

چند نظاره جهان کردی؟ آب رازیر که نهان کردی؟

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۰۹۹



متن کامل برنامه شماره
۷۳۰ گنج حضور

www.parvizshahbazi.com



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۰۹۹

آب را زیرِ کِه نهان کردن؟

چند نظاره جهان کردن؟

رنج را باید امتحان کردن

رنج گوید کِه: گنج آوردم

شیر داند ز خون روان کردن

آنکِه از شیر خون روان کردست

خاک را داند آسمان کردن

آسمان را چو کرد همچون خاک

چند بیگارِ دیگران کردن؟

بعد ازین شیوه دگر گیرم

این به آهستگی توان کردن

تیز برداشتی تو ای مطرب

رقص بر پرده گران کردن

این گران زخمه‌یی است، نتوانیم

تا توانیم فهم آن کردن

یک دو ابریشمک فروتر گیر

نتوان کوه را کشان کردن

اندک اندک ز کوه سنگ کشند

کی توان سهل ترکِ جان کردن

تا نبینند جانِ جانها را

نتوان راه بی‌نشان کردن

بنما ای ستاره کاندر ریگ



با سلام و احوالپرسی برنامه گنج حضور امروز را با غزل ۲۰۹۹ از دیوان شمس مولانا شروع می‌کنم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۰۹۹

چند نظاره جهان کردن؟ آب را زیر کاه نهان کردن؟

می‌گویند چقدر باید جهان را تماشا کنیم؟ و آب را زیر کاه پنهان نکنیم. منظور از جهان چیزی است که هم هویت شدگیهای ما در ذهن نشان می‌دهد. و منظور از آب خود ما هستیم بصورت خدائیت یا هوشیاری که زیر هم هویت شدگیها که به کاه تشبیه شده، پنهان شده. و منظور از چند یعنی چقدر طول دادیم این موضوع را، چقدر به درازا کشید توجه به این حقیقت که ما از جنس خدائیت هستیم از جنس خدا هستیم و جدا از جهان هستیم، نباید به هم هویت شدگیها بچسبیم، یا با آنها هم هویت بشویم.

نظاره جهان یا تماشای جهان به صورت هم هویت شدگی عبارت از این است که این لحظه که خود زندگی است و ما همیشه این لحظه هستیم، بصورت فکر بلند بشویم. در داستان جوحی این فکر به صندوق تشبیه شد، و دیدیم قاضی چجوری افتاد توی صندوق و با چه زحمتی از توی صندوق درآمد. و وقتی از توی صندوق درآمد دیگر توی صندوق نرفت. پس بنابراین منظور از این مصرع اول این است که ما در این لحظه که همیشه در این لحظه هستیم بصورت فکر بلند

می‌شویم و پس از اینکه بلند می‌شویم می‌پریم به یک فکر دیگر دوباره بصورت فکر بلند می‌شویم و فاصله دو تا صندوق را یا دو تا فکر را که زندگی است می‌بندیم، بنابراین از یک فکری به یک فکری از آن فکر هم به یک فکر دیگر و کاه درست می‌شود. کاه یک پرده ایست که ما چون با آن هم هویتیم فکر می‌کنیم که آن هستیم یا توی آن هستیم، نمی‌توانیم زندگی را یا فاصله بین دو تا فکر را تجربه کنیم.

و در غزل می‌گویند که ای مطرب که منظور خدا و زندگی یا ما هم که از آن جنس هستیم، می‌گویند خیلی تند می‌روی تو، یک کمی آهسته تر که بتواند انسان فاصله بین دو تا فکر را تجربه کند و بتواند این را بفهمد. و متوجه می‌شویم که اگر قرار باشد که همه چیز را بصورت پریدن از یک فکری به یک فکر دیگر تجربه کنیم، دائماً توی این تجربه های سطحی که مربوط به این جهان است خواهیم ماند. و درک زندگی را نخواهیم کرد، هیچ موقع از جنس خدا نخواهیم شد، شرط اینکه ما از جنس خدا و از جنس زندگی بشویم این است که فاصله بین دو صندوق یا دو



فکر را تجربه کنیم، و عملاً در این لحظه بدانیم این لحظه و زنده شدن به زندگی در این لحظه یعنی چی، نه فقط بلند شدن بصورت فکر آن را در ذهن بفهمیم. فهمیدن زندگی فایده ندارد.

و مولانا می گوید که چقدر باید ما این کار را بکنیم و دردهایش را هم بکشیم و دید غلطی از زندگی داشته باشیم و همینطور زندگی را ادامه بدهیم. وقتی شما می کشید عقب بصورت ناظر به ذہنتان نگاه می کنید، نگاه می کنید ببینید در آنجا چه دردهایی دارید که باهش هم هویت شده اید، چه هم هویت شدگیهای جسمی دارید، چه هم هویت شدگیهای فکری دارید، چه هم هویت شدگیهای دردی دارید، در اینصورت جهان را دوباره تماشا می کنید، ولی بصورت حضور، بصورت هوشیاری، ولی اگر بچسبید به این فکرها از پشت عینک این فکرها جهان را می بینید و همین جهان که با آن هم هویتید می شود مرکز ما می شود دید ما و هوشیاری ما می شود هوشیاری جسمی و هیچ موقع هوشیاری حضور را که زنده شدن به بینهایت زندگی است تجربه نخواهیم کرد. مولانا می گوید چطور بشر بصورت فردی و جمعی این موضوع را متوجه نمی شود.

چند نَظَره جهان کردن؟ آب را زیر کاه نهان کردن؟

می خواهد بگوید که همانطور کاه روی آب را می گیرد، آب زیر است، ما هم آبیم و این هم هویت شدگیها کاه اند. هم هویت شدگیها یا وضعیتهای زندگی در این لحظه اینها کاهاند. بشر موقوف وضعیتهاست، یعنی در این لحظه ما بجای اینکه زنده بشویم به آن آب، بیابیم زیر آب و کاه را برداریم و به کاه نگاه کنیم و متوجه بشویم که کاه بوسیله ما ایجاد شده، ما نباید قربانی کاه باشیم، ما نباید در برابر کاه یعنی وضعیتها ستیزه کنیم یا مقاومت کنیم که اینکار ما را قربانی وضعیتها می کند. اینکار ما را از جنس وضعیتها می کند و می ترساند چون ما با وضعیتها اتفاق می افتیم، نباید اینکار را بکنیم. ما مدتهاست این موضوع را بطور دسته جمعی یا فردی متوجه نمی شویم و در نتیجه آب را زیر کاه نهان کردیم، آمدیم کاه شدیم. با عینک کاه به جهان نگاه می کنیم.

امروز در برنامه ابیاتی از دیوان شمس و مثنوی بین ابیات غزلها خواهیم خواند. دو تا غزل هم خواهیم خواند. تا این ابیات را درست بفهمیم. اول باید بفهمیم که مولانا چه می گوید. در نتیجه از غزل ۱۵۲۴ چند بیت می خوانم

می گوید:



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۵۲۴

چو آب آهسته زیر کاه درآیم **به ناگه کوه را چون کاه رُبایم**

(چو آب آهسته زیر کاه درآیم) **به ناگه خرمن کاه در رُبایم**

یواش یواش خودم را از هم هویت شدگیها آزاد می کنم و از زیر کاه وضعیتها جمع می شوم، یعنی بصورت آب، یعنی با مرکز عدم با دید عدم به جهان نگاه می کنم. از وضعیتها جدا می شوم، آنها را تماشا می کنم ولی از جنس آنها نمی شوم. همینطور که فرض کن شما یکدفعه کاهید یکدفعه آب زیر کاهید.

پس مثل آب می آیم زیر کاه و یکدفعه کاه را بلند می کنم. کاه را بلند می کنم، شما می کشید عقب بصورت ناظر به وضعیت نگاه می کنید، یکدفعه متوجه می شوید آن ناظر که به وضعیتها نگاه می کند، از جنس حضور است، از جنس خدائیت است و از جنس وضعیتهای ذهنی نیست، چرا که از او جداست ولی او را می بیند. اگر از جنس او بود که نمی توانست او را ببیند. و می بینید که خرمن کاه را ربودید، یعنی متوجه می شوید که وضعیتها در شما دارند اتفاق می افتند، نه شما توی وضعیتها باشید. و وضعیت تعیین کند که شما چه فکری و چه عملی کنید، چه واکنشی نشان بدهید.

توجه کنید به این ترتیب ما می خواهیم به خرد زندگی دست پیدا کنیم، دست اول خرد را تجربه کنیم، یعنی خرد زندگی بریزد به وضعیتها به کاه ها، ولی معالاً ما می دانیم که ما کاه نیستیم وضعیت هر چه می خواهد باشد، ما خردمندیم چون وصل به زندگی هستیم، از جنس زندگی هستیم، عملاً داریم از جنس زندگی می شویم، بله. یک بیت دیگر که یک جور دیگر آمده اینطوری است، در واقع کاه هم هویت شدگیهای ما هستند، یک نسخه دیگر تمام هم هویت شدگیها را به کوه تشبیه می کند. چرا؟ برای اینکه این هم هویت شدگیها جمع می شود به نظر ما کوه می آید.

چو آب آهسته زیر کاه درآیم **به ناگه کوه را چون کاه رُبایم**

یعنی ما می توانیم تمام من ذهنی را که کاه است و از جنس وضعیت هاست، بلند کنیم، آب می تواند بلند کند. ما بصورت آب می توانیم بلند کنیم، آب یعنی هوشیاری. درست است؟ چه آنجا بگوییم کاه های مختلف بلند کنیم، چه همه کاه ها را بصورت کوه بلند کنیم. پس شما می بینید که وضعیت ذهنی شما، من ذهنی شما گرچه به نظر کوه می آید ولی کاه است، چون از جنس وضعیتهاست اصل شما هستید که در این لحظه می توانید بینهایت خدا



زنده بشوید و ابدیت او را یعنی جاودانگی او را تجربه بکنید. این می شود آگاهی از این لحظه ابدی. پس ما از جنس این لحظه ابدی هستیم، همیشه این لحظه هست ما از جنس او هستیم. و هوشیارانه می توانیم این موضوع یعنی بینهایت خدا و آگاهی از ابدیت او را در این لحظه هوشیارانه تجربه کنیم.

چکم از ناودان من قطره قطره چو طوفان من خراب صد سرایم

من می چکم از ناودان قطره قطره، یعنی با تسلیم و فضاگشایی در مقابل همان کاه ها، یعنی وضعیت را در این لحظه می پذیرم بدون قید و شرط قبل از قضاوت در نتیجه آزاد می شوم قطره قطره از هم هویت شدگیها، چون در هم هویت شدگیها سرمایه گذاری شدم. چکم از ناودان من قطره قطره، ولی وقتی قطره قطره جمع می شوم یک طوفانی به پا می کنم. یعنی وقتی هوشیار شدم به زندگی، وقتی این شناخت را پیدا کردم که هم هویت شدگیها کاهند، وضعیتها کاهند، نمی توانند روی من اثر بگذارند، بلکه منم که آنها را اداره می کنم و بوجود می آورم، در اینصورت با شناسایی هم هویت شدگیها من صدخانه هم هویت شدگی را، صد من ذهنی را خراب می کنم. پس اول من ذهنی خودم را خراب می کنم.

سرا چه بود؟ فلک را برشکافم ز بی صبری قیامت را نپایم

خانه چیست؟ سیل بیاید که خانه دوام نمی آورد که، سیل هوشیاری بیاید، سیل خرد بیاید، سیل شناسای بیاید، سیل شفابخشی بیاید، خانه نمی ماند، خانه ذهنی نمی ماند. من فلک گرداننده این نظم فعلی انسان را می شکافم، پاره می کنم. الان جهان چجوری می گردد؟ براساس خرد زندگی می گردد؟ نه. براساس حرص می گردد، خشم می گردد، انتقامجویی می گردد، قدرت می گردد، هر کسی زور دارد به آن یکی که ندارد زور می گوید. اگر این قوانین بین المللی نبود، قوانین مختلف داخلی نبود، آدمها همدیگر را می خوردند. این نظم که نظم درستی نیست که، پس من این نظم را بهم می ریزم، نه تنها خانه خودم را خراب می کنم، نظم جهان را هم بهم می ریزم، من در اینکار که هم هویت شدگیهایم را بشناسم، و خراب کنم خانه خودم را و خانه های دیگران را منظور خانه های ذهنی آنها را خراب کنم، صبر می کنم؟ نه، صبر نمی کنم. صبر می کنم تا قیامت بیاید؟

یادمان باشد در قیامت بزرگ همه چیز به خدا زنده باید بشود، یواش یواش خدا خودش را در فرم تجربه می کند، اولیش هم این انسان است، می خواهد در ما به بینهایت خودش زنده بشود. برای همین است که گفته من انسان را گرامی داشتم. خوب انسان باید صبر کند تا آن قیامت؟ نه، انسان از راه تسلیم می تواند فوراً دسترسی پیدا کند



به خرد او به قدرت شناسایی او، قدرت درمانبخشی او همه دردهای خودش را شفا بدهد، خودش را از گیر هم هویت شدگی رها بکند، لازم نیست تا قیامت صبر کند. بله، می گوید:

رنج گوید که: گنج آوردم رنج را باید امتحان کردن

رنج یعنی درد، درد به ما چه می گوید؟ مثلاً اگر دست ما درد بکند معنی اش چی هست؟ معنی اش این است که یک چیزی آنجا درست کار نمی کند. در مورد هوشیاری ما هم همینطور است، اگر ما خشم داریم، ترس داریم، رنجش داریم، کینه داریم، حس جدایی می کنیم، حس تنهایی می کنیم، اینها درد هستند، حس حسادت می کنیم، اینها دردند. اینها چه می گویند به ما؟ یک پیغامی دارند، می گویند ما گنج داریم.

حالا یک چیزی متوجه می شویم، اول متوجه می شویم که ما اشکال داریم، مثل درد جسمی، خوب درد می گوید: اشکال داریم، اشکال چیست؟ این است که من هم هویت شدم، خوب چاره چیست؟ هم هویت شدگی را بشناسی، چجوری بشناسم؟ تسلیم شو بگذار خرد زندگی بیاید. به تو عقل شناسایی بدهد، راهنمایی کند تو را، تسلیم شو، تسلیم شو، تسلیم شو فضاگشایی کن در هر لحظه، یکدفعه متوجه می شوی که برای رهایی خودت از هر هم هویت شدگی همانطور که معتاد خودش وقتی می خواهد برهاند از اعتیادش باید درد هوشیارانه برای مدتی بکشد می بینید که برای اینکه شما بتوانید از هر هم هویت شدگی جدا بشوید، باید مدتی آگاهانه درد هوشیارانه بکشید. و دنبالش گنج است.

گنج یعنی: چکم من از ناودان قطره قطره، برای چکیدن باید تسلیم بشوم. بارها گفتیم این کار درد آور است چرا؟ من ذهنی که هم هویت شده با باورها، مخصوصاً باورها گذاشته مرکزش با آن دید جهان را می بیند، فکر می کند دید بوسیله باورهای هم هویت شده و شرطی شده اینها عقل کل است. هیچکس نمی گوید من عاقل نیستم، ولی هر کسی من ذهنی دارد دیدش غلط است و این دید غلط درد بوجود خواهد آورد.

اول اینکه انسان زیر بار برود بگوید که من عیب دارم، و عیبم هم هویت شدگی با چیزهای این جهانی و دردهاست، خیلی سخت است، اولش زیر بار رفتن است. دومیش قبول مسئولیت است. چون هر من ذهنی ملامت را یاد گرفته، تقصر پدر و مادرم است، تقصر دوستانم است، تقصر جامعه است، تقصیر دولت است، تقصیر این است، تقصیر آن است، بعد یکدفعه باید زیر بار برود که تقصر خودم است، من مسئول هوشیاری خودم هستم، این هم هم سخت است، رفت زیر بار هوشیاری خودش.



یواش یواش باید روی خودش کار کند، قطره قطره از ذهنش همین ناودان، ذهنش است ما بیرون می چکیم، قطره قطره رفتیم هم هویت شدیم، قطره قطره بیرون می چکیم، ولی هر چه این انباشتگی هوشیاری بیشتر می شود، ما بیشتر آگاه می شویم، هر چه جلوتر می رویم خردمندتر می شویم، این هم هویت شدگی را دیدیم خودمان را ازش رها کردیم، از آن یکی هم رها می کنیم، از آن یکی هم رها می کنیم، این رنجش را از مادرم انداختم، می روم از پدرم هم می اندازم، از دوستم هم می اندازم، از معلمم هم می اندازم، از خواهر و برادرم هم می اندازم، یاد گرفتم دیگر. و هر چه جلوتر می روم هوشیاری بیشتر می شود این آسانتر می شود.

مولانا می گوید باید درد را امتحان بکنی، درد یک پیغامی دارد، فقط شکایت نکن، ای وای خشمگین هستم، وای حرص دارم، وای رنجیدم، درد ناآگاهانه برای انسان واقعاً عیب است، در سطح انسان نیست که انسان درد بکشد نداند چرا درد می کشد.

درست مثل اینکه یک کسی بدنش درد بکند و دکتر نرود، یا دکتر هم رفت به حرف دکتر گوش ندهد، دوا می دهد، دوا هم را نخورد، احترام به دکتر نگذارد، بگوید آقای دکتر آمدم پیش شما ولی هیچ احترامی به شما قائل نیستم، دوا هم بدهی نمی خورم. خوب پس واسه چی آمدی؟ برای هر کسی از هر قومی از هر نژادی از هر دینی از هر باوری با عمل تسلیم دسترسی به خرد زندگی در این لحظه مقدور است. دکتر اصلی خداست، شما باید از وجودش استفاده کنید.

آنکه از شیر خون روان کردست شیر داند ز خون روان کردن

شیر مقوی است و نماد هوشیاری است. هوشیاری که ما هستیم و از آنور می آید، از طرف خدا، همه اش شادی است، همه اش آرامش است، همه اش مقوی است، همه اش روح بخش است، همه اش اثر شفا بخشی دارد، دارو است، داروی همه چیز است، همه دردهای ماست، شیر منظور از شیر و خون این است.

شیر نماد هوشیاری است، خون دردهای ماست، آن کسی که هوشیاری را در من ذهنی بصورت خونابه در آورده یعنی ما اینهمه درد داریم، آن کسی که من ذهنی را درست کرده که پر از درد است، همان کس این کیست؟ زندگی است خداست، می تواند از همین خون از همین دردها، شیر را روان کند، بشرط اینکه شما بگذارید، موافقت کنید، بشرط اینکه لحظه به لحظه شما مقاومت نکنید در مقابل اتفاق این لحظه، این بیت چه چیزی را یاد ما می آورد؟ بیتهایی که بارها و بارها در این برنامه خواندیم.



چون قضا پوشد سیه همچون شبت هم قضا دستت بگیرد عاقبت

قضا قانون زندگی است در این لحظه، قضا، قانون قضا آورده ما را به ذهن، هم هویت کرده، همان قانون هم اگر ما

ستیزه نکنیم، از این شب من ذهنی رها می کند، هم قضا دستت بگیرد عاقبت، یا

دم او جان دهدت روز نفخت پذیر

کار او کُن فیکون است نه موقوف عل

وقتی شما موازی می شوید با زندگی تسلیم می شوید، دم او جان می دهد به شما، شفا می دهد، آگاهی می دهد، نیروی شناخت می دهد، تو برو از آیه نَفَخْتُ می گوید پذیر، کار او کُن فیکون است. یعنی می گوید بشو می شود، چجوری شیر را از خون روان می کند؟ شما نمی توانید او می تواند، باید بگذارید، این کار موقوف عل بیرونی نیست. موقوف کُن فیکون است.

هر کسی اول باید بگوید که من مسؤل هوشیاری ام هستم، من مسؤل شناخت هم هویت شدگی هایم هستم، ولی لحظه به لحظه من در مقابل اتفاق این لحظه فضاگشایی می کنم تا کُن فیکون، کُن فیکون یعنی زندگی می گوید: بشو و می شود. دستت درد می کند، دستت زخم می شود، دوا می زنی، بعد از چند روز خودش خوب می شود، یکی می گوید بشو می شود، یکی می گوید خوب شو می شود، و دردهای روحی و جسمی ما هم همین طورند همه. یا

پیش چوگانهای حکم کُن فکان می دویم اندر مکان و لامکان

اینها را از بس خواندیم دیگر من نشان نمی دهم به شما، یعنی این لحظه ما مثل گویی هستیم که زندگی یا خدا با چوگانش می زند، هم در لامکانمان هم در قسمت اتفاقاتمان، و ما این وسط فقط یک ناظر در حال تسلیم هستیم، روان شدن جویبار زندگی را و ریختن خرد زندگی را و عشق زندگی را به فرمان و عملمان تماشا می کنیم، قضاوت نمی کنیم، نمی گوییم کم است. بله؟

آسمان را چو کرد همچون خاک خاک را داند آسمان کردن

ما قبل از اینکه بیاییم بیفتیم به این محدودیت ذهن، اول آمدیم درست شدیم در شکم مادرمان آمدیم از آنجا بیرون، بصورت هوشیاری افتادیم تو محدودیت ذهن، هم هویت شدگیها، آسمان یعنی بینهایت خدا، اول از جنس



خدا بودیم، الان هم از جنس خدا هستیم، منتها افتادیم توی محدودیت ذهن، پس یک وسعتی به اندازه آسمان را آورده خاک کرده، یعنی هم هویت شدگی کرده. ذهن یک بافت ساخته شده از فکر است، درست مثل اسفنج است آب را تویش کشیده، آب را باید از آن تو در بیاوریم. شما اسفنج را باید فشار بدهید آبش وقتی آب آمد بیرون یعنی شما بینهایت می شوید، یعنی آسمان می شوید. کی می کند این کار را؟ زندگی می کند.

خاک را داند آسمان کردن، یعنی می تواند ما را از توی این خاک در بیاورد دوباره به وسعت اولیه برساند. منتها یک فرق دارد الان، ما الان هوشیار هستیم که آسمان داریم می شویم، وقتی آمدیم از آنطرف هوشیار نبودیم که آسمانیم ما، الان آسمان هستیم به اندازه بینهایت هستیم در این جسم، هم توی این جسم هستیم، هم در این جهان هستیم، هم بینهایت هستیم. بله. این ابیات را قبلاً خواندم سریع برایتان می خوانم که خیلی مفید است که شما اینها را باهم بخوانید، می گوید:

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۵۸۰

ناگهان آن ذره بگشاید دهان

آفتابی در یکی ذره نهان

ما یک ذره هستیم. کجا؟ توی ذهن. ولی به اندازه آفتاب هستیم، یعنی یک بینهایتی هستیم که دائماً می تابیم. چی می تابیم؟ عشق، خرد، دواى شفابخش، برای هر دردی برکت خرد، آفتابی در یکی ذره نهان، همین الان توی ذهنیم، یکدفعه از ذهن که آمدیم بیرون این ذره دهانش را باز می کند، یعنی ذره یعنی ما، بصورت هوشیاری دوباره می خواهد آن بینهایت بشود. چقدر بزرگ می شود؟

ذره ذره گردد افلاك و زمين

پیش آن خورشید چون جست از گمین

وقتی این خورشید یعنی ما بصورت هوشیاری رها شدیم، بیرون آمدیم از کمینگاه، یعنی از ذهن، این قدر بزرگ می شویم که زمین و تمام کائنات ذره ذره می شوند. توجه کنید اینها را یک نفر باید تجربه کرده باشد. در ضمن اگر کسی تو محدودیت ذهنش گیر است، و دید کمیابی دارد، دید کوچکی دارد، دید نقص دارد، همه چی را ناقص می بیند، خودش را ناقص می بیند، پر از درد است، باید این ابیات را همین طوری قبول کند، نباید بگوید من نمی فهمم. معلوم است که عینک دید شما عینک زندگی نیست، عینک نقص است، عینک کوچک بینی است، عینک محدودیت من ذهنی است.



نیاید شما اعتراض کنید بگوید اینها را که من نمی فهمم، معلوم است که نمی فهمی، چجوری بفهمی؟ ما بصورت هوشیاری از آنور آمدیم، با چیزهای این جهانی، چیزهای فیزیکی نظیر پول، نظیر وسایل خانه، نظیر بدنمان، خوشگلیمان، جوانیمان، مویمان، صورتمان، مقاممان هر چیزی که ذهن ما نشان داده، باورهایمان هم هویت شدیم، هر چه بیشتر هم هویت شدیم دیدمان عوض شد. عینک زندگیمان برداشته شد عینک اینها زده شد، اینها شدند مرکز ما، این دید درد بوجود آورد، دردها هم انباشته شدند، با آنها هم هم هویت شدیم. مردم با رنجشهایشان هم هویتند یعنی قسمتی از وجودشان است، می گویند چرا بیندازیم؟ چیز خوبی است.

داریم دیگر، خشم را چرا حمل می کنی؟ داریم دیگر، ما اصلاً اینطوری هستیم، خانوادگی اینطوری هستیم، توجه می کنید، این محدودیت است، کسی که محدودیت را دارد و با عینک آن می بیند، نباید اعتراض کند، باید به حرف بزرگی مثل مولانا بخوانیم اگر هم نمی فهمیم و دیگر از فهم ما خیلی خارج است، باید صبر بکنیم، درست است؟

این چنین جانی چه در خورد تن است؟

هین بشوای تن از این جان هر دو دست

یکچنین جان بینهایتی در خورد یا شایسته این تن نیست، این محدودیت نیست، اینکه ما از جنس خدا هستیم و به اندازه بینهایت هستیم، لایق این محدودیت تنگ من ذهنی است؟ یعنی همیشه باید من ذهنی بوجود بیاوریم؟ بینهایت خدا را خدائیت را معطل کردیم اینجا، که آمدیم اینجا جمع کنیم بگوییم هر چه بیشتر بهتر، حسادت کنیم، براساس هم هویت شدگیها خودمان را مقایسه کنیم، برنجیم، واکنش نشان بدهیم، خشمگین بشویم، حرص داشته باشیم، هیچ نفهمیم که اینکه حرصش را دارم و می خواهم به خودم اضافه کنم، و چون اضافه نمی شود خشمگینم، اینها توهم است اینها را من باید چند روز دیگر بگذارم بروم. مگر ده سال، بیست سال چقدر عمر است؟ هفتاد سال چقدر است؟ پس ما آمدیم به جان بینهایت او زنده بشویم.

اینچنین جانی نه در خورد این جای کوچک است، ای تن ای من ذهنی هر دوستت را پاک بشور از این بینهایت این بالاخره باید رها بشود برود، یعنی ای کسانی که بینهایت خدا را گرفتید و مقاومت می کنید می گوید: عاقل نمی رسد، فکرم نمی رسد، این برای من قابل فهم نیست. حواست باشد دو دست این استدلالها را از این جان



بینهایت بشور، بالاخره این باید آزاد بشود برود. حالا اگر شما معطل کردید و با همان مُردید، بالاخره یک روزی باید آزاد بشود، بشر برای این آمده، بله.

ای تن گشته وثاقِ جان، بس است

چند تاند بحر در مشکی نشست؟

یعنی ای ذهنی که اتاق جان بینهایت شدی، ما چرا اینقدر زیر فشاریم؟ برای اینکه بینهایت را جمع کردیم یکجا، این بینهایت می خواهد منفجر بشود، برود بینهایت بشود، ما به زور نگه داشتیم، در نتیجه درد می کشیم، داریم خفه می شویم، بشریت دارد خفه می شود.

بشر که نباید اینطوری زندگی کند. ما از ترس همدیگر نمی توانیم زندگی کنیم، از حسادت همدیگر نمی توانیم زندگی کنیم، از دردهایی که دانسته و ندانسته به همدیگر وارد می کنیم نمی توانیم زندگی کنیم. می گوید چقدر یک اقیانوس را می توانی توی یک مشک جا بدهی؟ چند تاند یعنی چند تاند، بحر دریا در مشکی نشست، در مشک بنشیند؟ نمی تواند. غزل هم با همین شروع کرده. چند نظاره جهان کردن؟ یعنی بشر در فهمیدن این موضوع واقعاً وقت تلف کرده و به موقع نفهمیده، حالا شما فرداً به موقع بفهمید،

چند بیگارِ دیگران کردن؟

بعد ازین شیوه دگر گیرم

خوب اینها را شنیدید؟ شما می خواهید راه و رسم زندگیتان را عوض کنید؟ روش زندگیتان را عوض کنید؟ بله، چه روشی بگیرید؟ روش تسلیم. تا حالا مقاومت می کردیم، قضاوت می کردیم، با چیزهای آفل هم هويت می شدیم آنها را می گذاشتیم مرکزمان و هوشیاری جسمی پیدا می کردیم، از پشت عینک آنها می دیدیم جهان را، اینها سبب همین دردهای ما شده، دردهایی گفتم نظیر رنجش، خشم، کینه، و الگوهای مخربی مثل توقعات می خواهم آنها را بگذارم کنار، شیوه جدید بگیرم.

می خواهم از هیچکس توقع نداشته باشم، توقعم صفر شد، از جهان و جهانیان. یعنی هم آدمها و هم چیزهای این جهانی نظیر پول، مقام، هیچ توقعی ندارم، می توانید اینکار را بکنید؟ در مقابل هر اتفاقی هم که در این لحظه می افتد من فضاگشایی می کنم، تا خرد زندگی وارد زندگی و چهار بعدم بشود. و من کاملاً متوجه می شوم که تا حالا کار بیمزد برای غریبه ها کردم، تمام آن چیزهایی که در جان بینهایت من الان هستند، داخل من هستند، هر چیزی که هم هويت شدم در مرکز من است، من از جنس بینهایت هستم، اینها من را به بیگار، به کار بیمزد برمی



انگیزند. وقتی خشمگین هستیم فکر می‌کنیم، عمل می‌کنیم و خرد زندگی نمی‌ریزد به فکر و عملمان، این بیگار است، این کار بیمزد است. با بیگار در حالی که با انرژی من ذهنی فکر می‌کنیم، عمل می‌کنیم، ما بچه بزرگ می‌کنیم. بچه مان را بزرگ می‌کنیم در حالی که هیچ موقع آن را از جنس عشق و بودن و خدا ندیدیم، برای اینکه هیچ موقع خودمان هم از جنس فاصله دو فکر نبودیم.

مجسمه بودیم یعنی یک من ذهنی بودیم او را هم من ذهنی دیدیم. من ذهنی من ذهنی را بزرگ کرده فقط بهش نان داده که از گرسنگی نمیرد عشق نداده، حالا این بچه بیست ساله شده، می‌بینیم که آن چیزهایی که ما می‌خواستیم نشد. همینطور ازدواج ما، با من ذهنی ازدواج کردیم، رابطه خراب شد، بیگار بوده، بعد از ده سال باید از هم جدا بشویم. با مقدار زیادی رنجش، کینه، کدورت، که نمی‌توانیم فراموش کنیم، باید جدا بشویم، یا نه زندگی کنیم در حالی که جدا هستیم.

می‌گویند چقدر باید کار بیمزد چیزهایی را بکنیم یا کسانی را بکنیم که غریبه هستند و در ما هستند و ما را وادار می‌کنند به کار بی‌مزد. توجه کنید چه عواملی ما را به فکر کردن و عمل کردن وادار می‌کنند؟ یا حرص است، یا خشم است، یا واکنش است، یا دردهای دیگر است، یا مقایسه هست، یا حسادت هست، یا حس تنهایی هست، یا حس نقص هست، حس برتری هست، عشق قدرت هست، الگوهای نظیر هر چه بیشتر بهتر هست، اینها همه کار بیمزد است. هر کاری که ما می‌کنیم توی این لحظه خرد زندگی نمی‌ریزد، و ما در حال تسلیم نیستیم و ما قضاوت می‌کنیم و ما مقاومت می‌کنیم، کار بیمزد است.

و مولانا به ما در درسهای قبل گفته که اگر شما من ذهنی داشته باشید، هر رابطه‌ای که برقرار می‌کنید شما در جهان، باب صغیر است. گفت خدا به موسی گفت برای آدمهایی که خم نمی‌شوند، گردن فراز هستند، نه تنها بلندبلند راه می‌روند بعنوان من ذهنی، یک ده متر هم از بالایشان می‌خواهد فاصله باشد که یک موقعی در بزرگ باشد، گفت در کوچک بساز، خوب اینها مجبور بودند، مثلا وارد معبدی بشوند، بخاطر احترام مردم، نفوذ مردم که دیندار هم هستیم، ما شاهان، از آن سوراخ باید رد می‌شدند، خم می‌شدند، این خم شدن برای شاه خیلی سخت بود. هر من ذهنی هم یک شاه است، نمی‌تواند خم بشود.

و در نتیجه هر رابطه‌ای که ما ایجاد می‌کنیم باب صغیر است، یعنی هر رابطه‌ای برای خم کردن ماست بنابراین درد دارد، شما می‌خواهید این موضوع را متوجه بشوید؟ که اگر شما هر چه زودتر به حضور زنده نشوید، رابطه



زنشویبتان، رابطه تان با همکارتان، رابطه تان با فرزندتان همه دردزا خواهد شد، همه کار بیمزد خواهد شد، نمی خواهید متوجه بشوید؟ یا نمی خواهید قبول کنید.

امروز مولانا می گوید که ما خیلی زود از شر من ذهنی نمی توانیم رها بشویم، باید صبر کنیم، در حالی که صبر می کنیم باید متواضع باشیم، حداقل بگوییم نمی دانیم، هر موقع شما مانند تسلیم بشوید، قضاوت را می توانیم کم کنیم، می توانیم در پیشگاه خدا بگوییم: نمی دانیم. هر موقع شما دیدید گیر کردید بگویید نمی دانم، الان است که من به خرد زندگی احتیاج دارم، الان من به تسلیم نیاز دارم، من باید فضا را باز کنم، این اتفاقی که برای من افتاده بوسیله قضا افتاده، من باید فضا را باز کنم، نمی توانم مقاومت کنم، مقاومت من را منقبض می کند، عقل هم از آنچه هم که داشتیم محدودتر می شود، بدرد من دیگر نمی خورد. این بیت را در برنامه های اخیر خواندیم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۲۷

هر لحظه و هر ساعت يك شیوه نو آرد

شیرین تر و نادرتر زان شیوه پیشینش

یعنی در این لحظه وقتی فضاگشایی می کنی و از شیوه من ذهنی که خلاصه می شود در مقاومت و قضاوت و عقل کوچک من ذهنی، من از شیوه زندگی استفاده می کنم، یعنی فضا را باز می کنم، بنابراین زندگی برای من شیوه نو می آورد. این لحظه به من می گوید: چکار کنم و من همان کار را می کنم. و این روش جدید شیرین تر و نادرتر از شیوه پیشینش است، چرا؟ برای اینکه من لحظه به لحظه دارم بزرگتر می شوم، نسبت به من ذهنی کوچکتر می شوم، نسبت به جانم، نسبت به هوشیاری ام، خدائیتم بزرگتر می شوم، پس شیوه های شیرین تر و نادرتر و بهتر به من روی می آورد. بله این را هم بخوانیم راجع به بیگار است، کار بیمزد است. می گوید:

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۸۳۸

چشم ها و گوش ها را بسته اند

جز مر آنها را که از خود رسته اند

چشم و گوش انسانها بسته است و راهی به خرد زندگی ندارد، برای اینکه هم هویت شدگیها مرکزش هستند، و از پشت عینک آن هم هویت شدگیها جهان را می بینند، نه بوسیله خرد زندگی، مگر آنهايي که از من ذهنیشان



رسته اند، پس هر کسی من ذهنی دارد چشم و گوشش بسته است، چشم و گوش هوشیاری اش، چشم و گوش من ذهنی اش باز است. عقلش محدود است.

شما مطمئن باشید که انگیزه فکرها و اعمال بیشتر مردم خشم و حرص و توقعات است، مگر آنهایی که از من ذهنیشان رسته اند، آنها هستند که از خرد زندگی و عشق زندگی و برکت زندگی استفاده می کنند، شما خودتان ارزیابی کنید کاری با دیگران ندارید بارها هم گفته ایم ما فقط روی خودمان تمرکز داریم. کار خودشناسی و عرفان و پیشرفت در این رشته فقط بوسیله تمرکز روی خود مؤثر است.

یادآوری کنم درست مثل اینکه یک ریشه نامرئی داریم ما، سطح که می آییم چهار بعد می شویم. این چهار بعد به همدیگر بافته اند، چهار بعد یکی جسم است، یکی فکر است، یکی هیجان است، یکی هم جام تنی ما که از اش می ترسیم، این چهار بعد به هم بافته شده اند، چهار تا رشته، چهار تا ریسمان ولی پایین که می رویم، هی می رویم پایین، نامرئی تر، نامرئی تر، نامرئی تر می شود. شما باید بروید آن ته، در حالی که این چهار تا رشته سیرابند از آن آبی که از آنور می آید، اگر بیاید سطح با چهار بعد هم هویت بشوید، همین عقل من ذهنی پیدا می کنید، من پیدا می کنید،

جز عنایت که گشاید چشم را؟ جز محبت که نشاند خشم را؟

جز توجه ایزدی چه چیزی می تواند چشم هوشیاری ما را باز کند؟ هیچ چیز. و فقط مهر و محبت و عشق است که خشم را فرو می نشاند، چه در بین انسانها، چه بین ما و خدا. ما باید خشممان را بیاوریم پایین، تمام هیجانات من ذهنی را بیاوریم پایین، یعنی هر هیجانی از ذهن می آید مثل خشم، حرص، کینه ورزی، رنجش، اینها را که می بینیم ما باید پناه ببریم به زندگی، به خدا و تسلیم بشویم. بگوییم من داروی شفا بخش می خواهم. اینها هر چهار بعد من را فاسد خواهند کرد.

یعنی به طور قطعی بدانید شما اصلاً شک نکنید که اگر شما خشم داشته باشید، ترس داشته باشید، رنجش داشته باشید، و حسادت داشته باشید، این چهار بعد جسمی ما که می آید بالا به هم بافته می شود، اینها فاسد خواهند شد، چون این هیجانات شما را از ریشه قطع می کند، و روی شما را به جهان می کند، و از جهان چیزهایی می گیریم نظیر تأیید مردم، توجه مردم، خوشی مردم، لذات چیزهایی حسی مثل خوردن و اینها، اینها نمی تواند به ما آب بدهد، خشک می شویم، که شده ایم.



کارهای غلطی می‌کنیم هم در سطح فردی هم در سطح جمعی، اگر خوب دقت کنید، خواهید دید که ما مزاحم همدیگر هستیم. ما درصدد نشان دادن خشم هم نوعانمان نیستیم، بلکه بیشتر خشمگین کردن هستیم. می‌گویید فقط محبت است که، عشق است که، عشق هم از فضاگشایی می‌آید، شما باید فضا را برای آدمها باز کنید، که از آن فضا مهر و محبت وارد رابطه بشود، که خشم را بیاورد پایین، همینطور فضاگشایی کنید در مقابل اتفاقات که داروی شفابخش زندگی بیاید.

بله خواستم فقط این بیت را بخوانم برایتان که چندین بار تا حالا خواندیم که می‌گوید: کار بیمزد، بیگار جهد بی توفیق، اینقدر خو گرفتیم ما با کار بیمزد، اصلاً به ندرت کار با مزد می‌کنیم. ببینید انسان ممکن است که با زحمت زیاد با زرنگی با دروغ حتی با جد و جهد من ذهنی یک پولی جمع کند، یک خانه ای بخرد یک بالاخره خانواده ای تشکیل بدهد، نان در بیاورد به آنها بدهد، ولی این توفیق نیست، این تویش عشق نیست. ما باید اول به بینهایت زندگی به عمقی از زندگی زنده بشویم وگرنه تمام کوششهای ما و کارهای ما به شکست خواهد انجامید. موقتاً رسیدن به یک پولی این موفقیت نیست، موفقیت و خوشبختی مربوط به این لحظه است، که باید شما حس کنید، خرد زندگی و عشق زندگی و مهر زندگی وارد چهار بعد شما می‌شود، وگرنه جهد بی توفیق است، می‌گوید:

جهد بی توفیق خود کس را مباد در جهان، واللہ اعلم بالسداد

یعنی انشاءالله که جهد بی توفیق روزی هیچ کس نشود، و در این لحظه چه کسی به راستی و درستی داناتر است؟ فقط خدا. معنی اش چیست؟ شما باید تسلیم باشید. با من ذهنی و عقل آن یا براساس خشم و حرص تصمیم نگیرید.

الهی که در این جهان، کسی گرفتار تلاش بیهوده (کار بی مزد یا کوشش بدون موفقیت) نشود. خداوند به راستی و درستی داناتر است.

سداد یعنی راستی و درستی که در این لحظه ما نمی‌دانیم چی درست است؟ بیاییم به این لحظه، شما به حرف می‌ذهنی گوش نمی‌دهید، صبر می‌کنید فضا را باز می‌کنید، ببینید که از آنور چه می‌آید، تأمل می‌کنید، همینطور که در غزل هم هست، فکر کردم، آرام تأمل می‌کنم، فاصله بین دو تا فکر را تجربه می‌کنم، ببینم از این خلاء چه می‌آید، چه خردی می‌آید، چه به من می‌گوید آرام، خشمگین نیستم حرص چیزی را ندارم، عجله ندارم،

تأمل می‌کنم و ساکن و ساکت هستم. ببینم چه می‌آید از آنطرف، همین‌ها را می‌گوید،



تیز برداشتی تو ای مطرب این به آهستگی توان کردن

یعنی شتاب می کنی، عجله داری، این فکر تمام نشده پیری به آن فکر، تمام فکرها هم مربوط به چیزهای این جهانی هستند. در اینجا وقتی می گوید: ای مطرب، مطرب یعنی شادی بخش، هم زندگی است هم ما، و وقتی می گوید: ای مطرب درست مثل اینکه ای خدا امتداد تو که من هستم خیلی دارم عجله می کنم آخر برای چی اینقدر عجله، عجله می کنم؟ ما اگر با عجله فکر کنیم، از این فکر به آن فکر هرچه سریع تر می پریم گیج تر می شویم. هرچه سریع تر بپریم از این فکر به آن فکر مسائلمان پیچیده تر می شود. هوشیاری ما می آید پایین.

کاه یعنی وضعیت ها سلطه شان را روی ما برقرار می کنند. پس شما تیز نمی روید از این فکر به آن فکر. می گوید: این کار به آهستگی و به آرامش صورت می گیرد. کدام کار؟ همان که از ناودان قطره قطره بچکیم. اینکه ما هم هویت شدگی ها را بشناسیم. اینکه هرکسی رنجش های خودش را بشناسد و تسلیم بشود و به کمک خرد زندگی اینها را بیندازد و هوشیاری تویش را بکشد بیرون، و انباشتگی هوشیاری بکند. اینکه با آرامش ما هی نسبت به من ذهنی کوچک بشویم، کوچک بشویم، کوچک بشویم. این قضا را توجه کنیم. یک دفعه یکی یک حرفی می زند ما بدمان می آید. در اینجا است که ما باید خودمان را کوچک کنیم، صبر کنیم، درد هوشیارانه بکشیم، تا بزرگ بشویم. هی بزرگ بشویم. به لحاظ هوشیاری بزرگ می شویم. گفت: چه اندازه بزرگ می شویم؟ به اندازه آفتاب. به اندازه ای که این کائنات کوچک می شوند. زمین را در بر می گیریم، یعنی بی نهایت می شویم.

این کار، شناخت هم هویت شدگی ها و رهیدن از آنها به آهستگی صورت می گیرد، با عجله نه. هرچه بیشتر ما عجله کنیم از این فکر به آن فکر، من ذهنی را قوی می کنیم. هرچه بیشتر هیجان منفی تولید کنیم، گیج تر می شویم. هوشیاری می آید پایین، مسائلمان را نمی توانیم حل کنیم. اینهایی که یک چیزی می شود، هی دست و پایشان را گم می کنند حالا چکار کنم؟ تند تند فکر می کنند و هیجانات مختلف تجربه می کنند، اینها گیج می شوند. هیچ موقع نمی توانند مسائلمان را حل کنند. مسائلمان شدیدتر می شود، بدتر می شود. پس دارد می گوید که: ای انسان که امتداد خدا هستی، خیلی با عجله می روی. و این عجله تو کاه را به تو مسلط کرده و زیرش نهان شده ای. حالا می گوید:

*** پایان قسمت اول ***



این گران زخمیهی است، نتوانیم رقص بر پرده گران کردن

این پرده من ذهنی پرده سنگینی است. چرا سنگین است؟ شما می بینید. وقتی ما با هوشیاری جسمی و عقل من ذهنی و عقل دردها با هم زندگی می کنیم، ببینید چقدر گران است. مثلاً یک اوقات تلخی می کنیم، این اوقات تلخی یک ماه دو ماه طول می کشد. چه بسا هم می رنجیم سی چهل سال این را نگه می داریم. اگر از جنس زندگی بودید همان لحظه تمام می کردید. اگر با کاه بازی کنیم، اگر فضاگشایی کنیم، نجسبیم به چیزها، این سبک است، می رقصیم. یعنی در پرده من ذهنی ما سنگین هستیم، نمی توانیم تکان بخوریم. انگار یک نفر می خواهد برقصد پنجاه نفر با طناب گرفتندش. خوب می گویند حالا برقص، آهنگ هم می زنیم آنوقت. شما که نمی گذاری من برقصم. من ذهنی هم همینطور است. و شما می دانید که زندگی رقص است.

در این لحظه ما فضای دربرگیرنده اتفاقات و وضعیت ها و کاه ها هستیم. وضعیت ها را امروز به کاه تشبیه کرده. وقتی آب زیر وضعیت ها یا کاه ها می شوید شما، و با کاه درگیر نمی شوید، می بینید که اتفاقات در شما می افتند. آنموقع می بینید که اتفاقات از خرد شما برخوردار می شوند. از شادی شما برخوردار می شوند. شادی شما، خرد شما به وضعیت ها می ریزد، و آنها هم می رقصند. یک چیزی می خواهد برود می رود. یک چیزی می خواهد بیاید آسان می آید. یکی به دنیا می آید، یکی می میرد. ما به دنیا آمدیم در طول زندگی رقصیدیم. چرا رقصیدیم؟ برای اینکه چیزی اضافه شد، خوشحال شدیم، چیزی کم شد خوشحال شدیم، گذاشتیم برقصند چیزها.

وقتی چسبیدیم به یک چیزی، ای تو کسی هستی که من به تو چسبیدم، تو باید با من باشی، مرا خوشبخت کنی. تمام شد دیگر. ببینید که به چندتا چیز چسبیده اید شما؟ به تعداد زیادی چیزها چسبیدیم و آهنگ را سنگین کرده. اتفاقات تمام نمی شوند. برای کسی که فضاگشایی می کند و با آهنگ خود زندگی، زندگی می کند، سبک است، همه چیز می آیند و می روند و می رقصند. تن شما عوض می شود. فکرهای شما عوض می شود. یک فکر بهتری از طرف زندگی می آید. فکر قبلی می رود. همه اش در حال آفریدن اید. آفریده ها را رها می کنید. به آفریده نمی چسبید.

شما متوجه هستید که شما مسئول تعیین پرده هستید؟ این که این پرده، این آهنگ قابل رقص باشد یا نباشد؟ اصلاً آهنگی که در ذهن ما می زنیم، خیلی سنگین است. گفتم چرا سنگین است. شما می بینید که، ما چقدر دیر



با هم به توافق می‌رسیم. چقدر مقاومت داریم. آن کسی که تیز تیز می‌پرد از این فکر به این فکر و درد هم ایجاد می‌کند مقاومت دارد. وقتی مقاومت می‌کنیم، نمی‌توانیم تکان بخوریم.

شما ببینید آب می‌آید از کنار یک مانعی یا از روی آن می‌پرد می‌رود. آب آنجا نمی‌ایستد که، نه، از پهلو رد می‌شود. ما می‌ایستیم، مقاومت می‌کنیم. مقاومت را قدرت می‌دانیم. مقاومت قدرت نیست ضعف است. نشان جهل است. هنر، فضاگشایی است. هنر آوردن خرد زندگی و عشق زندگی به وضعیت هاست، و ریختن آن به فکر هاست. ریختن آن به آدم‌هایی که با آنها برخورد می‌کنیم. شما ببینید با آدمها به سادگی رفتار می‌کنید، سهل می‌گیرید، ساده می‌گیرید، از کنارشان رد می‌شوید؟ یا از یک چیز کوچولو یک دعوی بزرگ می‌سازیم؟ تفسیر می‌کنیم، قضاوت می‌کنیم، معنی می‌کنیم. ببینید چقدر مقاومت هست بین زن و شوهرها، بین دوستان، بین ملتها. سر چیزهای هیچ و پوچ. خیلی از مشکلاتی که هزار سال طول کشیده حل نشده، می‌شود در یک ساعت حل کرد، اگر با عشق باشد، با خرد باشد. ولی من ذهنی به پرده‌گران احتیاج دارد.

يك دو ابريشمك فروتر گير تا توانيم فهم آن كردن

یکی دو پرده پایین تر گیر. یعنی فکر می‌کنی، و ایستا. فاصله بین دوتا فکر را تجربه کن، درک کن. آنموقع درک خواهی کرد، فهم خواهی کرد که زندگی چیست. درواقع ما داریم با خدا صحبت می‌کنیم. می‌گوییم من میل به تسلیم دارم، در عمل تسلیم می‌شوم، تو دوسه پرده بیاور پایین، بگذار من بفهمم که تو که هستی، کجا هستی. به تو زنده بشوم. من تا به تو زنده نشوم، من نمی‌توانم بفهمم. فهمیدن خدا، درک خدا، زنده شدن به اوست. تجربه اوست به صورت زنده، و تجربه فاصله دوتا صندوق است، دو تا فکر است. ولی تا زمانی که تند تند از این فکر به آن فکر می‌پری، فاصله را می‌بندی، چه جوری بخواهی فهم آن بکنی؟ پس باید سرعت را بیاوری پایین.

اندك اندك ز كوه سنگ كشند نتوان كوه را كشان كردن

اگر بخواهیم یک کوه را برداریم ببریم بگذاریم آنور، خوب باید سنگ‌ها را تکه تکه کنیم ببریم. یک کوه بکنیم اندازه‌ای که می‌توانیم حمل کنیم، ببریم بگذاریم آنور. دارد به ما می‌گوید که چه جوری از من ذهنی جدا بشویم، تکه تکه. باید هر لحظه یک تکه‌ای را بشناسی. یک روز دو تا سه تا هم هویت شدگی را بشناسی. و آن هم هویت شدگی‌ها را بردارید و بیاورید بیندازید اینور. یعنی خودتان را از آن رها کنید. یعنی همه کوه را نمی‌توانید بردارید. حالا به کوه تشبیه می‌کند این را، برای اینکه ذهن به کوه تشبیه می‌کند.



و کسی که برای اولین بار به این برنامه گوش می کند و یک دفعه وقتی متوجه می شود که چقدر سریع فکر می کند و نمی تواند جلوی این کار را بگیرد، و در واقع این فکر کردن در او خیلی خودکار است و سلطه دارد به او و یک لحظه به این فکر است، یک لحظه به آن فکر است، این فکر وصل می شود به آن، و اولش متوجه می شود که مقدار زیادی درد انباشته کرده، یادش می آید که از چه کسانی رنجیده، چقدر درد دارد، چقدر هم هویت شدگی دارد، متوجه می شود که هر لحظه راجع به یک هم هویت شدگی فکر می کند، حول محور هم هویت شدگی ها می گردد و اینها تعدادش زیاد است.

می گوید: نگران نباش. تو تکه تکه از آن کوه بکن. و یک دفعه می بینی که این کوه تمام شد. و پس از اینکه یک مقداری از کوه را کندهیم متوجه می شویم که این کوه نبوده تپه بوده. پس از یک مدتی که هوشیاری حضور شد عینک ما، ما توانستیم این کوه را ببینیم، به نظر ما کوه می آمد، می بینیم که این کوه هم نبوده، تپه هم نبوده، خیلی کوچک تر از آن بوده. شناخت اینکه وضعیت ها زندگی ندارند و گاه هستند و زندگی خود ما هستیم و زیر این گاه ها پنهان کنیم، بسیار ساده است. و کلی بینش به آدم می دهد، که دیگر در مقابل وضعیت ها مقاومت نمی کند و فضا باز می کند. مقاومت کم می شود. این مقاومت است که این را کوه نشان می دهد.

به هر حال اندک اندک باید کار کنیم. یک دفعه کوه را نمی شود برداشت آنور گذاشت. هرکسی روی چه کار می کند؟ کدام کوه کار می کند؟ روی کوه خودش. گفتم پس از یک مدتی کار متوجه می شود که یک مقداری از این کوه واقعا کاه بوده. با شناسایی همه آتش گرفت و سوخت. دردها شفا پیدا کرد. روز اول آدم یک هم هویت شدگی می شناسد و از شرش راحت می شود. روز دوم دوتا، روز سوم چهارتا، همینطوری می بینید که بعد از شش ماه خیلی کم مانده، اگر درست کار کند.

یا نه در روز تعداد زیادی هم هویت شدگی را می شناسد و به محض این هم که می شناسد، می داند که به نفعش نیست که هم هویت باشد، فوراً می اندازد. یا دردهایش را می شناسد. اولش مقاومت می کند، بعد که شناختند، فهمیدند صلاحشان است که خشمشان را بیندازند، ترسشان را بیندازند، رنجشها را بیندازند، می اندازند دیگر خودشان.

تا نبینند جانِ جانها را کی توان سهل ترکِ جان کردن

می گوید: باید جانِ جان را ببینی. آن جانی که خدایی است و این جان را به وجود می آورد، آن را باید ببینیم ما.



تا بحال همین جانِ تن را ما متوجه شدیم که می ترسیم از دستش بدهیم. جانِ جانِ موقعی است که شما فاصله بین دو تا فکر را عملاً تجربه می کنید، زنده می شوید به آن. متوجه می شوید که وقتی به او زنده می شوید، وقتی به صورت ناظر به ذهنتان نگاه می کنید، در ذهنتان یک فکری در حال انجام است و شما آنها را می بینید. می بینید که شما جانِ جانها هستید و یک جانی هم آنجا دارد تکان می خورد. و شما به عنوان جانِ جانِ ها آن جان را به وجود می آورید. تازه آن جان اگر فرو بریزد هم شما زنده می مانید، چون این جانِ جان به آن بستگی ندارد، ولی آن به این بستگی دارد.

می گوید اگر انسانها جان را نبینند به آسانی نمی توانند ترک جان جسمی بکنند. ترک جان جسمی کردن، نه اینکه بمیریم. آن چیزی که ذهن نشان می دهد به ما و می ترساند، دیگر نمی ترساند. ما هم فکر می کنیم که آن چیزی که این تن را زنده نگه داشته، این همین جان اصلی ماست. نه، این تن هم بمیرد ما زنده می مانیم. البته تا زمانی که مقدور است می خواهیم توی این تن باشیم و زنده باشیم. اتفاقاً اگر جان را بشناسیم، این تن حداکثر عمر را می کند. و برای فهم این اجازه بدهید از دفتر سوم چند بیت بخوانیم. می گوید:

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۲۷۲

ما چو کشتیها بهم بر می زنیم تیره چشمیم و در آب روشنیم

من ذهنی مثل کشتی می ماند و رفتیم توی کشتی. در حالتی که چه هستیم؟ آب زیر کشتی هستیم. کشتی تن ماست. آب زیر کشتی خود زندگی است. ما خود زندگی هستیم، ولی فعلاً توی کشتی نشسته ایم به همدیگر می زنیم. با همدیگر دعوا می کنیم. در مقابل همدیگر ستیزه می کنیم و مقاومت می کنیم و بحث و جدل می کنیم و مراوده می کنیم و دوستی می کنیم و بده بستان داریم. تیره چشمیم، برای اینکه هم هویت شدگی ها عینک ماست. اما در آب روشن هم هستیم، چون توی دریا هستیم. فضای یکتایی آب روشن است. توجه می کنید؟

ای تو در کشتی تن رفته به خواب آب را دیدی نگر در آب

می گوید: ای کسی که در کشتی تن یعنی من ذهنی، نه این تن، من ذهنی، توجه کنید که ذهن از تن ما، از فکرهای ما، از برداشتهایش از این جهان، از هم هویت شدگی ها، اینها را جمع می کند، یک چیزی درست می کند به نام من فکری، که تن هم جزء آن است، و آن را می گوید کشتی تن. ما آن تو هستیم. از آن تو باید بیایم بیرون. می بینید که از حرکت سریع فکر، این جسم یا کشتی درست می شود. و ما توی آن به خواب رفته ایم، به



خواب چه رفته ایم؟ به خواب فکر، به خواب درد. چرا که بر حسب این فکرها و هم هویت شدگی ها که در مرکز ما هستند جهان را می بینیم. پس در خواب آنها هستیم.

آب را دیدی، هوشیاری جسمی را دیدی، از فکری پریدی به یک فکر، دوباره به یک فکر هوشیاری جسمی ایجاد کردی. همه اش جسم می بینی. فاصله بین دو تا فکر را ندیدی. حالا فاصله دوتا فکر را ببین که آب آب است. خواهی دید که این آب را یا این هوشیاری جسمی را آن هوشیاری غیر جسمی به وجود می آورد، آب آب. گفت: آب آب را باید ببینی. آب آب را ببینید از این آب می گذرید. از هدایت هم هویت شدگی ها می گذرید. از عقل هم هویت شدگی ها می گذرید. از عقل دردها مثل خشم و ترس می گذرید.

اگر چند دفعه خرد زندگی را تجربه کنیم، اگر در این لحظه آرام باشیم و فکر و درد ما را بر ندارد، یک چیزی زندگی توی ذهن ساده ما بنویسد، و بگوییم عجب چیزی بود این! این راه حل مسئله ماست، من باید آرام بشوم. من باید آب آب بشوم. خدا می خواهد من آب آب بشوم. به آن آب بمیرم. این آب یعنی هوشیاری جسمی ابتدایی ما، آب اصلی من نبوده، هوشیاری اصلی من نبوده، دید اصلی من نبوده. آن دید غلط بوده. این را باید بشر بفهمد. شما که دسترسی به ایبات مولانا دارید، باید بفهمید و عمل کنید دیگر. دیگر امروز چه جوری بگوید مولانا؟ چند بیگار دیگران کردند؟ چقدر کار بی مزد؟ چند نظاره جهان کردند؟ چقدر آب را زیر گاه ما نهران بکنیم؟ آب نزدیک ماست. آب آب چسبیده به ماست. آن کسی که در کشتی تن به خواب رفته می تواند توی کشتی تن بلند شود ببرد به اقیانوس یعنی آب آب،

آب را آب ست کومی راندش روح را روحی ست کومی خواندش

می گوید این آب ذهن، هوشیاری ذهنی را یک آب دیگری هست آن پشت که می راند. پس اگر ما یک کمی عقب برگردیم می شویم آن آب. وقتی به گاه می چسبیم، هوشیاری گاه، عقل گاه می شود عقل ما، عقل وضعیت ها. ببینید مردم جهان چقدر به وضعیت ها چشم دوخته اند. چند نفر یکجا باهم ملاقات می کنند یا نمی کنند؟ چند نفر یک صحبتی را می کنند یا نمی کنند؟ چند نفر جنگ راه می اندازند یا نمی اندازند؟ آخر این در سطح بشری خردمند نیست که زندگی را بسپارد به آبی که در ذهن است.

آن آدم ها هم با خشم و حرص و واکنش و هزار جور درد کار می کنند. بشر در دراز مدت سرنوشتش را نخواهد داد به دست چند نفر که با حرص و خشم و بی خردی زندگی می کنند، نخواهد داد. آدمهایی مثل مولانا بالاخره



آموزش‌شان را جهانی خواهند کرد. مردم خواهند فهمید که آب وجود دارد، و هر بشری قادر است که به آن خرد، به آن آب دسترسی پیدا کند.

روح را روحیست که می‌خواندش. روح ما، هوشیاری ما الان تو ذهن است. این را یک روح بزرگتری که روح خداست، روح جهان است دارد می‌خواند. می‌گوید: برگرد به سوی من، بیا پیش من، آنجا نمان، آنجا ذهن نمان. تو ذهن گیر افتادی به جهان نگاه می‌کنی، به کاه نگاه می‌کنی. آنها را رها کن کاه را. برگرد به سوی من. یعنی ما به عنوان هوشیاری فوراً می‌توانیم بپریم به اقیانوس. روح می‌تواند فوراً بپرد با آن روح یکی شود اگر نترسد. اگر از زیر نفوذ جمع بیاید بیرون. جمع منحرف می‌کند آدم را. همه من ذهنی دارند، همه با مقایسه، با حرص و خشم و علاقه به قدرت دارند کار می‌کنند. بلکه تقلید نکردن از دیگران.

بنمای ستاره کاند ریگ نتوان راه بی‌نشان کردن

الان می‌گویند که ای ستاره خودت را نشان بده. چرا که در ریگستان، فرض کن یک بیابانی هستیم ما، که هر طرف نگاه می‌کنی ریگ است، تا بی‌نهایت. نه کوه هست و نه هیچی، فقط ریگ است. تمثیل چه هست؟ تمثیل ذهن است. هر طرف نگاه می‌کنیم یک چیزی می‌بینیم. چیز هم ریگ است. ولی در ریگستان که تا افق هر جا نگاه می‌کنی ریگ است، اینور نگاه می‌کنی ریگ است، آنور نگاه می‌کنی ریگ است، عقب، جلو همه جا ریگ است، یک ستاره آن بالا بیاید ما باید بسوی آن ستاره برویم. می‌فهمیم آسمان است، آسمان ستاره‌اش را به ما نشان می‌دهد.

وقتی از ناودان قطره قطره می‌چکد، وقتی یواش یواش هم‌هویت شدگی‌هایمان را می‌شناسیم و هوشیاری حضور زیاده‌تر می‌شود، بالاخره یک ستاره بالا می‌آید در درون ما. در آسمان درون ما یک ستاره بالا می‌آید. آن ستاره خرد زندگی را به ما نشان می‌دهد. آن می‌گوید: در این ریگستان به عقل ریگ باور نکن، نگذار ریگ یعنی چیزهای این جهانی که هم‌هویت شدی اینها ترا راه ببرند، بسوی آن ستاره برو. یواش یواش ستاره بزرگ می‌شود، ستاره اصل ماست. توجه می‌کنید. پس شما می‌بینید که در ذهن هر طرف نگاه می‌کنید فرم است، و ما هوشیاری جسمی داریم. جسم نمی‌تواند ما را راهنمایی کند. پس ما دنبال ستاره‌ای می‌گردیم که در درون ما با تسلیم، یواش یواش، اندک اندک خودش را به ما نشان خواهد داد. چه بسا در بیشتر شما بینندگان ستاره خودش را به شما نشان داده، به این دلیل است که به طور پیوسته و متعهدانه این برنامه را پیگیری می‌کنید. ابیات مولانا را می‌خوانید. خیلی از



ابیات مولانا اینقدر گیراست، اینقدر اثرگذار است که یک دفعه می بینید ستاره را دارد در درون شما به شما نشان داد. وقتی شما فاصله دو تا فکر را هی مرتب تجربه می کنید، پنج دقیقه فکر می کنید، یک لحظه به آن فاصله زنده می شوید، و این فاصله زنده شدن به زندگی به فاصله و شکاف دو فکر، طولانی می شود. مثلاً یک دقیقه می شود. در سه چهار دقیقه فکر شما را برمی دارد دوباره طولانی می شود. یواش یواش از این فاصله ها این ستاره متولد می شود.

یعنی آن فاصله ها انسان را هدایت می کند. در آن فاصله ها ما فرصت داریم از زندگی یا خدا خرد بگیریم، عشق بگیریم، لطافت بگیریم، نرم بشویم، ستیزه را بگذاریم کنار، مقاومت را بگذاریم کنار، بی عقلی را بگذاریم کنار، آن ستاره به ما نشان می دهد که خشم اصل نیست. متوجه می شویم که هیجان های ذهن مخرب هستند، به هیچ کدام از ابعاد چهار گانه انسان فایده ای ندارند.

شما بگویید خشم چه فایده ای دارد؟ چقدر مخرب است؟ شما با دیده دل و با چشم خرد تا حالا ملاحظه کرده اید که چیزهای شبیه خشم و رنجش و کینه و حسادت اینها چقدر مخربند. برای تن ما، برای فکر ما، برای لطافت ما، برای جان ما، همین جان جسمی ما که الان می گفت آب. گفت برو دنبال آب آب.

و بیت هم گفت تا جان جانها را نبینند. تا به فاصله دو تا فکر اینها زنده نشوند، هر چه می گوئیم با ذهن می شنوند. برای همین است که خیلی از آدمها نمی توانند، می گوید می فهمم چه می گوئید، ولی می ترسم. می ترسم همین چیزی هم که دارم از دست بدهم. همین دردها مرا هدایت می کنند. این دردها را بیندازم چیزی نمی ماند دیگر. ها وصل می شوی به زندگی، وصل می شوی به خدا، وصل می شوی به خرد کائنات. در اینجاهاست که آدم باید توکل کند و باور کند به حرف بزرگان. امروز ابیاتی در این زمینه باز هم خواهیم خواند. چند بیت از حافظ برایتان بخوانم. می گوید

حافظ، دیوان اشعار، غزل شماره ۱۴۴

بیا که چاره ذوق حضور و نظم امور

به فیض بخشی اهل نظر توانی کرد

یعنی اینکه ما چطور ذوق حضور را در ما بوجود بیاوریم. درست حافظ راجع به عشق، عشق دل ما و خرد سر ما صحبت می کند. این خرد است که به امور بیرونی ما نظم می دهد. و این ذوق حضور و زنده شدن به بینهایت



اوست که شادی و برکت می آورد. فقط این فیض را می توانیم از بزرگان بگیریم مثل مولانا و حافظ و یا از خود زندگی. و بزرگانی مثل مولانا و حافظ هم با این ابیاتشان ما را وصل به زندگی می کنند. تمام این بیت ها را که ما می خوانیم برای اینکه به زندگی، به ریشه اصلی مان وصل بشویم. برای اینکه مقاومت را کم کنیم.

مقاومت، مقاومت، مقاومت، قضاوت، قضاوت، قضاوت، یک عایق بزرگی بین ما و زندگی بوجود آورده، این عایق را باید کم کم کم برداریم. هر چه کمتر مقاومت کنیم این عایق کمتر می شود. شما از صبح که پا می شوید خودتان را زیر نورافکن قرار بدهید، ببینید که در مقابل هر رویدادی آیا فضا باز می کنید یا نه؟ هر موقع دیدید مقاومت کردید یادداشت کنید. شب بیایید حساب و کتاب کنید بگویید پنجاه بار مقاومت کردید، فردا کمتر، پس فردا کمتر. خودتان زیر نورافکن خودتان هستید. مردم را کنترل نمی کنید، مردم را به حال خودشان بگذارید، بگویید شما هر جور می خواهید رفتار کنید. بگذارید ببینم من مقاومت می کنم یا نه؟

من مسئول کم کردن مقاومت خودم هستم. من مسئول این هستم که چیزهای آفل را بشناسم و با آنها هم هویت نشوم و آنها را در مرکز قرار ندهم. من مسئول این هستم که قضاوت نکنم در کار دیگران. باید این خوی ها را زیر نورافکن قوی خودم قرار بدهم. با دیگران کاری ندارم. پس دیگران یعنی بزرگان به ما فیض بخشی می کنند، تا به ریشه زندگی وصل بشویم، عمیق تر شویم. بله،

ولی تو تا لبِ معشوق و جام می خواهی

طمع مدار که کارِ دگر توانی کرد

با یک نگاه این بیت را اینطوری می توانیم معنی کنیم. می گوید تا لب معشوق زندگی را می خواهی و جام می زندگی را می خواهی، تو انتظار نداشته باش که با من ذهنی کاری در این جهان بکنی. یک معنی قشنگ همین است. یک معنی دیگر هم این است که اگر تو لب معشوق این جهان را بخواهی و جام می این جهان را بخواهی، آن کار اصلی را نمی توانی بکنی. هر دو نتیجه اش یکی است، ولی منظور من این بیت است

دلا ز نورِ هدایت گر آگهی یابی

چو شمع خنده زنان ترکِ سرِ توانی کرد

این نور هدایت، آن ستاره در درون ما باید طلوع کند و اگر در اثر کار جدی ما و همین صحبت هایی که امروز کردیم، کسی بتواند به اندازه کافی به فاصله بین فکرهاش دست پیدا کند و زنده بشود بطوری که یواش یواش



یک نوری در درونش بوجود بیاید که آن نور او را هدایت کند. شما دنبال ستاره با ذهن تان نگردید. این نور هدایتی که حافظ یا مولانا اشاره می‌کند، این یک نیروی هدایت کننده درونی است که دیده نمی‌شود. با ذهن دیده نمی‌شود. ما همیشه در حال تسلیم هستیم و شما همیشه چک می‌کنید این موضوع را که مقاومت دارید یا ندارید؟ قضاوت دارید یا ندارید؟

الان عینک دیدتان یک چیز گذرا از این جهان است؟ یا خود زندگی است؟ و در این حالتها انسان توکل دارد. انسان اعتماد به زندگی دارد. انسان می‌بیند که واقعاً از جنس زندگی است، از جنس گاه نیست.

و اگر کسی در مراحل اولیه گوش دادن به این برنامه است باید صبر کند. همین طور که سر شمع را که سوخته درست نمی‌سوزد قیچی می‌کنند و نورش زیاد می‌شود، ما هم وقتی سر من ذهنی‌مان را هر دفعه که قیچی می‌کنند، یعنی یک هم هویت شدگی را می‌اندازی، نورانی‌تر می‌شوید، نورانی‌تر می‌شوید. پس این نور هدایت مرتب بهتر کار خواهد کرد در ما و شما خنده‌زنان هم هویت شدگی را می‌اندازید، مانند شمعی که نورش زیادتر می‌شود، بنظر می‌آید شمع دارد می‌خندد. ما هم در حال خنده و شادی سر من ذهنی را مرتب می‌اندازیم.

بارها گفتیم شما دنبال فرصت می‌گردید نسبت به من ذهنی‌هی کوچک‌تر و کوچک‌تر شوید. چون مطمئن هستید وقتی کوچک‌تر و کوچک‌تر می‌شوید نسبت به من ذهنی، نسبت به من اصلی‌تان، هوشیاری‌تان داری بزرگ‌تر می‌شود. تا زمانی که این به صفر برسد، آن یکی به بی‌نهایت برسد. این من ذهنی به صفر برسد، ممکن است نتوانیم برسانیم. من اصلی‌مان بی‌نهایت می‌شود.

یک غزل ساده دیگری را از مولانا مرور می‌کنیم و لابلای این غزل هم من ابیات مثنوی برایتان خواهیم خواند و امیدوارم خیلی از نکات لازم برای زنده شدن به حضور را در این غزله‌ها و ابیات مثنوی ما پیدا کنیم. شما می‌توانید این ابیات را به دفعات تکرار کنید. بارها عرض کردم که کلید تکرار است. تکرار ابیاتی است که از قبل می‌دانید. من ذهنی دنبال بیت‌های جدید می‌گردد. ولی وقتی شما آن ابیات قدیمی را که می‌دانید، با هم ترکیب می‌کنید یکجا می‌خوانید، مثل اینکه آن ستاره می‌خواهد در شما زاییده بشود. و هر بیتی یک اثری می‌گذارد. یک اثر، اثرش فضاگشایی است. اثرش تسلیم است. اثرش نرمش است. اثرش لطیف شدن است. اثرش گاه بودن این وضعیت‌ها را به ما نشان می‌دهد. اثرش این است که مرتب عمیق‌تر می‌فهمیم که زندگی در چیزهای بیرونی نیست. خوشبختی در بیرون نیست. حس امنیت در وضعیت‌ها نیست. در آدم‌ها نیست. خرد در چیزهای بیرونی نیست و همه در من است و همه‌اش در همین گشودن فضا است.



هر موقع این ابیات را تکرار می‌کنیم، تکرار اینها ما را لطیف‌تر می‌کند. بلی موضوع را به یاد ما می‌آورد. ما برای اینکار باید خیلی چیزها را بطور همزمان بدانیم. وقتی تکرار می‌کنید همزمان می‌بینید که خیلی چیزها را می‌دانید، و این سبب می‌شود که شما راضی می‌شوید، و نمی‌ترسید که از ذهن بپرید به اقیانوس، به فضای یکتایی. نمی‌ترسید که رنجش‌هایتان را بیندازید. خشم‌تان را بیندازید. نمی‌ترسید که مثلاً جواب مردم را ندهید. نمی‌ترسید که اگر تقلید نکنید چه می‌شود. بدبخت می‌شوید. نمی‌ترسید اگر مثل بقیه مردم نباشید، چه می‌شود، بدبخت می‌شوید.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۶۶۳

نوبه نوز باری می‌کشم وین بلا از بهر کاری می‌کشم

خود نو به نو تازه به تازه پس من هوشیار هستم، آگاه هستم چکار دارم می‌کنم. چون می‌دانم نو به نو است. یعنی لحظه به لحظه من درد هوشیارانه می‌کشم. این درد برای انداختن هم هویت شدگی است. وین بلا یعنی این درد را برای یک کاری می‌کشم یعنی بیهوده نمی‌کشم. چون نو به نو است و هوشیارانه است یک چیزی را در نظر گرفتم و خودم را از اعتیاد به آن دارم باز می‌کنم و این درد هوشیارانه است و کار هم انداختن آن هم هویت شدگی است و آزاد کردن خودم است از توی آن. پس کار آزاد کردن خود از هم هویت شدگی هاست. پس از اینکه آزاد شدیم و خیلی بزرگ شدیم به لحاظ جانمان، هوشیاری‌مان، آوردن پیغام از آن طرف است مثل مولانا.

زحمت سرما و برف ماه دی بر امید نوبهاری می‌کشم

تمثیلش زمستان و سرما و برف ماه دی است که انسان می‌کشد تا به بهار برسد. منتها ما نوبهار داریم. زحمت سرما یعنی سختی دردهای من ذهنی، چون سرد است. ارتعاش یواش مولکولها سبب سرما می‌شود. مثلاً ارتعاش در یخ کندتر از آب است. ارتعاش مولکولها در آب کندتر از بخار است. پس ارتعاش ما در من ذهنی و دردها پایین‌تر است. بنابراین سرد است. پس من دردهای من ذهنی را که الان هوشیارانه می‌کشم به امید این است که به بهاری برسم. به یک بهار جدیدی برسم. این بهار موقعی است که هم هویت شدگی‌های من بریزد. و پایین می‌گوید بهار یک قسمت در لامکان من است، حضور من است، جان من است که وسیع می‌شود. بهار دیگر در بیرون است. در وضعیت‌های زندگی من است.



به محض اینکه ما باز شویم و خرد زندگی از ما عبور می‌کند به فکر و عمل ما، وضعیت‌های زندگی در بیرون شروع می‌کنند به بهتر شدن. پس نوبهار یک بهار جدید در زندگی هر کسی که هوشیارانه برای شناخت هم‌هویت شدگی‌ها و آزادی از آنها زحمت می‌کشد در راه است، برای شما هم در راه است. خیلی از شما به اندازه کافی زحمت کشیدید و نوبهار را دارید تجربه می‌کنید.

پیش آن فربه کن هر لاغری این چنین جسم نزاری می‌کشم

الان که تو ذهن هستیم، هوشیاری‌مان خیلی لاغر است. در همین من ذهنی یک مقدار هوشیاری داریم و یک مقدار من ذهنی. من ذهنی ما هم خیلی قوی، هوشیاری ما هم خیلی لاغر است. ما به عنوان هوشیاری لاغریم به عنوان من ذهنی خیلی قوی. حالا این هوشیاری لاغر را داریم به سوی خدا می‌بریم. فربه کن یا سلامت کن، فربه یعنی چاق. قدیم چاقی علامت سلامتی بود. یعنی لاغری هم علامت ضعیفی بود. الان مد عوض شده، حقیقتاً هم لاغری علامت سلامتی است. بله، هر هوشیاری لاغر را او فربه می‌کند، یعنی هوشیاری کوچک است اندازه مو است. الان بزرگ می‌شود من ذهنی کوچک می‌شود. منتها الان نزار است، ضعیف است، بیجان است. در ابتدا بیجان است.

یواش یواش که خودمان را از هم‌هویت شدگی‌ها آزاد می‌کنیم، ما به عنوان هوشیاری قوی می‌شویم، من ذهنی ضعیف می‌شود. کی می‌کند اینها را؟ زندگی می‌کند. ما پیش او می‌کشیم، ما می‌گوییم خدایا در این لحظه من به لحاظ زندگی لاغرم و به لحاظ من ذهنی و نازندگی بسیار قوی هستم، این را ضعیف کن و آن یکی را قوی کن. علامت صادقانه بودنمان هم درجه تسلیم ماست، درجه توکل ماست، درجه عمل ماست. درجه تعهد ماست.

از دو صد شهرم اگر بیرون کند بهر عشق شهریاری می‌کشم

از دو صد شهر یعنی از خیلی شهرها انسان می‌گذرد. شهرها یعنی وضعیت‌ها. شما امروز یک دانه هم‌هویت شدگی می‌اندازید، وارد یک شهر جدید می‌شوید. فردا پنج تا می‌اندازید، وارد شهر جدید می‌شوید. پس فردا ده تا می‌اندازید وارد یک شهر جدید می‌شوید. یعنی وضعیت جدیدی می‌شوید. با یک مقدار هوشیاری جدید و هم‌هویت شدگی‌های جدید. می‌گوید در هیچ شهری من اقامت نمی‌کنم. کی بیرون می‌کند؟ زندگی.

از دو صد شهرم اگر بیرون کنند. یعنی در شهر ذهن ولو اینکه بهتر شده، من نمی‌مانم. تا به عشق زندگی برسیم. شهریار در اینجا خداست، زندگی است. بهر عشق شهریاری می‌کشم، من دارم می‌روم هوشیارانه با او یکی



باشوم. بنابراین در هیچکدام از این شهرهای من ذهنی نخواهم ماند. اینطوری نیست که یکی بیاید بگوید صد تا باور اساسی داری آنها را بریز دور و اینها را بگذار به جایش. این شهر جدید است و این باورها خیلی بهتر از آنهاست. نه. من در شهر هم هویت شدگی نمی‌مانم. بله چند بیت دوباره از دیوان شمس برایتان بخوانم. می‌گوید:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۲۲

زخم پذیر و پیش رو چون سپر شجاعتی

گوش به غیر زه مده تا چو کمان خمانمت

زخم پذیر و پیش رو. یعنی من زخم می‌زنم به تو، هم هویت شدگی‌های ترا می‌کنم، چون به خرد من اعتماد کردی و داری تسلیم می‌شوی. لحظه به لحظه تسلیم هستی. پس زخم پذیر، پیش رو. چرا؟ برای اینکه از جنس حضور هستی. این لحظه که من فضا را باز می‌کنم و مقاومت نمی‌کنم، این فضای گشوده شده سپر شجاعت است. هیچ چیزی اثر ندارد رویش. درست مثل اینکه شمشیر بازی می‌کنی، سپر است می‌زنند سپر را. تنها سپری که اتفاقات بیرونی، زخم‌های بیرونی اثر ندارد. گوش به غیر زه مده. یعنی من مثل کمان زه تو را می‌کشم. فقط حواست به کشش من باشد. کشش او به وسیله قضا تعیین می‌شود.

یعنی در مقابل اتفاقاتی که من برایت بوجود می‌آورم اصلاً مقاومت نکن، خرد من را بکار ببر، فقط به حرف من گوش بده، به حرف اتفاقات گوش نده. به حرف مردم گوش نده. واکنش نشان نده، به حرف من ذهنی و هم هویت شدگی‌هایت نده.

گوش به غیر زه مده تا چون کمان خمانمت. یعنی مثل کمان خم بکنم. و ما یواش یواش خم می‌شویم. وقتی خم می‌کند ما را، کمان می‌کند از طریق ما فکر عالی می‌اندازد. پس در همین بیت می‌گوید: بگذار من هم هویت شدگی را بگیرم از تو. تو پیش رو نترس، برای اینکه سپر شجاعت هستی. فقط زه را که من می‌کشم ترا کمان می‌کنم و از تو تیر فکر را می‌اندازم، بگذار فقط فکرهای من انداخته شود و همینطور من می‌خمانمت و تو خم شو.

از حد خاک تا بشر چند هزار منزلست

شهر به شهر بردمت، بر سر ره نمانمت

یعنی از حد خاک یا جامدات تا بشر، بشر در واقع بشر متعالی و عالی این است که در این لحظه به بینهایت او زنده شود. ولی این بشر را حالتی می‌گیرد که هنوز در من ذهنی است. می‌گوید: تو از جنس منی، هوشیاری هستی. کی



اینها را می‌گویید؟ زندگی می‌گوید به ما. یا یک عارفی یک بزرگی که با دید زندگی می‌بیند، اینها را گزارش می‌کند. هوشیاری از حد خاک یا جماد ترقی کرده، شده نبات، حیوان و از آنجا من ذهنی، چند هزار وضعیت بوده، چند هزار شهر بوده. شهر به شهر بردمت، یعنی هر وضعیتی که تو تغییر کردی یک شهر بوده، من از این شهرها ترا گذرانده‌ام و در سر راه نمی‌گذارم بمانی. تا کجا می‌برد؟ تا آنجایی که به خودش زنده کند.

هیچ مگو و کف مکن. سر مگشای دیگ را

نیک بجوش و صبر کن زانکه همی پزانت

هیچی نگو، تسلیم باش. هر لحظه فضا را باز کن. مقاومت نکن و واکنش نشان نده. برای اینکه هر واکنشی در واقع باز کردن در دیگ است. کف مکن یعنی واکنش نشان نده. سر دیگ را باز نکن. من در دیگ ذهن ترا دارم می‌پزم. توجه کنید در اثر درد هوشیارانه و پذیرش خرد زندگی و عمل به روشهایی که زندگی تعیین می‌کند، خیلی از رفتارهایی که ما می‌کنیم بر حسب گفتار مولانا مورد علاقه من ذهنی ما نیست. همین بیت‌ها را هم که می‌خوانیم بعضی از ما ممکن است کف کند، واکنش نشان بدهد، قهر کند. می‌گوید چه می‌گوید اینها را من نمی‌فهمم، اینها مطابق میل من نیست. کف می‌کند، قهر می‌کند.

مولانا می‌گوید هیچ مگو، کم هم مگو، واکنش نشان نده، در دیگ را باز نکن، خوب بجوش. درد هوشیارانه را آرام آرام بکش و صبر کن. من دارم ترا به بلوغ می‌رسانم، دارم می‌پزم. داری خردمند می‌شوی. بعضی از ما فوراً استاد می‌شویم، هنوز من ذهنی داریم ها، از من ذهنی‌مان هم چیزی کم نشده، فوراً می‌گوییم ما استادیم. خیلی غلط است این. اصلاً استاد گفتن به کسی خیلی غلط است. استاد باید به یکی بگویند که واقعا دیگر انسان والایی است، به عمقی از زندگی زنده شده و عشق دارد و خردمند است. حالا شاید به او بگوییم استاد، ولی اینکه هر کسی بیاید به او بگوییم استاد این خوب نیست اصلاً، مردم خودشان را گم می‌کنند.

و این من ذهنی کمک می‌کند که، یکی از خصوصیت‌های بد من ذهنی همین کلمه استادی است، که آدم بخودش می‌گیرد و نمی‌پزد، صبر نمی‌کند. هی کف می‌کند، هنوز هیچی نپخته، هنوز جوش نیامده ما کف می‌کنیم.

گر دکان و خانها م ویران شود بر وفای لاله زاری می‌کشم

می‌گوید اگر دکان و خانها م ویران بشود، کدام دکان؟ همین دکانی که ما توش نشستیم و چیزی می‌فروشیم. یکی دانشش را می‌فروشد. یکی زیباییش را می‌فروشد. هر چیزی را که با آن هم هویتیم و با دیگران مقایسه می‌کنیم.



یکی میزان ثروتش را به رخ دیگران می‌کشد. هر چیزی دکان است. هر کسی یک دکانی باز کرده و در خانه ذهنش زندگی می‌کند.

دارد می‌گوید دکان و خانه باید ویران شود و من می‌دانم لاله‌زاری که به آن می‌رسم، این لاله‌زار یک قسمتش گفتم در درون من است و یک قسمتش بیرون من است. بیرون و درونم لاله‌زار خواهد شد. و این لاله‌زار وفادار است. وقتی به او زنده می‌شوم او دیگر از بین نمی‌رود. این هم هویت شدگی نیست که چیز آفل این جهانی باشد، از بین برود و مرا بترساند. اینها لاله‌زار با وفاست. لاله‌زار این جهان بی‌وفاست. حتی همین گلها هم دو سه روز بیشتر نمی‌مانند. هر چیزی که ما می‌گوییم گل ماست، مثل زیبایی ما، جوانی ما، پول ما، هر چیزی این وفا ندارد که، درست است که به نظر ما لاله‌زار می‌آید. در سن مثلاً سی سالگی خیلی‌ها لاله‌زار جسمی دارند، هم قویند هم خوشگلند، هم موفقند، هم مثلاً ممکن است دو تا بچه دارند، دارند بزرگ می‌شوند، از نظر بیزینسی موفقند. همه چیز لاله‌زار است ولی لاله‌زار بی‌وفاست. ما دنبال لاله‌زار با وفا می‌گردیم. حداقل تشخیص می‌دهیم که این لاله‌زار بیرونی که با ذهن درست شده این بی‌وفاست و این دکانی هم که من باز کردم باید جمع کنم.

یادمان باشد آدم اگر چیزی برای فروش نداشته باشد، دکان دیگر نمی‌خواهد. شما یک دکان خالی بروید بنشینید آنجا مردم بگویند آقا شما چه می‌فروشید آنجا؟ هیچی. همه خالی است، من نشستم. جمع کن ببر برو. دکان را باید خالی کنیم و ببندیم، چیزی نفروشیم.

اما برای اینکه این بیت را بفهمیم چند بیت از مثنوی برایتان سریع می‌خوانم. اینها را قبلاً خواندم برایتان و راجع به دکان صحبت می‌کند، راجع به اینکه من ذهنی خانه زیبایی است برای یک عده‌ای و این دکان هم دکان خوبی است و نمی‌خواهند دکان را ترک کنند. شما یک تجدیدنظری در خودتان بکنید، ببینید چه می‌فروشید؟ و در دکان چه گذاشته‌اید؟ وقتی یکی از اجناس دکان کم می‌شود، این را با یک چیز دیگری جایگزین می‌کنید یا نمی‌کنید؟ بله. از دفتر چهارم بیت ۲۵۵۰ شروع می‌شود. می‌گوید

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۵۵۰

پاره‌دوزی می‌کنی اندر دکان زیر این دکان تو، مدفون دوکان

می‌گوید پینه‌دوزی می‌کنی، پاره دوزی یعنی یک وصله‌ای را بدوزی به یک چیز بزرگتری، در این دکان. در حالیکه زیر این دکان تو دو تا معدن است. که معدن را هم امروز صحبت کردیم. یکی عشق است و یکی خرد. یکی نظم می‌دهد به چیزهای بیرونی و یکی دل شماست که باز می‌شود، دوکان. یکی شکوفایی وضعیت‌های شما در بیرون



و یکی بی‌نهایت شدن دل شما. زنده شدن شما به عشق یا وحدت شما با خدا، هر دو معدن است. یکی معدن شادی و خرد است. یکی هم در بیرون وضعیت‌ها است. منتها وضعیت‌ها هم وابسته همین خردی است که به فکر و عمل ما می‌ریزد. کسی که دکان داشته باشد، پاره‌دوزی بکند، فقط بخواهد این من ذهنی، خرقة من ذهنی را سالم نگه دارد، مردم بیایند از او چیزی بخرند او از دکان محروم است.

هست این دکان کرای، زود باش

تیشه بستان و تکش را می‌تراش

یعنی این دکان، دکان من ذهنی که تن هم جزوش است، اجاره‌ای است. یعنی هفتاد سال، هشتاد سال در اختیار ماست. زود باش یک کلنگ بستان و تهش را بتراش. فکر، فکر، فکر، فکر تهش را این فکرها پوشانده. یک کلنگ حضور یک کلنگ شناسایی هم‌هویت شدگی، شناسایی گاه‌ها، شناسایی اینکه الان چه فکری می‌کنم که فاصله بین دو فکر را می‌پوشانم. می‌گوید ته این دکان را بتراش. یعنی گاه است و ما آمدیم روی گاه و گاهها را به مردم نشان می‌دهیم. این یک گاه خوشگل است، این کوتاه است، این درشت است، این بلند است، ولی همه روی گاه است، زیر این گاه معدن است. ولی تا زمانی که توی این دکان هستیم و اینها را می‌فروشیم از معدن خبر نداریم.

تا که تیشه ناگهان بر کان نهی از دکان و پاره‌دوزی و اهری

تا این کلنگ را ناگهان که می‌کنی، به معدن بنهی، هم‌هویت شدگی روی معدن را گرفته، یکی یکی که می‌کنی بالاخره با کلنگ هوشیاری، با کلنگ تسلیم، این لحظه تسلیم می‌شوی، با خردمندی زندگی یک چیزی را می‌بینی، آن را برمی‌داری، یک درد را می‌اندازی. چه بسا این رنجش را بیندازی از زیرش کان دیده بشود، معدن دیده بشود. تا که تیشه ناگهان. کسی که هی مشغول است به کندن ته دکان، بالاخره ناگهان آن ستاره را می‌بیند. ناگهان می‌بیند خردمند شده، ناگهان می‌بیند زنده شد به یک هوشیاری دیگری، این هوشیاری قبلی رفت. یک دفعه شما حس آرامش می‌کنید، یک دفعه حس می‌کنید که نیاز به وضعیت‌ها ندارید. نیاز به آدمهای دیگر ندارید. نیاز ندارید که کسی به شما زنگ بزند و احوالتان را بپرسد. نیاز ندارید که دور و برتان را شلوغ کنید. نیاز ندارید خانه خیلی بزرگ زندگی کنید. نیاز ندارید خانه‌تان را به کسی نشان بدهید، یا به یک چیزی پز بدهید. خلاصه در نتیجه از دکان و پاره‌دوزی رها می‌شوید.

***** پایان قسمت دوم *****



پاره‌دوزی چیست؟ خورد آب و نان می‌زنی این پاره بر دلِ گران

می‌گویند پاره‌دوزی چه هست؟ دارد خودش تعریف می‌کند. خوردن چیزهای بیرونی، گرفتن تایید، گرفتن توجه، حرص برای بدست آوردن بیشتر که ذهن اینها را می‌دوزد به دلقی که ما به عنوان من ذهنی ما پوشیدیم. و این دلق چون هم‌هویت شدگی‌های ماست، ما را گرفته محکم. مثل اینکه خیلی چیزها ما را گرفته و نمی‌گذارد برقصیم، تکان بخوریم و ما علاقمندیم که این دلق را با پاره‌دوزی نگه داریم.

پاره‌دوزی شاید یک معنیش جایگزین کردن است. یک چیزی از دست می‌دهم، یک چیزی را به جای آن می‌گذارم. با یک آدم هم‌هویت هستم، از او جدا می‌شوم، فوراً با یکی دیگر هم‌هویت می‌شوم. یک باوری را که خوشم نمی‌آمد، می‌اندازم دور و یک باور دیگر سرچایش می‌گذارم، که این باور بهتر از آن یکی است.

هر زمان می‌درد این دلقِ تنت پاره بروی می‌زنی زین خوردنت

می‌گویند هر لحظه زندگی چکار می‌کند؟ یک تکه از این هم‌هویت شدگی‌ها را می‌کند، تا به ما نشان دهد که هم‌هویت شدگی‌ها تو نیستی و اینها آفلند. و ما می‌آییم یک چیز دیگر برمی‌داریم و به جایش می‌چسبانیم، با نگاه به بیرون. ذهناً این را از دست دادم و عوضش این را می‌گیرم می‌چسبانم اینجا. ولی این دلق تقریباً همین دلق است، شاید هم بهتر از آن است. یعنی این من ذهنی حتی از من ذهنی دیروز هم بهتر است. برای اینکه دیروز با آقا یا خانمی هم‌هویت بودم که امروز با کسی به جایش گذاشتم که این خیلی بهتر است، تحصیلاتش بیشتر است، این آدم حسابی‌تر است، من با این هم‌هویت می‌شوم یا هر چیز دیگر مثل دانش، مثل پول، مثل مقام. حالا که اینجا این را از دست دادم می‌روم به آن مقام، حالا مقام اشکالی ندارد فقط به عنوان وصل و پینه به دلق شما بد است.

ای ز نسلِ پادشاهِ کامیار با خود آ، زین پاره‌دوزی ننگ دار

می‌گویند که تو از نسل خدا هستی. پادشاه کامیار خداست. تو امتداد آن هستی، با خود آ، به خودت بیا، ببین کی هستی؟ ببین برای چه آمدی؟ چه قدرتی داری؟ چه شناسایی داری؟ اصلاً ذاتاً شادی هستی، آرامش هستی، با خود آ. ببین کی هستی. تو احتیاج به پاره‌دوزی نداری و خجالت بکش از این پاره‌دوزی.



پاره‌ای بر کن ازین قعر دکان تا برآرد سر به پیش تو دو کان

یعنی یک آجری یک قسمتی از قعر دکان را بکن تا این دو تا معدن را ببینی. تو بیا یک هم‌هویت شدگی را بردار، یک دفعه می‌بینی که فکر آن هم هویت شدگی از تو رفت. شاید فاصله بین دو تا فکر را تجربه کردی. متوجه بشوی که این دو تا معدن که عشق و خرد باشد، از آنجا آمد بیرون. بله اینها هم خیلی ساده است بخوانیم برویم جلو.

پیش از آن کین مهلت خانه کری آخر آید، تو نخورده زو بری

قبل از اینکه این مهلت خانه اجاره‌ای پایان بپذیرد یعنی به لحاظ جسمی بمیریم و از این جهان برویم، در حالیکه تو هنوز میوه‌ای از آن نخورده‌ای. حالا از خودتان سوال کنید، از این عشق و از این خرد که زیر این فکرهای ماست، همین فکرهایی که الان مشغولیم از این فکر به آن فکر، خرد و عشق، آیا من تا حالا میوه‌ای خوردم؟ تا حالا به کسی عشق ورزیده‌ام؟ تا حالا به کسی کمک کرده‌ام؟ تا حالا خودم را در دیگران تجربه کرده‌ام؟ بودن را در خودم تجربه کرده‌ام؟ در کسی بودن را به ارتعاش درآورده‌ام؟ کسی را به صورت خدایت و بودن و حضور دیده‌ام یا نه؟ اگر میوه‌ای از این عشق و خرد خوردم کی بوده؟ چه میوه‌ای دارم من اصلاً؟ آیا میوه‌های من همه همین دردها هستند که هم به خودم می‌دهم و هم به دیگران یا در این جهان من یک ساختارهای نیکی بوجود آورده‌ام؟ نتیجه کار من چه بوده؟ آیا این نتیجه به وسیله دردهای من و بی‌خردی من بوجود آمده یا نه با عشق و خرد زندگی؟ این را ارزیابی کنید.

پس تو را بیرون کند صاحب دکان

وین دکان را بر کند از روی کان

یعنی موقع مردن، وقتی مدت اجاره تمام شد، این جسم متلاشی می‌شود و این دکانی که ما آنجا مشغول بودیم برای فروش هم‌هویت شدگی‌هایمان به مردم، آنجا را خالی می‌کند، زندگی و خدا. و شما متوجه می‌شوید که کان اینجا بوده و آن دو تا معدن عشق و خرد همیشه با من بوده. یعنی موقع مردن متوجه می‌شویم که آن چیزی را که ما دنبالش بودیم عشق و خرد و از پز دادن و از مقایسه و از مشغول شدن به فکرها دنبالش می‌گشتیم، و این همه هم زحمت کشیدیم و درد کشیدیم بدست نیاوردیم، همیشه با ما بوده، زیر این فکرها بوده. ای بابا! کسی به ما



نگفت. پس چطوری می گویند دیگر. پس ترا بیرون کند صاحب دکان خداست، وین دکان را برکند از روی کان. یعنی معدن.

توز حسرت، گاه بر سر می زنی گاه ریش خام خود بر می کنی

موقع مردن متوجه می شویم که بله اینطوری بوده متاسفانه. همیشه با ما بوده و از حسرت و افسوس دو دستی به سرمان می زنیم یا ریش خام خودمان را می کنیم. یعنی به بی عقلی مان تاسف می خوریم، که چرا اینقدر ما از مرکز هم هویت شدگی ها جهان را دیدیم؟ چرا این چیزی که خود ما بودیم به جستجو در جهان پرداختیم؟ چقدر در ذهنمان دنبال خدا گشتیم در حالیکه ما امتدادش بودیم. هر لحظه این انتخاب و قدرت تبدیل در ما بوده و انجامش ندادیم. هر لحظه می توانستیم تسلیم بشویم تا در مدت این هشتاد سال زندگی روی ما کار کند و خرد و عشقش را به نمایش بگذارد و میوه اش را ما بخوریم، و ما تسلیم نشدیم و اجازه ندادیم، و قضاوت و مقاومت را پیشه خودمان کردیم، شیوه خودمان کردیم.

کای دریغا آن من بود این دکان کور بودم، بر نخوردم زین مکان

می گوید موقع مردن وقتی متوجه این حقیقت شدیم که دکان مال ما نیست، در آن لحظه آخر می گوئیم ای بابا این دکان مال من بوده افسوس و گنجش هم زیرش بوده. من هر لحظه می توانستم بکنم و گنج را در بیاورم. همیشه در فاصله بین دوتا فکر بوده، هیچ موقع من آرام نشدم بلحاظ فکری، تند تند فکر کردم، من هیجانان منفی را هنر می دانستم، قدرت می دانستم، ای دریغا، افسوس. این افسوس را ما در سنین بالا هم می خوریم، که چرا در سی سالگی، در بیست سالگی این چیزها را نفهمیدم.

حالا که شما اینها را از مولانا می خوانید به جوانانتان به بچه هایتان یاد بدهید، تو خانواده جلسه ای تشکیل بدهید، بگوئید اگر شما می گوئید که من خیلی با سوادم، خیلی می دانم، خوب همین شعرهای این برنامه را بیابید بخوانیم، هفته ای دو ساعت دور هم جمع بشویم، اینها را بررسی کنیم و هر کسی بگوید پیغامش برای او چیه؟ مگر نمی گویی همه چیز را می فهمم من، این را هم بفهم.

تا به این سرنوشت دچار نشویم که من کور بودم، چرا کور بودم؟ برای این که از پشت عینک هم هویت شدگیها که در مرکز من بودند دیدم جهان را، کور بودم بر نخوردم زین مکان، بر را می توانیم میوه معنی کنیم، میوه نخوردم از این مکان، یعنی اینجا مکان عشق بوده، عشق زیر فکرهای من بوده، من همیشه دکان باز کرده بودم، شما



ببینید چی می فروشید؟ دیدنش که سخت نیست، چی می فروشید؟ به چی چیزتان می نازید؟ ننازید، به هر چی می نازید با آن هم هویتید و دارید می فروشید.

ای دریغا بود ما را برد باد تا ابد یا حسرتا شد للعباد

دریغا که دار و ندار ما را باد فنا با خود برد. و در این حال است که بندگان عاصی باید تا ابد حسرت بخورند

ای افسوس که دار و ندار ما را که بودن ما بود باد برد، عشق ما را خرد ما را باد برد، باد ما هم ذهن هست، باد ذهن هست، ای دریغا بود ما را برد باد، و این فرصتی که هشتاد سال اینجا بودم از دستم رفت، و تا ابد، یا حسرتا شد للعباد، یعنی و در این حال هست که بندگان عاصی باید تا ابد حسرت بخورند، این قسمت آخر مربوط به آیه قرآن هست، می گوید:

قرآن کریم، سوره یس (۳۶)، آیه ۳۰

يَا حَسْرَةً عَلَى الْعِبَادِ مَا يَأْتِيهِمْ مِنْ رَسُولٍ إِلَّا كَانُوا بِهِ يَسْتَهْزِئُونَ.

ای دریغ بر این بندگان. هیچ پیامبری بر آنها مبعوث نشد مگر آنکه مسخره اش کردند.

واقعا هم خیلی مهم هست این پیغام، شما واقعا صادقانه از خودتان پرسید بگویند که پیغامهای مولانا و یا حتی قرآن را که من می خوانم، واقعا صادقانه قبول دارم؟ اگر قبول دارم چرا عمل نمی کنم؟ اگر عمل نمی کنم، من دارم پس مسخره اش می کنم، مسخره کردن یعنی این که، ها بله درست می گویند شما، ولی ما حالا کار خودمان را می کنیم. چی درست می گوییم؟ اگر درست می گوید، باید قبول کنی، عمل کنی و تغییر کنی. نمی شود که ما بگوییم درست می گوید، و دکان را تعطیل نکنیم، یا نشناسیم.

یعنی شما نمی دانید دکان دارید و در دکان چی گذاشتید می فروشید؟ همه چیز مال ما، آن چیزی که به آن افتخار می کنیم دیگر در ذهنمان، گاهی اوقات استفاده ابزاری از بچه هایمان می کنیم برای باد کردن من ذهنی، بچه من بیست می گیرد، بچه من از تو بهتره، خوشگلتره، همه می گویند خوشگل تره، دامادم این طوریه، نمی دانم پدرم فلان کاره بوده، خودم این شغل را دارم، اینها همه دکان هست دیگر، دانشم هم اینقدر هست. شما می خواهید تو دکان بمانید، و همین ها را بفروشید و ته دکان را نکنید.

وقتی شما متوجه هستید که زیر این دکان گنج هست و اگر بفهمید توی خانه شما گنج هست و این گنج میلیون ها دلار ارزش دارد، واقعا یک لحظه معطل می کنید، شب است مثلا شب می خوابید فردا صبح بلند می شوید می کنید، نه ساعت دوازده، یک پا می شوید، کلنگ بر می دارید می گویند بینم گنج چی هست این زیر؟ کسانی که



متعهدانه روی خودشان کار نمی کنند و می گویند افتان و خیزان، بعضی موقع ها وقت بکنیم به این برنامه گوش می کنیم، آنها همان هایی هستند که باید تاسف بخورند. بلی در قسمت اول این قصه چند بیت هست برایتان می خوانم. می گوید:

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۵۴۳

عاقبت این خانه خود ویران شود گنج از زیرش یقین عریان شود

یعنی وقتی عمر ما تمام می شود، این خانه و دکان خودش ویران می شود، و گنج بیرون می آید. بله،

يك آن تو نباشد، ز آنكه روح مزد ویران کردنستش آن فتوح

خیلی مهم هست این. یعنی ما باید هوشیارانه، درد هوشیارانه بکشیم، هم هویت شدگیهایمان را بشناسیم و ویران کنیم دکان را، آن موقع هست که این جایزه و این گشایش را می گیریم. اگر خودش ویران بشود، خدا ویران کند، یعنی عمر ما به پایان برسد، شما می گوئید آن موقع دیگر به حضور می رسم؟ نه. در این هشتاد سال که زنده هستیم، باید هوشیارانه زحمت بکشیم و بشناسیم هم هویت شدگیها را و یکی یکی ویران کنیم، و مزد بگیریم. اگر ویران نکنیم هوشیارانه و زحمت نکشیم، مزدی هم در کار نیست.

ببینید من ذهنی دشمن ما نیست، این یک پروسه هست، خدایت، امتداد خدا می رود هم هویت می شود، آنجا هوشیاری هست، خود خدا هست، منتها خود خدایی که می خواهد بصورت ما ظاهر بشود بعداً، ما هم او هستیم، آن خود امتداد خدا می خواهد خودش متوجه چیزها بشود. مثل این که می گوئیم مثلاً شما قانون جبران را رعایت کنید، خودتان باید بفهمید، بروید رعایت کنید. اگر کسی شما را هل بدهد، برانگیزاند و تحریک کند و شما ذهناً بروید تصمیم بگیرید فایده ندارد، کسی باید خودش، براساس تشخیص خودش و زحمت خودش و کار روی خودش تشخیص بدهد و این تشخیص خیلی مهم هست.

تشخیص و عمل و انتخاب و حس مسئولیت برای فرد باید باشد که بتواند خانه ذهنی خودش را خودش یواش یواش برای خودش ویران کند. نباید انتظار داشته باشد که یکی بیاید به من بگوید ویران کن یا کمک کند ویران کند، نه، تا خودش متوجه نباشد فایده ندارد. و این برنامه به این صورت چیده شده که هوشیاری را می فرستد و ببیند که هوشیاری، همیشه زندگی منتظره که ما آنجا متوجه بشویم، فرداً که برای چی آمدیم؟ با چی هم هویتیم؟ این درد یعنی چی؟ چرا اینطوری شدم؟ از این رابطه ها چرا درد می آید؟ من برای چی آفریده شدم؟ از این



صحبت‌ها که می‌گویند یکی دیگر من را می‌خواند، روح بزرگ من را می‌خواند، ارجعی برگرد به سوی من، اینها یعنی چی؟ به کی می‌گویی برگرد؟ همه اینها را باید شخص خودش براساس تشخیص خودش ببیند، و خودش عمل کند تا مزد بگیرد. با زور و تقلید و تو باید این کار را بکنی و اینها فایده ندارد. خیلی بیت‌مهمی هست.

لیک آن تو نباشد، زانکه روح مزد ویران کردنستش آن فتوح

یعنی این گنج حضور، زنده شدن به بینهایت او، این مزد، مزد تشخیص شخصی ماست، و کار شخصی ما، و ویران کردن شخصی ما. که ممکن هست که شما بروید به یک باشگاه و بگویید این وزنه‌ها را برای چی گذاشتند اینجا، وزنه‌های کوچک و بزرگ آقا اینها اضافی هست، نه، اینها اضافی نیست، اضافه گذاشتند مردم زورشان را امتحان کنند، یکی یک کیلو بر می‌دارد، آن یکی ده آن یکی صد و اینها را از همدیگر جدا می‌کنیم، این باشگاه برای آزمایش هست، ببینیم چه کسی زورش می‌رسد، چه وزنه‌ای بردارد.

این من ذهنی هم چیز بدی نیست برای آزمایش است که خود هوشیاری حواسش هست تشخیص می‌دهد، شما نگویند خدا که بلد هست که، خوب بیاید من را به حضور برساند، دیگر نه، می‌خواهد ببیند که این هوشیاری که امتداد خودش هست، خودش خودش را قفلک می‌دهد، خودش خودش را بیدار می‌کند، یا نه، اگر خودش خودش را بیدار کرد، این موضوع را می‌گوید، نکرد، نه، کسی دیگر هم آدم را بیدار نمی‌تواند بکند.

چون نکرد آن کار مزدش هست؟ لا لیس للانسان الا ما سعی

می‌گوید آن کار را نکرد، اگر خودش خودش را نتوانست به ارتعاش در بیاورد، اگر تشخیص نداد برای چی آمده و عملاً با انتخاب خودش، با شعور خودش که از زندگی می‌گیرد، با تسلیم و با استفاده از خرد زندگی این کار را کرد، یعنی ویران نکرد من ذهنیش را، منیت هایش را، مزد دارد؟ نه، ندارد. برای این که انسان و خدا هم با قانون جبران کار می‌کند، برای انسان غیر از آن چیزی که برایش سعی می‌کند و تلاش می‌کند چیز دیگری نیست. و این آیه قرآن هست، می‌گوید:

قرآن کریم، سوره نجم (۵۳)، آیه ۳۹

وَأَنْ لَّيْسَ لِلْإِنْسَانِ إِلَّا مَا سَعَى

و اینک برای انسان جز آنچه تلاش کرده [هیچ نصیب و بهره‌ای] نیست

یعنی قانون جبران که بیشتر ما انسانها معتقد نیستیم، ولی شما معتقدید. شما قانون جبران را قبول دارید، اگر برخی از شما قبول ندارد کارش خراب هست، و تا آخر هم خراب خواهد شد، و تمام عقب ماندگیهای ما هم بخاطر



همین قانون جبران هست. نفهمیدنش و عمل نکردنش هم در قسمت معنوی، هم در قسمت مادی. ما می‌گوییم مفت بدهند، مگر خدا قددت ندارد، من را به خودش زنده کند، نمی‌خواهد زنده کند، این دیگر تقصیر من نیست، نه، شما بعنوان هوشیاری شعور دارید، گفته می‌خواهم ببینم تو تشخیص می‌توانی بدهی یا نه، اگر تشخیص بدهی که می‌توانی تشخیص بدهی برای این که از جنس من هستی، سعی نمی‌کنی تشخیص بدهی، الا ما سعی، سعی نمی‌کنی، سعی بکن، کار بکن.

عشق یزدان بس حصاری محکمست

رخت جان اندر حصاری می‌کشم

این که انسان از جدایی و گیر افتادن در من ذهنی با شعور خودش تشخیص بدهد و یواش یواش خانه اش را خراب کند، دکان را خراب کند و حرکت کند، برود به فضای یکتایی و در آنجا با خدا یکی بشود و بینهایت بشود، این بینهایت خدا و فضای یکتایی یک قلعه محکمی هست. این قلعه محکم یعنی این که وقتی ما رفتیم آنجا تحریکات بیرونی، آسیب‌های بیرونی، حرف‌های مردم، کارهای مردم، بدی وضعیتهای روی ما اثر ندارد. یعنی ما آرامش مان را از دست نمی‌دهیم با وضعیتهای بیرونی.

می‌گوید رخت جان اندر حصاری می‌کشم، این بیت از غزل هست، من امروز عمداً مثنوی‌ها را بین ابیات غزل آوردم که بتوانیم بفهمیم. رخت جان یعنی کالای جان، قدیم همه چیز را رخت می‌گفتند، اسباب‌های خانه را رخت می‌گفتند، الان به لباس می‌گویند رخت. رخت جان یعنی خود جان، جانم را، هوشیاریم را به یک حصار محکمی می‌کشم، به یک قلعه محکمی می‌کشم، همه باید این کار را بکنند، اگر شما این کار را نکرده‌اید هنوز در دکان ذهن هستید، آسیب خواهد دید و برای این که این معنی را درست درک کنیم، چند بیت از مثنوی برایتان می‌خوانم و ببینید مولانا جاهای دیگر این جور بیتها را چجوری توجیه می‌کند، و توضیح می‌دهد.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۲۲۶

عقل لرزان از اجل و آن عشق، شوخ

سنگ کی ترسد ز باران چون کلوخ؟

عقل من ذهنی لرزان است، از چی می‌ترسد؟ از مرگ. هر هم هویت شدگی را از دست دادن یک مرگ است، عاقبت هم از مرگ جسمی می‌ترسد، چون هوشیاری جسمی داریم ما، فکر می‌کنیم این جسم هستیم فقط، وقتی فاصله بین دوتا فکر را تجربه کردیم، به آن زنده شدیم، متوجه می‌شویم که ما جدا از این جسم، بینهایت



خدا هستیم، و آن موقع وقتی با او یکی شدیم، عشق، شوخ یعنی گستاخ و دلیر هست، شجاع است، و تحریکات بیرونی را که به ما آسیب می زند به باران تشبیه می کند. می گوید: کلوخ است که از باران می ترسد، سنگ از باران نمی ترسد. پس وقتی به آن قلعه می رویم، به فضای یکتایی می رویم، دلیر می شویم و گستاخ می شویم و از تحریکات بیرونی، از وضعیتهای، از حمله وضعیت ها نمی ترسیم، ولی وقتی در من ذهنی هستیم خواهیم ترسید و هیچ چاره ای نیست، برای این که دید باید عوض بشود.

دید من ذهنی، دید هوشیاری جسمی است و به ما می گوید ما وضعیت هستیم، ما از جنس جسم هستیم. وقتی آن جسم می میرد مثل این که ما داریم می میریم، دست ما را مثل این که دارند می برند، پول ما می رود مثل این که دست ما می رود، درست همان تجربه را می کنیم، می گوید تا به عشق تبدیل نشدیم، تا به او زنده نشدیم، این ترس از بین نخواهد رفت.

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

مولانا ابیات مثنوی را تشبیه می کند به همان ستاره‌ای که می تواند ما را هدایت کند، می گوید هر کدام از این ابیات واقعا می تواند این اثر را بگذارد در ما، می گوید که از دفترهای مثنوی، این دفتر پنجم است که الان داریم می خوانیم و در چرخ جان این مثل انجم است یعنی ستاره است، ستاره ای که نور می دهد. یعنی هر بیت مثنوی واقعا می تواند ما را زنده می کند به آن هوشیاری و می تواند از هم هویت شدگی آزاد بکند اگر درست بخوانیم، خودش دارد توضیح می دهد.

ره نیابد از ستاره هر حواس جز که کشتیبانِ ستاره شناس

می گوید که همان ستاره‌ای که در درون طلوع می کند، هر کسی که با حواسش، پنج حسش و با قضاوتهايش دارد تشخیص می دهد، راه را پیدا نخواهد کرد. یعنی می گوید که یک کسی باید ستاره شناس باشد، کشتی بان باشد که بتواند در اقیانوس از طریق ستاره راه را پیدا بکند، که کدام سمتی برود، آنجا گفت در ریگستان باید ستاره طلوع کند ما راه را پیدا بکنیم. الان می گوید هر کسی نمی تواند از طریق این ستاره راه را پیدا بکند، برای این که با حواسش یعنی پنج حس و ذهنش می خواهد پیدا بکند. باید کشتیبان ماهر باشد، یعنی به اندازه کافی شما باید بیدار شده باشید، اگر نشدید باید صبر بکنید



جز نظاره نیست قسم دیگران از سُعودش غافلند و از قران

سعود یعنی سعد و قران یعنی مقابله، می گوید دیگران فقط نگاه می کنند، یک کشتیبان ماهر به آسمان نگاه می کند ستاره ها را می شناسد، راه را پیدا می کند. ولی دیگران که نه ستاره می شناسند، فقط دارند نگاه می کنند، ستاره ها را مثل هم می بینند، و از سعد و قران آن غافلند. یعنی قران ما با زندگی با خدا موقعی است که از جنس فکر نیستیم. در واقع وقتی زنده می شویم به فاصله بین دو تا فکر، قران کردیم با خدا و از سعدش یعنی مبارکی اش خوش یمنی اش برخوردار هستیم، برای اینکه خردش می ریزد به فکر و عمل ما.

آشنایی گیر شب ها تا به روز با چنین استارهای دیوسوز

می گوید که شب تا صبح ابیات مثنوی را بخوان، اینها ستاره های دیوسوز هستند. دیوسوز این را هم بگوییم گرچه که ما سعی می کنیم از ذهن خارج بشویم، ولی واقعا شیطان و عواملش ما را می خواهند در ذهن نگه دارند. شما اگر بخواهید روی خودتان کار کنید و حواستان به خودتان باشد، خواهید دید که خیلی ها که در دور و برتان هستند نمی خواهند بگذارند، باید هوشیار باشید در عین حال که روی خودتان کار می کنید، از شر آنها در امان باشید. و می گوید که این ابیات مثنوی دیوسوز هستند، آثار منفی دیو را خنثی می کنند، یعنی وقتی اینها را می خوانید، شما به یک حالتی به یک هوشیاری می رسید که مزاحمت آنها را می بینید، در حالیکه مزاحمت آنها روی شما اثر ندارد.

هر یکی در دفع دیو بدگمان هست نفت انداز قلعه آسمان

این قلعه آسمان را دوباره آورد در اینجا، یعنی اگر کسی این ابیات را بخواند و برود به فضای یکتایی، هر کدام از این ابیات می گوید، در دفع شیطان، در دفع دیو که گمان بد دارد، آتش انداز است، یعنی شعله های آتش را پرت می کند، شعله های هوشیاری را پرت می کند به سوی آنها، و آنها را شما شناسایی می کنید. یعنی آنها نمی توانند شما را دوباره به ذهن بکشانند.

برای اینکه مردم بتوانند روی شما اثر بد بگذارند، باید شما را به ذهن بکشند. شیطان هم همینطور است، شیطان ابزارهایش حرص است، خشم است، واکنشهای مختلف الگوهای توقع هست مثلا، از اینها استفاده می کند، الگوی ملامت هست، حس تاسف هست، خیلی چیزهای دیگر که از آنها مرتب استفاده می کند، کافی است ما را ببرد به ذهن با یکی از اینها ما را معطل کند آنجا، به واکنش وادارد، خشمگین کند



هر یکی در دفع دیو بدگمان هست نفت انداز قلعه آسمان

یعنی ما را در قلعه یکتایی در حالیکه با خدا یکی هستیم نگه می دارد، و آتش می بارد به کسانی که می خواهند ما را از آنجا بیرون بیاورند. نمی توانند بیرون بیاورند. و اگر هم الآن می خواهیم برویم، اینجا خیلی سخت است وقتی می خواهیم برویم مردم نمی گذارند. هر کسی می خواهد برود، یعنی از من ذهنی برود به فضای یکتایی باید حواسش باشد که مردم نخواهند گذاشت، فعلا که اینطوری هست. منتهی یک گروهی ممکن است باشد، این گروه معنوی باشد، ولی اکثریت با من های ذهنی است. هر کسی می خواهد از شما یک استفاده من ذهنی بکند. یکی می گوید که تسکین بده به من، چون من با همسرم دعوا دارم از او غیبت خواهم کرد، شما تایید کن. یا بگو که شما چقدر مظلوم هستی چقدر درد کشیدی، خلاصه بنشین اینجا من نیم ساعت درد دل کنم، دردهایم را بدهم به تو، شما را هم غمگین کنم، شما هم تحمل کن، وگرنه من دست از سرت بر نمی دارم، تا زمانی که درد را نریختم به تو و تو را هم مثل خودم آلوده نکردم، از اینجا بیرون نمی روم. در مراحل اولیه کار، خیلی مشکل می شود از چنگ این جور افراد به در برویم ما، ولی وقتی یک کمی انباشتگی هوشیاری زیادتر شد، و ما رفتیم با خدا یکی شدیم، آنجا می گوید: هوشیاری هر لحظه آتش می بارد بر کسانی که می خواهند این کار را بکنند. و این ابیات هم به ما کمک می کند. می گوید هر شب شما اینها را بخوان این ابیات را.

اختران با دیو همچون عقرب است مشتری را او ولی الأقربست

این اختران با دیو مثل عقربند یعنی مثل عقرب نیش می زنند، اما کسی که طالب است به او نزدیکترین دوست هستند. مولانا اشاره به ابیات مثنوی می کند. ابیات مثنوی برای کسی که واقعا مشتری است، واقعا طالب است واقعا متعهد است، واقعا صادق است، دوست نزدیک است. اما با دیو با کسانی که می خواهند شما را از این وحدت خارج کنند، مثل عقرب آنها را نیش می زند. درست است؟

بله اجازه بدهید این را هم بخوانیم، راجع به چی داریم صحبت می کنیم خوب بفهمیم، انسان در فضای ذهن به هیچ وجه نمی تواند امنیت داشته باشد، یعنی اگر کسی دکان داشته باشد، خانه ذهنی داشته باشد، هر چقدر هم پول داشته باشد، مقام داشته باشد، نمی دانم دوست داشته باشد، خانواده بزرگ داشته باشد، حس راحتی نمی تواند بکند. و اولین دشمنش من ذهنی خودش است. اصلا دید من ذهنی، محیط من ذهنی برای این کار ساخته نیست.



اینکه ما از زندگی قطع بشویم از خرد زندگی از عشق زندگی از وحدت با خدا محروم بشویم، و دلمان را خوش کنیم که در این جهان چیزهای زیادی داریم، و راحتیم، این یک توهم است. و برای همین است که می گوید قانون تکاملی زندگی می گوید هوشیاری از ذهن باید هرچه زودتر حرکت کند برود به آن قلعه، به فضای یکتایی. و خواندیم که در آنجا انسان مثل سنگ است در مقابل باران، در حالتی که در ذهن مثل کلوخ است در مقابل باران، مرتب باصطلاح خیس می شود و از بین می رود، و زیر درد می رود وضعیتهایش تغییر می کند ثابت نیست، این را باید ما خوب بدانیم.

و یک کار بی مزد این است که کسی تصور کند که اگر دور و برش را شلوغ کند، به حس امنیت و فراوانی و خوشبختی خواهد رسید. یعنی اگر پولش زیاد بشود دوستش زیاد بشود، و به مقام بالایی برسد و زندگیش را در این راه بگذارد، در این صورت به خوشبختی خواهد رسید، موفق خواهد شد، این توهمی است که ما نمی خواهیم موقع مردن بفهمیم. بهتر است همین الآن بفهمیم. آن ابیات را خواندم حالا اینها را می خوانم.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۹۰

گر گیزی بر امیدِ راحتی ز آن طرف هم پیشت آید آفتی

یعنی می گوید: اگر بگریزی فرار کنی از یک جایی، از یک شهری، از یک مملکتی به یک مملکت دیگر که بروم آنجا راحت بشوم از دست این مردم، از این مزاحم ها، آنجا هم یک آفت دیگری پیش خواهد آمد، برای اینکه ابزار تولید کننده درد را که من ذهنی است، داری با خودت می بری. آن چیزی که نمی گذارد شما راحت باشید من ذهنی است، و این هم قانون قضاست، قانون خداست. خدا ما را نیافریده که به عنوان هوشیاری در ذهن بمانیم. گفت اگر این کار را بکنی آخر سر حسرت خواهی خورد، و مزدی که می خواهی بگیری که زنده شدن به بینهایت اوست، در اثر تلاش خودت که باید بصورت هوشیارانه با خرد زندگی، صورت بگیرد. پس شما نمی توانی بگریزی نمی توانی فکر کنی که مثلاً چون در ایران هستی ناراحتی، اگر بروی استرالیا خیلی راحت می شوی، همچون چیزی نیست. محیط کارت را عوض کنی، محیط زندگیت را عوض کنی، یا مثلاً همسرت را طلاق بدهی با یکی دیگر ازدواج کنی، نه ابزار ناراحت کننده با شما هست.

هیچ کُنْجی بی دَد و بی دَام نیست

جز به خلوت گاهِ حق، آرام نیست



هیچ گوشه ای از این دنیا بدون حیوان وحشی و دام، دام یعنی تله نیست، یعنی هر طرف بروی یک چیزی تو را اذیت خواهد کرد. مگر کجا بروی؟ مگر بروی به خلوتگاه حق که فضای یکتایی است، همان حصار، همان قلعه، پس از فضای ذهن باید هر چه زودتر خارج بشوی، برای اینکه آنجا آرامش وجود ندارد. دوباره تکرار می کنم آن چیزی که مولانا تاکید کرده، اگر در ذهن باشیم، هر رابطه ای که برقرار می کنیم با هر چیزی یا با هر کسی، باب صغیر خواهد بود. یعنی هر رابطه ای ابزار تولید درد است، تا تو در اینجا نمایی. این را بدانید شما. اگر این را بدانید نمی گویند این هم کم است، آن هم کم است. شما اگر این را بدانید می بینید که انسان با چیز کم هم با یک انسان دیگر می تواند خوشبخت زندگی کند. انسان با یک انسان دیگر در حالیکه میلیونها دلار پول دارد و همه چیز هم دارد، با بدبختی زندگی می کند، با دعوا زندگی می کند.

کنج زندان جهان ناگزیر نیست بی پامزد و بی دق الحصیر

یعنی گوشه این زندان جهان که به ناچار ما باید آنجا باشیم، نمی شود که ما، درست است که هوشیاری هستیم باید توی این تن باشیم، تن هم باید توی این جهان باشد، پس ناگزیر باید اینجا باشیم، ولی اینجا زندان است. از این زندان چه جوری می توانیم به در بیاییم؟ در حالیکه توی تن زندگی بکنیم از ذهن در بیاییم بیرون، برویم بیرون از ذهن، در حالیکه توی این تن هستیم هنوز، یعنی این تن را داریم، در این جهان هستیم، به بینهایت او زنده بشویم، یعنی به عشق برسیم.

می گوید وقتی وارد این جهان می شود انسان، باید پامزد بدهد. مثل اینکه وارد این جهان می شوی، باید عوارض بدهی، دیدید عوارض می گیرند، مالیات هم می گیرند، عوارض و مالیات را باید بدهی. دق الحصیر در اینجا زحمت و درد است. چرا که می خواهی این جهان زندگی کنی، باید وارد ذهن بشوی، پس هوشیاریت را محدود می کند، این فرآیند زندگی است. بعدش هم آنجا باید درد بکشی تا بفهمی نباید درد بکشی.

یعنی هیچ کسی نیست که بیاید به این جهان نرود با چیزهای ذهنی هم نوبت نشود. هیچ کسی نیست که بیاید به این جهان، توی تن نباشد. یک مدتی باید باشد. هیچ کسی نیست که بیاید به این جهان و جدایی را تجربه نکند، باید توی این تن باشد، باید توی ذهن برود هم هویت بشود، من ذهنی درست کند، من ذهنی خودش را جدا می بیند، بعد از اینکه جدا دید و یاد گرفت لقمه را به دهان خودش بگذارد و خودش با دیگران فرق دارد، یواش یواش تجربه کند که در حالیکه در سطح و در جسم جداست و لقمه را به دهان خودش می گذارد، در عین حال باید با



انسانهای دیگر حس وحدت بکنند. باید شناسایی کند که از جنس زندگی است از جنس بودن است همه انسانها از جنس بودن هستند و آمده این زحمت را بکشد، این درد را بکشد، که هوشیارانه است، چکار کند؟ به او زنده بشود، نمی شود نکشد.

حالا اشکال بعضی آدمها این است که فکر می کنند در این جهان با جمع کردن پول می توانند بدون درد زندگی کنند، نه نمی توانند. هیچ جا نمی توانند راحت باشند، مگر ماموریت اصلی شان را که منظور اصلی زندگی است و این خارج شدن از ذهن و زنده شدن به اوست را انجام بدهند، ولی وقتی هم که خارج شدند انجام دادند، خواهند دید که بالاخره عوارض راداده اند و مالیات را داده اند. یعنی درد را کشیده اند، هیچ کسی نیست که یک مقدار درد ناهوشیارانه و یک مقدار درد هوشیارانه نکشیده باشد و به زندگی زنده شده باشد.

ناهوشیارانه اش را کشیدیم. شما یک نفر را نشان بدهید که درد نکشیده باشد. حالا باید هوشیارانه اش را بکشیم. آن کسی که زودتر متوجه می شود و درد ناهوشیارانه و درد بیهوده نمی کشد. بیشتر مردم همینطور واکنش نشان می دهند، ستیزه می کنند، ناسزا می گویند، همه را محکوم می کنند، اصلا نمی دانند چه کار می کنند. آن درد ناهوشیارانه است، درد بیهوده است، این ننگ است برای انسان. ولی بزودی انسان باید بشناسد که در چه جایی است. بزودی ماموریتش را باید بشناسد. باید بگوید من آمدم به این جهان به او زنده بشوم درد ناهوشیارانه ام را کشیدم، ده سالم است پانزده سالم است بیست سالم است، چهل سالم است الان باید از این هم هويت شدگیها جدا بشوم و این هم درد دارد، دارم می روم به او زنده بشوم، هیچ علاج دیگری هم ندارم. مولانا گفته:

کنج زندان جهان ناگزیر نیست بی پامزد و بی دق الحصیر

دق الحصیر گفتم یعنی تکلیف، زحمت، بی پامزد هم یعنی به اصطلاح اجرت قاصد یا در اینجا پامزد را می گوید یا توی این جهان می گذارد باید یک چیزی بدهی، خلاصه،

والله ار سوراخ موشی در روی مبتلای گربه چنگالی شوی

می گوید اگر سوراخ موش هم بروی، سوراخ موش برای موش امن ترین جاست، برود بیرون گربه دنبالش باشد می خزد سوراخ موش، گربه نمی تواند بیاید. می گوید تو اگر سوراخ موش هم بروی بالاخره گربه چنگالی تو را پیدا خواهد کرد و اذیتت خواهد کرد. یعنی چاره ات این است که بروی به قلعه یکتایی، نمی توانی پنهان بشوی در این جهان.



شما می بینید که ما وقتی من ذهنی داریم، نه تنها می توانیم بمانیم، حوصله مان سر می رود، حس تنهایی می کنیم، بیچارگی می کنیم، بعد آن موقع توی ذهن هم که هستیم با کسی نمی توانیم رابطه برقرار کنیم، برای اینکه هر رابطه ای باب صغیر است. هر رابطه ای برقرار می کنیم، بنا به تجربه می بینیم درد در آن هست، مردم از رابطه ها درد می گیرند، ولی مجبورند، می گویند چه کار کنیم دیگر؟ خوب همین کار را بکنید. باید هم هویت شدگی را بشناسید و رابطه را به عنوان ابزار تبدیل استفاده کنید، همکاری کنید، همکاری کنید، شیطان آنجا تخم لق نمی کارد، وقتی خشمگین می شوی مواظب باش، وقتی می خواهی کنترل کنی مواظب باش، این رابطه بین دو نفر برای این آمده که درد بدهد، من بفهمم که من دارم با من ذهنی کنترل می کنم. حالا روی من ذهنی خودم کار می کنم، این درد این معنی را می دهد. پس من نمی توانم بروم یک جایی یک آدم دیگری پیدا کنم و رابطه با او برقرار کنم و بی درد باشد، همچون چیزی نیست. تازه تنها هم باشم سوراخ موش هم بروم، بالاخره یک گربه ای پیدا می شود چنگالش را دراز می کند، آنجا تا من بفهمم من باید بروم به سوی حضور.

آدمی را فریبی هست از خیال گر خیالاتش بود صاحب جمال

می گوید آدمی را سلامتی، در اینجا فریبی همان سلامتی است و شادکامی و خوشبختی از فکرهاش است، اگر فکرهاش زیبا باشد. ولی شما می دانید فکر زیبا از کجا می آید؟ از زندگی، از حضور، از فاصله بین دوتا فکر، شما باید به حضور زنده باشی فکرت از آنجا می آید. اگر از من ذهنی می آید، فکرهایت صاحب جمال نیست، زیبا نیست. فکر زیبا عمل زیبا می آفریند، عمل زیبا نتیجه زیبا دارد. فکر بد که از خشم آمده از حسادت آمده، عمل بد دنبال دارد. عمل بد نتیجه مخرب و پر از درد دنبال دارد.

ور خیالاتش نماید ناخوشی می گدازد همچو موم از آتشی

اگر خیالاتش از من ذهنی اش بیاید و ناخوش باشد، در این صورت مثل موم از درد آب می شود. که می بینید که ما از درد، هم تن مان و هم بقیه ابعادمان مثل موم، آب می شود. روز به روز ضعیفتر و لاغرتر می شویم. پس بیت مولانا را فهمیدیم، گفت: باید از این فضای ذهن حرکت کنیم، برویم به حصار بس محکم. بله،

نازهر بیگانه سنگین دلی بهریاری، بردباری می کشم

دیگر اینها ساده شد. می گوید من می دانم که این هم هویت شدگی در من یک بیگانه است. آیا خشمگین بشوم زودی می رود؟ نه، باید نازش را بکشم، باید فضا را باز کنم، تا زمانی که این هم هویت شدگیها در من هستند، فضا



را باز می‌کنم، من می‌بینم درد دارم، به آن می‌گویم که قربانت هم می‌روم، خیلی هم احترام می‌گذارم، دوستت هم دارم، ولی من چون از جنس زندگی هستم و از جنس تو نیستم، تو برو با جنس خودت من هم بروم به جنس خودم، جنس من خدائیت است تو هم از جنس جسم هستی. تا حالا مرکز من بودی، ولی من تا زمانی که نرفتی ناز تو را می‌کشم، دعوایی با تو ندارم.

خشمگین نمی‌شویم که چرا من این درد را گرفتم، چرا این درد را خدا به من داده، نه، ناز هر بیگانه سنگین دلی، این سنگین دل هم هست، می‌خواهد من را خراب کند، تقصیر کیه؟ تقصیر من، جهل من، که من این بیگانه را که هم هویت شدگی است، آوردم درست در مرکز گذاشتم، این هم من را خورده ولی الآن برای اینکه برود، تا زمانی که نرفته که رفتنش هم دست من نیست، این با کن فیکون کار می‌کند، برایش فضا باز می‌کنم. با این کار آدم می‌تواند واقعا به خودش شفا ببخشد.

یکی به مرض سرطان مبتلا شده خدایی نکرده، خوب باید فضا را برایش باز کند، باید آرام باشد، باید نازش را بکشد، نمی‌تواند با آن ستیزه کند. از همان ستیزه و مقاومت این بوجود آمده. توی سرش بزنی، نفرین بکنی که چرا آمدی در من، جا قحطی بود، چرا من باید مریض بشوم؟ اینها دوا می‌کار نیست.

ناز هر بیگانه سنگین دلی به‌ریاری، بردباری می‌کشم

آن یار یعنی خدا بردبار است، صبور است و من ناز این را می‌کشم که این برود تا من با او یگانه بشوم، متحد بشوم.

بهر لعلش کوه و کانی می‌کنم بهر آن گل بار خاری می‌کشم

لعل همین جا لعل لبش است، یعنی لعل لب یار، کوه من ذهنی را می‌کنم و معدن را پیدا می‌کنم، که امروز خیلی در باره‌اش خواندیم، و برای آن گل که خداست و زندگی است، برای زنده شدن به او، این بار خار من ذهنی را می‌کشم. توجه کنید مولانا دارد اشاره می‌کند تا شما متوجه من ذهنی شدید، این نمی‌رود. اینطوری نیست که ما من فهمیدم من ذهنی دارم این افتاد. همچون چیزی نیست، باید شاید سالها کار کنی. و تا زمانی که کار می‌کنی می‌بینی که این خار هنوز هست، هنوز هست کم می‌شود، هنوز هست، ولی فضا را برایش باز می‌کنی، بار خار را می‌کشی، می‌دانی که نباید بکشی، ولی باید بکشی، تا بالاخره به معدن او برسی، به سخن زیبای او برسی. لعل می‌تواند لب معشوق باشد، گنج حضور باشد.



لعل همان سنگ قیمتی است این سنگ قیمتی همین حضور می تواند باشد، هم کوه ذهن را می کنم هم کان را می کنم صافش می کنم، ولی توی این کار درد هوشیارانه می کشم. توجه می کنیم درد هوشیارانه و صبر همیشه با فضاگشایی همراه است. شما نیاید ستیزه کنید مقاومت کنید بگویید این اسمش تسلیم است. بار خار را باید با نرمش و با فضا گشایی کشید.

بهر آن دو نرگسِ مخمورِ او همچو مخمورانِ خماری می کشم

برای اینکه دوتا چشم زندگی چشم من باشد و من از دید او به دنیا نگاه کنم که مست است، مست است یعنی همیشه شنگول است، همیشه شاد می بیند، همیشه شاد است، خوب می بیند، زیبایی را می بیند، من مثل مخموران خماری می کشم. خماری مصرع دوم کسی که شراب به او کم رسیده و کسل است. ما الآن می دانیم که شراب کم می رسد چرا که ما مقاومت داریم ما من ذهنی داریم ما هم هویت شدگی داریم، درد داریم، مثل خماری زده ها هستیم. ولی این خماری را و این بی حوصلگی را و این کسلی را با کمال میل با حضور با نرمش می کشیم چرا می خواهیم که بالاخره با دید او ببینیم و این دید او را بارها شما خوانده اید این چند بیت را:

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۴۰۶

آدمی دید است و باقی پوست است

دید آن است آن که دید دوست است

درست است که الآن با هم هویت شدگیها می بینم، چاره ای هم ندارم چه کار کنم، ولی این خماری را تحمل می کنم فضا را باز می کنم، یعنی تا زمانی که اینمن ذهنی هست، فضا را گشودم به او خوش آمد می گویم. می گویم با هم هستیم دیگر، باید زندگی کنیم تا تو بروی و من قدر تو را می دانم تو کارت را کردی، خدمتت را به من کردی، آزمایش کردی من را، و الآن من می خواهم بروم به اصلم، می خواهم با دید او ببینم، من برای همین آمدم تو هم می دانی من هم می دانم. پس تو برو به کار خودت، من هم می روم دنبال کار اصلی خودم. پس آدمی دید در مرکزش بقیه اش پوست است، این چهار بعدش است که با آن هم هویت است، بهترین دید این است که دید خدا باشد در مرکز آدم.



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

اگر دید دوست، دید آدم نباشد، نبیند بهتر است، چون با من ذهنی می بیند. دوستی هم که باقی نباشد دور به. دوست ما که همین من ذهنی باشد باقی نیست، ولی اگر ما این چیزهایی که الآن مولانا می گوید رعایت کنیم، این من ذهنی می رود. در مقابلش مقاومت نمی کنیم، با او ستیزه نمی کنیم، نمی گوییم چرا هستی، دعوا نمی کنیم، چون دعوا با او به نفع اوست، ستیزه با او به نفع اوست، او نمی رود. باید اخلاق مان را خوب کنیم در مقابل او. بله این بیتها را یادآوری می کنم که شما معنی آن بیت را خوب متوجه بشوید.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۸۱۲

آدمی دید است باقی گوشت و پوست

هرچه چشمش دیده است آن چیز اوست

پس آدمی فقط دید است در مرکزش، بقیه اش این چهار بعدش هست، و چشمش هرچه می بیند، یعنی اگر دیدش چیزهاست، پس از پشت عینک چیزها می بیند، چون چیزها در مرکزش هست، اگر خدا یا زندگی در مرکزش هست، از دید او می بیند، و از دید هر چی ببیند، از جنس آن است. این هم مهم است، ببینید با چه دیدی جهان را می بینید

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۸۲۶

دیده‌ای کو از عدم آمد پدید ذات هستی را همه معدوم دید

دیده ای که من ذهنی دارد، دیده‌ای که از هم هویت شدگیها در مرکز انسان بوجود می آید، زندگی را نمی بیند زندگی را عدم می بیند، زندگی را معدوم می بیند. پس چشم من ذهنی زندگی را نمی بیند، خدا را نمی بیند. چشم خدا در مرکز ما، خدا را می بیند. پس تا زمانی که هم هویت شدگی در مرکز ما هست، آن چیزی که می بینیم، آنها چیزهای این جهانی هستند و آفل هستند، و آنها دید خوبی به ما نمی دهند. این دید درست نیست و مطابق آن فکر و عمل کردن، درد ایجاد خواهد کرد بله،

***** پایان قسمت سوم *****



بهر صیدی کاو نمی‌گنجد به دام دام و داهول شکاری می‌کنم

می‌گویند برای صیدی که اصلاً در دام نمی‌گنجد و این صید زندگی است، خداست، بی‌نهایت آن است که ما می‌خواهیم به دام ذهن مان بیندازیم برای صید کردن چنین شکاری که در دام نمی‌گنجد من هم دام حمل می‌کنم هم داهول، داهول ابزاری است یا وسیله‌ای است که شکار را رَم می‌دهد تا به دام شکارچی بیفتند.

و من ذهنی یک همچون ابزاری است در ظاهر با هوشیاری جسمی ما خدای جسمی درست می‌کنیم و می‌خواهیم به دامش بیندازیم و متوجه نمی‌شویم که او به دام ذهنی ما نمی‌افتد، و با ترساندن شکار که خودمان هستیم، ما توی دام خودمان می‌افتیم. دامی که درست کردیم، برای شکار زندگی یا خدا و فکر می‌کنیم که باید آن را بترسانیم، یک کاری بکنیم، یک فنی بزنی که به دام ما بیفتد، ما خودمان به دام خودمان می‌افتیم، و این داهول، خود ما را می‌ترساند. یعنی ما می‌ترسیم به دام خودمان می‌افتیم و فکر می‌کنیم داریم که خدا را شکار می‌کنیم، به خدا داریم می‌رسیم، یا یک وسیله‌ای برای رسیدن به او داریم.

حالا اگر یک همچون دام و داهولی به درد ما نمی‌خورد و صیدی هم که ما می‌کنیم به دام نمی‌افتد، پس این دام داهول یعنی من ذهنی را باید بیندازیم، این به درد آن کار نمی‌خورد. و باید بدانیم با انداختن این دام و داهول و نترسیدن و خودمان را گول نزدن با فکرها و دردها ما می‌توانیم تبدیل به او بشویم. ما باید تبدیل به زندگی بشویم برای تبدیل شدن باید این دام را بیندازیم، و داهول را هم بیندازیم. یعنی هر اسبابی که ما را می‌ترساند باید آن را بیندازیم. وقتی می‌ترسیم به دام خودمان می‌افتیم.

و این مطلب دارد به ما می‌گوید که: این من ذهنی که درست شده، همانطور که گفتیم: یک ابزاری است برای خواباندن ما، در عین حال برای بیدار کردن ما. من ذهنی اصلاً چیز بدی نیست، مثل رَجِم مادر است، مثل باشگاهی است که یک تعداد وزنه گذاشته اند آنجا، می‌گویند که شما با این وزنه‌ها از اول شروع کنید بازوهای تان را قوی کنید، و مرتبی می‌گوید که هر چی بازوی تان قوی تر می‌شود، من وزنه سنگین تری به شما می‌دهم. پس ما را می‌خواباند و اوّل با استنباط اینکه ما شکارچی هستیم، و این هم دام و داهول ماست، می‌توانیم خدا را گیر بیندازیم، بعد متوجه می‌شویم نه، اینطوری نیست اصلاً، این نگاه غلط است. ما باید دام و داهول را بیندازیم.

و امروز مولانا به ما گفت که خودت باید کوشش کنی با شعور خودت با تمرکز روی خودت با خردورزی خودت با تسلیم خودت اینکه چقدر از آن ور می‌توانی روشنایی بگیری و روشنایی ایجاد کنی، و هر چه بیشتر روشن می‌



شود، همینطور که مربی وزنه بزرگتری در اختیار شما می گذارد، زندگی هم، هم هویت شدگی بزرگتری را به شما نشان می دهد. اولش که ما می گوئیم ما اصلاً هم هویت شدگی نداریم. یواش یواش می گوئیم مثل اینکه داریم. و اصلاً ما درد نداریم و یواش یواش، نه داریم، و یواش یواش می بینیم که هم، هم هویت شدگی های خیلی بزرگ داریم، هم دردهای خیلی بزرگ. ولی اندک اندک زندگی از آن کوچولوها شروع می کند، و بزرگ ها را به ما نشان می دهد، و وقتی آن بزرگ ها را مورد چالش قرار می دهیم، واقعاً هوشیاری بزرگ تری بوجود می آید.

همینطور که آن ورزشکار دارد قوی می شود، ما هم بازوی معنوی مان را قوی می کنیم، حالا هم به جایی می رسیم که می بینیم که این دام و داهولی که درست کردیم برای شکار خدا، این به درد نمی خورد، باید همه را بیندازیم و حافظ هم این موضوع را توضیح می دهد:

حافظ، دیوان اشعار، غزل شماره ۷

عنا شکار کس نشود دام بازچین

کانجا همیشه باد به دست است دام را

عنا رمز خداست. خدا شکار دام و داهول کسی نمی شود. این دام من ذهنی را بینداز دور، جمع کن، این شبیه همان دگان است. در دام و داهول فقط ما خودمان به تله می افتیم، و متوجه شدن به اینکه این دام ما و داهول ما به درد نمی خورد و به قول حافظ آنجا فقط باد دستمان است، توی دام ما که خدا نمی افتد، پنجاه سال است داریم خدا را به دام می اندازیم، می بینیم فقط باد دستمان است، هیچی دستمان نیست، فقط توهم دستمان است یک خدای ذهنی دستمان است، یک هم هویت شدگی دستمان است، درد زیاد بدست آمده، اینها باد است. همین که اینها را متوجه بشوی و به اندازه کافی هوشیاری داشته باشی، دام من ذهنی را می اندازی.

گفت: این غم تا قیامت می کشی؟

می کشم ای دوست، آری، می کشم

و این بیت مهم است. چرا؟ مردم توی غم خدا هستند، زنده شدن به او هستند ولی تا قیامت تا اینکه به بی نهایت او زنده بشوند ادامه نمی دهند، یک جایی من ذهنی منصرف شان می کند. می گوید زندگی به من گفت: این غم من را و زنده شدن به من را و آمدن به حصار من را و یکی شدن با من را و عشق من را و برکت من را در جهان



پخش کنی تا آن موقع می کشی، تا آخر می کشی تا به من زنده بشوی. من گفتم: ای دوست، ای خدا، بله بله می کشم. بله، ولی این بله تا آخر باید بگویی بله، تا آخر باید بگویی بله، و یک جایی متوقف بشویم ما، یک جایی به ما می گویند استاد هستی دیگر می دانی و دیگر ما به استادی مان می نازیم و هم هویت می شویم با او می گوئیم بس است. یک جایی یکی دیگر نمی گذارد یک جایی می گوئیم به اندازه کافی مثل اینکه من خوشبخت شده ام، زندگی ام خوب شده، بیرون خوب است تو هم خوب است و رفتارم با مردم خوب است، با خانواده خوب است، الان دیگر یک رفاه نسبی هست، دیگر بس است دیگر چقدر مولانا و دیگر، نه، تا آخر باید ادامه بدهی، یک مطلبی از مثنوی می خوانم می گوید که :

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۳۵

یونس ات در بطن ماهی پخته شد

مَخْلَصَش را نیست از تسبیح بُد

یونس علامت یا نماد آزادی است. می دانید که یونس پیغمبری است که توی شکم ماهی می افتد و در اینجا ماهی همین ذهن است، و دریا هم دریای یکتایی است. و در آنجا مولانا می گوید که، یا از قرآن آیه می آورد که، در اثر تسبیح یعنی عبادت، و تسبیح را هم معنی می کند که چی هست؟ تسبیح همین پایین می گوید: آیت یا نشانه روز آلت است یعنی آری گفتن به اتفاق این لحظه است، یا از جنس آلت بودن است، چه بگویی از جنس آلت بودن که از جنس خدا بودیم، چه بگویی آری، هر دو یکی است. هر کسی آری می گوید به اتفاق این لحظه او بلافاصله در اثر آری گفتن و فضاگشایی از جنس آلت می شود. الان می گوید:

یونس ات در بطن ماهی پخته شد، این پخته شد را می توانیم بگوئیم رسیده است، بعضی ها پخته شده را می گویند که ضعیف شده دارد می میرد. ولی بنظر مولانا می گوید که همه انسانها حتی از ده سالگی به بعد یونس شان در شکم ماهی به حال بلوغ رسیده، یعنی می تواند از شکم ذهن بیاید بیرون.

یعنی ما در شکم ذهن به اندازه کافی پخته شده ایم، لزومی ندارد بیشتر باشیم، امروز هم مرتب گفت چقدر می خواهی آب را زیر کاه پنهان بکنی؟ بلحاظ فردی شما می خواهید تا ده سالگی، بیست سالگی، سی سالگی یا تا هفتاد سالگی، نه، هر چی زودتر بهتر. می گوید برای اینکه خلاص بشود، چاره ای ندارد که تسبیح بکند. و بُد یعنی چاره، چاره ندارد. یعنی ما الان باید توی شکم ذهن تسبیح بکنیم، بعد خودش می گوید تسبیح چی هست؟



گر نبودی او مُسَبِّحِ بَطْنِ نُونِ حَس و زندانش بُدی تا يُبَعَثُونَ

مُسَبِّح یعنی تسبیح کننده، عبادت کننده، بطن یعنی شکم، نون یعنی ماهی، يُبَعَثُونَ یعنی قیامت. توجه می کنید که خیلی چیز مهمی می گوید. می گوید که اگر یونس در شکم ماهی مُسَبِّح نمی شد، یعنی تسلیم نمی شد، یعنی آری نمی گفت به اتفاق آن لحظه به آن وضعیّتش، تا قیامت آن توی می ماند. یعنی چه؟ یعنی اینکه ما افتادیم توی ذهن، در شکم ذهن هستیم، نون یا ماهی همین ذهن است. اگر نتوانیم تسلیم بشویم، اگر کاری بنام تسلیم و فضاگشایی نبود، در اینصورت تا قیامت باید صبر می کردیم، تا قیامت بزرگ. ولی قیامت ما همین الان است در این لحظه می تواند صورت بگیرد، بشرطی که تسبیح بکنیم، توجه می کنید بشرط تسلیم و فضاگشایی. ولی تسلیم و فضاگشایی برای ما مقدور است.

این بیت به این علت مهم است که انسان نمی داند که در مقابل اتفاق این لحظه می تواند فضاگشایی بکند، و نمی کند. یعنی ما الان اختیار داریم بجای اینکه ستیزه کنیم و مقاومت کنیم در مقابل این لحظه، فضا را باز کنیم. یعنی در مقابل اتفاق این لحظه. یونس چه کار کرد یونس توی شکم ماهی است، گفت حالا توی شکم ماهی هستم باید فضا را برای این وضعیت باز کنم و صبر کنم، حالا هر لحظه هر اتفاقی می افتد قضا بوجود می آورد، من باید فضا را باز کنم. بنابراین در شکم ماهی تسلیم را به اجراء در آورد. ما هم در شکم ذهن باید تسلیم را به مرحله اجراء در بیاوریم. بله این هم آیه اش است

قرآن کریم، سوره صافات (۳۷)، آیه ۱۴۴، ۱۴۳

فَلَوْلَا أَنَّهُ كَانَ مِنَ الْمُسَبِّحِينَ

پس اگر نه از تسبیح گویان می بود

لَلْبَيْتِ فِي بَطْنِهِ إِلَى يَوْمِ يُبْعَثُونَ

تا روز قیامت در شکم ماهی می ماند.

پس اگر نه از تسبیح گویان می بود یعنی یونس از تسبیح گویان نبود یعنی انسان هم اگر تسلیم و فضاگشایی را بلد نبود تا روز قیامت در شکم ماهی می ماند. واضح است که راهی ندارد. اگر ما تسلیم بلد نباشیم، در شکم ذهن باید تا الی الابد بمانیم. ولی به علت فضاگشایی هوشیارانه مدّت اقامت ما در شکم ماهی می تواند موقت باشد، می تواند چند سال باشد، کما اینکه برای یونس بعنوان نماد انسان آزاد اینطوری شد. درست است؟



او به تسبیح از تن ماهی بجست چیست تسبیح؟ آیت روز آلت

دیگر واضح تر از این نمی شود. می گوید: او با تسبیح، تسبیح این تسبیح نیست ها، صلوات بفرستی، این تسبیح نیست. عبادت هم نیست بنشین نماز بخوانی یا مثلاً کارهای دیگر بکنی، منظورش از تسبیح این نیست خودش تعریف می کند. تسبیح در این لحظه عبارت از اینست که شما نشان روز آلت را بوجود بیاوری و بینی در خودت، بوجود هم بیاوری، در تو هست، یعنی جنس خودش را مرتب بینی، بینی، و فضاگشایی در مقابل اتفاق این لحظه و بله گفتن به اتفاق این لحظه نشان روز آلت است.

چون روز آلت خدا از ما پرسیده تو از جنس منی؟ ما گفتیم آری. این آری همین الان آری است. در بیت غزل هم می گوید که: خدا از ما می پرسد که شما غم من را تا روز قیامت می کشید؟ روز قیامت یعنی تا لحظه ای که به بی نهایت من زنده بشوی، ما هم می گوئیم آری آری می کشم، آری ای دوست می کشم، ولی ما ادامه نمی دهیم. می گوید که یونس از تن ماهی به تسبیح آزاد شد، یا جست.

و تسبیح چی است؟ تسبیح این است که هر لحظه نشان روز آلت را در خودت بینی نشان، یعنی هر لحظه این تجربه را بکنی که من از جنس خدا هستم، از جنس فاصله بین دو تا فکر هستم، این را باید بینی عملاً، این تسبیح است. توجه می کنید، خوب

گر فراموش شد آن تسبیح جان بشنو این تسبیح های ماهیان

ما انسان ها فراموش کردیم تسبیح جان را، تسبیح های من ذهنی را داریم، که بدون آگاهانه، بدون اینکه آگاه باشیم هوشیار باشیم، یک کارهایی می کنیم اینها را می گوئیم اینها عبادت است که ما می کنیم، ولی همه را من ذهنی می کند. می بینید که تسبیح واقعی در این لحظه تسلیم است، تسلیم پذیرش اتفاق این لحظه است بدون قید و شرط و قبل از قضاوت و فهمیدن اینکه قضا این اتفاق را بوجود می آورد، و من کارم این است که هوشیارانه، هوشیارانه و خردمندانه فضا در مقابل اتفاق باز کنم. فضاگشایی در مقابل اتفاق این لحظه آری گفتن به اتفاق است، این آری همان آری است که روز ازل گفتیم. این آیت روز آلت است.

می گوید فراموش کردی آری گفتن را، بله فراموش کردم. برای اینکه هر لحظه می گویم: نه. اگر شما خودتان را زیر نورافکن قرار بدهید، خواهید دید که اگر من ذهنی دارید، من ذهنی شما هر لحظه به اتفاق این لحظه می گوید: نه، و با این نه می افتد به ذهن، این نه همین رم کردن و افتادن به دام من ذهنی است، در واقع اتفاق این



لحظه داهول است که ذهن نشان می دهد، برای اینکه ما را می ترساند. شما از اتفاقات نمی ترسید؟ اگر من ذهنی دارید حتماً می ترسید. چرا اتفاقات هم هویت شدگی های شما می تواند از شما بگیرد، تا قیمت یک چیزی می رود بالا می ترسید، می آید پایین می ترسید، یک اتفاقی یک جایی می افتد می ترسید، خوب این ترس ها چه کار می کند شما بله نمی گوئید به اتفاق این لحظه شما را بیشتر به زندان ذهن می اندازد. می گوید فراموش شده بله فراموش کردیم، همه ما می گوئیم: نه. در این صورت شما به تسبیح ماهیان دیگر نگاه کنید در اینجا ماهیان انسان های به حضور رسیده اند مثل مولانا

هر که دید الله را، اللهی است هر که دید آن بحر را، آن ماهی است

می گوید هر که خدا را ببیند، هر که فاصله بین دو فکر را ببیند و زنده بشود به آن، هر که این لحظه آری بگوید به اتفاق این لحظه و از جنس خدا بشود، او اللهی است. یعنی باید آن را ببینید، نه با ذهن یک خدای ذهنی ببینی، نه حضور ذهنی داشته باشی، نه بررسی و توی دام ذهن بیفتی، هر کسی آن بحر یکتایی را ببیند، آن حصار را ببیند، ماهی آن است. ماهی که در دریای یکتایی شنا می کند، این ماهی با آن ماهی فرق دارد، ماهی را در دو معنی بکار می برد، یکی حضور انسان، یکی ذهن. ماهی یونس را خورده در شکمش، ماهی هوشیاری ما را خورده بعنوان من ذهنی، ولی الان متوجه ایم که من ذهنی هم در دریای یکتایی است. در تمثیل داستان فیل است در دفتر سوم گفت کشتی، در کشتی به خواب رفتیم، می توانیم بیدار بشویم در کشتی ذهن بپریم توی اقیانوس یکتایی

این جهان دریاست و تن، ماهی و روح یونس محجوب از نور صبح

می گوید: این جهان دریای یکتایی است، یعنی همه چیز توی در آغوش خداست، و تن ما من ذهنی ما، ماهی است و روح ما یعنی هوشیاری ما همان یونس است، که محجوب است، یعنی در پرده است، از روشنایی روز، از روشنایی حضور. دیگر مشخص شد.

سینه غار و شمس تبریز است یار سخره بهر یار غاری می کشم

سینه ما، مرکز ما غار است، اندازه اش چقدر است؟ بی نهایت این سینه باید باز بشود، شمس تبریزی هم یار است. پس یار غار ما دوست نزدیک ما شمس تبریزی است. شمس تبریزی هم نه آن آدمی که بود آنجا، در اینجا شمس تبریزی نماد زندگی است، نماد خداست پس ما هوشیاری هستیم.



شمس تبریزی یعنی خدا هم یار غار ماست، وقتی این سینه باز بشود ما آنجا با کی هستیم؟ با یک آدمی هستیم؟ نه، با خدا هستیم. وقتی سینه ما بی نهایت بشود کی با کی متحد شده؟ من با خدا، ولی تا آن موقع این من ذهنی نمی افتد، صبر می کنم، من می دانم مثلاً بعضی موقع ها خشمگین می شوم، بعضی موقع ها واکنش نشان می دهم، و این من را به بیگار می کشد، مگر نمی کشد؟ من این بیگار را، کار بی مزد را هر واکنشی نشان می دهم، هر بی عقلی که می کنم، بعدش افسوس می خورم، ولی الان می گویم که: من این بیگار را بخاطر آن یار غار دارم می کشم. بنابراین با خوش اخلاقی می کشم، با پذیرش می کشم، با صبر می کشم، و می دانم باید بکشم. چرا؟ امروز گفت که کوه را نمی شود برداشت گذاشت این ور، باید سنگ ها را یکی یکی برداشت.

و این ابیات به شما می گوید که من ذهنی یک ابزاری است، چیز بدی نیست، که برای بازوی معنوی ما گذاشته شده آنجا، برای امتحان هوش انسان است و تعهد انسان است و کار انسان است. که کی می کند این کار را هر چی که ما به خرد زندگی مجهزتر می شویم، هم هویت شدگی های مان را بیشتر می شناسیم، بیشتر خردمند می شویم. و من ذهنی یک ابزار امتحان است برای ما.

یک روزی که بشناسیم بعنوان دام و داهول و تشخیص بدهیم که این دیگر وجودش لازم نیست، و ما به اندازه کافی خردمند شده ایم، و در بطن ماهی پخته شده ایم، و می خواهیم از رجم ذهن متولد بشویم، که هستیم در آنجا، متولد می شویم. من ذهنی می رود دنبال کارت می شود پوسته، و با غار یار یکی می شویم.

یار غار شما زندگی است از اول از جنس او بودیم الان هم از جنس او می خواهیم بشویم منتها هوشیارانه ولی تا آن موقع تا قیامت باید کار را ادامه بدهید. هیچ دلیلی هیچ علت بیرونی شما را نباید از کار روی خودتان باز بدارد، و شما می دانید من ذهنی یکی از کارهایش این است، شیطان هم همینطور نگذارد، و این نگذاشتن برای این است که شما چالش و نیروی بازوی معنوی تان را امتحان کنید، چالش ها خواهد آمد.

من دارم به شما می گویم این بیت را و بیت قبل را مولانا بیهوده نمی گوید، که خدا از شما می پرسد که این غم من را تا قیامت می کشی؟ و ما می گوییم آری ای دوست می کشم. ولی این آری شما نباید موقت باشد. وقتی احوال تان خوب شد، من ذهنی بعضی موقع ها فروکش می کند، به شما تلقین می کند که تمام شد. مثلاً ما باید دویست کیلو برداریم، وقتی رسیدیم به ده کیلو خوب مردم اطراف ما می گویند: بابا شما خیلی پهلوان شدید پهلوان، اسم ما را می گذارند پهلوان، ما می گوییم کار لازم نیست پهلوان شدیم، مردم می گویند پهلوان دیگر. برای همین می پرسد تا آخر می کشی؟ بستگی به شما دارد به تشخیص شما.



اما چند بیتی هم از مثنوی برای تان خواهم خواند که چند بیت می خوانم می گوید که اگر کسی عیب شما را به شما نشان داد خشمگین نشوید، و اگر فکر می کنید سرورید ، آقائید، یا خانم دانشمندی هستید، قبول نکنید نگذارید مقیم مغز تان باشد سروری.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۴۶۶

سروری چون شد دماغت را ندیم

هر که بشکستت، شود خصم قدیم

اگر کسی در من ذهنی خودش با خیال خودش، در توهم خودش، در خواب ذهنی فکر کند سرور است، و این مقیم مغزش باشد، همیشه با او باشد این ایده، که من سرورم، من دانشمندم، من استادم در اینصورت اگر بشکندش بگویند اشتباه می کنی، اشتباهش را قبول نمی کند. نه تنها قبول نمی کند دشمن شما می شود. این خوب است؟ نه ما باید فضا را باز کنیم و ایراد را ببینیم و بپذیریم در عین حال نمی گذاریم وقت مان را تلف کنند.

چون خلاف خوی تو گوید کسی کینه‌ها خیزد تو را با او بسی

اگر برخلاف عادات من ذهنی و الگوهای من ذهنی تو، کسی بگوید، چون تو با آنها هم هویتی در اینصورت شروع می کنی به کینه ورزی ، دشمنی. شما به خودتان نگاه کنید ببینید اینطوری است، ان شاءالله که نیست. چون هر لحظه وقتی ما فضاگشایی می کنیم، حرف های مردم ، ایرادات مردم ، رفتار مردم یک چیزی یک ایرادی را در ما نشان می دهند، و آن هم جزو طرح زندگی است. یعنی هر لحظه که ما زندگی می کنیم، یک کسی، یک اخباری یک صدایی، یک جایی ، یک چیزی را می خواهد به شما بگوید اگر درست گوش بدهید، خودت را می توانی اصلاح کنی.

که مرا از خوی من بر می کند مر مرا شاگرد و تابع می کند

من ذهنی ما می گوید: این می خواهد من را از عادت باز بدارد، این عادت ایده آل است، این عادت مال انسان های به حضور رسیده است، این آقا یا خانم می خواهد من را شاگرد و تابع خودش بکند، فکر می کند من از او کمترم. اینها را کی می گوید؟ اینها حرف های من ذهنی است.



چون نباشد خوی بد محکم شده کی فرزند از خلاف آتشکده؟

اگر خوی بد در ما جایگیر نشده باشد ، محکم نشده باشد و ما با آن هم هویت نباشیم، و هر الگوی فکری که ما با آن هم هویتیم و بارها تکرار شده، مثل توقعات ما، اینها خوی بدند. در اینصورت وقتی کسی این عیب را به ما نشان می دهد، بین ما آتشکده برپا نمی شود، دعوا شروع نمی شود. بلکه بیت بعدی می گوید: تو فضا باز کن تو فضا باز کن می بینی که او هم فضا باز می کند.

با مخالف او مدارایی کند در دل او خویش را جایی کند

شما وقتی مدارا می کنی با مخالف یعنی فضا را باز می کنی و حرفش را می شنوی، و اقرار می کنی که این حرفی که تو می زنی در فضای گشوده من ایراد من را به من نشان می دهد، آن هم فضا باز می کند. تو را در دلش جا می دهد. ولی ما نوک به نوک می آییم و می گوییم که این فکر می کند من شاگردش هستم، من هزار نفر مثل تو شاگرد دارم، نه، این درست نیست.

زان که خوی بد بگشتت استوار

مور شهوت شد ز عادت همچو مار

ببینید مثلاً الگوهای توقع ما، توقع از فرزند ما، توقع از پدر و مادرمان ، توقع از دوست مان ، توقع از مردم چقدر مضر است، و چقدر خوی ما شده، چیزی که خوی ما شده اصلاً ما نمی دانیم که این را داریم. هم هویت شدگی های ما همه عیب هستند و ما نمی دانیم که اینها را داریم. و مورچه شهوت از تکرار و عادت شده مثل مار. اولش خیلی ساده بود، چقدر خوب است که جوانان به این برنامه گوش کنند، متأسفانه خوی بد در انسان ها استوار می شود و اینکه من عاقلم.

خیلی موقع ها مثلاً جوانان سی ساله زنگ می زنند، این مادر ما، پدر ما به برنامه شما گوش می کنند، یعنی ما گوش نمی کنیم. یک چند تا سی دی بفرستید برای مادرم، یعنی طوری صحبت می کنند مثل اینکه ما عقل مان می رسد عقل آن نمی رسد که به برنامه شما گوش می کند، بیچاره پیر است دیگر ، دیگر که عقلش نمی رسد که آ این طرز تفکر درست است ؟ بعد آن موقع تنها آدمی که احتیاج دارد گوش بدهد همین خانم یا آقاست. برای اینکه همین موقع حرف هایی می زند که همان حرف ها نشان می دهد این چه من ذهنی بزرگی دارد، چقدر درد



در زندگی اش دارد، چقدر احتیاج دارد. اگر بگویید که این سی دی ها به درد شما هم می خورد ناراحت می شود، پس می فرمایید که شما استاد من می خواهید بشوید؟ نه، من می گویم از یک بزرگی استفاده کن، درس زندگی بگیر.

مارِ شهوت را بکش در ابتدا و ر نه اینک گشت مارت اژدها

شهوت در اینجا جای من ذهنی را می گیرد، که انواع حرص و شهوت دارد. شهوت یعنی نیروی جاذبه‌ای که من ذهنی را می کشد به هم هویت شدگی های بیرونی، می خواهد شهوت پول باشد، می خواهد شهوت دوست باشد، می خواهد شهوت علم باشد، می خواهد شهوت عبادت باشد، هر چی. می گوید ابتداء بکش، چه جوری می کشیم با شناسایی. چقدر خوب که ما به جوانان مان به بچه های مان در جلساتی که در خانه مان تشکیل می دهیم اینها را توضیح بدهیم، و گرنه از تکرار این الگوها این مار اژدها می شود. من ذهنی ما بیشتر ما، انسان ها اژدهاست. ولی این اژدها در مقابل نیروی زندگی هیچ مقاومتی نمی تواند بکند، ما مثل آب این کوه را که مثل کوه کاه است را می توانیم بلند کنیم، با کلنگ هوشیاری زندگی می توانیم این کوه را بکنیم و از قطعات ببریم بیندازیم دور و هوشیاری مان را از آن بکنیم. امروز همه را صحبت کردیم.

لیک هر کس مور بیند مار خویش

توز صاحب دل کن استفسار خویش

هر کسی اژدهای خودش را مار خودش را مورچه می بیند. تا حالا دیدید کسی قبل از گوش کردن به این برنامه یا خواندن مولانا یا بزرگان اقرار کند من ذهنی دارم؟ اگر هم بگوید من، من ذهنی دارم خیلی کوچولو و ناچیز اصلاً آدم نمی تواند من ذهنی من را ببینید. اینقدر ریز است، اینقدر ضعیف است که اصلاً هر چی من نگاه می کنم، دیده نمی شود. ولی می گوید تو از صاحب دل سوال کن که چه من ذهنی بزرگی داری.

یک پنج دقیقه پیش مولانا صحبت کن، یک چند جلسه مولانا را بخوان خواهی دید که نه مور نیست، اولاً من ذهنی وجود دارد، مور نیست بلکه اژدهاست، خیلی بزرگ است. واقعاً من این موضوع را تجربه کرده‌ام، آدم هایی که اول شروع می کنند بعضی موقع ها تماس می گیرند، این برنامه شما خیلی خوب است، ولی برای آدم های است که من ذهنی بزرگی دارند، و من هر چی نگاه می کنم می بینم که اصلاً من، من ندارم. نه منی، نه شهوتی، نه حرصی، نه دردی، آثاری از اینها در من نیست. عجب!



تا نشد زر مس، نداند من مسم تا نشد شب، دل نداند مفسم

می گوید تا مس زر نشود، نمی تواند بفهمد که مس بوده. ما باید به درجه‌ای به زر به حضور زنده بشویم، بفهمیم که مس بودیم. مس، مسی دارد، من ذهنی دارد، هر چقدر که ما آزاد می شویم من ذهنی می بینیم، چقدر درد داریم ما، چقدر هنوز درد داریم. و می فهمیم چرا مولانا می گوید، از زبان زندگی به ما، تا قیامت درد من را می کشی، این درد هوشیارانه را می خواهی ادامه بدهی یا استاد شدی؟ خدا از شما می پرسد. استاد شدی یا درد را ادامه می دهی درد هوشیارانه را؟ و شما می گوید: نه، نشدم. و هر کسی استادتر می شود سفت تر می شود. اگر شما حقیقتاً و از ته دل و صادقانه نه بخاطر مردم، نه حقه بازی من ذهنی می گوید نمی دانم، خوب شما آدم متواضعی هستید، و تواضع تان از تسلیم تان معلوم می شود. اگر بگویند نمی دانم پس زندگی می داند. اگر کسی تسلیم نیست، مقاومت می کند، ولی می گوید نمی دانم، دارد تقلب می کند. او نمی کند من ذهنی اش می کند.

خدمت اکسیر کن مسوار تو جور می کش ای دل از دلدار تو

خدمت هوشیاری بکن، خدمت خدا را بکن، خدمت زندگی را بکن. اکسیر همان فضای یکتایی است که ما را محاصره کرده مثل مس، اکسیر همان است که به مس می ززند طلا می شود. در اینجا خرد زندگی است هوشیاری است که از آن ور می آید، هر موقع تسلیم می شوید اکسیر می آید. جور می کش. بله، یعنی درد هوشیارانه بکش، ای مرکز من، ای دل من از دلدار، از زندگی. تسلیم قضا شو در این لحظه و درد هوشیارانه بکش.

کیست دلدار؟ اهل دل نیکو بدان

که چو روز و شب، جهانند از جهان

دلدار کیه؟ دلدار دو جور است یا خدای درون تان است، یا انسان هایی مثل مولانا، اهل دلند، این را خوب بدان. من های ذهنی بیرون دلدار نیستند گر چه که ممکن است دنبال ما باشند. برای اینکه در روز و شب یعنی همیشه از جهان جهیده اند. هیچ موقع اینها را نمی بینی که در این جهان باشند، توی ذهن باشند. هر کسی از ذهنش جهیده در فضای یکتایی است، این دلدار است، این می تواند دل را نگه دارد، این دل را می شناسد، می تواند حضور را نگه دارد، هر کسی حضور خودش را بتواند حفظ کند و استقرار ببخشد حضور دیگران را هم می تواند نگه دارد. این آدم عاشق واقعی است.



مُتَّهَمِ كَمِ كُنْ بِهٖ ذَرْدِي شَاهِ رَا

عِيْبِ كَمِ كُو بِنْدَةُ اللّٰهِ رَا

می گوید کسی که به حضور زنده هست به بی نهایت او زنده شده و بنده خداست، تو به او کم ایراد بگیر، یعنی ایرادهای تو را یا ایرادهای خودت را به او منعکس نکن. او دزد نیست. تو اگر زندگی را دزدیدی، اگر رنجش داری، اگر حبس کرده ای زندگی را، او دارد مثل آینه نشان می دهد، فکر نکن که او دارد این کار را می کند، بلکه تو داری می کنی، او امتداد شاه است، شاه هم خداست، نگو خدا کرده، خدا می کند و نگو مولانا کرده اگر مولانا مثل آینه ما را نشان می دهد، ما نباید متهم کنیم او را کارهای بد، در حالی که آن کارهای بد در ماست، بله اجازه بدهید چند بیت هم دوباره از دفتر پنجم بخوانم سریع برای شما که اینها یک جا خوانده باشیم می گوید:

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۷۸۶

رُوْتَرَشْ اَز دِيْكَرَانِ اَيْدِ مَمَاتِ

هَر كِه سَاZد زِيْنِ جِهَانِ، اَبِ حِيَاَتِ

ممات یعنی مرگ، زمان مرگ، هر کسی این جهان را آب حیات بداند، یعنی آب زندگی اش را از این جهان بداند و بگیرد، زودتر از دیگران وقت مرگش می رسد. یعنی توی ذهنش می میرد. بیت مهم است. شما ببینید که آب حیات را از زندگی می خواهید الان بگیرید و می گیرید، یا نه حواس تان به توجه و تأیید مردم است. هر موقع پول تان زیاد می شود آب حیات می آید، خوشی های بیرون را شما آب حیات می دانیم، برتری جویی و حس برتری خودتان را نسبت به دیگران آب حیات می دانید، وقتی مقایسه می کنید برتر در می آید، این حس مقایسه و برتری به شما شادی می دهد و این آب حیات شماست از بیرون می آید یا از درون، اگر از بیرون می آید فقط هر چی زودتر در ذهن تان خواهید مرد، خشک خواهید شد. بله این هم حدیث است می گوید:

حدیث

إِيَّاكُمْ وَ مُجَالَسَةَ الْمَوْتِي. قِيلَ وَمَنْ هُمْ؟ قَالَ الْاَغْنِيَاءُ

ببرهیزید از نشست و برخاست با مردگان. پرسیدند: مردگان کیانند؟ فرمود: توانگران

منتها توانگران یعنی کسانی که هم هویت شده اند با چیزهای زیاد، نه اینکه داشته باشند، ولی زنده به زندگی هم باشند. شما می توانید میلیون ها دلار پول داشته باشید، ولی در این لحظه به بی نهایت زندگی زنده باشید، با هیچکدام از این اموالتان هم هویت شده نباشید، شما مصداق این حدیث نخواهید بود. ولی کسی که توانگر است و با تمام اموالش هم هویت شده این آدم مرده است.



دیده دل کو به گردون بنگریست

دید کاینجا هر دمی میناگری ست

وقتی ما با چشم دل مان ، چشم هوشیاری به جهان نگاه می کنیم، به تغییر جهان نگاه می کنیم، گردون یعنی همین تغییرات جهان، می بینیم که یک کسی اینجا هر دم دارد میناگری می کند. میناگری یعنی نقاشی و تزیین و همینطور چیزهای ظریف ساختن مثلاً روی طلا یک الماس بگذاریم، و میناگری روی ما که خدا می کند لحظه به لحظه اگر اجازه بدهیم، این الماس حضور را روی طلای ما می گذارد. یعنی این چهار بُعد ما حقیقتاً طلاست و این حضور هم که حضور بی نهایت ما باشد، واقعاً آن الماس و آن هر چی که بگویید دیگر در این جهان که در این جهان پیدا نمی شود جزو این جهان نیست. و اگر درست نگاه کنیم با چشم هوشیاری، می بینید که هر لحظه در این جهان میناگری هست. یعنی زندگی دارد میناگری می کند.

روی بدن شما می کند؟ بله، ما می گذاریم بکنند؟ کسانی که ستیزه می کنند، مقاومت می کنند، قضاوت می کنند، نمی گذارند. این استادی ظرافت در آفرینش دارد، و روی یک طلای زیبا یک جواهری را، یک الماسی را می نشاند. خوب این انگشت شماست، هی تکان می دهید، نمی گذارید کار کند. و دخالت می کنید می گوید چرا اینطوری می کنی، چرا اینطوری می کنی، من می خواهم اینطوری بکنی، شما هم هیچی نمی دانید در این مورد. یعنی با چشم من ذهنی اگر نگاه کنید، این میناگری را نمی بینید. و این بیت خیلی مهم است. می گوید که:

قلب اعیان ست و اکسیری محیط ائتلاف خرقه تن بی محیط

بله، قلب اعیان است یعنی اگر درست نگاه کنیم، خواهیم دید که تمام هستی بوسیله اکسیری که به آن محاط است، یعنی اکسیری که محیط است باصطلاح، در بر گرفته این جهان را، هر لحظه تغییر می کند. یعنی هر لحظه همه چیز در حال تغییر است، در مورد ما انسان ها هم همه چیزمان در حال تغییر است، و یکی از تغییراتی که زندگی در مورد ما می خواهد بدهد الان بعنوان انسان، این است که خودش را یعنی هوشیاری را از توی من ذهنی بیرون بیاورد. اگر می گوید با چشم دل بنگریم، قلب یعنی تغییر ، گردش و گردیدن، خواهیم دید که اعیان یعنی ذات ما، غیر از هوشیاری ما، یعنی مرتب زندگی تن می سازد، هوشیاری ترقی می کند و روی آن می گذارد. مثلاً از اول می بینیم که جماد یک حالتی دارد، بعد جماد را می آورد نبات می کند، و هوشیاری نباتی می دهد، هوشیاری نباتی خیلی بهتر از هوشیاری جمادی است، بعد دوباره تغییر می دهد ، تغییر می دهد، می آید حیوان می کند، حیوان هوشیاری دارد که خیلی بهتر نبات است و حرکت هم می کند.



بعد تغییر می دهد ، تغییر می دهد دائماً هم یک اکسیری در آغوش گرفته این تغییرات را، انسان می کند. انسان را تو ی ذهنش زندانی می کند، یا خودش کشف کند که کجا زندانی است و خرد خودش را به کار بیندازد، آن هوشیاری اش شروع می کند به ارتعاش در آنجا، یواش یواش خودش را می شناسد و این پرده را می درّد می آید بیرون، دائماً این اکسیر، این کیمیا، نیروی ایزدی ما را محاصره کرده. توجه می کنید.

ائتلاف خرقة ، ائتلاف خرقة تن بی مخیط ، مخیط یعنی دوخته شده یعنی هر لحظه زندگی این خرقة تن ما را می سازد، تن ما را می سازد، لحظه به لحظه فکر ما را می سازد، هیجان ما را می سازد، جان ما را می سازد در حالی که چیزی از قبل دوخته شده نیست. همین الان می سازد.

خوب توجه کنید این بیت خیلی مهم است. اگر همین الان همه چیز را می سازد، اگر شما مقاومت نکنید، قضاوت نکنید، ستیزه نکنید می تواند میناگری بکند. می تواند تن را درست کند، می تواند شفاء بدهد، می تواند دردهای ما را به ما بشناساند، و ما را تشویق کند اینها را بیندازیم. به عقل ما بیاید، به فکر ما بیاید اینها انداختنی است. چه چیزی انداختنی است، چه چیزی نگه داشتنی است و این تغییر چه جوری است. توجه می کنید دارد اینها را می گوید.

پس در دو بیت قبلی و این گفت اگر با چشم دل بنگری با چشم هوشیاری بنگری که آدمی دید است، یک لحظه با چشم عدم که بین دو تا فکر است، بنگری تو، اینها را خواهی دید. خواهی دید که زندگی همه چیز را دارد تغییر می دهد، خدا دارد همه چیز را تغییر می دهد و تن های جدید می سازد، یک هوشیاری با عقل بالا یک الماس جدید می گذارد. و و الان هم می خواهد یک الماس جدید بگذارد و این الماس جدید روی این طلا ، این چهار بُعد ما طلا، این خدا می خواهد یک الماس بگذارد، این الماس دیگر بهترین الماس دنیاست، یعنی هوشیاری که بی نهایت است، هوشیاری که پُر از خرد است، پُر از عشق است. حالا ما می گوییم: نه. چرا می گوییم نه ؟ نه گفتن غلط است. برای همین می گوید:

تواز آن روزی که در هست آمدی آتشی، یا باد، یا خاکی بُدی

وقتی آمدی به این جهان خاک بودی، باد بودی یا آتش بودی. فرض می کنیم که از جنس جماد بودی، الان از جنس جمادیم ما؟ ترقّی نکردیم؟ تبدیل نشدیم؟ مرتّب تن را عوض کرده یک الماس جدید گذاشته، الان می خواهد همین کار را بکند.



گر بر آن حالت تو را بودی بقا کی رسیدی مر تو را این ارتقا؟

اگر همان موقعی که خاک بودی، جماد بودی همینطوری می ماندی به این ترقی از کجا می رسیدی؟ پس ما باید با فضاگشایی و بله به اتفاق این لحظه امکان تغییر خودمان را بوجود بیاوریم. باید اجازه بدهیم زندگی ما را تغییر بدهد و شما به این تغییر که بوسیله بهترین میناگر دنیا یعنی زندگی صورت می گیرد، باید توکل کنید، نباید نگران باشید. که استاد اصلی آن است که گفت: شهر به شهر بردمت، بر سر ره نمانمت. من از ذهنم تو را بیرون می آورم به خودم زنده می کنم، تو نترس این چیزها را از دست بدهی، اینها همه آفلند.

از مُبدَلِ هستیِ اولِ نماند هستیِ بهتر به جای آن نشاند

از تبدیل کننده یعنی زندگی، آن هستی اول به جا نماند، جماد رفت و نبات آمد. من ذهنی برود یک هستی بهتر به جای او می نشیند، پس اجازه بدهید تغییر بدهد. همه این آیات شما را به فضا گشایی در مقابل اتفاق این لحظه دعوت می کند، بله. می گوید:

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۸۴۲

زین بدن اندر عذابی ای بشر مرغِ رُوحِ بسته با جنسی دگر

می گوید: ای من ذهنی در عذابی، ای انسان، ما از جنس چی هستیم؟ از جنس هوشیاری، از جنس روح آزاد. از این بدن ذهنی و هم هویت شدگیها در عذابیم. برای اینکه مرغ روح ما، مرغ هوشیاری ما بسته شده با جنسی دیگر که جنس های این جهانی است و فکری است، نباید بچسبد به آن، نباید بسته بشود به آن.

روح، بازست و طبایع زاغ ها دارد از زاغان و جُندان داغ ها

روح یعنی هوشیاری ما، اصل ما، باز است، و من های ذهنی زاغند، یا جغدند، و این روح ما که باز است مرتب به وسیله این زاغان من ذهنی داغ می بیند، ضربه می بیند. پس تمام دردهای ما از اینکه به عنوان هوشیاری با من ذهنیمان زندگی می کنیم به وجود می آید. من ذهنی ما به وجود می آورد، درست است؟

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۹۳۱

گاو باشی، شیر گردی نزد او گر تو با گاوی خوشی، شیری مَجُو

اگر ما من ذهنی باشیم، گاو باشیم، بخوایم آن ما را شیر می کند، یعنی زندگی ما را شیر می کند. ولی اگر کسی با گاوی خوش است، نمی خواهد از گاویش دست بردارد، در این صورت دنبال شیری نباید بگردد. بله، این چند بیت را هم بخوانم، می گوید:



مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۱۶۰

دل مدّزد از دلربایِ روح بخش که سوارت می کند بر پشتِ رخس

وقتی زندگی می آید با مرکز شما می خواهد بازی کند، خودش را مرکز شما قرار بدهد، این هم هویت شدگیها را بکند براندازد، دلت را مدزد. دلربای روح بخش همان زندگی است، خدا است. چطوری دلمان را می دزدیم؟ با مقاومت، نمی پذیریم، نمی گذاریم به ما شناسایی بدهد. ما شناسایی نمی کنیم که هم هویت شدگیها مرکز ما است، و دلربای روح بخش دسترسی به ما ندارد، در حالی که دلربای روح بخش می خواهد ما را سوار رخس بکند، رخس خود زندگی است، می خواهد ما را از توی ذهن بردارد، هوشیاری ما را عوض کند، سوار خودش بکند. هوشیاری روی هوشیاری، روح به روح پیوندد، ما به بی نهایت او زنده بشویم.

رخس در اینجا یعنی اسب اصیل و نژاده و اسم اسب رستم هم که بوده، می دانید، ولی منظور زندگی است. یعنی تبدیل هوشیاری. هوشیاری جسمی به هوشیاری حضور تبدیل بشود.

سر مدّزد از سرفرازِ تاج ده کوز پایِ دل گشاید صد گره

این سرت را که می خواهد زندگی تاج خرد را بگذارد و خردمند بکند، ندزد، یکی می خواهد تاج بگذارد هی سرمان را می کشیم، نتواند بگذارد. کی می خواهد سر ما تاج بگذارد؟ تاج کرمناست بر فرق سرت، می خواهد بگوید: تو من هستی به اندازه کافی پخته شدی، من می خواهم به تو زنده بشوم، تو به من زنده بشوی، و از خرد من که تمام کائنات را اداره می کند، برخوردار بشوی، ما سرمان را می کشیم.

و اگر تاج را بگذارد سرمان از پای دل ما صد گرفتاری گشاده می شود. توجه می کنید؟ پس هم دلمان را می دزدیم، هم سرمان را، هم نمی گذاریم خرد او خرد ما بشود، هم نمی گذاریم عشق او عشق ما بشود. ما به همین خرد من ذهنی که مفرغ است خرد نیست و با مهر من ذهنی که بر اساس انتظارات و توقعات است، که مهرش مهر نیست، بسنده کردیم.

با که گویم؟ در همه ده زنده کو؟ سوی آبِ زندگی پوینده کو؟

به نظرم مولانا متوجه بوده که مردم گوش نمی دهند یا عمل نمی کنند، می گوید به که بگویم، در تمام این دنیا یعنی ده این دنیا، یک دانه زنده نیست. شما چی، شما می شنوید؟ سوی آب زندگی پوینده کو، کسی نمی رود به سوی آب زندگی، همه دنبال آب این جهان می گردند. امروز هم گفت کسی دنبال آب حیات این جهان بگردد، که آب



حیات نیست زودی مسموم می‌شود، خوشیده می‌شود و خشک می‌شود از بین می‌رود زود می‌میرد. شما ببینید که سوی آب زندگی می‌روید؟ اگر می‌روید دنبال شناسایی هم هویت شدگیها و انداختن آنها هستید و متوجه می‌شوید که این دلربای روح بخش یعنی خود زندگی مرکز شما را می‌خواهد تصاحب کند.

تو به يك خواری گریزانی ز عشق

تو بجز نامی چه می دانی ز عشق؟

یک خرده خار می‌شوی و من ذهنی کوچک می‌شود فرار می‌کنی از عشق، از خدا، زودی به واکنش در می‌آیی و ستیزه می‌کنی. هر موقع در مقابل اتفاق این لحظه به واکنش در می‌آییم و مقاومت می‌کنیم، در اثر کوچک شدن، داریم در مقابل عشق می‌کنیم، در مقابل خدا می‌کنیم. عشق چیزی جز وحدت ما با او نیست. می‌گوید تو در من ذهنیت فقط یک اسمی از عشق می‌دانی.

عشق را صد ناز و استکبار هست عشق با صد ناز می آید به دست

عشق ناز دارد و تکبر دارد یعنی ما باید خودمان را خم کنیم، بشکنیم، باید قبول کنیم که هم هویت شدگی داریم، قبول کنیم که با این من، ما را به فضایی یکتایی راه نمی‌دهند، با این دید نمی‌توانیم خدا را ببینیم، باید خودمان را، من ذهنیمان را کوچک کنیم، خم بشویم، کوچک کنیم، خم بشویم، بپذیریم، عشق زیاد ناز دارد، باید نازش را بکشیم.

عشق چون وافی ست، وافی می خرد در حریف بی وفا می نگرد

عشق چون با وفا است دنبال هوشیاریها یا انسانهای با وفا می‌گردد و آنها را می‌خرد. اینها را می‌خوانم برای اینکه ببینیم که آیا، گفت تا قیامت غم مرا می‌کشی؟ ما هم گفتیم بله. ما باید وافی باشیم، وافی یعنی با وفا باشیم. به علت موقعیت‌هایی که من ذهنی به ما نشان می‌دهد یا خاری می‌کشد، یا نمی‌خواهد خم بشود، یا متواضع نمی‌خواهد بشود، نباید بایستیم در این راه و می‌گوید عشق به حریف بی وفا نگاه نمی‌کند، یعنی خدا به حریف بی وفا نگاه نمی‌کند. مدت‌ها باید درد هوشیارانه بکشیم. شناسایی، درد است. پذیرش درد است. صبر درد است. با وفا کسی است که متعهد است و این راه را باید ادامه بدهد و ادامه می‌دهد. بله. چند بیت هم بخوانم که با ابیات قبلی همراه بشود. می‌گوید:



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۵۴

هزار گونه کجا خستتان به زیر سجود

کجا نظر که بدانید تیغ یا سپرید؟

می گوید که: اگر شما زیر سجود بودید، لحظه به لحظه تسلیم می شدید، زندگی شما را زخمی نمی کرد، خستن یعنی زخمی کردن. این همه که درد پذیرفتیم ما، درد به ما وارد شده به این علت بوده که ما زیر سجود نبودیم، یعنی تسلیم نبودیم، یعنی فضا گشایی نکردیم. پس بهترینیست که به بچه های مان فضا گشایی را یاد بدهیم؟ پذیرش اتفاق این لحظه را یاد بدهیم؟ تسلیم را یاد بدهیم، آیت روز الست را یاد بدهیم؟ آری را یاد بدهیم. می گوید آن دید کجاست؟ که بداند تیغ یا سپرید؟ توجه می کنید وقتی تسلیم می شویم، از جنس او می شویم می بریم. درحین حال که می بریم اگر چیزی از بیرون بیاید بخواد ما را آزرده کند سپر هم هستیم. تنها سپر و تیغ همین هوشیاری حضور است، که با تسلیم بدست می آید. و چون تسلیم نشدیم آزرده شدیم ما و زخمی شدیم.

هزار حرف به بیگار گفتم و مقصود

به هر دمی ز شما خُفیه تر چه بی هنرید؟

می گوید: بیهوده هزار جور حرف زدم، کی می گوید؟ مولانا می گوید. نه تنها مولانا می گوید، زندگی هم همین حرف را می زند، من به هزار زبان با شما حرف زدم، به زبان درد، به زبان نوازش، به زبان اتفاقات. مولانا می گوید به هرزبانی من به شما گفتم، مقصود که زنده شدن به بی نهایت اوست، هر لحظه از شما پنهان تر می شود. عجب بی هنرید شما! دارد به انسان ها می گوید.

یعنی ما مرتب داریم این دام و داهول را با خودمان حمل می کنیم. مرتب خودمان را می ترسانیم. می خواهیم خدا را شکار کنیم خودمان بدتر به دام می افتیم. و به هزار گونه مولانا با ما حرف زده و بزرگان دیگر حرف زدند، ما نمی شنویم و کارمان را ادامه می دهیم.

هنر چو بی هنری آمد اندرین درگاه

هنروران، ز چه شادیت؟ چون نه زین نفرید

دردرگاه خدا هنر بی هنری است، باید بگوئید هنر ندارم، نمی دانم. واقعا باید بگوئید نمی دانم، صفر باشی. به من های ذهنی می گوید که: اگر شما خودتان را هنرور می دانید، هنرمند می دانید، فاضل می دانید، دانشمند می



دانید. پس به چه شادید؟ به همین هنرتان. اگر جزو نفرات بی هنر هم نیستید؟ و آنهایی نیستید که می گویند نمی دانیم، اگر جزو آنها نیستید، به چه چیزی شادید؟ به این چیزی که باهاش هم هویت هستید، بیدار کننده است، نباید باشید.

باید هزار تا هم هنر دارید با هنرمان هم هویت نشویم. اگر مردم تحریک می کنند ما را که به به استادید، چقدر خوب ساز می زنید، دارند ما را به سمت بدبختی سوق می دهند. ما نباید براساس آن هنر و هم هویت شدگی با آن مقاومت ایجاد کنیم. خیلی از آدم هایی که هم هویت بودند با همین درد مقاومت شان از بین رفتند. خیلی از داندگان هم همینطور. کسی که می داند و هنرمند است اجازه نمی دهد خرد زندگی بیاید. در اینجا هنر به معنای ساز زدن و این ها نیست، این ها را ما تعمیم می دهیم، همین فضیلت بوده، دانش بوده.

همه حیات در اینست کاذبوا بقره

چو عاشقان حیاتید، چون پس بقرید؟

همه زندگی در این است که گاوی را قربانی کنیم، این گاو همین من ذهنی است. آیه قرآن است. می گوید: گاوی را باید قربانی کنید. اگر ما عاشق زندگی هستیم، عاشق خدا هستیم، عاشق زنده بودن هستیم و منظور زندگی و منظور آمدن خودمان را به این جهان می فهمیم، چطوری دنبال گاو راه افتادیم می رویم. یعنی من ذهنی هر جا می رود ما را باخودش می کشد. الان یک فکر می کنیم، می رویم آنجا، بعد یک فکر دیگر که هیچ کنترلی رویش نداریم می رویم به آنجا. در حالی که به ما گفتند گاو را قربانی کنید. بله آیه اش این است.

قرآن کریم، سوره (۲) بقره، آیه ۶۷

«...إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُكُمْ أَنْ تَذْبَحُوا بَقَرَةً...»

«... خدا به شما فرمان می دهد گاوی را ذبح کنید ...»

این گاو در بیرون نیست، این گاو همین من ذهنی ماست.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۵۴

هزار شیر تو را بنده اند چه بود گاو؟

هزار تاج زر آمد چه در غم کمزید؟

می گوید: هزار شیر بنده تواند، گاو چیه؟ یعنی ما وقتی به اوزنده می شویم، شیران ذهنی بنده ما می شوند، یا هر شیر دیگری هر جا هست، به هر شکلی و یک تاجی که سر ما می گذارند، به اندازه هزاران تاج خرد این جهانی،



عقل این جهانی ارزش دارد. ما چه در فکر پادشاهی این کمر پادشاهی این جهان است، ما تاج خرد و عشق را می توانیم سرمان بگذاریم، چه در فکر قدرت این جهانی هستیم. بله.

چو شب خطیبِ تو ماهست بر چنین منبر

اگر نه فهم تباهست از چه در سمرید؟

سمر یعنی افسانه، در اینجا توهم ذهنی، فکرهای هم هویت شده، می گوید در چنین منبر، همین الان که نشستیم، زندگی یا خدا هست که دارد موعظه می کند، و اگر ماتسلیم باشیم، موعظه او را می شنویم، نصیحت او را می شنویم، ماه رمز زندگی است، رمز خداست. در این شب تاریک ذهن گرچه که توی ذهن هستیم، ماه، زندگی، خدا، در بالای منبر دارد ما را راهنمایی می کند، و اگر فهم ماتباه نیست، اگر ما تسلیم هستیم، فقط موقع تسلیم هست که ما می توانیم حرف او را بشنویم و راهنمایی او را بپذیریم و گوش بدهیم.

اگر فهم ما تباه نیست، که هست. اگر ادعا می کنیم که ما درست می فهمیم، چرا در خواب من ذهنی هستیم؟ چرا در توهم های ذهن هستیم؟ چرا دید ما غلط است؟ چرا این قدر به خودمان ضرر می زنیم؟ چرا پس به او نمی رسیم؟ اگر به حرف او گوش می دهیم او که لحظه به لحظه دارد ما را هدایت می کند به سوی زنده شدن به او. پس چرا نرسیدیم تا حالا؟ پس در سمریم.

سمر یعنی توهم، افسانه. سمر یعنی یک حتی اصل راهنمایی کننده را بصورت باور دریاوریم، با آن هم هویت بشویم. مثل همین آیه های قرآن، این ها را به صورت فکر دریاوری و با آن هم هویت بشوی و بگذاری آنجا، تبدیل به سمر می شود. و اگر به عنوان اصول راهنمایی کننده از آن استفاده کنی هدایت می کنیم. اگر من ذهنی داشته باشی و خدا را هم یک جسم ذهنی ببینی و حرفهای او را تفسیر کنی و هر چه که دلت می خواهد به او نسبت بدهی، می روی به سمر. اگر موازی باشی و از جنس فضای بین دو فکر باشی و بگذاری او شما را از درون هدایت کند. چون در این منبر دارد شما را هدایت می کند. در این شب ذهن، در این صورت هدایت می شوی.



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>