

عمر که بر عشق رفت، هیچ حسابش کمیر  
آبِ حیاتست عشق، در دل و جانش پذیر  
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۱۲۹



مشکر کامل برنامه شماره ۷۹۹  
کنج حضور

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

## مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۱۲۹

عمر کہ بی عشق رفت، هیچ حسابش مگیر  
آبِ حیاتست عشق، در دل و جانش پذیر

هر کہ جز عاشقان، ماہی بی آبِ دان  
مُردہ و پژمرده است گر چہ بُود او وزیر

عشق چو بگشاد رخت، سبز شود ہر درخت  
برگِ جوان بردمَد، ہر نفس از شاخِ پیر

ہر کہ شود صیدِ عشق، کی شود او صیدِ مرگ؟  
چون سپرش مہ بُود، کی رسدش زخمِ تیر؟

سر ز خدا تافتی، هیچ رہی یافتی؟  
جانبِ رہ بازگرد، یاوہ مرو خیر خیر

تنگِ شکرِ خرِ بلاش، ورنِ خری سرکه، باش  
عاشقِ این میر شو، ورنِ نشوی، رو بمیر

جمله، جانهای پاک، گشته، اسپرانِ خاک  
عشقِ فروریخت زرتا برهاند اسپر

ای که، به زنبیلِ تو هیچ کسی نان نریخت  
در بنِ زنبیلِ خود هم بطلب، ای فقیر

چُست شو و مرد باش، حق دهدت صد قماش  
خاکِ سیه گشت زر، خونِ سیه گشت شیر

مفخرِ تبریزیان، شمسِ حق و دین، بیا  
تا برهد پایِ دل ز آب و گلِ همچو قیر

با سلام و احوالپرسی برنامه گنج حضور امروز را با غزل شماره ۱۱۲۹ از دیوان شمس مولانا شروع می‌کنم:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۱۲۹

## عمر که بی‌عشق رفت، هیچ حسابش مگیر

### آب حیاتست عشق، در دل و جاننش پذیر

پس مولانا در همین یک چهارم بیت اول یعنی عمر که بی‌عشق رفت اشاره می‌کند به همین مشکل انسان، که انسان بصورت هوشیاری به این جهان آمده و در اثر همانیدن با فرم‌های ذهنی که چیزهای بیرون را نشان می‌دهند، یک من ذهنی درست کرده، و اشتبهاً فکر کرده این من ذهنی است، من فکری است. و مرتب با تکرار فکرهای تکراری که مربوط به چیزهای بیرون است من ذهنی را معتبر می‌کند، اعتبار به آن می‌دهد، اگر یک قسمتش خراب شده تعمیر می‌کند، جبران می‌کند که بلکه این من ذهنی را نگه دارد. ولی این من ذهنی من اصلی اش نیست، قرار است این من ذهنی بهم بریزد و از بین برود، و ما دوباره به خدا پیوندیم، با او یکی بشویم هوشیارانه و اسم این عشق است.

پس عشق پیوستن مجدد به خدا آن هم بصورت هوشیارانه یعنی برگشت از جهان و اتحاد با خداست. و اشاره می‌کند به دوره‌ای که انسان فکر می‌کرد من ذهنی اش است. می‌گوید اگر دوره‌ای بوده که تو من ذهنی داشتی و با خدا یکی نبودی این را به حساب زندگی نگذار، یعنی زندگی نکردی برای اینکه هوشیاری ات در این لحظه کیفیت نداشته، هوشیاری جسمی داشتی، این را به حساب زندگی نگذار، یعنی این دوره فقط دوره درد کشیدن بوده و خدا نمی‌خواسته که تو درد بکشی این تقصیر دید توست و تو آگاه نبودی که این همانیدگی‌ها را بشناسی و بیندازی و خودت را از این همانیدگی‌رها کنی، یعنی عمل واهمانش انجام بدهی. هویتت را از این اینها بکنی و به من اصلی ات که خدائیت است امتداد خداست زنده بشوی که آن با خدا یکی است، امتداد خداست.

و همینطور مصرع دوم می‌گوید که این پیوستن مجدد و هوشیارانه به خدا این آب حیات است، یعنی به محض اینکه به او پیوندی آب حیات، آب زندگی، آب زنده کننده، آبی که غذای روح و جسمت و جانت است بدنت را سالم می‌کند شروع می‌کند به جاری شدن، و تو نباید دیگر آن زندگی با من ذهنی را ادامه بدهی، و آگاه باشی که آن عمر تلف کردن وقت تلف کردن است. خدا عمری به شما داده می‌گوید این را مواظب باشید تلف نکنید. بی‌عشق و بی‌لطف خدا و بدون آب حیات، و بدون اینکه این لحظه هوشیاری شما کیفیت داشته باشد زندگی نکنید، و این حق شماست، و قرار است که انجام بشود برای هر کسی، مگر اینکه خودش جلوی خودش را بگیرد.

و این را هم توجه می‌کنید که ما وقتی می‌رویم به جهان و با چیزها همانیده می‌شویم به محض اینکه با آنها یکی می‌شویم و می‌گوییم این من ذهنی خودم هستم و این هم هویت شدگی قسمتی از من است همان هم هویت شدگی مرکز ما قرار

می‌گیرد و عینک دید همین هوشیاری و خداییت می‌شود که ما هستیم. بنابراین حتی وقتی می‌خواهیم برگردیم این عینک‌های دید مادی غلط می‌بینند. و اگر از این پدیده منحرف کننده عینک‌های ذهنی ما بتوانیم بگذریم و به عشق برسیم هوشیارانه، این را دلت قرار بده یعنی این هوشیاری جدید را مرکز قرار بده و بگذار این جاری بشود به تمام چهار بعدت، در دل و جانش پذیر یعنی بگذار مرکزت بشود و جاری بشود این آب حیات مثلاً به جسمت به فکرت به هیجانانت به جانت، یعنی زنده بشو به او.

بله این معنی بیت اول هست. اما همینطور که می‌دانید اخیراً شکل‌ها و تصاویری معرفی کردیم به شما که این تصاویر برای کسی که تازه شروع کرده یا حتی مدت‌ها مولانا گوش کرده کمک می‌کند که درست بفهمد، که این موضوع چی هست اصلاً. همین که می‌گوییم هوشیاری می‌رود به جهان هم هویت می‌شود و بر می‌گردد، وقتی هم هویت می‌شود چه خاصیت‌هایی پیدا می‌کند، وقتی برگردد و آزاد بشود چه خاصیت‌هایی پیدا می‌کند، حداقل ذهن‌ها خوب می‌فهمد درست می‌فهمد. وگرنه ممکن است مدت‌ها آدم وقت تلف کند و درست متوجه نشود.

بنابراین من همین بیت را با شکل‌های مختلف توضیح می‌دهم و این شکل‌هایی که امروز هم یک مقدار کامل تر کردیم، به شما توضیح خواهم داد. از شما خواهش می‌کنم به این تصاویر خوب دقت کنید، به این شکل‌هایی که معرفی می‌کنم خوب به ذهن من رسیده این‌ها را درست کرده‌ام، و کمک می‌کند که هم خودم درست بفهمم، هم هر کسی که این مطالب را می‌شنود درست بفهمد.

پس نگاه کنید این بیت را با مثلث همانش بررسی می‌کنیم این مثلث هوشیاری جسمی گفتیم وقتی هوشیاری می‌آید به این جهان همانیده می‌شود با چیزهای گذرا، هر چیزی که فکر ما نشان می‌دهد گذرا است. یعنی دارد از بین می‌رود. ممکن است یک سال دو سال باشد ولی در طول زمان از بین خواهد رفت. مثل پول ما، مثل بدن ما، مثل مقام ما، دانش ما هر چیزی که ما درباره‌اش می‌توانیم فکر کنیم گذرا است غیر از اصل ما، غیر از ما بصورت هوشیاری، پس هوشیاری در این جهان به هر چیزی چسبیده اینها همه آفل هستند گذرا هستند. مثلث می‌بیند قاعده‌اش همانش با چیزهای گذرا است، و این نشان می‌دهد که انسان به ذهن افتاده، ذهن با زمان روانشناختی یعنی گذشته و آینده کار می‌کند. پس هر کسی که همانیده شده و این همانیدگی‌ها در مرکزش قرار گرفته، آره این همانیدگی‌ها عینک دیدش شده، پس برحسب آنها می‌بیند و زندگی‌اش را برحسب آنها سازماندهی می‌کند. در جهان ترتیبش می‌دهد.

و به محض اینکه همانیده بشویم دو تا خاصیت در ما زاییده می‌شود که دو ضلع دیگر مثلث است. پس قاعده مثلث می‌شود همانش با چیزهای گذرا و یک ضلعش هست مقاومت، یک ضلعش هست قضاوت، به محض اینکه ما هم هویت بشویم با



یک فکری، آن فکر بشود مرکز ما، ما فکر می‌کنیم آن دانش خیلی بالایی است، درست است آن، به نظر ما درست می‌آید. مخصوصاً من ذهنی همیشه به ما هم وصل است یعنی به تعداد زیادی آدم که آنها هم من ذهنی دارند به باورهای آنها وصل است به فکرهای آنها وصل است با آنها هی مرتب مقایسه می‌کند، اگر با آن‌ها هم جور دربیاید مطمئن هست که دانشش خیلی درست است براساس آنها قضاوت می‌کند این قضاوت جلوی قضاوت خدا را می‌گیرد. و بارها هم گفته ایم به شما که انسان براساس قضاوت خدا و کُن فکان یعنی او می‌گوید بشود تغییر می‌کند، پس روی این صحبت باز هم الان توضیح خواهیم داد.

پس عمر که بی عشق رفت، مربوط به این مثلث است، یعنی من همانندگی داشتیم مقاومت و قضاوت داشتیم اگر این مثلث را شما درست بفهمید، متوجه می‌شوید که اگر شما مقاومت دارید مقاومت معمولاً در مقابل اتفاقی است که در این لحظه می‌افتد، چه در ذهن تان بیفتد چه در بیرون بیفتد، مقاومت یعنی مسأله داشتن اشکال داشتن و نپذیرفتن چیزی است که در بیرون می‌افتد، و این خاصیت من ذهنی است. من ذهنی هوشیاری جسمی دارد، بنابراین اجسام را می‌شناسد، از اجسام زندگی می‌خواهد، خوشبختی می‌خواهد، مثلاً ما همسرمان را به یک جسم تبدیل می‌کنیم، می‌گذاریم در مرکزمان از آن تصویر که در واقع همسرمان است، همسرمان را به تصویر درآوریم.

یعنی هوشیاری من بصورت زندگی هوشیاری او را بصورت زندگی نمی‌بیند برای اینکه من هوشیاری جسمی دارم، پس از تصویر آن خوشبختی می‌خواهم، هویت می‌خواهم، حس امنیت می‌خواهم، و می‌گویم من را تأیید کن، و آن تصویر نمی‌تواند تأیید کند، آن جسم است جسم زندگی ندارد. بنابراین اتفاق این لحظه هیچ موقع به ما زندگی نمی‌دهد و الان هم توضیح خواهیم داد که ما را دچار افسانه من ذهنی می‌کند. و خواهش می‌کنم گفتیم این شکل‌ها را توجه کنید اصلاً حوصله تان سر نرود. مهم نیست که ما صد بیت بخواهیم دویست بیت بخوانیم از مولانا، مهم این است که بفهمیم، جذب جان مان بشود، تبدیل به عمل بشود.

بنابراین روی هر بیتی هر چقدر شما بیشتر بمانید به نفع شماست، و این شکل‌ها یک بهانه ای به دست ما می‌دهد که هی بیت را نشان بدهیم شکل را نشان بدهیم، در نتیجه شما این خاصیت‌ها را در خودتان ببینید، اگر این جور شما پیش نروید، ممکن است ده سال طول بکشد، متوجه بشوید که ای بابا من مقاومت می‌کنم، تا حالا نمی‌دانستم، این مقاومت ناشی از هم هویت شدن با چیزهای آفل است. من قضاوت می‌کنم قضاوت براساس این است که من با یک سری باورهای ذهنی فکرها هم هویت شدم، فکرهایم می‌کنم چون هم هویت شدم اینها واقعاً دانش واقعی است، عجب اشتباهی کرده بودم ده سال. خوب همین الان پنج دقیقه بفهم، جلو بیفت.



پس شما متوجه شدید همین که همانیده بشویم دو تا خاصیت زاییده می شود. یکی مقاومت است یکی قضاوت، قضاوت کار من ذهنی است، می گوید این خوب است این بد است، همیشه یک دویی وجود دارد، نمی شود چیزی به اصطلاح طبقه بندی نشود، این خوب است این بد است، این آدم خوب است این آدم بد است، توجه می کنید، یا خنثی است اصلاً برای ما مهم نیست، اگر مهم است یا خوب است یا بد است.

اما یک مثلث دیگر هم معرفی کردیم که هوشیاری حضور بود که الان به دو ضلع دیگر آن پرهیز را اضافه کردیم گفتیم به همین بیت توجه کنید:

**عمر که بی عشق رفت، هیچ حسابش بگیر،** پس عمر که در مثلث جسمی گذشته به درد ما نمی خورده، و نخورده شما می دانید، چهل سالتان است می دانید که چقدر در دسر برای شما بوجود آورده، بعد صحبت عشق می کند. می گوید که تو باید مجدداً با خدا یکی بشوی، این عشق است دیگر، این هوشیاری که از جنس خداست، باید برگردد دوباره بیاید به این لحظه و با خدا یکی شدن هم آمدن و مستقر شدن در این لحظه است، چون این لحظه از جنس خداست جاودانه است. هر موقع از زمان روانشناختی گذشته و آینده برگشتیم و در این لحظه مستقر شدیم، با خدا یکی شده ایم.

اگر بعضی موقع ها می آییم به این لحظه و دوباره می رویم به ذهن در آن لحظه ها ما حاضر هستیم. در صورتی که شما بتوانید بیایید به این لحظه آن موقع یک حضور ناظری خواهید بود که ذهن تان را می بینید، آن موقع خواهید دید که فکرهایتان را می بینید و چقدر مثلاً فکرای منفی می کنید، تا حالا نمی دانستی برای اینکه مجذوب فکرهایتان بودید، الان منفصل شدید و آن حضور ناظر بیننده ذهن تان هستید.

پس مصرع دوم بیت می گوید که باید به عشق برسید، عشق مرکزمان بشود، تا حالا جسم مرکزمان بوده، و آب حیات جاری بشود به تمام چهار بعد ما، ما را زنده کند. پس من عمل واهمانش را انجام می دهم و واهمانش یعنی پذیرفتن اشتباهمان در بی عشق گذراندن عمرمان و همانیدگی مان و اینکه ما یک چیزی را در مرکزمان نگه داشته ایم و عینک دیدمان بوده معذرت می خواهیم. از کی؟ همیشه از خدا، همیشه از خدا عذر می خواهیم، بعضی موقع ها اسمش به زبان دینی مذهبی توبه است، برگشت است حالا هر چه اسمش را می گذارید، واهمانش.

اما ضلع بعدی مثلث ما صبر است، توجه می کنید صبر یعنی شما شناخته اید که با یک چیزی هم هویت هستید و آن در مرکز ماست و عینک دید ماست و در مقابل اتفاقی که زندگی در این لحظه جلوی رویتان می گذارد و شما خوشتان نمی آید فضا را باز می کنید، یعنی بین آن اتفاق و خودتان یا فکر اتفاق در ذهن یک فضا ایجاد می کنید، بطوری که می توانید ببینید،

این صبر برای اتفاقی که مخصوصاً ذهن می‌گوید بد است. ذهن به اتفاقی می‌گوید بد است که یک هم هویت شدگی از ما گرفته می‌شود، هر موقع هم، هم هویت شدگی به ما اضافه بشود می‌گوییم خوب است و این اصلاً درست نیست.

پس صبر باز کردن فضا اطراف اتفاق این لحظه اما بعضی موقع ها صبر با درد همراه است، چون آن چیزی که به آن چسبیده بودیم از ما گرفته می‌شود، کی می‌گیرد اینها را؟ باز هم قانون قضا، توجه کنید اگر شما حالا دینی نیستید مذهبی نیستید مسأله ای نیست، شما بدانید یک خرد بزرگی هست در جهان که شما را زیر نظر دارد، و اتفاقات را جلوی شما آن بوجود می‌آورد و تمام مقصود از این اتفاقات این است که به شما نشان بدهد که این هم هویت شدگی شما که در مرکز هست این غلط است، باید خدا را بگذاری مرکزت، یعنی باید آن خرد را بگذاری، آن تشخیص را بگذاری.

بعبارت دیگر هر اتفاقی می‌افتد حالا خدا در این لحظه قضاوت می‌کند، و می‌گوید که تو الان با عینک من ذهنی می‌بینی بجای اینکه با آن عینک ببینی و نمی‌توانی برگردی، فضا را باز کن با عینک من ببین، چون همین الان می‌توانی من را بیاوری عینکت بکنی، و این اسمش صبر است. بعضی موقع ها ما اسمش را می‌گذاریم بلا، یعنی صبر اصلاً معادل بلا است، شکر هم معادل نعمت است.

شما الان به این دو مطلب بسیار مهم توجه می‌کنید که اگر یک هم هویت شدگی را زندگی می‌خواهد الان از شما بگیرد شما فضا را باز می‌کنید، اولاً مقاومت نمی‌کنید، قبلاً مقاومت می‌کردید تلخ می‌شدید، و ناسزا می‌گفتید، واکنش منفی نشان می‌دادید، فکرهای منفی می‌کردید، الان نمی‌کنید این کار را، بکنید خدا نمی‌تواند به شما کمک کند. توجه کنید، مهم ترین سوال و کلید این است که رابطه شما در این لحظه با این لحظه یعنی خدا چیست؟

دوستانه هست یا خصمانه است؟ اگر دوستانه باشد زندگی به شما می‌تواند کمک کند، اگر خصمانه باشد نمی‌تواند کمک کند. نه که نمی‌خواهد کمک کند، نمی‌تواند، چون شما مقاومت دارید نمی‌گذارید. ما یک موجود شگفت انگیزی هستیم، ما اراده آزاد داریم. می‌توانیم توی بدبختی بمانیم و بدبختی را ادامه بدهیم و نگذاریم خدا زندگی ما را درست کند و در من ذهنی این کار را می‌کنیم،

بنابراین مهم ترین سؤال همیشه این است و هر لحظه این است که رابطه من با این لحظه یعنی خدا چی است و رابطه شما با این لحظه یا خدا مساوی است با رابطه شما با اتفاق این لحظه، چون اتفاق این لحظه جزو لاینفک این لحظه است، و خدا بوجود آورده و می‌خواهد یک کاری روی شما انجام بدهد. و شما نباید با اتفاق ستیزه کنید اگر بکنید خدا نمی‌تواند کمک کند. بنابراین فضا را باز می‌کنید صبر می‌کنید.





اما اگر شما دیدید یک دردی ایجاد شد پرهیز می‌کنید از گذاشتن آن درد جدید در مرکزتان، این اسمش پرهیز است برای همین می‌گوییم صبر و پرهیز، صبر عبارت از این است که من فضا را باز می‌کنم و نیروی ذهن که در این غزل مولانا به قیر تشبیه کرده که چسبنده است، می‌خواهد این فضا را جمع کند، الگوهایی هست در ذهن من مرتب فعال می‌شود می‌خواهد فضای باز شده را جمع کند شما باز نگه داشتید، ولی دردتان می‌آید، درد را نمی‌گذارید مرکزتان، یعنی با همین درد هم هویت نمی‌شوید، درست است؟ اگر شما، اینکه می‌گوید آب حیات است عشق در دل و جانش پذیر، فرایندش این است من به عشق چجوری برسم؟ با همین راه، گفته که دو راه دارد، روش دو راه دارد: یکی صبر یکی شکر نعمت ها،

**این دو ره آمد در روش یا صبر یا شکر نعم.** و بعد هم گفته بدون نور روی تو یعنی بدون اینکه من این فضا را باز کنم، هوشیاری تو بیاید به مرکز من، من این دو تا راه را نمی‌توانم ببینم. بنابراین تا فضا را باز نکنیم و او نیاید مرکز ما، این فضای گشوده شده خداست آمده در مرکز ما، و الان با عینک او می‌بینیم، ولی هنوز ذهن ما درد ایجاد می‌کند، اگر شما درد را بگذارید مرکزتان دوباره می‌روید ذهن، پس پرهیز از گذاشتن درد در مرکزمان، اگر شما این کار را ادامه بدهید یواش یواش فضا گشوده می‌شود، مرکزتان از جنس عدم می‌شود، هوشیاری می‌شود، خالی می‌شود، و نعمت بوجود می‌آید. اگر نعمت آمد شکر باید بکنید، اما نعمت جدید را در نعمت تان قرار ندهید چون اگر به اختیار من ذهنی تان باشد همین نعمت جدید را هم دوباره می‌گذارد مرکزش هم هویت می‌شود. پس با نعمت جدید هم هویت نمی‌شوید، با درد جدید هم، هم هویت نمی‌شوید هر دوی اینها می‌شود اسمش پرهیز، درست است؟ این را هم دیدیم.

اما همین بیت را دوباره با این مثلث تغییر بررسی می‌کنیم. این مثلث تغییر قاعده اش هست: تعهد و هماهنگی، خوب یاد بگیرید. اگر شما این موضوعات را می‌دانید و پیشرفت نمی‌کنید حتماً اشکالتان در تعهد و هماهنگی است و این تعهد و هماهنگی به جبران بستگی دارد قانون جبران، که من در ازای گرفتن این دانش وقت می‌گذارم؟ انرژی می‌گذارم؟ چی می‌دهم؟ یعنی در مثلث قبلی برای گرفتن عشق مثلاً این هم هویت شدگی را می‌دهم؟ چون فضا را باز کردم صبر می‌کنم این چیزی که با آن هم هویت شدم برود دیگر، دردی دارم مثلاً، رنجشی دارم می‌خواهم برود. ولی اگر شما شوخی می‌کنید جدی نیستید توی این کار نمی‌رود،

بنابراین تعهد یعنی اینکه شما می‌گویید من، متعهد می‌شوم که به خدا زنده بشوم من هر هزینه ای داشته باشد می‌خواهم از شر هم هویت شدگی هایم راحت بشوم، یعنی اینها را بشناسم و ببندازم و زنده بشوم مجدداً به خدا، من متعهد هستم به این، اگر این تعهدتان و تصمیم گیری تان هوشیارانه و قطعی باشد، در اینصورت تمام قوایتان، قوای فکریتان پنج تا حس تان، و همینطور انرژی که از طرف زندگی می‌آید هماهنگ می‌شود با این تعهد، یعنی خدا به شما کمک می‌کند



زندگی به شما کمک می‌کند. و اگر متعهد باشید در طول زمان این کار را ادامه خواهید داد نه اینکه یک ماه بکنید و نکنید دیگر، تا زمانی که بطور کامل به خدا زنده نشدید این کار را انجام می‌دهیم.

پس مداومت دارد و تکرار بعضی چیزها مثلاً این ابیات کلیدی را به خودتان برای خودتان تکرار می‌کنید، این شکل‌ها را هر روز می‌بینید، و تأیید می‌کنید که هنوز متعهد هستیم، توجه می‌کنید؟ این هم مثلث تغییر است، اگر کسی این کار را نکرده باشد نمی‌تواند برگردد از جهان. در جهان مادی هم همینطور، مثلاً یک کسی که فرض کنید دکتر شده، شغلی که همه می‌شناسند، این آدم در یک زمانی از زندگی اش بطور قطعی با تعهد تمام تصمیم گرفته که می‌خواهم پزشک بشوم. از آن به بعد شروع کرده به کار کردن و درس خواندن و تمام قوایش را هم هماهنگ شده با این تصمیمش، و ادامه داده، ادامه داده، ادامه داده تا پزشک شده، اگر همچون تصمیمی نمی‌گرفت چالش‌هایی جلوی او می‌آمد و نمی‌توانست ادامه بدهد، نمی‌توانست درس بخواند، نمی‌توانست کنکور بدهد نمی‌توانست قبول بشود.

یک سال رد شده، رفوزه شده سال بعد دوباره امتحان می‌دهد دوباره رفوزه شده سال بعدش دوباره امتحان می‌دهد، برای اینکه متعهد است بالاخره قبول شد، رفته دانشگاه، دانشگاه هم یک سری چالش‌ها جلوی او بوده همه را حل کرده چون متعهد بوده اگر تعهد نبود یک دو سه ماه کار می‌کرد بعد می‌گفت: آقا ما هم مثل بقیه مردم چه چیزی دارد که ما برویم پزشک بشویم؟ نشد دیگر، در این مورد ما چاره‌ای نداریم برای اینکه این اولین و تنها منظور ماست، مقصود ماست از آمدن به این جهان. این را هم نشان بدهم در مورد تغییر حتماً ببینید این بیت را که بارها خوانده ایم، می‌گوید:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۷۹۵

## گر تو مقام‌زاده‌ای، در صرفه چو افتاده‌ای؟ صرفه‌گری رسوا بود، خاصه که با خوب ختن

می‌گوید درست است که ما من ذهنی داریم هم هویت شدگی داریم، ولی می‌دانیم ما فرزند قمار باز هستیم، منظور از قمار باز در اینجا خداست، و قمارش هم شما می‌دانید چیست، روی ما دارد قمار می‌کند، هر لحظه زندگی زنده را می‌دمد، هر لحظه با قانون قضا قضاوت می‌کند، و کُن فیکون را بکار می‌اندازد بلکه ما را به خودش زنده کند، ما رفوزه می‌شویم، دوباره امتحان می‌کنیم، بعداً یعنی هر لحظه امتحان می‌کند،

می‌گوید تو مگر فرزند او نیستی؟ که این هم سعی کرده تو را به زندگی زنده کند تو را شاد کند، تو را آرامش بدهد، مگر امتداد او نیستی؟ حتماً هستی. در اینصورت چرا به خساست افتاده‌ای؟ چرا صرفه جویی می‌کنی؟ چرا تنگ نظری؟ در صرفه چون افتاده‌ای، صرفه‌گری فکر کردن با من ذهنی که این را بدهم این را خرج کنم؟ نکنم؟ حیف است، نمی‌شود این مجانی تمام بشود؟ صرفه‌گری رسوا بود، مخصوصاً در مورد این زیباروی ختنی، تمثیلش همین مردی است که خانم



زیبا دارد می‌گوید من امروز ببرم یک نهار خوب برای این بخرم، حالا همین نان و پنیر بخوریم دیگر! این جور فکرها خیلی لق است در مورد آن خانم زیبا.

در این مورد که زیباروی ختنی خداست برای زنده شدن به خدا تو هم هویت شدگی را نمی‌دهی، خرج برای خودت نمی‌کنی خیلی زشت است. می‌خواهد این را بگوید، درحالیکه تو قمارباز زاده هستی، چطور می‌گوید پدر تو که خدا باشد هر لحظه قمار می‌کند سر تو این همه هم انرژی صرف می‌کند، اصلاً زندگی تو را او می‌دهد، تو زندگی ات را که او می‌دهد صرف رنجش می‌کنی، صرف هم هویت شدگی می‌کنی، صرف داستان سرایی می‌کنی، و تلف می‌کنی باز هم می‌دهد.

دوباره می‌دهد، لحظه بعد امتحان می‌کند می‌بیند نه بابا در افسانه هستی، باز هم می‌دهد، باز هم می‌دهد، باز هم می‌دهد، باز هم می‌دهد، قمار می‌دهد، قمار می‌کند فکر می‌کند تو بالاخره به هوش خواهی آمد. یکی از هم‌هویت‌شدگی‌هایت را می‌گیرد خودش را به تو نشان می‌دهد، تو می‌بینی و الآن شعرش را هم خواهیم خواند، و کالا را نمی‌خری. خدا همیشه خودش را به ما نشان می‌دهد ما به جای اینکه او را بشناسیم، از جنس او بشویم دوباره می‌رویم از جنس هم‌هویت‌شدگی می‌شویم. دارد این را می‌گوید. این همه قمار کرده روی تو، تو آنموقع یک دفعه نمی‌خواهی قمار کنی بگویی که این هم‌هویت‌شدگی را، این رنجش را، این کینه را، این چسبیدن به پول را، چسبیدن به یک نفر را و زندگی خواستن از او را نکنم و بیندازم بینم چه می‌شود. یک بار قمار کن. حتی یک بار هم نمی‌کنی؟ یک هم‌هویت‌شدگی را بینداز چه می‌شود؟ این را می‌گوید. نمی‌کنیم ما، می‌ترسیم.

بله، یادتان باشد این تصویر را هم به شما نشان داده‌ام، سریع از آن رد می‌شوم. گفتیم تصویر حشره هست. عمر که بی عشق رفت هیچ حسابش نگیر، مصرع اول مربوط هست به حشره‌ای که روی درخت چسبیده و سفت خودش را گرفته، دارد راه می‌رود زندگی حشره‌گی را ادامه می‌دهد، ولی پس از یک مدتی حشره تسلیم می‌شود، و از توی آن شاپرک می‌آید بیرون. می‌بینید در تصویر وسط نیمه آمده بیرون، پس هشیاری از ما به‌عنوان ما می‌تواند بیاید بیرون از من ذهنی و عن قریب بیاید بیرون و ما مقاومت می‌کنیم.

باید مقاومت‌مان را صفر کنیم، قضاوت‌مان را صفر کنیم و آن حشره سمت چپ نمی‌تواند با عقلی که دارد بداند این شاپرک چطور شاپرک و چه می‌شود، چون آن زندگی حشره‌ای با زندگی شاپرکی خیلی فرق دارد. این یکی پرواز می‌کند، این یکی یواش یواش در زمین راه می‌رود، و فکر او که فکر من ذهنی باشد در مورد شاپرک کاملاً غلط است. بهترین کارش این است که تسلیم بشود، بگوید نمی‌دانم و در نتیجه پروانه از او متولد شده چون حشره مقاومت نکرده، پشتش شکافته شده چسبیده بعد خودش، یعنی من ذهنی به‌صورت پوسته افتاده و هشیاری از داخل آن جهیده بیرون.

آب حیات است عشق، این حشره با پروانه شدن به عشق رسیده، البته نه که به عشق رسیده، ما به عشق می‌رسیم. داریم می‌گوییم آن تحول بهترین تحول در دنیای حشرات است، مثل به حضور رسیدن حشره است.



بله، اما این تصویر را به شما معرفی کنم امروز که تا به حال هم گفته‌ایم، ولی به صورت عکس نشان ندادیم و عکس را بزرگ خواهم کرد که شما خوب ببینید. این تصویر نشان می‌دهد که من ذهنی چطور تشکیل شده. در این تصویر می‌بینید که همین که هم‌هویت با هر چیزی که فرمان نشان داده و آنها مهم بوده‌اند، همان‌بده شدیم، مرکز ما شدند. از جمله که از بالا به پایین می‌خوانم، هر چیزی که در فکر من می‌گنجد، هر چیزی که در فکر می‌تواند بیاید و ارزش دارد مرکز من آمده که اولین آن، البته لزومی ندارد اینها به این ترتیب باشند، هر ترتیبی شما می‌توانید بگذارید، هر کسی من ذهنی دارد معمولاً مهم‌ترین‌ها اینها هستند:

خودم، خودم یعنی مشخصات مثلاً بدنم، مثلاً فرض کن که قدم چقدر است، بدنم چطوری است، موهایم چطوری است، بعضی از ما با اعضای بدنشان و جسمشان هم‌هویت‌اند، با جنسیتشان هم‌هویت‌اند، مرد هستم یا زن هستم. اگر زن هستم جامعه یک چیزهایی به ما یاد داده زن باید اینطور باشد، با آن هم‌هویت هستم. اگر مرد است گفته مرد باید اینطور باشد و هر مردی که مرد است این خاصیت‌ها را دارد، من با همه آنها هم‌هویت هستم. اینها در مرکز من هستند یعنی عینک دیدم است. یکی از مهم‌ترین آدم‌ها که ما با او هم‌هویت هستیم همسرمان است. چه زن چه مرد، همسر ما به صورت یک تصویر ذهنی در مرکز ما است و از او زندگی می‌خواهیم، خوشبختی می‌خواهیم، یعنی عینک دید ما شده.

و یکی از مشخصات این مدل اگر توجه می‌کنید این است که چهار تا برکت یعنی برکت که می‌گوییم یعنی به اینها ما برای زندگی کردن احتیاج داریم. و قبلا اینها را توضیح دادم برایتان. فلش‌ها را ببینید. بالا نوشته حس امنیت، سمت چپ نوشته عقل، پایین نوشته قدرت، سمت راست نوشته هدایت یا رشد یا رهنمایی. هرچیزی که این وسط هست از اینها چون در مرکز من هستند من این چهار چیز را می‌گیرم که برای زندگی حتما لازم دارم.

اجازه بدهید توضیح بدهم این چهار کمیت و خاصیت چه چیزهایی هستند. و سمت چپ می‌گوید عقل، عقل یا شعور توانایی شناسایی ما است از اوضاع، و توجه می‌کنید که اگر یکی از این چیزها در مرکز ما باشد و آن عینک دید ما باشد، در اینصورت عقل ما از اینها می‌آید. مثلا اگر همسر من مرکز من است در اینصورت تغییرات همسر من را ضایع می‌کند و هر کدام از آنها تغییر می‌کنند، مثلا پایین هست پول، پول من تغییر می‌کند عقل من برحسب پولم است و به نظر من پول من هرچه زیادتر بشود، یعنی عقلم بیشتر است و راه‌هایی را می‌شناسم که پول را زیاد کند و زندگی‌ام را برحسب زیاد کردن پولم سازمان‌دهی می‌کنم، دیدم آنطور است. چون پول دیدم است، درست است؟

فقط این کمیت‌ها را توضیح بدهم. حس امنیت است. حس امنیت یعنی نترسیدن، آرامش داشتن، اینکه هیچ خطری من را تهدید نمی‌کند، نه جسمم را و نه متعلقاتم را و من می‌توانم زندگی کنم بدون آنکه بترسم. خوب واضح است که اگر مثلا همسر من یا پولم در مرکز من است، حس امنیت خوبی نخواهم داشت، برای اینکه به محض اینکه همسر من یک کارهایی می‌کند که ذهن من تایید نمی‌کند من می‌ترسم. پولم کم می‌شود من می‌ترسم، یک پولی قرار است بگیرم بیا یکدفعه یک فکری می‌آید که ممکن است بگیرم نیاید من می‌ترسم. پس اگر می‌بینید که این چیزهای آفل، همه این چیزها آفل هستند، در مرکز من باشد حس امنیت من به خطر می‌افتد.

اما سمت راست نوشته هدایت. هدایت یعنی جهت و سو انتخاب کردن. چه چیزی در مرکز ما هست که ما را سمت می‌دهد، سو می‌دهد. توجه می‌کنید؟ فرض کنید که در اثر این هم‌هویت‌شدگی‌ها مثلا کم شدن پولمان، یک کسی پول ما را گرفته ما خشمگین بشویم، و در مرکز ما خشم باشد، خوب خشم اگر به ما جهت بدهد معلوم است چکار می‌کنیم. ما می‌خواهیم برویم مثلا با او دعوا کنیم یا جنگ کنیم. پس می‌بینید هدایت من افتاده دست هیجاناتم، در حالتی که هیجاناتم مرتب با این اقلام آفل دارد تغییر می‌کند. پس هدایت من دست خدا نیست، دست خشمم است، ترسم است، حسادتم است، تنگ‌نظری من است و بقیه دردهایم است، کینه‌ام است. از یکی کینه دارم خوب از آن کینه چطور هدایتی می‌گیرم؟ واضح است؟ همه‌اش در فکر انتقام‌جویی هستم، پس سمت و سویی که حرکت من در آن سمت است، دید من در آن سمت است در جهت انتقام‌جویی است.

و حالا آن هم که هدایت درونی من بود که از این چیزها می آید. یکی هم قدرت است. قدرت یعنی توانایی عمل. اگر مرکز ما از جنس آفل باشد، مرتب فرو بریزد، ما قدرت نخواهیم داشت. ما بی حال می شویم. کما اینکه برخی از شما ممکن است هستید الان. علتش این است که این چیزهای آفل در مرکزتان است.

قدرت یعنی اینکه من حس می کنم اگر در مرکزم خدا باشد من به صورت حضور ناظر فکرها را نگاه می کنم، در مرکزم خدا هست. اگر باشد، الان توضیح خواهم داد اگر فضاگشایی کنیم مرکز ما از جنس خدا می شود، من یک حس هدایت درونی به وسیله خدا دارم، و از او هم مدد می گیرم، بنابر این قدرت زیادی دارم و قدرت عمل دارم، قدرت برداشتن چالشها را دارم، ولی اگر من قدرتم را از همسر می گیرم، همسر هم یک کارهایی می کند که من مشکوکم، دائماً حواسم پرت است، یا از پولم می گیرم که می بینم پولم هر روز کمتر می شود، و احتمال زیاد شدنش نیست، قدرت عمل ام هم، اصلاً حس قدرتم هم که من قوی هستم، همه کار می توانم بکنم، روز به روز دارد فرو می ریزد، پس کسی که این چیزهای آفل را در مرکزش داشته باشد نمی تواند قدرتمند باشد.

قدرت یکی از آن چیزهایی است که ما لازم داریم برای عمل کردن، پیش رفتن، برداشتن چالشها از جلوی روی مان، و شما مثلاً اگر خدا به شما قدرت ندهد، قدرت را از چیزهای آفل بگیرید نمی توانید دردهایتان را ببندازید، نمی توانید کسی را ببخشید، نمی توانید یک مانع کوچک را از جلوی پایتان بردارید.

اما همینطور که می بینید پس از خودم و همسر بقیه اعضای خانواده هست، بقیه ی اعضای خانواده ممکن است در مرکز من باشند، یعنی با آنها همانیده شده باشم، مثل بچه هایم، مثل پدرم، مادرم، خواهرم، برادرم، و هر کسی که در خانواده من هست. پول یکی اش است، با پول همه هم هویت هستند، یعنی از پشت عینک پول می بینند، زندگی شان را بر حسب محور پول سازماندهی می کنند، چیزها را ترتیب می دهند، دیدشان از دید پول هست، هر چه بیشتر بهتر است، پول دائماً برای من ذهنی کار می کند، یعنی این من ذهنی هست در واقع شما می بینید، می گوئیم که با هر چیزی که هم هویت بشویم می شود مرکزت، اینها مرکز ماست، چه بسا برخی از شما مرکزتان از این چیزها تشکیل شده.

همه ی چیزهای با ارزش من، همه چیزهای با ارزش من مثلاً اتومبیل من، یک چیز عتیقه دارم، و نمی دانم کت و شلوارهای من، کراواتهای من، یا اگر از جنس خانم هستم، جواهرات من، با اینها هم هویت هستم، چیزهای با ارزش برای شما چه هست؟ یک چیزی از مادرم به من رسیده، برای من خیلی با ارزش است، چون یادگار اوست، با آن هم هویت هستم. کار، خیلی ها با کارشان هم هویت هستند، درست است؟ کارشان. و حرفه ها، حرفه ها چیزهای مختلفی است که ما یاد گرفتیم، یکی می بینید مثلاً در عین حال که دکتر است، موسیقیدان هم هست، مولانا شناس هم هست، اینها حرفه

های مختلفی است، چند تا حرفه دیگر هم دارد، کامپیوتر هم خیلی بلد است، حرفه های مختلفی بلد است که هر کدام از آنها را می تواند بکار بگیرد و پول در بیاورد، با آنها ممکن است هم هویت باشد، و ما می دانیم با هر چیزی که هم هویت باشیم از آن ناحیه به ما آسیب خواهد رسید، چون آنها شروع می کنند به از بین رفتن.

موقعیت اجتماعی، شما موقعیت اجتماعی تان چیست؟ مثلاً مقامی دارید، به لحاظ اجتماعی مردم به شما احترام می گذارند. نقش ها، نقش ها شبیه نقش پدر و مادر، نقش مادری نباید مرکز ما باشد، یا پدری مرکز ما باشد، برای اینکه اگر در مرکز ما باشد با آن هم هویت بشویم، نقش مادری تمام نمی شود، بچه ی ما می شود هیجده سال، بیست سال، بیست و پنج سال، سی سال، چهل سال، پنجاه سال، شصت سال، ما هم می شویم هشتاد سال، هنوز نقش مادری هست، برای اینکه ما می گوئیم اگر مادر نباشیم دیگر اصلاً شخصیتی نداریم، انسانیتی نداریم، من همه اش مادر هستم، یا پدر هستم، و همیشه هم ما بیشتر از آنها می دانیم در حالی که بچه ی ما ممکن است وزیر باشد، و این غلط است.

تفریح، ما با تفریح ممکن است هم هویت باشیم، اینکه مسافرت کجا بروم، خیلی ها با تفریح هم هویت هستند، حتماً باید تفریح بروند، مسافرت بروند، خوش بگذرانند، پارتی بروند، نمی دانم جمع بشوند. دوست، با دوست هم هویت ایم، ببین کدام دوستها دارید؟ این دوستان ذهنی هستند. دشمن، با دشمن هم هویت هستیم.

درد، درد، مسلماً با دردها ما هم هویت هستیم، دردهایی مثل رنجش، مثل حسادت، حس جدایی، حس خبط از گذشته، و حیف من، ترس، خشم، اضطراب، نگرانی، اینها در مرکز ما هست، و توجه کنید از اینها در مرکز ما هست، اینها ما را هدایت می کنند، عقل می دهند، شما حساب کنید یک کسی عقلش از حسادتش می آید، از ترسش می آید، از نگرانش می آید، این چه عقلی است؟ قدرتش از دردهایش می آید، حس امنیتش از دردهایش می آید، ببین چه جور حس امنیتی می شود؟

باورهای مذهبی، می رسیم به باورها، باورهای مذهبی به جای خدا برای خیلی ها در مرکزشان نشسته، و همینطور باورهای سیاسی، اجتماعی و شخصی، شما باید بازبینی کنید خودتان را که شما در مرکزتان خدا را دارید یا باورها را؟ باورها جسم هستند، فکر هستند، نمی توانند جای خدا را بگیرند، خیلی ها هم هویت شدگی با باورها را همین اتحاد با خدا می دانند، و در نتیجه هر کسی که این باورها را ندارد، که اینها با آنها هم هویت هستند، در مرکزشان است، و از پشت عینک آنها می بینند، آن باورها را ندارد، به او می گویند شما کافر هستید، شما که از جنس ما نیستید.

خیلی موقع ها ما از آدمها می پرسیم باورهایتان چیست؟ که بگویند چیست، ما ببینیم اینها دشمن ما هستند یا دوست ما هستند، اگر باورهایشان مشابه ما هست، در اینصورت دوست ما هستند، اگر چه نه، دشمن ما هستند، و همینطور



باورهای سیاسی، انسانها با باورهای سیاسی هم هویت هستند، عینک دیدشان است، باورهای اجتماعی، یا باورهای شخصی، اینها عمده ترین چیزهایی است که در مرکز ما هستند.

اما ما یک مدل دیگر هم داریم، که آن مدل خیلی مهم است و آن این است، که الان به شما نشان خواهم داد، بله، این البته کوچک است، این اگر یادتان باشد که الان نشان دادم، دیدن خدا و خودمان و دنیا بوسیله این عینک ها ما را شبیه مرده ها می کند، این یعنی زندانی شدن در دید ذهنی است، در ذهن، و گیر افتادن در زمان روانشناختی، این دیدها ما را از این لحظه و از خدا دور می کند، ما هیچ موقع نیست که یک دیدی داشته باشیم که، عینکی داشته باشیم که خدا را هم ببینیم، برای این کار باید با او یکی بشویم، هر لحظه چون ما از پشت این عینک ها می بینیم، یکی را برمی دارد ذهن، یکی می زند، این را برمی دارد، آن یکی را می زند، این جور دید، همان دید شیطانی است.

اما در این بیت خوانده ایم، خدا این وضعیت ما را تحمل نمی کند و نمی گذارد ادامه پیدا بکند، بنابر این توجه کنید که ما امتداد خدا هستیم، ما خدا را به این وضع انداخته ایم، و او هم نمی خواهد اینطوری باشیم ما، این ما هستیم که اشتباهاً فکر می کنیم این بهترین راه زندگیست، هیچ اشکالی نداریم، در نتیجه به این بیت که نگاه می کنیم.

**مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۰**

## **چون ز زنده مرده بیرون می کند نفس زنده سوی مرگی می تند**

ما که امتداد خدا را به اینصورت انداختیم، خودش را که زنده هست، زندگی است، از این وضعیت می خواهد رها کند، بنابر این برای این چنین شخصی که مرکزش اینطوری است یک کاری کرده خدا که انعکاس این مرکز در بیرون دائماً ریباً المَنون است، یعنی اتفاقات بد است. و این بیت را الان برای شما معنی می کند، چون خدا، چون از امتداد خودش که زندگی است، این وضعیت را که مردگی است می خواهد بیرون بکند، در نتیجه نفس زنده یعنی همین، این که بالا دیدید، این نفس زنده هست، نفس زنده یعنی هر لحظه شما از پشت هم هویت شدگی ها جهان را ببینید، اصلاً دیدت این باشد، دید دیگری نداشته باشید، نفس زنده یعنی اینجور دیدن، دائماً سوی مرگی می تند.

یعنی این می خواهد خودش خودش را بگشود، چه بسا اصلاً خودکشی بکند این، این آدم از یک جای بلندی بپرد خودش را بکشد، ولی اگر آدم عاقل باشد خودکشی معنوی می کند، یعنی می گذارد مرکز متلاشی بشود، چون خدا می خواهد خودش را از اینجا بیاورد بیرون، یک چنین آدمی مقاومت دارد و قضاوت دارد، یعنی دیدن از طریق همین هم هویت شدگی ها را خودش دانش می داند و قضاوت می کند، قضاوت بر اساس دید اینهاست. اگر شما بدانید که قضاوت بر اساس این دید همیشه غلط است و به ضرر شماست، شما قضاوت نمی کنید، آنستوا، ذهن را خاموش می کنید، می گویند من





نمی دانم، برای اینکه من می دانم همه اش از پشت عینک هم هویت شدگی ها می بینم، از من نپرسید، من نمی دانم، من می خواهم روی خودم کار کنم فقط، بعد از آن شعر هم درست در می آید:

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۹۶

## تا کُنِی مَرِّغیر را حَبْر و سَنی خویش را بدخو و خالی می کنی

شما می گوئید من حواسم به خودم است با کسی کار ندارم، آخر برای چه کار داشته باشم؟ من که صلاح خودم را خودم نمی دانم، برای چه با مردم کار داشته باشم؟ من که همه اش به خودم لطمه می زنم، من که نمی توانستم درست ببینم، راه خودم را بلد نیستم، خودم را نمی توانم هدایت کنم، جلوی هدایت خدا را گرفته ام، حس امنیت ندارم، قدرت ندارم، عقل ندارم، آقا من با شما چکار دارم اصلاً؟ بگذار حالا مرکزم را درست کنم.

\*\*\* پایان قسمت اول \*\*\*

همین که اتفاقات بد می افتد، و توجه می کنید که اتفاقات بد می افتد، اتفاق را گفتیم کی بوجود می آورد؟ زندگی، بر اساس چه؟ بر اساس قضا، که چه بشود؟ که شما اطراف اتفاق فضا باز کنید و با اتفاق که بد است آشتی کنید، بپذیرید، فضا را باز کنید، درست است؟ با اتفاق دوستانه رفتار کنید، خصمانه رفتار کنید خدا نمی تواند به شما کمک بکند، این آدم با اتفاق این لحظه دعوا دارد، نمی پذیرد، برای اینکه می گوید دیگران کرده اند، نمی داند که انعکاس این مرکز بد در بیرون است که این اتفاق را جلوی رویش می گذارد..

و خدا نه تنها با قانون قضا کار می کند و با کن فکان کار می کند، یعنی می گوید بشو و می شود، بلکه یک اصطلاحی هم که امروز هم خیلی روی آن تاکید خواهیم کرد، اسمش جَفَّ الْقَلَمُ است، جَفَّ الْقَلَمُ یعنی قلم خدا خشک می شود به آن چیزی که ما شایسته هستیم، شایسته هستیم، و می شود اتفاق ما، اتفاق از جمله میزان فضای درون من است، اتفاق چیزی که در بیرون می افتد، اتفاق، این بدن هم یک اتفاق است هر لحظه می افتد، فکرها هم اتفاق است، هر لحظه می افتد، وقتی در این لحظه فکر می کنیم که شما می دانید الان دیگر، با آن شعر هم اینطوری که این حول و حوش مرگ می تَند، یعنی می خواهد.

یعنی این آدم همه اش به خودش می خواهد آسیب بزند، و آسیب اش هم این است که مرکزش بیرون مرتب منعکس می شود، زندگی از درون به بیرون است. دائماً انعکاس مرکزمان را ما در جلوی رویمان می بینیم، و این با جَفَّ الْقَلَمُ صورت می گیرد یعنی خدا در این لحظه مطابق شایستگی مان اتفاق را بوجود می آورد، و مرکز ما را ملاحظه می کند که چقدر است، آیا باز می شود؟ چقدر باز شده است؟ شایستگی ما، هر چه که این هم هویت شدگی ها برود کنار شایستگی ما بیشتر می شود، هر چه بیشتر از این هم هویت شدگی ها داشته باشیم ما، شایستگی مان کمتر می شود، یعنی برای اینکه بزرگ بشود این آدمی که با این چیزها هم هویت شده مرکزش، هیچ شایستگی ندارد. جَفَّ الْقَلَمُ یعنی قلم خدا که در این لحظه کیفیت زندگی ما را می نویسد، اتفاق را رقم می زند، مرکز ما را تعیین می کند، همه اش به ضرر ماست، چیز بدی است در بیرون، درست است؟

و شما باید انعکاس مرکزتان را ببینید و برگردید مرکز را اصلاح کنید، معنی اتفاق بد در بیرون و غیر قابل قبول با شما، این نیست که شما بیایید بگردید ببینید تقصیر کیست، معنی اش این است که شما بیایید این مرکز را اصلاح کنید، اصلاح مرکز هم عبارت از اینست که شناسایی کنید که چه چیزی در مرکزتان باید شناسایی بشود و انداخته بشود، و این موقعی صورت می گیرد که شما با اتفاق این لحظه در آشتی باشید، آشتی با اتفاق این لحظه، آشتی با خداست، رفتار دوستانه با خداست، اگر رفتارتان با خدا دوستانه باشد، به شما کمک می کند، اگر نه، خصمانه باشد، یعنی اگر شما واکنش منفی



نشان بدهید، این چیه؟ و نمی دانید این انعکاس خودتان است، پس شما به اندازه کافی هوشیاری ندارید، نمی خواهید طرح خدا را قبول کنید.

طرح خدا این است که من قضاوت می کنم، و مطابق شایستگی ات در بیرون، برای تو اتفاقی بوجود می آورم، این اتفاق را تو می توانی ببینی، اگر بد است برگرد مرکزت را درست کن، ولی مرکزت را تو نمی توانی درست کنی، باید فضا را باز کنی، من با کن فکان یعنی بگویم بشو و می شود درست بشود، ولی اگر با اتفاق این لحظه دوست نشوی، نمی کنم این کار را، یعنی نمی توانم ببایم، نمی گذاری من ببایم، می بندی، تو باید هوشیارانه، خدا می گوید مرا بیاوری به مرکزت.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۸۱

## حق، قدم بروی نهد از لامکان آنگه او ساکن شود از کُن فکان

یعنی جهنم است مرکز ما، بله این جهنم هم هست دیگر، جهنم یعنی زندگی را، خدا را، خودتان را، جهان را، انسانهای دیگر را با این عینک ها ببینید، و اینها درد ایجاد می کنند، یادمان باشد با هر چیزی که هم هویت بشویم درد ایجاد می کند، و دردها در مرکز ما قرار می گیرند ناآگاهانه، و ما در جهنم زندگی می کنیم، بله، این را هم فهمیدیم.

اجازه بدهید این چند بیت را بخوانم برایتان، که وقتی مرکزمان از جنس جسم می شود و در بیرون اتفاق بد می افتد خدای نکرده شما دنبال آدم نگردید که ببینم چه کسی این کار را کرده است؟ ما معمولاً ملامت می کنیم، یک کسی ما را به خانه اش دعوت می کند، ما می خواهیم برویم خانه اش، وسط راه تصادف می کنیم چون مقررات راهنمایی را رعایت نمی کنیم، در مرکزمان اشکال داریم، هم هویت شدگی داریم، یک نیم ساعت قبل از موقع ما حرکت نکردیم، و پنج دقیقه مانده به وقتش ما حرکت کردیم، حالا عجله می کنیم، اضطراب داریم، تصادف می کنیم، بعد نمی گوییم که مرکز ما خراب است، می گوییم که اگر ما را دعوت نمی کرد، خوب معلوم است دیگر، این اتفاق پیش نمی آمد. این کارها و این جور توجیهات، این جور بی مسئولیتی غلط است، هر اتفاق ناجوری که در بیرون می افتد تقصیر مرکز ماست، اگر برای جمع می افتد، هر مرکزی سهم خودش را می گذارد و کمک می کند که اتفاق بد بیفتد، باید مراکزمان را درست کنیم، می گوید:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۸۸۸

## پنبه برون کن ز گوش، عقل و بصر را می پوش کان صنم حله پوش، سوی بصر می رود

پنبه برون کن ز گوش، خوب واضح است که آن چیزهایی که در مرکزمان است، نه چشمان درست می بیند، نه گوشمان درست می شنود، عقل و بصر را، یعنی دید هوشیاری را با این هم هویت شدگی ها نبند، عقل شناسایی که مال عقل کل

می تواند باشد، این را هم با هم هویت شدگی نپوش، برای اینکه، کان صَنَم حُلّه پوش یعنی خدا، زندگی، آن صَنَمی که لباس حریر نازک پوشیده، که در واقع خودِ توست، حضور توست، به سوی بَصَر می رود، به سوی دید درست می رود، یعنی دیدی که به وسیله ی عدم است، نه از طریق هم هویت شدگی، الان نشان خواهیم داد که ما مرکزمان را باید خالی کنیم از این هم هویت شدگی ها، یک مدلی هم داریم خالی شده هست، فقط اینها را بخوانم:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۸۸۸

## نای و دف و چنگ را از پی گوشِ زنده

### نقش جهان جانبِ نقش نگر می رود

دارد تمثیل می زند، می گوید که اگر نی می زنند و دف می زنند و چنگ می زنند، یعنی آلات موسیقی را به یک کسی که گوش شنوا دارد می زنند، کسی که گوشش کر است یا مثلاً این چیزها را نمی شنود برای چه بززند؟ یعنی چه؟ یعنی موسیقی خدا هم، پیغامهای خدا هم به گوش کسی می رسد که هم هویت شدگی ندارد. خدا این الهامات و پیغامها را به کسی می فرستد که بتواند بگیرد، کسی که همه اش از پشت عینک هم هویت شدگی ها می بیند و می شنود نمی تواند پیغام خدا را ببیند، حتی نمی تواند ببیند که چرا این اتفاق افتاده، الان می گوئیم اتفاق افتاده رَبُّ الْمُنُون است. یعنی اتفاق بدی است که مرکز بد ما بوجود آورده، بعد هم خواندیم که اگر این من ذهنی را نگه داریم، مرکز ما آنطوری باشد این حول و حوش مرگ می تَنَد، یعنی همه اش اتفاقات بد خواهد افتاد. ما این را نمی دانیم، نمی خواهیم بدانیم، ما نمی دانیم که هوشیاری جسمی داریم، دنبال نقش می رویم.

نقش جهان یعنی ما دنبال نقشهای این جهان هستیم، فرم هستیم، برای اینکه ما هوشیاری جسمی داریم، ما نقش نگر هستیم، در حالی که خدا از جنس بی فرمی است، عدم است، اگر دائماً نقش نگر هستیم پس نقش می بینیم، شما می گوئید چرا تا حالا پنجاه سال ام هست من یک دفعه خدا را ندیدم؟ برای اینکه همیشه می خواستی نقش ببینی، چرا؟ برای اینکه از پشت هم هویت شدگی ها نگاه می کردی، عینک بی رنگی نداشتی تو، نخواستی که داشته باشی، خوب الان می خواهی داشته باشی؟ همین برنامه را گوش بده الان توضیح می دهیم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۸۸۸

## آن نظری جو که آن هست ز نور قدیم

### کاین نظر ناریت، همچو شرر می رود

آن هوشیاری را بگو که داری، از نور قدیم است، از آلت است، یعنی نور خداست، امتداد خداست، همین هوشیاری که الان مرکز پر از هم هویت شدگی داری یعنی هوشیاری جسمی، نظر ناری، نظر آتشی، نار یعنی آتش، این نظر پر از درد

مثل آتش می رود، یعنی می سوزاند تو را، همه چیزمان را دارد می سوزاند، تمنان را، فکرمان را، هیچ فکرهای ما خلایق ندارد، همچو شرّ می رود، یک جور دیگر گفتن اینک، گفت که:

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۰

### چون زنده مرده بیرون می کند نفس زنده سوی مرگی می تند

یعنی اگر ما این وضعیت را نگه داریم همه اش درد خواهیم دید، درد خواهیم کشید، و نخواهیم دانست چرا، شما ممکن است بگویید خدایا چرا اینقدر درد می دهی به من؟ خدا نمی دهد، خودت هستی.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۲

### فعل توست این غصه های دم به دم این بود معنی قد جفا القلم

این غصه ی دم به دم معنی اش این است که این لحظه ی خدا چون شایستگی اش را نداری، مرکزت را خالی نمی کنی، برایت غصه می نویسد، خوب تو داری می کنی، جور دیگر هم می توانیم بکنیم؟ بله، الان می خوانیم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۸۸۸

### جنس رود سوی جنس بس بود این امتحان شه سوی شه می رود، خر سوی خر می رود

می گوید هر جنسی به سوی جنس خودش می رود، شما در مرکزتان فضا را باز می کنید، این فضای باز شده به سوی خدا می رود، منقبض می شوید، با این لحظه می جنگید، اتفاق این لحظه را نمی پذیرید، از جنس هوشیاری جسمی می روید، می گوید این خر است، خر به سوی خر می رود، فضا را باز می کنیم، از جنس شاه می شویم، به سوی شاه می رویم، فضا را می بندیم، با این لحظه و اتفاق آن می جنگیم، خر می شویم، به سوی خر می رویم، یعنی من ذهنی می رویم، از هر جنسی بشویم می رویم به سمت آن جنس.



بله، اجازه بدهید، حالا یک شکل دیگر به شما نشان بدهم و این شکل، شکل اصلی است، حالا این شکل را ببینید، وقتی فضا اتفاق را بوجود می‌آورد توجه کنید همه اش با اتفاق است، چون در ذهن هستیم ما، ما فقط اتفاق را می‌توانیم ببینیم، و اطراف اتفاق فضاگشایی می‌کنیم، به محض اینکه اطراف اتفاق فضاگشایی می‌کنیم، فضا در مرکز ما باز می‌شود، این فضای گشوده شده از جنس عدم است، خودِ هوشیاری است، وقتی فضا را باز می‌کنیم ما، ذهن خاموش می‌شود، ما از فکرهایمان جدا می‌شویم، فکرهایمان را می‌بینیم، و ذهن را تماشا می‌کنیم، و این نقش‌هایی که، چیزهایی که، هم هویت شدگی‌هایی که در مرکزمان بودند هُل داده می‌شوند به حاشیه، یعنی مرکزمان یواش یواش دارد خالی می‌شود، در مرکزمان خدا قرار می‌گیرد.

می‌بینیم که نوشته عدم، حالا در مرکزی که خدا قرار گرفته اگر شما آن چهار کمیّت را توجه کنید، الان این کمیّت‌ها واقعا اصیل هستند، عقل ما عقل کل است، چرا؟ شما فضا را باز کرده اید، اگر فضا را باز کردید، دارید صبر می‌کنید و شکر می‌کنید، دارید عدم را در مرکزتان، فضا را در مرکزتان بیشتر می‌کنید و این کمیّت‌ها به شما کمک می‌کنند، می‌بینید که عقل شناسنده دارید، بصورت حضور ناظر به فکرتان نگاه می‌کنید، به ذهنتان نگاه می‌کنید و شناسایی می‌کنید چه هم هویت شدگیی دارید، چه دردی دارید.

وقتی شما حسادت می‌کنید، وقتی شما خشمگین می‌شوید، وقتی کینه را می‌بینید، رنجش را می‌بینید، وقتی ترس را می‌بینید، اینها را شناسایی می‌کنید، شناسایی مساوی آزادی است، در این حالت این فضا را که باز می‌کنید کن فکان کار می‌کند، یعنی آن عدمی که در مرکز شما و فضای خالی هست، آن در واقع همین پای خدا هست.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۸۱

## حق، قدم بروی نهد از لامکان آنگه او ساکن شود از کُن فکان

یعنی الان که مرکز را شما خالی کردید چندین اتفاق افتاده، یکی اینکه آن هم هویت شدگی ها برای یک لحظه رفت به حاشیه، می بینید در اطراف هستند آنها الان، یعنی شما نگاه می کنید مرکزتان خالی است، مرکزتان شفاف است، ولی اینها را هم می بینید، آن چیزهایی که با آنها هم هویت بودید، اینها یادتان نرفته، اینها را هم می بینید، اینها همین ها بودند که گفتیم هر چیزی که در فکر من می گنجد، خودم، همسرم، بقیه ی اعضای خانواده، پول، همه ی چیزهای با ارزش، کار، حرفه ها، موقعیت اجتماعی، نقش ها، تفریح، دوست، دشمن، درد، باورهای مذهبی، باورهای سیاسی و اجتماعی و غیره، اینها هل داده شده اند به اطراف. حاشیه و مرکز من شفاف است، خالی است، و عقلی که می گیرم، عقل حسابی است، الان حس امنیت من عالی است، برای اینکه خدا پشت من است، از او دارم حس امنیت می گیرم، و حس دانش می گیرم، حس شادی می گیرم، این شادی شادی بی سبب است، می بینید که صبر و شکر دارد این کار را می کند، فضا گشایی، عمل تسلیم عدم را، پای خدا را می کشاند به مرکز ما و کن فکان شروع می شود.

من الان یک هدایت درونی دارم، درونم، مرکز مرا هدایت می کند، قبلا که این هم هویت شدگی ها در مرکز بودند، خشمم هدایت می کرد، خشمگین می شدم، پا می شدم می رفتم یک طرفی، اصلا نمی دانستم چرا می روم؟ حس می کردم که خدا دارد مرا می برد، خشمم می بُرد، به حساب خدا می گذاشتم، ولی الان خدا دارد شما را هدایت می کند.

قدرت چه؟ قدرت داریم؟ بله، حضور ناظر، خدا، شما الان از آن جنس هستید، در واقع پشت فکرها و عمل تان است، الان حس قدرت می کنید که هر چالشی باشد با آن برخورد می کنید، این قدرت از زندگی می آید، و چون از یک چیز قابل تغییر نمی آید و آفل نمی آید، گذرا نمی آید، این قدرت تغییر نمی کند، که الان باشد، نیم ساعت دیگر همسرم یک چیزی بگوید، یک دفعه آخ مُردم، هیچی دیگر قدرت ندارم، ضعیف شدم، این همسرم مرا حمایت نمی کند.

این فضاگشایی هل داد همه ی آنها را به حاشیه، در حالی که این عدم، و این فضای گشوده شده دارد هویت من را از این چیزهایی که در حاشیه است می کند و یواش یواش اگر شما صبر و شکر کنید و فضا را باز کنید، باز کنید، باز کنید، دیگر این چیزها خیلی به حاشیه رانده بشوند، خواهید دید که توی آنها دیگر هویت نمانده. همه را گرفتید از آنها. بعد می بینید که پولتان تغییر می کند، شما نه ناراحت می شوید و نه خوشحال می شوید. همسرتان یک چیزی می گوید قبلاً به شما برمی خورد شما را می لرزاند، شما می خندید. دوست پیدا می کردید خیلی خوشحال می شدید، دشمن پیدا می کردید، شب خوابتان نمی برد، می گوید اصلاً نه دوست دارید و نه دشمن. بلکه از طریق همین عدم که جنس خداست،



آن عدم را، آن عشق را، آن جنسیت خدا را در همه می بینید. نه دوست دارید و نه دشمن. عاشق همه انسانها هستید. خوب بعضی ها البته به شما نزدیک هستند، دوستان شما حساب می شوند، شاید هنوز رفتار و آمد می کنید، ولی اینطوری نیست که فقط دوستانتان را دوست دارید. میل ندارید به کسی لطمه بزنید.

این عدم که در مرکز شما اگر این فضا را شما گشوده نگاه دارید و خیلی وسیع بشود، اندازه اش اولاً یک روزی به اندازه خدا می شود، بینهایت می شود، این فضای درون ماست که باز می شود و هر چه باز تر می شود، عقل ما بیشتر می شود، قدرت ما بیشتر می شود، هدایت ما بهتر می شود، حس امنیت ما بهتر می شود، یواش یواش هویت ها از همان چیزهای حاشیه ای کنده می شود و در هیچکدام از اینها هویت نمی ماند، دردها هم می افتند. شما یک روزی متوجه می شوید که حمل درد به نفع شما نیست و فایده ای برای شما ندارد.

خوب نگاه کنید به این شکل. این حالتی است که در واقع قضا یک اتفاقی را در بیرون به وجود می آورد و با آن اتفاق شما آشتی می کنید، آشتی شما با آن اتفاق، رفتار دوستانه شما با آن، رفتار دوستانه شما با این لحظه است، این لحظه خود خداست، در واقع شما دعوت می کنید خدا را به مرکزتان، خدا با کن فکان کار می کند، همان طور که گل سرخ را باز می کند، یواش یواش شما را هم روشن می کند، باز می کند، گل حضور شما را شکوفا می کند و هر روز این فضا گشوده تر می شود، گشوده تر می شود، گشوده تر می شود، و هر روز این چیزهایی که با آن هم هویت بودید و مرکز شما را اشغال کرده بودند، دارند هل داده می شوند به سوی حاشیه و شما اینها را می بینید.

یواش یواش از همه این چیزهایی که الان در حاشیه است، هویت کنده بشود، یعنی حس وجود در آنها نباشد، آنها نمی توانند مرکز ما باشند. در ابتدای کار ما اشتباه می کنیم، بالاخره لحظه به لحظه نمی توانیم فضا را گشوده نگه داریم، در نتیجه یکی از آنها دوباره می آید مرکز ما، و متوجه می شویم دوباره فضا را باز می کنیم. یعنی وقتی دیدیم اشتباه کردیم، دوباره برمی گردیم فضا را باز می کنیم، یعنی تسلیم می شویم. پذیرش اتفاق این لحظه است قبل از قضاوت و بدون قید و شرط که شما را این لحظه از جنس همان هشیاری اول بوده، اول می کند. بله این مدل را دیدید. حالا ببینیم بعدی چه هست؟ حالا همین مدل را آوردیم.





من این افسانه من ذهنی را به شما توضیح بدهم. اگر شما این را درست ببینید و درک کنید، خیلی قضا یا برای شما روشن خواهد شد. الان در شکل می بینید که شعر را در زیر نوشتیم. گفتیم:

عمر که بی عشق رفت، هیچ حسابش مگیر، این مربوط به این شکل است. یعنی آن مثلث را که می شناسید، مثلث همانش است، همین که همانیده شویم، مقاومت و قضاوت به وجود می آید. در مرکز آن همانیدگی هستند که الان همه را خواندیم. حس امنیت و عقل و قدرت و هدایت ما به خطر افتاده، از همانیدگی ها می آید، می بینید در مرکز مثلث. بعد یک مستطیل هم در اطراف می بینید که ضلع چپش هست مانع سازی و مانع بیني. پس بنابراین اگر همانیدگی ها در مرکز باشند، یعنی ما اول که به صورت هشیاری می آییم به این جهان با چیزهای ذهنی همانیده می شویم و مقاومت و قضاوت ایجاد می کنیم، این سیستم بلافاصله شروع می کند به مانع سازی. مانع می سازد و مانع می بیند برای اینکه این لحظه را همه اش از جنس جسم می بیند.

در این لحظه معمولاً ما نمی دانیم چرا نمی توانیم زندگی کنیم؟ فکر می کنیم که یکسری آدمها یا وضعیت ها نمی گذارند ما زندگی کنیم. نمی دانیم مرکز ما خراب است. هیچ کس مرکز خودش را خراب نمی داند. در حالی که این مرکز با این مشخصات که در مرکز ما همانیدگی است، عقل و حس امنیت و هدایت و قدرت ما به خطر افتاده و اینها هم مصنوعی هستند و حقیقتاً از جنس اصیل نیستند، من هر لحظه مقاومت و قضاوت می کنم و هیچ موقع در مرکزم خدا را نمی آورم، زندگی را نمی آورم، فضاگشایی نمی کنم، همین طوری جلو می روم، یعنی یک من ذهنی عادی، بلافاصله شروع می کنم به



مانع‌سازی، مانع‌بینی، پس از یک مدتی مانع‌ها را به مساله تبدیل می‌کنم. پس مساله‌سازی می‌کنم، مساله‌بینی می‌کنم، سعی می‌کنم مسائلم را حل کنم.

در حل هر مساله‌ای معمولاً با من ذهنی دو تا مساله دیگری زاییده می‌شود. برای اینکه این سیستم اصلاً سیستم مساله‌سازی است. این آدم به مساله احتیاج دارد. پس از مدتی جلو رفتن من دشمن‌سازی می‌کنم و دشمن‌بینی می‌کنم، مرتب می‌گویم دشمن، دشمن، دشمنان هم نمی‌گذارند و نمی‌دانم که این دشمنان و مسائل و مانع‌ها هم در مرکز من هستند. این افسانه من ذهنی است.

هر من ذهنی که شما باید این را چک کنید، شما هم از این جنس هستید یا نه، با این سیستم یک قصه دارد، یک داستان دارد. هر کسی یک داستان است و داستان گذشته‌اش است. این در زمان است. پس این شخص در زمان گذشته و آینده است. یک قصه است. قصه پر از مانع هست، مساله هست، دشمن است، درد است، و نارضایتی است. یک چنین آدمی چون همیشه اتفاق این لحظه را یا مانع می‌بیند یا مساله می‌بیند یا دشمن می‌بیند، هیچ موقع نمی‌تواند با آن آشتی کند. اگر با اتفاق این لحظه آدم آشتی نباشد، خدا به آدم نمی‌تواند کمک کند.

اگر این آدم همین طور بماند، فقط دردش را زیاد خواهد کرد. هیچ موقع رستگار نخواهد شد. دردهایش کم نخواهد شد. روز به روز بدبخت‌تر خواهد شد. این آدم در جهنم می‌سوزد، جهنم یعنی همین حالت که آدم از همانیدگی یعنی از جنس آفل مثل پول، مثل همسر، همسر یعنی چون تغییر می‌کند رفتارش، بالاخره بدنش عوض می‌شود، فکرش عوض می‌شود، من آنها را گذاشتم در مرکز، یا دردهایم را گذاشتم، از اینها عقلی که باید به من کمک کند، از همین‌ها می‌گیرم. حس امنیتی که من لازم دارم از همین چیزهای آفل می‌گیرم. از قدرتی که نمی‌توانم استفاده کنم، چرا؟ برای اینکه از اینها می‌گیرم. قدرتی نیست آن. بلافاصله فرو می‌ریزد مرکز من، قدرت من از بین می‌رود.

تا می‌خواهم یک عملی بکنم، تصمیم می‌گیرم همین یک قدم نرفته سرد می‌شوم و هدایتی هم وجود ندارد. هدایت دست خشمم افتاده، کینه‌ام افتاده، رنجش‌هایم افتاده و خسیس بودن من افتاده. نمی‌توانم موفقیت مردم را ببینم، ذهنیت فراوانی ندارم، آن کوثر از بین رفته، بینهایتی خدا از بین رفته، محدود شدم، این بدبختی کامل است و من ذهنی یعنی این. و عمر که بی‌عشق رفت هیچ حسابش مگیر یعنی این و شما خوب تجربه کردید این را.

**حقیقت وجودی انسان**  
شادی (بی سبب)

واهمانش: عذرخواهی و برگشت به این لحظه  
عمر که بی عشق رفت، هیچ حسابش مگیر  
آب حیاتست عشق، در دل و جانش پذیر  
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۱۲۹

اما این را در نظر بگیرید. این همین مصرع دوم است. شما نگاه کنید. در اینجا مثلث واهمانش است یعنی عذرخواهی از خدا و برگشت به این لحظه که من این همه مدت در زمان بوم و فضاگشایی. به محض اینکه فضا را می گشاید، عدم یعنی خلا، خدا در مرکزتان قرار می گیرد. این عقل و قدرت و هدایت و حس امنیت واقعی می شوند. آن نقطه ها می بینید داخل دو تا دایره، آنها هم هویت شدگی ها هستند که در اثر فضاگشایی آنها هل داده می شوند به حاشیه ها و می بینید که صبر و شکر دارند کار می کنند. صبر و پرهیز کار می کنند. شکر و پرهیز کار می کنند، و صبر می کنید شما که کن فکان که در همان عدم است، بگیرید

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۸۱

### حق، قدم بروی نهد از لامکان آنگه او ساکن شود از کُن فکان

کن فکان دارد کار می کند. شما چون با اتفاق این لحظه دوست هستید، الان خدا با کن فکانش دارد به شما کمک می کند. عقل کل در اختیار شما قرار گرفته. فضا را گشودید، ولی اگر درد هم هست در شما، این را به جای عدم نمی گذارید. عدم هست آنجا. خدا در مرکزتان دارد کار می کند و از این کار نعمت ایجاد می شود. شما متوجه می شوید دارید آزاد می شوید یا یک چیز خوبی در بیرون در اثر این فضاگشایی به وجود می آید. ولی پرهیز می کنید که با این چیز خوب تازه به دست آمده هم هویت نشوید. پس این هم یک پرهیز است.



اما این وضعیت را که ما ادامه می‌دهیم خیلی وضعیت جالبی است. اولین قدمش می‌بینید سمت چپ ضلع مستطیل هست پذیرش اتفاق این لحظه، یعنی با اتفاق این لحظه شما رفیق می‌شوید گرچه که بد است. چون ما هنوز مرکزمان را که خالی نکرده‌ایم. مرتب اتفاقات بد خواهد افتاد احتمالاً، پس از یک مدتی، تا مدتی باید صبر کنید که خدا مرکز شما را درست کند. پس پذیرش پله اول هست. پس از یک مدتی گفتیم شادی بی‌سبب می‌آید، ضلع بالایی مستطیل و ضلع سمت چپ هست، پس از مدتی شادی بی‌سبب و حس امنیت، شادی بی‌سبب، شادی خواری و حس امنیت.

پس از اینکه ما فضا را باز می‌کنیم، صبر و شکر می‌کنیم، باز می‌کنیم، باز می‌کنیم، باز می‌کنیم، فضا گشوده می‌شود، گشوده می‌شود و این نقطه چین‌ها می‌رود کنار به حاشیه، حاشیه، البته آنها را هم می‌بینیم، ولی مرکزمان شفاف است، عدم است، یعنی جلوی چشم هشیاری هیچ عینک هم هویت شدگی نیست، یواش یواش می‌بینید که به مرکز شما الهام می‌شود. یواش یواش می‌فهمید که یک هدایت درونی از مرکز شما می‌آید، می‌گوید که این کار را باید بکنید، این کار را باید بکنید، اینها از هیجانان و دردها دیگر نمی‌آیند. از فکرهای هم‌هویت شده نمی‌آید، از هر چه بیشتر بهتر نمی‌آید، از هم‌هویت شدگی نمی‌آید، بلکه الان عقل شناسنده داریم، هدایت مرکزی و درونی داریم، قدرت داریم، حس امنیت می‌کنید. نه تنها شادی بی‌سبب داریم، حس امنیت بسیار ثابت و مستقر داریم.

حس امنیت را چی به هم می‌زد؟ همان نقطه چین‌ها که الان در مرکز نیستند دیگر. الان مرتب هل داده می‌شوند به حاشیه و هر چه شما اتفاق این لحظه را می‌پذیرید و فضاگشایی می‌کنید، فضا که می‌آید به مرکز، آنها هل داده می‌شوند دوباره حاشیه، حاشیه، حاشیه تا یک جایی که دیگر هیچ هویتی در آنها نماند. اینجاست که شما با خدا در مرکزتان یکی می‌شوید. اگر باورها را به عنوان خدا در مرکزتان داشته باشید، هیچ موقع به خدا نخواهید رسید. پس این مدلی است که شما با آن کار خواهید کرد. بله. این شعر را می‌خوانم برایتان. می‌گوید

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۳

## سرسبز و خوش هر تره‌ای نعره زنان هر ذره‌ای

### كَالصَّبْرِ مِفْتَاحُ الْفَرْجِ وَ الشُّكْرِ مِفْتَاحُ الرِّضَا

همین که ما فضا را در درون باز می‌کنیم، می‌شویم یک، هر تره، هر سبزی، ما انسان سبز می‌شویم، شروع می‌کنیم به سبز شدن. در غزل هم داریم می‌گوید شاخ پیر برگ جوان می‌زند. نعره‌زنان هر ذره‌ای، ما ذره‌ای می‌شویم که نعره زندگی را می‌زند. در اینجا نگاه کنید مرکز ما شفاف شده و ساده شده، عدم شده، ما الان همان ذره‌ای شدیم که از جنس خدا هستیم. یعنی خودمان را از جنس هشیاری می‌دانیم دیگر. چون مرکز ما عوض شده. مرکز ما جنس ما را تعیین می‌کند. قبلاً همانیدگی‌ها بود، از جنس جسم بودیم. گفت:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۸۸۸

## جنس رود سوی جنس. بس بود این امتحان

### شہ سوی شہ می رود. خر سوی خر می رود

خوب هر کسی که در مرکزش عدم دارد، از جنس خداست، به سوی خدا می رود. هر کسی هم که در مرکزش همانیدگی‌ها را نگه داشته، مادی است، به سوی یک انسان مادی بزرگتری می رود که خشمش بیشتر است، نمی دانم هم هویت شدگی اش بیشتر است. پس این طوری شد. حالا مصرع دومش می گوید توجه کنید: صبر کلید گشایش است. اما شکر کلید رضا است. این رضا موقعی فقط به دست شما می آید، توجه کنید چرا می گوید شکر مفتاح رضا است، شکر کلید رضا است.

رضا یعنی ولو اینکه شما من ذهنی دارید و انعکاسش الان با جف القلم در بیرون بد است، شما باید راضی باشید و این کار برای من ذهنی تقریباً غیر ممکن است. یعنی اگر به یک من ذهنی بگویند که بیا رضایت بده، الان راضی باش در حالی که این اتفاق بد افتاده برای تو که البته انعکاس مرکزت بوده، می گوید غیر ممکن است من نمی شوم. من باید تلخ بشوم. برای همین در اینجا نگاه کنید وقتی مرکز ما از جنس عدم است، و حالا چرا از جنس عدم شد؟ برای اینکه اتفاق این لحظه را پذیرفتیم ما و فضا را گشودیم، صبر می کنیم و شکر می کنیم، و شکر می کنیم. این را هم در نظر بگیرید.

توجه کنید شکر دو جور است. یک کسی نعمت به دستش رسیده، نعمت را می گذارد مرکزش هم هویت می شود، آن هم زبانی به طور سطحی می گوید شکر، آن شکر اصلاً به درد نمی خورد. حالا یک کسی هم مرکزش عدم است متوجه می شود که در اثر صبر و آمدن کن فکان واقعاً یک چیز در بیرون که خیلی خوب است ایجاد دارد می شود. رابطه ام دارد بهتر می شود. بیزینسم دارد بهتر می شود و من دارم از جنس عشق می شوم، لطیف تر می شوم، و اینها همه نعمت است، اینها نعمت است.

اینها را می بینید که در این مدل رفته به حاشیه این نعمت، نعمت دوباره نمی آید به مرکز، مرکز ما هنوز از جنس خداست، درست است که نعمت آمده ولی شکر واقعی یعنی شما این را در حاشیه می بینید و راضی هستید. اولاً به دو تا مطلب دقت کنید. شما شکر می کنید برای اینکه می توانید عدم را یا خدا را به مرکزتان بیاورید. اگر شما برای این شکر می کنید خیلی خوب است. و آن ابیات را خواهیم خواند که شما در این حالت هست که موفق خواهید شد فقط.

گفت در حالی که در دام خدا هستی شکر نعمت کن. این همین است. یعنی وقتی مرکزت از جنس عدم است، نعمت را بگذار در حاشیه شکر کن ولی نعمت را نگذار در مرکزت. اما پایین می گوید همین شکر کلید رضاست و رضا هم کلید کمک خدا به شماست. یعنی شما اگر در این لحظه راضی نباشید خدا به شما کمک نخواهد کرد. ولی شما یک سوال با من



ذهنی تان که برای شما خیلی موجه است می‌کنید؟ می‌گویید این اتفاق افتاده، آقا مگر می‌شود شما راضی باشید، این چه حرفی است شما می‌زنید؟ خوب خدا هم به شما کمک نمی‌کند.

خدا مدتهاست که به بعضی انسانها کمک نمی‌کند و یکی‌اش ممکن است شما باشید که شما نمی‌دانستید که شکر مفتاح رضاست و رضا کلید کمک خدا به شماست. یعنی شما در حالی که اتفاق تلخ است، باید راضی باشی که پای خدا در مرکزتان هنوز باشد و نبندید، صبر و شکر کنید. دیگر بیشتر از این نمی‌توانم توضیح بدهم اگر، حالا الان هم باز هم صحبت خواهیم کرد.

شما الان می‌بینید که تمام این دیدها برعکس دید من ذهنی است. من ذهنی می‌گویم هر چه بیشتر تلخ بشوم، بیشتر می‌دهند. چون بر حسب هشیاری جسمی می‌بیند، اشتباه می‌کند. من ذهنی حتی یک نعمتی گیرش بیاید، می‌گذارد مرکزش فوراً شروع می‌کند به مقایسه و پز دادن. من ذهنی صبر ندارد، اصلاً پرهیز نمی‌فهمند چی است. از بی‌پرهیزی من ذهنی شده. خوب فکر می‌کنم فهمیدید که شکر کلید رضاست، رضا کلید حمایت خدا در این لحظه از شماست که جف القلم تغییر کند. یعنی اگر می‌خواهید خدا با قلمش بد ننویسد برای شما، مرکز را به صورت عدم باید نگه دارید. درست است؟

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۶۶

## پیش چوگانهای حکم کن فکان

### می‌دویم اندر مکان و لامکان

آن شعر را بیاوریم به این تصویر. پیش چوگانهای حکم کن فکان، وقتی مرکزتان را باز می‌کنید، حکم کن فکان یعنی او می‌گوید بشو و می‌شود دارد کار می‌کند و مکان شما، مکان شما جسم شماست، همان چیزی که در بیرون ایجاد می‌شود و وضعیتهای بیرونی است، اتفاقی که می‌خواهد بیفتد، اینها است، مکان شما. و لامکان شما این فضای مرکز شماست که به تدریج دارد باز می‌شود. پس لامکان شما و مکان شما، مکان شما یعنی هر چیزی که در شما هست و از جنس فرم است، جسم هست، بدنانتان، فکرها، وضعیت‌هایتان، مقدار پولتان، اینها همه چه هستند؟ مکان هستند.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۶۶

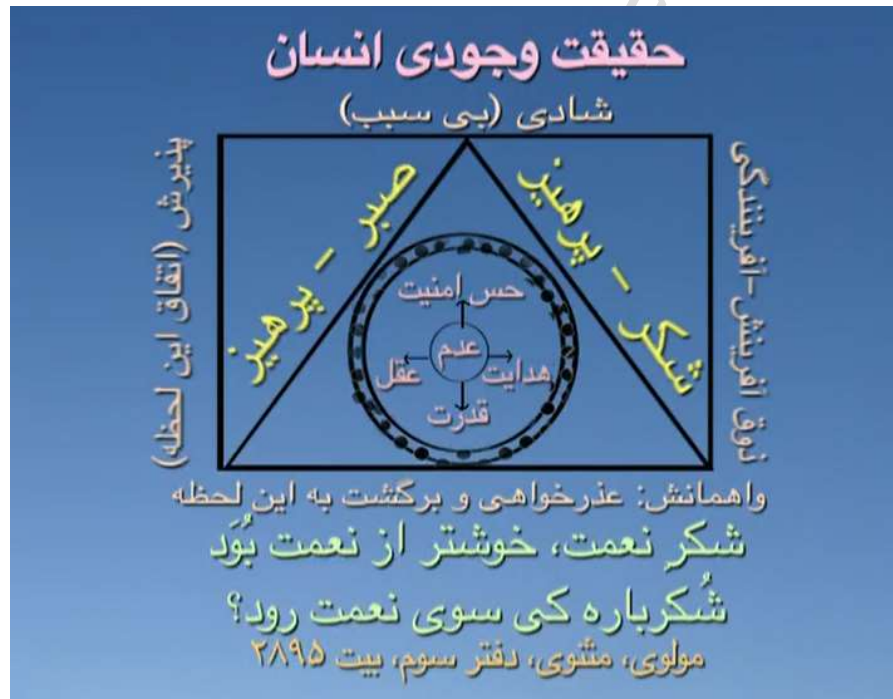
## پیش چوگانهای حکم کن فکان

### می‌دویم اندر مکان و لامکان

همیشه درست است چه شما فضا را ببندید و چه باز کنید. ولی باز کنید شما می‌آیید با این لحظه آشتی می‌کنید، راضی هستید، رفتار تان با این لحظه یعنی خدا دوستانه است، او به شما یعنی خدا دارد کمک می‌کند ولی اگر ببندید، حکم کن

فکان به ضرر شما تمام می‌شود، جف القلم همه‌اش بد خواهد نوشت. برای اینکه جف القلم کاری نمی‌کند، فقط مرکز شما را در بیرون منعکس می‌کند.

چرا این کار را می‌کند؟ که شما ببینید که انعکاس مرکزتان چه هست در بیرون. البته آن دید هم که شما دارید که دیگران می‌کنند و دشمنان می‌کنند، همه غلط است. ما همیشه جلوی رویمان انعکاس مرکزمان است. درست است؟ بله. ببینید در همین تصویر که الان خواهیم گذاشت شما این شعر را معنی کنید. می‌گوید:



مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۸۹۵

## شکر نعمت، خوشتر از نعمت بود

### شکر باره کی سوی نعمت رود؟

حالا به این شکل نگاه کنید. شکر نعمت، شکر می‌کنید، نعمت را در مرکزتان نمی‌گذارید، به نعمت، اگر نعمت را در مرکزتان بگذارید، یعنی توجه‌تان به نعمت جذب شده. شکر باره کسی است که شکر می‌کند به خاطر اینکه خدا را می‌تواند بیاورد مرکزش، به خاطر کن فکان، به خاطر حکم قضا، به خاطر جف القلم، به خاطر اینکه او می‌آید زندگی ما را تغییر می‌دهد. این اسمش شکر باره است. یعنی کسی که حرفه‌اش شکر است، چه در حوادث بد و چه در حوادث خوب.

یعنی شما این قدر توکل دارید که حتی این حادثه بد هم که الان اتفاق می‌افتد برای شخص شما می‌گویید که حکمتی پشتش است. من باید صبر کنم، فضا را باز کنم و شکر کنم. شکر مرا می‌برد به رضا، رضا کلید کمک خدا به من است و الان خدا در مرکز من است و من شکر باره هستم. شکر می‌کنم به خاطر اینکه او می‌آید به مرکز من. پس شکر باره سوی



نعمت نمی‌رود. برای اینکه سوی نعمت برود نعمت می‌آید به مرکزش و عدم را خراب می‌کند. با آن هم‌هویت می‌شود. برای همین گفتیم شکر به علاوه پرهیز. صبر به علاوه پرهیز. شما اگر یک نعمت خوبی ببینید و بچسبید به آن، همان بلا سرتان می‌آید دوباره. عدم می‌رود و نعمت می‌آید مرکزتان. حالا این را ببینید:

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۸۹۶

## شکر جانِ نعمت و نعمت چو پوست زانکه شکر آرد تو را تا کوی دوست

پس اینکه پس از عذرخواهی ما صبر می‌کنیم، شکر می‌کنیم، این شکر است که نعمتها را می‌آورد و شما پرهیز می‌کنید نعمت را نمی‌آورید به مرکزتان. اصل را که زندگی است می‌آورید به مرکزتان. و شما ببینید که چقدر خوب کار می‌کنید. عقلتان، عقل است. هدایت‌تان، هدایت است، قدرت‌تان قدرت است. اینها همه از خدا می‌آید، حس امنیت درست است، ولی هنوز چون کاملاً رها نشده‌اید، مرتب کن فکان در مرکزتان کار می‌کند و هل می‌دهد با فضاگشایی و این هم‌هویت شدگی‌ها را که نقطه‌های سیاه است از مرکز دور می‌کند. هر چه آنها دورتر می‌شوند، احتمال اینکه آنها مرکزتان بشوند دارد کمتر می‌شود. یعنی آنها هم می‌خواهند هی بیایند مرکزتان بشوند به جای عدم، به جای خدا. ولی شما چون فضا را باز می‌کنید، فضای گشوده شده آنها را هل می‌دهد به حاشیه و نمی‌گذارد بیایند مرکز و این پیشرفت اصولی و طبیعی انسان است از من ذهنی به حضور. پس شکر جان نعمت و نعمت چو پوست، برای اینکه شکر با رضا که گفتیم رضا از شکر می‌آید، ما را تا کوی خدا می‌آورد. درست است؟ این هم که دیدید.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۸۹۷

## نعمت آرد غفلت و شکر انتباه صیدِ نعمت کن به دامِ شکر شاه

حالا این را در این شکل نگاه کنید. شما اگر نعمت را بیاورید به مرکزتان، با آن هم‌هویت بشوید، دوباره از پشت آن نعمت می‌بینید و این غفلت می‌آورد. غفلت یعنی از خدا بی‌خبر بودن. پس شما مطمئن می‌کنید خودتان را که اگر نعمتی به دست خواهد آمد در اثر این پیشرفت من، برای اینکه مکان و لامکان شما پیشرفت خواهد کرد. مرتب در بیرون شما چیزهای خوب به وجود خواهید آورد. این شکل را خوب نگاه کنید.

وقتی می‌پذیرید شادی بی‌سبب زیاد می‌شود. پس از آن ذوق آفرینندگی در شما به وجود می‌آید. یعنی زندگی که در مرکز شما هست، پس از فضاگشایی و به اندازه کافی این فضا بزرگتر بشود، شما شروع می‌کنید به آفرینندگی و این



آفرینندگی اثر می‌گذارد روی زندگی مادی‌تان در بیرون. مثلاً پولتان زیاد می‌شود، روابط‌تان با بچه‌تان، همسر‌تان بهتر می‌شود، با مردم بهتر می‌شود و آنها به شما کمک می‌کنند و نعمتهای جدید به دست می‌آیند. اما این نعمتها را هیچ موقع دوباره مرکزتان قرار نمی‌دهید برای اینکه بدهید، دوباره می‌روید به خواب آنها. و شکر بیداری به وجود می‌آورد. از شکر اینکه خدا آمده به مرکز من، این انطباق به وجود می‌آورد. پس می‌گویند که صید نعمت کن، به دام شکر شاه.

دام شکر شاه موقعی است که همیشه مرکزتان به صورت عدم یعنی فضای گشوده شده باقی بماند، نبندید یعنی. این فضا را نبندید. هیچ نعمتی را در مرکزتان قرار ندهید که از پشت عینک آن، جهان و خدا و خودتان را ببینید، تا به خواب آن نروید. پس شکر بکنید تا شکر بیداری به وجود بیاورد و شما این نعمتها را به وجود می‌آورید، صید نعمت می‌کنید در حالی که مرکزتان همیشه عدم است.

به دام شکر شاه یعنی شکر کردن که خدا در مرکزتان است، این دام شکر شاه است، از این نیا بیرون، مرتب نعمتها را شکار کن.

یعنی اگر شما دوست دارید که خوب این جهان، جهان چیزها است. اتومبیل خوب دوست دارید، خانه بزرگ دوست دارید یا هر چیزی دوست دارید داشته باشید، می‌توانید صید نعمت کنید، اینها نعمتهای این جهانی است. به اندازه‌ای که آن عدم نشان می‌دهد، کسی نباید البته یک دفعه بگوید که نکند که عدم را بگذارم آنجا، این عدم یک موقعی اینقدر که من حرص دارم، عدم نگذارد من حرص داشته باشم. یا از چیزی محروم بشوم، یا آن بیاید وضعیت مرا تنظیم کند، فکرهای مرا تنظیم کند من به کم قانع شوم. از حرص زدن به چیزها و قدرت طلبی و اینکه من مهم هستم از این سودا بیفتم. نه اشکالی ندارد آنها دید من ذهنی است. پس ما عدم را در مرکزمان نگه می‌داریم. در دام شکر شاه هستیم و نعمتهای بیرون زیاد می‌شود و هیچ نعمتی به مرکز ما نمی‌آید. بلکه چند مطلب برای شما می‌خوانم از دفتر ششم که این مطلب روشن بشود. می‌گوید:

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۸۱۱

## تو نه‌ای این جسم، تو آن دیده‌ای و ارهی از جسم، گر جان دیده‌ای

این را دیدید. حالا با این (تصویر) ببینید. می‌گویند تو نه این تنت هستی و نه آن هم‌هویت شدگی‌ها که در مرکز ما بودند و ما را از جنس جسم کرده بودند هستی. تو نه‌ای این جسم، تو آن دیده‌ای. دیده یعنی وقتی که مرکز ما عدم است، ما با عینک خدا یا هشیاری می‌بینیم و ما آن هستیم. اگر می‌گویند چشم هشیاری را پیدا کرده‌ای، از این جسم و جسمیت و دیدن از پشت عینک جسم‌ها خلاص خواهی شد. و ارهی از جسم گر جان دیده‌ای.

اگر جان دیده‌ای یعنی اگر فضا را باز کرده‌ای، صبر و شکر داری، مرکزت از جنس عدم است، فضا را گشوده شده نگه داشتی و مرتب تسلیم شدی، در این صورت هشیاری را در مرکزت دیده‌ای، پای خدا را در مرکزت دیده‌ای، از جسم و جسمیت یعنی از من ذهنی رها خواهی شد. این بیت را هم بخوانیم که بارها خوانده‌ایم:

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۸۱۲

## آدمی دید است، باقی گوشت و پوست

### هر چه چشمش دیده است آن چیز اوست

با استفاده از این شعر الان می‌بینید، آدمی چه هست؟ آدمی دیدی است که مرکزش می‌بیند. اگر از جنس عدم است، از جنس خداست، در این صورت از جنس خداست. اگر از جنس جسم است به جای آن عدم، نعمتها را گذاشتیم در مرکزمان، در این صورت از جنس جسم هستیم. ولی مهمترین چیز می‌گوید برای آدمی دید است و آن دیدی درست است که دید دوست باشد، نه دید هم‌هویت شدگی‌ها. یعنی مرکزت را به صورت عدم باید نگه داری.

آدمی دید است باقی گوشت و پوست. یعنی همه ما اینکه در مرکزمان چه هست. اینکه می‌گوییم ما فرم هستیم به علاوه انکار فرم. انکار فرم یعنی اینکه در مرکز ما عدم وجود دارد و دید ما دید خداست. یعنی درست مثل اینکه ما با چشمهای خدا می‌بینیم یا خدا از چشمهای ما به جهان نگاه می‌کند. آدمی دید است و باقی همه‌اش این بدنش است، فکرش است، می‌گوید هر چی چشمش در مرکزش دیده، اگر شما عدم را گذاشتی، در این صورت از جنس عدم هستی، از جنس خدا هستی، اگر چیزها را گذاشتی، نعمتها را گذاشتی، در این صورت از جنس جسم هستی، هر چه چشم هشیاریش در مرکزش دیده، آن را تبدیل به آن چیز کرده است. پس شما ببینید که الان در مرکزتان چه هست؟ اگر فضای گشوده شده است، عدم هست، از جنس خدا هستید، از جنس هشیاری اولیه هستید، از جنس حضور هستید، ذهنتان را نگاه می‌کنید، از فکرهایتان فاصله گرفته‌اید، فکرهایتان نیستید، وگرنه اگر هم‌هویت شدگی‌ها هست، دردها هست، در این صورت از جنس آنها هستید. بله. اینها را هم از دفتر ششم می‌خوانم. ببینید اینها خیلی مهم هستند اگر شما خوب توجه کنید. می‌گوید:

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت شماره ۸۱۸

## چشم حس افسرد بر نقش ممر

### تس ممر می‌بینی و او مستقر

پس می‌گوید که در مرکز ما دو تا کمیت، دو تا عنصر وجود دارد، حالا، یکی اش مستقر فضاست، این خداست، یکی هم چیزهایی است که می‌گذرد. فکرها می‌گذرند و فکرها چیزها را به ما نشان می‌دهند. اما چشم من ذهنی یعنی حس انسان جامد شده، افسرده شده به نقشهایی که از این گذرگاه می‌گذرند.

چشم حس افسرد بر نقش مَمَر. مَمَر یعنی محل گذر. می بینید که فکرها مرتب می گذرند و ما اینها را گذاشتیم مرکزمان و از پشت اینها می بینیم و دائماً جسم می بینیم. و ما با من ذهنی مَمَر می بینیم یعنی یک چیز جسمی می بینیم، هی مرتب می گذرند به هم می چسبند در حالتی که او یعنی خدا استوار است، برقرار است. و در واقع محل قرار گرفتن است. یعنی ما همه اش در آغوش خدا هستیم، باید او شویم. با چیزهایی می گذرند با آنها هم هویت نشویم.

چشم حس افسرد یعنی چشم پنج تا حس و فکرهای ما جامد شده، یعنی هم هویت شده، افسرد یعنی همانیده شده و در نتیجه همه اش آنها را می بیند و فضای دربرگیرنده را نمی بیند و الان که شما تسلیم می شوید از جنس آن فضا می شوید. خدا مستقر است و ما از جنس آن شویم، ما هم مستقر خواهیم شد و چیزهای گذرا که تند تند می گذرند، اصلاً برای من مهم نیست که بمانند بگذرند. پولم زیاد بشود، کم بشود، آن که دیگر مرکز من نیست که، که البته در صورتی که من مرکز را صاف کنم، فضای خالی بکنم و این هم هویت شدگی ها و نعمت ها بروند به حاشیه، آن نعمتها هم جای خودشان را پیدا خواهند کرد و بیشتر خواهند شد. این را هم شما ببینید.

چشم حس افسرد بر نقش مَمَر. این مصرع اول در واقع این افسانه من ذهنی را می گوید. همانیدگی یعنی در مرکز هست. تَش یعنی تماش. ما مَمَر را می بینیم، مَمَر یعنی آن چیزی که می گذرد در حالی که خدا مستقر است، خدا ثابت است. ما همه اش به چیزهای گذرا توجه داریم.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت شماره ۸۱۹

## این دویی اوصاف دیدِ احوَل است وَرَنه اَوَّلِ آخِرِ آخِرِ اَوَّلِ ست

می گوید این، این جور دیدن، دیدی است که در ذهن ما پیدا می کنیم، اینکه ما یکی خودمان هستیم و یکی هم بر اساس خودمان منعکس می کنیم و می بینیم، این دید غلط است. این برای اینکه در ذهن هستیم اینطوری می بینیم. ما اول این مستقر بودیم، الان رفتیم در ذهن، استقرارمان را از دست دادیم، برای اینکه تند تند چیزها می گذرند و ما هم تغییر می کنیم، اینها در مرکز ما هستند. وگرنه ما قبل از آمدن از جنس خدا بودیم. الان هم که آخر کارمان است، هشیارانه از جنس او می شویم، همان خدا هستیم. پس ما از جنس مستقر هستیم.

علت اینکه بی قرار شدیم برای اینکه به چیزهای گذرا افسرده شدیم یا با آنها همانیده شدیم. این البته، این را حالا با این هم ببینید شما، اصلاً باید با این می دیدیم. وقتی همانیدگی ها مرکز ما است، در قصه من ذهنی هستیم، گفتم افسانه من ذهنی که مانع ساخته، مساله ساخته، دشمن ساخته و دائماً مقاومت دارد و قضاوت دارد، در مرکزش همانیدگی ها هستند و ما هم در ذهن هستیم، و ما من ذهنی هستیم و در منی هستیم که در گذشته و آینده زندگی می کنیم، یعنی در زمان



زندگی می‌کنیم، یعنی در زمان هستیم و این لحظه را هم نمی‌شناسیم، این لحظه از اول این لحظه بوده، ما این لحظه را پوشانیدیم، الان اگر این لحظه را نپوشانیم، هشیارانه همان هشیاری می‌شویم که از اول بودیم. این جوری که می‌بینیم، دویی می‌بینیم، یکی از جنبه‌های دویی همین قضاوت بد و خوب است. همین قضاوت است.

قضاوت بر اساس بد و خوب در ذهن است. وگرنه ما از اول امتداد خدا بودیم، الان هم هشیارانه امتداد خدا می‌شویم، این جور دید که ما را در ذهن نگه داشته و از جنس جسم کرده، برای اینکه مرکز ما از جنس جسم است، موقتی و به خاطر بودن در ذهن است. یعنی به خاطر اینکه هشیاری از پشت این عینکها می‌بیند این طوری می‌شود. و این هم که آیه قران است:

**قرآن کریم، سوره حدید (۵۷)، آیه ۳**

«هُوَ الْأَوَّلُ وَالْآخِرُ...»

«اوست اول و آخر...»

یعنی واقعاً اول به صورت او آمدیم، الان هم که به حضور داریم زنده می‌شویم، باز هم اوست. اول به صورت امتداد او آمدیم هشیاری و الان که هم‌هویت شدگی‌ها را می‌شناسیم و خلاص می‌شویم اوست. حالا یک چیزی به ما می‌گوید:

**مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت شماره ۸۲۰**

**هی ز چه معلوم گردد این؟ ز بحث**

**بعث را جو کم کن اندر بعث بحث**

توجه می‌کنید؟ می‌گوید که این صحبت‌هایی که کردیم که اول و آخر یکی است، و این دویی و این جور دیدن، بد دیدن اوصاف دیدن ذهنی است، وگرنه ما همان جنس خدا هستیم که از اول وارد این جهان شدیم، الان داریم بیدار می‌شویم، می‌گوید این از کجا معلوم می‌شود؟ از بعث. بعث یعنی برانگیخته شدن هشیاری و بیدار شدن آن از ذهن. شما چکار دارید می‌کنید؟ با این همه صحبت کردیم. شما دارید دست می‌زنید به بعث. هشیاری که به خواب رفته بود، بگو مرده بود، واقعاً، در پایین در غزل هم می‌گوید برو بمیر. یک جور مرگ است، یک خواب سنگینی است.

ما بدون اینکه اطلاع داشته باشیم، هم‌هویت شدگی‌ها را در مرکزمان زیاد می‌کنیم و ما می‌گوییم هر چه بیشتر بهتر و هر چه هم‌هویت شدگی بیشتر می‌شود و فکرهای ما تند تند می‌رود، ما هشیاری مان می‌آید پایین، دردهایمان زیاد می‌شود، نمی‌توانیم راه‌حل پیدا کنیم. با مقاومت و قضاوت با مانع‌بینی و مساله‌سازی و دشمن‌بینی ما نمی‌توانیم راه‌حل پیدا کنیم. اینکه حس امنیت، عقل، قدرت و هدایت ما از چیزها می‌آید و ما ضعیف هستیم، می‌ترسیم، کینه داریم، پر از درد داریم، این دردها ما را هدایت می‌کنند، ما نمی‌توانیم چاره پیدا کنیم.

حتی ببینید که این مدل را در واقع من از مولانا گرفتم این خواب خیلی‌ها را ناامید می‌کند. آیا ما از این خواب می‌توانیم بیدار بشویم؟ چون هر چه سعی می‌کنیم بیشتر مرکزمان را خراب می‌کنیم، برای اینکه هیچ کس اجازه نمی‌دهد که زندگی بیاید مرکزش، خودش می‌خواهد درست کند. می‌گوید

هی بیدار باش، خوب گوش بده. این چیزهایی که گفتم از کجا معلوم می‌شود؟ می‌گوید از بحث. بعد می‌گوید بعث را جو، کم کن اندر بعث، بحث، یعنی بحثهای ذهنی نکن. نگو بحث چه هست. یعنی بعث چه هست. بحث نکن راجع به برانگیخته شدن و زنده شدن و بیدار شدن از خواب ذهن. در واقع خدا ما را آورده وارد ذهن کرده، خودش هم می‌خواهد دربیاید و این خودش برانگیخته می‌کند. تو بگذار پای خدا به مرکزت برسد. فضا را باز کن. با اتفاق این لحظه آشتی کن. رابطه‌ات را دوستانه کن با این لحظه.

یعنی دو تا مطلب هست خیلی مهم است. یکی اینکه هر لحظه از خودتان پرسید که رابطه‌ام با اتفاق این لحظه یا این لحظه و خدا چی هست در این لحظه؟ دوستانه است یا خصمانه؟ شما باید از خودتان پرسید. دومی که یکی از مهمترین سوالهاست باز هم، این است که نه اینکه باورهایم در این لحظه چه هست، باید پرسید که کیفیت هشیاری ما چه هست؟ از جنس هشیاری حضور هستم یا از جنس من ذهنی؟ اگر از جنس کیفیت هوشیاری حضور هستم، به نظرم چند درصد این، چقدر هشیار به زندگی هستم؟ این سوال را باید بکنی و باید بیایی به این لحظه، در بحث داستان نباشی.

ما ابتدا یک داستان درست می‌کنیم، افسانه درست می‌کنیم، اینها همه افسانه من ذهنی است. شما باید از این افسانه یک جوری بیایید به این لحظه، این کار با آشتی و رضایت دادن به اتفاق این لحظه شروع می‌شود. می‌گوید بعث را جو، برانگیختگی از ذهن و زنده شدن به حضور و بیدار شدن از خواب ذهن را بجو. یعنی بگذار کن فکان کار کند روی تو، بیا به این لحظه بگذار خدا به تو کمک کند. دیگر از ذهن بیا بیرون، بحث نکن. تمام بحث‌ها که خدا آدم را چطوری برمی‌انگیزد، چطور بیدار می‌کند، بحث‌های ذهنی به درد نمی‌خورد؟ که کافی است.

\*\*\* پایان قسمت دوم \*\*\*

می‌گوید:

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت شماره ۸۲۱

## شرط روزِ بعث، اولِ مُردن است ز آنکه، بعث از مُرده زنده کردن است

پس این شد. یعنی آمدیم روی تصویر حقیقت وجودی انسان، می‌گوید شرط روز قیامت یا برانگیخته شدن یا بیدار شدن از خواب ذهن اول مردن به یک هم‌هویت شدگی است، یعنی فضا گشودن در اطراف اتفاق این لحظه و عدم را مرکز قرار دادن، آن چهار تا کمیت را که ما لازم داریم اصیل کردن، در حالی که صبر می‌کنیم، شکر می‌کنیم و نسبت به هم‌هویت شدگی مرکزمان که ازش فاصله گرفتیم و می‌بینیم و شناسایی می‌کنیم، بمیریم هشیارانه. زندگی دارد شناسایی می‌کند، به ما نشان می‌دهد که چی را بیندازی، برای اینکه بعث از مرده زنده کردن است. یعنی از من ذهنی هشیاری شما را یا حضور شما را، اصل شما را بیرون آوردن است.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت شماره ۸۲۲

## جمله عالم زین غلط کردند راه کز عدم ترسند و آن آمد پناه

می‌گوید همه انسانها در عالم به این دلیل راه را گم کردند، خیلی مهم است این بیت، برای اینکه از عدم می‌ترسند در حالیکه عدم پناه است. حالا واقعاً این تصویر با این بیت اهمیت زیادی دارد. شما بسنجید خودتان را با این بیت و با این تصویر، اولاً ببینید که شما از اینکه مرکزتان عدم باشد، یعنی یک هم‌هویت شدگی نباشد، می‌ترسید؟ یعنی شما همیشه باید از پشت یک عینک یک همانیدگی ببینید. اگر یک لحظه این از جنس خدا باشد، می‌ترسید؟ یعنی عینک خدا را به چشم بزنید، می‌ترسید؟ خوب مولانا می‌گوید نترسید. ولو اینکه می‌ترسید، نترسید. جلو بروید ببینید چه می‌شود. توکل کنید.

بگویید من این همه از پشت هم‌هویت شدگی نگاه کردم، عقلم را از دست دادم، هدایتم را از دست دادم، قدرتم را از دست دادم، حس امنیتم را از دست دادم، الان صبر و شکر می‌کنم، وقتی اتفاق می‌افتد، اطراف آن اتفاق من فضا باز می‌کنم، با آن اتفاق دوستانه رفتار می‌کنم و این رضا است. رضا یعنی راضی بودن در این لحظه. توجه می‌کنید که نارضایتی در این لحظه اصلاً وضعیتی نیست که شما شروع کنید. در حالتی که من ذهنی همیشه با نارضایتی شروع می‌کند. نکنید این کار را این کار خیلی خطرناک است. به این علت است که خدا نمی‌تواند به شما کمک کند. اگر در این لحظه ناراضی باشید، خدا نمی‌تواند به شما کمک کند. این یادتان باشد. این مهمترین چیز است.



بپرسید آیا من در این لحظه راضی هستم و نگذارید من ذهنی حرف بزند بگوید که مگر می‌شود که این اتفاق برای من بیفتد و من راضی باشم، این چه حرفی است. ولی ما هم‌ااش داریم راجع به این لحظه صحبت می‌کنیم. اگر قرار باشد زندگی شما تغییر کند در توی قصه نیست. شما نمی‌توانید در قصه افسانه‌وار من ذهنی باشید، زندگی‌تان تغییر کند، اصلاً تغییر زندگی شما این است که لحظاتی از آن افسانه بیایید بیرون. پس عمل واهمانش انجام می‌دهید. عذرخواهی می‌کنید می‌آیید به این لحظه، فضاگشایی در اطراف اتفاق این لحظه که پذیرش اتفاق این لحظه هست، پله اول است، ادامه می‌دهید شادی بی‌سبب می‌آید، در عین حال آن عقل و هدایت و قدرت و حس امنیت هم درست می‌شود، از خدا می‌آید، و پس از مدتی ادامه دادن آفرینندگی و ذوق و آفرینش می‌آید.

پس شما جزو آدمهایی نیستید که راه را گم می‌کنند برای اینکه از خالی کردن مرکزشان می‌ترسند. عدم را که عدم وجود است، نبودن هم‌هویت شدگی است، مرکزتان قرار می‌دهید. یعنی فضای گشوده شده را و اجازه می‌دهید که هم‌هویت شدگی‌ها هل داده شوند به حاشیه و شما آنها را می‌بینید، یک گوشه چشمی به آنها دارید، ولی مرکزتان شفاف است. بله الان دارد می‌گوید که:

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت شماره ۸۲۵

## هم تو تانی کرد یا نعم المَعین دیده معدوم‌بین را هست بین

الان شما دیگر می‌دانید که می‌گوید: ای خدا ای نعم المَعین، یعنی بهترین یاور، بهترین کمک، من فضا را باز می‌کنم طبق قانون قضا، تو می‌گویی این اتفاق بیفتد، با جفَّ الْقَلَمِ می‌نویسی زندگی مرا در این لحظه و من می‌دانم انعکاس مرکز من در بیرون است. ولی این اتفاق هر چه باشد که ذهنم نشان می‌دهد، من اطرافش فضاگشایی می‌کنم و ترا بیاورم به مرکز، با این فضای گشوده شده که تو بهترین یاور هستی. و این چشم معدوم‌بین، معدوم‌بین یعنی خدا را نمی‌بیند و جسم را می‌بیند. هست‌بین یعنی خدا‌بین، زندگی‌بین، این هشیاری جسمی مرا که دیده معدوم‌بین است، معدوم در اینجا غیر از عدم است، عدم خداست، معدوم یعنی لاشی. یعنی چیزی نیست. چیزی که ما با من ذهنی‌مان می‌بینیم، از دید هم‌هویت شدگی اصلاً به درد نمی‌خورد.

وقتی شما یک هم‌هویت شدگی را در مرکزتان می‌گذارید و از پشت عینک آن می‌بینید، همه زندگی‌مان به هم می‌ریزد. نه حس امنیت داریم، نه عقل داریم، نه هدایت داریم و نه قدرت داریم. و این دید، دید نابود کننده ماست. اصلاً همه چیز ما را معدوم می‌کند. و وقتی عدم را می‌گذارید، خدا را می‌گذارید، این هست‌بین است، هم خدا را می‌بیند و هم خودش را می‌بیند، هم فکر را می‌بیند، این همان آینه کلی است.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۹۷

## گفتم ای دل آیینہ کلی بگو رو بہ دریا، کار برناید بہ جو

گفتم ای دل من، مرکز من، فضا را گشوده کن، که این آیینہ فکرها را نشان بدهد و خودش را هم نشان بدهد، یعنی هم بدان تو کی هستی، خداییتی و هم فکرهایت را ببین. پس باید مثل دریا و بینهایت شوی. یعنی این مرکزت گشوده شود، بینهایت شود. و این جویی که من ذهنی است کاری بر نمی آید. درست است؟ بله

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت شماره ۸۲۶

## دیدہی کو از عَدَم آمد پدید ذات هستی را ہمہ معدوم دید

اینجا عدم همین هم‌هویت شدگی است. می‌بینید مولانا عدم را در دو معنی به کار می‌برد. ما نبودن چیز را هم عدم می‌گوییم، خلا می‌گوییم. هشیاری حضور می‌گوییم، می‌گوید دیدہ‌ای که آن از هم‌هویت شدگی‌ها به وجود می‌آید، ذات هستی یعنی خدا را ہم‌ه‌اش معدوم می‌بیند. نمی‌تواند ببیند. شما می‌بینید ما به عنوان هشیاری جسمی این لحظه را نمی‌توانیم ببینیم. این لحظه را به صورت فرم این لحظه می‌بینیم. این لحظه زندگی است، خداست، ما با عینک من ذهنی به هیچ وجه نمی‌توانیم این لحظه را متوجه شویم. برای همین مردم نمی‌دانند چه هست که وقتی می‌گوییم این لحظه که زندگی است و تسلیم در این لحظه هست و پذیرش اتفاق این لحظه قبل از قضاوت و رفتن به ذهن تسلیم است و شما را از جنس خدا می‌کند، فکر می‌کنند که با ذهن که می‌بینند تعمیم می‌دهند.

ما راجع به این لحظه صحبت می‌کنیم، آنها با ذهنشان این لحظه را جسم می‌بینند. مثلاً می‌گویند که خوب بپذیر اتفاق را، او فکر می‌کند که اگر بپذیرم، پس هم‌ه‌اش با این اتفاق باید زندگی کنم. نه اتفاق را بپذیر که بتوانی به این لحظه که از جنس زندگی است، خداست، دسترسی پیدا کنی تا از خرد خدا کمک بگیری.

آن چشمی که از هم‌هویت شدگی‌ها به دست می‌آید، ذات هستی خدا را لا شی می‌بیند، نمی‌بیند اصلاً. پس ما الان می‌بینیم. شما باید از قصه و داستان و افسانه من ذهنی بیایید بیرون. برای اینکه بیایید بیرون، باید خدا یک اتفاقی جلوی روی شما می‌گذارد و اولاً می‌دانید که این انعکاس مرکزتان است، ممکن است از جنس ریب المنون باشد، اتفاقات ناگوار باشد، و الان دیگر می‌دانید که انعکاس مرکزتان بوده. انعکاس مرکزتان در این لحظه همان جَفَّ الْقَلَمِ است. یعنی خدا هر لحظه مرکبش خشک می‌شود به آن چیزی که سزاوار هستید و شما وظیفه‌تان این است که خودتان را شایسته‌تر و سزاوارتر کنید.





هر چه هم هویت شدگی‌ها را می‌شناسید و می‌اندازید، سزاوارتر و شایسته‌تر می‌شوید، در نتیجه اتفاقات در بیرون بهتر می‌شود. هر چه شما این همانیدگی را هل می‌دهی به اطراف و فضا را در مرکزت بیشتر می‌کنی، داری شایسته‌تر می‌شوی. و بنابراین اتفاقات بد کمتر خواهد شد، اتفاقات خوب زیادتر خواهد شد. اینها را می‌دانید و الان هم می‌دانید که شما تا در این لحظه راضی نباشی و شکر نکنی و صبر نکنی، خدا به شما کمک نمی‌کند.

و الان هم می‌دانید که کلید رضا شکر است. و شکر را هم تعریف کردیم که شکر به خاطر این است که شما خدا یا زندگی را می‌توانید به زندگی‌تان بیاورید. اجازه بدهید بیاید، و این هشیارانه کار کردن شما و فضاگشایی شما یا تسلیم شما مهم است. این شما هستید که می‌توانید هشیارانه در این لحظه راضی باشید ولو اینکه اتفاق بد است و شکر کنید، صبر کنید، فضا را باز کنید یا ببندید، و واکنش منفی نشان دهید و ناراضی باشید و می‌دانید اگر ناراضی باشید خدا به شما کمک نخواهد. بله این را هم بخوانیم. می‌گوید

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت شماره ۸۳۲

### کی نظاره اهل بخردن بود آن نظاره گول گردیدن بود

توجه کنید مولانا می‌گوید که، منظورش این است که بله، کسی که پا می‌شود می‌رود بازار و البته پول هم ندارد و یا دارد نمی‌خواهد خرج کند. می‌رود این مغازه می‌گوید آقا این پیراهن چند است؟ پیراهن را می‌گیرد و می‌بیند، پس می‌دهد. دوباره می‌رود آن یکی مغازه چند دقیقه می‌بیند پس می‌دهد. آن را مثال می‌زند. می‌گوید من ذهنی که در اثر پریدن از فکری به فکر دیگر و تند تند پریدن ایجاد می‌شود این نمی‌خواهد خدا را بخرد. می‌گوید خدا با اگر هم شده، با اتفاقات بد دارد به ما نشان می‌دهد. اگر به زور هم شده، یک چیزی را از ما می‌کند که جایش خالی بشود و خودش را در آن خلا به شما نشان بدهد. ولی شما او را می‌بینید و پس می‌دهید، یعنی قبول نمی‌کنید.

البته با این آموزشهای مولانا شاید پس ندهید شما. وقتی اتفاق بد می‌افتد، فضا را باز می‌کنید، وقتی اتفاق بد می‌افتد معنی‌اش این است که خدا می‌خواهد خودش را به شما نشان بدهد. پس شما صبر و شکر می‌کنید و حس رضایت می‌کنید و می‌گویید که من می‌خواهم الان ترا ببینم و

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۴۴

### دم او جان دهدت روز نَفَخْتُ بِذِیر کار او کُنْ فیکون ست، نه موقوفِ علل



دنبال علت نمی‌گردید که در بیرون این چرا اتفاق افتاد؟ فقط می‌گویید که مرکز ما این را منعکس کرده. من اشکال دارم. من باید مرکز را درست کنم. من دست از مردم برمی‌دارم، آنها را ملامت می‌کنم، نمی‌گویم دشمنانم کردند، در این تصویر می‌بینید. مردم مساله ایجاد می‌کنند، مانع ایجاد می‌کنند، دشمنان این بلا را سر من آوردند، نه خدا می‌خواهد خودش را به من نشان بدهد، این چیز را از من کنده، جایش خالی است، جایش را با چیزی پر نمی‌کنم، می‌خواهم ببینم از آن پنجره می‌توانم خدا را ببینم، نمی‌بندم این پنجره را. چطوری نمی‌بندم؟ با راضی بودن و شکر کردن در این لحظه که البته من ذهنی مدل رفتاریش این نیست، برای این که توجه کنید که حالا یک حس امنیت نیم بند از هم هویت شدگیش می‌گرفت مصنوعی بود پلاستیکی بود ولی بود، الآن که آن هم رفته، حس امنیتش قدرتش کاملاً به خطر افتاده عقلش زایل شده بسیار تلخ شده، این تلخی او را هدایت می‌کند، جیغ و داد می‌کند، داد و قال می‌کند این آدم هشیاریش آمده پائین، تند تند فکر می‌کند بلکه مسائل را حل کند، هر چی تند تند فکر می‌کند هشیاریش کمتر می‌شود، دسترسی خدا به او کمتر می‌شود، و با وجود اینکه خدا نقشه اش این بود به ما کمک کند که این حادثه را بوجود آورد، ولی ما پس می‌دهیم می‌گوییم: نه.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت شماره ۸۳۲

### کی نظاره اهل بخردن بود آن نظاره گول گردیدن بود

می‌خواهد بگردد احمق شده، به خاطر پریدن از این چیز به آن چیز و دیدن جهان و خدا و خودش از طریق چیزها،

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت شماره ۸۳۵

### کاله را صد بار دید و باز داد جامه کی پیمود او؟ پیمود باد

یعنی آن کالایی که ما باید بخریم که حضور است که هشیاری است خدائیت ماست، بارها خدا به ما نشان داده و ما پس دادیم، مثل آن پیراهن که می‌خواهد بخرد پیراهن را دیده پس داده نخریده، یا پول نداشته یا میل نداشته پولش را خرج کند، فقط وقت فروشنده را می‌گرفت. بله، قدیم می‌نوشتند توی مغازه ها «توقف بی جا، مانع از کسب است»، در مغازه ها می‌نوشتند یعنی بیخودی نایستید اینجا، جا را تنگ می‌کنید. خدا هم همین را می‌گوید، می‌گوید تو که نمی‌خواهی بخری وقت ما را نگیر. بارها خواستیم ما پا بگذاریم دلتان و با کن فکان تو را زنده کنیم، شما ما را دیدی نپذیرفتی، پس دادی، تقصیر خودت هست. به جای فضا گشایی فضا را بستنی، به جای حس مسئولیت هشیاری خودت در این لحظه به جای اینکه بگویی این حادثه بد انعکاس من هست، و خدا در این لحظه مطابق شایستگی ام، زندگی من را در بیرون و

درون می نویسد به جای فهمیدن این، همه اش به این و آن ناسزا گفتی، علت‌های بیرونی را سبب این کار دانستی من را ندیدی همه اش جسم‌ها را دیدی یک‌لحظه من را ندیدی. خلاصه باد را گرفتی تو آن کالا را نگرفتی. بله.

امروز ما شما را ندیدیم. اجازه بدهید این چند بیت را هم بخوانم از مثنوی ابیات غزل را برایتان خواهم خواند. یادتان هست گفتیم که در مرکز ما هم‌هویت شدگی باشد، ما خودمان را به صورت توصیف در می آوریم. من ذهنی یک توصیف ذهنی از ماست. و مرتب در ذهن ما کلمات، جملات، اسم‌ها موج می‌خورند و در مدل افسانه من ذهنی دیدید که ما مرتب در قصه هستیم، افسانه هستیم یک گذشته متحرک ساخته شده از مفاهیم هستیم، که جان ندارد جانِ ذهنی دارد، یک زندگی مصنوعی پلاستیکی دارد، زندگی کیفیت ندارد، حس‌هایمان درست کار نمی‌کنند. در این لحظه زنده نیستیم ما، فقط از طریق ذهن است که یک خوشی‌هایی مصنوعی و سطحی از جهان می‌گیریم از آدم‌ها می‌گیریم. مثلاً تأیید می‌کنند ما خوشحال می‌شویم توجه می‌دهد یکی به ما می‌گوید مهم هستی ما خوشحال می‌شویم، این خوشیها سطحی اند و توی قصه هستیم.

یک مطلب مهم این است که شما یک جوری از این قصه بیایید بیرون و پا بگذارید به این لحظه، شما نباید حتی وقتی مثنوی می‌خوانید یا مولانا می‌خوانید، چون از جنس قصه هستید این مثنوی را یا مولانا را به صورت قصه در بیاورید. هر کسی به شما قصه می‌گوید شما ممکن است دوست داشته باشید ولی شما را بیدار نمی‌کند. قصه که ما باشیم در من ذهنی، افسانه، از افسانه خوشش می‌آید. در واقع این من ذهنی یک موتور افسانه سازی است. زندگی را می‌گیرد به مفهوم تبدیل می‌کند به چیز ذهنی و ما خوشمان می‌آید این کار، اینکه بین دو تا فکر هیچ ما فاصله نمی‌گذاریم از آن فاصله زندگی بیاید بیرون در این لحظه به این لحظه زنده بشویم، برای اینکه از افسانه خوشمان می‌آید.

ما فکر می‌کنیم از جنس افسانه هستیم ولی ما از جنس افسانه نیستیم، افسانه یک چیز مصنوعی است، ما از جنس زندگی هستیم از جنس خدا هستیم. گفت اول خداست آخر هم خداست، اول زندگی است آخر هم زندگی است، نمی‌شود ما بیاییم همه اش توی افسانه باشیم. پس هر کسی مثنوی درس می‌دهد شما را باید از خواب بیدار کند بیاورد به این لحظه و در این لحظه شما اتفاق را ببینید، و با اتفاق آشتی کنید فضا را باز کنید مرکزتان را عوض کنید.

شما باید قصه را افسانه را به هم بریزید از این افسانه بیایید بیرون، اگر کسی فقط افسانه می‌گوید به درد شما نمی‌خورد، شما از افسانه خوشتان نیاید و این را هم می‌دانید که چون افسانه ممکن است باشید از افسانه خوشتان می‌آید. افسانه، یکی قصه می‌گوید: یعنی اتفاقات را پشت سر هم می‌چیند ما هم چون از جنس اتفاقات پشت سر هم هستیم در ذهن، کم‌اینکه همین افسانه ما، گذشته ما، تمام اتفاقات خوب و بد گذشته است که ما با آن هم‌هویت شدیم. هاهah

سال پیش چقدر خوب بود نشسته بودیم آنجا چایی می خوردیم ... بود الآن خوب نیست که، در حالی که الآن این لحظه است زندگی است آن موقع هم این لحظه بود، پس شما در افسانه هستید.

امکان اینکه یک نفر مولانا درس بدهد و افسانه بگوید خیلی زیاد است و ما هم خوشمان می آید. پس شما باید با استفاده از این ابیات، خودتان را بیاورید به این لحظه، این لحظه را هم می دانید که من ذهنی نمی شناسد. اشکال ما همین است دیگر، این لحظه از جنس زمان گذشته و آینده نیست. این لحظه خودِ زندگیست و فاصله بین دوتا فکر است اگر دوتا فکر را از هم جدا کنید این لحظه از جنس زندگی است و جاودانه هست. و ما می خواهیم مستقر در این لحظه بشویم، از جنس جاودانگی بشویم که هستیم، الآن هم هستیم ولی شناسایی نمی توانیم بکنیم.

از بس که هشیاری جسمی داشتیم این لحظه را رها کردیم و اتفاق این لحظه را گرفتیم و با آن ستیزه کردیم تا به ما زندگی بدهد که نداد، حالا اتفاق این لحظه همسرمان بوده می دیدیم، یا یک اتفاق بوده یا یک کسی بوده یا کارمان بوده یا یک چیزی به دست می آوردیم از دست می دادیم اینها اتفاقات بوده.

حالا مولانا به شما می گوید اسم خواندی یعنی یک چیزِ ذهنی خواندی، یک چیزی را در ذهنت گفتی، رو مُسمّا را بجو، ببین که این کلمه و این چیزِ ذهنی به چه چیز اصیل و زنده دلالت می کند؟ چه چیز زنده را نشان می دهد؟ شما می گوید: خدا، عشق. آیا ما به همین کلمه خدا و عشق و اینها به صورت مفهوم، همین بسنده می کنیم یا باید به آن زنده بشویم؟ وقتی می گوییم این لحظه یعنی چی؟ وقتی می گوییم صبر، صبر یعنی چی؟ شکر یعنی چی؟ اینها کلمه اند، فضاگشایی یعنی چی؟

درست مثل یک کسی می خواهد شنا یاد بگیرد خیلی خوب می گوییم آقا دستهایت را اینطوری می کنی پاهایت را هم اینطوری می کنی حالا بیا این کتاب را بخوان، این کتاب را تمام کردی حالا این کتاب را بخوان، حالا این کتاب را بخوان بابا این کنار استخر ایستاده هی کتاب می خواند، باید بپرد توی آب شروع کند به آن چیزی که توی کتاب خوانده اینجا ببیند آن دستها را تکان می دهد یعنی چی؟ شنا کن، تا نپرد آب فقط چیز نمی شود، آدم توی آب بپرد دستهایش را باید اینطوری کند، ده سال این را بخوان و هیچ موقع هم وارد آب نشو.

نه، مولانا باید شما را بیاورد به این لحظه و در این لحظه شما ببینید چه اتفاقی افتاده و ابزار خدا اتفاق است، این اتفاق را من بوجود می آورم من قضاوت می کنم. این آیه هایی که در آن اذا و قضا هست و کن فکان اصلاً همین را می گوید، من قضاوت می کنم، کی؟ در این لحظه. و کن کان من کار می کند، من می گویم بشو و می شود تو باید اجازه بدهی من بیایم



مرکزتان. پس وقتی می گوئیم خدا، شما به یاد قضاوت او و کن فکان می افتید، برای این کار باید فضا را باز کنید نه اینکه همین طور خدا می گوئیم با قصه می گوئیم می رویم جلو، نمی شود. می گوید:

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۴۵۳

## اسم خواندی، رُو مسمی را بگو مه به بالا دان نه اندر آب جو

آب جو ذهن است، آب جو رد می شود عکس ماه افتاده توی آب، ما به آب نگاه می کنیم می گوئیم: ماه این است، ما به ذهن نگاه می کنیم کلمه خدا و عشق را می بینیم این لحظه را می بینیم، می گوئیم آنی که ذهن نشان می دهد ولی آن که ذهن نشان می دهد مفهوم است، چیز فکری است. بعد به یکی می گوئیم آن عکس ماه است، بالا نگاه کن عکس آن ماه، آن ماه رمز خداست. پس اگر بخواهیم عملاً وارد استخر بشویم، باید بگوئیم الان این لحظه خدا قضاوت می کند، کن فکانش کار می کند، یک اتفاق می افتد که انعکاس مرکز شماسست، جف القم هم می نویسد تو میب بینی که چقدر شایستگی داری.

باید بپری توی آب فضا را عملاً باز کنی با اتفاق این لحظه آشتی کنی. فضا گشایی شما را می آورد به این لحظه بعضی چیزها هم توجه می کنید ما فرمان انصتو را به شما گفتیم، گفت خاموش باشید ذهن را خاموش کنید، پس شما می دانید هر چه ذهن را خاموش کنید به نفع شماسست، برای اینکه از دید هم هویت شدگی ها نمی بینید، از دید فضای گشوده شده می بینید.

مه به بالا دان، یعنی فضا را باز کن خدا را آنجا ببین، نه فقط مفهومش را در ذهنت، نه فقط به صورت یک باور که از پشت عینک آن می بینی و هشیاری جسمی داری. آب جو ذهن است. پس با فضا گشایی ما خدا را می شناسیم، نه با بستن فضا و باور پرستی یا از پشت عینک یک هم هویت شدگی دیدن. می خواهیم بیاییم به این لحظه. پس با فضا گشایی صبر و شکر، شما خدا را می بینید با او یکی می شوید و در ذهن نمی مانید در افسانه نمی مانید دیگر فهمیدیم.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۴۵۴

## گرز نام و حرف خواهی بگذری پاک کن خود را ز خود، هین یکسری

اگر بخواهی از آن چیزهایی که ذهن می گوید نام و حرف، نام حرف یعنی هر چیزی که ذهن می گوید، مفاهیم که شما می دانید این ها جزو افسانه است بگذری، پاک کن خود را ز خود حین یک سری، یعنی تماماً مشخصات من ذهنی یعنی هم هویت شدگی ها را که خود اولیه به اصطلاح خود دومی است پاک کن. پاک کن خود را، یعنی خود اصلی را، خدایت را،

ز خود یعنی از هم هویت شدگی ها تماماً، این کار بوسیله کن فکان صورت می گیرد. پس باید بیایید به این لحظه. دیگر به اندازه کافی ما مفهوم را به مفهوم چسبانندیم، در ذهن مان بحث کردیم، مفاهیم ذهنی را پشت سر هم چیدیم، جمله سازی کردیم، این ها فایده ندارد افسانه است اینها، می خواهد بگوید از این افسانه می خواهید بیایید بیرون در این صورت خود اصلی تو که خداییت است باید از من ذهنی یعنی هم هویت شدگی ها بشویی. و این چه جوری می شود؟ بله می دانیم با فضا گشودن، فضا گشودن هم هویت شدگی ها را هل می دهد به اطراف، صبر و شکر را تمرین می کنید. پس شما همه اش حواستان به این است که اتفاق چی است که با آن آستی کنید، فضا را باز کنید و عدم بیاید، فضای خالی بیاید به مرکزتان

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۴۵۵

## همچو آهن ز آهنی، بی رنگ شو در ریاضت، آینه بی زنگ شو

مثل آهن از آهن بودن بی رنگ شو، همان طور که از آهن آینه درست می کنند و وقتی می سابند، مثلاً با سوهان یا هرچی آهنیش را از بین می برند، خوشش می آید؟ نه، دردش می آید. بنابراین برای اینکه آینه کلی بسازیم مرکزمان را، باید باز هم از این شکل استفاده کنیم. همچو آهن ز آهنی، یعنی همین طور که آهن، آهنیش را از دست می دهد با سمباده زدن، خوب آهن را اگر سوهان می زنند اصلاً خوشش نمی آید ما را هم وقتی

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۴۴

## دم او جان دهدت روز نَفْحَتُ بپذیر کار او کُنْ فیکون ست، نه موقوفِ علل

ما دوست داریم هم هویت شدگی را نگه داریم، شما الان می دانید که هم هویت شدگی را باید از دست بدهید، بنابراین فضا را باز می کنید همین خود صبر و شکر خودش ریاضت است. همین که در این لحظه می پذیریم مسئولیت هشیاریمان و نگه داشتن این هم هویت شدگی ها با ماست و ما مسئولیم روی خودمان کار کنیم مرکزمان را باید عوض کنیم، و اتفاقات بیرونی انعکاس مرکز ماست، اگر زندگی ما در بیرون خراب است تقصیر مرکز ماست و مسئولش هم من هستم و کسی نمی تواند درست کند. این ها را به خودمان تلقین می کنیم.

این ها چیزهای خوشایندی برای من ذهنی نیستند، چون من ذهنی تا به حال با ملامت زندگی را به سر برده. ما زندگی مان خراب است اگر زنیم می گوئیم شوهر سابقم کرده، اگر مردیم می گوئیم زن من را بدبخت کرده، بچه هایم من را بیچاره



کردند، می‌گوییم پدر و مادرم به من ظلم کردند، آن یکی می‌گوید جامعه بد است، این یکی می‌گوید فلانی حق من را خورد، کسی مسئولیت مرکزش را به دست نمی‌گیرد. نمی‌داند که مرکزش در بیرون منعکس شده است.

پس همین‌ها را پذیرفتن ریاضت است. ما می‌خواهیم از این آهن که من ذهنی را نشان می‌دهد، مرکز اشغال شده را نشان می‌دهد با هم هویت شدگی‌ها، اینقدر این را صاف کنیم بلکه این ریاضت است. صبر می‌خواهد شکر می‌خواهد، خود اینکه نعمت بیاید ما پرهیز کنیم و با آن هم هویت نشویم این خودش ریاضت است. خود اینکه صبر داشته باشیم درد داشته باشیم این درد را نگذاریم مرکزمان و با آن هم هویت شویم، بگوییم درد هشیارانه است و برای این است که من رها شوم نمی‌تواند مرکز من باشد، آنگاه به این موضوع، این خودش ریاضت است. تا ما آینه کلی بی‌زنگ بشویم آینه کلی بی‌زنگ یک فضای گشوده شده در ماست که فکرهایمان را می‌بینید، خودش هم از خودش آگاه است. بله

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۴۵۶

## خویش را صافی کن از اوصافِ خود

### تا ببینی ذاتِ پاکِ صافِ خود

ببینید وقتی آن هم هویت شدگی‌ها در مرکز ما بودند، ما خودمان را بر حسب آنها توصیف کردیم. هر کسی که قصه دارد داستان دارد، خودش را به صورت توصیف در آورده. توصیف یعنی بر حسب چیزهای ذهنی حرف و نام، خود را معین کردن. آقا شما کی هستید؟ من اسمم این است، سوادم اینقدر است، اهل فلان جا هستم با همه اش هم هویت شده است، دینم این است همسر فلانی است، پسر فلانی هستم، فلان مقام را دارم این‌ها توصیف هستند، همه چیزهای ذهنی هستند. یعنی هر چیزی که در مرکز ما قرار می‌گیرد و از پشت عینک آن به جهان نگاه می‌کنیم ما را توصیف می‌کند. و تبدیل به یک چیز ذهنی می‌کند. از زندگی دور می‌کند. در این فرایند که ما هم هویت شدگی‌ها را هل می‌دهیم به اطراف مرکز را عدم می‌کنیم داریم خودمان را که خداییت است صاف می‌کنیم از اوصاف ذهنی، برای اینکه آن عینک‌ها نیستند دیگر، داریم یواش یواش عینک‌ها را در می‌آوریم.

تا ببینیم که ذات پاک خودمان با ذات پاک خدا یکی است: تا ببینی ذات پاک صاف خود، اگر شما این بیت را عمل نکنید، فقط معنی کنید، واقعا تو افسانه هستید، توی قصه هستید. پس باید عملاً ببینید که این بیت چه جوری در مورد شما اجرا می‌شود، نه فقط معنی ادبی بکنید. معنی ادبی تبدیل به مواد ذهنی کردن زندگی است، ما دنبال معنی ادبی نیستیم، می‌خواهیم ببینیم که چه جوری این بیت روی ما اجرا می‌شود. بله.

یک چند بیت هم می‌خوانم برایتان، بعدا غزل را برایتان خواهیم خواند. الان صحبت مواد ذهنی است، مولانا گفت لفظ و نام و جمله و هر چه که به زبان می‌گویید اینها چیزهای ذهنی هستند. و شما می‌دانید که من ذهنی که از پشت هم هویت

شدگیها به خدا و به جهان و به خودش نگاه می کند، یک موتور افسانه سازی است، مرتب مواد ذهنی ایجاد می کند، درست مثل اینکه هر لحظه زندگی را می گیرد تبدیل به چیز ذهنی می کند، و این کار با درد همراه است. ما حق نداریم این کار را بکنیم.

خدا می گوید من دارم این کار را می کنم که تو اجازه بدهی من با قانون قضا و کُن فکان تو را به خودم زنده کنم، اصلاً برای همین آوردم و هی هم قمار می کنم، من دارم سرمایه گذاری می کنم روی تو، تو که نمی خواهی من ببازم؟. هیچ کس نباید بگوید که، مگر خدا قدرت ندارد، همین الان ما را به خودش زنده کند؛ این طوری نیست، آن موقع بازی صورت نمی گیرد، ما باید هوشیارانه با عقل و درک خودمان بیدار بشویم، در عین حال که زندگی به ما کمک می کند، خودمان باید این عینک ها را برداریم.

اگر مشکل شده است الان تشخیص این عینک ها، اولاً ما؛ گفتیم، بارها هم گفتیم، الان هم می گویم؛ برای اینکه در یک خانواده عشقی بزرگ نشدیم، این تشخیص ها، تشخیص های کُن فکان است، عشق است، ارتعاش عشقی است، یعنی اگر مادر ما، پدر ما؛ حالا گله ای نیست ها، ما حالا وضعیت فعلی را باید بپذیریم، هیچ گله ای از هیچ کس نیست، ما پدر و مادرهایمان نمی دانستند، خود ما هم نمی دانستیم، شاید الان هم نمی دانیم درست و حسابی، ولی بزرگان دارند به ما کمک می کنند، ما هم داریم از بزرگان کمک می گیریم.

ولی می دانیم باید چه جوری باشیم؟ با فهمیدن اینها که، نیستیم. باید سعی کنیم و در سعی کردن هم باید به همدیگر کمک کنیم. باهم رقابت نمی کنیم. و اگر پدر و مادرمان ارتعاش عشقی داشتند، یعنی این یک زندگی را در درونشان حس کرده بودند و با آن یک زندگی به ما نگاه می کردند، و آن یک زندگی را در مرکز ما به ارتعاش در می آوردند، ما هم فوراً می فهمیدیم که طلا چی است، مفرغ چی هست، چیز ذهنی چی هست، خود زندگی چی هست، چون این را به ارتعاش در نیاوردند و کور کرده اند، ما فکر کردیم که همین باورها را مرکز قرار دادن و چیزهای بیرونی را مرکز قرار دادن، اینها را به صورت فکر در آوردن و خودمان را مقایسه کردن و از جهان بیرون کسب زندگی کردن، مثل پدر و مادرمان، این کار درستی است. در نتیجه ما هم الان زندگی را می گیریم و مثل آنها تبدیل به نه زندگی می کنیم، مفهوم می کنیم.

از طرف دیگر جامعه هم، در جمع همه، از جنس من ذهنی بودند، جامعه هم کمک نکرده است. ما اگر باورها را در مرکزمان بپرستیم، نمی گذاریم دین هم به ما کمک کند. اگر کسی واقعا با یک تعداد باور هم هویت باشد، از پشت آنها ببیند، آنها را انباشته کند در مرکزش، اگر این کار را کرده باشد حتما درد دارد، مثل دردهای ذهنی که بارها گفته ایم، الان هم، امروز هم چندین بار تکرار کرده ام. اگر من بگویم این باورهایی که من می پرستم، اینها بهترین باور است و هر چی شما می پرستید



اینها کفر است، خوب کمک نمی‌کنم که بتوانم من خدا پرست باشم، مردم را به خدا زنده کنم که، در نتیجه حالا ما باید به همدیگر کمک کنیم یواش یواش بفهمیم چی به چی است.

این برنامه و این شکل‌ها به شما نشان داد و خواهد داد که چی به چی است. و ما باید تمرین کنیم، در تمرینات به همدیگر کمک کنیم، در اینجا مقایسه و حسادت یا تنگ نظری نباید وجود داشته باشد، ما باید تماماً، ما در تمام موارد زندگی‌مان فراوانی را در مرکزمان ببینیم. اگر شما فضا را باز می‌کنید فراوانی را نمی‌بینید؛ چه جوری می‌توانیم فراوانی را ببینیم؟ رواداشت به شادی دیگران، خوشبختی دیگران، موفقیت دیگران، اگر نمی‌بینید فضا را باز نمی‌کنید، خدا کار نمی‌کند. پس در این کار هم، نه تنها در این کار، هر کسی هر کاری می‌کند ما کمک می‌کنیم موفق بشود. اگر نمی‌کنیم فضا را باز نکردیم. اگر حسادت‌مان می‌شود و می‌خواهیم جلوی‌ش را بگیریم و اگر موفق بشوند ناراحت می‌شویم، ما فضا را باز نکردیم، من فقط معیارهایش را می‌گویم، نمی‌گویم این کار آسان است، ولی اگر درست دقت کنیم که منظور ما از آمدن به این جهان چی بوده است، کارا آسان می‌شود. به هر حال می‌گوید:

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۶۵۳

## لفظ را مانده این جسم دان معنیش را در درون مانند جان

می‌گوید آن چیزی را که در ذهن ما می‌گذرد، کلمات، جملات، لفظ، نام و حرف و هر چیز ذهنی، اینها جسم هستند، باورها جسم هستند. اما مسمائش، معنیش در درون ما، اگر بیایی لحظه، فضا را باز کنی مثل جان است، زندگی است. زندگی همیشه رواداشت دارد و همیشه از جنس بی‌نهایت است. زندگی موفقیت و شادی را به همه روا می‌دارد. هر چه ما روا می‌داریم ما از جنس زندگی می‌شویم و معیاری است که هستیم. اگر در ما تنگ نظری، حسادت و این قبیل چیزها وجود دارد نشانه‌اش این است که ما از پشت عینک هم هویت شدگیها می‌بینیم و خدا را به مرکزمان نیاورده‌ایم. بله. اجازه بدهید این هم ببینید شما:

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۶۵۳

## لفظ را مانده این جسم دان معنیش را در درون مانند جان

اگر لفظ را در ذهن ببینید، اگر در ذهن بمانید نیاید به این لحظه، در این صورت ذهن‌تان جسم است، آن هم جسم است، شما را هم جسم می‌کند، می‌آید مرکزتان می‌شود، اما اگر شما فضا را باز کنید، معنیش، معنی خدا را در مرکزتان پیدا کنید، یعنی اصلاً برای ما خدا یعنی گشوده شدن مرکز ما به اندازه بی‌نهایت. اگر خدا می‌گویید یعنی باز شدن درون شما،

فضای درون شما به اندازه بی‌نهایت. اگر خدا می‌گویید، کمک می‌خواهید، یعنی هم هویت شدگیها حداقل؛ این دیگر حداقل است، هل داده شدند رفتند به حاشیه و مرکزتان شفاف است. بله،

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۶۵۴

## دیده تن دایماً تن بین بود

### دیده جان، جان پُر فن بین بود

به این شکل نگاه کنید، دیده تن، یعنی اگر در مرکزتان جسم باشد، دائماً تن بین است، جسم بین است، خدا را نمی‌تواند ببیند، اما دیده‌ای که از جنس عَدَم است، فضای خالی است، یعنی شما فضا را باز کردید، همیشه جان پُر فن را می‌بیند، جان پُر فن یعنی خدا، زندگی، یعنی فن بسیار بلد است، بهترین یاور است. پُر فن یعنی مسایل شما را حل می‌کند و دردهایتان را به شما می‌شناساند، کمک می‌کند دردهایتان بیافتد. فقط شما فضا را باز کنید و با این لحظه رفیق بشوید، باید بیایید به این لحظه. مبادا کسی این چیزها را بخواند و جزو افسانه بکند. بله این هم بخوانم برایتان، می‌گوید:

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت شماره ۲۱۸۰

## سیر عارف هر دمی تا تخت شاه

### سیر زاهد هر مهی یک روزه راه

یعنی عارف کسی که مرکزش از جنس عَدَم شده است و حس امنیت و هدایت و عقل و قدرتش از خدا می‌آید و این هم هویت شدگیها را هل داده است، رفته است حاشیه، حاشیه رفته خیلی باز کرده است، این عارف است. زاهد این کار را نکرده است، زاهد در مرکزش هم هویت شدگی دارد اما یک سری پرهیزها را می‌کند، یک سری قوانینی برای خودش دارد که می‌گوید این کار را نکنم، مثلاً دروغ نگویم یا غیبت نکنم، ولی هم هویت شدگی دارد، عارف مرکزش را خالی کرده است. می‌گوید: سیر عارف هر دمی تخت شاه، یعنی عارف لحظه به لحظه خودش را می‌رساند به تخت پادشاه، یعنی خدا، اما زاهد چی؟ زاهد یک ماه می‌رود، یک ماهش حتی یک لحظه هم نمی‌شود. اگر روز را لحظه بگیرید، می‌گوید که یک لحظه راه را، آن گسترشی در مرکز ما که به وسیله شاه انجام می‌شود با کُن فکان، وقتی مرکز ما عدم است و ما از جنس عارف هستیم، عارف یعنی شناسنده خدا دیگر، هر کسی که عارف است مرکزش از جنس عَدَم است.

و زاهد را در مقابل آن قرار می‌دهد که خیلی هم هویت شدگی دارد در مرکز، منتهی قوانینی هم دارد که یک سری کارها را نباید بکند ولی من ذهنی دارد. خوب البته او هم زندگی خودش را دارد، می‌خواهد بگوید که کار او اثر گذار نیست، کار زاهد اثر گذار نیست و حرکتش هم بسیار کند است. عارف مثل آن شاپرک است، زاهد مثل آن حشره‌ای است که به درخت چسبیده است و کند کند راه می‌رود و فکر می‌کند تند تند راه برود کار درست می‌شود. اما:

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت شماره ۲۱۸۱

## گرچه زاهد را بُود روزی شگرف کی بُود يك روز او خَمسین ألف؟

می گوید که، این البته مربوط به یک آیه قرآن است، می گوید:

قرآن کریم، سوره معارج (۷۰)، آیه ۴

« تَعْرُجُ الْمَلَائِكَةُ وَالرُّوحُ إِلَيْهِ فِي يَوْمٍ كَانَ مِقْدَارُهُ خَمْسِينَ أَلْفَ سَنَةٍ »

« در روزی که مقدارش پنجاه هزار سال است، فرشتگان و روح بدان جا فراروند.»

یعنی مولانا، پنجاه هزار سال را از اینجا آورده است، می خواهد بگوید که پنجاه هزار سال را عارف وقتی مرکز از جنس خدا است و کُن فکان کار می کند می رود، زاهد نمی تواند برود و منظور از این، و در روز، همین این لحظه است که ما به خدا داریم زنده می شویم، قیامت است.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت شماره ۲۱۸۲

## قدر هر روزی ز عمر مردِ کار باشد از سال جهان پنجَه هزار

بله، توجه کنید به اصطلاح مرد کار، می گوید ارزش هر روز، که روز را می توانید ترجمه کنید به لحظه، ارزش هر لحظه کارِ مردِ کار؛ مرد کار انسانی است که مرکز از جنس خدا است، عدم است، ارزش هر لحظه کار کسی که مرکز از جنس عدم است به اندازه کافی این هم هویت شدگیها از مرکز دور شده است و هویت از آنها یواش یواش کنده شده است. یادمان باشد وقتی ما فضا را باز می کنیم هویت از هم هویت شدگیها کنده می شود، کم می شود هویت در آنها، و اینها از مرکز دور می شوند، هر چه از مرکز ما دور می شوند هویت ما از آنها کنده می شود، اینها را کُن فکان می کند، آری. خدا کاری که می کند این است که ما نمی توانیم این کار را بکنیم، ما نمی توانیم هم هویت شدگی را، عینک روی خودمان بگذاریم، یعنی آن عینک دید ما باشد، در مرکزمان باشد در عین حال بتوانیم آن را از بین ببریم، نمی شود این. ولی اگر فضا را باز کنیم، در این فضای گشوده شده، او می گوید بشو و می شود کار کند، ما چون مرکزمان آن چیز نیست، آن چیز را وقتی می بینیم دیگر برایمان مهم نیست، برای اینکه مرکزمان یک چیز بهتری شده است و همینطور که این تصویر نشان می دهد از آن مرکز شادی بی سبب می آید، آفرینش می آید و چهار تا کمیت بسیار جالب می آید که عقل و قدرت و هدایت و حس امنیت اصیل است. و ما واقعا حالمان خوب است در این حالت و مرد کار می شویم. ارزش هر لحظه کار یک نفر که مرکز از جنس عدم شده است، به اندازه پنجاه هزار سال یک انسانی است که از جنس جهان است، از جنس جهان است، آری، می خواهد این را بگوید و وصل هم کرده است به آیه قرآن.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت شماره ۲۱۸۳

## عقل ها زین سر بُود بیرون ز در زهره وَهم ار بدرد، گو: بدر

می گوید این سری است که عقل من ذهنی نمی شناسد: عقل ها زین سر بُود بیرون ز در، اگر وهم ما، یعنی عقل من ذهنی می خواهد بدش بیاید و دریده بشود؛ حالا که من این عقل را نمی فهم بهتر است من دریده بشوم، خوب بگو دریده بشو اتفاقاً. بله.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت شماره ۲۱۸۳

## عقل ها زین سر بُود بیرون ز در زهره وَهم ار بدرد، گو: بدر

ما به خودمان داریم می گوئیم. عقل من ذهنی ما این سر را نمی شناسد که مرد کار کی است. کسی که باورها را گذاشته است مرکزش و یک سری مقرراتی برای خودش تعیین کرده است، ولو آنکه خوب هم پرهیز می کند آن وضعش چه جوری است؟ این یکی هر لحظه با خدا است، آن یکی از خدا به دور است. و می گوید عقل اگر از این سر بی خبر است اشکالی ندارد، و اگر بدش آمده است و می خواهد بدرد من هم می گویم که بدرد. بدرد چی در می آید؟ دوباره خدا می آید مرکزمان. همین دید وهمی ما نمی گذارد خدا بیاید مرکز ما.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت شماره ۲۱۸۴

## ترس، مویی نیست اندر پیش عشق جمله قربانند اندر کیش عشق

ترس در اینجا، می دانید، هیجان بسیار مسلط و غالب من ذهنی ترس است، برای همین است که در آن شکل هایی که نشان دادیم، وقتی ما ترس داریم و ترس در مرکز ما است نمی توانیم حس امنیت داشته باشیم. کسی که می ترسد و این ترس در مرکزش است قدرتی ندارد، عقلی ندارد، هدایتی ندارد، همین ترس هدایتش می کند. می گوید ترس که معادل داشتن هم هویت شدگی در مرکز است، می گوید پیش عشق به اندازه مو هم ارزش ندارد. ترس مویی نیست، اصلاً به چشم نمی آید پیش عشق.

عشق هم، گفت عارف هر لحظه پای تخت خدا است، خودش را می رساند، چرا؟ عارف، ولو شما اگر عارف باشید الان، می خواهید عارف بشوید، باید فضا را باز کنید بیاید به این لحظه. عارف در این لحظه مستقر است، عارف خوب البته، مثل مولانا، نه مثل بنده، نه، ولی حداقل ما می توانیم با فضا گشایی خودمان را به پای تخت شاه، یعنی خدا برسانیم، و او پایش را بگذارد مرکز ما. یعنی ما باید یک راهی پیدا کنیم در این لحظه، از این قصه بیاییم بیرون و یک جوری با او یکی بشویم



و از او کمک بگیریم. یعنی از زندگی. همه آن ترس‌ها، هم هویت شدگیها، همه باید قربان بشوند در کیشی که عشق جلوی ما می‌گذارد. عشق گفتیم یکی شدن با خدا. وقتی یکی می‌شویم آن چهار تا خاصیت، موهبت، برکت: که عقل است، هدایت است، قدرت است، بله، و حس امنیت است و شادی است اینها کیش عشق هستند، کیش مادی شده عشق است. همه چیز قربان آن است.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت شماره ۲۱۸۵

## عشق وصف ایزد است. اما که خوف

### وصف بنده مبتلای فرج و جوف

می‌گوید وقتی ما با خدا یکی می‌شویم و مرکز را گسترش می‌دهیم، این مرکز ما، اگر هی فضا گشایی کنیم، فضا گشایی کنیم، اولش سخت است چون می‌خواهیم این هم هویت شدگیها را هل بدهیم به حاشیه، اولش سخت است بعد که باز می‌شود، باز می‌شود و هم هویت شدگیها نمی‌توانند بیایند به مرکز ما و در نتیجه همیشه عدم در مرکز ما است و خدا به ما کمک می‌کند، می‌گوید که، خوب اگر خیلی باز بشود، معلوم است این فضای گشوده شده وصف خدا است.

اما ترس چی؟ ترس وصف بنده‌ای است که مبتلای شکم و زیر شکم است، فرج یعنی آلت تناسلی مرد یا زن به طور عمومی و جوف یعنی شکم، داخل یک چیزی. یعنی هر کسی هم هویت شدگی دارد، در واقع گرفتار آنها است، حالا شکم و زیر شکم یعنی همه آن هم هویت شدگیها که در مرکز ما است. هر کسی ترس دارد، برای اینکه چیزهای گذرا را در مرکزش گذاشته است، این آدم وصفش معلوم است چی هست. نباید کسی که مبتلای شکم و زیر شکم است و باورها و چیزهای مادی در مرکزش است، استنباطات خودش را به صورت الهامات خدایی بداند، یک کسی باید مرکز خودش را خالی کند و خالی کردن مرکز را امروز به تفصیل با مثلث صبر و شکر و تصویر حقیقت وجودی انسان بیان کردیم.

\*\*\* پایان قسمت سوم \*\*\*

قبل از اینکه به غزلی که یک بیتش را خواندیم بپردازیم، ابیاتی از مثنوی برایتان می‌خوانم و این ابیات را با همان تصاویری که خدمتتان ارائه کردم می‌سنجیم، ببینیم که می‌توانیم عمیقاً معنی این ابیات را درک کنیم. یعنی ببینیم چه چیزی را در درون ما اینها زنده باید بکنند، که تا بحال این ابیات را ما به قصه تبدیل کرده ایم. این سه بیتی که می‌خوانم در واقع سه بیت نیست، سه تا معنی هست که یک چیز را نشان می‌دهد، و آن این است که من ذهنی شما را به هر وضعیتی انداخته از همان وضعیت خدا می‌گوید رو به من کنید. و رو به من کنید یعنی مرا بیاورید به مرکزتان. کاری نداشته باشید در چه مرحله ای هستید و با ذهنتان نسنجید. نگذارید عینکهای ذهنی‌تان شما را به تاخیر بیندازند.

اما علت اینکه من این شکلها را نشان می‌دهم امیدم این است که شما در ذهنتان یک طرحی درست کنید، و سردرگم این راه را ادامه ندهید. و ببینید که به چه چیزهایی باید نگاه کنید، چه معیارهایی وجود دارد که فضای گشوده‌شده و آثارش را در بیرون یا انعکاسش را در بیرون بسنجد؟ مثلاً شما مقاومت دارید، قضاوت دارید، آیا اتفاقات بد مرتب در بیرون می‌افتد؟ اگر می‌افتد آیا در طرحتان هست که مرکزتان اینها را منعکس می‌کند؟ و شما چکار می‌کنید؟ شما به بیرون نگاه می‌کنید، به درون نگاه می‌کنید؟ فکر می‌کنید دشمنان این کار را می‌کنند یا مرکز شما این کار را می‌کند؟

توی این طرحی که شما در ذهنتان برای شخص خودتان با این تصاویر درست می‌کنید، باید یک خط‌کش اندازه‌گیری داشته باشید. مثلاً شما می‌گویید من احساس امنیتم را از مرکز می‌گیرم. آیا این احساس امنیت ثابت است؟ پایدار است؟ یا تندتند به هم می‌خورد؟ احساس شادیتان یا شادیتان مرتب به هم می‌خورد؟ آیا شما قدرت عمل دارید؟ وقتی شروع می‌کنید چیزی را ادامه می‌دهید؟ به نتیجه می‌رسانید؟ یا وسط کار رها می‌کنید؟

آیا شما یک هدایت درونی دارید؟ یا با احساساتتان، هیجانانتان، خشمتان، کینه‌تان، رنجستان حسادتتان اینور و آنور می‌روید؟ یعنی رفتارتان و چکار بکنید را اینها تعیین می‌کنند؟ شما می‌توانید صبر کنید یا صبرتان به هم می‌ریزد؟ شما می‌توانید شکر کنید؟ این شکران برای چی هست؟ آیا این عقلی که شما دارید واقعا بیرون کار می‌کند یا نمی‌کند؟ شناسایی‌تان حقیقی است یا می‌بینید که باطل از آب در می‌آید؟ یک چیزی فکر کرده‌اید یک چیز دیگر شد؟ خوب اینها معیارهایی است که شما می‌توانید بسنجید.

هفته قبل می‌گفت: والله چو چرخ گردان، بیقرارم. بله گفت که مثل چرخ گردان بیقرارم. آیا شما مثل چرخ گردان بیقرار هستید؟ و وقتی بیقرار هستید این بیقراری‌تان بخاطر رسیدن به یک چیز بیرونی است یا درونی است؟ می‌دانید بیقراری‌تان را کی ایجاد کرده؟ اینها سوالاتی است که باید از خودتان بپرسید و می‌دانید که یکی از جنبه‌های این قصه و افسانه سوال کردن است البته، و به وسیله افسانه جواب دادن است. می‌گوید:

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۳۵۴

## گرچه دوری، دور می‌جنبان تو دم حیث ما کنتم فولوا وجهکم

« گرچه در ذهن هستی و از او دوری، از دور دم‌آشنایی با او (از جنس او بودن) را به حرکت در آر. به این آیه قرآن توجه کن که می‌گوید: در هر جا که هستی رو به او کن.»

می‌گوید که الان می‌دانید گرچه دوری یعنی چه! یعنی مرکزت پر از هم‌هویت شدگی است، یعنی دور از خدا هستی، ولی در همان حال که دور هستی به اصطلاح علامت‌آشنائیت بده، به من بگو که آشنای من هستی، یعنی خدا به ما می‌گوید. یا ما به خودمان می‌گوییم. و در هر جا که هستیم، ما در هر وضعیتی هستیم رو به سوی او بکنیم. و ترجمه اش این است: گرچه در ذهن هستی و از او دوری، از دور دم‌آشنایی با او، از جنس او بودن را به حرکت در آر و به این آیه قرآن توجه کن که می‌گوید در هر جا که هستی رو به او کن.

و اگر این را با این افسانه من ذهنی بسنجید گرچه دوری، الان متوجه می‌شویم که در مرکز ما همانیدگی هست، مقاومت و قضاوت داریم، اطرافمان مانع و مسئله و دشمن می‌بینیم. ولی درست است که در این حالت هستیم و حس امنیت نداریم عقلمان کار نمی‌کند و هدایت‌مان افتاده دست هیجان‌اتمان مخصوصاً هیجان‌ات منفی‌مان، قدرتی هم نداریم ولی در هر وضعیتی به هر درجه‌ای که هست رو به او بکنیم. برای رو به او کردن باید یک لحظه با تسلیم مرکزمان را خالی کنیم، درست است؟ بله این چند بیت را هم می‌خوانم راجع به همین موضوع است.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۴۳

## جمله مرغان منازع، بازوار بشنوید این طبل باز شهربار

منازع یعنی نزاع‌کننده یعنی ما در من ذهنی که آمدیم مرکزمان را پر از هم‌هویت‌شدگی کردیم و در واقع مرکزمان ذهنمان است و چون باورهایمان مخالف است با آنها ما هم هویتیم، ما داریم نزاع می‌کنیم. گفتم، مهمترین سوال این نیست که از کسی بی‌رسیم باورهایت چیست و اگر باورهایش با ما اختلاف داشت، بگوییم خوب معلوم است که آب ما توی یک جو نمی‌رود و ما باهم دشمنیم. اگر یکی باشد ما باهم دوستیم. این غلط است. به هر حال مرغان یعنی ما انسانها که باهم نزاع می‌کنیم بخاطر اینکه هم هویت شدگی‌هايمان اختلاف دارند. ولی می‌گوید که خدا، ما مثل باز هستیم و طبل بازگشت را



دارد می‌زند، اینکه همان طبل ارجعی هست، به سوی من بازگردید و هر لحظه پیغام هایی به ما می‌رسد که بازگردید به سوی من، برای بازگشتن باید رو به او بکنید، برای رو به او کردن باید فضا را باز کنید.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۴۴

## ز اختلاف خویش سوی اتحاد هین ز هر جانب روان گردید شاد

این اختلافات بخاطر مرکز قراردادن باورهاست و شما باورپرستید، بدانید این را، بنابراین سوی آن یک زندگی که در درون همه‌تان هست رو کنید با فضاگشایی، اگر تمام انسانها فضا را در اطراف اتفاق این لحظه باز کنند من بیایم مرکز آنها، مرا معیار قرار دهید. و به سوی اتحاد با من، اتحاد با من اتحاد با همدیگر هم هست، اگر به من نگرید، دوباره به من زنده نشوید و شادمان آن هم به سوی من نیاید در این صورت همیشه باهم خواهید جنگید. در سطح خواهید ماند. می‌بینید که می‌گوید ز هر جانب یعنی هر سو که رفتید، می‌گوید نگذاشتید من شما را هدایت کنم، به هر سو که هیجانانگیزتان شما را برده است، مرکزتان برده است، از آنجا فضا را باز کنید و با اتفاق این لحظه دوست باشید بگذارید من شما را بیاورم به طرف خودم. بله،

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۴۵

## حَيْثَ مَا كُنْتُمْ فَوَلُّوا وُجُوهَكُمْ نَحْوَهُ هَذَا الَّذِي لَمْ يَنْهَكُمْ

در هر وضعیتی هستید روی خود را به سوی آن وحدت و یا آن سلیمان بگردانید که این چیزی است که خدا شما را از آن باز نداشته است.

منظورش این است که بله، ما تا حالا رو به او نکرده‌ایم اصلاً، رویمان به چیزها بوده است، الان خواهیم دید توی این آیه می‌گوید که شما باید قبله را عوض کنید، تا حالا فرم و ماده را می‌پرستیدید که در ذهنتان بود، ذهنتان هم آورده بودید مرکزتان، باورها را می‌پرستیدید، حالا هم قبله را از باورپرستی به خداپرستی بگردانید. و خدا شما را از رو کردن به هم‌هویت‌شدگی‌ها یعنی به هر چیزی باز نداشته است. فقط از یک چیزی باز نداشته است و آنهم رو کردن به من است. خدا فقط از یک چیزی ما را باز نداشته است، فقط به او رو کنیم، به بقیه چیزها گفته است رو نکنید، درست است؟

اینهم یک بیت دیگر هست که همین را می‌گوید:



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۶۷۳

## حَيْثُ مَا كُنْتُمْ فَوَلُّوا شَطْرَهُ

### با زجاجهء دل پری خوان تویم

می گوید که، همین را می گوید بازهم، هر جا که باشید رو به او بکنید. زجاجهء دل یعنی عینک دل. شیشه دل. یعنی درحالیکه فضا را باز کرده اید، دل خالی، خلا، عینکتان است، پری خوان خدا باشید. فضا را باز می کنیم، از جنس عدم می شویم، با آن عدم خدا را به مرکزمان بیشتر می خوانیم، می گوید کارمان باید این باشد. در هر وضعیت ذهنی که هستیم، فضا را باز می کنیم و رو می کنیم به او، یعنی پای او را می آوریم به مرکزمان و با همان فضای گشوده شده که آن زجاجه یا آینه یا شیشه دل است، پری خوان او می شویم.

پری خوان، می دانید پری به اصطلاح یک موجود افسانه ای است که در اینجا نماد خدا است. یعنی ما مرتب درحالیکه مرکزمان از جنس تو است، دیگر چیزها را به مرکزمان نمی کشیم و تو را می کشیم. یعنی چیزها را از مرکزمان هول می دهیم برود به دور، ولی تو را به مرکزمان می خوانیم، بله همین.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۶۷۳

## حَيْثُ مَا كُنْتُمْ فَوَلُّوا شَطْرَهُ

### با زجاجهء دل پری خوان تویم

یعنی دل ما عدم است، پس امنیت، هدایت، عقل، قدرت اصیل هستند، با صبر و شکر در حالیکه اتفاق این لحظه را همیشه می پذیریم، با شادی که از طرف تو می آید با آفرینندگی و کمک تو، یعنی کمک عقل تو، هدایت تو، حس امنیت تو، قدرت تو، ما تو را به سوی مرکزمان طلب می کنیم، می خوانیم و مرتب این هم هویت شدگی ها را به حاشیه و دور از مرکز هول می دهیم برود، آره.

قرآن کریم، سوره بقره (۲)، آیه ۱۴۴

« قَدْ نَرَى تَقَلُّبَ وَجْهِكَ فِي السَّمَاءِ ۚ فَلَنُوَلِّيَنَّكَ قِبْلَةً تَرْضَاهَا فَوَلِّ وَجْهَكَ شَطْرَ الْمَسْجِدِ الْحَرَامِ ۚ وَحَيْثُ مَا كُنْتُمْ فَوَلُّوا وُجُوهَكُمْ شَطْرَهُ ۚ وَإِنَّ الَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ لَيَعْلَمُونَ أَنَّهُ الْحَقُّ مِنْ رَبِّهِمْ ۗ وَمَا اللَّهُ بِعَافٍ لِمَنْ يَعْمَلُونَ. »

« نگر بستنت را به اطراف آسمان می بینیم. تو را به سوی قبله ای که می پسندی می گردانیم. پس روی به جانب مسجدالحرام کن. و هر جا که باشید روی بدان جانب کنید. اهل کتاب می دانند که این دگرگونی به حق و از جانب پروردگارشان بوده است. و خدا از آنچه می کنید غافل نیست. »

می بینید که سوره بقره آیه ۱۴۴ است، آنهایی که می خواهند بروند بخوانند. اما توجه کنید این آیه کاملش این است: این آیه را مولانا در عوض کردن قبله از سوی مرکز هم هویت شدگی یعنی چیزهای این جهان به سوی خودش تعبیر می کند،

نه اینکه یک مکان جغرافیایی را رها می‌کنیم، به یک مکان جغرافیایی دیگر عوض می‌کنیم. اینجا مسجدالحرام هم باید همین فضای یکتایی تعبیر کنیم، که این فضا نمی‌گذارد چیز من‌دار تویش بیاید. بله، این‌ها را هم سریع می‌خوانم:

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۲۵۸

## گر قضا پوشد سیه، همچون شبّت هم قضا دستت بگیرد عاقبت

اینها را خوانده‌ایم و در این تصویر حقیقت وجودی انسان، شما می‌دانید که به محض اینکه فضا را باز می‌کنید اطراف اتفاق این لحظه و می‌دانید که اتفاق این لحظه به وسیله قضا می‌افتد و اتفاقاتی که قضای ما پیش آورده است، ما را من ذهنی کرده است. ولی ما الان اجازه نمی‌دهیم همان قضا دست ما را بگیرد، و اگر بخواهیم اجازه بدهیم باید تسلیم بشویم و با فضاگشایی دوباره او را بیاوریم به مرکزمان. یعنی دید از طریق هم‌هویت‌شدگی‌ها را بیندازیم دور و فضای گشوده شده را که از جنس عدم است، عینک مرکز خودمان بکنیم، اشتباه نکنیم تا قضا دوباره دست ما را بگیرد، قضا با کُن فکان دست ما را بگیرد.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۲۵۹

## گر قضا صد بار قصد جان کند هم قضا جانت دهد، درمان کند

اگر دوباره همین بیت را با این شکل ببینیم، اگر قضا به هم‌هویت‌شدگی ما حمله می‌کند، به مرکز ما، که ما فکر می‌کنیم قضا دارد ما را می‌کشد، باید بگذاریم حمله کند، باید بگذاریم برود و بکشیم عقب و نگاه کنیم، و بدانیم که قضا با کُن فکان می‌خواهد هم‌هویت‌شدگی‌ها را از مرکز ما پاک کند، و دردهای ما را هم از مرکزمان بیرون بیاورد و ما را درمان کند. یعنی مرکز و بیرون ما را عوض کند، غیر از این نخواهد بود. یعنی اگر کسی فکر می‌کند که به وسیله من ذهنیش می‌تواند خودش را عوض کند، مرکزش را عوض کند، بیرونش را عوض کند، رفتارش را عوض کند، حتی به وسیله من ذهنی می‌تواند آشتی کند با همسرش که قهر است، یا در بیرون صلح ایجاد کند، نمی‌تواند. باید اجازه بدهد مرکزش از جنس زندگی بشود.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۲۶۰

## این قضا صد بار اگر راحت زند برفراز چرخ، خرگاهت زند

اینها را بارها خوانده‌ایم ولی با این شکل‌ها بسیار پر معنی می‌شود. می‌گوید اگر این قضا بارها ما را منحرف کند از آن چیزی که به وسیله من ذهنی می‌رفتیم، باید بدانیم، دارد به ما می‌گوید که آن چیزی که الان مرکزت هست، راه به تو



نشان می‌دهد، آن غلط نشان می‌دهد، بگذار من آن را پاک کنم، خودم را بگذارم در مرکزت، خدا می‌گوید: که من بینهایت هستم، بگذار من مرکز تو را یا درون تو را باز کنم و بینهایت کنم.

پس بنابراین آن راه‌هایی که ما می‌اندیشیم توی ذهنمان با دید ذهنی، اگر آنها زده می‌شود و بی‌اثر می‌شود، ما نباید ناراحت باشیم، باید بکشیم عقب، با تسلیم پیغام زندگی را بگیریم ببینیم چه نشان می‌دهد به ما، چی را باید بیندازیم، چی را شناسایی می‌کنیم. بله، این را هم که بارها خوانده‌ایم، این بیت:

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۸۱

### حق، قدم بروی نهد از لامکان آنکه او ساکن شود از کُن فکان

حق قدم گذاشتن به مرکز ما، یعنی مرکز ما از جنس فضای خالی شدن و آن مرکز هم‌هویت‌شدگی که مثل جهنم می‌سوخت، آن به وسیله کُن فکان، یعنی او می‌گوید بشود می‌شود، بشو می‌شود، همانطور که گل سرخ را باز می‌کند، ساکن می‌شود، ساکن می‌شود.

پس باید بگذاریم خدا قدم به مرکزتان بگذارد، با کُن فکانش به شما کمک کند. این تصویر کاملاً گویا است. شما الان می‌دانید که راه هم‌هویت‌شدگی را رفتن، از دید هم‌هویت‌شدگی‌ها دیدن غلط بوده است، کمک نکرده است به شما، آن عقل و هدایت و قدرت و حس امنیت دروغین بوده‌اند، مرکزتان مادی بود. الان مرکزتان را دارید شفاف می‌کنید، نور رد می‌شود، خرد رد می‌شود و این در واقع معادل قدم گذاشتن خدا به مرکز شما است. و کار افتادن کُن فکان و کُن فکان معادل است با قضاوت ایزدی و اراده ایزدی، شما این لحظه زندگیتان را خدا می‌نویسد، چه در درون چه در بیرون و شما با وضعیت کاملاً دوستانه هستید. بله.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۶۴

### سبز گردم، چونکه گوید: کشت باش زرد گردم، چونکه گوید: زشت باش

یعنی من تسلیم هستم، در مرکز من او است. آره، در مرکز من بصورت عدم خدا است، دیگر هم‌هویت‌شدگی نیست. اگر من را سبز می‌کند من سبز می‌شوم، یعنی بالنده می‌شوم. اگر یک چیزی را زرد می‌کند، یعنی هم‌هویت‌شدگی را زرد می‌کند، به من می‌گوید زشت باش زرد می‌شوم. یعنی هرچی را که خشک می‌کند می‌گذارم خشک باشد ولو اینکه فکر می‌کنم دارم کوچک می‌شوم، زشت می‌شوم و هر جوری هم که او مرا سبز می‌کند سبز می‌شوم تا بالاخره کُن فکان من را درست کند.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۶۵

## لحظہای ماہم کند، یک دم سیاہ

### خود چه باشد غیر این، کار الہ؟

اینها ابیات ساده‌ای هستند که پس از این تصویرها کاملاً پر معنا می‌شوند. یک لحظه من را ماه می‌کند یعنی از جنس خودش می‌کند، یک لحظه از جنس هم‌هویت‌شدگی می‌کند، فوراً به من نشان می‌دهد که فرق اینها چی است. چون تا حالا نگذاشته‌ایم او بیاید مرکزمان، ما الان توانایی شناسایی اینکه کی مرکزمان مادی است کی معنوی است نداریم. شما باید بتوانید تشخیص بدهید که این فکری که می‌کنید، انگیزه‌اش عینک‌های ذهنی، دردها است، این جهتی که می‌روید الان خشم‌تان باعث شده است بروید یا حسادت‌تان یا اضطراب‌تان یا ترس‌تان یا واقعاً هدایت خدا است؟ ما الان قادر نیستیم تشخیص بدهیم، ولی پس از اینکه مرکزتان باز می‌شود، یک مقداری باز می‌شود و این هم‌هویت‌شدگی‌ها به اصطلاح رانده می‌شوند به اطراف، دیگر مرکزتان نیستند، یواش یواش متوجه می‌شویم که کی من ذهنی هستیم، کی ماه هستیم، یعنی از جنس خدا هستیم.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۶۶

## پیش چوگانهای حکم کن فکان

### می‌دویم اندر مکان و لامکان

این را هم که چندین بار امروز خواندم. پس مرکز ما، همیشه این درست است، اگر من ذهنی باشیم و از فکری به فکری بپریم و خدا را به مرکزمان راه ندهیم، یک جوری می‌شود، دایماً رَبِّ الْمَنُونِ، حوادث ناگوار در بیرون می‌افتد، مرکز ما منقبض می‌شود و بدن ما خشک می‌شود، چهار بعد ما خشک می‌شود، از آب حیات محروم می‌شویم. اما اگر هوشیارانه، با صبر و شکر مرکزمان را باز کنیم، در این صورت هر لحظه کُنْ فکان روی ما کار می‌کند و مکان و لامکان ما را اداره می‌کند، همین شکل یعنی. شما هوشیارانه و آگاهانه عمداً فضا را در اطراف اتفاق این لحظه باز می‌کنید. گفتم باز هم، مهم‌ترین کلید این است که این لحظه بازبینی کنید که رابطه من با خدا در این لحظه که مساوی است با رابطه من با فرم این لحظه یا اتفاق این لحظه چی است، اگر دوستانه است مرکزتان باز شده است، خدا دارد به شما کمک می‌کند، اگر خصمانه است و دارید مقاومت می‌کنید در مقابل اتفاق این لحظه و دشمنی می‌کنید با اتفاق این لحظه، یعنی دشمنی با خدا می‌کنید این کلید است. یعنی واقعاً مهم‌تر از این چیزی نداریم ما دیگر. برای همان آن اشعار را خواندم که می‌گفت رضا، به اصطلاح دوست شکر است، رضا، رضا. این لحظه اگر شما رضا ندارید، خدا به شما کمک نخواهد کرد.

شما هم با دید ذهنیتان خواهید گفت که مگر می‌شود رضا داشت؟ خوب یعنی شما آن موقع قضا را قبول ندارید. همین‌ها را باید شما عوض کنید. اگر شما پیشرفت نکرده‌اید، در اینجاها اشکال ممکن است داشته باشید. این بیت درست است، یعنی نمی‌شود اینطور نباشد اصلاً. یک قضا هست، حکم قضا هست، همه‌اش در این لحظه است و کُن فکان است، یعنی خدا می‌گوید بشو و می‌شود. حالا شما می‌گویید خدا را نمی‌دانم چی است و اینها، عقل کل که جهان را اداره می‌کند، کائنات را اداره می‌کند، مکان یعنی اتفاقات بیرونی و درونی، بدن ما و هر چه که تغییر می‌کند مکان است. و لامکان ما یعنی فضای گشوده شده در مرکز ما، تماماً در اختیار او است. و بهترین حالتش این است که شما در این لحظه رضا داشته باشید. اول رضا ندارید، نمی‌شود رضا داشته باشید، شکر داشته باشید.

فضا را باز کنید، صبر داشته باشید و ضلع سمت چپ مستطیل را ببینید: پذیرش، پذیرش اتفاق این لحظه قدم اول است، قدم اول عرفان پذیرش اتفاق این لحظه است. یعنی هر کسی که وضعیت خیلی خراب است دیگر، هم‌هویت‌شدگی، درد خیلی دارد، گیج است، اولین کارش این است که اتفاق این لحظه را بپذیرد، تا بتواند در لحظاتی عدم را بیاورد به مرکزش و صبر و شکر داشته باشد.

پس از یک مدتی تمرین متوجه می‌شود که این شکر واقعی که امروز همه را توضیح داده‌ام، رضا می‌آورد و شما دارید اعتقاد پیدا می‌کنید که این اتفاقی که به من افتاده است گرچه که خیلی تلخ است ولی یک منظوری از این هست، یک پیغامی در این هست که من این پیغام را با مخالفت با آن دارم گم می‌کنم. بله، اجازه بدهید یک خرده هم از جَفَّ الْقَلَمِ برایتان بخوانم، می‌گوید:

**مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت شماره ۳۱۵)**

**معنی جَفَّ الْقَلَمِ كَىٰ اَنْ بُوَد**

**که جفاها با وفا یکسان بود؟**

توجه می‌کنید بیت مهمی است. می‌گوید معنی اینکه مرکب قلم خشک شد، یعنی خدا در این لحظه، در این لحظه، زندگی درون و بیرون ما را می‌نویسد. وقتی خشک می‌شود یعنی اتفاق می‌افتد جلویمان، تازه ما متوجه می‌شویم. خوب اتفاق می‌افتد جلویمان، حالت این چینی و باشندگی این لحظه است. یعنی الان که ما متوجه شدیم یک اتفاقی افتاده است، قبلش نمی‌دانستیم، الان که افتاده است چه فایده دارد با آن مخالفت کنیم؟ می‌گوید معنی جَفَّ الْقَلَمِ آن نیست که جفا، جفا یعنی از جنس ماده شدن، مرکز را از جنس ماده کردن و بی‌وفایی به خدا، بی‌وفایی به آست.

توجه می‌کنید که ما از جنس آلت هستیم یعنی ما از جنس خدا هستیم، خدا به ما گفته است که تو هر لحظه باید بله بگویی، یعنی به اتفاق این لحظه بله بگویی، یعنی به من بگویی بله، ولی چون من را نمی‌شناسی، برای اینکه با ذهن نگاه می‌کنی، باید به اتفاق این لحظه بگویی بله، چون بدان که آن را من ایجاد می‌کنم و برای وضعیت تو مناسب است.

می‌گوید اگر شما مخالفت کنی و مقاومت کنی و آن جنسیت اصلی را الان نشان ندهی، جنسیت اصلی را چه جوری نشان می‌دهی؟ اگر وفا کنی. وفا کنی یعنی فضا را باز کنی، صبر کنی، شکر کنی. می‌گوید جَفَّ الْقَلَمُ معنیش این نیست که در این لحظه مرکزت را ماده کنی یا شفاف کنی باز کنی، این دو تا یکسان است. این دو تا کی یکسان است؟ مرکزت از جنس خدا باشد، کُنْ فَكَانَ کار می‌کند و شما را اصلاح می‌کند؛ جفا باشد، یعنی انکار کنی که من از جنس خدا هستم، بگویی نه، در اینصورت وضعت خراب می‌شود، در اینصورت با مقاومت و قضاوت من ذهنی، با دید من ذهنی، دید هم‌هویت‌شدگی‌ها باید جلو بروی و رِبِّبُ الْمَنُونِ یعنی اتفاقات بد در بیرون یا انعکاس این مرکز مادی در بیرون، بسیار تلخ خواهد بود و تو نمی‌توانی خودت را جمع و جور کنی و این اتفاقات برای مردم می‌افتد.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت شماره ۳۱۵۲

### بَلْ جَافَا رَا هِم جَافَا الْقَلَمَ وَأَنْ وَا رَا هِم وَا جَافَا الْقَلَمَ

بلکه جفای شما یعنی بی‌وفایی ما، اینکه فضا را باز نمی‌کنیم و مخالفت می‌کنیم، مرکزمان را غیر خدا می‌کنیم، از طرف زندگی جفا است. یعنی او هم بی‌وفایی می‌کند، بد می‌نویسد. وان وَا رَا هِم وَا جَافَا الْقَلَمَ، اگر شما مرکزت را باز کردی و بله گفتی و عدم را مرکز قراردادی، در اینصورت او هم می‌آید به مرکزت و به تو کمک می‌کند. واضح است دیگر اینها، بله، این آیه را هم ببینید سوره اسراء آیه ۷ می‌گوید:

قرآن کریم، سوره اسراء (۱۷)، آیه ۷

«إِنْ أَحْسَنْتُمْ أَحْسَنْتُمْ لِأَنْفُسِكُمْ وَإِنْ أَسَأْتُمْ فَلَهَا..»

«اگر نیکی کنید به خود می‌کنید، و اگر بدی کنید به خود می‌کنید...»

حالا می‌گوید:

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت شماره ۳۱۵۳

### عَفُوْ بَاشِدْ لِيْكَ كُو فَرَامِيْدْ

### که بود بنده ز تقوی روسپید؟

می‌گوید که خوب جفا می‌کنی، مرکزت را می‌بندی و نمی‌گذاری خدا بیاید مرکزت، خوب، خدا ممکن است تو را ببخشد، حالا از اشتباهت بگذرد، و دوباره یک فرصتی به تو بدهد، گفت خدا شبیه قمار بازها عمل می‌کند و هی، شرط می‌کند



روی تو، مرتب برای این که شرط کند زندگی را می فرستد، هی امتحان می کند، هر لحظه تو را امتحان می کند یک اتفاق بد بوجود می آورد می بیند که شما باز نکردید، خیلی خوب. اتفاق بعدی را بوجود می آورد. و دوباره پیغام می فرستد، ندا می فرستد می بیند نه! مرکز شما باز هم پوشیده است پیغام ایشان را نمی گیرید، ناله می کنید، واکنش نشان می دهید، بالاخره این کارها را می کند ولی هی می بیند که خیلی خوب، ما پاسخ نمی دهیم دیگر، حالا عفو می کند، می گذرد، خیلی حوصله اش زیاد است، اما می گوید ولو اینکه عفو بکند ولی آن جلال و شکوه امید که از طریق تقوا رو سپید می شود پیش خدا، تقوا یعنی پرهیز، یعنی این فضا را باز می کند، بله! و نمی بندد. هر لحظه وفا می کند.

بنده رو سپید می شود پیش خدا، یعنی از جنس خدا می شود. از طریق تقوا و پرهیز، از هم هویت شدگی، و مرتب از مرکزش می راند هم هویت شدگی ها را با حاشیه و عدم را می آورد مرکزش، فضا گشایی می کند و پرهیز می کند از هم هویت شدگی می گوید این کجا و آن کجا، حالا تو به امید عفو مانده ای ولی مرکزت را مادی نگه داشتی، عمدا و قصدا مادی کردی خودت را، جنسیت را از جنس جفا کردی، به امید عفو، خیلی خوب فرض کن عفو هم کرد، ولی آن بی نهایتی که قرار بود به او زنده بشوی زنده نخواهی شد. همین را می گوید. بله.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت شماره ۳۱۵۴

## دزد را گر عفو باشد، جان برد کی وزیر و خازن مخزن شود؟

مثال می زند، می گوید اگر دزد را ببخشند در این صورت جانش را برد، نجات پیدا کرد. یعنی ما هم از خدا مرتب می دزدیم، مرکزمان می گذاریم زندگی را تلف می کنیم، همان طور دزد را ممکن است ببخشند، ولی دیگر دزد را نمی برند که وزیر بکنند و خزینه را بدهند دستش. نه! و دوباره. بله اجازه بدهید.

\*\*\* پایان قسمت چهارم \*\*\*

اینها همه راجع به جَف الْقَلَم است واقعا جَف الْقَلَم می گوید که خدا مرکز ما را در بیرون منعکس می کند و بر طبق شایستگی ما می نویسد.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۴۶۶

## پیش چوگانهای حکم کُن فکان می دویم اندر مکان و لامکان

اتفاق را در بیرون بوجود می آورد مرکز ما را بیرون منعکس می کند، و اگر ما فضا را باز کنیم به ما نشان می دهد که در مرکز ما چه اشکالی دارد، کدام هم هویت شدگی، کدام جفا، این حادثه بد را به وجود می آورد. وگر نه ما نمی توانیم بفهمیم. پس این طوری ما خودمان را اصلاح می کنیم. اگر ما جفا بکنیم یعنی اتفاق بد را مرکز ما منعکس بکند در بیرون بعد ما شروع کنیم به اطراف نگاه کردن به این ناسزا بدهیم آن را مسئول بدانیم این را ملامت کنیم و بدتر تلخ بشویم و ندانیم چه چیزمان است ما تغییر نمی کنیم. و بعد دوباره می گوید

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۱

## زانکه می بافی، همه ساله پیوش زانکه می کاری، همه ساله بنوش

در مرکز ما هم هویت شدگی وجود دارد، مرتب این فکرها را ما توی این قصه می بافیم، بر حسب هیجانان مان، دردهایمان، و هر چه که می بافیم تمام لحظات باید ببوشیم، برای اینکه انعکاس این فکرهای من دار و پر از درد که از دردهای ما می آید در بیرون منعکس می شود. و آن هم که می کاری ممکن است الان به تو بر نگردد. ولی بالاخره بر خواهد گشت. یعنی این جَف الْقَلَم عکس العمل کائنات را هم نشان می دهد. شما این لحظه بر حسب هم هویت شدگی ها فکر می کنید یک دردی به شما بر خواهد گشت و براساس فضای باز شده فکر می کنید یعنی می گذارید خدا فکر کند. ما کمان و تیر اندازش خداست، خیلی خوب است. آن را هم خواهی دید. بنابراین.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۱۸۲

## فعل توست این غصه های دم به دم این بود معنی قَد جَف الْقَلَم

الان دیگر این بیت را کاملا می فهمید شما، با این دو تا تصویر، با افسانه من ذهنی، فکر می کنید و عمل می کنید، در این صورت مرکزتان در بیرون چیزهای بد منعکس می کند و شما غصه خواهید خورد. معنی قَد جَف الْقَلَم این است، یعنی اینکه خدا در این لحظه زندگی ما را می نویسد و خشک می شود، این است. ولی این لحظه خشک می شود گفتیم چکار می کنیم، هر چه هست، درست است که بد است، فضا را باز می کنیم با او دوست می شویم. تا به ما کمک کند. بله،



## حدیث

« جَفَّ الْقَلَمُ بِمَا أَنْتَ لَاقٍ »

« خشک شد قلم به آنچه سزاوار بودی. »

این حدیث است، اینطوریش هم هست،

« جَفَّ الْقَلَمُ بِمَا هُوَ كَائِنٌ »

« خشک شد قلم به آنچه بودنی است. »

بله. این دوباره اولین بیت غزلمان است، که ان شالله بخوانیم غزلمان را تمام بکنیم.

خواندیم که:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۱۲۹

## عمر که بی‌عشق رفت، هیچ حسابش مگیر آب حیاتست عشق، در دل و جاننش پذیر

و نشان دادیم که عمری که بی عشق رفته، ما هم هویت شده بودیم با چیزها، آنها مرکزمان بود. می گوید که این را به حساب عمرت نگذار، و تو باید با خدا یکی بشوی. پس مرکزت باید باز بشود از جنس عدم بشود، و وقتی عدم شد تو بیا این آب حیاتی که از طرف عشق می آید، یعنی اتحادت با خدا می آید این را مرکزت قرار بده به صورت عدم، و بگذار آبش به چهار بُعدت جذب بشود. واقعا جذب جانت بشود. یعنی اعمال بشود به این تَنَت، فکرت، بگذار کاملاً سیراب کند. یعنی همه چیزت را در اختیار او بگذار، به هیچ وجه مقاومت یا قضاوت تو نکن. در دل و جاننش پذیر، یعنی آن را بدون مقاومت و قضاوت بگذار جذب وجودت بشود.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۱۲۹

## هر که جز عاشقان، ماهی بی‌آب دان مُرده و پژمرده است گر چه بُود او وزیر

همه آدمها غیر از عاشقان، عاشقان کسانی هستند که مرکزشان را از جنس عدم کرده اند، هم هویت شدگی ها را رانده اند به حاشیه، مرکزشان شفاف است، مرکزشان از جنس خدا است، و عاشقان خیلی دیگر پیشرفته حقیقتاً در این چیزهای حاشیه ای، به اصطلاح که قبلاً هم هویت شدگی هایمان بودند، مثل خانواده، مثل همسر، مثل باور، مثل دوست، دشمن، هر چی. در آنها دیگر هیچ هم هویت شدگی ندارد. آنها عاشقان خیلی دیگر عمیق هستند. یعنی کاملاً با خدا یکی شده اند، و به او زنده شده اند.

تمام آدمها غیر از این عاشقان شبیه ماهی هستند که از آب آورده اند انداخته اند بیرون، بنابر این ماهی را از آب بیاندازی بیرون چه جوری می شود؟ یا می میرد، یا پژمرده می شود. ما هم در من ذهنی در حالی که با عینک هم هویت شدگی ها می بینیم، مُرده و پژمرده شدیم. حتی اگر وزیر باشد، به این تصویر نگاه کنید. تمام آدم های غیر از عاشقان همانندگی در مرکزشان دارند، عقل و حس امنیت و قدرت و هدایتشان واقعا دروغین است، مصنوعی است. همین که این همانندگی های مرکز تغییر می کنند این چهارتا به خطر می افتد. دائما مقاومت و قضاوت دارند، دائما مانع سازی و مسئله سازی و دشمن سازی می کنند، به خاطر این است که خشک شده اند.

کسی که حس امنیتش را از همسرش می گیرد، از پولش می گیرد، از بچه اش می گیرد، از پدر و مادرش می گیرد، از دوستش می گیرد، از مقامش می گیرد، یعنی از خدا نمی گیرد. پس مثل ماهی بی آب است. این آدم کاری ندارد که برود با خدا متحد بشود، خدا را بیاورد مرکزش، می گوید اینها هر چه بیشتر بهتر، در عین حال مقاومت و قضاوتش هم به جا است. می گوید حتی وزیر هم باشد البته نه وزیرهای فعلی، وزیر های قدیم که شاه مثلا یک وزیر داشت، تقریبا در حد شاه بود. شاه حتی از او می پرسید، بنابراین خیلی آدم ثروتمندی بود و دارای قدرت زیاد. می گوید ولو وزیر هم که باشد یعنی مقام این جهانی داشته باشد، و همه چیز داشته باشد، باز هم مرده و پژمرده است. بعد این بیت را می آورد.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۱۲۹

## عشق چو بگشاد رخت، سبز شود هر درخت

### برگ جوان بر دمد، هر نفس از شاخ پیر

بله این شکل را ببینید: وقتی ما بیایم به مثلث واهمانش و فضا را باز می کنیم، مرکزمان از جنس عدم می شود و این هم هویت شدگی ها رانده می شوند به اطراف به حاشیه ها و مرکز را اشغال نمی کنند، و ما شفاف با عینک خدا می بینیم، برای اینکه آن فضای خالی در مرکزمان است، به اندازه ی کافی باز شده، یعنی عشق بساطش را در مرکز ما پهن کرده، یعنی ما تا حدود زیادی با خدا یکی شدیم، از جنس خدا شدیم، از جنس خدا شدن هم یعنی از جنس اصل مان می شویم، از جنس من اصلی مان می شویم، همین که در اثر فضا گشایی این هم هویت شدگی ها رانده می شوند به حاشیه، این خیلی مهم است، ما از جنس خدا می شویم. هر چیزی که در مرکز ما باشد ما از جنس او هستیم، اگر عدم بیاید به مرکز ما، ما هر سنی داشته باشیم، ما سبز می شویم. سبز شود هر درخت، درخت یعنی انسان، انسان ۱۰ ساله، ۲۰ ساله، ۵۰ ساله، ۸۰ ساله، این ها سبز می شوند، اینها فرقی نمی کند چه سنی باشند.

برای همین می گوید: برگ جوان بر دمد هر نفس از شاخ پیر. شاخ پیر یعنی انسانی است که من ذهنی داشته و از درخت خدا یعنی درخت زندگی جدا مانده بوده، ولی الان چون مرکزش را خالی کرد برگ های سبز جوان می دمد. در مورد انسان

این برگ می تواند معنی نوا هم باشد، یعنی برگ های جدید، شما می بینید مرکز تان را خالی کردید و صبر می کنید، شکر می کنید، مرتب فکرهای زیبا می کنید، مثلا آن چهار تا چیز دارند بهتر می شوند، عقل پیدا می کنید، دارید شناسایی می کنید به عنوان حضور ناظر به ذهنتان نگاه می کنید، فکر های لق و منفی را در ذهن تان می بینید، بعد می بینید که کسی یک چیز بدی به شما می گوید شما واکنش نشان می دهید، آنوقت واکنش خودتان را می بینید.

بعد آن موقع حس امنیت تان اصیل تر می شود بهتر دارد می شود، بعد می بینید یک نیروی مرکزی و درونی که از جنس بیرون نیست از جنس خداست، شما را هدایت می کند. و یواشکی به گوشتان الهام می شود چکار بکنید؟ به چه سمتی بروید؟ و چون قدرت خدا پشت فکر ها و عملتان است بسیار خودتان را قدرتمند می دانید. و عدم در مرکزتان که خدا است این ثابت است، و روز به روز هم که فضا را باز می کنید بیشتر خدا را حس می کنید پر قدرت تر می شوید.

برگ جوان بر دمد، بعد آن موقع می بینید که چه فکری می کنید؟ عالی. چه عمل هایی می کنید؟ روابطتان با همه دارد عالی می شود. روابطتان با خودتان، بدنتان دارد سالم تر می شود. بعضی موقع ها برخی مرض های ما شفا پیدا می کند ولو اینکه پیر هستیم بله.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۱۲۹

## هر که شود صید عشق، کی شود او صید مرگ؟ چون سپرش مه بود، کی رسدش زخم تیر؟

واضح است دیگر. هر کسی که از پشت عینک هم هویت شدگی ها نبیند و صید عشق بشود، یعنی خدا را بیاورد مرکزش بگوید خدایا من بلد نیستم ببینم تو ببین، و هیچ موقع با عینک هم هویت شدگی با درد ها یا با چیز های این جهان نبیند، یعنی نگذارد این ها مرکزش بشوند، هر کسی نگذارد همانیدگی مرکزش بشود صید عشق شده، صید عشق شده یعنی صید خدا شده، اگر صید عشق بشود و مرکزش را مثل این مرکزش را از جنس عدم و فضای گشوده شده نگهدارد، در این صورت آمده به این لحظه ی ابدی و زنده شده به بی نهایت خدا و آگاه از این لحظه ی ابدی است. دیگر مرگ به آن دسترسی ندارد، نه اینکه جسم نمی میرد.

توجه کنید که آن مرکز اگر اینقدر باز بشود که این قدر باز بشود که تمام هویت از این چیزهای سیاه که هم هویت شدگی ها ی ما هستند، رانده شدند به حاشیه و مرکز را روشن کردند، شفاف کردند، از آن ها اگر برکنده بشود، دوباره ما آن ها را بکشیم بیرون از آن ها اینقدر این فضا باز بشود که بی نهایت بشود، در این صورت که ما نمی میریم، یعنی نمی میریم که می آییم به این لحظه ی ابدی از این لحظه ی ابدی آگاه می شویم، آن موقع وقتی که جسم ما می میرد ما نمی میریم، جسم ما می افتد.



و وقتی مرکزمان از جنس او است، یعنی خدا است، خوب به جنس او تیرهای بیرونی نمی رسد. به مرکز ما که الان از جنس خداست، هی مرتب مردم توهین کنند و یک چیزی را از ما بدزدند، هر کاری می خواهند بکنند، چون سپرش خدا است، مه یعنی خدا، زخم تیر به او نمی رسد. یعنی زخم تیرهایی که از بیرون می آید. یاد مان باشد زخم تیر به خاطر مرکز بد ما می آمد، اتفاقات بد انعکاس مرکز ما بود، اگر مرکز ما از جنس خدا باشد انعکاسش در بیرون هیچ موقع بد نخواهد بود، به طور معجزه آسا می بینید دشمنان ما می شوند دوستان ما، دیگر میل ندارند به ما لطمه بزنند. برای اینکه ما کاری به آنها نداریم.

و این از این مرکز عدم، ارتعاش زندگی بلند می شود، برکت عشق بلند می شود و حس امنیت و عقل و هدایت و قدرتی که ما احساس می کنیم این به دیگران هم سرایت می کند. با این مرکز عدم، این مرکز و این جنس را در مرکز انسان های دیگر ما شناسایی می کنیم، و روی آن ها اثر می گذاریم. اثر می گذاریم اگر آن ها بخواهند این اثر را می پذیرند اگر نخواهد ستیزه بکنند، نپذیرند خوب نپذیرفته اند، ولی ما گارانتی نمی کنیم که حتما با ارتعاش عدم در مرکز مان یکی دیگر را می توانیم زنده کنیم. ولی اگر آن ها هم فهمیده باشند که باید چکار کنند، می توانند اثر بپذیرند. به هر حال تیرهای بیرونی که قبلا به هم هویت شدگی ها می خوردند و هم هویت شدگی ها مرکز ما بودند و ما را آزرده می کردند، دردمان می آوردند الان دیگر به ما نمی خورد. بله. بعد می گوید:

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۱۲۹

**سر ز خدا تافتی، هیچ رهی یافتی؟**

**جانب ره بازگرد، یاوه مرو خیر خیر**

خیر خیر یعنی بیهوده و بیهوده یعنی لحظه به لحظه کاری بکنی، فکری بکنی که اصلا به درد نمی خورد و ما هم در من ذهنی همین هستیم، اگر دقت کنید این افسانه ی من ذهنی است. این شخصی که همانیدگی ها را در مرکزش گذاشته و مقاومت و قضاوت می کند، سر ز خدا تافته. یکی از آن همانیدگی ها در مرکزش باورها هستند. کسی که از فرایند فضا گشایی و آوردن کن فکان به مرکزش نگذاشته باشد، یعنی هوشیارانه روی خودش کار نکرده باشد، از جنس افسانه ی من ذهنی است.

عرض کردم این شکل نشان می دهد که انسان یک داستان افسانه ایی است، به این معنا که یک سری اتفاقات را در گذشته گرفته و رها نمی کند، بر اساس آن قصه درست کرده و این قصه، توهمی است. همچون چیزی نیست که ما این قصه هستیم. این ها این چیزها چون در مرکز ما هستند این طوری دیده می شود.



پس سر ز خدا تافتی هیچ رهی یافتی، دارد از ما می پرسد می گوید: همانیدگی ها را گذاشتی مرکزت و خدا را نگذاشتی، با عینک همانیدگی ها راه پیدا کردی؟ نکردی که. تو آمدی یک افسانه درست کردی، که در این افسانه مانع هست و مسئله هست و دشمن هست و قضاوت تو و مقاومت تو همراه با خاصیت‌های من ذهنی مثل ملامت، مثل حس عدم مسئولیت که تقصیر من نیست تقصیر دیگران است.

و علت‌های ذهنی غیر واقعی که سبب بدبختی من هستند، من بی تقصیرم، نالیدن دائمی، شکایت، رنجش، خشم، کینه و رنجش‌ها از گذشته، تأسف‌ها، پشیمانی‌ها، چرا این کار را من کردم، اگر نمی کردم چقدر خوب بود اینطور نمی شدم، نگرانی از آینده، و ترس، حس عدم امنیت، همین چهار تا چیز، حس بی قدرتی، حس بی عقلی که من هیچ چیز را تشخیص نمی دهم. هر فکری می کنم غلط در می آید. هدایت شدن به وسیله همان خشم و کینه و رنجش و هیجانات منفی.

سر ز خدا تافتی، در این وضعیت هیچ راه یافتی؟ نه. خوب الآن که اینطور است می گوید: جانب ره بازگرد. جانب ره بازگرد آن یکی مثلث است. و شما الآن می دانید که اگر این کار را و این راه را ادامه بدهید واقعا بیهوده خواهد شد زندگی شما و هیچ راهی پیدا نخواهید کرد. مسائلتان را حل نخواهید کرد، مانع‌ها از بین نخواهد رفت. حتی ببینید این انسان اینقدر قدرت ندارد که یکی از مانع‌ها را از بین ببرد. اصلا مانع را این وضعیت به وجود آورده و به آن چسبیده. توجه کنید موانع، مسائل و دشمن‌ها جزو لاینفک این نوع دید است و در مرکز این انسان است که فکر می کند می تواند راه پیدا کند.

اما جانب ره بازگرد یعنی همین. جانب ره بازگرد یعنی فضا را در مرکزت باز کن و بران این هم‌هویت‌شدگی‌ها را با فضاگشایی به اطراف و این چهار چیز را، حس امنیت، عقل، هدایت و قدرت را اصیل کن، عدم را در مرکزت نگه دار، صبر کن، شکر کن، پرهیز را رعایت کن. جانب ره بازگرد یعنی این دیگر، شروع کن به واهمانش. ابتدا پذیرش، یواش یواش شادی می آید می فهمید شادی بی سبب از درون شما می جوشد و می آید. احتیاجی به خوشی که آن چیزهایی که الآن رانده شده‌اند به اطراف نبوده. قبلا به خوشی‌های آنها احتیاج داشتی، قبلا ما آدم‌ها را گذاشته بودیم در مرکزمان، همسرمان را. همسرمان هر روز به ما می گفت دوستت دارم توجه می داد ما خوشحال بودیم. اگر یک روز نمی گفت و توجه نمی داد و تایید نمی کرد دیگر همه عقل و هدایت و قدرت و حس امنیت ما به هم می ریخت. الآن نه، به راه آمدیم. به راه بیا یعنی عدم را بگذار مرکزت، فضاگشایی کن.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۱۲۹

## تنگ شکر خربلاش، ورنخری سرکه باش

### عاشق این میر شو ورنشوی، رو بمیر

بلاش یعنی بلای معشوق. یعنی بار شکر بده، تنگ یعنی بار، و بلای معشوق را بخر. همین یک چهارم بیت اول خیلی مهم است. الآن با دیدن ذهنی می بینیم، هم هویت شدگی ها می بینیم. می گویم که آهان این را دارم و یا به آن می رسم و این بار شکر است، به به به. از کجا می آید؟ از هم هویت شدگی. می گوید آن بار شکر را بده و بلای معشوق را بخر. یعنی اگر معشوق آمد آن جایی که شما یک بار به اصطلاح شتر شکر می خواستند به تو بدهند یا یک کامیون شکر، حالا بلا آمد آن را برد تو خوشحال باش. توجه می کنید این به قانون قضا و کن فکان قائل بودن است.

بله، پس بار شکر را بده بلایش را بخر و اگر نمی خری برو سرکه باش. سرکه یعنی انرژی که من ذهنی بیرون می فرستد. یادتان هست، هفته قبل هم می گفت که این جهان سکنجبین است من های ذهنی سرکه می فرستند به این جهان، تو باید عسل بریزی. هرکسی که عدم را در مرکزش گذاشته مرتب به این جهان عسل و شکر می ریزد، و من های ذهنی سرکه می ریزند و ما عسل را اینقدر باید زیاد کنیم که به اصطلاح جهان اسکنجبین بشود. ولی اگر سرکه زیاد بشود و ما عسل نتوانیم بریزیم سکنجبین خراب می شود، همه اش می شود سرکه. الآن به کسی که بلای معشوق را نمی خواهد بخرد. بخر یعنی اطرافش فضا باز کن و خوشحال باش، راضی باش، شکر کن.

این افسانه من ذهنی که در مرکزش همانیدگی هست و شکر می خواهد شیرینی می خواهد از همانیدگی بگیرد، اگر با آن عقل باشد نمی تواند بخرد، و شروع می کند به مقاومت کردن و ستیزه کردن و همانیدگی را حفظ کردن یا تلخ شدن، شکایت کردن، زاری کردن، بله، نالیدن. آنها به درد نمی خورند. می گوید اگر نمی خری، یعنی راضی نیستی که آن بلایی که قضا از تو می گیرد با آن خرسند باشی، رضایت داشته باشی تا او به تو کمک کند، برو پس سرکه باش.

عاشق این میر شو یعنی عاشق خدا بشو، چطور عاشق می شویم؟ با این شکل. عدم را می گذاریم مرکزمان. عاشق خدا شدن یعنی خدا را آوردن به مرکز، خدا به صورت عدم، فضای خالی، خلأ، نبودن هم هویت شدگی، اینها اصطلاحات مختلفی است که من می گویم شاید مؤثر واقع بشود. عاشق این میر شو، عاشق این امیر بشو. عاشق این میر شو یعنی از جنس او بشو. برای اینکه از جنس او بشویم باید عدم را بیاوریم به مرکزمان. نمی خواهی بشوی؟ پس برو بمیر.

برو بمیر معنی اش این نیست که برو خودکشی کن، می گوید در این صورت خواهی مرد. اول هم گفته پژمرده و مرده خواهی شد ولو اینکه وزیر باشی. برو پژمرده بشو با این شکل. با مقاومت و قضاوت و نالیدن، برو آنجا در قبر من ذهنی در ذهن بمیر. توجه می کنید، دارد می گوید تو قدرت انتخاب داری. قدرت انتخابت را به کار ببر. تشخیص بده که بلایش را هر چقدر

شکری که از هم‌هویت‌شدگی می‌آید بدهی و بگیری. نخری باید سرکه بشوی عاشق این امیر نشوی، از جنس او نشوی در این صورت محکوم هستی که در ذهنت بمیری.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۱۲۹

## جمله جانهای پاک، گشته اسیران خاک عشق فروریخت زر تا برهاند اسیر

بله، یعنی همه جان‌های پاک که وقتی آمدند به این جهان همه جان پاک بودند برای اینکه از جنس خدا بودند. آمدند همانیده شدند با چیزهای این جهانی به صورت فکر پس شدند اسیران فرم یا خاک، اسیران این جهان، اسیران ذهنی. جمله جان‌های پاک، گشته اسیران خاک یعنی ما اسیر این جهان شده‌ایم. اما ما می‌توانیم این اسیر را بخریم؟ بله. برای اینکه به محض اینکه شما فضا را باز کنید اطراف اتفاق این لحظه و دوست بشوید با این اتفاق با خدا دوست شده‌اید، عدم می‌آید به مرکزتان و وقتی عدم می‌آید اتحاد شما با خدا، دوست شدن با آن امیر سبب خواهد شد که برکت‌های زندگی به صورت زر، زر یعنی برکت‌های زندگی، لطافت عشق، شفای زندگی، شناسایی زندگی، همان چهار تا هم زر هستند، عقل زندگی، هدایت زندگی، قدرت زندگی، حس امنیت زندگی، شادی بی‌سبب زندگی. اینها را می‌ریزد عشق تا اسیر را برهاند. یعنی اینها را می‌دهد به ما که ما بفهمیم اسیر هم‌هویت‌شدگی‌هایمان هستیم. و به محض اینکه ما پای او را به مرکزمان می‌کشیم او به ما کمک می‌کند که ما از این خاک، از این اسیرشدگی به وسیله هم‌هویت‌شدگی‌ها برهیم.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۱۲۹

## ای که به زنبیل تو هیچ کسی نان نریخت در بن زنبیل خود هم بطلب، ای فقیر

زنبیل همان چیزی است که ما با آن می‌رفتیم به خرید، و منظور از آن ذهن است. می‌گوید که تا حالا ذهنت را به کار انداختی تا برکات زندگی و آن چیزی که ارزش دارد به لحاظ زندگی بگیری، و فکر می‌کردی که جهان بیرون مخصوصا آدم‌ها می‌توانند این را به تو بدهند، ای که به زنبیل تو هیچ کسی نان نریخت، یعنی ای انسانی که گدایی کردی این همه با ذهنت از جهان بیرون و آدم‌ها، بلکه این برکات زندگی را به زنبیل تو بریزند، نریختند، در بن زنبیل خود یعنی در زیر فکرهایمان تا حالا رو به بیرون بودی با این افسانه من ذهنی در مرکزت چیزهای بیرونی بود از آنها زندگی می‌خواستی، آره، نان در اینجا یعنی زندگی، هویت، خوشبختی، حس امنیت، آن چهار تا هم جزو نان هستند.

ای کسی که از دوستهایت، از همسرت، از پدر و مادرت و از مردم حس امنیت می خواستی، از پولت می خواستی، ای کسی که از مردم عقل می خواستی، از جهان عقل می خواستی، ای کسی که می خواستی جهان تو را هدایت کند، ای کسی که از آدم ها قدرت می خواستی، ندادند که، حالا همین ها را در ته زنبیل خودت جستجو کن. و تو بدان که از جنس فقیر هستی یعنی از جنس این هستی که در مرکزت عدم باشد، عدم یعنی اینطوری، هرکسی که مرکزش عدم باشد فقیر است چون با هیچ چیزی هم هویت نشده. و هفته گذشته هم خواندیم که فقر افتخار است، فقر افتخار است آره، یک حدیثی بود از حضرت رسول که، «فقر افتخار است» این فقر را می گوید، هرکسی که هم هویت شدگی ها را رانده به حاشیه و در مرکزش نیست و برکات را از این جهان نمی خواهد آن کار افتخار است.

پس در بن زنبیل خود هم بطلب، چطوری بطلبیم؟ با همین فضا گشایی که مرا با زیر فکرهایمان مربوط می کند، گنج در زیر فکرهایمان، گفتیم با تند تند فکر کردن ما روی گنج را می پوشانیم، در بن زنبیل خود یعنی ذهن ما زنبیل است، در ته زنبیل بکن، ببین که چجوری می کنیم؟ ذهن ما را آرام می کنیم، فکرها را به فکر نمی چسبانیم آرام می کنیم، می مرتب خاموش می شویم یا فضا را باز می کنیم.

این فضا گشایی خیلی مهم است فضا گشایی هر لحظه ما را با خدا یکی می کند و با آن گنج مربوط می کند. می گوید فضا را بگشا، به این ترتیب آگاه شو از زیر فکرهایت چون موقع فضا گشایی ذهن یک لحظه خاموش می شود، ما یک لحظه می فهمیم که فقیر هستیم، جنس ما فقر است. یعنی هوشیاری ما لزومی ندارد با چیزی هم هویت باشد احتیاجی به جهان ندارد، امتداد خدا احتیاجی به جهان ندارد. پس با کند کردن فکرها بگذار فکر منفصل بشود و ببین که در زیر این فکرها گنج است.

در برنامه اول گنج حضور یعنی شماره یک گفتیم که تمثیلاً یک گدایی بوده که روی یک صندوق کهنه ای نشسته بوده و به رهگذرها می گفت که کمک کنید به من و به من یک چیزی بدهید و یک رهگذری به او گفت که این صندوقی که رویش نشستی تا حالا توی آن را نگاه کردی، گفت: نه! من مدتها است روی این نشستم منظورش همین صندوق زیر فکرها بود ما روی فکرها نشستیم فکر هستیم، زیرش گنج است، بعد گفت: صندوق را باز کن نگاه کن، خلاصه به هزار مصیبت صندوق را باز کردند و شکستند، دیدند پر از طلای خالص و جواهر است.

یعنی ما زیر فکرهایمان گنج داریم چون با فکرهایمان هم هویت هستیم و روی فکرهایمان هستیم و در سطح هستیم و رو به جهان داریم دائماً حس گدایی از جهان می کنیم. برای همین می گوید به زنبیل ات کسی چیزی که به درد تو بخورد مثلاً مثل حس امنیت، حس هدایت، عقل و قدرت نینداخته اینها را از زیر فکرهایت بطلب ای فقیر،



مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۱۲۹

## چُست شو و مرد باش. حق دَهَدَت صد قماش خاک سیه گشت زر خون سیه گشت شیر

بعد الان می گوید که سبک باش چُست باش، یعنی چی؟ یعنی عدم را بیاور به مرکزت و این چیزهایی که به تو آویزان شده اند و سنگین کرده اند تو را و نمی گذارند حرکت کنی، اینها را بریز، و مرد باش یعنی انسان باش، یعنی هوشیاری باش، همان انسانی که باید باشی باش، چست شو و مرد باش، جوانمرد باش، معنی اش این است که کسی که در مرکزش هم هویت شدگی دارد و درد دارد واقعا جوانمرد نیست. و شما می بیند آثارش در بیرون هم مشخص است.

ما وقتی من ذهنی داریم و در مرکزمان هم هویت شدگی داریم حسود هستیم، بخیل هستیم، تنگ نظر هستیم، از موفقیت مردم بسیار ناراحت می شویم، مثل اینکه حق ما را خوردند، هر کس موفق می شود می گوئیم دزد است، غارت کرده، حق من را خورده، خودمان هم تنبل هستیم و قدرت نداریم، امنیت نداریم، عقل نداریم، یک رشد یا هدایت درستی نداریم مرکز ما پر از درد و هم هویت شدگی است. می گوید اینطوری نباشید این جوانمردی نیست.

چست شو و مرد باش، یعنی واقعا عدم را در مرکزت بگذار، اگر این کار را بکنی و خدا را بیاری در مرکزت بگذاری خدا به تو صد قماش می دهد. قماش در اینجا نشسته بازهم به معنی برکات زندگی است. در معنی قماش یعنی پارچه، جنس، کالا ولی می دانید اینها را نماد گونه به کار می برد، صد قماش، صد تا کالا در اینجا کالاهای بیرونی نیست، برای اینکه دو مثال می زند: این زر یا طلا که در زمین به اصطلاح بخاطر فشارات زمین البته قدما معتقد بودند و تابش آفتاب خاک تبدیل به سنگ می شود، و سنگ هم تبدیل به زر می شود و طلا می شود.

خاک سیه گشت زر، یعنی در اثر صبر و شکر و مداومت و تعهد همین من ذهنی که خاک سیاه است بالاخره زر هوشیاری خواهد بود، زر حضور خواهد شد. و همین طور که می دانید شیر مادر هم خون است که تبدیل به شیر می شود. و می گوید این مکانیزی که، یا کن فکانی که خون سیاه را به شیر تبدیل می کند، خون سیاه را بچه نمی تواند بخورد، ولی شیر را از پستان مادر می خورد، خوب اگر کن فکان می تواند خون سیاه را شیر بکند و خاک سیاه را طلا بکند، این من ذهنی تو را نمی تواند عوض کند و تبدیل کند تو را به طلای حضور؟ چرا با اتفاق این لحظه دوست باش، صبر و شکر، تعهد و هماهنگی، کار کن روی خودت، خواهی دید که آره، تبدیل شده ای، و خدا صد برکت را به تو داد. به شرط اینکه مرد باشی و جوانمرد باشی، هر کسی که من ذهنی دارد واقعا جوانمرد نیست. خاصیت های انسانی ندارد. و آن چیزی که خدا برای ما تعیین کرده آنها را ندارد.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۱۲۹

## مفخر تبریزیان، شمس حق و دین، بیا تا برهد پای دل ز آب و گل همچو قیر

بله، مفخر تبریزیان یعنی کسی که سبب افتخار اهالی تبریز ولی تبریز مملکت عشق است، در اصل نماد این کائنات است و انسانی که به بی نهایت خدا زنده می شود، یعنی می رود هم هویت می شود و این هم هویت شدگی ها را با صبر و شکر به حاشیه می راند، و فضای خالی را مرکزش می گذارد، یواش یواش به بی نهایت او تبدیل می شود. پس مفخر تبریزیان همین حالت زنده شدن ما به بی نهایت خدا و ابدیت اوست. آره،

توجه کنید تمثیلش شمس تبریزی است، یعنی می گوید ای شمس تبریزی که تبریزی ها به تو افتخار می کنند، درست است؟ تو بیا تا پای دل ما از آب و گل یعنی هم هویت شدگی ها که مثل قیر چسبنده است و ما رها نمی کند، برهد. تمثیلش این است ولی منظورش از شمس تبریزی انسان نیست. می گوید یواش یواش که ما فضا را باز می کنیم و این هم هویت شدگی ها را به حاشیه می رانیم، یک هوشیاری خاصی در ما زنده می شود، در واقع خداست، منتها آن شکلی که در ما زنده می شود اسم آن را می گذارد شمس تبریزی، چون شمس تبریزی هم از آن جنس بوده و آن می بینید که آفتاب خدا و دین است.

می خواهد بگوید که هرکسی که به این هوشیاری حضور ثابت و مستقر که ذات ما هم آن است و به هر حال آن آخرین و بهترین حالت زنده شدن ما به خداست، و دیگر بیشتر از آن ما نداریم. می گوید یواش یواش که من فضا را باز می کنم تو بیا، فقط اگر تو بیایی و در من زنده بشوی من می توانم پای دلم را، پای دلم را چون این هم هویت شدگی ها دل ما را اشغال کردند، پای دلم را از آب و گل یعنی هم هویت شدگی ها که مثل قیر به من چسبیدند و می کشند بیرون بکشم. و این تصویر کاملاً نشان می دهد دیگر، یعنی شما تصمیم گرفته اید که هویت تان را از هم هویت شدگی ها بکنید و هر لحظه به راه اشتباه که با هم هویت شدگی ها رفتیم عذر خواهی می کنیم،

و به این لحظه بر می گردیم و پذیرش می کنیم. و پذیرش عدم را می گذارد به مرکز ما، و این عدم و این فضای گشوده شده مرتب وسیع تر می شود و این هم هویت شدگی ها به حاشیه رانده می شوند، و این با صبر و پرهیز و شکر و پرهیز همراه است، برای آن کسانی که نشنیدند، صبر یعنی وقتی که یک هم هویت شدگی به خطر می افتد، ما فضا را باز می کنیم در اطرافش با اتفاق دوست می شویم و پرهیز می کنیم از دردی که ایجاد شده، از هم هویت شدن با درد و شکر هم می کنیم که اگر نعمت بدست آمد، آن را نمی گذاریم در مرکزمان، این کار را اگر ادامه بدهیم با قانون تعهد و هماهنگی، یعنی بپذیریم هی بپذیریم بپذیریم، پس از یک مدتی گفتیم شادی بی سبب از درون ما مثل یک چشمه می جوشد می

آید بالا، و اگر ادامه بدهیم شادی زیاد بشود و هر لحظه بشود، و همین طور که می بینید این شادی با حس امنیت، عقل و هدایت و قدرت هم همراه است. یعنی کسی که از درون شاد و حس امنیت را از مرکزش می گیرد، همین دو تا قلم خیلی مهم است، مردم حس امنیت ندارند، حس امنیت را یا از همسرشان می گیرند یا از دوستشان می گیرند یا پولشان می گیرند از کارشان می گیرند، هر روز تهدید می شوند ممکن است بیرون بشوند، حس امنیت ندارند. و اگر این کار ادامه پیدا کند بالاخره آخرین مرحله ما که ذوق آفرینش و آفرینندگی است در ما صورت می گیرد. نگاه کنید پذیرش، شادی، آفرینندگی و از مرکز عدم گرفتن حس امنیت و هدایت و قدرت واقعا بهترین حالت زندگی است.

### مشخصات تلویزیون گنج حضور

ماهواره Galaxy 19

(در آمریکای شمالی)

Frequency: 11898

Symbol Rate: 22000

FEC: 3/4 Pol: Vertical

هم اکنون تلویزیون « گنج حضور » در اروپا

و خاورمیانه (ایران) نیز قابل مشاهده میباشد.

مشخصات تلویزیون « گنج حضور »

در ایران و اروپا (Hotbird)

Frequency: 11034

Symbol Rate: 27500

FEC: 3/4

Polarization: Ver

فرکانس تلویزیون گنج حضور

خاورمیانه ( از جمله ایران )

ماهواره : Yahsat

Frequency: 11766

Symbol Rate: 27500

FEC: 5/6 Pol: Vertical

### کانال گنج حضور در تلگرام

<http://telegram.me/ganjehzourchannel>



با ما در تلگرام در تماس باشید:

+98 910 064 2600

آدرس متسکامل برنامه‌های گنج حضور در تلگرام



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

گنج حضور