

# گر مسز دست بازی هر غم پشوا لمر زیرک بود مرد خردمند کولمر

مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۹۶

لحرار: پرویز شهبازی

۱۴۰۰/۱۲/۱۱



کنجمنصور  
مشکر کامل برنامه ۹۰۷  
PARVIZSHAHBAZI.COM

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۹۶)

گر من ز دست بازی هر غم پزولمی  
زیرک نبودمی و خردمند، گولمی

گر آفتاب عشق نبودیم، چون زحل  
گه در صعودِ آندہ، و گه در نزولمی

ور بوی مصرِ عشقِ قلاووز نیستی  
چون اهلِ تیهِ حرص، گرفتارِ غولمی

ور آفتابِ جان‌ها، خانه‌نشین بدی  
در بندِ فتحِ باب و خروج و دخولمی

ور گلستانِ جانِ نبدی مُمتحنِ نواز  
من چون صبا ز باغِ وفا، کی رسولمی؟

عشق ار سماعِ باره و دفِ خواه نیستی  
من همچو نای و چنگ، غزل کی سُخولمی؟

ساقیم گر ندادی دارویِ فریہی  
همچون لبِ زجاج و قدح، در نُحولمی

گر سایهٔ چمنِ نبدی و فروع او  
من چون درختِ بختِ خسان، بی‌اصولمی

بر خاکِ من امانتِ حقِ گر نتافتی  
من چون مزاجِ خاک، ظلوم و جہولمی

از گورِ سویِ جنتِ اگر راه نیستی  
در گورِ تن چرا خوش و باعرض و طولمی؟

ور راه نیستی به یمین از سوی شمال  
کی چون چمن حریف جنوب و شمولی

گر گلشن گرم نبُدی، کی شکفتمی؟  
ور لطف و فضل حق نبُدی، من فضولمی

بس کن، ز آفتاب شنو مطلع قصص  
آن مطلع ار نبودی، من در اُفولمی

دست بازی: شوخی، بازی  
پژولیدن: درهم شدن، پریشان شدن  
گول: احمق، نادان  
قلاووز: پیشآهنگ، پیشرو لشکر  
تیه: بیابان بی آب و علف  
مُمتَحَن: امتحان شده، در بلا افتاده  
سماع باره: علاقه مند به سماع  
شَخولیدن: خواندن به آهنگ  
زجاج: آبگینه، شیشه  
نُحول: لاغری، ضعف  
مِزاج: مجاز از خاصیت، وضعیت و حالت  
ظَلوم: بسیار ستمگر  
جَهول: بسیار نادان  
با عرض و طول: دارای امکانات، آرام، راحت  
شمال: سمت چپ، مقابل یمین  
شمول: شمال، باد شمال  
مَطلع: محل طلوع، محل آغاز  
قِصص: جمع قِصّه  
اُفول: غایب شدن و ناپدید شدن، فرو رفتن ستاره

با سلام و احوال‌پرسی برنامه گنج حضور امروز را با غزل شماره ۲۹۹۶ از دیوان شمس مولانا شروع می‌کنم.

## گر من ز دست بازی هر غم پزولمی زیرک نبودمی و خردمند، گولمی (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۹۶)

دست بازی: شوخی، بازی

پزولیدن: درهم شدن، پریشان شدن

گول: احمق، نادان

«دست‌بازی» یعنی شوخی، بازی. «هر غم» یعنی هر غم من‌ذهنی، هر غمی که از هر همانیده می‌آید. «پزولمی» یعنی اگر بهم می‌ریختم، پریشان می‌شدم و «گول» می‌دانید یعنی نادان.

پس می‌گوید اگر من از شوخی و بازی هر غمی که از همانیدگی می‌آید، آشفته می‌شدم یا آشفته بشوم، در این صورت اسم من را نباید خردمند و زیرک گذاشت. من «زیرک و خردمند» نیستم.

زیرکی و خردمندی به صورت خلاق مثبت است، و موقعی است که ما از جنس زندگی هستیم. این زیرکی، زیرکی من‌ذهنی نیست. زیرکی‌های من‌ذهنی که برحسب همانیدگی‌ها و دید آن‌ها و راه‌های میان‌پُر ما بلدیم، آن زیرکی نیست، خامی است که اسم آن را گذاشته «گول بودن»، یعنی نادان بودن، احمق بودن.



شکل ۰ (دایره عدم اولیه)



شکل ۱ (دایره همانیدگی‌ها)



### شکل ۲ (دایره عدم)

به شکل‌هایی که معمولاً به شما نشان می‌دهم توجه می‌کنیم. [شکل ۰ (دایره عدم اولیه)] می‌دانید که ما به صورت هشیاری بی‌فرم وارد این جهان می‌شویم، مرکز ما عدم است و عقل ما، حس امنیت ما، هدایت ما و قدرت ما یعنی قدرت عمل ما از زندگی می‌آید.

همین‌که وارد این جهان می‌شویم، [شکل ۱ (دایره همانندگی‌ها)] همانیده می‌شویم با چیزهایی که به صورت ذهنی یعنی در فکر ما به ما نشان می‌دهند، و می‌گویند این‌ها برای بقای شما مهم است و فرم فکری یا ذهنی این چیزها را ما می‌گیریم و به آن‌ها حس هویت تزریق می‌کنیم، همین‌که این کار را می‌کنیم، حس وجود به آن‌ها می‌دهیم آن‌ها می‌شوند مرکز ما و عینک دید ما، و همین‌که این چیزهای این جهانی به صورت فکر مرکز ما می‌شوند، این‌ها شروع می‌کنند به غصه تولید کردن.

«غم» در این‌جا معادل همهٔ هیجاناتی است که در اثر قرار گرفتن چیزهای بیرونی به صورت فکر در مرکز ما در ما به وجود می‌آید. پس ما متوجه هستیم که هر چیزی که در مرکز ما قرار بگیرد، غم تولید می‌کند. چرا؟ برای این‌که هر چیزی که ما با ذهنمان یعنی فرمان می‌توانیم تجسم کنیم و با حس‌هایمان می‌توانیم دریافت کنیم، این‌ها گذرا یا آفل هستند.

اگر ما چیزی را که آفل است و مرتب تغییر می‌کند در مرکزمان قرار بدهیم، پس مرکز ما دائماً تغییر می‌کند. درحالی‌که وقتی مرکز ما عدم بود [شکل ۰ (دایره عدم اولیه)]، تغییر نمی‌کرد، ثابت بود. ما هم احوالمان ثابت بود، و پس خداوند که ما از جنس او هستیم، احوالاتش با تغییرات این جهان تغییر نمی‌کند.

انسان هم از جنس خداوند است، قبل از ورود به این جهان، در ابتدای زندگی مرکزش تا حدودی عدم است، تا این‌که همانیده بشود [شکل ۱ (دایره همانندگی‌ها)]، مرکزش جسم بشود. به طوری که از یک فکری که مربوط به چیز بیرونی است ببرد، یا بگذرد به فکر دیگری که باز هم مربوط به چیز بیرونی است و چون این‌ها دائماً تغییر می‌کنند، مرکز ما فرو می‌ریزد و ما اولین هیجانی که تجربه می‌کنیم ترس است.



پس این غم که این جا نشسته، «گر من ز دست بازی هر غم پزولمی»، این غم معادل یا به جای ترس نشسته، به جای حسادت نشسته، به جای حس تأسف نشسته، احساس گناه نشسته، نگرانی نشسته، اضطراب نشسته، حرص نشسته، یعنی این که آدم سیر نشود و مرتب چیزها را جمع کند، این ها خاصیت هایی است که وقتی مرکز ما از عدم خارج می شود، جسم می شود در انسان به وجود می آید.

پس انسان اتحاد با خداوند یعنی از جنس او بودن را موقتاً از دست می دهد، البته کاملاً نمی تواند از دست بدهد، ما جنس او هستیم. ولی می بینید که این کاری که ما می کنیم اسمش همانش است یا همانیدن است، یا هم هویت شدن است، در واقع می پوشاند روی آن چیزی را که ما هستیم.

فقط یک پوسته را می بینیم و آن هم فکرهای ماست، فکرهای ما مربوط به چیزهای بیرون است، و چون این ها مرکز ماست، ما شروع می کنیم این ها را زیاد کردن. بنابراین شعار این حالت ما «هرچه بیشتر، بهتر» است.

دراثر تغییر فکرها یعنی پریدن هشیاری از یک فکر به فکر دیگر یا تغییر عینک، یک تصویر ذهنی پویا به وجود می آید که اسمش «من ذهنی» هست. من ذهنی اگر که ما فکر می کنیم آن هستیم، به غلط البته، از شوخی هر غمی آشفته می شود. این دست بازی، حالا می توانستیم بگوییم «ز دست بازی هر غم»، به هر حال، همین معنی را می دهد.

هر چیزی که مرکز ما می آید هیجان ایجاد می کند، شروع می کند با ما شوخی کردن، و چون این چیز در مرکز ماست، جدی است، ما شوخی را شوخی نمی گیریم. مثلاً پول ما که زیاد می شود خوشمان می آید، پایین می آید، کم می شود، از این شوخی ها ما خوشمان نمی آید. خوشمان نمی آید یکی پول ما را بردارد ندهد، بعد هم بگوید شوخی می کنم. یا خانه ما را تصرف کند از دست ما بگیرد که با آن همانیده هستیم، بگوید شوخی می کنم ها! ببخشید، تا آخر عمر می خواهیم استفاده کنم شما برو خیابان بخواب. ما از این شوخی ها خوشمان نمی آید.

اما گرچه که ما داشته هایمان را معتبر می دانیم یعنی این چیزهایی که در مرکز ما هستند مثل پول، خانه، باورها، معتبر می دانیم، ولی این ها مهم نیستند و فرق معتبر دانستن و مهم بودن این است که اگر یک چیزی برای ما مهم است پس اهمیت حیاتی دارد، اگر نباشد نمی توانیم زندگی کنیم. ولی معتبر است، ما می دانیم هست، اگر باشد خوب است، از آن استفاده می کنیم، مثل پول، معتبر است ولی مهم نیست.

و ما نمی توانیم حالمان را به شوخی او واگذار کنیم که هر موقع دلش بخواهد زیاد بشود، ما خوشحال بشویم، هر موقع دلش بخواهد، کم بشود، ما غمگین بشویم. یا مثلاً دیگران این چیزهایی که ما با آن ها همانیده هستیم، شروع کنند به بازی کردن یا بدزدند از ما، یا بالاخره از ما بگیرند یا نگذارند ما این ها را زیاد کنیم یا آن چیزهایی

را که می‌خواهیم به ما ندهند. می‌دانید که این من‌ذهنی توقعات زیادی ایجاد می‌کند. یعنی ما همین که من‌ذهنی را تشکیل می‌دهیم، توقع پیدا می‌کنیم که آدم‌های اطراف ما این چیزهایی را که ما با آنها همانیده هستیم، به ما بدهند و اگر ندهند ما می‌رنجیم. خود رنجش و خشم در واقع «پژولیدن» است، فروریختن به هم است.

و الآن مولانا به شما می‌گوید که این بازی است، شما اگر یک چیزی را مرکزتان قرار بدهید، شروع می‌کند با شما شوخی کردن. و شوخی را باید شما تحمل کنید تا این از مرکز شما برود بیرون تا با شما نتواند شوخی کند. پس اگر شما خوشتان نمی‌آید چیزهای این‌جهانی با شما شوخی کنند و شما را از حالت احوال خوب خارج کنند، این‌ها را در مرکزتان نگذارید. ما هم همین کار را می‌کنیم.

[شکل ۲ (دایره عدم)] ما الآن متوجه می‌شویم که چیزهایی که در مرکز ما هستند این‌ها ما را خیلی جدی کرده‌اند. ما هم خودمان را و هم هر چیزی که در مرکزمان هست، از جمله باورهایمان را، دردهایمان را خیلی جدی گرفته‌ایم.

در این شکل [شکل ۱ (دایره همانیدگی‌ها)] دردها، در واقع حاصل بازی همانیدگی‌ها است، دردهایمان. تمام دردها به این علت است که آن چیزی که ما می‌خواستیم از ما گرفته‌اند، یا به ما نداده‌اند، ما رنجیده‌ایم و خشمگین هستیم، دردهایی مثل کینه، رنجش، خشم، این‌ها از این جنس هستند یا هر دردی که داریم. و این جور زندگی هر چهار بُعد ما را خراب می‌کند. «گر من ز دست بازی هر غم» یا «گر من ز دست بازی هر غم پژولمی»، این بلا سر ما آمده. ما از شوخی هر غمی به هم ریخته‌ایم و الآن هم به هم ریخته هستیم، بیشتر ما البته.

و مولانا یا بقیه عرفا به ما می‌گویند که شما بیایید به اتفاق این لحظه توجه کنید که ذهنتان نشان می‌دهد در اطرافش فضا باز کنید یا تسلیم بشوید. «تسلیم» پذیرش در واقع شوخی هر همانیدگی است در این لحظه، به اعتباری یا فضاگشایی در اطراف اتفاق این لحظه که این شکل [شکل ۲ (دایره عدم)] پیش می‌آید، مرکز ما دوباره عدم می‌شود. اگر مرکز ما عدم بشود، یعنی دوباره از جنس اولیه بشویم، این چیزها از مرکز ما بیرون رفتند با ما نمی‌توانند دیگر شوخی کنند.

ما از جنس زندگی شدیم، مثلاً با بالا رفتن پول من یا پایین آمدنش، شوخی برای خدا نیست، برای خدا مهم نیست که پول من بالا می‌رود یا پایین می‌آید، پس اگر من هم از جنس خدا هستم برای من هم نباید مهم باشد که این پول من بالا می‌رود یا پایین می‌آید. ولی برای من مهم است، چرا مهم است؟ برای این‌که من از جنس زندگی دیگر نیستم. دوباره می‌توانم بشوم؟ بله، با عدم کردن مرکز، می‌بینید [شکل ۲ (دایره عدم)].



پس هر لحظه در اطراف اتفاق این لحظه که ذهنم نشان می‌دهد و مربوط به شوخی همانندگی است، فضا باز می‌کنم و همین‌طور این چیز همانند را به حاشیه می‌رانم. اگر من بتوانم آن حس هویتی که به این چیزها تزریق کرده بودم، مثلاً به پول تزریق کرده بودم، دوباره از آن پس بگیرم و این‌ها را برانم به حاشیه، درحالی‌که مرکز خالی است و عدم است، زیرچشمی هم این چیزها را نگاه کنم، می‌شود این شکل [شکل ۲ (دایره عدم)].

اگر بتوانم مرکز را عدم نگه دارم، دوباره زیرک و خردمند شدم، ولی اگر دوباره برگردم به این حالت [شکل ۱ (دایره همانندگی‌ها)] که من ذهنی است و مرکز همانند هست، دوباره شوخی این همانندگی‌ها را و تغییراتش را جدی می‌گیرم. اما این‌که من بتوانم هر لحظه فضاگشایی کنم در اطراف اتفاق این لحظه، این کار یعنی مسئولیت هشیاری‌آم را در این لحظه به عهده می‌گیرم یا به عبارت دیگر مسئولیت را که داده بودم به این بازی‌ها، دوباره برمی‌گردانم به خودم.

می‌گویم چرا ناراحتی؟ برای این‌که خوب ببین پولم این قدر کم شده دیگر، این ضرر به من امروز رسیده، و می‌گویم که خوب تو مسئولیت را یا مسئولیت احوالت را یا هشیاری‌ات را نده به دست پولت و از بازی آن ناراحت نشو. یک لحظه شما ممکن است قبول کنید که بله، من چشم، مسئولیت هشیاری‌آم را به عهده بگیرم، بنابراین می‌آید به این حالت [شکل ۲ (دایره عدم)]، فضا باز می‌کنید در اطراف همان اتفاق، مرکز عدم می‌شود دوباره و شما می‌شوید مسئول.

وقتی مسئول می‌شویم در این صورت آن قدرت عمل ما به ما برمی‌گردد. ما دارای قدرت می‌شویم. همین‌طور دارای عقل می‌شویم که از زندگی می‌آید، یک حس امنیتی هم که از ذات عدم می‌آید، دوباره پیش می‌آید. همین‌طور این مرکز عدم ما را می‌تواند به راه درست هدایت کند.

این شکلی که این‌جا می‌بینید [شکل ۱ (دایره همانندگی‌ها)] و مرکز اشغال هست و گفتیم از تغییر این فکرها من ذهنی به وجود می‌آید، این من ذهنی شروع می‌کند به، با همین بازی به ما ضرر زدن و طوری طرح شده که انسان بالاخره از خودش سؤال کند که این همه غم و گرفتاری در زندگی من چرا پیش می‌آید و جوابش را همین‌طور از مولانا می‌گیرد.

می‌گوید که برای این‌که چیزها را در مرکز گذاشتی. به علاوه وقتی می‌گوید غم به وجود می‌آید، فقط غم به وجود نمی‌آید، می‌دانید که در شکل‌های بعدی نشان می‌دهم، یک چنین حالتی که مرکز ما جسم باشد، مسئله تولید می‌کند یعنی زندگی را تبدیل به مسئله می‌کند و مانع می‌کند و دشمن می‌کند. حالا من مسئله را می‌گویم.



هرکسی که زندگی را به این ترتیب شروع کرده مسائل زیادی در زندگی‌اش ایجاد می‌کند. در یک زمانی شما باید بگویید که من می‌خواهم مسئول زندگی خودم باشم، مسئولیت‌م را دست آدم‌هایی که با آن‌ها همانیده هستم و من را می‌خواهند کنترل کنند، نمی‌خواهم بدهم. دست چیزها هم نمی‌دهم. مسئولیت هشیاری‌ام را به عهده می‌گیرم و اول شروع می‌کنید این مسائلی را که از گذشته شروع شدند، بگویید که من این‌ها را خودم تولید کردم و مسئولش هستم، این‌ها را یک‌جوری می‌بندیم ما.

که این مسائل از گذشته شروع شده، من خودم درست کردم، گرچه من ذهنی ما همیشه می‌گوید که دیگران درست کردند. اگر من ذهنی شما گفت دیگران درست کردند، بیایید به مرکز عدم [شکل ۲ (دایره عدم)]، مرکز عدم به شما خواهد گفت که خودتان درست کردید. وقتی قبول کردید خودتان درست کردید، شما دارای قدرت می‌شوید، می‌توانید عمل کنید.

اگر قرار باشد عمل کنید، بگویید که من پس از این دقت می‌کنم، حواسم روی خودم است که من دیگر مسئله درست نکنم و مسائل قبلی را هم حل کنم، این وظیفه من است. اگر بگویم مسائلم را پدر و مادرم ایجاد کردند یا مردم ایجاد کردند، و این مسائل ادامه دارد، من قدرتم را تفویض کردم باز هم به آدم‌های دیگر و چیزها، پس نمی‌توانم عمل کنم. اما این من ذهنی که الان می‌بینید در این جا [شکل ۱ (دایره همانندگی‌ها)] که به این صورت درست شد، امان نمی‌دهد به آدم، این قدر مسئله درست می‌کند گنج می‌کند آدم را، که نمی‌تواند آدم غیر از آن فکری که دید همانندگی‌ها می‌دهند که فکری تکراری هستند، فکر بکنند. فکر خلاق از مرکز عدم می‌آید [شکل ۲ (دایره عدم)].

پس بنابراین قبلاً گفتیم، امروز هم تأکید خواهیم کرد، می‌توانید دیو را در شیشه حجت بکنید. استدلال کنید، این من ذهنی را با استفاده از یک سری قوانین و اصول و پرهیز، دیو را در شیشه حجت بکنید. مولانا گفته، امروز هم می‌خوانیم شعرش را برای یادآوری، شما می‌گویید من این اصول را رعایت می‌کنم تا دیوم بروم درون شیشه، به من لطمه نزنند. دیو یک مدتی درون شیشه می‌ماند. اگر در آن فرصت شما عمل کنید، مسائل گذشته را حل کنید، مسئله جدید ایجاد نکنید، می‌توانید روی دیو هم اثر بگذارید، دیو را، دیو همین من ذهنی ما است، کوچک کنید. اگر دیو درون شیشه باشد و شما وقت‌گشی کنید، دیو بعداً از شیشه می‌آید بیرون.

و مولانا اصرار می‌کند که اول ای جانم، شرّ موش را دفع کن. گفته که انبار ما موش دارد و یکی از راه‌های دزدی‌اش همین مسئله‌سازی است که انرژی ما تلف می‌شود. شما مسئله‌سازی را هم در جمع می‌بینید، هم در



فرد می بینید. یک دفعه می بینید یک کسی که رئیس یک سازمان بزرگی است، یک کار بدی می کند، حمله می کند، یا به یک شرکتی حمله می کند، یا یک جای دیگر حمله می کند، مسئله درست می کند، تا حالا مسئله نبود.

بعد آن موقع در غزل هم هست، می گوید که آدم های مختلفی می آیند وارد مسئله می شوند که حلش کنند و انسان را مشغول می کنند، وقتش را تلف می کنند. پس بنابراین شما تصمیم می گیرید که کمک نکنید به جمع مسئله درست کنند، خودتان هم مسئله درست نکنید و شرّ موش را دفع کنید اول، بعداً گندم جمع کنید.

شرّ موش را دفع کنید یعنی خاصیت مسئله سازی را از منذهنی تان بگیرید. پس شما تمرکز می کنید روی خودتان، می گوید که من چجوری مسئله می سازم، نمی خواهم بسازم. در مسئله سازی دیگران هم شرکت نمی کنم. به عنوان یک ناظر هم مسئله سازی دیگران را می بینم چه به صورت فردی، چه به صورت جمعی که اینها در واقع از «شوخ» غم» به هم می ریزند. بعضی ها از ترس شان مسئله درست می کنند، حمله می کنند، گرفتاری برای دیگران ایجاد می کنند.

شما الان می دانید که اگر چیزی در مرکزتان باشد، با شما شوخی خواهد کرد، و می دانید هر غمی دارید از همانندگی می آید. وقتی می آمدیم به این جهان [شکل ۱ (دایره همانندگی ها)] و این چیزها را ما سریع در مرکزمان می گذاشتیم، پدر و مادرمان به ما نگفتند که مواظب باش خیلی با اینها همانند نشو، یعنی اینها را محکم نگیر. یک ذره دستت را باز بگذار که اینها چیزهای آفل این جهان است، اگر محکم ببندی غم خواهد داشت، هر همانندگی غم خواهد داشت، درد خواهد داشت، این را بدان.

حالا بچه ها، نوجوانان باید این را بدانند اگر همین طوری منذهنی درست کردند، منذهنی یک دفعه از چیزی خوشش می آید، می گوید من با این آها گرفتم!، و محکم دستم را بستم، آمد به مرکز!، این درد خواهد داشت. توجه می کنید؟! و دردش با شما بازی خواهد کرد. از این بازی خوشتان نخواهد آمد.

و این می گوید چرا این طوری است؟ برای این که زندگی طرحش این است که چیزی را که به مرکزتان می آورید، درد می دهد، شما این کار را نکنید، بفهمید. برای آگاه کردن و دادن شناسایی به ما است. ما می دانیم که شناسایی مساوی آزادی است. این را هم در ضمن می دانیم که فهمیدن مساوی شناسایی نیست.

خیلی از شما همین طور می فهمید، معنی می کنید ابیات را می روید جلو، این شناسایی نیست. من از شما خواهش می کنم بیت را که می خوانید فقط معنی نکنید، کاربردش را در خودتان ببینید. مثل همین بیت، چه چیزهایی در مرکز من هست؟ و غم اینها مرتب با من بازی می کنند، شوخی می کنند، من اینها را جدی می گیرم، احوالم خراب



است، این‌ها کدام‌ها هستند؟ نگذرید شما. باید مرتب نورافکن را روی خودتان بگذارید [شکل ۲ (دایره عدم)] تا این‌ها شناسایی بشوند، نه فهمیده بشوند. من می‌فهمم، بلکه هرچیزی را بگذاری مرکزت غم درست می‌کنید، غم درست می‌کنید، فهمیدم. نه، فهمیدی! ولی شناسایی نکردی در خودت که خوب این‌ها چه چیزهایی در شما هستند؟ این درس‌ها برای این است که ما از آن استفاده کنیم.

بالاخره این قدر باید شما مرکزتان را عدم نگه دارید که این دایره [شکل ۰ (دایره عدم اولیه)] که در روی صفحه دیده می‌شود کاملاً خالی بشود یعنی هیچ همانندگی در مرکز شما نماند. این حالت را ما می‌گوییم آفتابی‌ست که از مرکز ما طلوع می‌کند یعنی ما طلوع می‌کنیم از مرکزمان یا خداوند از مرکز ما، به‌عنوان ما طلوع می‌کند. این خورشید است، دائماً می‌درخشد، برای همین کار آمدیم و نباید در این جهان مشغول بازی و شوخی چیزها قرار بگیریم، موقع مردن هم خشمگین از این جهان برویم که این چیزهای این جهانی و رویدادها واقعاً من را از پا درآوردند.

خیلی از ما از دست شوخی این همانندگی‌ها از پا درآمده‌ایم. ولی باید بدانیم که در این زندگی زیرک و خردمند نبودیم، زیرک و خردمند این است که روی صفحه دیده می‌شود در مرکزش همانندگی ندارد. [شکل ۰ (دایره عدم اولیه)] هر موقع شما مرکزتان را پاک کردید کاملاً، شما زیرک و خردمند می‌شوید برای این‌که هیچ چیز بیرونی دیگر با شما نمی‌تواند شوخی کند. ولی اگر باشد ما را فریب می‌دهد و نادان می‌کند.

اما ابیاتی می‌خوانم در این‌جا از این ابیات ممکن است زود بگذرم ولی خواهش من این است که این‌ها را شما حفظ کنید، زیاد تکرار کنید تا معنی‌اش در درون شما باز بشود.

**با ترشان لاغ کنی، خنده زنی، جنگ شود**

**خنده نهان کردم من، اشک همی‌بارم از او**

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۱۴۲)

لاغ: شوخی

می‌گوید، با آدم‌هایی که مرکز همانیده دارند اگر شوخی کنی این‌ها جدی می‌گیرند و جنگ می‌کنند ولی کسی که مرکزش عدم است، می‌تواند شوخی کند. یک موقعی هست شما به کارهای من‌ذهنی‌تان یا من‌های ذهنی دیگر می‌توانید بخندید. یعنی شوخی آن‌ها را جدی نگیرید شما هم می‌خندید، می‌گذارید همانندگی‌ها برقصند، آزادی همین است دیگر، چیزهای این جهانی دائماً می‌رقصند، اگر فضای درون باز بشود و زیادو کم می‌شوند ولی احوال

شما خوب است. اگر بخندی، شوخی کنی، «تُرْشان» یعنی آن‌هایی که همانیده هستند، این‌ها خشمگین می‌شوند. بنابراین باید مواظب خودمان باشیم.

«اشک همی بارم آزو» یعنی از او پرهیز می‌کنم و فضا را باز می‌کنم و به زندگی رومی آورم. یعنی ما نمی‌توانیم کسانی که با چیزها همانیده شده‌اند این‌ها را به سهل‌گیری و آسان‌گیری و آسان زیستن دعوت کنیم، این‌ها سخت‌گیرند، در مرکزشان همانیدگی دارند. همانیدگی‌ها تغییر می‌کنند، این‌ها هم جدی می‌شوند، می‌ترسند. کسی که می‌ترسد، وحشت دارد، نمی‌شود با او شوخی کنی، توجه می‌کنید خوشش نمی‌آید. می‌گوید این کار جدی است، هیچ چیزی جدی نیست. در این جهان، اگر مربوط به این جهان است هیچ چیز این جهان جدی نیست، تنها چیز جدی همین فضای باز شده است برای همین آمدیم. یعنی چیز جدی «عشق» است فقط. داریم این را، می‌خواهیم عرضه کنیم. و همین‌طور این بیت، دوبیت را یادمان می‌آورد.

## یار در آخر زمان، کرد طَرَب سازی باطن او جِدِّ جِدِّ، ظاهر او بازی

### جمله عشاق را یار بدین علم کُشت تا نکند هان و هان، جهل تو طنّازی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۰۱۳)

دیگر هر دفعه این دو بیت را می‌خوانیم برای این‌که ابزار دست‌مان است. این دو بیت نشان می‌دهد که زمان روان‌شناختی از نظر خدا برای انسان تمام شده است. بنابراین انسان باید فضا را باز کند، تغییرات همانیدگی‌ها را جدی نگیرد. چون زمان روان‌شناختی تغییر همانیدگی‌ها یا من‌ذهنی را نشان می‌دهد و خداوند «طرب سازی» می‌خواهد بکند در درون ما، ولی ما از شوخی همانیدگی‌ها ناراحتیم.

الآن دارد می‌گوید که، ظاهر اوضاع که مربوط به این جهان است، بازی است. این فضایی که شما باز می‌کنید «جِدِّ جِدِّ» است فضای باز شده شما هستید و زندگی و می‌گوید از طریق همین جدی نگرفتن، بازی گرفتن تغییر همانیدگی‌ها است که خداوند همه عاشقان را کشته است. یعنی من‌ذهنیشان را به آن‌ها نشان داده است، فقط نفهمیدند من‌ذهنی دارند، شناسایی کردند و شناسایی مساوی با آزادی است پس همانیدگی‌ها را انداخته‌اند. پس از این شاید شما یاد بگیرید از مولانا که با بازی چیزها، بازی کنید. با بازی پولاتان مثلاً، بالا می‌رود شما هم بازی کنید، پایین می‌آید همین‌طور، بیت دوم غزل هم همین را می‌گوید.



پس بنابراین می‌گوید مواظب باش که این جهلِ من‌ذهنی، نادانیِ من‌ذهنی خودش را جا نزند بگوید که من بلام. فضا را باز کن و مواظب باشی جهلِ من‌ذهنی، نادانیِ من‌ذهنی می‌خواهد همانندگی‌ها را جدی بگیرد، بازیشان را جدی بگیرد و ناراحت بشود. یعنی شما اگر تغییر چیزهای این جهان به اصطلاح، آن‌ها را جدی می‌گیرید و ناراحت می‌شوید در این صورت درست نمی‌بینید. جهلِ من‌ذهنی‌تان شما را اداره می‌کند و مولانا در این‌جا می‌گوید که مؤمن باید زیرک باشد.

## مؤمن کس مُمیز کو که تا باز داند حیزکان را از فتی؟ (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۹۳۸)

کس: زیرک

مُمیز: تمیزدهنده، تشخیص دهنده

حیزکان: نامردان؛ حیز به معنی نامرد و مخنث است

فتی: جوانمرد، کریم

می‌گوید که مؤمن، کسی که ایمان دارد باید زرنگ باشد و ممیز باشد یعنی تشخیص‌دهنده باشد. کو؟ که بگوید این همانندگی است، چه انسانش، چه جسمش، در مرکز من نباید باشد، این فضای گشوده‌شده است، این فتی‌ست، جوان است، جوانمرد است، این هم حیز است، می‌ترسد، حیز معنی‌های دیگری هم دارد. حیز به معنی ترسو، نامرد، انسان اگر چیزی را در مرکزش بگذارد حیز می‌شود. حیز به معنی چشم‌چران و این‌ها نیست این‌جا و اگر مرکزش خالی باشد جوانمرد می‌شود.

پس بنابراین شما، نه تنها شناسایی باید خودتان بکنید که من حیزم یا فتی و اگر چیزی در مرکزمان هست حتماً حیزیم، جوانمرد نیستیم. و همین‌طور دیگرانی که اطراف ما هستند، شما باید بدانید اگر حیزکان، آن‌هایی که ترسو هستند به خاطر این‌که مرکزشان همان‌جایی است اطراف شما هستند، حتماً به شما ضرر خواهند زد.

و بارها در برنامه‌ها گفته‌ایم که، که مولانا، امروز هم به‌نظرم آوردیم برای شما بخوانیم که می‌گوید شما از شیر و ازدها نترسید از دوستان و آشنایان خودتان بترسید. هرکسی که همانندگی دارد، به ما ضرر خواهد زد. ما هم اگر همانندگی داشته باشیم، به خودمان و دیگران ضرر خواهیم زد. اگر ما زیرک و دانا باشیم دائماً به صورت مراقبه‌ای زندگی می‌کنیم که نه به خودمان لطمه بزنیم، نه به دیگران و نه بگذاریم که دیگران به ما لطمه بزنند، چون

می‌دانید که لطمه خواهند زد. این ضرررسانی من‌های ذهنی دست خودشان نیست، این من‌ذهنی همانیده یا مرکز همانیده از نظر زندگی طوری طرح شده که این خودش خودش را از بین ببرد.

## چون ز زنده مرده بیرون می‌کند نفس زنده سوی مرگی می‌تند

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۰)

خداوند دائماً از خودش مردگی را بیرون می‌کند، پس بنابراین طوری طرح کرده که من‌ذهنی دائماً به خودش لطمه بزند. به خودش که لطمه می‌زند، به دیگران هم لطمه می‌زند، تا ما این را به‌طور فردی و جمعی کشف کنیم و مسئله را حل کنیم.

این‌ها هم هست، کَیس یعنی زیرک، مُمیز: تمیزدهنده، حیَزان: نامردان، قَتی: جوانمرد، که خدمتتان عرض کردم.

این هم حدیث است.

«الْمُؤْمِنُ كَيْسٌ فَطِنٌ حَذِرٌ»

«مؤمن، زیرک و هوشمند و با پرهیز است.»

(حدیث)

پس می‌بینید که این فضای باز شده، هم زیرک است، هم هوشمند است، هم پرهیز دارد. اگر ما نمی‌توانیم پرهیز کنیم به این علت است که از طریق یک چیزی می‌بینیم که با آن همانیده هستیم و فکر می‌کنیم اگر این را زیاد کنیم ما سیر می‌شویم. با زیاد کردن آن ما سیر نمی‌شویم. همین‌طوری که بیت اول گفت، شما وقتی غم می‌آید، نباید به‌هم بریزید، باید فضا را باز کنید و این‌جا می‌گوید گلویش را بگیر.

## گر غمی آید گلوی او بگیر داد از او پستان امیر داد باش

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۵۸)

داد: عدل، انصاف

اگر دیدید غمی آمد، به‌عنوان امتداد زندگی فضا را باز کن و شناسایی کن، بگوها! به‌خاطر این است که من با آن همانیده هستم. «گلوی او بگیر»، ببین ریشه‌اش از کجاست؟ و «داد از او پستان» می‌گوید برو بیرون از مرکز



من، من مسئول مرکز هستم دیگر الآن. قبلاً خبر نداشتم، در گذشته آمدی، خوب الآن من شناسایی کردم، هل می‌دهم بروی بیرون.

و این ما هستیم که در واقع امیر داد هستیم. ما هستیم که باید کاری برای خودمان بکنیم، تصمیم بگیریم و اجرا کنیم. پادشاه خودمان، خودمان هستیم. و همان اول، امروز عرض کردم شما یک جایی در زندگی‌تان باید تصمیم بگیرید که تمام مسائلی که از گذشته شروع شده و الآن هم ادامه دارد، همه را من خودم درست کردم، تا توان این را پیدا کنید که این‌ها را یک‌جا ببندید، حالا اگر با کسی دیگر هست، حل کنید، با خودتان حل کنید، یک چیزی است درست کنید، و مواظب باشید که در این‌جا «حذر» داشتیم.

«حذر»، همین اتَّقُوا، پرهیز کنید، یعنی مواظب باش مسئله درست نکنی. شما می‌گویی من مواظب هستم مسئله درست نکنم و مواظب هستم دیگران هم برای من مسئله درست نکنند. و ها! این بیت:

## چونکه غم بینی، تو استغفار کن غم به امر خالق آمد، کار کن (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۸۳۶)

استغفار: طلب مغفرت کردن، عذرخواهی

وقتی ما از دست یک غمی به هم می‌ریزیم، باید معذرت بخواهیم، از چه کسی؟ از خداوند. توبه کنیم، بگوییم من تا حالا با این چیز همانیده بودم، الآن شناسایی کردم و این را در هُشیاری‌ام نگه می‌دارم که این بیفتد، این همانیدگی از مرکز من برود بیرون و من از زندگی معذرت می‌خواهم که این اندازه به حرف‌های من‌ذهنی‌ام گوش دادم. نگوییم که خوب همه می‌کنند آقا، من هم کردم، همین‌طور ادامه دارد، مردم باعث می‌شوند، نه. استغفار کن و این غم به امر زندگی آمده، خالق آمده، خداوند آمده. این برای این است که تو کار کنی.

اولین کار ما واقعاً فضاگشایی و قبول مسئولیت هشیاری‌مان در این لحظه است که این بزرگ‌ترین مسئولیت در زندگی است. شما نمی‌توانید بگویید حالم بد است، دیگران می‌کنند، همسر من می‌کند، بچه‌ام می‌کند، این می‌کند، او می‌کند. خوب شما می‌توانید رابطات را با او قطع کنی، می‌توانی جدا بشوی، می‌توانی فضاگشایی کنی، می‌توانی یک چیزی را تغییر بدهی. اول باید شما بگویید که کاری از دست من برمی‌آید، نه این‌که دیگران می‌کنند من که کاری نمی‌توانم بکنم آقا. این جبر است. هرچه که تا حالا انداختیم گردن دیگران، استغفار نکردیم دیگر. استغفار یعنی عذرخواهی از خداوند و برگشت. بگویید که من این کار را کرده‌ام دیگر، عذر می‌خواهم، به خودتان بگویید.



و همین‌طور این سه بیت را که دائماً می‌خوانیم، شاید اساسی‌ترین ابیات مولانا هستند که نشان می‌دهد که واقعاً همین‌طور که گفتیم، هرچیزی که شما را شاد می‌کند و مربوط به این جهان است، مواظب باش دستت را محکم نبندی، شل نگه دار، این ممکن است از دستت برود و در این جهان اگر مسئول خودمان هستیم نباید واقعاً چیزی را محکم بگیریم و رها نکنیم و آن چیز در حال تغییر باشد. فقط می‌خوانم.

## هرچه از وی شاد گردی در جهان

### از فراق او بیندیش آن زمان

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۹۷)

## زانچه گشتی شاد، بس کس شاد شد

### آخر از وی جست و همچون باد شد

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۹۸)

## از تو هم بجهد، تو دل بر وی منه

### پیش از آن کو بجهد، از وی تو بجه

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۹۹)

هنر ما این است که اولاً خودمان یاد بگیریم، به بچه‌هایمان هم یاد بدهیم، که از چیزهایی که خیلی خوشت می‌آید این‌ها را محکم نجسب. و وقتی که می‌خواهی بجسبی، به یادت بیاور که باید از آن جدا بشوی و این هم بدانیم که این چیز در حال تغییر است و خیلی‌ها برای همین چیز که اسمش پول است مثلاً، یا باور است یا درد است یا یک چیز تعلق‌داشتنی دیگر است، شاد شدند ولی آخرسر مثل باد از دستشان رفت، از ما هم خواهد رفت.

شما اگر با کسی آشنا می‌شوید می‌گویید به‌به عجب زنی است، عجب مردی است، همان موقع به فکر جدایی باشید. اگر به این فکر باشید که ممکن است از او جدا بشوم محکم نمی‌چسبید. عرض کردم دستتان را شل می‌گیرید و وقتی الان می‌بینید با چیزهایی همان‌ده هستید، می‌دانید که این‌ها خواهند رفت و همین الان هم غم دارند. قبل از این‌که این‌ها بروند فرصت داری.

برای همین می‌گویم خداوند به ما فرصت می‌دهد، بعضی از ما فرصت را از دست می‌دهیم، چه جمعی، چه فردی. فرصت را از دست می‌دهیم. جمعی که می‌گویم، یک‌دفعه می‌بینید در یک کشوری چهل سال، پنجاه سال صلح است و امنیت است و شادی هست و مردم رفاه مادی دارند و این‌ها، موقع کارشان است. این‌ها وقت را به بطالت می‌گذرانند، چهل، پنجاه، شصت سال بعد می‌بینند!! این‌جا یک دردی بالا آمد همه به‌هم ریختند شروع



کردند به اوقات تلخی. گاهی اوقات انقلاب می‌کنند، گاهی اوقات جنگ می‌کنند با همسایگانشان، یا خودشان با خودشان جنگ می‌کنند، از فرصت استفاده نکردند. وقتی اوضاع خوب است، باید برای رشدان کار کنیم و درست شیطان آن موقعها گول می‌زند.

حالا به صورت فردی ما می‌خواهیم ببینیم که وقتان چجوری می‌گذرد؟ شما از خودتان بپرسید وقت من چجوری می‌گذرد؟ آیا از تمام دقیقه‌هایم درست استفاده می‌کنم؟ این دقیقه‌ای که گذشت یا پنج دقیقه‌ای که گذشت، من صاحب چه نتیجه‌ای بودم؟ چه کاری بودم؟ همین طوری با هپروت و فکرهای بی‌مورد گذشت؟

یا نه؟ اصلاً من ساعت را می‌گذارم ببینم از حالا تا یک ساعت من چه کار می‌کنم؟ هیچ‌چیز؟ پس هیچ‌چیز، تو هیچ‌جا نمی‌رسی، رشدی نمی‌کنی، وقتت را تلف می‌کنی. اگر شما سالم هستید، پول دارید، آرامش هم دارید، خداوند به شما فرصت داده روی خودتان کار کنید. تلف کنید، فرصت از دستتان خواهد رفت.

ما این را هم می‌دانیم که:

## جز خضوع و بندگی و، اضطراب اندرین حضرت ندارد اعتبار (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۲۳)

اضطراب: درمانده شدن، بی‌چارگی

و شما وقتی بازی غم‌ها شروع می‌شود، شما فروتن می‌شوید، فضا را باز می‌کنید بندگی می‌کنید و اظهار ناتوانی می‌کنید به زندگی، اضطراب. اضطراب یعنی می‌گویی من نمی‌توانم، به صورت من ذهنی بالا نمی‌آییم. و ما می‌دانیم در پیشگاه خداوند همین الآن، فقط خضوع و بندگی و اضطراب هست که ارزش دارد، جور دیگر که به صورت من ذهنی بالا می‌آییم برحسب دید همانندگی‌ها، هیچ کاری انجام نمی‌دهیم.

حالا اگر شما واقعاً این سه بیت را می‌خواهید عمل کنید، بجهید، فضا را باز کنید، ببینید که آیا راهتان درست است؟ یا می‌گویید من بلد هستم؟

«بندگی» یعنی فضا را باز کردن. هر لحظه فضاگشایی یعنی بندگی. نمی‌دانم و من ذهنی‌ام بالا نیاید، همانندگی در مرکز من نیاید، این هم خضوع است، و این که اظهار عجز و ناتوانی که من خودم را نمی‌توانم تغییر بدهم. توجه کنید «اضطراب، ناتوانی» در این نیست که شما کار نکنید بگویید آقا من نمی‌توانم کار کنم! نه.

ما دچار یک بافت ذهنی هستیم که اسمش من‌ذهنی است، شناسایی و رهایی از آن بسیار بسیار سخت است. فقط آن‌هایی که دل می‌دهند، ابیات مولانا را تکرار می‌کنند، قانون جبران را انجام می‌دهند، آن‌ها موفق می‌شوند. این‌که یکی بگوید که اگر این‌جا چیز مهمی بود من می‌فهمیدم، من آدم فهمیده‌ای هستم، این خضوع نیست، این فروتنی نیست. من همه‌چیز را می‌فهمم، پس این‌ها را که من نمی‌فهمم یعنی چیز مهمی نیست دیگر، خضوع نیست. بعضی‌ها هنوز با هشیاری جسمی درحالی‌که من‌ذهنی دارند بندگی می‌کنند، آن هم بندگی نیست. وقتی هم شما می‌توانید خودتان را تغییر بدهید به‌لحاظ تبدیل هشیاری جسمی به هشیاری حضور، آن هم اضطراب نیست. اضطراب یعنی مرکز را عدم نگه داری بگویی که خداوند به من کمک کند.



شکل ۳ (مثلث تغییر با مرکز همانیده)



شکل ۴ (مثلث تغییر با مرکز عدم)



شکل ۵ (مثلث همانش)



شکل ۶ (مثلث واهمانش)

خوب همین‌طور که همین‌الآن گفتیم شما باید مرکز را عدم کنید [شکل ۴ (مثلث تغییر با مرکز عدم)]، مدت‌های زیادی این کار را بکنید و در روز چندین بار تکرار کنید. یعنی هر موقع یادتان افتاد، دیدید که یک چیزی آمده مرکزتان، مرکزتان جسم است، مرکز را با فضاگشایی عدم کنید تا تبدیل در شما صورت بگیرد. پس شما متعهد به مرکز عدم هستید. این تعهد را شما باید مرتب نگه دارید. تعهد به مرکز عدم تعهد به آلت هم است. مرکز عدم یعنی من از جنس زندگی هستم الآن اعتراف می‌کنم عملاً، با عدم کردن مرکز از جنس آلت هستم، از جنس زندگی هستم. این باید باشد.

اگر قرار باشد بندگی باشد، که الآن گفتیم (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۲۳)، اگر قرار باشد که شما مرتب نچسبید، طبق این سه بیت (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، از بیت ۳۶۹۷ تا ۳۶۹۹) به چیزها، در این صورت [شکل ۳ (مثلث تغییر با مرکز همانیده)] باید کوشا باشید در عدم کردن مرکز و تمرکز روی خود و مراقب بودن که من چکار دارم می‌کنم.

یعنی به‌طور ایده‌آل لحظه‌به‌لحظه شما باید مراقب خودتان باشید که من چکار دارم می‌کنم؟ چه فکری می‌کنم؟ این فکر از کجا می‌آید؟ از یک همانیدگی می‌آید ایجاد غصه می‌کند، یا از مرکز عدم می‌آید؟ اگر از مرکز همانیده می‌آید کدام همانیده است؟ چه غمی به من دست می‌دهد؟ این مواظب بودن است، مراقب بودن است.

و همین‌الآن گفتیم اگر چیزها بیاید مرکز من [شکل ۵ (مثلث همانش)] این‌ها عینک دید من بشوند، پس دارم همانیده می‌شوم با چیزهای گذرا یا آفل و دارم می‌روم به زمان روان‌شناختی. زمان روان‌شناختی گفتیم تغییرات من ذهنی را انجام می‌دهد که عمدتاً برای همین است که ما در گذشته و آینده هستیم.

وقتی یک چیزی می‌آید مرکز ما و با آن همانیده می‌شویم، دوتا خاصیت قضاوت و مقاومت در ما ایجاد می‌شود، که من می‌خواهم حتماً توجه کنید؛ «مقاومت» یعنی این‌که آن چیزی که الآن در مرکز من است برای من مهم است و من با آن کار دارم، «قضاوت» هم یعنی این‌که خوب و بدی‌اش برای من فرق می‌کند. اگر خوب و بدی این نقطه‌چین‌ها، یعنی همانیدگی‌ها، برای شما فرق می‌کند، در این صورت بازی را جدی گرفتید، در این صورت از غم همانیدگی‌ها بژولیده خواهید شد، به هم خواهید ریخت.

مهم است که به این شکل [شکل ۵ (مثلث همانش)] نگاه کنید و مراقب کنید، این‌که آیا بازی غم‌ها، بازی غم‌ها یعنی بازی همانیدگی‌ها یا تغییر همانیدگی‌ها، که مرتب من مقاومت در مقابل آن‌ها دارم، چون مرکز من است برای من مهم است که سر این چه می‌آید، از آن زندگی می‌خواهم و در نتیجه خوب و بد بودنش هم برای من مهم



است. یک چنین وضعیتی که به سادگی روی صفحه دیده می شود [شکل ۵ (مثلث همانش)] ما را می تواند بدبخت کند. مولانا می خواهد با همین بیت ما از این شکل [شکل ۵ (مثلث همانش)] بیدار بشویم، این را ادامه ندهیم. و همین طور راه درمان این است [شکل ۶ (مثلث واهمانش)]، با فضاگشایی مرکز را عدم کنیم. این واهمانش که بعدش عذرخواهی آمده، می گفت: «چون که غم بینی، تو استغفار کن» پس اگر این حالت [شکل ۵ (مثلث همانش)] را در خودمان دیدیم، [شکل ۶ (مثلث واهمانش)] استغفار بکنیم، عذرخواهی بکنیم و برگردیم به این لحظه، استغفار یعنی برگشت به این لحظه، یعنی دوباره از جنس زندگی می شویم، یعنی مرکز را عدم می کنیم، اگر مرکز را عدم می کنیم می بینیم که ما می خواهیم از زندگی، زندگی بگیریم نه این همانیدگی؛ پس فرقی را می دانید چیست.

اگر در ما یک بینشی، یک بیداری به وجود بیاید که در این لحظه به جای یک همانیدگی از خود زندگی، زندگی بگیریم، کارمان درست می شود. اگر از خود زندگی، زندگی بخواهیم، خوشبختی بخواهیم، همه چیز بخواهیم، در این صورت می بینیم که دوتا خاصیت جدید را که نمی شناختیم، تا حالا فقط اسمش را شنیده بودیم، که «شکر» و «صبر» است در ما به وجود می آید. می بینیم که در ما یک رضایتی، یک شاکر بودن، یک قدرشناسی، که این بارزش است، این بینش، این چشم من باز می شود الآن از طریق زندگی می بینم، در من به وجود آمد. یعنی این حالت را من قدرشناسی می کنم و این از مرکز عدم می آید.

و من متوجه می شوم برعکس حالت قبل [شکل ۵ (مثلث همانش)] که من عجله داشتم، صبور شدم [شکل ۶ (مثلث واهمانش)]. و در تمام این لحظه ها که مرکز من عدم است می بینم که من میل ندارم ضرر به خودم بزنم. این پرهیز، که حالت واقعاً خیلی مهمی دارد در مولانا، واقعاً به معنی محرومیت نیست یعنی ما مواظبیم مرکزمان عدم بماند به کسی ضرر نزنیم. ضرر موقعی فقط می زنیم که زندگی را براساس همانیدگی ها بگذاریم، هم به خودمان و هم دیگران. مرکز را عدم بکنیم به خودمان و دیگران دیگر ضرر نمی زنیم.

اتفاقاً آن حالت رَبِّبُ الْمَنُونِ هم تمام می شود، برای این که ما از شک بیرون می آییم. مرکز عدم باشد ما از شک بیرون آمدیم، مرکز همانیده باشد ما نمی توانیم با فکر کردن و باور کردن و این ها از شک بیرون بیاییم، برای این که دیدن برحسب همانیدگی ها شک را تولید می کند، اصلاً این شک است. توجه می کنید؟! نمی شود یک نفر از طریق همانیدگی ها ببیند، شک نداشته باشد و تقلید هم نکند. تقلید بیچاره کرده ما را. تقلید ما را بدبخت کرده، به لحاظ زندگی به لحاظ تبدیل. شک و تقلید که به نظر من ذهنی ما هم می گوید در وقت صرفه جویی می کنیم! آقا شما بگویند شما چجوری زندگی می کنید ما عین شما می خواهیم زندگی کنیم! هم چون چیزی نمی شود.

زندگی از درون شما می‌جوشد می‌آید بالا، باید در درون شما زندگی بشود، باید مرکزتان عدم بشود. شما ارزش دارید نمی‌توانید مثل دیگران زندگی کنید. هم‌ااش چیزهای سطحی نیست که، شما چجوری راه می‌روید من هم آنطوری راه بروم! چجوری از زمین بلند می‌شوید چجوری غذا می‌خورید من هم عین شما! زندگی، زندگی نمی‌شود. تازه ما برای این منظور نیامدیم به این جهان! برای این نیامدیم که یک نفر پیدا کنیم بگوییم آقا شما همه چیزتان درست است ما به شما نگاه می‌کنیم عین شما زندگی می‌کنیم! نمی‌شود هم‌چون چیزی.

همه ما باید در درون باز بشویم، به زندگی وصل بشویم، ریشه داشته باشیم، روی پای زندگی، زندگی کنیم، نه به تقلید از دیگران. ولی من‌ذهنی که برحسب همانیدگی‌ها می‌بیند نمی‌تواند تقلید نکند، در ذاتش است. پس در ذات من‌ذهنی شک هست و تقلید هست، در ذات هشیاری حضور با مرکز عدم، صبر هست و شکر هست و پرهیز هست.

پرهیز از این‌که چیزی بیاید به مرکز، مواظبت. درست مثل این‌که یک نفر بیست و چهارساعته می‌پاید که چیزی از بیرون به مرکزش نیاید، چون اگر بیاید مرکزش دیگر آن حال و آن وصل و آن عشق و آن حالتی که بود، رفت. چرا؟! فقط یک عینک از بیرون آمد.

پس شما این‌ها را یکی یکی بیرون می‌کنید و اگر آمد می‌فهمید. امروز باز هم می‌خوانیم که مولانا با استفاده از آن «رُدُّوا لَعَادُوا»، می‌گوید من به تو این قدر کمک می‌کنم از ذهن درمی‌آورم دوباره برمی‌گرددی به ذهن!



شکل ۷ (مثلث ستایش با مرکز همانیدگی‌ها)



شکل ۸ (مثلث ستایش با مرکز عدم)

و همین‌طور این شکل [شکل ۷ (مثلث ستایش با مرکز همانیدگی‌ها)] شما می‌دانید که لحظه‌به‌لحظه ما زیر عنایت و جذبۀ خداوند یا زندگی هستیم، یعنی می‌خواهد خودش را از همانیدگی‌ها بیرون بکشد. درواقع خود خداوند است که آمده به‌صورت هشیاری ما با چیزها همانیده شده‌است. و ما، آن بیت اول دارد می‌گوید دیگر، همانیده شدیم و از بازی و شوخی همانیدگی‌ها ناراحتیم، به‌هم می‌ریزیم مرتب، وقتی به‌هم می‌ریزیم هشیاری ما جسمی است، توأم با درد می‌شود، هیچ‌کس آن‌طوری سر حال خودش نیست که زندگی طرح کرده، هشیار نیستیم.

پس درنتیجه ما جلوی عنایت و جذبۀ خداوند را [شکل ۷ (مثلث ستایش با مرکز همانیدگی‌ها)] با توجه به این‌که از طریق همانیدگی‌ها می‌بینیم و این‌ها در مرکز ما هستند گرفته‌ایم. درواقع ما چیزهای این‌جهانی را ستایش می‌کنیم و غمش هم می‌کشیم.

مولانا به ما می‌گوید که مرکز را عدم کن [شکل ۸ (مثلث ستایش با مرکز عدم)]، عقل و حس امنیت و هدایت و قدرت را از زندگی بگیر، درضمن در معرض عنایت و جذبۀ خداوند قرار بگیر، درعین‌حال تو خداوند را پرستش می‌کنی نه چیزها را. این را هم که فهمیدیم.

می‌بینید که وقتی مرکز عدم است دیگر دست‌خوش یا آلت دست بازی همانیدگی‌ها نیستیم، بنابراین از دست بازی آن‌ها به‌هم نمی‌ریزیم.

همین‌طور زیرک هستیم و خردمند، ولی این حالت [شکل ۷ (مثلث ستایش با مرکز همانیدگی‌ها)] که انسان جلوی عنایت و جذبۀ خداوند را گرفته و بت‌پرست است، برای این‌که چیزها در مرکزش هستند، اسمش را گذاشته گول، نادان. و ما از این نادانی می‌خواهیم دربیاییم.

◆◆◆ پایان بخش اول ◆◆◆





شکل ۹ (افسانه من ذهنی)



شکل ۱۰ (حقیقت وجودی انسان)

داریم بررسی می‌کنیم بیت اول غزل را با افسانه من ذهنی،

[شکل ۹ (افسانه من ذهنی)]

**گر من ز دست بازی هر غم پژولمی**  
**زیرک نبودمی و خردمند، گولمی**  
 (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۹۶)

دست بازی: شوخی، بازی

پژولیدن: درهم شدن، پریشان شدن

گول: احمق، نادان

و واقعاً افسانه من ذهنی همین بی‌خردی انسان را نشان می‌دهد که همانندگی‌ها در مرکز هست، قضاوت و مقاومت برقرار است و در زمان زندگی می‌کند. فکر می‌کند من ذهنی است، هشیاری جسمی دارد، از عدم بی‌خبر است و زندگی را تبدیل می‌کند به مانع و مسئله و دشمن، و بازی هر همانندگی که به صورت غم خودش را عرضه می‌کند به این شخص [شکل ۹ (افسانه من ذهنی)] این شخص را پژولیده می‌کند، یعنی به هم می‌ریزد. با غم‌های زیادی این شخص به هم می‌ریزد. و نمونه این جور اشخاص را شما دیده‌اید، شاید هم یک موقعی خودتان بوده‌اید و می‌دانید که به علت بسیاری همانندگی‌ها در مرکزتان، به وسیله بسیاری از غم‌ها می‌توانستید به هم بریزید.

بعضی انسان‌ها هستند که در واقع هر طرف که نگاه می‌کنند، به هم می‌ریزند، هیچ حال خوبی ندارند. این‌ها نمی‌توانند به خودشان و به دیگران لطمه نزنند. این‌ها نمی‌توانند بدنشان را سالم نگه دارند. این حالت روی بدن و سه بُعد دیگر اثر می‌گذارد. بدن ما شروع می‌کند به مریض شدن، فکرهاى ما شروع می‌کند از طریق هشیاری جسمی خراب شدن، دیگر مؤثر نمی‌شوند، ما خلاق نیستیم. ما یک سری فکرهاى قدیمی را که یاد گرفته‌ایم با آن همانیده هستیم تکرار می‌کنیم و اگر ما همان فکرها را تکرار کنیم و همان اعمال را انجام بدهیم و انتظار داشته باشیم نتیجه دیگری بگیریم که زندگی‌مان بهتر بشود این همان گول من‌ذهنی است، که مولانا می‌گوید.

«گول» چه کسی است؟ شما الآن می‌توانید تعریف کنید که انسان همین فکرهاى تکراری را فکر کند، همان اعمال تکراری را عمل کند ولی نتیجه بهتری را انتظار داشته باشد. این دیگر خردمند و زیرک نیست بلکه گول است.

و من امروز عرض کردم که شروع کنید به تمرکز روی خود که من چجوری مسئله‌سازی می‌کنم؟ هیچ‌کس نگوید که مسائل من را دیگران می‌سازند. من پیشنهاد می‌کنم بگویید که من می‌خواهم این موش را که انبار من را می‌دزدد، من همی گندم می‌ریزم در این انبار، موش می‌دزدد، امروز خواهیم خواند، همین الآن، و می‌خواهم ببینم که این موش چجوری می‌دزدد؟ کدام موش می‌دزدد؟

چه جنبه‌ای از من‌ذهنی‌ام موش است؟ یعنی چه چیزهایی هست که من مسئله‌سازی می‌کنم؟ مسئله می‌آفرینم و شروع می‌کنم به حل کردن این مسائل، نمی‌خواهم دیگر مسئله بسازم و می‌خواهم مسائل قبلی را با استفاده از این بینش، که من درست کردم و مسئولش من هستم، این‌ها را حل کنم.

این [شکل ۱۰ (حقیقت وجودی انسان)] هم حقیقت وجودی انسان است که یواش‌یواش که ما متوجه می‌شویم که باید از دست بازی غم‌ها خلاص بشویم. پس از دست بازی یا تغییر همانیدگی‌ها باید خلاص بشویم، مرکز را عدم می‌کنیم، صبر و شکر می‌آید به زندگی ما، این لحظه را با پذیرش در واقع شروع می‌کنیم. این لحظه دائماً با پذیرش و رضا شروع می‌شود و یکی از آن چیزهایی که در خودمان این لحظه باید بازبینی کنیم این است که این لحظه من راضی هستم؟ خوشحال هستم؟ پذیرش دارم؟ پذیرش یعنی مرکز عدم است. پس از یک مدتی خواهیم دید که به شادی که از این همانیدگی‌ها نمی‌آید، در واقع خوشی حاصل از این همانیدگی‌ها [شکل ۹ (افسانه من‌ذهنی)] قابل تغییر است، اسمش خوشی است و شادی اصیل [شکل ۱۰ (حقیقت وجودی انسان)] که از اعماق وجود ما می‌جوشد می‌آید بالا به وسیله ما تجربه می‌شود، یواش‌یواش من متوجه می‌شوم که دارم آفریننده می‌شوم.



دیگر فکرهای قدیم را تکرار نمی‌کنم انتظار نتایج بهتر داشته باشم. دارم فکرهای جدید خلق می‌کنم، اعمال جدیدی انجام می‌دهم، رفتار جدیدی دارم، یک‌جور دیگر عمل می‌کنم، پس زیرک و خردمند شدم، دیگر مثل این شکل بالا [شکل ۹ (افسانه من‌ذهنی)] گول نیستم. نادان نیستم که بیایم همین فکرها را بکنم، همان کارها را بکنم، فکر کنم زندگی‌ام حتماً باید عوض بشود، نه نمی‌شود دیگر آن گول نیستم. پس دارم به حقیقت وجودی خودم [شکل ۱۰ (حقیقت وجودی انسان)] دست پیدا می‌کنم.

ابیاتی را می‌خوانم که یادآوری بشود همین چیزهایی که خدمتان عرض کردم به‌علاوه مطالب دیگری که ببینیم مولانا چه پیشنهادهایی می‌کند.

## فعل توست این غصه‌های دم‌به‌دم این بُود معنیِ قَدْ جَفَّ الْقَلَمُ

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۲)

این‌که زندگی یا خداوند این لحظه زندگی درون و بیرون ما را می‌نویسد، درواقع معنی‌اش این است که این غصه‌هایی که لحظه‌به‌لحظه ما تجربه می‌کنیم، که غزل غم داشت دیگر، فعل من است. پس الآن نتیجه می‌گیریم که من مسئولیت را به‌گردن می‌گیرم و این غم‌هایی هم که در زندگی من به‌وجود آمده مسئولش من بودم، الآن می‌خواهم اقدام کنم. اگر این‌طوری بگویم می‌توانم عمل کنم، می‌توانم زندگی‌ام را تغییر بدهم. می‌توانم مرکز را عدم بکنم از خداوند کمک بگیرم، می‌توانم اگر بلد نیستم از مولانا بپرسم. گفت:

## اختیار آن را نکو باشد که او مالک خود باشد اندر اتقوا

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۴۹)

یعنی درست است که فرق انسان و حیوان درواقع قدرت انتخاب است، انسان می‌تواند انتخاب کند، ولی به شرط این‌که در فضای «اتقوا» مالک خودش باشد، پرهیز بکند. پرهیز بکند یعنی چه؟ از طریق همانندگی نبیند. یعنی مالک خود باشد، تصمیمش را خودش بگیرد، نه چیزی که با آن همانیده است. که بعداً با آن شوخی خواهد کرد. توجه می‌کنید؟! خودش تصمیم بگیرد.

اگر شما مرکزتان عدم است حتماً مسئول هم هستید، پس بنابراین اختیار هم دارید. اگر مرکزتان عدم نیست یک چیز بیرونی است آن دارد تصمیم می‌گیرد، بینش آن، نه شما. شما آن فضای گشوده‌شده هستید.



همان اول که برنامه را شروع می‌کنیم می‌گوییم شما هشیاری هستید امتداد خدا هستید، این شما هستید. اگر قدرتتان را تفویض کردید به چیزها، برای این‌که آن‌ها آمدند مرکزتان، برای این‌که دید آن‌ها شده دیدتان، فکر آن‌ها شده فکرتان، عملی که آن‌ها القا می‌کنند شده عملتان، خوب مسئولیت را شما دادید رفته دیگر!

شما دارید می‌گویید که این چیزی که من با آن همانیده شدم مسؤل است! کی حالا این را گذاشته مرکز ما؟ پدر و مادرم، پس آن‌ها مسؤلند به من مربوط نیست! جامعه. بیایند زندگی من را درست کنند! نه، من زندگی خودم را خودم می‌خواهم درست کنم. و

«جَفَّ الْقَلَمُ بِمَا أَنْتَ لَاقٍ.»

«خشک شد قلم به آنچه سزاوار بودی.»

(حدیث)

یعنی این لحظه به آن چیزی که سزاوار هستیم قلم خداوند خشک می‌شود، هرچه فضا را بازر می‌شویم سزاوارتر می‌شویم، هرچه بیشتر مرکزمان را عدم نگه می‌داریم بهتر می‌شویم.

## اندک اندک آب را دزدد هوا دین چنین دزدد هم احمق از شما

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۵۹۶)

شما یک سطل آب را بگذارید آن‌جا جلوی آفتاب، بعد از دو ساعت بیایید ببینید هیچ آب نمانده. اگر آن‌جا بایستید نمی‌فهمید که آب دارد بخار می‌شود. می‌گوید، آدم احمق هم از ما دین را، خرد را، عشق را، آن‌طوری می‌دزدد. پس ما مواظبیم که با چه کسی دوست هستیم، با چه کسی قرین هستیم.

این بیت صورت دیگری است از پیشنهاد مولانا برای این‌که ما مواظب قرین باشیم. پس اول مواظب هستیم که خودمان دین را از خودمان نذریم. مواظب من‌ذهنی‌مان هستیم با فضاگشایی، درضمن با همین فضاگشایی مواظب آدم‌های اطرافمان هستیم که چه کسی من را عصبانی می‌کند.

اگر طاقت این را ندارم که با یکی روبرو بشوم بهتر است نشوم، دور و بر او نباشم. توجه می‌کنید؟! «دین چنین دزدد» دین به‌جای خیلی چیزها نشسته در این‌جا. البته می‌دانید دین از نظر مولانا اتصال به خداوند است. دین این نیست که ما یک تعداد باور داشته باشیم با آن‌ها همانیده بشویم، دین یعنی این فضا را می‌بندد.

وقتی فضا را باز می‌کنیم رفته‌رفته هشیارانه از جنس او می‌شویم داریم دین پیدا می‌کنیم، داریم او را می‌بینیم. به وصال می‌رسیم، به وحدت مجدد می‌رسیم. می‌گوید احمق، یعنی من ذهنی، دین را، این حالت را، این استعداد را، از ما می‌دزدد. و عرض کردم، ما می‌توانیم دیو را زندان بکنیم.

## شرع بهر دفع شرّ رایّ زند دیو را در شیشه حُجّت کُند (مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۱۱)

شما می‌توانید بنشینید با خودتان یک جلسه کنید تنهایی، بگویید که این دیو من، یعنی من ذهنی من، از چه جاهایی به من حمله می‌کند؟ بنویسید روی کاغذ. این وقت را باید بگذارید این همان قانون جبران است. شما باید کار کنید روی خودتان.

دوستان ما می‌آییم من ذهنی درست می‌کنیم، من ذهنی را جامعه تحریک می‌کند، شما نمی‌توانید به جامعه ایراد بگیرید به مردم ایراد بگیرید ولی می‌توانید خودتان را محافظت کنید. یکی‌اش همین است. «شیشه حُجّت» یعنی استدلال می‌آورید، حَزَم دارید که من چه کارهایی نباید بکنم؟ روی کاغذ می‌نویسید، وقتی آن کاغذ را شما اجرا می‌کنید دیو من ذهنی فعلاً می‌رود درون شیشه، شما درش را می‌بندید، فعلاً آن جا هست به شما آسیب نمی‌زند. مثلاً شما اگر غیبت نکنید، مردم هم ممکن است غیبت شما را نکنند. شما اگر ایراد نگیرید به شما ممکن است ایراد نگیرند.

پس شما می‌توانید روی کاغذ بنویسید من دیگر پس از این نمی‌خواهم غیبت کنم، انتقاد کنم، بدی مردم را بگویم. اگر شما به کسی ضرر نزنید، ممکن است به شما ضرر نزنند، نمی‌گویم امکان ندارد. شما با کسی کاری ندارید، یک دفعه می‌بینید آمده لگد می‌زند به درتان، این به‌ندرت پیش می‌آید، ولی جزو قاعده نیست.

پس بنابراین شما می‌گویید که من کارهایی را نخواهم کرد، مثلاً با قانون در نمی‌افتم، یک کار بدی نمی‌افتم، مثلاً یک وکیل دارم با او مثلاً مشاوره می‌کنم، کار غیرقانونی نمی‌کنم، خوب شما دارید زوایا را می‌بندید که خودتان به خودتان آسیب نزنید. حالا به همین ترتیب دیگران هم نگذارید به شما آسیب بزنند، «شرع بهر دفع شرّ رایّ زند» یعنی شما با عقل خودتان، با قوانین یک مملکت دارید زندگی می‌کنید، می‌گویید که من یک چیزهایی می‌نویسم، آن‌ها را اجرا می‌کنم، دیو من ذهنی‌ام برود درون شیشه، به من فرصت بدهد. وقتی فرصت می‌دهد، کار کنید. همانندگی‌ها را بشناسید، ببندازید، ولی بعداً می‌آید بیرون!.

عرض کردم، در مورد کل جامعه هم صادق است این. جامعه می‌تواند دیو را فعلاً درون شیشه بکند. در یک مملکتی ممکن است مدت‌ها دیو درون شیشه باشد و قوانین رعایت بشود و فرصت باشد، امنیت باشد، رفاه باشد، در آن موقع آدم باید روی خودش کار کند، جامعه باید روی خودش کار کند، یعنی همه تشویق کنند هم‌دیگر را کار کنند تا حضور زیاد بشود، چون دیو بیرون می‌آید، اگر از بین نرود، بیرون می‌آید. شما دیوتان را درون شیشه می‌کنید، ضعیفش می‌کنید.

و می‌دانید که این دیو، ما را می‌کشد به ذهن، این سه بیت مهم است برای این‌که دارد می‌گوید که این لحظه زندگی رحمتش پُر است، می‌خواهد به ما کمک کند ولی چون مرکز ما همانیده است نمی‌تواند و زندگی مجبور است به ما سختی بدهد. خداوند مجبور است کارها را خراب کند و ما توبه کنیم، بکشد ما را به مرکز عدم، بتواند لطفش را بکند. ولی باز هم وقتی حالمان خوب می‌شود دیو می‌آید بیرون، ما را می‌آورد به ذهن، همان کارهای قبلی را می‌کنیم. این سه بیت را حفظ کنید لطفاً و بخوانید و عمل کنید.

### گویش: رُدُّوا لَعَادُوا، کار توست

### ای تو اندر توبه و میثاق، سُسْت

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۸)

### لیک من آن ننگرم، رحمت کنم

### رحمتم پُرست، بر رحمت تنم

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۵۹)

### ننگرم عهد بدت، بدهم عطا

### از گرم، این دم چو می‌خوانی مرا

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۱۶۰)

یعنی این‌که خداوند به ما می‌گوید که من تو را هی می‌آورم به مرکز عدم، برمی‌گردی یک چیزی را می‌گذاری مرکزت، این کار تو است و تو در این توبه که بیایی به مرکز عدم و خودت را از جنس الست بکنی، بسیار سُسْت هستی، حالا ما تصمیم می‌گیریم که سُسْت نباشیم در این کار.

شما تصمیم بگیرید که مسئول من هستم، می‌دانم یک عده‌ای من را عصبانی می‌کنند و من الآن فهمیدم که این همانیدگی‌ها با من بازی می‌کنند، شوخی می‌کنند، من جدی می‌گیرم این کارها را، تغییرات همانیدگی را جدی نخواهم گرفت و نخواهم گذاشت مردم من را از حالت عادی بیرون بیاورند.

اگر می‌شود پرهیز کنم، اطراف یک عده‌ای نگردم، یک کتاب‌هایی را نخوانم، یک فیلم‌هایی را نبینم، بعضی جاها نروم، اخبار تماشا نکنم، آن، خلاصه شما می‌دانید چه چیزی شما را می‌آورد به ذهن.

از زبان زندگی می‌گوید که ای انسان من به کارهایت نگاه نمی‌کنم، هی می‌کشم به مرکز عدم، می‌روی به ذهن، سست هستی، ولی به این نگاه نمی‌کنم، من همه‌اش رحمت می‌کنم و رحمتم پر است. کارم رحمت دادن است، لطف کردن است، فیضم را می‌دهم، کمک می‌کنم، من به عهد بد تو نگاه نمی‌کنم، من می‌بخشم اگر این لحظه مرکز را عدم کنی، من را بخوانی.

پس الآن می‌گوییم که دیو را درون شیشه کردم، مسئول خودم هستم، دیگر مسئله ایجاد نخواهم کرد، مسائل شروع شده از قبل را با خرد و خردمندی حل می‌کنم. وظیفه خودم است حل کنم، توقع و انتظار از کسی ندارم بیاید این مسائلی را که من ایجاد کرده‌ام او حل کند و می‌دانم کسی نخواهد آمد. این‌ها را یک جوری باید من حل کنم و می‌دانم هم که اگر مرکز را عدم کنم و فضا را باز کنم، رحمت خداوند پر است، به گذشته نگاه نمی‌کند، به من کمک خواهد کرد. این آیه را بارها خوانده‌ایم.

«بَلْ بَدَا لَهُمْ مَا كَانُوا يُخْفُونَ مِنْ قَبْلُ ۖ وَلَوْ رُدُّوا لَعَادُوا لِمَا نُهُوا عَنْهُ وَإِنَّهُمْ لَكَاذِبُونَ.»

«نه، آنچه را که از این پیش پوشیده می‌داشتند اکنون برایشان آشکار شده، اگر آنها را به دنیا بازگردانند، باز هم به همان کارها که منعشان کرده بودند باز می‌گردند. اینان دروغ‌گویانند.»  
(قرآن کریم، سوره انعام (۶)، آیه ۲۸)

«نه، آنچه را که از این پیش پوشیده می‌داشتند اکنون برایشان آشکار شده، اگر آنها را به دنیا بازگردانند، باز هم به همان کارها که منعشان کرده بودند باز می‌گردند»، این همین است دیگر که ما می‌آییم به مرکز عدم دوباره برمی‌گردیم ذهن، آن کارها را انجام می‌دهیم. بهانه‌مان هم این است که مردم ما را ترغیب می‌کنند، تشویق می‌کنند، تحریک می‌کنند. می‌گوید: «اینان دروغ‌گویانند.» یعنی ما اگر همین چیزهایی که می‌گوییم رعایت نکنیم، حس مسئولیت نکنیم، بیندازیم گردن دیگران، درست هم هست دیگران ترغیب می‌کنند، تحریک می‌کنند ما را، ولی داریم می‌گوییم که مسئولیت شماست که مرکز را عدم کنید، از زندگی خرد بگیری و نگذارید مردم روی شما اثر بد بگذارند، وظیفه شماست خودتان را حفظ کنید. همین بیت خیلی مهم است.

چون نباشد قوتی، پرهیز به

در فرار لا یطاق آسان بجه

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۹۶)

لا یطاق: که تاب نتوان آوردن



آسان بچه: به آسانی فرار کن

«فرار لا يُطاق» یعنی شما می‌توانید فرار کنید و می‌دانید که از عهدهٔ همانیدن با این چیز بر نمی‌آید. شما به هر چیزی که می‌رسید و می‌خواهید با آن همانیده بشوید، فکر کنید، بگویید که آیا من این را مرکزم بگذارم، من می‌توانم طاقتش را بیاورم؟ اگر نه، فرار کن. اگر مولانا نیستید، آن قوت را ندارید، قوت روحی و فکری، آن فضای گشوده‌شده ندارید، اصلاً اگر توانِ فضاگشایی ندارید، پرهیز باید بکنید. نرو آن‌جا، نخوان آن کتاب را، نبین آن را، قرین آن چیز یا آن کس نشو.

نداری آن قوت را پرهیز کن و بگویی من از عهدهٔ این بر نمی‌آیم، من باید از این آسان بجهم، آسان جهیدن یعنی بلند شدن و فرار کردن. نه این‌که حالا ببینم چه می‌شود، نمی‌توانم بروم. این به اصطلاح اینرسیِ ذهن که می‌خواهد ببیند چه می‌شود و بلند نمی‌شود، تغییر را انجام نمی‌دهد، دیدید که وقتی می‌خواهیم یک جا برویم، حالا باید بیست دقیقه پیش پا می‌شدیم، هنوز می‌گوییم حالا تلویزیون این را نشان می‌دهد این را هم ببینم، دارد دیر می‌شود. بیست دقیقه پیش باید بلند می‌شدید.

بلند می‌شدید و الان می‌گوید دقت کن که در اوایل کار، ما توان تحمل همانندگی را نداریم. این‌ها به بیت اول می‌خورد. شما می‌دانید یک چیزی می‌آید مرکزتان، شروع می‌کند به تغییر و بازی، غمش شما را بازی می‌دهد، شما از عهدهٔ بازی با غم نمی‌آید، نمی‌توانید بر بیایید، چون قوت ندارید. قوت از فضای گشوده‌شده می‌آید. یک موقعی هست، سه چهار سال روی خودتان کار کردید، در معرض دید یک صحنه قرار بگیرید، می‌توانید از عهده‌اش بر بیایید، فضا را باز کنید، آن روی شما اثر نگذارد. ولی اگر فعلاً ضعیف هستید، فرار کنید، پرهیز کنید. این بیت را الان خواندم برایتان.

## اول ای جان دفع شرِّ موش کن وانگهان در جمع گندم جوش کن

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۰)

جوش کردن: سعی کردن زیاد

یعنی اول ببین که این ذهن چجوری از شما می‌دزدد. شما چجوری مسئله ایجاد می‌کنید، هر مسئله‌ای یک راه است برای اتلاف وقت شما، حال شما. موش می‌تواند از طریق آدم‌هایی که شما با آن‌ها رفیق هستید، قرین شما هستند، بیاید. یک کسی می‌آید، هر دفعه که می‌آید شما را عصبانی می‌کند، موش حساب می‌شود در انبار شما.

چرا این موش می‌تواند بدزدد؟ برای این‌که بیتِ قبل، قوت ندارید. شما اگر آدمی نیستید که یک کسی می‌آید، یک حرف‌هایی می‌زند شما خشمگین می‌شوید، دُور و بر آن شخص نباشید. برای همین می‌گوید، مواظب دوستان و آشنایان باش.

پس حالا شما بنشینید یک انشا بنویسید لطفاً، بگوئید موش من چجوری از من می‌دزدد؟ چجوری من مثلاً یک پندار کمال ساخته‌ام؟ چجوری این ابیات زنده‌کننده مولانا روی من اثر نمی‌گذارد؟ برای این‌که من پندار کمال دارم، می‌گویم، من چیزی‌ام نیست. تازه من فکر می‌کنم پندار کمال هم ندارم.

جالب است که خیلی چیزها آدم می‌خواند که می‌تواند به وسیله آن‌ها خودش را عوض کند، ولی هیچ اثری روی ما ندارد، برای این‌که ما نیازی به تغییر نمی‌بینیم. من ذهنی‌ما، پندار کمال را، تصویر ذهنی کامل را، به ما تحمیل می‌کند. شما نگذارید من ذهنی بینش را به شما، که بینش همانندگی‌هاست، تحمیل کند؛ من خردمندم! مثل من عاقل پیدا نمی‌شود! من زیرکم! من تشخیص‌دهنده هستم!

به‌هرحال حداقل در آن شکلی که برایتان کشیدم پیدا کنید که شما چجوری مانع‌سازی می‌کنید. چه مانعی در ذهن شما هست که شما نمی‌توانید زندگی کنید؟ بعضی‌ها می‌گویند از این‌جا من جای دیگر بروم، زندگی‌ام زندگی نمی‌شود. این مانع ذهنی است، ذهنتان ساخته‌است.

اگر با این شخص من دوست نشوم یا ازدواج نکنم، زندگی‌ام زندگی نمی‌شود! این مانعی است که من ذهنی ساخته‌است. از این شخص جدا بشوم بدبخت می‌شوم! مانعی است که من ذهنی ساخته‌است و دم‌به‌دم مسئله ایجاد می‌کند. عرض کردم، مسائل قبلی را با قبول مسئولیت که من خودم درست کردم حل کنیم و بگوئیم مسئولم که دیگر مسئله درست نکنم. و این بیت‌ها را فقط می‌خوانم برایتان، چون این‌ها ابزارهایی است که اگر ترکیب بشود با ابیات دیگر، می‌تواند اثر بگذارد.

## هر ولی را نوح و کشتیان شناس صحبت این خلق را طوفان شناس

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۲۲۵)

## کم‌گریز از شیر و اژدرهای نر ز آشنایان و ز خویشان کن حذر

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۲۲۶)

## در تلاقی روزگارت می‌برند یادهاشان غایب‌ات می‌چرند

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۲۲۷)

همین الآن فکر کنید خواهید دید که در ملاقات یک‌سری آدم‌ها که شما می‌بینید، وقتتان را تلف می‌کنند. وقت می‌گذرد به بحث چیزهایی که بی‌ارزش است. وقتی می‌آیید خانه می‌خواهید آرامش داشته باشید، می‌بینید که فکرهای آن ملاقات‌هی حمله می‌کنند؛ من چرا این را نگفتم؟! من چرا این را گفتم؟! چرا فلانی را رنجاندم؟ پس بیخودی نیست که مولانا می‌گوید، از شیر و ازدها نترس، از آشنایان و خویشان حذر کن. و همین‌طور این بیت:

## نه تو اعطیناک کوثر خوانده‌ای؟ پس چرا خشکی و تشنه مانده‌ای؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۳۲)

## یا مگر فرعونی و کوثر چو نیل بر تو خون گشته‌ست و ناخوش، ای علیل

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۳۳)

## توبه کن بیزار شو از هر عدو کو ندارد آب کوثر در کدو

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۳۴)

یادمان باشد، کسی که فضا را باز نکرده در درون و به کوثر، به فراوانی خداوند، دسترسی ندارد حتماً به خودش و به دیگران ضرر خواهد زد. شما می‌توانید امتحان کنید ببینید یک کسی هست، آیا این روا می‌دارد دیگران خوب زندگی کنند؟ یا مرتب‌هی ایراد می‌گیرد و نمی‌تواند خوش‌بختی مردم را ببیند، پیشرفت مردم را ببیند؟!

یکی رفته یک کاری می‌کند، یک موقعی مثلاً پیش ما بوده. خوب برود خوش‌بخت بشود، موفق بشود، چه اشکالی دارد؟ ما هم کمک کنیم. یک کسی با ما زندگی می‌کرده، همسر ما بوده، الآن رفته همسر یکی دیگر شده یا اصلاً نشده، خوب باید زندگی کند؟ حالا اگر من دلم نمی‌خواهد این زندگی کند، بدبخت بشود، بیچاره بشود، این شخص از کوثر خبر ندارد، از فراوانی خدا خبر ندارد.

در این بیت‌هایی که ما می‌خوانیم، نمی‌گوید که خداوند رحمتش پُر است اما به بعضی‌ها نمی‌دهد! هرکسی که من را می‌خواند به او می‌دهم، هرکسی فضا را باز کند به او می‌دهم. حالا ما چه کاره هستیم این وسط می‌گوییم که

من می‌خواهم یکی را بدبخت کنم؟! اگر دیدید یک کسی ایراد می‌گیرد، خسیس است، روا نمی‌دارد زندگی را به دیگران، فرار کنید. این همان «فرار لا یتق» است.

## نه تو اعطیناک کوثر خوانده‌ای؟ پس چرا خشکی و تشنه مانده‌ای؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۳۲)

## یا مگر فرعونی و کوثر چو نیل بر تو خون گشته‌ست و ناخوش، ای علیل

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۳۳)

## توبه کن بیزار شو از هر عدو کو ندارد آب کوثر در کدو

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۲۳۴)

من نمی‌گویم، مولانا می‌گوید، می‌گوید توبه کن بیزار شو از هر دشمنی که این فراوانی را در کدوی شرابش ندارد. یعنی شراب فراوانی از خداوند نمی‌گیرد. می‌گوید که، مگر تو این آیه را نخوانده‌ای که خداوند «کوثر» را به انسان عطا کرده؟ یعنی اگر ما فراوانی خداوند را می‌گرفتیم و عمل می‌کردیم روا می‌داشتیم همه‌چیز را به دیگران، به خودمان هم همین‌طور.

به اندازه‌ای که به دیگران روا می‌داریم به خودمان هم روا می‌داریم. بعضی‌ها می‌گویند من به دیگران روا نمی‌دارم اما به خودم روا می‌دارم، هم‌چون چیزی نمی‌شود. یا شما خوش‌بخت هستید، خوش‌بخت واقعی، پس خوش‌بختی را برای همه می‌خواهید. اگر برای خودتان می‌خواهید برای دیگران نمی‌خواهید پس برای خودتان هم نمی‌خواهید، منتها نمی‌فهمید.

می‌گوید، مگر تو نمی‌دانی که خداوند «کوثر» را، بی‌نهایت فراوانی را، به انسان داده، پس چرا این‌قدر خشکی و تشنه‌ای؟! هان!! فهمیدم تو من‌ذهنی داری، فرعونی، و کوثر هم مثل آب نیل می‌آید و وقتی تو برمی‌داری بخوری، یعنی جریان زندگی که الآن وارد وجودت می‌شود به‌خاطر همین دید همانندگی‌ها، بازی دردها، تبدیل به خون می‌شود.

یعنی ما هرچه از زندگی می‌گیریم تبدیل به مسئله می‌کنیم، تبدیل به مانع می‌کنیم، تبدیل به دشمن می‌کنیم و درد ایجاد می‌کنیم و خون دل می‌خوریم.



شما لطف کنید توانایی مسئله‌سازی من‌ذهنی را در فرد و در جمع ببینید. شما یک شخصی را ببینید که در بالای هرم قدرت است و دوست دارد مسئله‌سازی کند، در این مسئله خیلی‌ها آواره بشوند، زجر بکشند، بمیرند، این توانایی را دارد، من‌ذهنی دارد. این آدم از کوثر، از فراوانی خداوند، بی‌خبر است. می‌گوید، از او فرار کن «توبه کن بیزار شو» از چنین عدو، این دشمن بشر است.

حالا، آیا این فرعون در من هم هست؟ بله، در همه‌مان هست. در مورد خودمان مواظب هستیم، همین، مراقب خودمان هستیم، هر موقع می‌بینیم یک چیزی آمد مرکزمان. این اصطلاح خلاصه «اتَّقُوا» هم جالب است، یعنی مواظب باش، مواظب باش، مواظب باش. هر پنج دقیقه به خودم بگویم، مواظب باش، مواظب باش، مواظب باش داری مسئله ایجاد می‌کنی.

این‌ها را من از مولانا دارم یاد می‌گیرم، این «فعل توست این غصه‌های دم‌به‌دم». داریم یکی یکی می‌رویم جلو شما می‌بینید که مسائل زندگی ما به وسیله خود ما ایجاد شده‌است.

## اگر صد سال روز و شب ریاضت می‌کشی دائم مباش ایمن، یقین می‌دان که نفست در کمین باشد

(عطار، دیوان اشعار، غزل ۲۶۴)

این از عطار است. ببینید این عطار چقدر توصیه می‌کند که مواظب من‌ذهنی‌مان باشیم. اگر صد سال روز و شب ریاضت کشیدیم نباید مطمئن باشیم که من‌ذهنی رفته، این نمی‌آید بالا به ما لطمه بزند.

آیا ممکن است من‌ذهنی به‌طور کامل از بین برود؟ بله. ولی توجه کنید که چقدر ما در معرض تلقین من‌های ذهنی بیرون هستیم، این همه راجع به «قرین» می‌گوییم ما. امروز گفت، همان‌طور که گرمای هوا آب را می‌دزدد یک من‌ذهنی هم عقل را از شما می‌دزدد، ما نمی‌فهمیم. یک سیستمی که ما دائماً به آن گوش می‌دهیم باید شناسایی کنیم این چیست که عقل از من می‌دزدد، من را می‌کشد به خرافات؟

این درس‌های مولانا خرافات نیست. شما ببینید چه چیزی می‌خوانید؟ به چه چیزی گوش می‌کنید؟ چه چیزی را تماشا می‌کنید به‌صورت فیلم، شما را می‌کشد به خرافات؟

نفس ما می‌گوید دائماً در کمین است، یعنی پنهان شده یک کاری بکند برای ما. و ما می‌دانیم، درست است که ما مراقب هستیم. شما خیلی هم که مراقب هستید یک دفعه می‌بینید عصبانی شدید، آن حرفی را که نباید می‌زدید،



زدید. هی می‌خواهید نگویید، می‌دانید هم که نباید بگویید، یک دفعه می‌گویید. بعد می‌آید خانه می‌گویید که، مگر قرار نبود من نگویم؟! مگر قرار نبود آنصتوا کنم؟! پس چه شد؟! شروع می‌کنید به ملامت.

پس من خیلی مطمئن نیستم که جلوی نفسم را بگیرم، پس باید «پرهیز» کنم. همین‌طور:

## نفس و شیطان، هر دو یک تن بوده‌اند

### در دو صورت خویش را بنموده‌اند

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۳)

## چون فرشته و عقل، که ایشان یک بُدند

### بهر حکمت‌هاش دو صورت شدند

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۴)

## دشمنی داری چنین در سرّ خویش

### مانع عقل ست و، خصم جان و کیش

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۵)

امیدوارم شما این بیت‌ها را بنویسید و زیاد بخوانید و این قدر بخوانید حفظ باشید، نه برای حفظ کردن، این قدر بخوانید معنا باز بشود در شما.

پس ما می‌دانیم من‌ذهنی ما و شیطان از یک جنس هستند «نفس و شیطان، هر دو یک تن بوده‌اند»، در دو صورت خودشان را نشان دادند. و حضور ما و عقل کل، عقل خدا هم یکی هستند. پس وقتی شما فضا را باز می‌کنید، فضای باز شده و عقل کل، عقل خدا، جنس خدا، یکی است. می‌گوید که، فرشته و عقل هم یکی بوده‌اند، فرشته در این‌جا حضور ما است، عقل هم عقل کل است که تمام کائنات را اداره می‌کند.

به‌خاطر حکمت‌های خداوند یا زندگی دو صورت درآمدند، و به ما می‌گوید که در درون خودت یک هم‌چون دشمنی داری. ما می‌دانیم در درون ما یک من‌ذهنی وجود دارد که این دشمن ماست. «مانع عقل است و خصم جان و کیش»، پس بنابراین مانع عقل کلّمان است نمی‌گذارد، تا زمانی که این من‌ذهنی هست، بینش برحسب همانندگی‌ها هست، این دشمن هم جان ماست، دشمن تن ماست، دشمن جانی‌ست که با آن زندگی می‌کنیم، دشمن جان اصلی ماست، دشمن دین ماست.

یعنی دشمن این است که این فضا باز بشود با خداوند یکی بشود. دشمن این چهار بُعد من هم هست، ما همه‌مان داریم. اگر با بینش این دشمن، یکی یک نگاه سطحی به این آموزش‌ها می‌کند می‌گوید اگر چیز خوبی بود من می‌فهمیدم، دارد اشتباه می‌کند. این دشمن باید شناسایی بشود و دارد به ما لطمه می‌زند. شما نگاه کنید به آدم‌هایی که من ذهنی دارند وقتی به چهل‌سالگی، پنجاه‌سالگی می‌رسند چقدر فرسوده می‌شوند، از پا درمی‌آیند. کدام دشمن این‌ها را از پا درآورده؟ همان دشمن درونی‌شان و:

## گر نه نفس از اندرون راهت زدی رهزنان را بر تو دستی کی بُدی؟

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۶۳)

اگر این من‌ذهنی ما نبود، دیگران نمی‌توانستند تأثیر بد روی ما بگذارند. اگر شما فضا را باز کنید، دیگران نمی‌توانند به شما لطمه بزنند، ولی این‌قدر شما به خودتان اطمینان نکنید، گفت مواظب باش، «فرارِ لایطاق»،

## چون نباشد قوتی، پرهیز به در فرارِ لایطاق آسان بجه

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۹۶)

همین الآن خواندیم.

اگر من‌ذهنی ما از درون، راه ما را نمی‌زد، من‌های ذهنی بیرون نمی‌توانستند به ما دسترسی پیدا کنند. پس این درست است که، اگر نفس و شیطان می‌گوید یکی است، یعنی من‌ذهنی من با شیطان یکی است، پس من‌ذهنی من به دستورات شیطان عمل می‌کند. تمام عبادات من هم برحسب دستورات شیطان است، مگر من به این فرشته‌ای که در درون من است با فضاگشایی دست پیدا کنم و خرد زندگی به من کمک بکند. این دو بیت را خواندیم فهمیدیم، ولی شما می‌دانید که همیشه اخلاص می‌کند این دشمن. چجوری از عهده‌اش برمی‌آییم؟ با مراقبه، با مراقب حال خود بودن، با فضاگشایی، با وصل شدن به مرکز عدم، استفاده از خرد زندگی، تغییر بینش، که من دیگر نمی‌خواهم از طریق همانیدگی‌ها ببینم.

امروز بیت اول غزل خیلی مهم است. وقتی با چیزی همانیده می‌شویم ما و غم آن شروع می‌کند بازی درآوردن، ما بازی‌اش را جدی می‌گیریم، آن هشیاریِ خوبمان را از دست می‌دهیم، هشیاریِ جسمی پر از درد به ما کمک نمی‌کند.



این سه بیت را هم می‌خوانم:

آنکه از غیری بُود او را فرار  
چون ازو بُبرید، گیرد او قرار

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۶۹)

من که خصم هم منم، اندر گریز  
تا ابد کار من آمد خیز خیز

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۷۰)

نه به هندست ایمن و نه در ختن  
آنکه خصم اوست سایه خویشان

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۶۷۱)

خیز خیز: برخاستن و برجستن

ختن: ناحیه ای در غرب چین

من ذهنی سایه ماست، برای این‌که از طریق چیزها می‌بینیم. در واقع من ذهنی از بینش از طریق چیزها به وجود آمده، چیزهای این‌جهانی، خردی در آن نیست. و مولانا در این سه بیت می‌گوید که اگر کسی از یک دشمن بیرونی فرار می‌کند، فرار می‌کند، دور می‌شود می‌رود، آسوده زندگی می‌کند.

«آنکه از غیری بُود او را فرار»، «چون ازو بُبرید»، از او جدا شد، قرار می‌گیرد، آرامش دارد دیگر. اما اگر قرار باشد دشمن من خودم باشم و در درون من باشد، در این صورت دائماً باید در خیزخیز باشم. «خیزخیز» یعنی همین فضاگشایی، فضاگشایی.

این دشمن می‌خواهد به من حمله کند، باید در اطرافش فضا باز کنم که نتواند حمله کند. پس اگر بخواهم از دستش فرار کنم با او نمی‌توانم فرار کنم. فرار از دست من ذهنی خودم معادل این است که فضا را باز کنم و خیزخیز یعنی به صورت خداوند، اصلم، برخیزم؛ نه به صورت او.

شما می‌خواهید با نفستان یا من ذهنی‌تان مبارزه کنید، فضا باز کنید و به صورت زندگی بلند شوید نه به صورت من ذهنی. می‌گوید یک چنین آدمی هیچ‌جا ایمن نیست. «نه به هندست ایمن و نه در ختن»، بنابراین نه در من ذهنی



نه فضای یکتایی. یعنی از امکان این که امروز در غزل هم داریم، از من ذهنی به فضای یکتایی راه هست استفاده نمی‌کند.

هرکسی که دشمن او سایه خودش است، خوب، هر جا می‌رود که سایه با آدم می‌آید دیگر. درست است؟ مگر این که سایه را صفر کنی. سایه را صفر، کجا می‌توانی صفر کنی؟ آسمان که بالای سرمان است و خورشید می‌تابد، درست بتابد که سایه نداشته باشد، به سرت بزند.

بله، این هم حدیث است، می‌گوید:

«در جایی که آدمی دشمنش درونی باشد هیچ‌گاه آسودگی بال ندارد، مگر آنکه با پناه جستن به خدا از تقوی و پروا سپری دافع بسازد.»

(حدیث)

«پناه جستن به خدا» همین فضاگشایی است که ما می‌گوییم و پرهیز هم از آن می‌آید. «پروا» در این جا به معنی مواظب بودن است. پروا داشتن هم به معنی ترسیدن است، هم این که من حواسم هست که این کار را نکنم، من پروا دارم.

پس تقوا و پروا مال آدم‌هایی نیست که برای من مهم نیست اصلاً من همه کار می‌کنم و من شجاع هستم و این‌ها نه. مخصوصاً که جوان بودیم این کار را می‌کردیم، مهم نیست ما هرکاری می‌کنیم. نه، پروا داریم الآن می‌گوییم تقوا پیشه کنید، این کار را نکنید. مولانا می‌گوید این کار را نکنید، نکنید و حالت ستیزه و گردن‌کشی و سرکشی مال من ذهنی است.

پس ما می‌دانیم این دشمنی که الآن ما در درون داریم به نام من ذهنی، این سرکش است. چه بسا خواهد گفت که من گوش نمی‌دهم تا زمانی که ما هزینه بدهیم. هزینه، دردهایی است که ما بی‌جهت می‌کشیم. یعنی اگر شما جوان هستید با استفاده از این دانش می‌توانید از جهنم رد نشوید.

آن بیت‌ها را هم یک بار دیگر باید بخوانیم شما هم بخوانید، می‌گوید که فرشته ما را هدایت می‌کند به بهشت و کسی که، اولاً که می‌دانید راه بهشت از جهنم می‌گذرد، آن کسی که می‌رسد به بهشت می‌گوید که پس قرار بود ما از جهنم بگذریم چه شد پس؟ این جهنم را ما ندیدیم. ملک به او می‌گوید که آنجا که سبز بود و زیبا بود که در راه گذشتیم، آنجا جهنم بود ولی به خاطر همین تقوا، به خاطر نور هدایت، برای این که فضاگشایی کردید و گوش دادید، این حالت سختی یاد گرفتن را، به سختی یاد گرفتن را در واقع ما پریدیم، این طوری نشد که هر

همانندگی را سختی‌اش را بکشیم بعد رها کنیم. لزومی ندارد شما بیایید با یک آدمی همانیده بشوید اگر بیست سالتان است، بعد هی مرتب سه سال درد بکشید و یک رابطهٔ مریض و بیا و برو و آشتی و دوباره قهر و آشتی و قهر و آشتی و درد و این‌ها آخر سر این شخص را از مرکزتان به زور با درد بیرون بیاورید.

از اول می‌توانید یاد بگیرید این شخص را در مرکزتان نگذارید و بگویید من با عشق می‌خواهم عاشق بشوم. توجه می‌کنید؟ ولی ما می‌دانیم این خصمی که درون ما هست سرکش است یعنی احتمال این‌که شما اصلاً به این حرف‌ها گوش ندهید وجود دارد و احتمالش هم بسیار زیاد است. و ما می‌دانیم که خداوند همانندگی‌های ما را نشانه می‌گیرد. در آن موقع اگر یک همانندگی ما زده شد و از بین رفت، خشمگین شدیم، خشم خودمان را باید بشکنیم نه تیر را.

## خشم خود بشکن، تو مَشکن تیر را چشم خَشت خون شمارد شیر را (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۳۰۷)

وقتی زندگی همانندگی ما را می‌زند، وقتی شما می‌بینید دیگر رها باید بکنید این چیز را فایده ندارد، در این صورت یک معجون خوبی برای شما تهیه شده، زندگی می‌خواهد خردش را به شما بدهد، شما خشمگین نشو.

ولی این من سرکش خشمگین می‌شود، این دشمن خشمگین می‌شود. این دشمن ما در درون، حواسمان هست برای هر همانندگی خشمگین می‌شود اگر کم بشود، اگر ضرری به او برسد. می‌گوید خشم خودت را بشکن، تیر را مَشکن، برای این‌که آن چشم خشم، وقتی از طریق خشم می‌بینیم در این صورت شیر را خون می‌شمارد. شیر یک چیز تقویت‌کننده است. یعنی به‌جای این‌که غصه بخوری، شاد شو، فضا را باز کن. بگو زندگی این را از من گرفت به من نشان بدهد من همانیده هستم. حالا من این را به اصطلاح عامل آموزش خودم قرار می‌دهم، به‌جای این‌که عصبانی بشوم، ببینم با چه چیز دیگری من همانیده هستم، نه این‌که خشمگین بشوم تمام اوضاع را به هم بریزم. و همین‌طور:

## گر مراقب باشی و بیدار تو بینی هر دم پاسخ کردار تو (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۴۶۰)

پس مراقب هستیم به‌صورت حضور ناظر از طریق فضای گشوده‌شده به ذهنمان نگاه می‌کنیم ببینیم چه فکریایی دارد از آن‌جا می‌گذرد، چه رفتارهایی می‌کنیم. آیا این رفتارها تکراری هستند؟ این فکرها تکراری هستند؟ آیا



این فکرها منفی هستند؟ این فکرها ایجاد درد می‌کنند؟ این فکرها از کجا آمده‌اند؟ چه کسی ایجاد کرد؟ چجوری ایجاد می‌شوند در ذهن من که در من غم ایجاد می‌کنند؟ همین غمی که الان آمده که بیت اول غزل هست، این از کجا آمده؟

حتماً از یک همانندگی است دیگر، آن کدام همانندگی است؟ چرا من این همانندگی را نمی‌اندازم؟ از بازی این غم عصبانی می‌شوم. همین الان گفت که نه تیر را مَشکن، خشم را بشکن، تیر را خداوند انداخته.

پس مراقب هستم که در ذهنم چه می‌گذرد و می‌بینم که وقتی فکر منفی می‌کنم، عمل منفی می‌کنم، درد ایجاد می‌شود. وقتی می‌بینم که فکری که از زندگی می‌آید، از فضای گشوده شده می‌آید، این فکر سبب یک عملی می‌شود که نتیجه خوبی دارد، نتیجه سازنده دارد، این پاسخ کردار من است.

پس متوجه می‌شوم که همه چیزهای خوب و بد را برای خودم، خودم درست می‌کنم. برای همین می‌گوییم که مراقب باشید. مراقب یعنی این لحظه و هر لحظه تماشاگرِ فکرها و اعمال خودم هستم و می‌بینم که این اعمال به چه چیزی منجر می‌شود. نه این که چشمهایم را ببندم، هر چیزی که درست بشود خوبش را خودم کرده‌ام بدش را دیگران کرده‌اند، تمام شد رفت. و من مجهز به ملامت هستم و کلاً هم این جور زندگی، امروز هم توضیح دادیم دیگر، به جایی نمی‌رسد، منجر می‌شود به جهنم من‌ذهنی، آخر سر بگوییم که جهنم من‌ذهنی من را دیگران درست کرده‌اند. این جامعه خراب است، آدم‌های دور و بر من هم آدم‌های درستی نیستند، این جهنم را برای من این‌ها درست کرده‌اند. یکی باید بیاید یا جامعه باید بیاید این را درست کند، هیچ‌کس نمی‌آید.

این‌ها که داریم پله‌پله داریم می‌رویم جلو، در واقع قدم‌هایی است که شما باید بردارید. می‌توانید مراقب رفتارتان بشوید؟ اگر شما می‌گویید من سرکشم، اصلاً فکر نمی‌کنم، هر کاری که دلم می‌خواهد می‌کنم، یعنی هر کاری که من‌ذهنی‌ام می‌خواهد می‌کنم. خوب آقا در این صورت عواقبش را هم باید ببینی دیگر، عواقبش منفی است.

## چون سلاحش هست و عقلش نه، ببند

## دست او را، ورنه آرد صد گزند

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۴۳۵)

بیت خوبی است. وقتی امکانات، دست یک من‌ذهنی دادی و عقل ندارد، باید بگیری ببندی، چه خودتان، ما می‌توانیم خودمان را محدود کنیم. من محدود کردم خودم را این کارها را نخواهم کرد، برای این که دیوم را درون شیشه کردم. من می‌توانم مثلاً دیگران را اذیت کنم، نمی‌خواهم بکنم. من می‌توانم به یکی ضرر بزنم، نمی‌خواهم.

من این چیزها را می‌دانم دربارهٔ یکی، اگر بگویم آبرویش می‌رود، ولی نمی‌گویم. خیلی چیزها. اگر سلاح داریم عقل نداریم، در بیرون هم می‌توانیم به یکی حمله کنیم، نمی‌کنیم. من می‌دانم من ذهنی‌ام عقل ندارد. اول پس دست و پای من ذهنی‌ام را می‌بندم و جامعه هم باید سلاح را به کسی ندهد، قدرت را به کسی ندهد که عقل ندارد. وگرنه، صد علامت کثرت است، هزار، یک میلیون صدمه برای جامعه می‌آورد.

و امروز هم داریم می‌گوید که بعضی‌ها می‌گویند من سابقم، «سابقی، قلاووزی به‌سوی درد و غم!» ما باید ببینیم ما راهنما و پیشوای درد و غم هستیم یعنی مردم را هدایت می‌کنیم به درد و غم یا آسایش؟ این مولانا به آسایش، به فضای گشوده‌شده، به عقل هدایت می‌کند. و این بیت:

## یکی لحظه از او دوری نباید کز آن دوری خرابی‌ها فزاید

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۸۲)

مولانا می‌گوید هیچ لحظه‌ای نباشد که شما فضا را باز نمی‌کنید. هیچ لحظه‌ای نباشد که مرکزتان عدم نباشد. یعنی از خداوند نباید یک لحظه دور بشوید. دور بشوید، یک جایی لطمه به خودت خواهی زد. پس شما الآن می‌بینید که این لطمه‌ها چجوری به ما خورده. ما یک عمری از او دور بودیم، برای این‌که جسم‌ها در مرکزمان بوده‌اند. برای این‌که دردها با ما شوخی کردند، ما شوخی‌هایشان را جدی گرفتیم و عصبانی شدیم.

گفت: «با تُرُشان لاغ کنی، جنگ شود»، یک چیزی را می‌گذارد مرکز ما خداوند، شروع می‌کند به تغییر دادن، شوخی می‌کند. شما شوخی را جدی می‌گیرید عصبانی می‌شوید. فضا را باز کنید، با او بخندید.

و اجازه بدهید چند بیت را برایتان بخوانم. این قسمت را قبلاً خواندم ولی خیلی مهم است و در این جاست که باز هم می‌گوید مواظب همین «موش» باشید. ولی ابیات دیگرش هم خیلی مهم هستند. کلاً مربوط است به این‌که یک من ذهنی درست می‌شود و ما خودمان را درِ بست در اختیارش قرار می‌دهیم.

«متابعت کردن نصارا، وزیر را»

(تیترا)

دل بدو دادند ترسایان، تمام  
خود چه باشد قوت تقلید عام!

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۱)

«تقلیدِ عام»، توجه کنید!

## در درونِ سینه مهرش کاشتند نایبِ عیسیش می پنداشتند

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۲)

## او به سرّ، دَجّالِ یک چشمِ لعین ای خدا! فریادرسِ نَعْمِ الْمُعین

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۳)

«نَعْمِ الْمُعین» یعنی بهترین نعمت دهنده. پس بهترین نعمت دهنده فضای گشوده شده با مرکز عدم است نه من ذهنی. پس می بینید که، اگر بخواهم ببینیم که این کار بُردش کجاست، این است که شما تمام دلتان را واقعاً به من ذهنی دادید؟ من ذهنی هر جنبه شما را کنترل می کند و شما عاشقش هستید؟

و این را از «تقلیدِ عام» گرفتید. چرا ما من ذهنی ساختیم؟ چرا با آن می سازیم؟ چرا این قدر درد تحمل می کنیم؟ برای این که از مردم تقلید می کنیم. عموم این طوری هستند. همه خانواده ها دعوا دارند، ما هم دعوا داریم. تقلیدِ عام است! تقلیدِ جمع!

می گوید عام چه می داند جمع چه می داند که تو از آن تقلید می کنی؟! بنابراین ما مهر این من ذهنی را در دلمان کاشته ایم و فکر می کنیم این «نایبِ عیسی» است، این نایب خداوند است. همین الآن خواندیم نایب خداوند نیست این من ذهنی که ما فکر می کنیم نایب خداوند است و گفت: «نفس و شیطان هر دو یک تن بوده اند».

ما که این من ذهنی را می پرستیم فکر می کنیم این نایبِ خداست در حالی که با شیطان یکی است. گفت: «نفس و شیطان هر دو یک تن بوده اند». شما می دانید هر کسی من ذهنی دارد از جنس شیطان است. «او به سرّ، دَجّالِ یک چشمِ لعین» یعنی درونش، ضمیرش مثل دَجّال است. دَجّال را قبلاً توضیح دادیم. یک چشم است، یک جور می بیند، یک هشیاری جسمی دارد. ای خدا به فریادمان برس، بهترین نعمت دهنده تو هستی نه این من ذهنی. پس ما این نعمت های او را نمی خواهیم.

## صد هزاران دام و دانه است ای خدا

## ما چو مرغانِ حریصِ بی نوا

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۴)

## دَم به دَم ما بسته دَم نویم هر یکی گر باز و سیمرغی شویم

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۵)

## می‌رهانی هر دَمی ما را و باز سوی دَمی می‌رویم ای بی‌نیاز

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۶)

ما یادمان رفته که ما هم از جنس بی‌نیاز هستیم. خداوند بی‌نیاز است. ما فکر می‌کنیم نیازمندیم. در این جهان چون ما هشیاری جسمی داریم «صدهزاران دام و دانه است»، یعنی هرچیزی را که شما می‌بینید، می‌تواند دانه باشد و شما را به دام همانیدگی بکشد و متأسفانه ما به شعار «هرچه بیشتر بهتر» مجهزیم، «ما چو مرغانِ حریص بی‌نوا». می‌بینید که حریص را بی‌نوا می‌نامد، یعنی هرکسی که می‌گوید «هرچه بیشتر بهتر»، هرچیزی گیرم می‌آید با آن همانیده بشوم بگذارم مرکز، می‌گوید این «حریص بی‌نوا» است.

لحظه‌به‌لحظه ما در یک دام همانیدگی هستیم، یا ممکن است بیفتیم. می‌گوید که، ما بدون کمک تو، بدون فضاگشایی و آوردن تو به مرکز ما به صورت عدم، کاری نمی‌توانیم بکنیم. اگر «سیمرغ» هم باشیم کاری از پیش نمی‌بریم. و تو می‌رهانی ما را ولی دوباره به تله می‌افتیم، چرا؟ برای این که این قدر فضا را باز نمی‌کنیم که بی‌نیازی را در خودمان حس کنیم. می‌شود ما بگوییم من به هیچ همانیدگی نیاز ندارم؟ و این فضای گشوده‌شده و خداوند برای من کافی است؟ حتماً می‌شود، شما بگویید.

## ما درین انبار، گندم می‌کنیم گندم جمع آمده، گم می‌کنیم

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۷)

## می‌نیدیشیم آخر ما به هوش کین خَلَل در گندم است از مکر موش

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۸)

## موش تا انبار ما حُفره زده‌ست وز فَنَش انبار ما ویران شده‌ست

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۷۹)

حُفره: گودال



قَن: علم و هنر و صنعت، دانایی، فریبندگی، تزویر

پس ما مرتب کار معنوی می‌کنیم، روی خودمان کار می‌کنیم. در این جا است که خدمتتان عرض کردم، ببینید که این نتیجه کار را شما چجوری به هدر می‌دهید؟ ما مسائلی از گذشته شروع کرده‌ایم، و هنوز هم ادامه می‌دهیم، این مسائل ما را ناراحت می‌کنند. چرا نمی‌توانیم ببینیم این‌ها را؟ برای این‌که حس مسئولیت نمی‌کنیم، برای این‌که به گردن دیگران انداخته‌ایم. ما مرتب دیگران را برای وضعیت فعلی مان ملامت می‌کنیم، درعین حال کوششمان را می‌کنیم، مرتب وضعمان را درست می‌کنیم، دوباره خراب می‌شود.

چقدر ما در این برنامه هشدار می‌دهیم، یعنی مولانا می‌دهد، راجع به قرین. شما باید فکر کنید این موشی که از شما می‌دزدد، اولاً من ذهنی شماست. امروز گفت اگر من ذهنی شما نباشد، هیچ من ذهنی از شما نمی‌تواند بدزدد. ولی، ما حالا من ذهنی خودمان را به صفر نمی‌توانیم برسانیم. شما می‌توانید تجسم کنید چه کسانی هستند در بیرون به شما لطمه می‌زنند؟

می‌توانید پرهیز کنید؟ می‌توانید فرار کنید؟ می‌توانید از آن‌ها دور بشوید؟ می‌توانید از خواندن بعضی چیزها پرهیز کنید؟ از دیدن بعضی چیزها پرهیز کنید؟ از رفتن به بعضی چیزها حذر کنید؟ می‌توانید بعضی کارها را بیشتر بکنید؟ می‌توانید مولانا بیشتر بخوانید؟ می‌توانید این شعرها را حفظ کنید؟ این قدر بخوانید تا معنی‌اش را درست بفهمید و بعد شناسایی کنید؟ از سطح فهم رد بشوید، و درک کنید، و فوراً <sup>۱۱</sup> این ابیات کاربردش را در درون برای شما روشن کنند؟

می‌گوید ما با هوش زندگی نمی‌اندیشیم که این گندم و هشیاری حضور که در ما زیاد نمی‌شود که ما تبدیل بشویم، این از مکر موش است. این من ذهنی خودمان چجوری می‌دزدد؟ یا من‌های ذهنی بیرون با استفاده از من ذهنی ما چجوری می‌دزدد؟ و از وقتی که سوراخش را باز کرده به این درون من، تمام چیزهای خوب را می‌برد.

شما باید خوب بررسی کنید، بگویید من یک خانواده هستم، چرا این جا دل‌خوشی نیست؟ چرا همه‌اش نمی‌گوییم بخندیم؟ چرا رابطه خوب با هم نداریم؟ چرا درون من روشن نمی‌شود؟ شاد نیست؟ این چشمه شادی بی‌سبب که حافظ می‌گوید، و مولانا می‌گوید، کو در من؟ چرا کور شده؟ چرا به اندازه کافی باز نشده؟ چه چیزی این زندگی را از من می‌دزدد؟ چه کسی وقت من را تلف می‌کند؟ من وقتم را به چه چیزهایی می‌گذرانم؟ و در آن وقت‌هایی که می‌گذرانم چه چیزی گیرم می‌آید؟ چه تغییری بدنم می‌کند؟ ذهنم می‌کند؟ من ذهنم را چجوری تقویت می‌کنم؟ فکر کردنم را یعنی. بدنم را چجوری سالم نگه می‌دارم؟



همه این سؤالات را بپرسید، و آن موقع متوجه می‌شوید که موش چجوری از شما می‌دزدد. موش سلامتی شما را چجوری می‌دزدد که یک دفعه می‌بینید مریضیم؟ چاق شدیم، فکرهایمان خراب شده.

## اندک اندک آب را دزدد هوا دین چنین دزدد هم احمق از شما (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۵۹۶)

من‌های ذهنی این‌طوری می‌دزدند. در این‌جا می‌گوید:

## اول ای جان! دفع شرّ موش کن وآنگهان در جمع گندم جوش کن (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۰)

## بشنو از اخبار آن صدر صدور لا صلوة تمّ الا بالحضور (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۱)

## گر نه موشی دزد در انبار ماست گندم اعمال چل ساله کجاست؟ (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۲)

جوش کردن: سعی کردن زیاد

صدر صدور: بزرگ بزرگان

چل ساله: چهل ساله

الآن به ما می‌گوید که «دفع شرّ موش» باید بکنید. خیلی مهم است که اول پیدا کنیم که ما چجوری به خودمان لطمه می‌زنیم؟ صدمه می‌زنیم؟ درعین‌حال چه کسانی به ما لطمه می‌زنند؟ حالا این مثال خیلی هم مربوط نیست، ولی بد هم نیست. فرض کن شما یک شرکتی دارید پنجاه نفر کارمند دارد. این‌جا ده نفر دائماً ضرر می‌زنند. کار که نمی‌کنند هیچ، کارهای دیگران هم خراب می‌کنند. فقط آن‌جا نشسته‌اند خراب‌کاری کنند. خوب اول آن ده نفر را باید پیدا کنی بیرون کنی که کار را خراب نکنند. هرچقدر کوشش کنید شما کار را درست کنید، آن‌ها خراب می‌کنند.



پس در زندگی شخصی ما هم، چه باورهای همانیده داریم؟ یکی‌اش همین گردنِ مردم انداختن است که من مسئول نیستم، زندگی من را خراب کردند. این خودش یک موش است. قدرت ما را می‌دزدد. چه باورهایی به صورت موش عمل می‌کنند که شما با آن همانیده هستید؟ باید پیدا کنید. چه دردهایی از گذشته شروع شده‌اند؟ موش هستند.

مثلاً یکی از پدرش یا مادرش رنجیده، هنوز پنجاه سال گذشته، دارد. موش است، برای این‌که زندگی شما را می‌دزدد. مجبورید به این درد شما غذا بدهید. این می‌آید بالا حال شما را خراب می‌کند، فکرهای شما را به‌کار می‌گیرد، حالتان بد می‌شود، شروع می‌کنید به فکرهای منفی کردن، ضرر زدن به بدنتان، به فکرتان.

«اول ای جان» این دردها را شناسایی کن بینداز. این باورها را شناسایی کن، بینداز. کدام باورِ خرافی دارید شما که هی دارید ادامه‌اش می‌دهید؟ آن باور نمی‌گذارد شما درست فکر کنید، موش است.

خلاصه، این وظیفه شماست که بنشینید و پیدا کنید که موش‌های خانه شما و دل شما کدام‌ها هستند؟ حتماً به دردهای گذشته، مثل رنجش، توقعاتی که در گذشته داشته‌اید، اصلاً خودِ باورِ توقع، موش است، توقع که من می‌توانم از یکی توقع چیزی داشته باشم، از کسی چیزی می‌خواهم. این خودش موش است. توجه می‌کنید؟

انتظار، و رنجش‌ها و خشم‌های حاصل از این توقع. پدرم این را نداده، مادرم آن را نداده، عمویم این را نداده، فلان موقع گفتم فلان چیز را به من بده اگر به من پول قرض می‌داد من الآن به مقامات بالا رسیده بودم، پس این دشمن من بود. موش، موش، موش، موش، موش، موش‌ها، اصلاً لانه موش شده دل ما.

«اول ای جان، دفعِ شرِّ موش کن»، می‌بینیم مولانا می‌گوید باید دفعِ شرِّ بکنی، یعنی شرِّش را دفع کنی، بعد از آن شما بیا حالا کوشش کن، گندم جمع کن، و به ما می‌گوید که از این بزرگ و بزرگان یاد بگیر. منظورش حضرت رسول است. می‌گوید که هیچ نمازی بدون حضور، هیچ عبادتی بدون حضور درست نیست. و اگر موشی در انبار ما نیست، گندم اعمالِ چهل ساله ما کجاست؟ چهل سالمان است، پنجاه سالمان است، خوب باید مرکزمان از همانیدگی درمی‌آمد، هشیاری‌مان تبدیل باید می‌شد، هیچ خشمی، هیچ دردی، هیچ رنجشی نباید در ما وجود می‌داشت، ما باید بالغ می‌شدیم، کو؟

چهل سالم است، چجوری زندگی‌ام را درست کردم؟ خیلی‌ها چهل سالشان است، همه‌اش هیجان‌ات منفی، دردهای خیلی شدید، رنجش‌ها، کدورت‌ها، انتقام‌جویی‌ها، که می‌خواهد انتقام بگیرد، بدی کند، بدخواهی برای



مردم، هزارتا گرفتاری من‌ذهنی. چهل سالگی باید ما پخته می‌شدیم و بالغ می‌شدیم. «صدرِ صُدور» یعنی بزرگِ بزرگان، و این حدیث را می‌گوید:

«لا صَلَوةَ اِلَّا بِالْحُضُورِ الْقَلْبِ.»

«نماز (عبادت)، بدونِ حضورِ کامل نیست.»

(حدیث نبوی)

یعنی نماز ما اگر حضور نباشد کامل نیست. هم نماز معمولی، هم به‌طور کلی هر عبادتی. هر کار معنوی بدون حضور درست نیست. زمینهٔ درست بودن هر عبادتی، هر تمرین معنوی، «حضور» است. یعنی باید فضا گشوده شده باشد، در زمینهٔ حضور ما بتوانیم آن عبادت را یا کار معنوی را انجام بدهیم.

◆◆◆ پایان بخش دوم ◆◆◆

## هر که را مردم سجودی می‌کنند زهر آندر جان او می‌آکنند

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۷۴۴)

پس ما می‌دانیم اگر علاقه‌مند به احترام شدید و سجده مردم پیش خودمان هستیم، ما انسان همانیده هستیم، و این سجده‌ها همه‌اش زهر است که به جان ما ریخته می‌شود. ما علاقه‌مند نباید باشیم به سجده مردم و خطراتی که این جور آدم‌ها دارند، به‌طور کلی باید برای ما آشکار بشود، چه در سطح فردی، چه در سطح جمعی، آن‌هایی که علاقه‌مند هستند که مردم سجده کنند و از این کار خیلی خوش حال می‌شوند و انرژی می‌گیرند، این انرژی در واقع انرژی نیست، زهر است، و این شخص می‌تواند خراب‌کاری زیادی بکند.

و بیت قبلی این هست، می‌گوید که،

## چند گویم من تو را این انگبین زهر قتال است، از آن دوری گزین

(منسوب به مولانا)

یک چنین چیزی. چقدر من باید به تو بگویم که این چیزی که به‌نظر عسل می‌آید، این زهر کشنده است، از آن خودت را دور کن، یعنی همین سجده مردم. دنباله مثنوی دفتر اول می‌گوید که

## ریزه ریزه صدق هر روزه چرا جمع می‌ناید درین انبار ما؟

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۳)

## بس ستاره آتش از آهن جهید و آن دل سوزیده پذیرفت و کشید

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۴)

## لیک در ظلمت یکی دزدی نهان می‌نهد انگشت بر استارگان

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۵)

ستاره آتش: جرقه و پاره‌های خرد آتش که از آتش می‌جهد.



می‌گوید که اگر ما صادق هستیم، حقیقتاً فضا باز می‌کنیم و هشیاری حضور خودش را به ما نشان می‌دهد، ما جنس‌مان دارد عوض می‌شود، در این انبار چیزی جمع نمی‌شود.

و عرض کردم با قبولِ مسئولیتِ قرارمان بر این شد که بگوییم زندگی من که در این‌جا به این‌صورت است، خودم کرده‌ام و می‌خواهم مسئولیت را به‌عهده بگیرم، تا عمل کنم و تمام مسائل گذشته که از من زندگی را به‌صورتِ موش می‌دزدند، یعنی «حواسم» را پرت می‌کنند، مسائل ما را به خودشان می‌کشند، و ما «وقت» تلف می‌کنیم، «حال» تلف می‌کنیم، «تمرکزمان» می‌رود، قرار شد ما آن‌ها را ببندیم، و برای این کار قرار شد فروتنی کنیم، اضطراب داشته باشیم، بندگی کنیم، فضا را باز کنیم، از خردِ زندگی استفاده کنیم.

سؤال می‌کند، می‌گوید که خیلی ستاره از سنگِ چخماقِ ما پرید، جهید، و رفت در سوزیده، یعنی این من‌ذهنی، قرار بود آتش بگیرد، و به آن جرقه رسید، پس چرا آتش نگرفت؟ برای این‌که «یکی دزدی نهان» پنهان شده و ستاره‌ها را یکی‌یکی می‌کشد، یعنی این من‌ذهنی ما می‌خواهد یک قسمتش بسوزد، یکی آن‌جا خاموش می‌کند، این دزد همین دزدِ من‌ذهنی ماست.

و باید ببینیم با «فضای گشوده‌شده» و «حضور ناظر» که من حقیقتاً چه ظلمی به خودم می‌کنم. در غزل داریم «ظلم و جهول» یعنی «بسیار ظلم‌کننده و بسیار نادان». ما نمی‌خواهیم در فضاگشایی این‌قدر نادان و ظالم باشیم. اولین ظلم را به خودمان می‌کنیم. اگر نمی‌گذاریم من‌ذهنی‌مان آتش بگیرد، داریم ظلم می‌کنیم و بنابراین «بسیار ظلم‌کننده» هستیم.

و من پیشنهاد می‌کنم دوباره به «پندارِ کمال‌مان»، یعنی آن تصویر ذهنی که از خودمان ساخته‌ایم، نگاه کنیم. هرکسی به مالِ خودش نگاه کند. این تصویرِ ذهنی را که به‌صورتِ یک پارک آراسته، منتها براساسِ دروغ درست شده، به‌هم بریزیم. و اگر از دیگران تعریف و توصیف می‌آید، مثل این بیتِ جمع، «سجود» می‌آید، «تأیید» می‌آید، «توجه» می‌آید، آن‌ها را به خود نگیریم. این‌ها زهر است. ما می‌توانیم جلوی زهر هم بگیریم. هرکسی «تأیید» می‌کند ما را، و «تأیید» را می‌گیریم و جذبش می‌کنیم، داریم زهر را جذبِ جانمان می‌کنیم.

«توجه مردم» و «قدرشناسی مردم»، به‌صورتی که با من‌ذهنی جست‌وجویش می‌کنیم، چرا قدرِ من را نمی‌دانید؟ زهر است. ما قدرشناسی مردم را موقعی می‌توانیم واقعاً جذب درست بکنیم، که این فضا را باز کرده باشیم. قدرشناسی چیزِ خوبی است، ولی این‌که من تشنه‌ی قدرشناسی باشم و یک چیزی را تقاضا کنم و بخواهم به‌گدایی از شما بگیرم، این یعنی من‌ذهنی من احتیاج دارد. باید ببینم «من‌ذهنی‌ام» احتیاج دارد یا «جان من»، «فضای



گشوده شده» در من، این قدرشناسی را می‌گیرد و قدرش را می‌داند. این که آدم بداند یک زحمتی می‌کشد، دیگران از آن استفاده می‌کنند و قدرش را هم می‌دانند، این خیلی لذت‌بخش است، ولی این که یک نفر بنشیند و تقاضای قدرشناسی داشته باشد، چرا مردم قدر من را نمی‌دانند، یعنی من ذهنی گدای من دنبال این کار است. پس اگر بگیرم به صورت زهر می‌گیرم، احتیاج به آن دارم. اگر به قدرشناسی احتیاج دارم، پس به دردم نمی‌خورد، اگر احتیاج ندارم، چیز خوبی است.

این هم که خواندیم. این دزد می‌گوید ستارگان را یک‌به‌یک می‌کشد.

## می‌کشد ستارگان را یک به یک تا که نفروزد چراغی از فلک

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۶)

## گر هزاران دام باشد در قدم چون تو با مایی، نباشد هیچ غم

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۷)

## چون عنایات بود با ما مقیم کی بود بیمی از آن دزد لئیم؟

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۸)

لئیم: پست

پس این سه بیت مهم است. پس می‌فهمیم الآن که اگر بخواهیم جلوی موش را بگیریم، واقعاً باید فضاگشایی کنیم. می‌گوید این دزد ستارگان را یک‌به‌یک می‌کشد تا چراغ «حضور» در این آسمان روشن نشود، یعنی زندگی نتواند از یک انسانی، به صورت خورشید استفاده کند که خودش در او طلوع کند، خودش را جلوه بدهد، چراغ خداوند در یک نفر روشن بشود به صورت «حضور» مثل مولانا؛ من ذهنی دشمن این کار است.

و الان می‌گوید: «گر هزاران دام باشد در قدم» جلوی ما اگر هزاران دام باشد، اگر فضا را باز کنیم، او با ما باشد ما غم نداریم، اگر فضا را ببندیم، گفت اگر سیمرغ و عقاب هم باشیم، نمی‌توانیم کاری بکنیم، متأسفانه ما این راه را با من ذهنی می‌رویم، با کمال‌طلبی می‌رویم، با اندازه‌گیری‌های من ذهنی می‌رویم، با خودنمایی می‌رویم، با او نمی‌رویم، آیا شما مطمئن هستید عنایاتش لحظه‌به‌لحظه با شماست؟ درسته که عنایت دارد، ولی شما با مرکز «عدم» می‌گیرید؟



## چون عنایات بود با ما مقیم کی بود بیمی از آن دزد لئیم؟ (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۸)

ما از من دهنی دزد خودمان و دیگران هیچ بیمی نداریم، اگر شما فضا را باز کنید و بگذارید عنایاتش مقیم دل شما باشد.



شکل ۱۱ (مثلث عدم بلوغ معنوی)



شکل ۱۲ (مثلث بلوغ معنوی)



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



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

اما برگشتیم به بیت اول

[شکل ۱۱ (مثلث عدم بلوغ معنوی)]

## گر من ز دست بازی هر غم پزولمی زیرک نبودمی و خردمند، گولمی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۹۶)

پس این را با این مثلث فراوانی اندیشی و بلوغ معنوی بررسی می‌کنیم، [شکل ۱۲ (مثلث بلوغ معنوی)] می‌بینیم که امروز هم خیلی تاکید کردیم، اگر مرکز ما عدم هست، موقعی که عدم می‌شود ما ارزش خودمان را به‌عنوان انسان می‌فهمیم، وقتی که مرکز ما عدم نیست [شکل ۱۱ (مثلث عدم بلوغ معنوی)]، نقطه‌چین‌هاست، همانندگی‌هاست، ارزش ما کاهش پیدا می‌کند به همانندگی‌ها، به‌طوری که می‌توانیم خودمان را با دیگران مقایسه کنیم، از طرف دیگر ما کمیابی‌اندیش می‌شویم، روا نمی‌داریم، وقتی مرکزمان «عدم» است [شکل ۱۲ (مثلث بلوغ معنوی)] فراوانی‌اندیش می‌شویم، تنها راهی که می‌توانیم ما از غم هر همانندگی و بازی آن به هم نریزیم، همین تسلیم یا فضاگشایی و «عدم» کردن مرکز است.

و این‌کار را گفتیم می‌کنیم که زیرک و خردمند می‌شویم، و مثل این حالت [شکل ۱۱ (مثلث عدم بلوغ معنوی)] نمی‌شویم که کمیابی‌اندیش باشیم و ارزش خودمان را ندانیم، تعهد نکنیم، زیرش بزنییم، میزان هشیاری جسمی ما خیلی بیشتر از «هشیاری حضور» باشد، و الان در مثنوی خواندیم که، گفت هیچ نمازی، هیچ عبادتی، هیچ کار معنوی، بدون «حضور» درست نیست، درحالی‌که ما تقریباً همه کارهای معنوی خودمان را بدون «حضور» انجام می‌دهیم، و آخر سر گفت که در این صورت موش می‌دزدد، نمی‌شود ما کار معنوی نکنیم، آن زیر ذهن ما حرف بزند، یعنی به فکر این باشیم که الآن رفته بیزینس را چه کار کنم که رشد بدم، و دارم نماز هم می‌خوانم، عبادت هم می‌کنم یا مولانا گوش می‌دهم، مولانا گوش می‌دهم حواسم یک جای دیگر هست، این کار معنوی نیست.

اما این دو تا شش ضلعی [شکل ۱۳ (شش محور اساسی زندگی با افسانه من‌ذهنی)] هم طبق عادت توضیح بدهم خدمتان، که اگر مرکز ما همانیده باشد [شکل ۱۳ (شش محور اساسی زندگی با افسانه من‌ذهنی)] ما هر لحظه می‌گوییم که ما از جنس خداوند یا زندگی نیستیم، اگر عدم باشد [شکل ۱۴ (شش محور اساسی زندگی با حقیقت وجودی انسان)]، داریم می‌گوییم هستیم، اگر این صورت بگیرد که می‌گوییم از جنس خداوند هستیم و به اتفاق این لحظه بله می‌گوییم، در این صورت می‌رویم به حقیقت وجودی انسان، صبر و شکر می‌کنیم و به قضا تن در

می‌دهیم، قضاوت نداریم، در خوب و بد اتفاق این لحظه نیستیم، برای این‌که از اتفاق این لحظه هیچ چیزی نمی‌خواهیم.

همین امروز گفتیم، پس بنابراین بله می‌گوییم به اتفاق این لحظه، مرکز ما «عدم» می‌شود و نیروی بالندگی زندگی «کُنْ فَعَان» ما را شکوفا می‌کند. و لحظه‌به‌لحظه و مرکزمان عدم است، زندگی درون و بیرونمان نوشته می‌شود، در بیرون خوب نوشته می‌شود، درونمان فضا دارتر می‌شود و ریب‌المنون دست از سر ما برمی‌دارد.

ریب‌المنون اتفاقات بدی است که برای ما می‌افتد، برای از بین بردن شک و تقلید ولی، پس بنابراین با مرکز همانیده پیش برویم، حضور نداریم، عبادت و کار معنوی ما ارزش ندارد و مرتب اتفاقات بد خواهد افتاد که ما از این حالت در بیابیم بالاخره سختی‌ها ممکن است باعث بشود درحالتی که مرکز ما همانیده است ما دست به تسلیم و فضاگشایی بزنیم بالاخره.

درحالتی که ما از اول می‌توانستیم این کار را بکنیم، با تسلیم و فضاگشایی و اقرار به الست پیش برویم و ما متوجه می‌شویم که هر موقع مرکز ما عدم می‌شود ذهن ما خاموش می‌شود و یواش‌یواش هُشیاری ما تبدیل می‌شود، می‌رود به سوی بی‌نهایت خداوند. داریم می‌رویم به بی‌نهایت و ابدیت خداوند زنده بشویم. آمدن انسان از من‌ذهنی با فضای همانیده و زمان مجازی یا زمان روان‌شناختی، آمدن از آن فضا به این لحظه ابدی و مستقر شدن در آن‌جا و یا بی‌نهایت شدن، همان کَرَمنا و کوثر نامیده می‌شود.

امروز فراوانی خداوند را توضیح داد مولانا گفت به همه داده شده‌است، به همه عطا شده‌است، خیلی‌ها فراوانی را فراموش کردند رفتند به تنگ‌نظری من‌ذهنی یعنی این حالت [شکل ۱۳] (شش محور اساسی زندگی با افسانه من‌ذهنی). این بیت را توضیح دادیم

گر من ز دست بازی هر غم پزولمی  
زیرک نبودمی و خردمند، گولمی

گر آفتاب عشق نبودیم، چون زحل  
که در صعود آنده، و گه در نزولمی  
(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۹۶)

زُحل خیلی دور هست از ما، بزرگ هم هست، منتهی اوج و حضیض دارد، یعنی بالا و پایین دارد و من‌ذهنی هم همین‌طور است، من‌ذهنی به‌نظر ما مهم است ولی بالا و پایین دارد می‌گوید هرچیزی که بالا و پایین دارد مثل زحل گرچه دور و بزرگ است به درد ما نمی‌خورد و اگر دقت کنید همه ابیات یک آگری یا گری دارد و هر بیته اشاره می‌کند به یک قسمت مهمی از ما مثلاً در این بیت می‌گوید که اگر عشق نباشد، در این صورت ما مثل زحل اوج و حضیض داریم، «**گه در صعود اندوه و گه در نزولمی**» گاهی حالم خوب می‌شود به‌لحاظ ذهنی، گاهی نزول می‌کنم، درحالی‌که زندگی به‌صورت مرکز عدم یک حال خوب با شادی بی‌سبب دائمی است. لزومی ندارد حال ما تغییر کند، ما درواقع یک درد ثابتی را حمل می‌کنیم فقط بالا و پایین می‌رود این درد با زیاد و کم شدن همانندگی‌ها.

پس متوجه شدیم که خوش‌بختانه ما آفتاب عشق داریم. آفتاب عشق به‌صورت وحدت از مرکز ما باید بیاید بالا، درسته؟

پس بیت اول بود همانیده نشو، هر همانندگی سبب بازی همانندگی به‌صورت غمش می‌شود، هر همانندگی شما را دچار درد می‌کند، حالا ما که همانیده هستیم می‌گوییم حالا غمش می‌آید من به‌هم نخواهم ریخت اگر به‌هم بریزم در آن صورت زیرک و خردمند نیستیم، نادان هستیم حالا از کجا می‌فهمم؟

برای این‌که حال من بالا و پایین می‌رود ولی من می‌فهمم که همین بالا و پایین رفتن حال من نشان می‌دهد که این زحل یا کیوان درسته که بزرگ است و دور است و بالاست و بلند است، یعنی من، مقام من‌ذهنی هم بلند است، ولی قادر نیست حال خوبش را نگه دارد، از طرف دیگر می‌دانید که زحل یا کیوان نحس اکبر است؛ یعنی هرکاری که می‌کند به درد منجر می‌شود. زندگی ما درست گشوده نخواهد شد، گرچه که مردم می‌گویند این خیلی مهم است و این عقل من‌ذهنی خیلی مهم است، جمع می‌گوید، برای این‌که جمع دنبال آن می‌رود، ولی توجه کنید که بلند است، دور است، مهم است ولی هم بدشگون است، هم تغییرات زیادی دارد. و این **[شکل ۹ (افسانه من‌ذهنی)]** همین بدشگونی و تغییرات حال من‌ذهنی را نشان می‌دهد. گاهی بالاست گاهی پایین است، شما این حالت را ذکر کرد، دیده‌اید. می‌بینید با کسی که همانیده هستیم، وقتی او با شما دوستی می‌کند حالتان خوب است، وقتی قهر می‌کند حالتان بد می‌شود، دوباره آشتی می‌کنید خوب می‌شود، قهر می‌کنید بد می‌شود، یعنی همانیده هستید. اما آفتاب وحدت از این لحظه، اگر این رشته فکر پاره بشود می‌آید بالا و این آفتاب وحدت شما هستید و همین‌طور این چند بیت را برایتان می‌خوانم. بین ابیات امروز ابیاتی از مثنوی یا دیوان شمس

آوردیم برای این که بتوانیم بیت را بفهمیم. وقتی بیت را فهمیدیم شما می‌توانید یکسره بخوانید و برای خودتان تکرار کنید، می‌گوید:

## آنکه او موقوف حال است، آدمی ست که بحال افزون و، گاهی در کمی ست

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۲۵)

پس انسان در حال همانیده موقوف حالش است. حال را من ذهنی ایجاد می‌کند. حالی که من ذهنی می‌دهد گاهی بالاست، گاهی پایین است، تغییر می‌کند، بیت اول هم همین را می‌گفت. می‌گفت وقتی بازی می‌کند یعنی تغییر می‌کند دیگر، ما ناراحت می‌شویم. درست است؟ پس حال ما نباید موقوف چیزها باشد، این را می‌فهمیم و اگر حال ما تغییر می‌کند حتماً ما به خدا زنده نیستیم. در این جا:

## آنکه یک دم کم، دمی کامل بود نیست معبود خلیل، آفل بود

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۲۹)

آن چیزی که در مرکز ما هست یک لحظه کامل است، یک لحظه ناقص است، این خداوند نیست، معبود خلیل نیست، این یک چیز آفل است. من ذهنی چیز آفل است، گذراست، قابل تغییر است از مرکز ما برود بیرون، اگر من ذهنی در مرکزمان است، نمی‌توانیم بگوییم خداوند در مرکزمان است. این هم که آیه‌اش هست آورده‌اند این جا:

«وَكَذَلِكَ نُرِي إِبْرَاهِيمَ مَلَكُوتَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَلِيَكُونَ مِنَ الْمُوقِنِينَ. فَلَمَّا جَنَّ عَلَيْهِ اللَّيْلُ رَأَى كَوْكَبًا ۖ قَالَ هَذَا رَبِّي ۖ فَلَمَّا أَفَلَ قَالَ لَا أُحِبُّ الْآفِلِينَ.»

«بدین سان به ابراهیم ملکوت آسمان‌ها و زمین را نشان دادیم تا از اهل یقین گردد. چون شب او را

فروگرفت، ستاره‌ای دید. گفت: این است پروردگار من. چون فرو شد، گفت: فرو شوندگان را دوست ندارم.»

(قرآن کریم، سوره انعام (۶)، آیات ۷۵ و ۷۶)

بدین سان به ابراهیم ملکوت آسمان‌ها و زمین را نشان دادیم تا از اهل یقین گردد، یعنی فضا را باز کردیم برای ابراهیم و درواقع انعکاس فضای باز شده را در بیرون به او نشان دادیم که اهل یقین شد، اگر این فضا باز نمی‌شد اهل یقین نمی‌شد. چون شب او را فراگرفت، یعنی وقتی مثل ما آمد از طریق همانیدگی‌ها دید، من امیدوارم ما هم از همین جا یاد بگیریم، چون شب او را فروگرفت، از طریق همانیدگی‌ها نگاه کرد ستاره‌ای دید، همین



ستاره من ذهنی را دید، گفت: «این پروردگار من است»، بعد دید این افول می‌کند، گفت نه پس این خدا نیست، خدا بود که افول نمی‌کرد. پس این است پروردگار من، چون فرو شد گفت: «فروشوندگان را دوست ندارم». ما هم داریم می‌گوییم که فروشوندگان، آفلین، چیزهای گذرا را دوست نداریم و در مرکزمان قرار نمی‌دهیم.

## ور بوی مصر عشقِ قلاووز نیستی چون اهل تیه حرص، گرفتار غولمی (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۹۶)

قلاووز: پیشآهنگ، پیشرو لشکر

تیه: بیابان بی‌آب و علف

دوباره ور یعنی اگر، اگر می‌گوید بوی عشق رهبر، پس رهبر، عشق است، نبود، مانند اهل بیابان حرص یعنی انسان‌های همانیده، گرفتار غول می‌شدیم و درواقع شده‌ایم، پس هرکدام از این بیت‌ها یک مطلب مهمی به ما می‌گوید.

می‌گوید که شما باید فضا را باز کنید، یک بویی بکشید، «ور بوی مصر عشقِ قلاووز، نیستی» یا می‌توانستیم بخوانیم «ور بوی مصر عشق، قلاووز نیستی» هردو می‌شود، ولی چون عشق دائماً قلاووز است و پایین هم تیه حرص است خواندیم «عشقِ قلاووز»، «عشقِ قلاووز»، «تیه حرص» تیه یعنی بیابان، یعنی وقتی ما همانیده می‌شویم، می‌افتیم یک بیابانی، در ادبیات ما هست که در بیابان غول هست و غول به آدم آدرس غلط می‌دهد، می‌بینید که آدرس غلطی که غول در بیابان ذهن یعنی بیابان همانیدگی‌ها به ما داده، به ما گفته اگر به هرکدام از این همانیدگی‌ها برسی، این آب است، آب زندگی را می‌خوری، این خوشبختی است.

ما رسیدیم، دیدیم نشد، این آب ندارد، همیشه آدرس غلطش این است که می‌گوید همانیدگی آب زندگی دارد، درحالی که آب زندگی از عشق قلاووز می‌آید، من باید فضا را باز کنم، به صورت آفتاب از مرکز طلوع کنم، یا آفتاب فضا را باز کنم، به وحدت برسم با زندگی در این لحظه، در این لحظه، یک بویی بکشم. بویی بکشم یک حسی بکنم، یک حس آرامشی در زیر فکرهایم بکنم در این لحظه. حس آرامش زندگی که در این شکل [شکل ۱۰ (حقیقت وجودی انسان)] هم هست، این همین بوی «مصر عشق» است. پس همین که مرکز عدم می‌شود، شما بوی شادی بی‌سبب، حس امنیت، خاطرجمعی، حس هدایت، حس عقل، حس قدرت را می‌کنید، بوی شادی می‌آید. یعنی یک حسی می‌کنید که قابل اندازه‌گیری یا گفتن نیست، در درون باید حس کنید. وقتی می‌گوید بو یعنی شما



باید حسش کنید در درون، نمی‌توانید بنویسید و ثبت کنید و با چیزهای اندازه‌گیری اندازه‌گیری کنید، نمی‌توانید متر کنید. پس اگر بوی عشق رهبر نبود، یعنی عشق رهبر ماست، اگر آن نبود، ما همیشه در بیابان حرص، گرفتار راهنمایی‌های غول می‌شویم.

پس می‌گوید امکان این وجود دارد که این لحظه ما با فضاگشایی به حرف من‌ذهنی گوش ندهیم، غول من‌ذهنی است. و این‌که بشر از ابتدای آفرینش که امروز هم می‌گفت بشر، بشر یعنی من‌ذهنی و از غول آدرس گرفته، برای همین بیدار نشده، این‌همه هم خرابی به‌وجود آورده، این‌همه جنگ به‌وجود آورده.

پس پیشنهاد می‌کند که بوی عشق قلاووز را حس کنیم با فضاگشایی، درست است؟ خیلی جاها عشق را قلاووز می‌داند، قلاووز یعنی رهبر به‌اصطلاح. «راهی پر از بلاست ولی عشق پیشواست»، راهی پر از بلاست، چجوری؟ اگر بخواهیم این نقطه‌چین‌ها را [شکل ۹ (افسانه من‌ذهنی)] شناسایی کنیم به درد می‌افتیم و بلا می‌کشیم، ولو شناسایی درست بکنیم، درد هشیاران‌اش را بتوانیم باید بکشیم. مقاومت و قضاوت ذهن نمی‌گذارد، هی برمی‌گردیم ذهن آدرس غلط از غول می‌گیریم هی منحرف می‌شویم. «راهی پر از بلاست» آسان نیست، اما همیشه عشق پیشواست. این چند بیت را برایتان می‌خوانم:

همچو قوم موسی اندر حرّ تیه  
مانده‌یی بر جای، چل سال ای سفیه

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۷۸۸)

می‌روی هر روز تا شب هروله  
خویش می‌بینی در اوّل مرحله

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۷۸۹)

نگذری زین بُعد سیصد ساله تو  
تا که داری عشق آن گوساله تو

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۷۹۰)

تیه: بیابان‌شن‌زار و بی آب و علف؛ صحرای تیه بخشی از صحرای سینا است.

حرّ: گرما، حرارت

سفیه: نادان، بی‌خرد

هروله: تند راه رفتن، حالتی بین راه رفتن و دویدن





تیه یعنی بیابان، همین الان گفتیم، حرّ یعنی گرما. سفیه: نادان. هروله: تند راه رفتن، همین طور که ما تند فکر می‌کنیم عمل می‌کنیم، تندتند فکر می‌کنیم عمل می‌کنیم. فکر می‌کنیم که این ما را از بیابان حرص درمی‌آورد. پس می‌گوید که مانند قوم موسی در گرمای بیابان، ما هم در گرمای دردهای ذهن، چهل سال بر یک‌جا مانده‌ایم. قوم موسی چهل سال در آن بیابان گمشده بودند و صبح حرکت می‌کردند عصر می‌دیدند که همان‌جا هستند. ما هم صبح حرکت می‌کنیم، کار معنوی می‌کنیم، بعد از یک‌ماه می‌بینیم که همان من‌ذهنی را داریم، هیچ تغییری نکردیم. می‌گوید هر روز یا هر لحظه تندتند می‌روی، هروله یعنی تندتند، هروله: تند راه رفتن، حالتی بین راه رفتن و دویدن. همین طور که ما فکر می‌کنیم تندتند و تندتند عمل می‌کنیم با من‌ذهنی، اما می‌بینید که هنوز در پله اول هستیم. می‌گوید از این فاصله سیصدساله نخواهی گذشت، یعنی این کار وقت می‌گیرد، این طوری که تو می‌روی به هیچ‌جا نخواهی رسید، عشق گوساله یعنی عشق من‌ذهنی.

تا زمانی که ما عاشق من‌ذهنی‌مان هستیم، در این صورت از این بیابان ذهن، همانیدگی‌ها یعنی این، این شکل [شکل ۹ (افسانه من‌ذهنی)] نخواهیم گذشت. چه چیزی پیشوای ماست؟ می‌گوید بوی عشق. بوی «مصرِ عشق». حالا ببینید شما واقعاً فضا را باز می‌کنید و عشق قلاووز شماست یا نه؟ پس این‌هم از دهخدا است، می‌گوید:

### بام تا شام در مشقت راه شب همان‌جا که بامداد پگاه (دهخدا)

آدم‌ها از صبح تا شب کار می‌کنند، راه می‌روند، زحمت می‌کشند اما شب دوباره همان‌جا هستند که صبح بودند و این وضعیت بیشتر ما انسان‌هاست، چون با من‌ذهنی کار می‌کنیم. این همه زحمت می‌کشیم، نه از لحاظ مادی پیشرفت می‌کنیم نه معنوی. برای این‌که گفتم، همان فکرها را تکرار می‌کنیم، بیشتر این فکرها خرافاتی هستند، به‌درد نمی‌خورند، به‌درد جهان امروز نمی‌خورند ولی با آن‌ها همان‌بده هستیم و براساس آن‌ها عمل می‌کنیم. منتها یک جنونی هم به ما دست داده که می‌گوییم همان فکر، همان عمل ولی نتیجه بهتر، نتیجه متفاوت‌تر، نه نمی‌شود هم‌چون چیزی. پس:

### بام تا شام در مشقت راه شب همان‌جا که بامداد پگاه (دهخدا)

همین‌طور این بیت‌ها را از مثنوی خواندیم، مولانا در این چند بیت می‌گوید که به بلوغ جنسی یا به ظاهر درست‌کردن، ما انسان نمی‌شویم. می‌گوید مرد، مرد یعنی انسان. می‌گوید:

**گر به ریش و خایه مردستی کسی  
هر بُزی را ریش و مو باشد بسی**  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۳۴۵)

**پیشوای بد بُود آن بز، شتاب  
می‌برد اصحاب را پیش قصاب**  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۳۴۶)

**ریش شانه کرده که من سابقم  
سابقی، لیکن به سوی مرگ و غم**  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۳۴۷)

خیلی مهم است این سه بیت. ما اگر برحسب بلوغ ظاهری، این‌که بدنمان رشد کرده، فکرمان هم یک‌خرده رشد کرده، منتها همان‌ده هستیم، می‌گوییم انسان هستیم، ما به انسانیت نمی‌رسیم. مولانا مثال می‌زند که هر بز پر از ریش و مو است. می‌گوید که اگر آن بز را، یعنی همان من‌ذهنی را پیشوا بکنی، با عجله اصحاب را پیش قصاب می‌برد. این درست نیست که بز برود دوستانش را جمع کند ببرد مغازه قصابی که، سر ما را ببر، بفروش. و خودش را آراسته کرده که من می‌دانم، می‌دانی بله، بلدی، قلاووزی، اما به‌سوی مرگ و غم، این ابیات دیگر کاملاً واضح است. این‌جا کلمه قلاووز را به‌کار می‌برد. بعد می‌گوید:

**هین روش بگزین و ترک ریش کن  
ترک این ما و من و تشویش کن**  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۳۴۸)

**تا شوی چون بوی گل با عاشقان  
پیشوا و رهنمای گلستان**  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۳۴۹)

**کیست بوی گل؟ دم عقل و خرد  
خوش قلاووز ره ملک ابد**  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۳۵۰)

مُلک ابد یعنی این لحظه ابدی، یعنی فضای گشوده شده به اندازه بی‌نهایت، زنده شدن ما به بی‌نهایت و ابدیت خداوند. «هین روش بگزین» یعنی فضا را باز کن، راه درستی انتخاب کن و این من‌ذهنی را که به صورت زخم است، ترک کن. یا نه این ظواهر را بینداز دور، براساس ظواهر، چیزهای سطحی خودت را مهم ندان، خودت را قلاووز نکن و ما باید آگاه باشیم، بگوییم من از من خودم، من‌ذهنی خودم دوری می‌کنم، اطرافش فضا باز می‌کنم، عضو «ما» هم نمی‌شوم.

چون «من‌ها» جمع می‌شوند یک «ما» درست می‌کنند. آن وسط یکی که می‌آید بالا به‌عنوان رئیس ما، هر خرابکاری که دلش می‌خواهد می‌کند، جایزه هم می‌گیرد. بنابراین من شخصاً یعنی به‌عنوان فرد، مواظب من خودم هستم، مواظب هستم که جزو «ما» نشوم از نظر ذهنی، همانندگی.

من نمی‌خواهم از ما هویت بگیرم، این ایجاد تشویش می‌کند، که چه بشود؟ تا مثل بوی گل بشوی. این بوی گل با غزل هم می‌خواند که می‌گوید بوی عشق قلاووز. یعنی عاشقان، آن‌هایی که می‌خواهند به‌حضور زنده بشوند، به بوی گل تو بیایند. تو فضا را باز کن، روش بگزین، بگذار عاشقان این بو را بفهمند. انسان‌ها بوی خرد را می‌شناسند، بوی عشق را می‌شناسند، بوی خدا را می‌شناسند.

## تا شوی چون بوی گل با عاشقان پیشوا و رهنمای گلستان

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۳۴۹)

شما راه می‌روید توی یک بیابانی، یک دفعه بوی گل به مشامتان می‌خورد، می‌فهمید که به جای خوب دارید می‌رسید، به گلستان دارید می‌رسید. حتماً چشمه‌ای هست، این‌جا گلی هست، وگرنه این بوی خوش از کجا می‌آید؟ الان می‌گوید بوی گل چه کسی هست؟ دم انسان‌های عاقل و خردمند، مولانا. که این‌ها رهبر خوبند به‌سوی این لحظه ابدی، به جاودانگی که ما برای این کار آمده‌ایم.

متأسفانه ما گیر افتادیم در من‌ذهنی که اغلب اعضای جامعه که من‌ذهنی دارند، ما را تحریک می‌کنند به این کار. توجه می‌کنید که چقدر مولانا از قرین، بد می‌گوید که، قرین کسی که، کسی یا چیزی که با شما قرین می‌شود و شما را قلاووزی می‌کند و از راه بیرون می‌آورد. امروز گفت که در بیابان موسی، آن‌جا، چهل سال قوم موسی حرکت می‌کردند، زحمت می‌کشیدند، راه می‌رفتند ولی شب همان‌جا بودند که صبح حرکت کرده بودند. یعنی در ذهن بودند، یعنی جایگزین می‌کردند، شما می‌گویید با این چیز همان‌جایی هستیم، آن را بیرون کردید یک چیز دیگر



جایش نگذارید. امروز گفت اگر خداوند با تیر یک چیزی را زد، یک همانیدگی را، شما خشمگین نشو، خدا را شکر کن، عقلت را جمع کن و به خودت بیا، بگو که با چه چیزی دیگر همانیده هستم؟

روی خودت کار کن. یک غصه‌ای به شما الآن رسید بگوید که این یک بیدارکننده است، هشداردهنده است، این برای چه رسید؟ دلم گرفت، چه پیغامی دارد؟ همیشه آن بیت‌ها را می‌گوید که هر لحظه یک مهمان می‌آید، هر لحظه یک مهمانی می‌آید، ای جوان مواظب باش پذیرایی کنی.

هر لحظه، هر فکری در سر ما می‌پرد، یک وضعیتی را به ما ارائه می‌کند، مخصوصاً غم‌هایش، یک چیزی می‌خواهد به ما بگوید. شما باید پیغام را بگیرید. یک بسته‌ای هست، باز کنید، بگوید که زندگی، قضا چه می‌گویی به من؟ نه این‌که این چه چیزی است؟ پذیرایی کن با فضاگشایی تا از دور خودت برگشتن، تکرار فکرها، آزاد بشوی. این‌ها را خواندیم.

## ور آفتاب جان‌ها خانه‌نشین بدی در بند فتح باب و خروج و دخولی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۹۶)

همه بیت‌ها مهم‌اند. می‌گوید اگر آفتاب جان انسان‌ها که به صورت خورشید از مرکزش باید بیاید بالا، که این همین آفتاب عشق است، هر انسانی هم استعداد این کار را دارد، اگر خانه‌نشین می‌شد یعنی در ذهن می‌ماند، در این صورت انسان شروع می‌کرد به مسئله درست کردن و فتح باب کردن، فتح باب یعنی گشودن در.

می‌بینید که ما وارد مسئله می‌شویم و خارج می‌شویم. الآن ما مسائلی در جهان داریم به‌طور جمعی، داریم مسئله ایجاد می‌کنیم مثلاً، لزومی نداشت مسئله ایجاد کنیم. پس از یک مدتی یک گروهی تعیین می‌شود، این‌ها خردمندند، می‌خواهند وارد این مسائل بشوند یکی‌یکی، بازش کنند، وارد بشوند، خارج بشوند. مسئله درست کنند، در آن را باز کنند بروند درون، خارج بشوند. می‌گوید این به این علت است که آفتاب جان‌ها خانه‌نشین شده. شما بگذار آفتاب جان‌ها طلوع کند که انسان‌ها مسئله درست نکنند و مشغول حل مسائلشان با من‌ذهنی نشوند.

توجه می‌کنید؟ دوجور مسئله درست می‌کنیم، شما به خودتان نگاه کنید، بگوید یک‌سری مسائل را من خودم برای خودم درست می‌کنم، بعد شروع می‌کنم به حل کردن آن‌ها. من باید جلوی این مسائل را بگیرم، نه این‌که مسئله درست کنم، در مسائل را باز کنم، بروم درون بیایم بیرون، بروم درون بیایم بیرون، بروم درون بیایم



بیرون. بعضی از این مسائل از گذشته شروع شده، عرض کردم شما آن موشی که می‌گوید من مسئول نیستم، آن را از مرکز بیرون کنید، بگویید من مسئول هستم، عمل کنید، فکر کنید، تا این‌ها را درست کنید.

پس چیزی که از این بیت یاد می‌گیریم این است که من نمی‌خواهم بگذارم آفتاب جان من خانه‌نشین بشود، من می‌خواهم فضا را باز کنم تا آفتاب جان من صرف‌نظر از این‌که مردم می‌خواهند جانشان طلوع کند یا نه، آفتابشان طلوع کند یا نه، مال من طلوع کند.

و هرچه هم این آفتاب می‌آید بالا شما خواهید دید که نه مسئله درست می‌کنید، نه در مسئله باز می‌کنید، نه وارد می‌شوید، نه خارج می‌شوید. پس در این حالت [شکل ۹ (افسانه من‌ذهنی)] ما مسئله درست می‌کنیم، مرکز ما همانیده است، خورشیدمان را هم حبس کرده‌ایم در خانه ذهن.

اما در این حالت [شکل ۱۰ (حقیقت وجودی انسان)] که فضاگشایی می‌کنیم و مرکز را عدم می‌کنیم داریم اجازه می‌دهیم که آفتاب جان ما از خانه‌نشینی بیاید بیرون و شروع کند به بالا آمدن. هرچه آفتاب می‌آید بالا یعنی من عشق را می‌آورم به زندگی‌ام، خداوند را می‌آورم و این من‌ذهنی کوچک‌تر می‌شود می‌بینم مسائل کم می‌شود، لزومی ندارد مسئله درست کنم، بروم درونش، بیایم بیرون، بروم حول و حوشش بگردم، درست است؟ و این سه بیت را داشتیم.

## آفتابی در یکی ذره نهران ناگهان آن ذره بگشاید دهان

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۵۸۰)

## ذره ذره گردد افلاک و زمین پیش آن خورشید، چون جست از کمین

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۵۸۱)

## این چنین جانی چه درخورد تن است؟ هین بشو ای تن از این جان هر دو دست

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۵۸۲)

کمین: نهانگاه، کمینگاه.



این ابیات را درست سرچایش برایتان می‌خوانم. پس کمین یعنی نهانگاه. ما، اصل ما مثل آفتابی در این فضای ذهن پنهان شده و ما چون من‌ذهنی را ادامه می‌دهیم، آفتاب را خانه‌نشین کردیم، طبق بیت. ما باید فضا را باز کنیم، باز کنیم، باز کنیم، ناگهان آفتاب ما یک‌دفعه طلوع می‌کند. اگر طلوع کند این آفتاب این‌قدر بزرگ است و درخشان است می‌گوید تمام افلاک و زمین پیشش یک ذره می‌شود، اگر این خورشید از کمین‌گاه ذهن طلوع کند.

بعد به ذهن ما می‌گوید، به من‌ذهنی می‌گوید که یک چنین جانی، این خورشید بی‌نهایت، این طلوع خداوند از درون من چه شایسته‌تو است؟ تو که دنبال چیزهای این‌جهانی هستی، همان‌جایی بشوی و با بازی‌اش نتوانی بازی کنی، به هم بریزی. ما سر چیزهای کوچولو به هم می‌ریزیم. آیا لزومی دارد که بفهمیم این واقعاً شایستگی است؟ آیا فکر نمی‌کنیم که چنین آفتابی که ما هستیم، نمی‌تواند در این تن ما که می‌گوید هرچه بیشتر بهتر، چیزهای کوچک این‌جهانی را گرفته گذاشته آن‌جا و معطل کرده خودش را، یک اشکالی داریم ما؟

این‌همه مسئله‌ای که درست می‌کنیم، فکر نمی‌کنیم این لزومی ندارد این‌قدر مسئله درست کنیم ما؟ که حلش کنیم. ما همه‌اش مسئله درست می‌کنیم هم در سطح فردی، هم جمعی، مشغول حل آن‌ها می‌شویم. پس بنابراین ما به، الآن من‌ذهنی‌مان می‌گوییم ای من‌ذهنی از این آفتاب، از این جان، از من به‌طور کلی دست بشو. به من‌ذهنی‌مان می‌گوییم باباجان بشناس من یک آفتاب هستم، می‌خواهم طلوع کنم، تو چرا جلوی من را گرفتی؟ به من می‌گویی مردم باید به تو تعظیم کنند، احترام بگذارند، باید دیده بشوی، دیده بشوم که چه بشود؟ چه دیده بشود؟ من یک آفتاب هستم می‌خواهم طلوع کنم. تو من را مجبور می‌کنی ای من‌ذهنی من هی مسئله درست کنم، این‌ها را حل کنم و حواسم پرت بشود، حالم خراب بشود.

تو هم که حالت درست بشو نیست، هی در اثر بالا رفتن همان‌دگی‌ها بالا می‌رود، پایین می‌آید، بیت دوم بود و خودت را هم خیلی بزرگ می‌دانی. من الآن فهمیدم تو بزرگ نیستی، یعنی ما یک خرده به این آفتاب توجه کنیم، از بینش همان‌دگی‌ها بیرون می‌آییم و این سه بیت را برایتان بخوانم که ما اشکال ایجاد می‌کنیم و مسئله ایجاد می‌کنیم و متأسفانه هشیاری حضورمان را، بیل زرینمان را در حدث، مدفوع، فرومی‌کنیم تا بتوانیم مسائلمان را حل کنیم، می‌گوید:

## تا گشاید عقده اشکال را در حدت کرده ست زرین بیل را

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۹)

## عقدہ را بگشاده گیر ای مُنتہی عقدہ یی سخت ست بر کیسہ تھی

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۶۰)

## در گشاد عقدہ‌ها گشتی تو پیر عقدہ چندی دگر بگشاده گیر

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۶۱)

حَدَّث: سرگین، مدفوع

مُنتَہی: به پایان رسیده، کمال یافته

حَدَّث یعنی سرگین، مدفوع. مُنتَہی: به پایان رسیده، کمال یافته. عَقْدَہ ہم یعنی مسئلہ، گرہ. ما با من ذہنی عَقْدَہ یا مسئلہ یا اشکال تولید می‌کنیم. بعد بیل زرینمان را که امتداد خداست، واقعاً خرد زندگی است، فرومی‌کنیم به مدفوع این گرفتاری‌ها.

این‌که در غزل می‌گوید در مسئلہ را باز می‌کنیم می‌رویم درون، می‌آییم بیرون، آیا فکر نمی‌کنیم که این مسئلہ را می‌توانیم ایجاد نکنیم؟ این یک من ذہنی و یک حیثیت بدلی بود که این گرفتاری را ایجاد کرد؟ حیثیت بدلی ہمراہ با ترس است.

غزل امروز توجه کنید بیت اولش خیلی مهم بود می‌گفت که تو با شوخی یا بازی غم همانندگی به هم می‌ریزی. ممکن است جنگ ایجاد کنی، ستیزه ایجاد کنی، مسئلہ ایجاد کنی. مسئلہ ایجاد می‌کنی و حیثیت بدلی تو که محتاج تعظیم و مثل کیوان است. کیوان خیلی بالا است، ولی نحس اکبر است یعنی هر فکری می‌کند، هر عملی می‌کند ایجاد گرفتاری می‌کند، ایجاد مسئلہ می‌کند. هیچ فکری نیست، هیچ عملی نیست که من ذہنی انجام بدهد، از درون آن مسئلہ بیرون نیاید.

این مسئلہ را باید یکی حل کند. یا باید خودش حل کند که در این صورت بیل زرینش را که خرد زندگی است، خرد خداوند است که تمام کائنات را اداره می‌کند، کرده به مدفوع. دارد این را می‌گوید دیگر، «تا گشاید عقدہ اشکال را» «در حدَّث کرده‌ست زرین بیل را». ما زرین بیل داریم، یعنی بیل طلائی داریم. بیل طلائی حضور ماست، برای چه گذاشتیم جذب همانندگی‌ها و آثار آن بشود.



بعد به ما می‌گوید، این عقده را، این گره را، این مسئله را، گشاده گیر ای به‌انتها رسیده. یعنی لزومی ندارد ما مسئله ایجاد کنیم، مسئله حل کنیم، سختی بکشیم، تا بفهمیم که مسئله نباید ایجاد کنیم اصلاً لزومی نداشته مسئله ایجاد کنیم. ما لزومی دارد که دو نفر که با هم دشمن هستند جنگ ایجاد کنند؟! هزاران نفر بمیرند، در اثر حیثیتِ بدلی، ناموس.

گفت، خداوند این ناموس را صد منِ حدید کرده «**کرده حق ناموس را صد منِ حدید**». حدید یعنی آهن. این حیثیتِ بدلی ما صد منِ آهن است، وقتی می‌رسد یک کمی بالاتر ببین چه می‌شود؟ «**هرکه را مردم سجودی می‌کنند**» «**زهرها در جانِ او می‌آکنند**» یا «**زهر اندر جانِ او می‌آکنند**» و ما سجود را می‌خوریم.

می‌شود ما یک لحظه فکر کنیم که مسائل قبلی ما حل شده و این گرفتاری‌های ناموس یا حیثیتِ بدلی ماست، یک قسمت ما زخمی شده و این حیثیتِ بدلی ماست، ناموس ماست، ما نمی‌خواهیم خودمان را کوچک کنیم، ما نمی‌خواهیم بگوییم اشتباه کردیم.

چرا ما به یک نفر نمی‌توانیم برویم بگوییم که معذرت می‌خواهم اشتباه کردم، ناموس داریم، حیثیتِ بدلی داریم. حیثیتِ بدلی آبروی من‌ذهنی است، بزرگ است. و به ما می‌گوید، در مسئله حل کردن و گشودن پیر شدی. فرض کن بقیه عقده‌هایت هم، مسائلت حل شده، مسئله را ادامه نده. مسائل را حل شده بگیر و مسئله نساز. فرض کن چند تا مسئله درست کردی آن‌ها را هم حل کردی، دیگر مسئله درست نکن.

برای این‌که همه این عقده‌ها، همه مسائلی که ما می‌سازیم، این‌ها کیسه تهی است. گره می‌زنی خیلی سخت باز می‌شود در کیسه، کیسه را به هزار مصیبت با دندان باز می‌کنیم می‌بینیم داخلش چیزی نیست! چیزی نیست فقط من‌ذهنی دو نفر آسیب‌دیده بوده، اصلاً من‌ذهنی وجود ندارد. این رنجش به‌خاطر بازی غم همانیدگی بوده، به‌خاطر بیت اول غزل بوده.

## ور گلستانِ جانِ بُدی مُمتَحَن نواز من چون صبا ز باغ وفا کی رسولمی؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۹۶)

مُمتَحَن: امتحان شده، در بلا افتاده

مُمتَحَن یعنی امتحان شده یا رنج کشیده، به بلا افتاده. و در این‌جا مُمتَحَن اگر به معنی درد کشیده باشد به معنی درد هشیارانه کشیده‌است. و هردو یک معنی را می‌دهند. مُمتَحَن چه بخواهیم بگوییم که امتحان داریم

می‌شویم، زندگی ما را امتحان می‌کند می‌خواهد ببیند ما شناسایی کردیم که یک چیزی در مرکز ما نباشد؟ اولش اخلاقش خوب است، وقتی پنج‌شش سالمان است مرتب باز هم امتحان می‌کند.

به یک توپی، مثلاً پسری به یک توپی علاقه‌مند می‌شود توپ گم می‌شود و ناراحت می‌شود. بالاخره پدر و مادرش باید به او بگویند که عزیزم با این توپ همانیده نشو. یک چیزی دیگر می‌خرند، دوچرخه می‌خرند با دوچرخه همانیده می‌شود دوچرخه گم می‌شود یا می‌زدند یا می‌شکنند، ناراحت می‌شود. دوباره می‌فهمد که این چیزهای این جهانی آفل هستند. همان اول می‌تواند این چیزها را بفهمد، لزومی ندارد بیاید سنش بیست بشود، سی بشود، چهل بشود، پنجاه بشود، شصت بشود، هم با چیزها همانیده باشد هم آدم‌ها.

ما می‌فهمیم که گلستانِ عشق مُمتَحَن نواز است؛ یعنی نوازش می‌دهد آن کسی که امتحان می‌دهد و پاس می‌کند و قبول می‌شود؛ با درد، با دردِ هشیارانه. یعنی چه؟ یعنی اگر شما شناسایی کنید همانیدگی را و درد هشیارانه بکشید گلستانِ جان، گلستانِ یکتایی، خداوند، شما را دوست دارد، نوازش می‌دهد. ما داریم می‌فهمیم.

می‌گوید، اگر گلستانِ جان مُمتَحَن نواز نبود، من انسان مانند باد صبا از باغِ وفا؛ باغِ وفا یعنی باغِ یکتا شدن با خداوند، یعنی وقتی در این لحظه من آلت را اقرار می‌کنم و به جای جفا وفا می‌کنم خداوند هم وفا می‌کند؛ من مثل باد صبا از آن باغ، همین‌که این فضا باز می‌شود، می‌شود باغ، زیبا، پیغام می‌آورم. منتها مانند صبا. صبا به گل می‌زند باز می‌کند به هرچه می‌رسد زنده‌اش می‌کند.

می‌گوید، انسان از باغِ وفا، باغِ یکتایی، باغی که دوباره برمی‌گردد با او یکی می‌شود، در فضای گشوده‌شده، پیغام‌های زنده‌کننده می‌آورد هم برای انسان‌های دیگر هم برای همه‌چیز. رسول این پیغام است.

پس بنابراین از این بیت می‌فهمیم که، عشق، خداوند، مُمتَحَن نواز است. یعنی نوازش کننده انسان‌های درد هشیارانه کشیده و از امتحان قبول شده است. اما این را من ذهنی نمی‌فهمد.

شما از خودتان سؤال کنید ببینید کاملاً درک می‌کنید که هرچه شما به اصطلاح این [شکل ۹ (افسانه من ذهنی)] نقطه‌چین یا همانیدگی‌ها را شناسایی می‌کنید و درد هشیارانه می‌کشید و این‌ها را می‌اندازید زندگی شما را از طریق فضای گشوده‌شده بیشتر نوازش می‌کند. باغِ وفا همین فضای گشوده‌شده [شکل ۱۰ (حقیقت وجودی انسان)] است که مکان یا فضای یکی شدن ما با زندگی‌ست. یکی شدن مجدد ما با زندگی‌ست. درسته؟



این هم یک اگر بود. می‌گوید، حتماً این‌طوری است. پس شما زحمت می‌کشید درد هشیارانه می‌کشید که این نقطه‌چین‌ها [شکل ۹ (افسانه من‌ذهنی)] را می‌شناسید می‌دانید که خداوند مُمتَحَن نواز است، یعنی شما را حمایت می‌کند، می‌نوازد، چیزهای خوبش را می‌دهد، کمک می‌کند و [شکل ۱۰ (حقیقت وجودی انسان)] یواش‌یواش می‌خواهد از شما صبا درست کند، یک نسیم آرامش‌بخش از شما درست کند که این را از باغ وفا می‌آورد.

من مطمئنم خیلی از شما الآن حس می‌کنید که از باغ وفا رسول هستید و پیغام‌ها را از آن‌ور می‌آوردید و در این جهان پخش می‌کنید و کسانی که این پیغام‌ها را می‌شنوند دارند زنده می‌شوند.

و این بیت:

## امتحان بر امتحان است ای پدر هین، به کمتر امتحان، خود را مَخَر

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۷۴۶)

خود را مَخَر: خودپسندی نکن، خواهان خود مشو

این را ما قبلاً خوانده‌ایم که مرتب او ما را امتحان می‌کند. تمام همانیدگی‌هایمان را باید بشناسیم و بریزیم. پس با یکی، دوتا همانیدگی انداختن نباید خودمان را بخریم، بگوییم تمام شد. و همین‌طور:

## گر نبودی امتحان هر بدی هر مُخَنَّت در وَغَا رَسْتَم بُدی

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۶۸۶)

مُخَنَّت: در اینجا یعنی ترسو

وَغَا: جنگ و پیکار

مثال می‌زند، می‌گوید که، اگر امتحانِ بدی نبود، بدی یعنی این‌که هر همانیدگی یک بدی است، هر همانیدگی یک بدی است، اگر امتحان نبود که آدم درد هشیارانه بکشد مثل رُستم، در این صورت هر ترسویی، هر مُخَنَّت، می‌گفت من رستم هستم. تمثیلش این است: الآن نشستیم در یک مجلسی، زن، مرد، به هرکس می‌رسیم، آقا، خانم، شما قدرتان چقدر است؟ من رستم هستم! آن یکی هم، من هم رستم هستم! من از رستم بالاتر هستم!



حتی ترسوها هم که از سوسک می‌ترسند می‌گویند من رستم هستم. خوب، قدیم می‌گفتند رستم هستی؟ فردا می‌رویم جنگ، بفرمایید؛ آقا ما اشتباه کردیم ما رستم نیستیم. اگر ما ادعا می‌کنیم که ما رستم هستیم و درد هشیارانه کشیدیم، هیچ همانندگی نیست، در این صورت بازی هر غم چجوری شما را به اصطلاح به هم می‌ریزد؟!

اگر بگویی رستم هستم، رستم واقعی باید باشی. همه می‌گویند رستم هستیم ولی دو دقیقه بعد یک کسی یک چیزی می‌گوید همان رستم شروع می‌کند به فحاشی، به واکنش بد، ای! شما که رستم بودید! ما فکر کردیم در فضاگشایی رستم هستیم و در پذیرش و صبر. صبر نداری چه رستمی هستی؟!

پس بنابراین این نشان می‌دهد که ما نباید انتظار داشته باشیم خداوند، درست است که مُتَحَن نواز است ما هنوز به اندازه کافی امتحان ندادیم و درد نکشیدیم، باید درد هشیارانه بکشیم.

توجه کنید این، می‌گوییم درد هشیارانه بکشیم یکی ممکن است بگوید آقا مگر مریض هستیم ما؟! درد هشیارانه کشیدن به این علت است که در جامعه فعلی بَشْری، نه برای ایرانیان، تا آدم چشمانش را باز می‌کند می‌بیند که با هزارتا چیز همانیده شده.

یک آدم چهارده پانزده ساله این همه غصه دارد، آقا شما آخر برای چه این همه غصه دارید؟! بیست سالگی قرص می‌خورد، برای چه؟! برای این که با چیزهای زیادی همانیده شده، چه کسی کرده؟ بله پدر و مادرش، ولی الآن باید مسئولیت به عهده بگیرد. حتی بچه‌ها هم می‌توانند این چیزها را بفهمند، حالا جامعه هر جور می‌خواهد باشد، من هر چیزی که با چشمم می‌بینم خوشم می‌آید نمی‌آورم به مرکز. با آن همانیده نمی‌شوم. این سخت نیست. فقط دانشش نبوده الآن دانشش هم هست. مولانا نبوده، الآن پخش شده. و همین‌طور شما با این خودتان را امتحان کنید:

**حِسِّ خُفَّاشَت، سَوِیِ مَغْرَبِ دَوَان**  
**حِسِّ دُرِّپَاشَت، سَوِیِ مَشْرِقِ رَوَان**  
 (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۴۷)

دُرِّپَاش: نثار کننده مروارید، پاشنده مروارید، کنایه از حِسِّ روحانی انسان

ما دوتا حس داریم در این لحظه. یکی حس من ذهنی است، می‌رود به سوی مرگ، درد ایجاد کردن، خرابکاری. اما فضا را که باز می‌کنیم، حس «دُرِّپَاش» به ما دست می‌دهد، ما به سوی خداوند می‌رویم، مشرق می‌رویم.

شما همین الان خودتان را امتحان کنید. بگویید من حس «خفاش» دارم یا «دُرپاش»؟ اگر خفاش دارید باید مواظب باشید. مسئله‌ساز هستید، به‌سوی مرگ می‌روید، به‌سوی ضرر می‌روید، به‌سوی گرفتاری می‌روید.

## عشق ار سماع باره و دف خواه نیستی من همچو نای و چنگ، غزل کی سُخولمی؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۹۶)

سماع باره: علاقه‌مند به سماع

سُخولیدن: خواندن به آهنگ

سُخولیدن و سُخولیدن هردو درست است. بعضی از این واژه‌ها آ و ا اول می‌گویند، یا حتی ا، ولی حالا سُخولیدن بهتر می‌خورد به این‌جا.

می‌گوید عشق همه‌اش با شادی است؛ عشق یعنی وحدت مجدد هشیارانه با زندگی در این لحظه. اگر کسی بتواند فضا را باز کند، هشیارانه با او یکی بشود، به عشق، این حالت را می‌گوییم عشق.

می‌گوید، عشق اگر حقیقی باشد با شادی همراه است. «سماع باره» است، همه‌اش می‌خواهد برقصد، با پویایی با رقص همراه است. «دَف خواه» یعنی حرکت با شادی. مثل دف بزنی. یعنی اسباب‌های شادی را طلب می‌کند.

پس هیچ غمی، از این غم‌های افسرده‌کننده، مثل کینه، مثل رنجش، مثل حرص، اضطراب، حس تأسف، احساس گناه، این‌ها ولو این‌که در ما هست ما هم فکر می‌کنیم در پندارمان یک آدم دینی والا هستیم، این‌ها هیچ‌کدام، یا معنوی والا هستیم، هیچ‌کدام با خداوند نمی‌خواند.

وقتی می‌گوییم عشق داریم راجع به خداوند صحبت می‌کنیم. می‌گوید خداوند ذاتش شادی است. اصلاً «سماع باره» است. این همه حرکت در جهان هست با یک آهنگی می‌رقصد، همه چیز با یک آهنگی می‌رقصد. آهنگ را می‌گوید او تعیین می‌کند و شادی، همراهش است.

حداقل ما این را می‌فهمیم که اگر غمی داریم ما، یادمان باشد با غم شروع شده و با بازی غم، غلط است. اگر الان ما غم داریم و ارزش‌گذاری می‌کنیم که من غم و غصه می‌خورم و چقدر خوب است و با ارزش است و ناراحتیم و این‌ها، نه! هیچ ارزشی ندارد، شما از جنس خدا نیستید.

می‌گوید، عشق اگر «سماع باره» و «دَف خواه» نیستی، نیست یعنی، در این صورت من مثل نای و چنگ هستم.

نای می‌دانید خالی است، چنگ هم سیم زیادی دارد. واقعاً نای و چنگ خیلی به ما می‌خورد. برای این که هزار جور جنبه مادی داریم، می‌گوییم چنگمان است، ولی از نظر خالی بودن مثل نی هستیم. می‌گوید، خداوند مثل نی و چنگ من را می‌زند و من غزل می‌خوانم. تمام چنگ من، تمام چهار بُعد مادی من، و مرکز خالی من، در این غزل خوانی به من کمک می‌کند. مشغول این کار است. این غزل پر از شادی است.

می‌گوید که، اگر خداوند سماع باره و دف‌خواه نیست، نمی‌خواهد شادی خودش را در کائنات پخش کند و به قول بعضی‌ها می‌خواهد غم‌هایش را پخش کند، در این صورت چرا تمام وجود مادی من و مرکز خالی من مشغول غزل خواندن است؟ دارد این را می‌گوید.

یادمان باشد غزل چیز شادی بخش است. هیچ غزلی نیست که بگوییم این را می‌خوانیم تا گریه کنیم مثل روضه. با غزل نمی‌شود روضه خوانی کرد. پس هر غمی محکوم است و از همانی که می‌آید. هیچ ارزشی ندارد. هر جور غمی. اصلاً هر درد من ذهنی محکوم است. اگر شما در خودتان دیدید، بدانید که دیگر الآن خداوند شما را نمی‌نوازد. بیت قبل می‌گفت می‌خواهی نواخته بشوی، مگر درد هشیارانه. درد هشیارانه، به طور موقت به ما به وسیله من ذهنی تحمیل می‌شود. ما نگران می‌شویم که حالا داریم این را از دست می‌دهیم و چه می‌شود و این‌ها و گفت «نعره لاضیر» باید بکشی.

## نعره لاضیر بر گردون رسید هین ببر که جان ز جان کندن رهید

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۳۳۹)

ما داریم به خداوند می‌گوییم ما نعره می‌کشیم بلند که ما ضرر نمی‌کنیم. همانی که را می‌اندازیم. می‌ترسیم، ولی می‌اندازیم، که می‌خواهم این را از دست بدهم. چون جان من تا حالا زندگی نکرده، جان کنده فقط.

پس کارهایی که این من ذهنی می‌کند [شکل ۹ (افسانه من ذهنی)] غم ایجاد می‌کند برای این که من ذهنی این چیزها را می‌آورد مرکز و غم ایجاد می‌کند، این خداگونه نیست. و از لحظه‌ای که شما این موضوع را شناسایی می‌کنید و [شکل ۱۰ (حقیقت وجودی انسان)] شروع می‌کنید به فضاگشایی و شادی بی‌سبب زندگی را حس می‌کنید و متوجه می‌شوید که خداوند شما را به صورت نی و چنگ دارد می‌زند و شادی بی‌سبب بیان زندگی از شما می‌شود. یک حالتش غزل است که در این بیت گفته. یا هر چیزی که شما می‌گویید و هر کاری که می‌کنید، هر ناله‌ای که می‌کنید که این ناله شادی بخش است، هم برای خودتان هم دیگران. یعنی زندگی هر جور خودش را از شما بیان می‌کند، همراه با شادی است.

و این بیت را داریم:

## خون ما بر غم حرام و خون غم بر ما حلال هر غمی کو گرد ما گردید، شد در خون خویش (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۴۷)

شما می‌دانید خون ما نباید تبدیل به غم بشود. زندگی ما تبدیل به غم نمی‌شود. اگر غمی خودش را نشان داده ما فوراً شناسایی می‌کنیم، خون غم را می‌ریزیم. و شما باید فضا را باز کنید. هر غمی که دور شما گشت، می‌فهمید از یک همانندگی می‌آید. همانندگی را شناسایی می‌کنید، توی شناسایی‌تان نگه می‌دارید، تا این می‌افتد، غم می‌رود دنبال کارش.

## ز هر جزوت چو مُطرب می‌توان ساخت ز چشمت ساختن نواح تا کی؟ (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۵۴)

نواح: بسیار نوحه و زاری کننده

مولانا می‌گوید، وقتی هر جزو ما، هر جزو ما هر ذره‌ای از وجود ما طربناک است. طرب زندگی را شادی زندگی را در کائنات پخش می‌کند. و او این طوری ساخته ما را. «ز هر جزوت چو مُطرب می‌توان ساخت». هر ذره وجودی ما هر سلول ما شادی پخش است. اگر ما خرابش نکنیم.

آن موقع برای چه باید چشم ما نوحه و زاری کند؟ نواح یعنی بسیار نوحه و زاری کننده. چرا ما باید دیدی داشته باشیم که این دید به ما غصه بدهد و ما هم نوحه بخوانیم و زاری کنیم و گریه کنیم و غم بیهوده بکشیم؟ این مغایر با خلقت ما است. و این بیت:

## مُطرب عشق ابدم، زخمه عشرت بزخم ریش طرب شانه کنم، سبلت غم را بکنم (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۳۹۵)

سبلت: سبیل

ببینم شما پس از این ابیات می‌توانید سبیل غم را بکنید؟ سبیل کسی را کندن یک توهین بزرگی است. به غم بگویید که، این توهین بزرگی است به من که تو بیایی با من شوخی کنی، تو کی هستی اصلاً؟ پس من مطرب



عشق ابدی هستم، انسان. دائماً من سازِ شادی می‌زنم. دائماً ریشِ طرب را شانه می‌کنم و اگر غمی در زندگی من  
ظاهر شد سبیلش را می‌کنم. ببینیم.

**\*\*\* پایان بخش سوم \*\*\***

عشق ابدی



همین‌طور که ملاحظه فرمودید هر بیتي از این غزل یک «اگری» در آن دارد و توجه به آن گر یا اگر یا ار، خیلی بیش خوبی به ما می‌دهد که ببینیم مولانا به چه جنبه‌ای از انسان توجه می‌کند.

## ساقیم گر ندادی داروی فریہی همچون لب زجاج و قدح در نُحولی (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۹۶)

زجاج: آبگینه، شیشه

نُحول: لاغری، ضعف

نُحول یعنی لاغری، زجاج یعنی شیشه، ساقی در این‌جا زندگی است، خداوند است. می‌گوید اگر خداوند به من داروی سلامتی نمی‌داد من مانند لب شیشه که نازک است به‌لحاظ روحی به‌سوی لاغری می‌رفتم، یعنی این‌قدر لاغر می‌شدم که چیزی از هشیاری من، هشیاری ایزدی من نمی‌ماند و اگر دقت کنیم این پدیده متأسفانه اتفاق افتاده‌است.

اولاً داروی فریہی یعنی داروی سلامتی، پس معلوم می‌شود سلامتی روح ما و همین‌طور چهار بُعد جسمی ما بستگی به این دارد که این داروی سلامتی، البته فریہی به معنای چاقی هست، در این‌جا منظور چاقی هشیاری حضور است [شکل ۱۰ (حقیقت وجودی انسان)]، روح انسان است و می‌بینیم که با من‌ذهنی زیستن و رفته‌رفته من‌ذهنی بزرگ‌تری را ایجاد کردن [شکل ۹ (افسانه من‌ذهنی)] سبب می‌شود که داروی سلامتی کمی وارد چهار بعد ما بشود.

پس این‌که [شکل ۱۰ (حقیقت وجودی انسان)] به‌لحاظ سلامتی جسمی و فکری و هیجانی و همین‌طور میزان جان‌داری ما با بالا رفتن سِنمان پایین می‌آید، دلیلش این است که من‌ذهنی سلطه پیدا می‌کند و من‌ذهنی یعنی این‌که ما به‌وسیله فکرهای همان‌بده یک من‌تصویری ایجاد می‌کنیم [شکل ۹ (افسانه من‌ذهنی)] و مجبور هستیم تندتند فکر کنیم و هرچه تندتند فکر کنیم و در خودمان هیجان‌ات ایجاد کنیم که این هیجان‌ات ناشی از اعمال فکرها روی جسممان است کم‌تر برکت زندگی، عشق زندگی به ما می‌رسد.

یعنی ساقی اگر به ما نمی‌داد به هر انسانی داروی سلامتی چهار بعدش را که یواش‌یواش می‌بینیم ما هرچه سِنمان بالا می‌رود، من‌ذهنی‌مان قوی‌تر می‌شود این دارو یا نیروی شفابخش به‌وسیله کن‌فکان کم‌تر می‌رسد، ما شکوفا نمی‌شویم و خیلی از ما انسان‌ها در من‌ذهنی به‌لحاظ زندگی، زندگی‌دار بودن بسیار لاغر هستیم.

این بیت نشان می‌دهد که چرا بیشتر انسان‌ها به لحاظ جسمی مریض هستند، گرفتاری دارند، چرا روابط ما این قدر مسئله در آن هست و همین‌طور با پیشرفت در قسمت‌های مختلف مادی‌مان، ما چون با آن‌ها هم‌هویت می‌شویم آن چیزی که به ما مهم است از طرف زندگی نمی‌رسد

## ساقیم گر ندادی داروی فربهی همچون لب زجاج و قدح در نحولمی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۹۶)

حالا سؤال این است که آیا شما اجازه می‌دهید ساقی به شما داروی شفا بخش را لحظه‌به‌لحظه بدهد یا نه شما سم من‌ذهنی را به بدنتان می‌ریزید؟ به چهار بُعدتان می‌ریزید؟ شما سؤال کنید از خودتان و جوابش را هم به خودتان بدهید و میزان سلامتی چهار بعد شما و پیشرفت شما بستگی به این موضوع دارد.

اگر نمی‌گیرید بدانید که ساقی می‌دهد، شما نمی‌گیرید. به صورت‌های مختلف حتی امروز ما خواندیم که عنایت خداوند برقرار است، من‌ذهنی ما اجازه نمی‌دهد که این انرژی زنده‌کننده به ما برسد. این بیت را قبلاً داشته‌ایم

## زین مردم کارافزا، زین خانه پرغوغا عیسی نخورد حلوا، کاین آخر خر آمد

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۶۱۳)

و من از شما خواهش می‌کنم تمرکز کنید روی خودتان اول و میزان کارافزایی خودتان و راه‌هایی را که کارافزایی می‌کنید پیدا بکنید. ببینید که من‌ذهنی‌تان چجوری کار را زیاد می‌کند و کارافزایی را عکس نورافزایی گرفتیم. وقتی فضا را باز می‌کنید هشیاری زیادتر می‌شود، انسان می‌بیند و اشتباه نمی‌کند.

وقتی من‌ذهنی داریم یکی از خاصیت‌های من‌ذهنی کارافزایی است، مثلاً مسئله‌سازی کارافزایی است. کارافزایی یعنی ما واقعاً پدیده‌هایی به وجود می‌آوریم که غیر لازم هستند، ضرورتی ندارند، اما زندگی انسان، وقت انسان، حال انسان زیر پا له می‌شود. لازم نیست آن مسائل را پیش بیاوریم، اصلاً لازم نیست ما مسئله تولید کنیم، مسئله تولید کردن کار من‌ذهنی است.

این دوتا شکلی که من برای شما تصویر کردم افسانه من‌ذهنی که همین بالا نشان می‌دهم الان [شکل ۹] افسانه من‌ذهنی]]، این شکل مهمی است برای این‌که به سادگی نشان می‌دهد که وقتی چیزی در مرکز ما باشد ما

مسئله‌ساز هستیم، ما کارافزا هستیم، ما ضررزننده هستیم، ما عمرمان را تلف می‌کنیم، ما به حرف غول گوش می‌دهیم.

آدرس عوضی می‌رویم، ما حس می‌کنیم که در بعضی آدرس‌ها و چیزها زندگی هست و به آن‌ها می‌رسیم می‌بینیم نیست. ما به‌سوی چشمه‌ای می‌رویم فکر می‌کنیم این چشمه آب دارد می‌رویم می‌بینیم خشک است، هرچه ما آب می‌طلبیم و می‌خواهیم و می‌مکیم، آب از این‌جا در نمی‌آید و می‌گوید که اگر کسی فضا را باز کرده باشد، از جنس عیسی باشد، از جنس هشیاری باشد، از این آخور جهان یعنی همانیدگی‌ها حلوا نمی‌خورد.

و ما از این بیت متوجه می‌شویم که اغلب مردم کارافزا هستند و شما به خودتان تلقین می‌کنید که من از دست کارافزایان فضا را باز می‌کنم و به خدا پناه می‌برم. کارافزایان ما را محاصره کرده‌اند، این‌که در بین کارافزایان شما بتوانید آب زندگی بخورید بستگی به شما دارد که تمام تمرکزتان را روی خودتان بگذارید و به‌صورت مراقبه‌ای زندگی کنید.

«زین مردم کارافزا زین خانه پُرعوغا»، خانه پُرعوغا ذهن است که هر همانیدگی حرف خودش را می‌زند و همین‌طور ذهن جمعی، ذهن جمعی درواقع میدان تعارض است، میدان ستیزه است.

ما دائماً به‌خاطر تفاوت باورها با هم‌دیگر می‌جنگیم و حتی هم‌دیگر را می‌کشیم برای این‌که براساس باور زندگی می‌کنیم. باور جسم است، یک چیز ساخته ذهن است، حادث است. باور از جنس ایمان یا زندگی یا خدا نیست ولی به‌خاطر تفاوت باورها ما کارافزایی می‌کنیم.

## گر سایه چمن نبدی و فروع او من چون درخت بخت خسان بی‌اصولمی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۹۶)

بی‌اصولمی یعنی بی‌ریشه بودم، پس می‌گوید که اگر سایه چمن عشق نبود، وقتی چمن می‌رویم ما درخت هست دیگر، آن‌جا سایه هست زیر سایه‌اش می‌نشینیم و استراحت می‌کنیم، زیر سایه درخت خنک است و چشمه و گل و این‌ها را می‌بینیم. سایه عشق هم همین‌طور است. پس سایه عشق سر ما می‌افتد وقتی که فضاگشایی می‌کنیم. فروع او یعنی فرعیات او یعنی آن چیزی که این عشق در بیرون، در جسم ما پدید می‌آورد. فضای درون گشوده می‌شود [شکل ۱۰ (حقیقت وجودی انسان)] انعکاسش در بیرون زیبا است.



سایه چمن، یعنی امکان این وجود دارد که ما این لحظه فضاگشایی کنیم و سایه خداوند سر ما بیفتد، با او یکی بشویم و آثار او را در جسممان، فکرمان، در هیجانانمان، در جانمان ببینیم. می‌گوید اگر این نبود، در این صورت مثل درخت بخت من‌های ذهنی، خسان، یعنی در این‌جا من‌های ذهنی، بی‌ریشه می‌شدم.

معنی‌اش این است که بعضی‌ها درست است که در ظاهر خیلی چشم‌گیر هستند، مثلاً مال دنیا زیاد دارند، قدرت زیاد دارند، ولی ریشه ندارند. بسیار کم‌عمق هستند. برای همین است که احساس خطر می‌کنند.

سایه چمن، یعنی چمن عشق روی آن‌ها نیفتاده، زیر سایه عشق زندگی نمی‌کنند. یعنی دوجور زندگی هست، یا در این لحظه فضا را باز می‌کنیم، آن سایه، آن آب، آن نیروی شفابخش، بالاگفت داروی فریبهی، به ما می‌رسد.

یا فضا را می‌بندیم، منقبض می‌شویم، رویمان به جهان است، در این صورت ممکن است جهان را به‌دست بیاوریم. چون در این همانی‌گی‌ها [شکل ۹ (افسانه من‌ذهنی)]، مثلاً قدرت، یکی از این به‌اصطلاح نقطه‌چین‌هاست، یک چیزی است که ما دوست داریم با آن همانیده بشویم. پول همین‌طور، ثروت مادی و روابط، خیلی چیزهایی مثل این، که انسان را چشم‌گیر می‌کند و انسان دیده می‌شود.

خوب، ظاهرش دیده می‌شود، آیا این کسی که ظاهرش این‌قدر شگفت‌انگیز است و چشم‌گیر است به ریشه زندگی وصل است؟ می‌گوید نه، ممکن است وصل باشد، ممکن است نباشد. اگر این سایه چمن در اختیار ما نبود، در این صورت ما بی‌ریشه می‌شدیم، ریشه بسیار کم‌عمق، و چه‌بسا خیلی موقع‌ها از ریشه درمی‌آمدیم. می‌بینیم وقتی ما شدیداً خشمگین می‌شویم و واکنش نشان می‌دهیم، مردم ما را از ریشه کوتاهمان می‌کشند بالا. اگر کسی ریشه بی‌نهایت در زندگی داشته باشد، آن شخص را نمی‌شود بیرون کشید. به‌سادگی واکنش نشان نمی‌دهد.

شما از میزان واکنش‌تان به پدیده‌های بیرونی، یا میزان علاقه‌تان، حرص‌تان به اتفاقات، می‌فهمید که واقعاً ریشه دارید یا مثل درخت بخت خسان بی‌ریشه هستید. اصطلاح «درخت بخت خسان»، می‌بینید بخت خسان را، یا گاهی اوقات می‌گوییم خسان، کسان، کسی که می‌گوید من کس هستم. یعنی فنا نیست، مرکزش همانیده است.

می‌گوید: درخت بخت، درخت بخت، و درخت بخت آدم، وقتی که فضا گشوده‌شده، میوه می‌دهد واقعاً. ولی درخت بخت خسان، ظاهراً شگفت‌انگیز است، آن چیزی که ما می‌بینیم در ظاهر، ولی در باطن ریشه‌ای ندارد و هیچ حال خوبی ندارد.

مشخص است. این بیت را داشتیم قبلاً در برنامه شماره ۶۱۱:

## چون درخت سدره بیخ آور، شو از لا ریب فیه تا نلرزد شاخ و برگت از دم ریب المنون (مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۹۴۸)

درخت سدره: درختی بهشتی که ریشه‌ای عمیق دارد.

بیخ آور: در اینجا فعل امری به معنی ریشه بدون، ریشه درست کن؛ دارای چندین ریشه، با ریشه بسیار

و بارها خدمتتان عرض کردم که موقعی که این برنامه ۶۱۱ اجرا شد مورد توجه خیلی از شما بینندگان قرار گرفت.

و درخت سدره، بیخ یا ریشه بی‌نهایت دارد. می‌گوید که ریشه‌ات به اندازه درخت سدره باشد، بنابراین از دسته کسانی بشو که شک ندارند از شک بیرون آمده‌اند، یعنی همانندگی ندارند. اگر همانندگی داشته باشی در این صورت از دم حوادث ناگوار که برایت خواهد افتاد، که هر هفته من می‌گویم با آن شش ضلعی‌ها، خواهی لرزید.

پس هرکسی که ریشه ندارد دائماً می‌لرزد و دائماً اتفاقات بد برایش می‌افتد تا شک او برطرف بشود. در ضمن ریب المنون یعنی قطع کننده شک، ریب یعنی شک، و هرچه زودتر ما باید فضا را باز کنیم از جنس یقین بشویم و این شکی که در ذهن داریم، این انداخته بشود.

و این آیه آن است:

«ذَلِكَ الْكِتَابُ لَا رَيْبَ فِيهِ هُدًى لِّلْمُتَّقِينَ.»

«این است کتابی که در [حقانیت] آن هیچ تردیدی نیست؛ [و] مایه هدایت تقوای پیشگان است.»

(قرآن کریم، سوره بقره (۲)، آیه ۲)

البته، این آیه مربوط به قرآن هست. مولانا دوجور قرآن را پیش ما می‌آورد. یکی قرآنی است که همین کتاب است که می‌خوانیم. یکی دیگر قرآنی است که در درون از ما پدید می‌آید و زندگی آن را می‌خواند و می‌گوید فقط وقتی که این فضای درون باز می‌شود انسان می‌تواند از جنس یقین بشود و این کتابش در درون خوانده بشود.

ما هرکدام مثل یک کتاب هستیم، کتاب زندگی هستیم. باید زندگی ما را بخواند و گرنه ما می‌شویم من‌ذهنی. اتفاقاً بیت همین را می‌گفت که اگر این بیت:

[شکل ۱۰ (حقیقت وجودی انسان)]

## گر سایه چمن نبدی و فروع او من چون درخت بخت خسان بی‌اصولمی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۹۶)

اگر ما من‌ذهنی داشته باشیم، این من‌ذهنی بی‌ریشه است، کسی که بی‌ریشه است دائماً در شک و تقلید است. اگر تمام عمر ما در شک و تقلید می‌ماندیم، یا تمام بشریت در شک و تقلید بود، الآن خودش خودش را از بین برده بود.

این وضعیت قابل تحمل نیست که مرتب انسان به‌وسیله خداوند تنبیه بشود. نه که خداوند می‌خواهد تنبیه کند ما را، ولی فضا را می‌بندیم و می‌افتیم به بی‌اصولی، می‌افتیم به شک، یعنی برای کاری آمدیم که آن کار را ما فلج می‌کنیم. آن کار خیلی ساده است. ما می‌آییم به‌عنوان هشیاری، همان‌جایی می‌شویم با چیزها، این همان‌جایی باید سبک باشد و تا ده‌سالگی، دوازده‌سالگی باشد. اگر قرار باشد که انسان زندگی کند و هرچه بالاتر می‌رود من‌ذهنی‌اش قوی‌تر بشود، دردهایش بیشتر بشود، این کار نه منظور زندگی بوده، نه برای این کار آمدیم.

بنابراین مقصود آمدن ما را که قرار بود این همان‌جایی ساده بشود و زودی شناخته بشود و از مرکز ما برود بیرون، از مرکز ما، ما یا زندگی به‌صورت خورشیدی طلوع کند، یعنی ما به بی‌نهایت و ابدیت خداوند زنده بشویم، آن از بین می‌رفت. اگر آن مقصود تماماً زیر پا گذاشته بشود، که می‌بینید نشده، نشده، پس امید هست که ما انسان‌ها بتوانیم متوجه بشویم این مقصود زندگی را، مقصود زندگی را مولانا توضیح می‌دهد.

می‌گوید سایه چمن باید بالای سرت باشد و فروع او در بیرون به تو کمک کند. وگرنه از اول تا آخر هم تو، هم کل انسان‌ها می‌توانست بی‌ریشه باشد، در حالتی که آمده با ریشه باشد، ریشه‌اش هم بی‌نهایت باشد. وقتی ریشه عمیق‌تر می‌شود، هرکسی قرآن خودش را از درون می‌خواند. یعنی زندگی برایش می‌خواند.

پس بنابراین، این آیه‌ها معانی خیلی عمیقی دارند که باید بتوانیم پیدا کنیم چه هست در مورد خودمان. اگر راجع به کتاب قرآن باشد این آیه، خوب واضح است این، ولی راجع به شما چه؟ شما خودتان را یک کتابی می‌دانید که اگر فضا بی‌نهایت باز بشود شما چجوری خوانده می‌شوید؟ یک مورد خاصش مولانا بوده که می‌بینید چجوری خوانده شده.



«أَمْ يَقُولُونَ شَاعِرٌ نَّتَرَبَّصُ بِهِ رَيْبَ الْمُنُونِ»

«یا می‌گویند: شاعری است و ما برای وی منتظرِ حوادثِ روزگاریم.»

(قرآن کریم، سوره طور (۵۲)، آیه ۳۰)

یا می‌گویند شاعری است و ما برای وی منتظرِ حوادثِ روزگاریم، از رَيْبِ الْمُنُونِ.

و این بیت دنبالهٔ بیت قبل است.

## بر خاک من امانت حق گر نتافتی من چون مزاج خاک، ظلوم و جهولمی

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۹۶)

مزاج: مجاز از خاصیت، وضعیت و حالت

ظلوم: بسیار ستمگر

جهول: بسیار نادان

امانت خداوند عشق است، همین‌طور که در یک آیه‌ای که در آن همین ظلوم و جهول هست، به نظرم زیر آمده، بله. این هم حافظ اشاره می‌کند:

## آسمان بار امانت نتوانست کشید قرعه کار به نام من دیوانه زدند

(حافظ، دیوان غزلیات، غزل ۱۸۴)

پس این امانتِ عشق به انسان واگذار شده، یعنی بین همهٔ موجودات این انسان هست که مجدداً با تشخیصِ خودش با شناساییِ خودش، همانندگی یک جنس موقتی است، که می‌گوید مزاج خاک، می‌اندازد دور و هشیارانه به خداوند زنده می‌شود و می‌آید به این آیه ۷۲ سوره احزاب می‌گوید:

«إِنَّا عَرَضْنَا الْأَمَانَةَ عَلَى السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَالْجِبَالِ فَأَبَيْنَ أَنْ يَحْمِلْنَهَا وَأَشْفَقْنَ مِنْهَا وَحَمَلَهَا الْإِنْسَانُ ۗ إِنَّهُ كَانَ ظَلُومًا جَهُولًا.»

«ما این امانت را بر آسمان‌ها و زمین و کوه‌ها عرضه داشتیم، از تحمل آن سرباز زدند و از آن ترسیدند. انسان

آن امانت بر دوش گرفت، که او ستمکار و نادان بود»

(قرآن کریم، سوره احزاب (۳۳)، آیه ۷۲)



این ستمکار و نادان بودنش، به این علت نیست که سرش کلاه رفته، باید این طوری بخوانیم که قدر یک هم‌چون موهبتی را نمی‌داند. از این‌که در این لحظه ما خردِ زندگی را که به آن دسترسی داریم، می‌گذاریم، با عقل من‌ذهنی کار می‌کنیم، که این قدر جاهل هستیم، نادان هستیم و نمی‌دانیم نادان هستیم، این پدیده بسیار رسواکننده است برای انسان.

در بیت هم همین را می‌گوید، پس می‌گوید که [شکل ۹ (افسانه من‌ذهنی)] به این خاک من که همانندگی من است، و همین‌طور جسمی که از این خاک به‌وجود آمده، یعنی ما الآن یک من‌ذهنی داریم که مرکزمان است. انعکاس آن در جسم ما، در فکر ما، در هیجان‌ات ما، در جان ما اثر گذاشته، یک وضعیتی داریم.

می‌گوید اگر امکان تافتن نور از فضای گشوده‌شده بر ما نباشد، که این فضای گشوده‌شده، اگر بشود، امانت حق است، امانت عشق است. این چیزی است که فقط به ما داده شده و ما هم می‌خواهیم بگوییم ما جسم هستیم و سر باز می‌زنیم. خداوند می‌گوید این فضا را باز کن امانت را قبول کن، به من زنده بشو.

ما می‌گوییم نه، ما این من‌ذهنی هستیم. این‌که ما می‌گوییم من‌ذهنی هستیم و بی‌نهایت تو نیستیم، این دیگر ظلم به خود است و حداکثر نادانی است.

جهول یعنی بسیار نادان، ظلم یعنی بسیار ستمکار. آخر ما این‌همه ستم را برای چه برای خودمان می‌کنیم؟ امروز آثار همانندگی که انسان را من‌ذهنی می‌کند و چقدر دردآور است که بیت اول با آن شروع شده‌بود، برای ما مشخص شده.

ما چرا این قدر ستم می‌کنیم به خودمان؟ هم فردی هم جمعی. «هم‌چون مزاج خاک» یعنی هم‌چون خاصیت خاک، یعنی خاک که همانندگی است اگر در مرکز ما قرار بگیرد، ظلم و جهول می‌شویم. حالا این بیت سبب می‌شود شما واقعاً ارزش و قدر این امانت را بشناسید؟

امانت هم با فضاگشایی به‌صورت خورشید از درون ما طلوع می‌کند. آیا شما حاضر هستید بگذارید این طلوع خورشید صورت بگیرد از درونتان؟ شما حتی وقتی فضاگشایی را تمرین می‌کنید، یک مقدار نور از آن‌ور می‌گذرد می‌آید، می‌بینید چقدر اثر می‌گذارد در زندگیتان. اگر شما آدم سخت‌گیری بودید، می‌بینید سهل‌گیر شدید. زندگی دیگر به شما سخت نمی‌گیرد. اگر شما سهل‌گیر می‌شوید، می‌بینید همه اجزای جهان با شما دارند همکاری می‌کنند، حتی آدم‌ها. «سخت می‌گیرد جهان بر مردمان سخت‌کوش» به‌قول حافظ. اگر ما سخت‌کوش باشیم، جهان سخت می‌گیرد.

رفتار جهان با ما بستگی دارد این‌که ما از چه جنسی هستیم. میزاج خاک داریم، ظلوم و جهولیم یا نه، فضا را باز کردیم امانت حق را قبول کردیم. پس الآن می‌فهمیم امانت حق می‌تابد و ما قدرش را می‌دانیم، فضا را باز می‌کنیم، از تابش ذهن استفاده می‌کنیم، نمی‌کنیم. خودمان را مسموم نمی‌کنیم، دیگران را مسموم نمی‌کنیم، به خودمان ظلم نمی‌کنیم، به دیگران هم ظلم نمی‌کنیم.

توجه کنید این ظلم کردن خیلی وسیع است. اصلاً ضرر زدن به خود و دیگران، کارافزایی همین ظلوم بودن است. ما چرا این قدر افراط می‌کنیم در ظلم؟ از بس که نادانیم. چطور نمی‌فهمیم ما داریم خراب‌کاری می‌کنیم؟ کارافزایی می‌کنیم. چطور می‌فهمیم مسئله‌سازی می‌کنیم. حتی در غزل بود. می‌گفت شما مسئله می‌سازید، مشغول فتح باب و دخول و خروج می‌شوید. خیلی زشت است این، شما چطور متوجه نمی‌شوید، مولانا می‌گوید البته. خوب این هم از حافظ است، دیگر همه این را حفظ هستند.

## آسمان بار امانت نتوانست کشید

### قرعه کار به نام من دیوانه زدند

(حافظ، دیوان غزلیات، غزل ۱۸۴)

هیچ چیزی در بیرون، آن چیزی که ما می‌توانیم ببینیم، نمی‌تواند بار امانت را بکشد. هیچ موجودی در جهان نیست که هشیارانه با خداوند یکی بشود، به عشق برسد، مگر ما انسان‌ها. ما هم که ظلوم و جهول شدیم.

## از گور سوی جنت اگر راه نیستی

### در گور تن چرا خوش و با عرض و طولمی؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۹۶)

با عرض و طول: دارای امکانات، آرام، راحت

سؤال می‌کند. پس از این من‌ذهنی [شکل ۹ (افسانه من‌ذهنی)]، از گور تن، به سوی بهشت یعنی این فضای گشوده‌شده راه هست [شکل ۱۰ (حقیقت وجودی انسان)]. از گور می‌بینید، گور یک گور است دیگر، یک ذهن است. همه ما ذهن داریم. جنت هم یک جنت است.

یعنی تمام انسان‌ها مثل یک انسان است در جهان. گورشان یک‌جور است. شما می‌بینید که ما از طریق همانیدن، من‌ذهنی درست می‌کنیم. همانش و جدایی، من‌ذهنی درست می‌کنیم. پس من‌های ذهنی یک‌جور درست می‌شوند. فقط محتوایش فرق می‌کند. مثلاً ما با باورها هم‌هویت هستیم، باورهای ایرانیان با ژاپنی‌ها فرق می‌کند، ولی باور



یک چیز ساختِ ذهن است. نوع باور فرق می‌کند، ولی همانیدن با باور یکی است. و این‌که وقتی با باور همانیده شدی، می‌شود عینکِ ما یکی است. پولشان فرق می‌کند ولی همانیدن با پول یک چیز است. پس بنابراین یک قبر داریم، یک بهشت هم داریم. در بهشت همه‌مان از جنس خدا می‌شویم. می‌گوید از گورِ ذهن به‌سوی جنتِ فضای گشوده‌شده راه هست.

می‌گوید اگر راه نبود، در این‌صورت در گور تن، الآن ما در گور تن زندگی می‌کنیم، چرا حالمان خوب است؟ چرا خوش هستیم؟ و این‌قدر امکانات داریم، آرامش داریم، این‌ها از کجا می‌آید؟ پس بنابراین از آن‌ور به این‌ور راه هست از این‌ور به آن‌ور هم راه هست.

منتهی راه برای ما بسته‌است الآن در این من‌ذهنی [شکل ۹ (افسانه من‌ذهنی)]. می‌تواند باز بشود، اگر در اطراف اتفاق این لحظه فضاگشایی کنیم. اگر طلب داشته باشیم.

## بی‌کلید، این در گشادن راه نیست

### بی‌طلب، نان سنتّ الله نیست

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۸۷)

اگر هر کدام از ما تشخیص ندهیم و طلب نداشته باشیم، خداوند نان نمی‌دهد به ما. نان یعنی چیزی نمی‌دهد. در راه ما باید بخواهیم، طلب داشته باشیم، طلبمان صادقانه باشد، طلبمان براساس منظور زندگی باشد. طلب ما برای این نباشد که همانندگی بیشتری پیدا کنیم، بیشتر مشخص بشویم. حقیقتاً بدانیم برای چه آمدیم، در آن راه طلبمان را به‌کار ببریم. این بیت‌ها را چندین بار خواندیم تا حالا،

## یُسْر با عُسْر است، هین آیسِ مباحش

### راه داری زین مَمات اندر معاش

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۱)

## رَوْح خواهی، جُبّه بشکاف ای پسر

### تا از آن صَفَوَت برآری زود سر

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۲)

## هست صوفی آنکه شد صَفَوَت طلب

### نه از لباسِ صوف و خیاطی و دَب

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۳)



یُسْر: آسانی

عُسْر: سختی

آیس: ناامید

مَمَات: مرگ

رَوْح: آسودگی، آسایش

جُبَّة: جامهٔ گشاد و بلند که روی جامه‌های دیگر بر تن کنند، خرقه

صَفَوَات: پاکیزگی و خلوص

دَب: کهنگی در جامه

پس آسانی با سختی است، اگر بخواهیم فضا را باز کنیم و آنجا راحت باشیم این با درد هشیارانه، با طلب، با کار روی خود، هشیارانه زیر نورافکن قرار دادن خودمان، مراقب بودن، همراه است. «یُسْر با عُسْر است» مواظب باش ناامید نشوی، آیس یعنی ناامید، از این مردگی من‌ذهنی به زندگی فضای گشوده‌شده راه هست.

علت این‌که خیلی از ما انسان‌ها هنوز راه را پیدا نکردیم برای این‌که درست کار نمی‌کنیم، یا اصلاً کار نمی‌کنیم، یا کار را خیلی ساده گرفتیم. یک مقدار باید روی خودمان کار کنیم، کار را ادامه بدهیم، تا متوجه بشویم که از این مردگی من‌ذهنی به زنده بودن براساس ذات خود یا خداوند راه هست.

می‌گوید آسایش می‌خواهی؟ در این صورت این جُبَّة ذهن را، لباس ذهن را که همان‌جایی شده بشکاف تا از آن پاکی و نابی که هشیاری خالص است بالا بیایی. پس معلوم می‌شود اگر این پردهٔ پندار را ما به هم بریزیم یا بشکافیم از مرکزمان، از پاکی مرکزمان می‌توانیم به صورت خورشید بالا بیاییم.

و می‌گوید صوفی آن است که «صَفَوَاتِ طَلَب» باشد، دائماً نابی بطلبد، خودش را خالص کند و این‌ها را هم از شناسایی همان‌جایی‌ها به دست می‌آورد. شناسایی همان‌جایی‌ها کار می‌برد، بنابراین ظاهر انسان‌ها مثل لباس پوشیدن، طرز آرایش و غیره، این‌که من لباسم کهنه هست، پاره‌پوره هست این‌ها انسان را صوفی نمی‌کند.

پیغامش که با غزل می‌خواند این است که از این مُردگی من‌ذهنی به زنده بودن انسان براساس حضور راه هست یعنی می‌شود تبدیل شد. بله این هم که آیه قرآن است می‌گوید که:

«فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا.»

«پس بی‌تردید با دشواری آسانی است.»

(قرآن کریم، سورهٔ انشراح (۹۴)، آیهٔ ۵)

این آیه مهمی است که مولانا مرتب به آن اشاره می‌کند و به درد ما هم می‌خورد، شما هم می‌دانید هیچ آسانی بدون دشواری نیست و در جای دیگر می‌خوانیم که بهشت در سختی‌ها پیچیده شده و جهنم در آن چیزهایی را که ذهن راحت می‌داند، در شهوات. هرچیزی را که ذهن میل دارد به طرفش برود، جهنم در آن‌ها پیچیده شده‌است.

## بی مرادی شد قلاووز بهشت حَفَّتِ الْجَنَّةُ سَنُو اِیْ خَوْشِ سِرِشْت

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۴۶۷)

بی‌مرادی به مراد نرسیدن سبب می‌شود که ما متوجه بشویم که فقط ما نیستیم و من‌ذهنی نیست بلکه یک نیروی دیگری هم وجود دارد. برای همین می‌گوید که تو این را بشنو که بهشت در سختی‌ها پیچیده شده‌است.

این‌جا هم می‌گوید «با دشواری آسانی است.» دشواری در این‌جا شناسایی و زیر بار رفتن این‌که من همانندگی دارم، انکار نکردن، این‌که من اشتباه کردم باید عذر بخواهم، این‌ها همه دشواری است.

این‌که مردم ما را تماشا می‌کنند ما خودمان را یک‌جور دیگر شناسانیم، گفتیم دانشمندیم، زندگی‌مان خوب است هیچ ایرادی ندارد، پرده کمال را، پرده پندار را در ذهن مردم جا انداختیم، حالا این آبروی ما صد من آهن است، اگر بیاییم بگوییم ما این‌طوری نیستیم و اشتباه کردیم، ما هم اشتباه می‌کنیم، که مردم می‌گویند شما نمی‌کنید این‌ها همه سخت است، سخت است.

خود تغییر و این‌که بگوییم ما اشکال داریم و داریم روی خودمان کار می‌کنیم، درحالی‌که مردم ما را اصلاً بی‌اشکال می‌دانند، ما را مورد تقلید قرار می‌دهند، از ما می‌خواهند چیزی یاد بگیرند، ممکن است ما را دیگر به حساب نیاورند، ما از آن مقام بیفتیم، خلاصه این‌ها همه سختی هست، اشاره می‌کند به این‌ها.

«یُسْر با عُسْر است» این آسانی که در فضای گشوده‌شده به دست می‌آید، این با سختی دردهای هشیارانه و بالاخره از ناموس یا آبروی مصنوعی گذر کردن، یعنی یک جایی ما باید بگوییم که این آبرویی که مردم به من می‌دهند، این ناموس را من نمی‌خواهم.

## ناامیدی‌ها به پیش او نهد تا ز درد بی‌دوا بیرون جهید

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۳۸۷)



این هم همیشه یادمان باشد هر موقع ناامید شدیم باید فضا را باز کنیم او به ما کمک کند، بگوییم من ناامید شدم، عاجز شدم، به من کمک کن. این من ذهنی درد بی دواست. یادمان باشد من ذهنی را فقط زندگی می‌تواند تغییر بدهد، نه من با من ذهنی‌ام خودم را می‌توانم تغییر بدهم نه من‌های ذهنی بیرون می‌توانند تغییر بدهند.

برای همین است که شما اگر پیر دارید، استاد دارید، این استاد نباید من ذهنی داشته باشد، بهترین استاد برای ما همین مولاناست. که ما اگر، گفت اگر اِتقوا نداری، اگر مالک خودت نیستی، تو بیا اختیارت را بده دست بزرگان.

من پیشنهاد می‌کنم مدت‌ها ما این مولانا را بخوانیم، بگوییم که بینم یک الگوی رفتاری از این‌جا من برای خودم انتخاب کنم، برای این‌که هنوز من مالک خودم نیستم در فضای پرهیز. نمی‌توانم پرهیز کنم، سخت است برای من. یعنی پرهیز کردن یعنی هیچ لحظه‌ای من از طریق همانندگی فکر نکنم. این برای ما مقدور نیست پس بنابراین اشتباه می‌کنیم.

حالا بیت به بیت این‌ها را می‌خوانیم، برای چه این‌ها را من تکرار می‌کنم! بلکه شما دیگر این قدر تکرار بشود که شما ببینید و یاد بگیرید و اگر اشکالی در طرز فکر شما و بینش شما هست و فکر می‌کنید مُحِق هستی ولی با این‌ها نمی‌خواند، صد درصد باید آن را اصلاح کنید.

## ور راه نیستی به یمین از سوی شمال کی چون چمن حریف جنوب و شمولی؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۹۶)

شمال: سمت چپ، مقابل یمین

شمول: شمال، باد شمال

توجه کنید شمال در عربی به معنی چپ هست و شمال به معنی همین شمال ماست. اگر می‌خواستیم فارسی بخوانیم مصرع دوم را، می‌توانستیم بگوییم «جنوب و شمول یا جنوب و شمولی» شمول یعنی همین شمال. ولی با توجه بر سیاق کلام به نظر می‌آید که همین شمول را بخوانیم. حالا هر دو درست است.

پس می‌گوید از یمین، راست به چپ راه است. چرا تأکید می‌کند؟ برای این‌که ما باور نداریم، ما باور نداریم که از ما به سوی خدا راه است از خدا هم به ما راه است. خیلی می‌گوییم که از رگ گردن به ما نزدیک‌تر است و این‌ها، ولی به نظر فقط می‌فهمیم، این موضوع در ما اثر نمی‌گذارد که ما بتوانیم تصمیم‌گیری را و بینش را به



فضای گشوده شده واگذار کنیم. خیلی از ما این حرف‌ها را می‌زنیم ولی فضا باز نمی‌کنیم، عملاً او را نمی‌آوریم به زندگی مان.

می‌گوید اگر راه نیست یا راه نبود از چپ به راست یا از راست به چپ، «راست طرف زندگی است، چپ من ذهنی است» در این جا می‌گوید از راست به چپ. در این صورت من انسان چجوری خودم را در معرض بادهای زنده‌کننده جنوب و شمال قرار می‌دهم؟ یعنی چجوری این بادهای ما را می‌فهمم؟ انسان چجوری فهمیده این بادهای زنده می‌کنند آدم را؟ خودش را در معرض این بادهای قرار داده. «پس کی چون چمن» منظور بادی نیست که خشک می‌کند بادی است که آبادان می‌کند. این بادهای زنده‌کننده، نسیم حیات بخش زندگی از فضای گشوده شده می‌آید، ما مانند چمن داریم سبزتر می‌شویم، آبادتر می‌شویم. خلاصه شما قبول می‌کنید که از من ذهنی ما به خداوند راه هست، از خداوند هم به ما راه هست و ما این راه را می‌شناسیم، فقط باید فضا را باز کنیم با عینک من ذهنی نبینیم.

این من ذهنی [شکل ۹ افسانه من ذهنی] به سادگی نمی‌فهمد این موضوع را. این می‌گوید فقط شمال هست، چپ هست، همین بینش مادی من درست است و هیچ چیز دیگر هم نیست. می‌گوید نه، یک سمت راستی هم هست که ما از چپ به آن جا راه داریم و این بادهای زنده‌کننده در حالی که ما فضا را باز می‌کنیم از آن جا می‌آید.

## مرد سخن را چه خبر از خمشی همچو شکر؟ خشک چه داند چه بود ترللا ترللا؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۸)

پس کسی که مرتب حرف می‌زند همین من ذهنی [شکل ۹ افسانه من ذهنی]، بنابراین این تری زندگی را نمی‌فهمد. می‌گوید که «مرد سخن» مردی که در ذهنش دائماً حرف می‌زند خاموشی را نمی‌شناسد که، خاموشی مثل شکر است.

بنابراین خشک چه می‌فهمد که این «ترللا ترللا» یعنی انسان فضا را باز کند با موسیقی زندگی، آهنگی که او ما را می‌نوازد برقصد، شادی کند. این «ترللا» تر یعنی تر، ضد خشک است ولی للا را مولانا آهنگی است، صوتی است که خودش درست کرده. «ترللا» لغتی نیست که در فرهنگی شما بتوانید پیدا کنید، خودش ساخته یعنی برقص و تر شو، از خشکی من ذهنی بیا بیرون، ولی کسی که خشک است تری را درک نمی‌کند، کسی که خشک است نمی‌فهمد که بادهای زنده‌کننده در اثر فضاگشایی از آن ور می‌آید. پویایی و شادی و آهنگ شادکننده زندگی را متوجه نمی‌شود.

می‌بینید که امروز مولانا راجع به شادی صحبت می‌کند که شادی همیشه همراه عشق است و خداگونه است و غصه و غم و ناراحتی، شیطانی است و ساخته من‌ذهنی ماست که نماینده شیطان است.

امروز شما از این تمثیلات باز هم یک ارزیابی بکنید این حس خفاش، حس دُرپاش. آیا به‌سوی زندگی می‌روید با حس دُرپاش یا با حس خفاش به‌سوی مرگ و نابودی و گرفتاری و صدمه زدن به خود و دیگران می‌روید؟ اگر خشک هستید، حس دُرپاش را دیگر فراموش کنید. ولی می‌گویید از خشکی به تری راه است. اگر تو برقصی، شاد بشوی، بگذاری زندگی از طریق تو موسیقی بزند، اگر با آهنگ زندگی برقصی.

این ابیات هم جالب است.

### قبض دیدی چاره آن قبض کن زانکه سرها جمله می‌روید ز بُن (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۲)

### بسط دیدی، بسط خود را آب ده چون برآید میوه، با اصحاب ده (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۳)

پس همین‌که ما قبض دیدیم، یک غم آمد باید فضا را باز کنیم و چاره بکنیم. در قبض نمی‌توانیم بمانیم. بیش‌تر انسان‌ها در قبض زندگی می‌کنند، در فشرده‌گی، در مقاومت.

اگر شما دیدید زیاد قضاوت می‌کنید، مقاومت می‌کنید این حالت قبض است، دارید خودتان را نابود می‌کنید. بیش‌تر مردم در این حالت قبض و قضاوت و مقاومت شدید که این‌ها همراه‌گفت با غم است. قبض و مقاومت و قضاوت موقعی است که آفلین آمده مرکز ما. هر آفلی بیاید مرکز ما، یک غم تولید می‌کند و این‌ها تغییر کنند ما منقبض می‌شویم.

می‌گوید، خلاصه اگر قبض دیدی، بنشین تأمل کن بین چه بلایی سرت دارد می‌آید؟ چه اتفاقی می‌افتد؟ همیشه سر از ریشه می‌روید، الآن ببینید به کجا وصلی تو، به من‌ذهنی وصلی، حس خفاش داری. اما اگر بسط دیدی، منبسط شو و بگذار آب زندگی بیاید. این‌جا میوه خواهد رویید. این عشق است. میوه را با همه تقسیم کن، خودت نخور.



چقدر مهم است که شما زکات روی خوب را می‌دهید، قانون جبران را رعایت می‌کنید. ما نمی‌توانیم چیزهایی که یاد می‌گیریم برای خودمان نگه داریم. درعین حال مواظب هم هستیم چیزی را به کسی تحمیل نکنیم. مثل سفره سیزده بدر غذایمان را می‌گذاریم وسط، هرکسی هرچه دوست دارد برمی‌دارد. نه این‌که تحمیل می‌کنیم به کسی و یا می‌رویم به قضاوت که بلد نیستی.

و این دو بیت را قبلاً هم داشتیم. هرکسی که منبسط شده، درضمن این را هم می‌دانیم که با خداوند یا زندگی باید با انبساط صحبت کنیم.

## حکم حق گسترد بهر ما بساط که بگویند از طریق انبساط (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۶۷۰)

که همیشه ما وقتی با زندگی صحبت می‌کنیم از طریق انبساط است. انقباض، اتصال را به هم می‌ریزد.

## زان جرای روح چون نقصان شود جانش از نقصان آن لرزان شود (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۸۶۲)

چرا: مواجب، مستمری، حقوق

نقصان: کمی، کاستی، زیان

## پس بداند که خطایی رفته است که سمن زار رضا آشفته است (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۸۶۳)

سمن زار: باغ یاسمن

می‌گوید وقتی منبسط می‌شویم، غذای روح می‌آید. وقتی عادت کنیم به این غذای روح، همین‌که منقبض شدیم قطع شد، متوجه می‌شویم. جانمان از نقصان آن غذایی که از آن‌ور می‌آید لرزان می‌شود. پس می‌فهمیم که خطا کردیم. خطای ما، آوردن یک جسم به مرکزمان است. پس یاسمن زار رضا آشفته است. دیگر زندگی را این لحظه با رضا شروع نمی‌کنم. اگر دیدید رضا رفت، پس بدانید همه چیز رفته، یعنی لطف ایزدی الان دیگر به شما نمی‌رسد.

## هزار ابر عنایت بر آسمان رضاست اگر ببارم، از آن ابر بر سرت ببارم

(مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۷۲۳)

یعنی فقط از ابرِ رضاست که به سرِ ما بارانِ رحمتِ الهی می‌ریزد. اگر رضا برود، هیچ چیز گیرمان نمی‌آید. اما اگر خطا بکنیم، درحالی‌که منبسط می‌شویم، منبسط می‌شویم، یک چیزی بیاید مرکز ما که با آن همانیده هستیم، رضا از بین می‌رود. رضا از بین می‌رود، یعنی پذیرش در این لحظه از بین رفت و دیگر، پس متقبض شدیم. دوباره باید منبسط بشویم.

می‌رسیم به این دو بیت:

### قبض دیدی چاره آن قبض کن زانکه سرها جمله می‌روید ز بن

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۲)

### بسط دیدی، بسط خود را آب ده چون برآید میوه، با اصحاب ده

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۳)

«قبض دیدی چاره آن قبض کن»، یعنی اگر می‌بینید کوچک می‌شوید، دارید به صورت من بلند می‌شوید یعنی پا می‌گذارید به مرز خطر. این یعنی هشدار. باید چاره این کار را بکنید. چاره‌اش هم فضاگشایی است. اگر بسط واقعی آمد، خواهید دید که میوه آمد، آن موقع آن میوه را تقسیم کنید. ما متقبض می‌شویم میوه قبض را با مردم تقسیم می‌کنیم. می‌گوییم بیاید در دردهای ما شریک بشوید. این کار درست نیست.

### گر گلشن کرم نبدی، کی شکفتی؟ ور لطف و فضل حق نبدی، من فضولمی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۹۹۶)

فُضول یعنی زائد، اضافی. فُضول یعنی یاهوگو و زیاده‌گو. هردو معنی می‌دهد ولی فُضول یعنی که اگر انسان نتواند از کرم ایزدی استفاده کند، واقعاً وجودش اضافی است، یعنی در این جهان به درد نمی‌خورد.

می‌گوید اگر گلشن کرم ایزدی نبود، من شکوفا نمی‌شدم. اگر لطف فضل خداوند نبود، من یک موجود اضافه بودم در این کائنات. به چه درد می‌خورم!؟



در یک بیتی که قبلاً هم برایتان خواندیم، خیلی اخیر هم بوده، می‌گوید که از این پی تو نمی‌شود شمع درست کرد. گوشت تو را هم که آن شراب‌خوار نمی‌تواند کباب کند. پس تو اگر قرار باشد که به حضور نرسی و از گرم ایزدی استفاده نکنی که شکوفا بشوی و از این من‌ذهنی بیایی بیرون، پس به چه درد می‌خوری؟! یعنی واقعاً انسان به چه درد می‌خورد؟! این همه می‌خورد، می‌خوابد، نعمت‌ها استفاده می‌کند، ولی بلد نیست از فضل ایزدی که از گلشن گرم می‌آید چیزی بگیرد.

ولی می‌گوید اگر نگیرد، شکوفا نمی‌شود. یعنی تا زمانی که ما فضا را باز نکنیم [شکل ۱۰ (حقیقت وجودی انسان)] و کن‌فکان را به مرکزمان نیاوریم، از گلشن گرم چیزی نگیریم که آن چیز همین لطف و فضل خداوند است. فضل هم بخشش هم دانش است. در این صورت ما یک چیز اضافی در این کائنات هستیم.

یا فصول بخوانید، یعنی به صورت من‌ذهنی یاوه‌گو هستیم [شکل ۹ (افسانه من‌ذهنی)]. یاوه‌گویی ما چه فایده دارد؟! از صبح تا شب حرف می‌زنیم، حرف‌هایمان هیچ ارزشی ندارد جز این‌که مسئله‌سازی کنیم، هیچ کار دیگری نمی‌کنیم. مسئله می‌سازیم و سعی می‌کنیم مسائلمان را حل کنیم که مسائلمان حل نمی‌شود که هیچ، یک مسئله اگر از بین برود، دوتا زاییده می‌شود. برای این‌که ما شدید کارخانه تبدیل زندگی به مسئله.

الآن می‌گوید:

## بس کن، ز آفتاب شنو مطلع قصص آن مطلع ار نبودی، من در اُفولمی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۹۹۶)

مطلع: محل طلوع، محل آغاز

قصص: جمع قصه

اُفول: غایب شدن و ناپدید شدن، فرو رفتن ستاره

اُفول یعنی به اصطلاح ناپدید شدن یا غروب کردن ستاره و دنباله بیت قبل است.

می‌گوید یا من زائد هستم در این کائنات، اصلاً به درد نمی‌خورم یا خیلی به درد می‌خورم. اگر من‌ذهنی را نگه دارم، به درد نمی‌خورم. اگر فضا را باز کنم، این خورشید زندگی از مرکز من طلوع کند خیلی به درد می‌خورم.

پس بنابراین می‌گوید بس کن از آفتابی که از مرکز طلوع می‌کند، بگذار قصه زندگی‌ات از آنجا آغاز بشود. مطلع یعنی آغاز. همین‌طور یعنی محل طلوع، این را می‌دانید دیگر. مطلع یعنی محل طلوع. و همین‌طور بیت اول

قصیده یا غزل. حالا در این‌جا آغاز زندگی است، آغاز قصه است. قصص هم یعنی جمع قصه. پس قصه انسان‌ها از فضاگشایی درونشان آغاز می‌شود. قبلاً، قبل از این‌که ما این‌ها را بشنویم، از مقاومت و انقباض من‌ذهنی شروع می‌شد.

می‌گوید یک محل آغاز است، آن هم فضای گشوده‌شده در مرکز انسان است. پس قصه ما نیست که با مقاومت و قضاوت از ابتدا شروع شده و هرکسی یک داستان زندگی دارد. داستان زندگی‌اش هم داستان ظلم‌هایی است که به او شده، ناامیدی‌ها و به ثمر نرسیدگی‌های خودش است که من این‌همه بلا سرم آمده، به آرزویم نرسیدم، زندگی نکردم، ان‌شاءالله در آینده زندگی‌ام شروع می‌شود، وضع بهتر خواهد شد، این قصه ماست.

ولی می‌گوید نه این قصه از من‌ذهنی شروع شده، من‌ذهنی را تعطیل کن، بس کن، آن طرز زندگی را بگذار کنار، از آفتابی که الان از مرکز بلند می‌شود بپرس قصه را چجوری آغاز می‌کنند. اگر این محل آغاز نبود یا نباشد ما به افول می‌رویم. شما افول انسان‌ها را از بچگی تا پیری ببینید. بچه‌ای که به دنیا می‌آید بسیار زنده هست، پر از بازی است، پر از انرژی است، می‌خندد و می‌خواهد زندگی کند.

یواش‌یواش که بالا می‌رود و ما با من‌ذهنی‌مان به این نگاه می‌کنیم و ناظر جنس منظور را تعیین می‌کند، ما مرتب به بچه‌مان می‌گوییم تو من‌ذهنی هستی، تو باید همان‌جایی بشوی، مثل من بشوی، ببین من دارم دردها را ساطع می‌کنم، تو هم مثل من باید درد ساطع کنی.

این بچه اول مقاومت می‌کند و انتظار دارد که چون از جنس عشق خداوند است، شما هم او را به‌عنوان امتداد خدا شناسایی کنید به‌صورت زندگی، که نمی‌کنیم چون بلد نیستیم یا خبر نداریم، دائماً می‌خواهیم به‌صورت من‌ذهنی ببینیم و در نتیجه جنسش را معلوم می‌کنیم. جنسش را که معلوم می‌کنیم تا بچه تا ده، دوازده‌سالگی حالا یک انرژی دارد و از آن‌جا به بعد دیگر یواش‌یواش ما این را تبدیل می‌کنیم به یک من‌ذهنی. از آن‌جا به بعد می‌بینید انسان دائماً در حال افول است. درست است که پولش زیاد می‌شود، امکاناتش زیاد می‌شود، نمی‌دانم دانشش زیاد می‌شود ولی از همه این‌ها من‌ذهنی سوءاستفاده می‌کند، غصب می‌کند.

یعنی اگر ما نتوانیم از این مطلع زندگی‌مان را شروع کنیم، من‌ذهنی همه‌چیز را مال خودش می‌کند. می‌بینیم ما بزرگ می‌شویم، این خوب نیروی شکوفایی زندگی است که یک جوان حالا یک پسر بگویی خیلی قوی می‌شود، بیست، بیست‌وپنج‌سالگی. این آدم براساس زیبایی و قدرت بدنیش خودش را می‌خواهد نشان بدهد، دیده بشود. یعنی چه کسی دارد از او استفاده می‌کند؟ من‌ذهنی‌اش. نمی‌گوید که زندگی من را به این صورت نمایش



می‌دهد، من یک خلقتِ زندگی هستم مثلاً، حضور دارم، وصلم، این را نمی‌گوید. می‌گوید من هیكل را نگاه کن، زیبایی را نگاه کن، دانش را نگاه کن، من را نگاه کن، چه کسی دارد صحبت می‌کند؟ من ذهنی. بالا می‌رود یا پایین می‌آید؟ دارد پایین می‌رود، دارد افولمی. «آن مطلع از نبودی، من در افولمی» پس فهمیدیم. پس یک محل آغاز قصه زندگی وجود دارد [شکل ۱۰ (حقیقت وجودی انسان)] فهمیدیم کجاست. این لحظه است که فضا را باز می‌کنیم، باز می‌کنیم، جوان باشید به زودی می‌بینید که این خورشید دارد می‌آید بالا. برای کسانی که سنشان گذشته، یک خُرده باید بیشتر کار کنند. بله اجازه بدهید چند بیت در تبیین این بیت بخوانم بله این بیت را داشتیم گفت:

### ور بوی مصرِ عشق قلاووز نیستی چون اهلِ تیهِ حرص، گرفتارِ غولمی (مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۹۹۶)

بیت مهمی است که ما می‌دانیم الآن پیشوای ما عشق است، پیشوای هر انسانی که در ذهن گرفتار است، راهنمایش عشق است. عشق هم گفتم یعنی وحدت با زندگی به صورت هشیارانه و این وجود دارد، امکان دارد و آن چیزی که برای ما بد است و زندگی روا نمی‌دارد، سرگردان شدن در بیابان حرص است. یعنی ما در آرزوی این‌که از این چیز، از آن چیز زندگی بگیریم یا از این آدم یا از آن آدم خوش‌بختی بگیریم، در بیابان همانندگی‌ها سرگردانیم و هر لحظه از غول می‌پرسیم که زندگی در چه چیزی هست؟ آدرس خانه کجاست؟ بالاخره ما کجا می‌رویم؟ آن هم آدرس جهان را نشان می‌دهد و مولانا می‌گوید که «حزم» کنید.

### حَزْمِ کن از خورد، کین زهرینِ گیاست حَزْمِ کردن زور و نور انبیاست (مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۴)

گاه باشد کو به هر بادی جهَد  
کوه کی مر باد را وزنی نهد؟  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۵)

هر طرف غولی همی خواند تو را  
کای برادر راه خواهی؟ هین بیا  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۶)





همه ما در معرض این سه بیت هستیم، می‌گویند که این چیزی که از همانندگی می‌آید سم است، حزم کن، دوراندیشی کن. حزم در واقع آن فکری است که از فضای گشوده‌شده می‌آید. وقتی فضاگشایی می‌کنیم در اطراف این لحظه فکر آن حزم است. می‌گویند حزم کن و پرهیز کن از خوردن این و تو بدان که حزم کردن زور و هشیاری و دید پیغمبران است.

و بعد توضیح می‌دهد که هر بادی که از جهان می‌آید نباید ما را بلرزاند. شما کاه و کوه را مقایسه کنید، کاه به وسیله هر بادی می‌جهد، کوه چه؟ نه کوه ایستاده. کوه نماد انسانی است که ریشه‌دار است، امروز می‌گفت باید با اصول باشیم، با ریشه باشیم.

کاه نماد انسانی است که من‌ذهنی است، هر غم من‌ذهنی یک بادی دارد، ما را می‌جهاند. اگر شما به وسیله اتفاقاتی که به همانندگی‌هایتان می‌افتد مرتب می‌جهید، واکنش نشان می‌دهید، پس کاه هستید. اگر شما را نمی‌شود تکان داد، حداقل هراتفاقی می‌افتد شما حزم دارید، خوب این خیلی خوب است. و ما هم می‌دانیم در بیابان ذهن که امروز داشتیم «تیه حرص»، همین بالا بود. «تیه حرص»، تیه یعنی بیابان، تیه همانندگی‌ها.

هر همانندگی حرص دارد، حرص یعنی هر چیزی که در مرکز ما می‌آید، می‌خواهد خودش را زیادتر کند. به نظر ما زیادتر شدن آن سبب زیادتر شدن زندگی ما می‌شود و این غلط است، این همین آدرس غول است. غول می‌گوید همین همانندگی را زیادتر کن این بالاخره به تو زندگی خواهد داد، این آدرس غلط است. فوراً باید متوجه بشویم و این موضوع را متوقف کنیم. پس هر طرف غولی به صورت من‌ذهنی به ما می‌گوید بیا، راه می‌خواهی من به تو نشان می‌دهم. آیا شما باید راه را از من‌های ذهنی بپرسید؟ نه از مولانا باید بپرسید.

**ره نمایم، هم‌رهت باشم رفیق**

**من قلاووزم در این راه دقیق**

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۷)

**نی قلاووزست و، نی ره داند او**

**یوسفا کم رو سوی آن گرگ‌خو**

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۸)

**حزم، آن باشد که نفریبد تو را**

**چرب و نوش و دام‌های این سرا**

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۱۹)

پس می‌گوید من راه را به تو نشان می‌دهم، همراهت می‌آیم، گول می‌گوید. من پیشوا هستم و این راه دقیق است، تو بلد نیستی ولی من بلدَم. آیا بلد است؟ نه. دارد می‌گوید نه پیشواست نه راه را می‌شناسد و تو یوسفی هستی که به‌سوی این گِردِگِ نرو.

پس چقدر مهم است که ما پیشوایمان را، همراهمان را، پیرمان را، هرچه اسمش را می‌گذارید، راهنمایمان را درست انتخاب کنیم. می‌گوید حزم آن است که چیزهایی که چرب و شیرین است تو خوشت می‌آید تو را نفریبد، از آن‌ها زندگی نخواهی، این‌ها دام هستند. پس «چرب و نوش و دام‌های این سرا» نباید ما را بفریبد. بعد می‌گوید:

## آن عصای حَزْم و استدلال را چون نداری دید، می‌کن پیشوا

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۷۷)

این عصای حزم و استدلال سبب شد که ما دیومان را، به‌طور موقت درون شیشه کنیم که امروز برایتان خواندم. می‌گوید اگر فضا را باز نکردی حزم و استدلال‌کردن را به‌کار ببر، این عصا است. حزم و استدلال در این مورد باز هم از بزرگان می‌آید. اگر شما در درون نمی‌توانید فضا را باز کنید، شما بیایید از مولانا یاد بگیرید، این را پیشوا بکنید.

## تو دعا را سخت گیر و می‌شُخول عاقبت برهاندت از دستِ گول

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۷۵۷)

می‌شُخول: از مصدرِ شُخولیدن به معنی نالیدن، فریاد زدن

پس بنابراین فضا را باز می‌کنیم با هشیاری حضور دعا می‌کنیم، می‌نالیم این ما را از دست گول نجات خواهد داد.

