باور است به روی نمی آورد. بله.

بله این آیه هم مربوط به در واقع به آن اُخْفَى است که قبلاً خواندیم

و می گوید:



قرآن کریم، سوره طه (۲۰)، آیه ۷

وَإِنْ تَجَهَّرْ بِالْقَوْلِ فَإِنَّهُ يَعْلَمُ السِّرَّ وَأَخْفَى

و اگر سخن بلند گویی، او به راز نهران و نهران تر آگاه است.

که مربوط به بینی که قبلاً داشتیم و در آن اخفی داشت بله می گوید که:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۴

ضمیر هر درخت ای جان، ز هر دانه که می نوشد

شود بر شاخ و برگ او نتیجه شرب او پیدا

مثال می زند، می گوید که: هوشیاری هر درختی بستگی به این دارد که از چه دانه‌ای می جوشد، مثلاً این دانه خرماست یا این دانه چه درختی است، بادام است، یا سیب است، یا هر چی؟ بر شاخ و برگ او نتیجه نوشیدن هوشیاری او پیدا است. یعنی چیزی که از دانه می آید در برگ ها و شاخ او یعنی در ظاهر او و میوه او پیدا است، خودش توضیح می دهد، می خواهد بگوید انسان هم اینطور است. می خواهد بگوید انسان هم در مرکزش اگر من ذهنی و درد باشد این چهار بُعدش یکجوری است، اگر از جنس هوشیاری باشد و فضای گشوده شده باشد، بی نهایت باشد، میوه بیرونی و ظاهر بیرونی اش یکجور دیگر است.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۴

ز دانه سیب اگر نوشد، بروید برگ سیب از وی

ز دانه تمر اگر نوشد، بروید بر سرش خرما

فرض کنید سیب همان آن درخت ممنوعه است، می گوید: اگر انسان از سیب که در اینجا بگوییم نماد من ذهنی است، آب بنوشد، انرژی بگیرد، برکت بگیرد، سیب می آید. و اگر از دانه خرما بنوشد، بر سرش خرما می آید. پس هر کسی به چهار بُعد ظاهری اش نگاه کند همین الان. ببیند بدنش سالم است، فکرهايش خلاق است، هیجانانش از جنس شادی و عشق و زیبایی است، لطیف است، آیا پُر از ارتعاش زندگی است؟ اگر اینطوری است در اینصورت آن دانه ای که در مرکزش است دانه خدایی است، یعنی هوشیاری است. یعنی هم هویت شدگی هایش را انداخته است و دردی ندارد. ولی اگر می بیند که چهار بُعدش مریض است، دارد پژمرده می شود، باید بداند که در مرکزش آن ریشه اش از آنجا که آب می آید، از غیب می آید این دانه می گیرد، عوضش می کند یک چیزهای بدی می دهد به چهار بُعدش، و شما آن چهار بُعد را تجربه می کنید.

کسانی هستند که بلحاظ جسمی مریض اند، چرا مریض اند؟ برای اینکه از من ذهنی دردناک که در مرکزشان است

آب می خورند. کینه دارند، خشم دارند، حسودند، همیشه انرژی بد می خورند، توقع شان از جهان بیرون است،



تلخ اند، دائماً تلخی می خورند و تلخی پخش می کنند. اینها باید به مرکزشان مراجعه کنند، مرکزشان را عوض کنند، باید روی خودشان کار کنند.

ما نمی توانیم تلخی مان را به همسرمان به بچه مان به پدر و مادرمان به جامعه نسبت بدهیم، کما اینکه در بیت آخر می گوید که: تو صریح هم به آن گفته بشود، آخر سر هم حواله می کند به این ور به آن ور، می گوید اینها کردند آنها کردند، اینها اصلاً به من مربوط نیست، بله خیلی ها این حرف ها را می شنوند می گویند این حرف ها چیه؟ جامعه را باید درست کنند که تا ما هم درست زندگی کنیم. تقصیر این است تقصیر آن است، مرکزش را دست نخورده نگه می دارد.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۴

چنانک از رنگ رنجوران طیب از علت آگه شد

ز رنگ و روی چشم تو به دینت پی برد بینا

می گوید همینطور که پزشک به رنگ و روی بیمار نگاه می کند و می فهمد که بیماری اش چی است. علت در اینجا به معنی بیماری است، رنجور به معنی مریض است. همینطور هم اگر یک عارفی جزو اهل اعراف است، یعنی بالا رفته است و بینش عرفانی دارد، مرکزش خالی شده است باصطلاح، اگر به تو نگاه کند که این آدم بیناست، پی می برد چه جور دینی دارد.

ما دو جور دین داریم یکی از آن مجموعه باورهاست که با آنها هم هویتیم و اینها را مرکزمان قرار داده ایم، و اینها می گویند که این باورها حقیقت اند، و رفتارهایی هم که از این باورها می آید، آنها هم رفتارهای درستی هستند و خداگونه هستند، بقیه کسانی که این باورها را ندارند، آنها دشمن ما هستند، و آنها دین ندارند. بنابراین ما حق داریم با آنها بستیزیم، و آنها را از بین ببریم، حتی نه چندان دور این جور آدم ها به خودشان حق می دادند که بگیرند باورمندان دینهای دیگر را بکشند. شاید همین الان هم بکنند.

اما یک دین دیگر هست که این دین دار حقیقی است و این کسی است که تمام هم هویت شدگی ها را اعم از باور و چیزهای این جهانی لا کرده است. شناخته اینها را انداخته است و هیچ دردی در مرکزش ندارد. بنابراین مرکزش تبدیل به خدا شده و هوشیاری جسمی اش تبدیل به هوشیاری حضور شده، بنابراین، این آدم که در مرکزش خدا دارد، بی نهایت خدا را گذاشته و مثل آفتاب می درخشد، و زیبایی و سلامتی آن مرکز منعکس می شود در چهار بُعدش. آن یکی که باورها را در مرکزش گذاشته و با آنها هم هویت است و این را می گذارد دین تمام دردها من



ذهنی را دارد اعمّ از خشم، کینه، رنجش، اخمو بودن، بدخو بودن، بد اخلاق بودن، عدم تحمل، فضای منقبض، اینها را همه را دارد. ولی کسانی که این باورها را ندارند را کافر می داند پس این نمی تواند دین باشد.

برای همین می گوید که همینطور که دکتر، البته دکترهای قدیم الان ممکن است می گویند آزمایش بدهید، و بیاورید حالا ما برویم کتاب را نگاه کنیم، بله، دکترهای قدیم که بصورت ظاهر یک نفر نگاه می کردند می فهمیدند چه مرضی دارد. الان هم شما هم به یک درجه ای طبیب شده اید، واقعاً یک نفر را ببینید که نشسته باورهای هم هویت شده خودش را حقیقت می داند، و دارد در یک کوشش ناآگاهانه از هویتش دفاع می کند، در نتیجه از آن باورها دفاع می کند، و بقیه باورها را کافری می داند، شما می فهمید که این آدم دین واقعی ندارد، و باورهایش دینش است. و شما به حرفش گوش نمی دهید. خواهید دید که این آدم به آدم های دیگر ناسزا می گوید. اینها را فقط می گوئیم که بیت مولانا معنی بشود.

پس ز رنگ و روی چشم تو، حالا چشم ما عینک فرم ها را به خودش می گیرد، عینک هم هویت شدگی ها را به خودش می گیرد، و در نتیجه از رنگ و روی چشم ما و عینک ما به دین ما پی می برد. می فهمد که ما چه جور دینی داریم، واقعاً دین حقیقی داریم یا دین مصنوعی داریم. اما چند بیت از مثنوی می خوانم با توجه به اینکه این بیت بسیار بسیار مهم است. که شما ببینید که عینک هم هویت شدگی در واقع عینک هوشیاری ما می شود، و این مرض می آورد، این جور دید مرض می آورد. فرق است بین اینکه مرکز ما ابدیت و بی نهایت خدا باشد، که از اول از آن جنس بودیم، یا یک مجموعه ای از باورها و دردها باشد برای همین می گوید:

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۲۱

دیده ما چون بسی علت دروست رو فنا کن دید خود در دید دوست

می گوید که اینطوری که ما می بینیم از پشت هم هویت شدگی ها این عینک ها را ما چشم مان کرده ایم که خیلی مرض در آنهاست، تو برو این دید را، این عینک ها را ببنداز دور، فنا کن و دید و عینک دوست را که از نور بی رنگ است، هوشیاری بی فرم است بگیر. به نظرم واضح است.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۲۲

دید ما را دید او نعم العوض یابی اندر دید او کل غرض

می گوید اینکه این هم هویت شدگی های ما عینک هوشیاری ما هستند، چون هر لحظه که توی فکر و صندوقی زاده می شویم آن صندوق عینک ماست. می گوید دید آن صندوق را بده و فاصله بین دو تا فکر را بکن عینک



خودت، فاصله بین دو تا فکر و آن عینک، آن دید بهترین عوض است در مقابل دادن دید هم هویت شدگی ها. و می گوید در دید اوست یعنی دید دوست است که تو تمام غرض را پیدا می کنی.

اما کل غرض در این جهان زنده شدن کامل به اوست. یعنی تا دید آن را دید خودمان نکنیم غیر ممکن است به او زنده بشویم. به مقصود اصلی آمدن به این جهان ما نایل بشویم. توجه کنید چی می گوید. می گوید که: مرتب شما باید فضا را باز کنید در این لحظه بجای اینکه از پشت عینک اتفاق به جهان نگاه کنید، یا هم هویت شدگی به جهان نگاه کنید، یا عینک مقاومت به جهان نگاه کنید، یا قضاوت نگاه کنید، از دید او نگاه کنید. و این مقدور است اگر شما بخواهید.

و ما نمی توانیم با فکرهای مان غرض آمدن به این جهان را بنویسیم. ما اصلاً نمی دانیم برای چی آمده ایم. می دانیم که باید به او زنده بشویم، ولی اینکه چه چیزی از ما صادر خواهد شد، چه برکتی به این جهان خواهد آمد، به چه درد خواهیم خورد نمی دانیم. این تصوّراتی که ما آمده ایم جمع کنیم، جمع کنیم، جمع کنیم با آن هم هویت بشویم و این همه زجر بکشیم، بعد بمیریم، برویم، اینها غرض نیست. مقصود ما از آمدن به این جهان این نبوده است. اینها را این من ذهنی یعنی این دید را من ذهنی به ما تحمیل کرده است. دوباره یک جای دیگر خوانده ایم:

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۴۰۶

آدمی دید است و باقی پوست است

دید آن است آن که دید دوست است

می گوید: آدمی همه اش به اینست که چه عینکی دارد الان؟ عینک هوشیاری بی فرم دارد، یا عینک هم هویت شدگی دارد؟ این آدم را تعریف می کند. اما بهترین آدم اینست که عینک نور بی رنگ، عینک جاودانگی، نه هم هویت شدگی ها را به چشمش بزند. یعنی هوشیاری در مرکز ما باید دید دوست را داشته باشد، نه دید هم هویت شدگی ها را. این ابیات را چندین بار تا حالا خوانده ایم.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۴۰۷

چونکه دید دوست نبود کور به دوست کو باقی نباشد دور به

می گوید وقتی آدم دید دوست را ندارد، یعنی دید خدا را در مرکزش ندارد، از پشت عینک او نمی بیند، از پشت عینک فاصله دو فکر و هوشیاری نمی بیند، کور باشد بهتر است. یعنی حرف نزنند، و عمل نکند بهتر است. امروز هم خواندیم چرا؟ گفت من ذهنی دائماً حول و حوش مرگ می تند، هر چه می گوید و هر چه می کند به خودش



ضرر می زند. و دوباره در غزل خواندیم خوشی های ما همه با پشیمانی است. می گوید دوستی که باقی نباشد از ما دور باشد بهتر است. اما دوستی که فکر می کنیم دوست است و باقی نیست و فانی همین من ذهنی ماست. دوست های بیرونی را نمی گوید.

البته فقط ما دو تا دوست داریم: یکی اش تقلبی است همین من ذهنی ماست، باقی نیست فانی است. یک دوست دیگر داریم که خداست باقی است. که آن دوست باقی را رها کردیم این دوست فانی را چسبیدیم. پس ما الان می فهمیم دوستی که باقی نباشد، و مرتب عوض بشود، این دوست ما نیست دشمن ماست، از ما دور باشد بهتر است. داریم راجع به چی صحبت می کنیم گفت که یک عارف یک بینا تو را ببیند فوراً دینت را تشخیص می دهد. پایین می گوید البته به روی تو نمی آورد، با ایماء و اشاره صحبت می کند، احترام تو را نگه می دارد. بله، فاش نمی کند آشکارا به تو، بگوید تو چه دینی داری، یکجوری اشاره می کند تو بفهمی. بروی کار کنی. اگر اهل اشاره باشی و اهل مقصود باشی، درد داشته باشی، متوجه می شوی. و گرنه صریح هم بگوید متوجه نمی شوی.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۲۲۳

هر که کارد، قصد گندم باشدش کاه خود اندر تبّع می آیدش

می گوید هر که چیزی می کارد، بخاطر آن محصول حقیقی است. می توانستیم بخوانیم: قصد گندم باشدش، یا قصد، گندم باشدش. پس هر کسی که گندم می کارد می خواهد گندم بدست بیاورد. اما کاه که فرع است همراه این گندم می آید. می خواهد بگوید که ما آمده ایم به این جهان منظور ما زنده شدن به بی نهایت و ابدیت آن است، این گندم است. کاه که همین چیزهایی است که ما جمع کردیم، همراه آن جزو فرعیات می آید، اینها مهم نیستند. می خواهد بگوید آن چیزی که برای ما مهم بوده تا حالا مهم نیستند. درست مثل اینکه کسی گندم بکارد، بگوید همه حواسم به اینست که از این چقدر کاه بوجود می آید. خدا هم که ما را کاشته می خواهد گندم بدست بیاورد نه کاه، ما می کاه درست می کنیم.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۲۲۴

کاه بکاری بر نیاید گندمی مردمی جو مردمی جو مردمی

بعضی ها نوشته اند مرد می جو، مرد می جو مردمی، بنظرم بهتر می آید بخوانیم، مردمی جو، مردمی جو مردمی یعنی انسانیت بجو، آن هوشیاری حضور را بجو. می گوید اگر کاه بکاری گندم نمی آید. ما کاه می کاریم یا نه؟ هر چه که با من ذهنی با دانش من ذهنی می کاری، شما مرکزتان را هم هویت شدگی ها بگیرید و درد، و از آنجا فکر



کنید و عمل کنید، گام می‌کارید، گندم بدست نمی‌آید. از طریق هم‌هویت شدگی‌ها فکر کنید، عمل کنید، به حضور نمی‌رسید، به خدا نمی‌رسید.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۲۲۴

کَم بکاری بر نیاید گندمی مردمی جو مردمی جو مردمی

مردمی یعنی آن انسانیت انسان، آن جوهر انسان، حضور انسان، آن حضور را بجو، آن هوشیاری حضور را بجو، نه هوشیاری جسمی را که لحظه به لحظه ما دنبالش می‌رویم. این را سه بار هم تأکید می‌کند.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۲۲۵

قصد کعبه کن چو وقت حج بود

چون که رفتی، مکه هم دیده شود

می‌گوید موقع حج تو می‌روی کعبه را زیارت کنی، می‌روی خانه خدا. برای دیدن شهر مکه نمی‌روی، ولی وقتی آنجا می‌روی شهر را می‌بینی، راه را هم می‌بینی. پس بنابراین الان ما قصد حضور را داریم، زنده شدن به خدا را داریم. در این راه این جهان را هم می‌بینیم، زیبایی‌های این جهان را هم می‌بینیم، تماشا هم می‌کنیم. اگر آن ثبات آن حضور با ما باشد. پس از ابتدایی که وارد این جهان شده‌ایم، قصد چی بوده؟ کعبه نماد دل خالی ماست، خانه خدا دل خالی ماست، دل خالی از هم‌هویت شدگی، دلی که در آن هم‌هویت شدگی باورها و دردها نباشد، خانه خداست. بله،

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۲۲۶

قصد، در معراج، دید دوست بود در تبع، عرش و ملائک هم نمود

می‌گوید که قصد، مقصود از معراج، چه معراج حضرت رسول باشد، چه معراج شما. توجه بکنید معراج همان چیزی که گفتیم، اهل اعراف اهل معراج هستند. اهل معراج یعنی تجربه اوج، تجربه‌ای که شما به بی‌نهایت او زنده بشوید. پس بنابراین قصد در معراج دید خداست. یا دید خدا بود برای حضرت رسول، اگر در مورد ایشان بگوییم. در تبع یعنی در همراه آن بطور فرعی ملائک هم ملاقات کرد. یعنی در این حیث و بیث یک باشندگانی به ما پیغام می‌آورند، اسمش را بگذار ملائک، فرشتگان، و این فضا باز می‌شود. منظور ما حس وحدت با آن است، با خداست یعنی. در این وسط این فضا هم باز می‌شود، به ما پیغام هم می‌رسد، پیغام رسان‌ها را هم می‌بینیم. بله دوباره برگشتیم به غزل یک توضیحاتی بود در مورد رنگ چشم ما که گفت بینا از رنگ چشم شما از عینک شما متوجه می‌شود که چه جور دینی دارید.



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۴

ببیند حال دین تو بداند مهر و کین تو

ز رنگت، لیک پوشاند، نگرداند تو را رسوا

می گوید حال تو، دین تو را می بیند یک آدمی مثل مولانا به ما نگاه کند می فهمد که یک مشت باور را گذاشتیم در مرکزمان و یک مشت درد را، و این را کردیم دین مان و حالمان هم اصلا خوب نیست. و یک من ذهنی ما را اداره می کند. ولو اینکه آن باورها بسیار باورهای خوبی باشند. باور باور است. بعضی ها فکر می کنند که باورها را باید عوض کنیم، ولی با آنها باید هم هویت باشیم. نه این درست نیست. باور جسم است. باور با خدا فرق دارد. می گوید حال دین تو را می بیند. حال و احوال تو را می بیند. و می فهمد که تو مهر خدایی داری یا کین، یا کینه من ذهنی را به جای عشق گرفتی؟ ما وقتی من ذهنی داریم حتی در خانواده، فکر می کنیم ما همسرمان را دوست داریم، بچه هایمان را دوست داریم. ولی توجه کنید این عشق، مشروط است. همین الان گفتیم: از جنس مالکیت است، از جنس سلطه است، از جنس کنترل است، و در این جا حال دین ما خوب نیست، انرژی خوب نیست، حال هیچکس خوب نیست.

می فهمد که تو کینه خودت را به جای عشق خدایی جا زدی. می فهمد مهترت از چه جنسی است. می گوید آقا من تو را دوست دارم، خانم من تو را دوست دارم. ولی به محض اینکه توقعش برآورده نمی شود، فوراً ستیزه می کند، می گوید: متنفرم، خوشم نمی آید از تو. چطور این عشق تبدیل به عکسش شد فوراً؟ یک انسانی که مهر دارد فضاگشاست. توقعش صفر است از جهان بیرون، برای اینکه هرچه توقع دارد از آنور است. از آنور هم توقع ندارد، توقع اصلا مال ذهن است.

اصلاً بزرگترین مانع در پیشرفت و حتی سرخورده شدن از گنج حضور، ناامید شدن، این است که انسان خودش را مرتب با ذهنش ارزیابی کند. مولانا می گوید: مدانید که چونید؟ مدانید که چندید. یعنی با ذهنش ارزیابی کند که من چقدر پیشرفت کردم؟ خوب بعضی ها می پرسند، این گنج حضور برای من چه آورده؟ خوب اگر این سوال را بکنی، با ذهنت باید جواب بدهی. ذهنت مادیات را می شناسد. می خواهد به صورت فرم و ماده جواب بدهد. برای همین است که دائماً می گوئیم: شما کار کنید ارزیابی نکنید خودتان را، مقایسه هم نکنید. کار کنید ارزیابی نکنید، کار کنید ارزیابی نکنید، برای اینکه ارزیابی مال ذهن است.



شما می توانید اندازه بگیرید چقدر به حضور زنده شده‌اید؟ شاید دیگران به شما بگویند شما عوض شده‌اید، خوش اخلاق تر شده‌اید. فضاگشا تر شده‌اید، خلاق تر شده‌اید. اینها نشانه های بیرون است. همین که می گفت در بیرون مثل دسته گل، یواش یواش دسته گل را مردم می فهمند. ولی شما اگر بخواهی بررسی که حالا من چقدر پیشرفت کرده ام، مثل اینکه پیشرفت من خوب نیست، این تلقین شیطان است. پس شما لطف کنید کین تان را به جای مهر جا نزنید. می گوید که: این عارف، این بینا حال دین تو را می بیند و مهر و کین تو را می شناسد از رنگت، اما می پوشاند.

لیک پوشاند نگرداند تو را رسوا، و این هم پیغام مهمی است که شما که اگر فکر می کنید عارف شدید و دانا شدید، اگر اوضاع دینی یک نفر را می بینید، به روی او نیاورید که این اشکال را داری، این اشکال را داری، این اشکال را داری، چرا نمی روی درست کنی؟ انسانها در من ذهنی آبروی مصنوعی دارند. این آبروی مصنوعی و هویت را دوست دارند، نمی توانیم به آن حمله کنیم. دارد این را می گوید. عارف شما را رسوا نمی کند. من ذهنی رسوا می کند. بله، مشخص است.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۴

نظر در نامه می دارد. ولی با لب نمی خواند

همی داند کزین حامل چه صورت زایدش فردا

می گوید: مرکز شما را می خواند. البته مرکز ما در چهار بعد ما منعکس است. بله؟ یک کسی اخلاقش بد است، خشمگین است، دائماً شکایت می کند، حسود است، تنگ نظر است، به بن بست برخورد، از نظر مالی وضعیت خراب است، کارهایش به نتیجه نمی رسد. یک آدم بینا فوراً در مرکزش این هم هویت شدگی با دردها و چیزهای این جهانی را می بیند. نگاه می کند، ولی با لبش نمی خواند. ولی می داند که کسی که، هر انسانی که، این نامه را حمل می کند، فردا برایش چه اتفاقی خواهد افتاد.

می خواهد به شما بگوید که شما که این غزل را می خوانید و می فهمید، می دانید که اگر این هم هویت شدگی با دردها و باورها را با خودتان حمل کنید، مرکزتان را مادی نگه دارید، فردایتان از امروز بدتر خواهد شد. پس فردا از فردا بدتر خواهد شد. در آینده نباید انتظار زندگی بهتری داشته باشید، در هیچ بعدی. عارف می داند که کسی که این را حمل می کند، فردا چه اتفاقی برایش خواهد افتاد. شما هم می دانید. کسی که مرکزش را می خواهد حفظ کند، و هی ستیزه می کند، این آدم زیر درد بیشتری خواهد رفت.



و امروز شما از مولانا یاد گرفتید که من ذهنی چه فردی چه جمعی هر چقدر جامدتر، مقاوم تر، زودتر متلاشی خواهد شد. توجه می کنید؟ دارد این را می گوید. آن بیت معروف که می گوید: نفس حول مرگ می تند، خیلی چیز مهمی است. توجه کنید که بعضی گروه‌ها حالا بر اساس هر باور جمعی گروه درست کرده‌اند، من های ذهنی جمعی هستند. هرچقدر جامدتر بدتر. یعنی زودتر متلاشی خواهند شد، برای اینکه من ذهنی محکوم به فناست، چه جمعی اش چه فردی اش.

حالا امروزه ادیان خوشبختانه انعطاف نشان می دهند. اینکه می شنویم مثلا پاپ می رود از مسجد بازدید می کند، رغبت می کند برود کنیسه یهودیان، این نشان انعطاف است. نشان این است که می فهمد اگر هرچه جامدتر، ممکن است زودتر متلاشی بشود. ما در مورد کمونیسم هم این را دیدیم. هیچکس فکر نمی کرد که گروه به آن عظمت و به آن سفت و سختی متلاشی بشود. ولی از درون متلاشی شد.

خلاصه من های ذهنی جمعی هرچقدر جامدتر، زودتر متلاشی خواهند شد. این قانون خداست. و مولانا هم روی این حسابی تاکید می کند. حالا ما با من های ذهنی جمعی کاری نداریم، من ذهنی فردی. ما مسئول درست کردن خودمان هستیم. شما نگذارید در مرکزتان هی جامدتر بشوید، و شما الان می دانید که این را اگر حمل کنید، هر حمل کننده‌ای فردا چه خواهد زاید. به نظرم دیگر واضح است.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۴

و گر برگوید از دیده، بگوید رمز و پوشیده

اگر دردِ طلبِ داری، بدانِ نکته و ایما

می گوید اگر عارف، آن بینا، بخواهد از آن چیزی که در شما دیده و دینت را شناخته، که از نوع باور است، از نوع جماد است یا از نوع خداست. از نوع خدا باشد که چیزی نمی گوید، ارتعاش می کند به آن زندگی، ولی وقتی به صورت عاقل اندر سفیه به ما نگاه می کند، ما باید بفهمیم تکلیفمان را. و گر بد گوید از دیده بگوید رمز و پوشیده، یعنی با ایما و اشاره و رمز صحبت می کند و باز نمی کند. می داند که آن شخص من ذهنی دارد، هوشیاری جسمی دارد و حیثیت بدلی دارد، ممکن است به او بر بخورد.

اگر تو درد طلب داشته باشی، درد طلب انسانیت که می داند مقصود از آمدن به این جهان چه بوده و دائما دنبال این کار است. و می خواهد که به خدا زنده بشود. این منظور دائما شعله ور است. یک علاقه شدید، یک گرمای درونی دارد، یک اشتیاق دارد که او را هی هل می دهد به جلو، و می خواهد یاد بگیرد و آزاد بشود. اگر در طلب،



تو داشته باشی، واقعا یک نکته های ظریف را گفتن و ایما و اشاره کافی است. توجه می کنید که چقدر مولانا تاکید می کند به اینکه شما آبروی یکی را نبرید. صریح نگویند که این چیست و این کافری است، فلان. اثر ندارد.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۴

وگر دردِ طلبِ نبودِ صریحا گفته گیر این را

فسانه دیگران دانی، حواله می کنی هر جا

اگر کسی درد طلب نداشته باشد، من ذهنی داشته باشد، حواسش به بیرون باشد، خوب توجه کنید که این باید اینقدر درد بکشد، درد به او پیغام بدهد. شما بیا صریح بگو، آشکار بگو، دیگر به هر لفظی که بلدی بگو که وضعت خراب است. شما باورها را گذاشتی مرکزت، آن را خدا می دانی، و این را هم دین می دانی. سریع و صریح بگو. آن شخص برمی گردد به تو می گوید که: نه اینها افسانه است. افسانه ای است که به من مربوط نمی شود. من آن چیزی که با این باورها می بینم عینی است. حسش می کنم.

بله حسش می کنی ولی هم هویت شدگی با دید غلط است. آه شما این را می گویند؟ این به درد فلانی می خورد. اوست که مولانا می خواند بابا. این مطلب را باید ببری به فلانی بگویی. یا نه این رفتاری من از این باورهای مرکز نیست. بلکه علتش این است که فلانی مردم آزاری می کند، یا اوضاع اجتماعی خوب نیست، یا سیاسی خوب نیست یا، حواله می کنی هر جا.

آیا شما مسائلی که در زندگی داری حواله می کنی به هر جا؟ هر جا دلت می خواهد. هر جا ذهنت اجازه می دهد. یا واقعا می گویی من اشکال دارم؟ آیا این شعر مولانا که می گوید: درد طلب نبود، آیا شما جزء کسانی هستید که درد طلب دارید؟ یا ندارید؟ اگر کسی نمی خواهد، فایده ندارد، صریح بگو. بی ایما و اشاره بگو. توجه می کنید، برای همین است می گوییم که، با آن سه بیت را خواندیم، تشخیص و انتخاب و اینکه این تغییر لازم است، باید از شما سرچشمه بگیرد. به زور نمی شود. یکی باید تشخیص بدهد. تازه وقتی که تشخیص می دهد آدم، کلی راه دست انداز دارد. و آن موقع آن آدم سختی می کشد.

امروز صحبت رزم و بزم پنهانی بود. کسی می تواند رزم کند، صبر کند، خاموش باشد، واکنش نشان ندهد، من ذهنی اش را کوچک کند که درد داشته باشد. بداند که حقیقتا آمده است برای چه؟ و این عمر دارد می گذرد. و از آن عمر گذشته هم یک نتیجه ای بگیرد. بگوید من سی سال، چهل سال اینطوری زندگی کرده ام، خوب بقیه هم اینطوری می گذرد. پس من به نتیجه نرسیده ام. برای چه آمدم اینجا؟ من چه دردی دارم؟ چه مقصودی دارم؟ آیا



دارم یا ندارم؟ یا حداقل کسی که به این برنامه گوش می کند این سوالات را از خودش بکند. اجازه بدهید چند بیت هم از مثنوی بخوانم. امروز درس مولانا خیلی ساده است. بله. این قسمت از دفتر سوم است، از بیت ۴۶۰۵ و نشان می دهد که انسان وقتی به خدا می رسد، خدا را می بیند، چه اتفاقی برایش می افتد.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۰۵

تَرکِ آن کردیم کو در جُست و جوست

تا که پیش از مرگ بیند روی دوست

دارد می گوید که: آن چیزی که در ما در جستجوست، این من ذهنی است. جستجوی خدا می کند در ذهن با نشان، به نتیجه نخواهد رسید. می گوید: این را ترک کردیم ما. شناختیم و فهمیدیم که این وقتی جستجو می کند دنبال نشان می گردد. تا چه بشود؟ تا قبل از اینکه برویم زیر خاک بمیریم، واقعا روی دوست را ببینیم. یعنی روی خدا را ببینیم. دیدن روی خدا با این چشمان نیست. باید به او زنده بشویم. برای این کار باید من ذهنی به طور کامل متلاشی بشود، که گفتیم خدا هم دنبال این کار است. دنبال متلاشی کردن من ذهنی ماست.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۰۶

تا رَهْد از مرگ تا یابَد نجات

زان که دیدِ دوست است آبِ حیات

تا از مرگ برهد. این مرگ، مرگ در من ذهنی است. حتی آن مرگ هم هست. آن مرگی که ما جسماً می میریم، آن هم یک توهم است. حالا آن را ما کاری نداریم. چرا توهم است؟ اگر آدم به بی نهایت خدا الان زنده بشود، و ابدیت او زنده بشود، متوجه می شود که این پوسته ممکن است بریزد، و موقع مردن نمی ترسد. وگرنه اگر من ذهنی داشته باشد می ترسد. پس از این مرگ، منظور هردو مرگ است. ولی شما الان همین مرگ در ذهن را در نظر بگیرید.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۰۶

تا رَهْد از مرگ تا یابَد نجات

زان که دیدِ دوست است آبِ حیات

یا نجات، هردو درست است. برای اینکه وقتی انسان دوست را می بیند، یعنی از من ذهنی می آید بیرون و خدا را می بیند، به او زنده می شود، این دیدار سبب جاری شدن آب زندگی در ما می شود. که امروز گفتیم، گفت خردِ کل و الهامِ امرِ قُل، اینها را همه توضیح دادیم.



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۰۷

هر که دید او نباشد دفع مرگ

دوست نبود که نه میوه ستش نه برگ

می گوید: هر کسی که دید او دفع مرگ نباشد، یعنی در این لحظه شما می خواهید مرگ در من ذهنی را دفع کنید. تمام بینش تان، فکرتان، ذکرتان باید این باشد که من به مرگ در ذهن را باید پایان بدهم. این را باید دفع کنم از خودم. هر کسی اینطوری نباشد، اولاً من ذهنی ما که زنده است الان و حول و حوش مرگ هم می تند، دوست ما نیست. هر کسی هم که در بیرون است، من ذهنی دارد و من ذهنی را تقویت می کند، او هم به این لحاظ دوست ما نیست. ولی حالا ما من ذهنی خودمان را می گیریم. این نه میوه دارد نه برگ.

پس دید ما باید دفع مردن در ذهن باشد. این کار با تسلیم به دست می آید. هر لحظه شما فضا را در مقابل یا در اطراف اتفاق این لحظه باز می کنید، دید دفع مرگ دارید در ذهن. هر لحظه مقاومت می کنید، قربانی اتفاق می شوید، می میرید. می چرخید. از جنس اتفاق می شوید. هر لحظه از جنس اتفاق می شویم می میریم. برای اینکه این به صورت فکر می رود. هر موقع صبر می کنیم، خاموش هستیم، فضا را باز می کنیم دفع مرگ می کنیم، مرگ در ذهن. و توجه کنید که میوه و برگ خواهید داشت در این حالت. ولی وقتی مردیم در ذهن، نه میوه داریم، نه برگ.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۰۸

کار آن کار است ای مشتاق مست

کندر آن کار از رسد مرگت خوش است

کار، آن کار است. می گوید آن کار را می شود کار گذاشت که، ای مشتاق مست. همه ما مشتاق مست زندگی یا خدا هستیم. که البته این مشتاق مستی را انداختیم به این جهان و غلط است. الان می فهمیم که چون تبدیل به من ذهنی شدیم اشتیاقمان، مستی مان از جهان است و این غلط است. ولی در اصل، حقیقت این است که ما به صورت خدائیت، مشتاق و مست خدا هستیم.

می گوید: آن کار، کار است که در آن کار اگر مرگت بیاید تو خوشتر بیاید. توجه کنید چه کاری است که وقتی نسبت به من ذهنی می میریم، ما خوشمان می آید، بدمان نمی آید؟ پس تمام کارهایی که وقتی من ذهنی کوچک می شود و شما خوشتان می آید، این کارها کار است. تمام کارهایی که من ذهنی کوچک می شود، شما خشمگین می شوید، آن کار نیست. توجه می کنید؟ ساده است دیگر.



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۰۹

شد نشانِ صدقِ ایمانِ ای جوان

آن که آید خوش تورا مرگِ اندر آن

می گوید: ای جوان، اگر تو ایمانی داشته باشی که در آن مرگ نسبت به من ذهنی برای تو خوشایند باشد، این خوشایند بودن مرگ، نشان درستی ایمان توست، صدقِ ایمان توست. وگرنه ایمان نداری. توجه می کنید مولانا چه می گوید؟ می گوید: لحظه به لحظه زندگی می خواهد ما، یا خدا می خواهد ما نسبت به من ذهنی بمیریم و هوشیار به این موضوع داریم، هوشیار به این موضوع باشیم. اگر کسی هوشیارانه این کار را می کند و از این مرگ نسبت به من ذهنی خوشش می آید، در این صورت صدق بر ایمان دارد، اگر نه، اگر از این مرگ بدش می آید، پس صدق در ایمان ندارد، ایمانش درست نیست.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۰۹

شد نشانِ صدقِ ایمانِ ای جوان

آن که آید خوش تورا مرگِ اندر آن

یعنی مرگ در ایمانی که به نظر آدم خوش بیاید، آن ایمان واقعا صادقانه است و درست و ایمان اصلی است. و آن موقعی است که ما فضا را باز می کنیم در اطراف اتفاق این لحظه، موقعی که من ذهنی کوچک می شود و این برای شما خوشایند است. چون این کوچک می شود می میرد. وقتی رنجش را می بخشید این خوشایند است. اگر کوچک می شوید زجر می کشید و خودتان را در درون می خورید، این نشان صدق ایمان نیست. ما باید اینقدر بشناسیم که تمام رنجشهایمان را، کینه هایمان را و دردهایمان را بشناسیم و بیندازیم، در انداختن آنها اگر ما ناراحت می شویم، به سادگی داریم می گوئیم پس ایمان ما درست نیست، الان خودش می گوید:

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۱۰

گر نشد ایمان تو ای جان چنین نیست کامل رو بجا کمال دین

می گوید ای جانم، ای عزیزم، اگر ایمان تو این چنین نیست، اینطور نیست، پس ایمان تو کامل نیست، برو دینت را کامل کن. پس معلوم می شود تو یک مجموعه ای از باورها را هنوز گرفته ای محکم، و رها نکردی، ولی دینت را کامل می دانی، اگر آنها را نمی اندازی، هستند کسانی که خشم شان را نمی خواهند بیاندازند، رنجشهایشان را، به همه گفته اند، بسیار با ارزش است، نمی خواهند بیاندازند، اینها ایمانشان کامل نیست، پس اینها باید سعی کنند ایمانشان را کامل کنند، با انداختن آن هم هویت شدگی ها، حالا از هر جنسی باشد.



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۱۱

هر که اندر کار تو شد مرگ دوست

بر دل تو بی کراهت دوست اوست

می گوید هر کسی در کار تو، مرگ نسبت به من ذهنی را دوست داشته باشد، می خواهد بگوید که اگر کسی بیاید زشتی و کراهت مردن نسبت به من ذهنی را از دل تو بردارد، دوست آن است. اولین دوست خداست، که مرتب کاری می کند نسبت به من ذهنی بمیریم، بلافاصله یک شادی در ما ایجاد می شود. بله، که برای ابراهیم آتش گلستان شد، همینطور ابراهیم خلیل گفت: یک ستاره‌ای دید، همین ستاره من ذهنی بود، گفت: این خدای من است. این تمثیل‌ها خیلی مهم هستند، بعد دید این افول کرد، یعنی از بین رفت. گفت: من افول کنندگان را دوست ندارم، پس اگر افول کنندگان را شما دوست ندارید اینها را برای چه نگه داشته اید؟ در بیت قبل، و چرا برای شما انداختن اینها، مردن نسبت به اینها کریه و زشت است؟ این بیت همین را می گفت.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۱۰

گر نشد ایمان تو ای جان چنین نیست کامل رو بجزو اکمال دین

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۱۱

هر که اندر کار تو شد مرگ دوست

بر دل تو بی کراهت دوست اوست

یعنی هر کسی زشتی مردن نسبت به من ذهنی را از دل تو بردارد، مولانا ببینید بر می دارد، بر نمی دارد؟ پس دوست شما مولانا است. اما من ذهنی شما دوست شما نیست. من های ذهنی دوست شما نیستند، برای اینکه شما هر جا تسلیم بشوید، در یک مجلسی به شما یک کسی درشت گفته، توهین شده، و شما خاموش ماندید و چیزی نگفتید، من ذهنی شما کوچک شد. همسر شما من ذهنی داشته باشد می آید با شما دو ماه قهر می کند، می گوید باید جوابش را می دادی، چرا ندادی؟ کوچک شدیم ما، توهین شد به ما، آبرویمان رفت. برای اینکه مرگ دوست نیست او. نمی گوید که: من ذهنی ما کوچک شد و این کوچک شدن کراهت ندارد، زشتی ندارد، کراهت و کراهت هر دو درست است.



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۱۲

چون کراهت رفت آن خود مرگ نیست

صورت مرگ است و نُقلان کردنیست

نُقلان یعنی نقل کردن، انتقال پیدا کردن، یک جایی می شود وقتی فضا را باز می کنیم، باز می کنیم، باز می کنیم، این فضای زنده شده در ما واقعا به ما می گوید، که این مردن واقعا زشت نیست، ترسناک نیست، این مردن نیست، بلکه من دارم نقل می کنم، این صورت مرگ است، من وقتی نسبت به من ذهنی کوچک می شوم، این ظاهرا مرگ به نظر می آید، این مرگ نیست، بلکه دارم بصورت هوشیاری از این ذهن منتقل می شوم به یک جای دیگر، نقل دارم می کنم.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۱۳

چون کراهت رفت مُردن نفع شد

پس دُرُست آید که مُردن دَفَع شد

وقتی زشتی مردن نسبت به من ذهنی از بین رفت، یعنی ما دیگر نمی ترسیم، کوچک نمی شویم، می گوئیم من متوجه شدم، من دارم نقل می شوم، پس بنا بر این مردن به نفع ما شد، مردن به نظر سودمند می آید، می گوئیم هه این مردن عجب چیزی بود ما نمی دانستیم. چون کراهت رفت مردن نقد شد، پس درست است که بگوئیم مردن از بین رفت، پس من نمی مردم، زنده می شدم. الان وقتی نقل کردم به بی نهایت او، و به ابدیت او زنده شدم آدمم در این لحظه ساکن شدم، عمقم بی نهایت است، ثبات دارم، از زمان نقل کردم به این لحظه، در این لحظه ابدی آگاه شدم به این لحظه ابدی، و متوجه شدم مردن از بین رفت. اصلا مرگ نیست. پس درست آید که مردن دفع شد، اینها را آدم قبول می کند، آیا هر من ذهنی این موضوع را قبول می کند؟ نه، برای من ذهنی مردن خیلی کریه است، کوچک شدن خیلی کریه است، برای همین است که ما این همه واکنش نشان می دهیم.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۱۴

دوست حق است و کسی کیش گفت او

که تویی آن من و من آن تو

می گوید دوست، دوست شما، دوست همه ما فقط خداست و کسی که، انسانی که، او به حضور زنده شده است که او می گوید: تو آن من هستی من هم آن تو هستم. توجه کنید، آن، را می توانید در اینجا همان جوهر انسان



بگوئید، آن دو معنی دارد، یکی متعلق به من، مال من، مال من رنگ و بوی تملک را می دهد، اینطوری نیست که تو مال منی، من مال تو، نه، من وقتی به تو نگاه می کنم خودم را می بینم، چون به آن یک زندگی زنده شدم، همان را در تو می بینم، تو هم که به من نگاه می کنی، خودت را می بینی، پس عشق دیدن خود در دیگران است. بارها گفتیم. پس کسی که، تنها کسی که، وقتی تو را می بیند، خودش را می بیند، آن شخص دوست توست. یکی هم خدا.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۱۴

دوستِ حَقّ است و کسی کِشِ گفت او

که تویی آن من و من آن تو

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۱۵

گوش دار اکنون که عاشق می رسد

بسته عشق او را به حبَلِ منِ مسد

این قصه، این قسمت از داستان صدر جهان است، و یک نفر از صدر جهان، از نزدیکان قهر می کند می رود، حالا داستان را نمی گوئیم ما، بعدا می خواهد به صدر جهان مراجعه کند، مردم می ترسانندش برای اینکه می رود، خیلی به هر حال، بد می گوید پشت سر او، بعد پشیمان می شود. و از اصطلاح صدر جهان هم شما خیلی چیزها یاد می گیرید، صدر جهان یعنی مرکز جهان، مرکز خداست.

و این نماد ما هست، بنده هست، که از او جدا شده، رفته کلی پشت سر خدا ناسزا گفته، یعنی من ذهنی درست کرده، او را با نشان جستجو کرده، او را به جسم تشبیه کرده، از پشت عینک او را دیده، هزار تا از این کارها کرده، الان می خواهد به سوی خدا برگردد. اول که می ترسانند، می گویند نرو می کشد تو را. ولی این می گوید: هر جور شده من باید پیش صدر جهان بروم. می گوید الان گوش کن. آن شخص دارد پیش صدر جهان می رود، و شما هم دارید پیش خدا می روید.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۱۵

گوش دار اکنون که عاشق می رسد

بسته عشق او را به حبَلِ منِ مسد

حبل من مسد، می دانید دیگر، آن طنابی که از لیف خرما به گردن او بسته اند، در اینجا مثبت تفسیر کرده، یعنی کمند عشق، اینکه ما از جنس هوشیاری شده ایم، فضا را باز کردیم، باز کردیم، یک دفعه متوجه شدیم از جنس او



هستیم، دیگر داریم به سوی او می رویم، و از مردن من ذهنی مان نمی ترسیم. می گوید حواست باشد که عاشق وقتی می گفت من، من من، آن عاشق من دار بود، آن از بین رفته، و الان دارد می رود به سوی صدر جهان، و عشق هم با کمندش دارد او را می کشد.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۱۶

چون بدید او چهره صدر جهان گویا پریدش از تن مرغ جان

همین که او را دید، یعنی صدر جهان را دید آن شخص، مثل اینکه مرغ جان از تنش پرید، یعنی هر کسی خدا را ببیند، این جان من ذهنی از تنش می پرد. چون بدید او چهره صدر جهان، توجه کنید به کلمه صدر جهان، صدر یعنی گفتم مرکز، سینه، صدر جهان خیلی اصطلاح جالبی است، گرچه اسم یک شاهی است حالا در این مورد، بلکه منظور آن است که مرکز همه انسانها و همه کائنات است. برای همین است که می گوید که تو آن منی، من آن تو. وقتی به آن عنصری که مرکز همه کائنات است ما زنده می شویم، ما نمی توانیم حس جدایی از هم بکنیم، و آنموقع با کمند عشق به همدیگر هم کشیده می شویم، ما اگر بسوی خدا کشیده می شویم، حتما به سوی همدیگر هم کشیده می شویم، خلاصه می گوید که:

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۱۶

چون بدید او چهره صدر جهان گویا پریدش از تن مرغ جان

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۱۷

همچو چوب خشک افتاد آن تنش سرد شد از فرق جان تا ناخنش

می گوید مثل چوب خشک افتاد، آن تن او. و از فرق جان، حالا بگوئیم از فرق سر تا ناخن، یعنی تمام من ذهنی اش، خشک شد، و مرد، مرد نسبت به من ذهنی وقتی صدر جهان را دید. منظورش این است که وقتی ما خدا را ببینیم، نسبت به من ذهنی می میریم. و آنهایی که پس این همه حرف می زنند، هنوز صدر جهان را ندیده اند، هر موقع من ذهنی شما خشک شد، دیگر جانی نداشت، نخواست حرفی بزند، بدانید که صدر جهان یا خدا را دیده اید.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۱۸

هرچه کردند از بخور و از گلاب نه بجنبید و نه آمد در خطاب

می گوید که: صدر جهان را که دید این عاشق، افتاد، هر چه بخار جوشانده دادند به او و گلاب به سر و صورتش زدند، یعنی چیزهای بیرونی، تحریکات بیرونی کردند، نه جنبید، نه حرفی زد، پس بنابراین، اینطوری نبود که



تأییدش کنند، توجه به او بدهند از بیرون، یک دفعه به هوش بیاید، برای اینکه مرده بود نسبت به من ذهنی. حالا می گوید که:

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۱۹

شاه چون دید آن مُزَعْفَرِ رُویِ او پس فرود آمد ز مَرکَبِ سَویِ او

یعنی صدر جهان وقتی او را اینطوری دید که رویش زعفرانی شده، زرد شده، نسبت به من ذهنی مرده، عاشق واقعی شده، پس از اسب فرود آمد و آمد سوی او. چه دارد می گوید؟ می گوید اگر ما اینقدر فضای درون را باز کنیم، اینقدر به من ذهنی بمیریم، همین که به یک جایی رسیدیم، دیگر من ذهنی خشک می شود، مثل چوب می شود و ما می میریم نسبت به آن، آنموقع شاه از مرکبش، تمثیل می زند، وقتی صورت واقعی عاشقانه ما را می بیند، که ما دیگر تقلب نمی کنیم، کین مان را به جای عشق جا نمی زنیم به قول غزل، از اسب پیاده می شود و می آید پیش ما.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۲۰

گفت عاشق دوست می جوید به تفت

چون که معشوق آمد آن عاشق برفت

گفت: این عاشق، این بنده، این انسان به گرمی و حرارت من را می جوید، دوست یعنی خدا، این عاشق به گرمی و حرارت خدا را جستجو می کند. این عاشق بود که خدا را جستجو می کرد، نه آن کسی که در ذهنش دنبال نشان می گشت، وقتی معشوق آمد، آن من ذهنی آن عاشق متلاشی شد.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۲۱

عاشقِ حَقِّی و حَقِّ آن است کو چون بیاید نَبود از تو تَایِ مو

می گوید: تو عاشق خدا هستی، و اگر او بیاید، از مرکب پیاده بشود، با تو یکی بشود، دیگر از تو به اندازه تار مو هم نمی ماند، یعنی به اندازه تار مو هم هویت شدگی نمی ماند. بله. آنهایی که مقدار زیادی هم هویت شدگی را نگه داشتند، درد نگه داشتند، می گویند اشکالی ندارد پس اشکال دارد، به اندازه تار مو هم نباید بماند، و آنموقع هست که صدر جهان از اسب پیاده می شود و مرکز شما می شود.



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۲۲

صد چو تو فانیست پیش آن نظر

عاشقی بر نفی خود خواجه مگر؟

می گوید: صد یا هزار، صد علامت کثرت است، در پیش آن نگاه فانی است. یعنی همین که ما به اندازه کافی فضا را باز کردیم، و نگاه او، نظر او نگاه ما شد من ذهنی فانی می شود. الان می گوید که: ای خواجه، ای خانم، ای آقا، مگر عاشق نفی خودتی؟ بله، عاشق نفی خودمان هستیم، یعنی نفی من ذهنی مان، ما عاشق نفی من ذهنی مان هستیم، منتها بلد نبودیم تا حالا، نمی دانستیم. ما هر لحظه فرصت است که من فکری را نفی کنیم، لا کنیم، بگوئیم من تو نیستیم، و در نتیجه دید او را، نظر او را دید خودمان بکنیم. بله این دو مطلب را هم بخوانیم:

منصور حلاج

میان من و تو وجود (موهوم) من در کشمکش است؛ پس به حق فضل و احسانت وجود (موهوم) مرا از میان بردار. من و تو یعنی من و خدا، پس تو لطف کن به حق احسانت، پس به حق فضل و احسانت، وجود موهوم مرا، یعنی من ذهنی من را از میان بردار.

این شعر هم جالب است از شیخ محمود شبستری است:

شیخ محمود شبستری

تورا تا کوه هستی هست باقی جواب لفظ آرنی، لن ترانی است

تا زمانی که این کوه من ذهنی، در تو باقی است، این هم هویت شدگی ها باقی است، جواب اینکه تو می گویی به خدا تو خودت را به من نشان بده، لن ترانی است. لن ترانی یعنی تو مرا نخواهی دید، می دانید که این اصطلاح مال موسی است، در آنجا هم دیدید که کوه موسی متلاشی شد، تا او به خدا زنده شد، کوه در آنجا هم من ذهنی اش بود.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۶۲۳

سایه‌یی و عاشقی بر آفتاب شمس آید سایه لا گردد شتاب

می گوید: تو سایه هستی، من ذهنی داری، ولی عاشق آفتاب هستی. توجه کنید درست است که در سایه، در حالت من ذهنی، ما ظاهراً عاشق پول هستیم و نمی دونم، خانه هستیم و چیزهای مادی هستیم و عاشق درد هستیم، ولی حقیقتاً در ما یک هوشیاری وجود دارد که عاشق آفتاب است، عاشق خداست. پس ما سایه هستیم و عاشق آفتاب هستیم، آفتاب بیاید سایه فوراً لا می شود. اینکه آفتاب می آید بالا، سایه نابود می شود. اما باید سایه‌ای باشیم که دنبال آفتاب هستیم. سایه واقعی یعنی من ذهنی خوب، که الان دیگر ما هستیم، ما من ذهنی



خوب هستیم، حواسمان این است که این شمس می آید ما لا بشویم، آفتاب می آید بالا، سایه هم که انداختیم سایه یواش یواش کوتاه می شود، کوتاه می شود، صفر می شود. و ما باید هرچه زودتر این کار را انجام بدهیم.

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

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

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

لینک متن کامل برنامه‌های گنج حضور در تلگرام

<https://t.me/ganjehozourProgramsText>