



برزگر، مسیحا، ۱۳۴۰ -  
زندگی را به رقص درآور! / مسیحا برزگر -  
تهران: خانه معنا، ۱۳۸۳.  
۱۶۰ص - (عارفانه‌ها: ۵)  
فهرست‌نویسی بر اساس اطلاعات فیثا:

ISBN 964-95803-9-5

۱. شعر منتشر فارسی -- قرن ۱۴. الف. عنوان.  
۸۱۷:۵۳۶۵ / ۷۹۶۳ PIR / ۶۲ / ۸۱۶  
۱۳۸۳  
کتابخانه ملی ایران ۲۱۶۵۵-۲۸۳م

زندگی را بہ رقص در آور!

مسیحا برزگر



زندگی را به رقص درآور!

مسیحا بزرگ

ناشر: خانه معنا

چاپ اول: پاییز ۱۳۸۴

عکس و طرح روی جلد: علی بزرگر  
نمونه‌خوان: مریم رضازاده طامه

حروفچین: خانه معنا

چاپ: ستاره سبز، لیتوگرافی: فرایند گویا

صحافی: معین

۲۰۰۰ نسخه

تلفن: ۸۷۲۱۵۰۸

۱۰۰۰ تومان

تقديم به:

مرضيه شيرازي

نگار شيخ الاسلام

گل هاي آفتابگرداني

که با خورشيد اُنسي ديرينه دارند.

ه. ب.



## زندگی را به رقص درآور!

چشم‌هایت را بدون آنکه به خود زحمتی بدهی باز کن؛ همان‌طور که در هنگام صبح، بدون زحمت و فشار، چشم‌ها را می‌گشایی، بیدار می‌شوی و می‌بینی که پرتو خورشید دارد صورتت را نوازش می‌کند، پرندگان در حیات‌خانه می‌خوانند و در لابه‌لای شاخه‌ها بازی می‌کنند، سر و صدای اتومبیل‌ها در خیابان به گوش می‌رسد و صدای گفت‌وگوی همسایه‌ها می‌آید.

## عارفانه‌ها

آنگاه با خود می‌گوی: «آه، چه خوب! صبح آمده است!»

حقیقت نیز باید به همین راحتی تجربه می‌شود. در غیر این صورت، هیچ‌گاه تجربه نخواهد شد.

آن‌هایی که به خود فشار می‌آورند، کتاب‌ها را زیر و رو می‌کنند و انبار ذهن را از کالاهای بنگل‌اطلاعات پر می‌کنند، به چیزی جز یز و افاده و خستگی و عصبیت نمی‌رسند.

هر چه عصبی‌تر باشی، از حقیقت دورتر می‌افتی. زیرا حقیقت هنگامی تحقق می‌یابد که تو در کمال آرامش و طمأنینه باشی.

در چنین آرامشی است که حقیقت همچون چشمه‌ای می‌جوشد

## زندگی را به رقص درآور

و جاری می‌شود.

جست‌وجوی حقیقت متناقض‌نماست ؛

وقتی به دنبال آن می‌دوی، از تو می‌گریزد،

اما وقتی با آرامشی در نگاه و قراری در دل می‌نشینی و

تماشایش می‌کنی، جلو می‌آید و با تو انس می‌گیرد.

جمله‌ی بی‌قراریت از طلبِ قرارِ توست ؛

طالبِ بی‌قرار شو، تا که قرار آیدت.

عشق، نهاد ناآرام جهان است،

و بیچاره کسی که نهاد خویش و جهان را از دست بدهد!

## عارفانه‌ها

نودونه ممیز نهم درصد مردم از عشق محروم‌اند ؛  
بندرت کسی به فیض عشق نایل می‌شود .  
نباید این‌گونه باشد ؛  
این وضعیت فلاکت‌بار بشری ، طبیعی نیست .  
جامعه ضد عشق است ،  
متولیان رسمی ادیان ، ضد عشق‌اند .  
روح خشونت بر جوامع و بر نهادهای مذهبی حاکم شده است .  
انسان تاکنون در نفرت و خصومت و تملک زیسته است ؛  
یعنی در دنیای سیاست‌مداران .

## زندگی را به رقص درآور

سیاستمدار، عشقمدار نیست.

به همین دلیل نه نوری در چهره دارد و نه آرامشی در نگاه و نه شوری در دل. به همین دلیل نزدیکترین کسان آن‌ها نیز از آن‌ها بیزاراند.

دین، عشقمدار است، خدامحور است.

ما تاکنون نتوانسته‌ایم حتی واحه‌ای کوچک، اما سبز از دین، در کویر خشک زندگی سیاستمداران‌مان به وجود آوریم. کلیسا و دولت و آموزش و پرورش همه ضد عشق بوده‌اند، زیرا آن‌ها سرباز و برده و خادم می‌خواهند، نه انسان، نه شاعر، نه

## عارفانه‌ها

عارف ، نه عاشق .

عشق آزاد می‌کند و شعر و شور عارفانه می‌بخشد .

این نکته‌ی مهم را باید خوب فهمید . امروزه آنچه را که زمانی نیروی انسانی انجام می‌داد ، ماشین انجام می‌دهد . تنها چیزی که از عهده‌ی ماشین بر نمی‌آید ، عشق ورزیدن است .

ماشین‌ها حتی از پس فکر کردن هم برآمده‌اند ، شاید در بعضی زمینه‌ها این کار را بهتر از انسان هم انجام دهند . تنها چیزی که به‌طور در بست از آن انسان مانده ، عشق است . چیزی که ماشین حتی از عهده‌ی فهم آن نیز بر نمی‌آید .

## زندگی را به رقص درآور!

قرن‌ها و بلکه بیش‌تر، به شیوه‌های گوناگون از فعالیت یافتن عشق که بالقوه در انسان موجود است، جلوگیری کرده‌اند.

به همین دلیل، بندرت به انسان‌هایی با روح و سیمایی زیبا برمی‌خوری.

آنچه دیده می‌شود، همه صورت‌ها و سیرت‌های کریه و زشت است.

حتی در چهره‌های خوشگل نیز با زشتی روبرو می‌شوی؛  
چشمانی قشنگ، اما آکنده از زشتی، اندامی قشنگ، اما تندیس  
خسونت و زشتی.

## عارفانه‌ها

از آن جا که آهنگ عشق در هیاهوی زندگی آدم‌ها گم شده ،  
زندگی نیز به اسباب دردسر تبدیل شده است .  
زندگی رقص ، رنگین کمان خود را از یاد برده است .  
زندگی نغمه‌ی آهنگین خود را فراموش کرده است .  
زندگی دیگر شعر نمی گوید ،  
بلکه به زبان زمخت نثر سخن می گوید .  
تنها عشق است که شعر و شور را به عرصه‌ی زندگی می کشاند .  
تنها عشق است که زندگی تو را زیستنی و دوست‌داشتنی  
می کند . این است خاصیت عشق .

## زندگی را به رقص درآور!

عشق رشته‌های ارتباطی تو را بازسازی می‌کند.  
تنها عشق است که تو را به دیگران، تو را به گل، تو را به هستی،  
تو را به خدا و تو را به تو پیوند می‌زند.  
تنها با عشق است که می‌توان زندگی را به رقص درآورد.  
زندگی را به رقص درآور!  
عاشق شو!  
دل بخشی از جهان مادی نیست.  
دل دو همسایه‌ی دیوار به دیوار اگر از هم دور باشد، آن‌ها  
کهکشان‌ها از هم فاصله دارند.

## عارفانه‌ها

دل است که زمان‌ها و مکان‌ها را در می‌نوردد  
و آدم‌ها را به هم‌گره می‌زند.  
زمان می‌گذرد و تو کامل‌تر خواهی شد.  
فقط عاشق باش و اعتماد کن و خود را به کل بسپار.  
عشق و اعتماد ،  
رایحه‌ی وجود تو را در سراسر هستی پخش خواهند کرد.  
همه‌ی جهان چیزی نیست ،  
مگر ضربان آهنگین نبض انرژی .  
ضربان قلب هر چیزی در جهان به‌طور شگفت‌انگیزی با ضربان

## زندگی را به رقص درآور

قلب چیزهای دیگر هم‌زمان است. همان‌طور که ضربان قلب همه‌ی امواج دریا در آن ژرفا، به‌طور هم‌زمان می‌تپند.

هیچ موجی به تنهایی وجود ندارد؛

موج‌ها همه در طرحی عظیم از دریا موجوداند؛

موج‌ها با هم موجوداند، آن‌ها خاطره‌های یکدیگر هستند.

بنابراین، همه‌ی هستی عبارت است از تپش هم‌آهنگ ضربان قلب درختان، رودها، کوه‌ها، صخره‌ها، آدم‌ها، ستاره‌ها، گل‌ها، شب‌پره‌ها و کهکشان‌ها. همه‌ی این‌ها با هم می‌تپند و هم‌نوازی دارند. هم‌نوازی با همه‌ی این‌ها سعادت است.

## عارفانه‌ها

سعادت ، موسیقایی زیستن و هم‌نوایی کردن با هستی‌ست .  
از آن‌جا که انسان استعداد آگاه شدن را دارد ، بنابراین ، توان این را نیز دارد که از ساحت آگاهی بیرون بماند .  
استعداد آگاهی ، شمشیری دو لبه است : یک لبه‌ی آن خودآگاهی بی حضور نفس است و لبه‌ی دیگر آن خودآگاهی با حضور نفس .  
در خودآگاهی با حضور نفس ، تو از دیگران و از هستی جدا می‌افتی ، هم‌نوایی خود با کل را از دست می‌دهی . در این حالت ، کوچک‌ترین حادثه می‌تواند تو را به ورطه‌ی ملالت و بیچارگی بکشاند .

## زندگی را به رقص درآور!

بیچارگی چیزی نیست، مگر شکاف بین تو و هارمونی هستی:  
هرچه این شکاف فراخ تر شود، جهنم زندگی تو سوزان تر  
می شود.

اما در خود آگاهی بدون حضور نفس، از آن جا که نفس بین تو و  
هستی سد نمی شود، تو بی واسطه با کل هستی در تماس  
هستی. تو با همه‌ی اعضای سمفونی بزرگ هستی هم آهنگی  
داری.

نفس، اندیشه‌ای است که در سر داری و مضمون آن اندیشه به تو  
القا می کند که از همه چیز جدایی و جزیره‌ای هستی یکه و

## عارفانه‌ها

بی ارتباط با دیگران.

عدم حضور نفس به معنای آن است که تو هستی و در عین حال نیستی. تو هستی، اما فقط به عنوان پاره‌ای از یک کل؛ نه وابسته به آن کل. هستی، اما نه مستقل از آن، بلکه تو و آن کل در یک وضعیت وابستگی متقابل به سر می‌برید.

این وابستگی متقابل را باید به خاطر بسپری.

آدم وابسته، از کل بریده است،

آدم غیر وارسته هم از کل بریده است؛

هر دوی این وضعیت‌ها از نفس برمی‌خیزد.

## زندگی را به رقص در آور

کسی که هستی را عاشقانه می فهمد ،  
دچار هیچ کدام از این دو وضعیت نمی شود ؛  
او با هستی ارتباطی متقابل دارد .  
او خود را موجی در میان میلیون ها موج دیگر می بیند .  
او خود را به عنوان پاره ای از کل می بیند ،  
نه پاره ای جدا .  
این گونه باش !  
بدین سان ، ناگهان نغمه ی هستی از جان تو بر می خیزد ،  
و بر لبانت جاری می شود .

## عارفانه‌ها

آدم‌ها از کل جدا نیستند و در عین حال ، هر فردی یکه و بی‌بدیل است .

فهم این نکته واقعاً مشکل است ،  
زیرا به محض آنکه به یکه بودن خویش می‌اندیشیم ، نفس را در برابر خود می‌بینیم .

گمان ما همواره این بوده است که یکه بودن مستلزم جدا بودن از همه‌ی چیزهای دیگر است ؛  
اگر ما یکه‌ایم ، پس باید واحدهای جدا از هم و جزایر دور از هم باشیم .

## زندگی را به رقص درآور

اگر ما پارهای از کل هستیم، پس دیگر چگونه ممکن است یکه و منحصر به فرد باشیم؟

به طور منطقی این ایراد وارد است، اما به لحاظ وجودی، وضع به گونه‌ای دیگر است:

ما همه پاره‌های یک کل یکپارچه هستیم  
و در عین حال هر کدام ما یکه و بی‌بدیل است.  
دلیل این امر آن است که خودِ کل، یکه است، و هر پاره،  
نماینده‌ی این کل یکپارچه و یکه بودنِ آن است.  
یکه بودنِ کل در تَنگ‌تَنگِ پاره‌ها تجلی می‌کند.

## عارفانه‌ها

امروزه دانشمندان نوعی عکس را درست کرده‌اند که این متناقض‌نما را به خوبی توضیح می‌دهد. این عکس را با کمک اشعه‌ی لیزری می‌سازند؛ این اشعه نوعی هولوگرام می‌سازد. هولوگرام یک تصویر است، البته نه تصویر موضوع خود، بلکه تصویری از آن انرژی که موضوع تصویر را احاطه کرده است؛ حوزه‌ی انرژی اشعه‌ی لیزر را بر روی موضوع می‌اندازند و از موضوع عکس می‌گیرند. البته برای این کار به هیچ دوربینی احتیاج نیست و فقط نور دهی کافی است. برای مثال اگر اشعه‌ی لیزر را بر روی تو بیندازند و آنگاه به فیلم نور بدهند، سپس

## زندگی را به رقص درآور

هنگامی که به فیلم نگاه می‌کنی، خودت را آن‌جا در فیلم نخواهی دید، اما یک دسته امواج نورانی زیبا را در آن مشاهده خواهی کرد.

پرتوهای لیزری هنگامی که به تو می‌رسند و منعکس می‌شوند، حوزه‌ای از انرژی در اطراف تو به وجود می‌آورند. این موضوع درست مانند آن است که سنگی را به درون برکه‌ای پرتاب کنی. برخورد سنگ با سطح برکه، امواجی خُرد را به وجود می‌آورد و این امواج دایره شکل، هنگام دور شدن از کانون خود، بتدریج بزرگ‌تر می‌شوند. تو می‌توانی از این امواج عکس‌گیری: البته

## عارفانه‌ها

عکس تو چیزی از سنگ پرتاب شده نشان نمی‌دهد. آنچه در عکس به چشم خواهد خورد، فقط امواجی خواهد بود که در اثر برخورد سنگ با سطح برکه به وجود آمده بودند. هولوگرافی که از شما گرفته می‌شود، تنها نمایانگر انرژی است که از تو ساطع است و گرداگرد تو را احاطه کرده است. زیبایی هولوگرام این است که بر روی آن می‌توان دوباره کار کرد و موضوعی که در فیلم است را دوباره بازسازی کرد. اگر پرتوهای لیزری را این بار بر فیلم گرفته شده بتابانی و تصویر را بر پرده مشاهده کنی، به جای تصویر خود، شکل‌های درهم انرژی را خواهی دید و این

## زندگی را به رقص درآور

شکل‌های درهم‌انرژی الگویی سه بُعدی دارند. این سه بُعدی بودن تصویر، اهمیت زیادی دارد. زیرا واقعاً سه بُعدی‌ست: تو می‌توانی تصویر را از پهلو و یا از پشت نیز تماشا کنی. انرژی که از تو ساطع است دایره‌وار و در نتیجه‌کروی است، بنابراین، تو از هر طرف می‌توانی به تصویر خود نگاه کنی. تو حتی می‌توانی به پشت تصویر خود بروی و پشت‌سرت را ببینی.

کشف بزرگ این است که اگر هولوگرام را دو پاره کنی، هر پاره‌ی آن دقیقاً همان تصویر پیشین را به تو خواهد داد؛ و اگر آن را چهار پاره کنی، باز هر پاره‌ی آن، تصویری کامل در اختیارت

## عارفانه‌ها

خواهد گذاشت. اگر آن را به هزار تکه نیز تبدیل کنی، باز هر قطعه‌ی آن، تصویر کامل اولیه را در خود دارد. چنان نیست که اگر هولوگرام را دو قسمت کنی، هر قسمت تنها نیمی از تصویر باشد، بلکه هر قسمت آن دو تکه، تمامی تصویر را در خود دارد. هر بخش از هولوگرام، به شکلی مینیاتوری، تمامی تصویر را در خود دارد.

انسان يك هولوگرام است،

هر چیزی به‌نوبه‌ی خود هولوگرام است  
و این خاستگاه یکه بودن و در عین حال پاره‌ای از کل بودن

## زندگی را به رقص درآور!

است.

این‌گونه نیست که تو فقط پاره‌ای از هستی باشی؛ تو یک هولوگرامی، یعنی در آن واحد خدا را نیز در خود منعکس می‌سازی.

همه‌ی آدم‌های دیگر و همه‌ی چیزهای دیگر نیز بدین‌سان یک هولوگرام‌اند.

ما فقط پاره‌ای از کل نیستیم،  
ما تمامی کل نیز هستیم.

این کشف، کشف بزرگی بوده است، بسیار بزرگ، زیرا این کشف

## عارفانه‌ها

توانسته است به راحتی معنای تجربه‌ی متناقض‌نمای تمامی عارفان جهان را توضیح دهد.

در اوپانیشادها جمله‌ای هست هولوگرامی که تمامی اوپانیشادها را می‌توان در این يك جمله خلاصه کرد: «آن، تویی و تو، آنی.» آن یعنی کل و تو یعنی پاره، یعنی جزء.

اما این جزء کم‌تر از کل نیست.

جزئی‌ست که کل را در خود می‌تاباند.

معنای سخن منصور حلاج که گفت: «انا الحق» نیز همین بود. منظور او این بود که: «این منم، يك جزء، اما جزئی که کل را در

## زندگی را به رقص در آور

خود دارد.»

در ریاضیات معمولی، جزء همواره کوچک‌تر از کل است. در ریاضیات برین، جزء مساوی‌ست با کل، آنگاه هر جزئی یکه است، زیرا کل یکه است.

انسان می‌تواند با شخصیتی پاره پاره زندگی کند، و در واقع، زندگی کنونیش به همین گونه نیز می‌گذرد. در این صورت، سراسر زندگی او چیزی نخواهد بود، مگر عرصه‌ی دایمی خصومت و تضاد و درگیری. بخشی از او بخشی دیگر را نفی می‌کند و پارهای از او پاره‌ی دیگرش را سرکوب می‌کند. تا زمانی

## عارفانه‌ها

که در این عرصه آرامش برقرار نشده است، انسان از موهبت سکون و صفا محروم خواهد ماند.

سکون و صفا را نمی‌توان به خود تحمیل کرد:

سکون و صفا از درون می‌جوشد،  
از درون به بیرون جاری می‌شود.

ممکن است کسی در جایی ساکت بنشیند و نوعی سکوت را بر خود تحمیل کند. ممکن است کسی با ذهن خود بجنگد و بجنگد و سرانجام نوعی چیرگی بر آن را تجربه کند. حتی ممکن است بتواند فکر را متوقف سازد، اما هنوز به آرامش و سکون و صفا

## زندگی را به رقص درآور

نرسیده است. زیرا آن فکرهای سرکوب شده هنوز در گوشه‌های از ذهن او کمین کرده‌اند و منتظر فرصتی هستند تا خود را آفتابی کنند.

در چنین حالتی تو روی دهانه‌ی آشفشان نشسته‌ای. تو چیرگی یافته‌ای، اما نفس چیرگی حاکی از آن است که همه‌ی آنچه را که بر آن‌ها چیره شده‌ای، هنوز در جایی حضور دارند و آماده‌اند تا بازگردند و انتقام بگیرند.

چنین آرامشی ارزش ندارد. به جنگ سرد می‌ماند: جنگی در کار نیست، اما آماده شدن برای جنگ جزو برنامه‌های روزانه است.

## عارفانه‌ها

چنین آرامشی، در واقع، آرامش نیست، بلکه شکافیست بین دو جنگ.

آرامش و صفا و سکون واقعی نتیجه‌ی فهم عمیقِ مخاصمات و درگیری‌های درون است،

حاصل تماشای عرصه‌ی نبرد درون است،

پرسیدن این سؤال است: «چرا با خودم می‌جنگم؟ چرا؟»

چرایی این جنگ را باید مدام پیش بکشی

تا به بیهودگی آن پیبری.

به محض آنکه به بیهودگی این جنگ پی بردی،

## زندگی را به رقص درآور

آتش بس خودبه خود برقرار می شود.

تو برای برقراری آتش بس اقدامی انجام نمی دهی ،  
این آتش بس و آرامش ، حاصل خودجوش نگاه کردن توست .  
زیرا دیگر به مرتبهای رسیده ای که بگویی : «این جنگ درون ،  
احمقانه است.»

آزادی در همین فهم نهفته است .

هنگامی که یوچی مختصات درون را وجدان کردی ، دیگر با  
هیچ کدام از طرفین این خصومت همکاری نخواهی کرد .

این نگرستن ، این شهود و این مراقبه ، چراغی را فرا راه تو

## عارفانه‌ها

افروخته است که در پرتو نور آن ، هرگز به چاه‌هایی نخواهی افتاد که طرفین دعوا کننداند تا تو را نیز درگیر کنند.

در این هنگام ، نوعی سکوت و آرامش که تاکنون در زندگی خویش تجربه نکرده‌ای تو را فرا خواهد گرفت .

آرامشی که از جنس امورات این دنیا نیست .

چیزیست که تو را بالاتر می‌برد و به آسمان نزدیک‌تر می‌سازد .  
گرچه هنوز بر روی زمین گام برمی‌داری ،  
اما کف پا‌های تو دیگر با زمین تماس ندارد .  
گرچه هنوز تخته‌بند تنِ خویشی ،

## زندگی را به رقص درآور

اما فراتر از تن خویش و مقتضیات آن رفتهای .  
استعلایی در وجود تو رخ داده است .  
مرغی که تاکنون در پی دانه مست بوده است ،  
اکنون دام و دانه را در سوزخته است و تپیدن آغاز کرده است .  
این مرتبه از آرامش و سکوت و تعادل ، مرتبه‌ای است که در آن  
همه چیز متمرکز می‌شود و سر و صداهای درون می‌خوابد و  
نیروهای درون سلاح‌های خویش را بر زمین می‌گذارند و یکدیگر  
را در آغوش می‌گیرند .  
در این مرتبه است که لحظه به لحظه‌ی زندگی را خواهی زیست

## عارفانه‌ها

و هر لحظه‌ای را موهبتی الهی خواهی شمرد.  
زندگی زمانی به واقع زندگی‌ست که جوینار ترانه از میان آن بگذرد.

در زندگی آدم‌ها معمولاً جوی حقیری هست، اما آبی گل‌آلود دارد و به آبگیر راکد گودال فکر می‌ریزد.

فکر حامل حقیقت نیست. صیاد حقیقت، در جوی حقیری که به این گودال می‌ریزد مرواریدی صید نخواهد کرد.  
فکر واجد سکوت نیست.

فکر آورنده‌ی غوغا و سر و صداست.

## زندگی را به رقص درآور

فکر نوعی بیماری است.

این وضعیت را باید دگرگون کرد.

باید جهت آن جوی حقیر را که به گودال فکر می‌ریزد تغییر داد  
و به سوی دریا برگرداند.

همان نیرویی که به گودال فکر می‌ریخت اکنون به جویبار  
ترانه‌خوان پیوسته است،

او می‌خواند و می‌رود،

گویی در همین لحظه است که معشوقش در را باز می‌کند  
و در آستانه پدیدار می‌شود.

## عارفانه‌ها

نیروی نغمه و ترانه، انسان را از خدا سرشار می‌سازد.

هرچه بیش‌تر نغمه ساز کنی و هرچه بیش‌تر ذره‌های خاک خود را، در آن جو بیار، رقصان و غلتان کنی، ذره‌های تیره‌ی وجودت در نور دریای گل روشن‌تر خواهند شد. آنگاه بیش‌تر به رازهایی که پیرامونت را فراگرفته‌اند پی خواهی برد، همان رازهایی که حجاب فکر مانع دیدن‌شان می‌شد.

هر حجابی، نوعی کوری‌ست؛ نغمه‌سرای، چشمان تو را بینا می‌کند.

فقط شاعران می‌دانند،

## زندگی را به رقص درآور

فقط نغمه سرایان می دانند ،  
فقط آنانی که زندگی را به رقص درآورده اند می دانند ،  
الباقی فقط فکر می کنند و هرگز نخواهند دانست .  
عارف به برترین ساحت شعر دست یافته است .  
این نهایت سلوک است .  
جویبار سلوک به دریای عرفان می ریزد .  
باگام نهادن در طریق سلوک ، آمادگی خویش را برای رسیدن به  
بلندای آگاهی اعلام می کنی .  
این آغاز سفر بزرگ سیمرخ کوه قاف است

## عارفانه‌ها

که سرانجام به بلندترین قله‌ی زندگی خواهد رسید  
و عارف خواهد شد.

عارف، شاعری است که شعر خویش را زندگی می‌کند.  
او ممکن است شعری نگوید؛ و این مهم نیست،  
او ممکن است آوازی نخواند؛ و این مهم نیست؛  
تمام زندگی او شعر است و آواز است.  
همه‌ی زندگی او به زندگی جویباری در دل کوهستان می‌ماند،  
جویباری که می‌خواند و به دل مرغزار می‌رود و سرمست  
جست‌وجوست.

## زندگی را به رقص درآور!

سمت و سویِ زندگیت را باید دگرگون کنی ؛

از فکر به احساس ،

از منطق به عشق

و از قیاس به نغمه‌ای دلکش و عاشقانه .

این کاری ممکن است ، شدنی است ، زیرا نغمه و آواز و ترانه به

دل‌های ما نزدیک‌تر است ، تا فکر .

رابطه‌ی نغمه و دل ، رابطه‌ای طبیعی است .

رابطه‌ی شور عاشقانه و دل ، رابطه‌ای طبیعی است .

بدیهی است عشق برای دل ، طبیعی‌تر از منطق است .

## عارفانه‌ها

- منطق را می‌آموزند، اما عشق آمدنی‌ست نه آموزشی.
- عاشقی نه به کسب است و نه به اختیار.
- عشق، سرشت و سرنوشت ماست.
- منطق، اختراع اجتماع است:
- عشق، موهبتی الهی‌ست.
- این موهبت، رسیده از میراثِ فطرت ماست.
- هر آنچه که طبیعی‌ست، آسان به دست می‌آید.
- در واقع، اگر ما زرق و برق هر آنچه را که غیر طبیعی‌ست از خود بریزیم، طبیعی در ما می‌شکفتد.

## زندگی را به رقص درآور

برای به وجود آوردن طبیعی ، به هیچ کوششی نیاز نیست ؛  
طبیعی ، پیشاپیش در وجود ما تعبیه شده است .  
این غیر طبیعی در طبیعت ماست که بر ما سنگینی می کند  
و مانند صخره‌ای راه جویبار ترانه و آهنگ را سد می کند .  
در راه عشق ، و سوسه‌ی اهر من بسیار است ،  
اما تو گوش به پیام سروشِ غیبی کن .  
هواخواه خدمت باش .  
آشنای عشق ، اهل رحمت است .  
عشق والا است ، هیچ چیز هم سنگ عشق نیست .

## عارفانه‌ها

عشق صدرنشین هستی است.

عشق هسته‌ی مرکزی تمامی ادیان، تمامی شعرها و عرفان و عارفان است.

اگر حکم عشق اجرا شود، همه‌ی احکام اجرا شده است؛ و اگر حکم عشق به اجرا درنیاید، اگر تمامی احکام تمامی ادیان دنیا را نیز به اجرا درآوری، هنوز هیچ حکمی را به اجرا درنیاورده‌ای، بلکه همه‌ی اعمال تو برای به اجرا درآوردن این احکام، تلاشی سطحی و بی‌روح و بی‌مایه بوده است. و اگر فقیه نصیحت کند که: «عشق مبارز!» و فقط و فقط ملترم به احکام

## زندگی را به رقص درآور!

باش! تو هم پیاله‌ای بدَهش، بگو: «جناب! تو هم دماغی تر کن!  
من چه کنم، که قسمت حوالتم به خرابات می‌کند.»  
عشق، روح تمامی احکام است.  
جسم بی‌روح، مرده‌ای بیش نیست.  
می‌توانی اعمال را تزئین کنی،  
می‌توانی صورت‌شان را بزرگ دوزک کنی و خلق خدا را بفریبی،  
اما نمی‌توانی خود را بفریبی،  
زیرا خود می‌دانی که ریا می‌کنی، و ریا زشت است.  
قرن‌هاست که به ما ریا را آموخته‌اند.

## عارفانه‌ها

کسی نیست که به ما بیاموزد که چگونه باید نقاب‌ها مان را زمین بگذاریم.

ما ریا می‌کنیم و نام آن را اخلاق می‌گذاریم.

ما ریا می‌کنیم و نام آن را دین می‌گذاریم.

کسی نیست که بگوید چگونه جامه‌ی پُر جلائی زهد و ریا را برکنیم و خرقه‌ی بی‌پیرایه‌ی پیر خراباتی را بر تن کنیم.

ما همواره صورت زشت ریا را در پس نام‌هایی زیبا و فریبا پنهان می‌کنیم.

عبادات مان ریایی ،

## زندگی را به رقص درآور

- اخلاقیات مان ریایی ، زیرا می ترسیم.
- می ترسیم بر خلاف عرف حرکت کنیم ، مبادا برای خود دردسر درست کنیم.
- هم‌رنگی با جماعت به صرفه تر است .
- گویی به سیاست جامه‌ی اخلاق را پوشانده ایم .
- اخلاق به يك مَشیِ سیاسی ، به يك استراتژی تبدیل شده است .
- اخلاقی که از روح تهی ست و مادل خویش را در آن نگذاشته ایم .
- اخلاقیات واقعی ربطی به احکام ندارد .
- اخلاقیات واقعی به حکم عشق مربوط است .

## عارفانه‌ها

حکم عشق ضرورتاً با احکام اجتماع منطبق نیست؛

چنین ضرورتی در کار نیست.

این دو حکم گاهی بر هم منطبق اند و گاهی نیستند؛

که در بیش‌تر اوقات منطبق نیستند.

کسی که در بند عشق است، آزاد است، و عصیان ذاتی آزادی است.

کسی که سر به حکم عشق نهاده، عصیان‌گر است.

عصیان شرط هستی است.

من عصیان می‌کنم، پس هستم.

## زندگی را به رقص درآور

من خطر می‌کنم، پس هستم.

عاشقان زندگی پُر مخاطره‌ای دارند، زیرا آنان با همه‌چیز خود در راه آن نادیده‌ی ناشناخته ریسک می‌کنند.

آنان همه‌چیز خود را در طبق اخلاص می‌گذارند و تقدیم می‌کنند.

آنان دست به قمارِ عاشقانه می‌زنند  
و چشمداشت هیچ بُردی را هم ندارند.

قماری که به نگاه‌شان ژرفا،  
به دل‌شان خلوص و صفا

## عارفانه‌ها

- و به وجودشان شفافیت می‌بخشد.
- گذشتن از آتش عشق است که ناخالصی‌ها را می‌زداید.
- این آتش، خیرترین است؛
- والا ترین اخلاق و رفیع‌ترین قله‌ی دینداری.
- حقیقت در این جا و در اکنون است.
- حقیقت مفقود نیست که به دنبال آن بگردی.
- حقیقت پوشیده نیست که نیاز به کشف داشته باشد:
- حقیقت رخ اندر رخ ماست.
- او روبروی ماست و چشم در چشم ما دوخته است.

## زندگی را به رقص درآور

ما از آن رو از دیدن حقیقت عاجزیم، زیرا چشمان خود را بسته‌ایم.

آیا طالب دیدار حقیقت هستی؟

چشمان خود را باز کن.

چشمان خود را اگر ببندی، روز روشن برایت حکم شبِ ظلمانی را خواهد داشت.

ما همان‌طور که چشم سر داریم، چشم دل نیز داریم.

ما چشمان دل را بسته‌ایم.

ما بکلی فراموش کرده‌ایم که چنین چشمانی نیز داریم

## عارفانه‌ها

و اگر بخواهیم می‌توانیم آن‌ها را بگشاییم .  
ما چنان از واقعیت درون‌مان غافل شده‌ایم که این واقعیت برای ما به توهم شبیه شده است .  
بنابراین ، استاد و مرشدی لازم است تا احیا کند تو را ، و تو را که غرق آب بوده‌ای تشنه کند ، تکانت دهد و بیدارت کند .  
سالک نباید از قهر و تکان‌های پیر و مرشدش برنجد .  
خاطر سالک نباید از این که اوهام و خواب خوشش توسط استاد و مرشدش آشفته شده ، مگتر شود .  
سالک نباید نسبت به قهر پیر و راهنمایش ناسپاسی کند .

## زندگی را به رقص درآور

سالک وامدار پیر است.

پی . دی . اوسپنسکی ، برجسته‌ترین شاگرد گورجیف یکی از بهترین کتاب‌هایش را که «در جست‌وجوی امر معجزه‌آسا» نام دارد ، با این جمله به گورجیف اهدا کرده است :

«تقدیم به کسی که خوابم را آشفت .»

استاد موظف است خواب تو را آشفته کند ،  
حتی اگر مشغول دیدن خوابی خوش و طلایی باشی .  
این کار سالک را می‌رنجاند .

به همین دلیل استاد باید ابتدا طلب را در سالک ببیند ،

## عارفانه‌ها

آنگاه به هدایت او اقدام کند.

او به سالک کمک می‌کند تا از زهدان «گذشته» بیرون بیاید،

دوباره متولد شود

و چشم سومی در او بشکند.

حقیقت همواره هست:

آنچه احتیاج است، بیداری است.

گشودگی به روی بی‌کران آسان نیست.

اگر گشودگی به بی‌کران آسان بود، همه گشودگی را انتخاب

می‌کردند.

## زندگی را به رقص درآور

مشکل است، زیرا پُر مخاطره است؛  
این کار تو را آسیب پذیر می سازد،  
سیر را از دست می گیرد.  
گشودگی به معنای کنار گذاشتن زره است؛ زرهی که برایت  
امنیت فراهم می آورد:  
هیچ چیز نمی تواند از زره بگذرد و به درون تو نفوذ کند.  
حتی دوستان هم نمی توانند راهی به درون تو پیدا کنند، تا چه  
رسد به دشمنانت.  
ترس تو آن قدر زیاد است و آنچنان محکم به غشای امن خود

## عارفانه‌ها

چسبیده‌ای که نمی‌گذاری احدی وارد دنیای درونت شود.  
این کار منطقی دارد: اگر در را باز کنی، چه تضمینی وجود دارد که فقط دوستان وارد خانه شوند؟ دشمنان ممکن است در جایی پنهان شده باشند و ناگهان از فرصت استفاده کنند و به درون خانه بپردازند.

بنابراین، امن‌ترین حالت آن است که اصلاً در را باز نکنی.  
حتی کسانی را هم که دوست دارند، در پشت در بسته بگذاری.  
اگر لازم شد از پشت در بسته با آن‌ها سخن بگویی.  
تو باید این نکته را بفهمی که ناامنی، زندگی است،

## زندگی را به رقص در آور

امنیت مرگ است .

امنیت ، شیوه‌ی راستین زندگی نیست ؛

گرچه راهی مطمئن برای مرگ است .

دغدغهِ امنیت ، تو را در خودت دفن می‌کند ؛ تو گور خود می‌شوی .

آیا آدم‌هایی را که در گور زندگی می‌کنند دیده‌ای ؟

آن‌ها در امن‌ترین وضعیت ممکن هستند .

نه مرضی ، نه مرگی و نه هیچ چیز دیگری ، زیرا قبلاً این امور را گذرانده‌اند و کارشان ساخته شده است .

## عارفانه‌ها

هیچ‌کس نمی‌تواند از ساکنان خاموش گورستان چیزی بدزد ، کسی نمی‌تواند سر وادی خاموشان را کلاه بگذارد ، هیچ‌کس نمی‌تواند آن‌ها را از خود براند : آن‌ها واقعاً در امنیت به‌سر می‌برند .

وضعیت میلیون‌ها انسان به اصطلاح زنده نیز همین است ؛ فقط گورهای این دو دسته از مردگان متفاوت است . اینان نیز چند سالی تن‌آش خود را در تابوت متحرک وجود خود به این طرف و آن طرف می‌کشانند .

تو فقط از دور می‌توانی این دسته آدم‌ها را ببینی ،

## زندگی را به رقص درآور

به محض نزدیک شدن به این‌ها ، ناگهان دیواری قطور را بین خود و آن‌ها حایل می‌یابی .

تو باید وخامت و زشتی زیستن در این وضعیت را دریابی .  
به تو خواهند گفت :

«امنیت خود را به خطر نینداز ،  
ریسک نکن ،

به قلمرو ناشناخته نزدیک نشو ،  
خود را به دل تاریکی پرتاب نکن ،  
زرنگ باش .

## عارفانه‌ها

به کسی اعتماد نکن ،

همیشه با سوء ظن به دیگران نگاه کن .»

به این دلیل است که مردم ترجیح می دهند بسته بمانند .

تو باید این سفارشات احمقانه را به تاق نسیان بسپاری

و برای زندگی ، شیوه‌ی تازه‌ای را پیشه کنی .

البته این کار زمان می برد ، زیرا رشته کردن بافته‌های مسخره‌ی

دیگران وقت گیر است .

اما تو راه افتاده‌ای

و گام به گام به آن نزدیک تر می شوی .

## زندگی را به رقص درآور

شور و اشتیاق گشودگی و شرح صدر و باز بودن ، امیدوار کننده است .

اشتیاق تو گشودگی را ممکن می سازد .  
زیرا هیچ کس نمی تواند تو را از رفتن بازدارد ، مگر خود تو .  
هنگامی که کار تو با بیرون تمام می شود ، سفر درون آغاز می شود .

هنگامی که کار تو با بیرون تمام شد  
و عمیق تر شدی ،  
کوله بار را می بندی

## عارفانه‌ها

و سفر به درون را آغاز می‌کنی .  
اگر کسی از غروب غربتِ غریبه نگذشته باشد ،  
به صبح روشن شرق نخواهد رسید .  
شرق بالاترین پله اشراق است که بر لبه‌ی بام آسمان گذاشته‌اند ،  
برای رسیدن به این پله و برآمدن بر بام آسمان ، باید از پله‌های  
پایین تر غربتِ غریبه گذشته باشی .  
هر رابطه‌ی تازه‌ای ، چیزهایی را در انسان آشکار می‌کند که  
سرکوب شده‌اند و برای مدتی در صندوق خانه‌ی روح او مانده‌اند .  
ما اصلاً خبر نداریم که چنین چیزهایی را در صندوق خانه‌ی

## زندگی را به رقص درآور

وجود خود داریم.

رابطه‌های تازه این‌ها را بیرون می‌آورند.  
برای مثال، مادر شدن، وارد شدن به يك دنیای کاملاً متفاوت است. خیلی از چیزهایی که در هنگام خودآگاهی در دسترس تو نبوده‌اند، ناگهان به چنگت می‌افتند.

مادر شدن بُعدی تازه است: این اتفاق خیلی از چیزها را به حوزه‌ی توجه تو می‌آورد؛ و چیزهای زیادی نیز از حوزه‌ی توجهی تو خارج می‌شوند. تو به شدت دگرگون می‌شوی.  
با هر ارتباطی،

## عارفانه‌ها

چه دوست تازه‌ای پیدا کنی و یا عاشق شوی ،  
در آشوب تازه‌ای می‌افتی .

رابطه‌ای همچون رابطه‌ی مادر و فرزندی ، یکی از عمیق‌ترین و  
دگرگون‌کننده‌ترین رابطه‌هاست .

این رابطه ، قلب تو را زیر و رو می‌کند .  
مادر بودن کار ساده‌ای نیست ، بلکه دشوارترین کار زندگی است .

همسپار و شاهد زندگی خود باش .  
هیچ‌چیز را در خود سرکوب نکن  
و بگذار آنچه که می‌خواهد اتفاق بیفتد ، بیفتد .

## زندگی را به رقص درآور

برای خلاص شدن از شر چیزهای ناخوشایند ،  
فقط ناظر خوبی باش ، بدون آن که قضاوت کنی .  
عشق ، جنگ نیست .  
عشق ، صلح و صفاست .

اما از آن جا که ما دنیایی پُر از جنگ و نفرت درست کرده ایم ، حالا  
دیگر لازم است برای صلح و صفا و عشق نیز بجنگیم . جامعه‌ی  
ساخته‌ی دست بشر ، پدیده‌ای دوست‌داشتنی نشده است . برای  
اینکه دوست‌داشتنی نباشی و خنثی باشی ، لازم نیست تلاشی  
بکنی ، فقط کافی است هم‌رنگ این جماعت خنثی و دلمرده

## عارفانه‌ها

باشی. اگر دلمرده‌ای و شوری در دل نداری، پس آدم خوبی به حساب می‌آیی و در جامعه نیز جایی داری. کافی‌ست دوست‌داشتنی باشیو پُر از شور و شیدایی، آنگاه عنصری نامطلوب و يك خطر برای جامعه به حساب خواهی آمد و طرد خواهی شد. در این صورت، جامعه در باره‌ی تو ظنین خواهد شد: نکند دیوانه شده است! نکند شاعر شده است! نکند هنرمند شده است! در این‌گونه جوامع دیوانگی و حماقت و شاعری و هنرمندی مترادف‌اند. جامعه فقط سوداگرانِ طماعِ بازار را عاقل و فرزانه می‌داند.

## زندگی را به رقص درآور!

پول معیار عقلانیت است ، و شعر و شور و شعور معیار دیوانگی . جامعه برای قلب نقشی قایل نیست . تعداد شاعران و نقاشان و موسیقی‌دان‌ها و سایر هنرمندان در جامعه بسیار اندک است و همین تعداد اندک نیز در حاشیه زندگی می‌کنند ، نه در متن . با وجود این ، مجبورند برای بقا ، سازش کنند و در بسیاری موارد قلب خود را به فروش بگذارند . جامعه با هنرمندان و شاعران بی‌رحمانه برخورد می‌کند . بنابراین ، این يك جنگ است ، نباید باشد ، ولی هست . عاشقانه زیستن مستلزم نبردی بی‌امان با جامعه‌ی زشت و پلشت است . جامعه‌ای که ما خود و با دستان

## عارفانه‌ها

خود به وجودش آورده‌ایم. اما این نبرد، نبردی قدسی است و خونی را نمی‌ریزد، نمی‌کشد احیا می‌کند؛ نبردی است در خدمت قداست و زیبایی. این نبرد نباید در خدمت سیاست باشد، نباید در خدمت ملت باشد، نباید در خدمت کلیسا باشد. نبردی که در خدمت عشق است، نبردی است که در خدمت خداست. نبردی که در خدمت خداست، به هیچ وجه پوششی برای نفرت نیست؛ نبردی است که در آن، دشمنان را نیز دوست می‌دارند. ما باید برای عشق و برای دنیایی دوست‌داشتنی بجنگیم. باید طرحی نو در اندازیم. آدمی در عالم خاکی به دست نمی‌آید؛ بنابراین، باید

## زندگی را به رقص درآور!

عالم خاکی را آسمانی کنیم. عالمی که در آن هیچ مرزی آدم‌ها را از هم جدا نمی‌سازد؛ نه مرزهای جغرافیایی، نه مرزهای اعتقادی، نه مرزهای نژادی و نه حرص و آز. برای دنیای نو، عاشقانه بچنگیم، نه با نفرت.

انسان باید عزت‌نفس داشته باشد، یعنی خودش را محترم بدارد. اما به ما عزت‌نفس را نیاموخته‌اند. به ما یاد داده‌اند که هزار و یک چیز دیگر را محترم بشمریم، مگر خودمان را: بر عکس، ما یاد گرفته‌ایم که خود را طرد کنیم، از خود متنفر باشیم. خود را سرزنش کنیم. خاستگاه بدبختی مردم همین

## عارفانه‌ها

حس است. کسی که در اعماق وجودش از خود بیزار است، هرگز به خود اجازه‌ی شادمانی نمی‌دهد؛ او همواره سعادت را در پشت در بسته‌ی خانه‌اش نگه می‌دارد.

بدبختی همشین حس بیزاری از خود ماست. بدبختی محصول فرعی سرزنش خود است. اگر ما به سعادت روی خوش نشان ندهیم، او هم هرگز روی خود را به ما نشان نمی‌دهد. ما هنگامی به سعادت روی خوش نشان می‌دهیم که از عزت نفس سرشار باشیم و خود را محترم و عزیز بشماریم. این چیزی است که قرن‌ها و قرن‌ها ما را از آن منع کرده‌اند. به ما گفته‌اند چنین

## زندگی را به رقص درآور

حسی خود خواهی است. غافل از آنکه دوست داشتن خود ، بنیان دوست داشتن دیگران است .

کسی که نمی تواند خود را دوست داشته باشد ، از دوست داشتن دیگران نیز عاجز خواهد بود . کسی که از خوشستن خویش بیزار است ، از خدا نیز بیزار است .

تو چیزی نیستی ،  
مگر موجی در اقیانوس خداوند ،  
اگر از خود نفرت داشته باشی ، از موج های دیگر نیز متنفری ، زیرا  
آن ها نیز موج های شبیه تو هستند .

## عارفانه‌ها

انسانیت در زیر چتر سیاه سرزنش خود و نفرت زیسته است. همه احساس پوچی و بی‌ارزشی می‌کنند. گرچه در ظاهر تظاهر می‌کنیم که وضع این‌گونه نیست، اما در باطن احساسی این‌گونه داریم؛ خود را گناهکار، بدبخت، بدشانس، بی‌استعداد و ناتوان می‌دانیم.

انسان از آن‌رو رنج نمی‌برد که آدم و حوا در بهشت از میوه‌ی ممنوع تناول کرده‌اند حالا او باید تاوان آن گناه را بپردازد؛ اصلاً آدم و حوا گناهی مرتکب نشدند. آدم و حوا روح‌هایی به غایت زیبا داشتند. آن‌ها فقط عصیان کردند. عصیان آن‌ها بنیاد

## زندگی را به رقص درآور!

زندگی انسانی شد. در واقع باید تندپسی از آن‌ها در هر کوی و برزن نصب کرد. آن‌ها حکمی را نادیده گرفتند: به این درخت نزدیک نشوید. و آن‌ها شدند. در شرق مار همواره نمادی از خرد بوده است. برای عارفان شرقی حکایت آدم و حوا صورت دیگری دارد: مار در این حکایت، بیان‌گر خردِ درونی آدم و حواست. فکر آنان به آنان گفت که نزدیک شدن به این درخت، ارزش آن را دارد. آن‌ها ریسک بزرگی کردند، زیرا به آن‌ها گفته شده بود که اگر به این درخت نزدیک شوند چه بر سر آنان خواهد آمد. اگر نمی‌خوردند، برای همیشه در بهشت می‌مانند و اگر

## عارفانه‌ها

می‌خورند، به دنیای کار و مشقت و بیماری و درد و مرگ تبعید می‌شدند. آن‌ها تبعید را به بهای عصیان در برابر يك حکم انتخاب کردند. آن‌ها به‌هیچ‌وجه مرتکب گناه نشدند. آن‌ها انقلابی بودند. ما به دلیل کاری که آن‌ها کرده‌اند مجازات نمی‌شویم؛ ما به خاطر قرائت‌هایی از دین که عصیان را مترادف گناه می‌داند در رنج و عذابیم. در هر جامعه‌ای این داستان به نوعی تکرار شده است. در هند حکایت آدم و حوا وجود ندارد، اما بحثی مستوفی و فلسفی پیرامون این نکته وجود دارد که چرا آدمی باید رنج ببرد. هندیان می‌گویند چون آدم‌ها در

## زندگی را به رقص درآور

زندگی‌های گذشته‌ی خود گناه کرده‌اند، پس در زندگی کنونی‌شان هم باید تاوان آن گناهان را پس بدهند. همه‌ی این حرف‌ها بی‌معناست.

انسان به دلیل گذشته‌ی خود نیست که رنج می‌برد، انسان رنج می‌برد زیرا نزد خویش عزیز و محترم نیست. هنگامی که دست از سرزنش خود برداری، خواهی دید که چه انرژی عظیمی از درون تو آزاد می‌شود.

خود را عالی بدان، خود را موهبتی از طرف خدا تلقی کن، خود را دوست بدار، خود را دوست‌داشتنی ببین. همه‌ی احترامات را

## عارفانه‌ها

نثار خود کن، آنگاه در کمال شگفتی خواهی دید هنگامی که انسانیتِ خود را می‌ستایی، برای انسانیتِ مهمی آدم‌ها ارزش قایلی. آنگاه زندگی را تقدیس می‌کنی و دامن آن را به ظلم نمی‌آلایی. اگر خود را دوست بداری، از هیچ‌کس متنفر نخواهی بود.

چیزهایی هست که اگر آن‌ها را با دیگران قسمت کنی، نه تنها چیزی از آن‌ها کاسته نمی‌شود، بلکه به‌طور حیرت‌انگیزی افزایش می‌یابند. هرچه بیش‌تر ببخشی، بیش‌تر به دست می‌آوری. این حقیقت، منطقی کاملاً متفاوت دارد. اقتصاد

## زندگی را به رقص درآور!

دنیای معمولی بیرون موافق این منطق نیست. اقتصاد دنیای معمولی می‌گوید: «اگر می‌خواهی بیش‌تر داشته باشی، پس انداز کن، ذخیره کن.»

در دنیای درون، در اقتصاد درونی زندگی، قانون دیگری حکم می‌راند: اگر می‌خواهی بیش‌تر داشته باشی، دیگران را نیز در داشته‌های خود سهیم کن، ذخیره نکن. هرچه بیش‌تر دیگران را در داشته‌های خود سهیم کنی، بیش‌تر خواهی داشت. برای مثال، عشق: اگر با دیگران قسمت نکنی، می‌میرد. نه تنها می‌میرد؛ بلکه به ضد خود تبدیل می‌شود. وقتی کسی می‌میرد،

## عارفانه‌ها

بدن او فاسد و بویناک و متعفن می‌شود. هنگامی که عشق می‌میرد، جنازه‌اش متعفن می‌شود؛ جنازه‌ی متعفن عشق، نفرت است. هنگامی که عشق اجازه نمی‌یابد تا جاری شود و راکد می‌ماند، کثیف و آلوده و بویناک می‌شود. شهدی بود هنگامی که جاری بود، اکنون که راکد است سم است.

اگر عشق را بیش‌تر و بیش‌تر با دیگران قسمت کنی، انرژی عشق بیش‌تری از فراسو می‌جوشد و به سوی تو جریان می‌یابد. زیرا ما به فراسو متصلیم. اما فراسو زمانی انرژی عشق را به سوی ما جاری می‌سازد که ما آن را به سوی هستی جاری ساخته باشیم.

## زندگی را به رقص درآور!

در غیر این صورت، چون پُر شده‌ایم، جریان عشق متوقف می‌شود. حتی اگر فراسو بخواهد انرژی عشق را به سوی ما روان سازد، ما جایی برای دریافت آن نداریم.

سخواو تمند بودن یعنی آن که خود را به هر طریق ممکن، دم‌به‌دم از داشته‌ها خالی کنی و داشته‌هایت را به دامان دنیا بریزی. یعنی رقص و نغمه و عشق و دوستی و مال و منال و خنده را با دیگران قسمت کنی. آدم‌های حقیر و راکد و بویناک از قسمت‌کردن داشته‌های خود با دیگران عاجز و محرومند. اگر پولی دارند، آن را با موش‌های پستو سهیم می‌شوند، اگر مقامی

## عارفانه‌ها

دارند، با چشمانی از حدقه بیرون زده و هراسان، دو دستی به آن چنگ می‌زنند، اگر زمینی دارند چهار دست‌وپا بر روی آن می‌خزند. خانه‌ی دل‌شان نیز که از نوای عشق تهی‌ست و چراغ خانه‌ی نگاه‌شان نیز فروزان و روشن نیست. سهمیم کردن دیگران در داشته‌های خود، چرخه‌ای را به‌وجود می‌آورد: تو داشته‌ها را در هستی جاری می‌سازی و فراسو نیز نعمت‌ها را به سوی تو روان می‌سازد. مانند رود که در کوه‌ها و دره‌ها جاری می‌شود و به دریا می‌ریزد، ابرها نیز بالا می‌آیند و بر کوه‌ها می‌بارند، رود دوباره سرشار می‌شود و دوباره به سوی دریا روان می‌شود: این

## زندگی را به رقص درآور!

يك چرخه است. زندگی نیز دقیقاً به همین معنا يك چرخه است. این چرخه را از هر کجا که بشکنی، مشکلات آغاز می شوند.

بنابراین، دیگران را در آنچه که داری سهیم کن. عشق را نباید مخفی کرد: عشق را باید جار زد. عشق را باید به خورشید و ماه و ستاره و باران و باد گفت. عشق را باید به آواز خواند و آن را جشن گرفت؛ تنها در این صورت است که عشق شکوفا می شود و رایحه‌ی خود را در همه جا می پراکند.

هرچه بیش تر عشقت را ابراز کنی، ناپدید تر می شوی، زیرا عشق و نفس با هم نمی سازند. اگر عشقت را بروز ندهی، نفس تو

## عارفانه‌ها

بزرگ‌تر و بزرگ‌تر می‌شود. نفس تنها خطایی است که بر قلم صنع رفته است. اما این قلم به دست ماست. ما هستیم که آن را در توهمات خویش رقم می‌زنیم. نفس سایه است. کافی‌ست چراغ کوچکی را در ساحت آگاهیت برافروزی، نفس ناپدید می‌شود. عشق حقیقت است، عشق نور است، و هنگامی که عشق را به خانه می‌آوری، تمامی سایه‌ها و اشباح رنگ می‌بازند. هر تلاشی برای نابود ساختن سایه‌ها و اشباح بیهوده است. هر تلاشی برای سرکوبی نفس بیهوده است. عشق را بروز بده! هر کاری که می‌کنی باید حاکی از عشق تو باشد. هر کلمه‌ای که بر زبان جاری

## زندگی را به رقص درآور!

می سازی باید سرشار از عشق باشی. هر کاری که می کنی باید بر یک چیز و تنها یک چیز تأکید کند: عشق، عشق، عشق. آنگاه روزی فراخواهد رسید که دیگر از تو در تو نشانی نمانده است؛ تو نیستی و به جای تو خدا نشسته است.

عشق راه است. جایی در میانه‌ی راه، تو و خدا با هم ملاقات می کنید. فقط در راه عشق است که تو به سوی خدا می روی و خدا نیز به سوی تو می آید.

همه‌ی ما این جایییم تا دیر یا زود ناپدید شویم. زندگی ثباتی ندارد؛ هر لحظه ممکن است کسی ناپدید شود. بنابراین، نپرس

## عارفانه‌ها

چرا این اتفاق افتاد؛ چرایی وجود ندارد. همه‌ی پاسخ‌هایی که به چرایی تو داده خواهند شد چیزی نیستند، مگر تسکینی برای معقول و منطقی جلوه دادن چیزی که اساساً منطقی و معقول نیست، بلکه یک راز است؛ یعنی مرگ. عقلانی کردن این راز تلاشی برای تسکین توست. من هیچ علاقه‌ای به تسکین دادن ندارم، زیرا این تسکین‌دادن‌ها بازیِ خطرناکی است. تسکین، سیری است برای پنهان شدن در پشت آن. من از پنهان شدن بیزارم، من طالب عریانی و نگاه در نگاه زندگی و مرگ دوختن هستم.

## زندگی را به رقص درآور!

حادثه‌ی مرگ باید ماهیت رؤیگونه‌ی زندگی را بر تو آشکار کرده باشد. زندگی از جنس ماده‌ایست به نام رؤیا. ما ممکن است مشغول دیدن خوابی خوش و شیرین باشیم، اما در هر حال، خواب، خواب است و ممکن است با کوچک‌ترین صدا و بهانه‌ای پاره شود. گاهی نیز خواب‌هایی تلخ و آشفته می‌بینیم، اما اگر به ماهیت رؤیایی خواب پی ببریم، این خواب‌ها را نیز دیدنی می‌بینیم. اگر بیدار شویم و بدانیم که خواب می‌دیدیم، با شجاعت و بی‌درنگ چشمان خود را برهم می‌گذاریم تا دنباله‌ی آن خواب و حشتناک را نیز ببینیم، اما دیگر کار از کار گذشته

## عارفانه‌ها

است.

همواره به جای آن‌که به دنبال تسکین و تبیینی بگردی، سعی کن به تماشای حقیقت عریان بایستی. حقیقت غمبار است، دردآور است، آزار می‌دهد: این‌ها را ببین و سعی نکن لاپوشانی‌شان کنی. تمامی تبیین‌ها و فلسفه‌بافی‌ها برای ماستمالی کردن چیزی‌ست که سفید نیست، چیزی که در اصل تیره و تار و رازآلود است. این لحظات برای تو لحظات پُر اهمیت است، زیرا در چنین لحظاتی‌ست که بیداری ممکن می‌گردد. هنگامی که کودک تو می‌میرد، ضربه‌ای مهیب بر تو وارد

## زندگی را به رقص درآور!

می‌شود: تو می‌توانی از این فرصت استفاده کنی و به جای گریه و زاری و از کف دادن فرصت‌ها، بیدار شوی. بعد از چند روز، این ضربه دیگر ضربه نیست؛ زمان مرهم همه‌ی دردها و زخم‌هاست. چند روز و چند هفته بعد همه‌چیز فراموش می‌شود. در پایان عمرت ممکن است تصور کنی که این حادثه را در خواب و یا در یک فیلم دیده‌ای و یا این‌که در یک زمان آن را خوانده‌ای. زمانی خواهد رسید که این حادثه چنان رنگ می‌بازد که تو گویی طینینی گنگ را از فاصله‌ای بسیار دور می‌شنوی. این لحظه، لحظه‌ای است که می‌تواند کمکت کند تا بیدار شوی.

## عارفانه‌ها

فرصت را از دست نده؛ مهمی تسکین‌ها و تسلیت‌ها ترفندهایی هستند برای از کف دادن فرصت‌ها.

هرگز نپرس چرا. زندگی بدون چرا جریان دارد و مرگ بدون چرا اتفاق می‌افتد. برای این چرا پاسخی وجود ندارد، و نیازی هم به این پاسخ وجود ندارد. زندگی مسئله نیست که آن را حل کنی، مرگ نیز مسئله نیست. زندگی و مرگ هر دو پاره‌ای از یک راز بزرگند، رازی که پاسخ را نمی‌داند. علامت سؤال، آخرین نشانه در متن زندگی و مرگ است.

بنابراین، تنها کاری که می‌توان در این‌گونه موقعیت‌ها انجام داد،

## زندگی را به رقص درآور

بیداری است. زیرا این گونه ضربه‌ها می‌توانند موهبتی ارزشمند باشند. این ضربه‌ها ناگهان آهنگ ذهن و فکر را کند می‌کنند، همه چیز معنای ساختگی خود را از دست می‌دهد، همه چیز ناپدید می‌شود. انسان احساس می‌کند که به سرزمین غریبی وارد شده است، احساس بی‌خانمانی می‌کند. مهمی این‌ها تجربه‌هایی ناب و دست‌نیافتنی‌اند؛ تجربه‌هایی که می‌توانند تو را وارد بُعد تازه‌ای بکنند. مرگ یکی از فراخ‌ترین دره‌ایی‌ست که به الوهیت گشوده می‌شود. هنگامی که عزیزی مانند فرزند یا والدین و یا همسر و دوست را از دست می‌دهی، گویی که خودت

## عارفانه‌ها

مردهای؛ در این لحظات بخش بزرگی از تو می‌میرد.  
بنابراین، ماهیت رؤیاگونه‌ی زندگی را ببین، اینکه همه چیز دیر یا زود ناپدید خواهد شد، خاکستر به خاکستر. هیچ چیز در این جا دوامی ندارد. این جا کاروان‌سرای بیش نیست و اقامت ما هم در این کهنه رباط، یک شب بیش تر به طول نمی‌انجامد و سینه‌ه که سر بزند، جرس فریاد می‌دارد که بربندید محمل‌ها، وقت عزیمت است. اما یک چیز جاودانه نیز در زندگی هست، و آن شهودِ توست. همه چیز ناپدید می‌شود، شهودِ توست که می‌ماند.

## زندگی را به رقص درآور!

بنابراین ، همه‌ی زندگی را ببین و شهود کن . فقط شاهد باش و بس . شاهد باش . ناظری ساکت و خاموش باش . شهود تو ، تنها کلیدی‌ست که به قفل بسته‌ی این راز بزرگ می‌خورد . نه این‌که شهود مسئله‌ای را برایت حل کند ، نه ، بلکه تو را قادر می‌سازد که این راز را زندگی کنی ، و به‌طور کامل هم زندگی کنی . دیده‌ی دلت اشکی ریخت و دریا شد ، اکنون دریا به او خواهد گفت :

«دریات مبارک باد!»

دو راه وجود دارد که هر دو به خدا می‌رسند: راه عشق ، و راه بیداری . این دو راه یکی از هم جدا هستند ، اما در انتها به یک جا

## عارفانه‌ها

می‌رسند: خدا. این دو راه در ابتدا تا آن جا که ممکن است از یکدیگر دوراند، اما بتدریج به هم نزدیک می‌شوند. آن لحظه که سالک به مقصد می‌رسد، شگفت‌زده می‌شود وقتی می‌بیند از هر راه که می‌رفت آن راه دیگر را نیز ناخودآگاه زیر پای خود می‌داشت. کسی که گام در راه عشق می‌گذارد، بیدار هم می‌شود و کسی که گام در راه بیداری می‌گذارد، عاشقی نیز پیشه‌ی او خواهد شد. این دو راه در دنیا جدایند، اما در نزد خدا یکی هستند.

عشق یعنی فراموش کردن خود در معشوق. ماهیت عشق،

## زندگی را به رقص درآور!

خودفراموشی است، تركِ مصلحت خویشستن است، غرق شدن است چنان که فقط معشوق می ماند و بس. راه عشق، راه فناست. عاشق باید هنر محو شدن را بیاموزد. او باید از اوصاف بشر بمیرد، تا بحر اسرار عشق الهی او را بر سر نهد و امواج عنایات دم به دم معشوق او را با خود ببرد. آنان که هنر محو شدن را نمی دانند و ذهن را از نحو و اطلاعات انباشته و سنگین کرده اند و از این بابت خلقان را همواره خر می خوانند، در راه دریایی عشق چون خر بر این یخ می مانند. آنچه عاشق را از معشوق جدا می کند و بین عاشق و معشوق حایل می شود، وجود

## عارفانه‌ها

عاشق است، که آن هم محو می‌شود و عاشق به معشوق می‌پیوندد.

راه دومی که به خدا می‌رسد، راه بیداری و آگاهی‌ست. این راه، درست نقطه‌ی مقابل راه نخست است. در این راه، عاشق باید خود را ببیند و به جا آورد. در این راه خودفراموشی کلید نیست، بلکه خودآگاهی کلید است، معرفتِ نفس شرط است. در این راه سالک با معرفت به خویشتن، به شناخت حق می‌رسد.

او به معشوق نظر نمی‌افکند، بلکه به آینه‌ی جان خویش نظر می‌افکند و صورت معشوق را در آن می‌بیند.

## زندگی را به رقص درآور

بنابراین، در ابتدا این دو راه از هم بسیار دوراند، اما در انتها هر دو به يك جا می‌رسند: دیدار رخ یار. در این قله‌ی دیدار است که جذبه‌ای بزرگ سالک را فرا می‌گیرد، زیرا همه‌ی تمایزات از بین می‌رود و هستی به هاویه‌ای یکپارچه و بی‌تمایز و درهم تبدیل می‌شود.

هیچ چیز برتر از دوستی با هستی نیست. این دوستی، پاک‌ترین شکل عشق است. عشق گاهی به شهوت آلوده می‌شود، گاهی به تمایلات و مصلحت‌ها آلوده می‌شود، گاهی به توقع و چشمداشت آلوده می‌شود، در عشق گاهی ردپایی از بیولوژی

## عارفانه‌ها

دیده می‌شود، عشق گاهی بر زمین می‌خزد و جامه‌ی دنیا را بر تن می‌کند، اما دوستی به هیچ‌کدام این‌ها آلوده نیست. دوست‌داشتن از عشق برتر است.

در دوستی چشم‌داشتی نیست، تمایلی نیست؛ در دوستی، دوست برای نفس لذت و سرمستی بخشیدن، می‌بخشد. عشق گاهی حسادت می‌ورزد، اما دوستی حسود نیست. تو حق نداری بیش از یک معشوق داشته باشی، اما می‌توانی دوستان زیادی اختیار کنی. اگر عشق نتواند خود را تا مرتبه‌ی دوستی بالا بکشد، شکست می‌خورد و با شکست خود، چهره‌ی دنیا را

## زندگی را به رقص درآور

زشت‌تر می‌سازد. اگر عشق نتواند زنجیر حسادت را از دست و پای خود بریزد، از راه می‌ماند و در راه می‌ماند. شهید شیرین عشق، عاشق را احیا می‌کند، اما تلخی حسادت، خاصیت این شهید را می‌ریاید. خصلت حسودانه‌ی عشق، همواره در صدد تملک است، همواره می‌ترسد. میل به تملک، از ترس سرچشمه می‌گیرد. میل به تفوق و چیرگی و در اختیارگرفتن، از ترس ناشی می‌شود. چسبیدن و ایجاد اختناق، همه نتیجه‌ی ترس است. و هرگاه بر کسی تفوق می‌یابیم، او را به سطح نازل انشیا تنزل می‌دهیم. هرگاه بر کسی چیره می‌شویم، او نیز بر ما چیره

## عارفانه‌ها

می‌شود. تو نمی‌توانی کسی را برده‌ی خود کنی، بدون آنکه خود برده‌ی او شوی. اما دوستی، بردگی نمی‌شناسد، تملک نمی‌شناسد، حسود نیست. دوستی، بی‌پیرایه‌ترین صورتِ عشق است.

عشق، به‌گل می‌ماند،  
دوستی به رایحه.

عشق، با ارزش‌ترین هدیه‌ی خداوند است، زیرا عشق تمامی گستره‌ی زندگی را دربر دارد؛ از خردترین تا عظیم‌ترین، از رابطه‌ی جنسی تا نیایش، از بدن تا روح، از خاک تا افلاک. عشق

## زندگی را به رقص درآور

نزدبان است. يك سر آن بر روی گل قرار دارد و سر ديگر آن در آغوش خداست. اگر کسی مرید عشق شود، آن را تطهیر کند، آن را به بلوغ برساند و آن را کامل کند، دیگر به هیچ آیینی محتاج نخواهد بود. عشق کفایت می‌کند: عشق تو را به آن سوی ساحل زندگی می‌رساند.

به یاد داشته باش که عشق را نباید جایی گرفتار کرد و به مخمصه انداخت. تو نباید به هیچ‌یک از پله‌های این نردبان دل ببندی. به نردبان دل ببند، اما به پله‌های آن، هرگز. در غیر این صورت، متوقف خواهی شد و به‌محض آنکه متوقف شوی، از رشد

## عارفانه‌ها

بازمی‌مانی. آنگاه زمان می‌گذرد، اما تو در جا می‌زنی. بزرگ شدن و پیرتر شدن به معنای بالغ شدن نیست. پیر شدن، ساده و آسان است؛ هیچ فکر و برنامه‌ای برای آن نیاز نیست. درختان پیر می‌شوند، سنگ‌ها پیر و فرسوده می‌شوند، حیوانات پیر می‌شوند و انسان نیز. اما بالغ شدن، پدیده‌ای کاملاً متفاوت است؛ فقط تعداد کمی از آدم‌ها بالغ می‌شوند. تفاوت در چیست؟ تفاوت در این است: اگر به جایی بچسبی، آنگاه پیر می‌شوی، اما در اعماق وجودت نابالغ می‌مانی.

میانگین سن ذهنی انسان بیش از دوازده سال نیست و این

## زندگی را به رقص درآور!

شرم‌آور است؛ انسانی با هشتاد سال سن، مغز یک فرد دوازده‌ساله را داشته باشد! این نشان می‌دهد که رشد ذهنی اغلب آدم‌ها در همان دوازده سالگی متوقف می‌ماند. او باید در همان سنین به پله‌ای از پله‌های این نردبان چسبیده باشد. او هنوز نگاه نظریه‌دوره‌ی دوازده سالگی‌اش را دارد. اغلب قریب به اتفاق آدم‌ها با همان منظر و دیدگاه دوره‌ی کودکی‌شان به زندگی نگاه می‌کنند. چشمان آن‌ها هنوز به دنبال اسباب‌بازی‌هاست. می‌خواهند این را داشته باشند، می‌خواهند آن را داشته باشند. آن‌ها فقط اسباب‌بازی‌های بزرگ‌تری را انتخاب کرده‌اند، اما

## عارفانه‌ها

اسباب‌بازی همان اسباب‌بازی است. آن‌ها هنوز دل‌بسته‌ی زندگی پیش از بلوغ‌اند. آن‌ها هنوز به داشتن فکر می‌کنند، نه بودن. آن‌ها هنوز به یکدیگر حسادت می‌کنند. آن‌ها هنوز باغ نشده‌اند. درست همان‌طور که یک فرد هشتادساله به ذهنی دوازده‌ساله می‌چسبند، عکس این نیز ممکن است اتفاق بیفتد، یعنی ممکن است یک فرد دوازده‌ساله، بلوغ یک آدم هشتادساله را پیدا کند.

یک نفر از امرسون پرسید: «چند سال دارید؟» امرسون بی‌درنگ پاسخ داد: «سیصد و شصت سال.» پرسنده نمی‌توانست باور کند

## زندگی را به رقص درآور!

و خوب می دانست که امرسون هرگز دروغ نمی گوید. قیافه‌ی امرسون شصت‌ساله نشان می داد. او طاقت نیاورد و دوباره پرسید: «معذرت می خواهم، متوجه نشدم.» امرسون این بار با صدایی بلندتر گفت: «سیصد و شصت سال.» آن مرد گفت: «یا دارید با من شوخی می کنید، و یا دیوانه شده‌اید. به نظر نمی آید که شما بیش از شصت سال داشته باشید.» امرسون گفت: «درست است، من شصت‌ساله به نظر می آییم، عمر فیزیکی من همان شصت سال است، اما زندگی من حداقل شش برابر پربارتر از زندگی آدم‌های معمولی گذشته است. به همین دلیل می گوئیم

## عارفانه‌ها

سیصد و شصت سال عمر دارم. این سن معنوی من است.» این يك امکان است. در این صورت، عمر بودا چقدر است؟ عمر او باید جاودانگی بوده باشد. نمی‌توانی آن را حساب کنی. به محض آن‌که به پله‌ای می‌چسبی، همان‌جا می‌مانی. جسم تو به حرکت ادامه خواهد داد و پیر خواهد شد، اما ذهن تو همچنان در آن‌جا مانده است. این وضعیتی اسفبار است، زیرا تو عقب مانده‌ای و زندگی به جلو می‌رود.

به جلو نظر داشته باش. همواره جویای پله‌های بالاتر نردبان باش و هیچ‌گاه به هیچ پله‌ای قانع نشو. ما روزی باید از همه‌ی

## زندگی را به رقص درآور

پله‌های این نردبان بالا رفته و بر بام برآمده باشیم. آنگاه دیگر به این نردبان احتیاجی نخواهیم داشت و آن را رها خواهیم کرد. ما خدا را بر بام دنیا ملاقات خواهیم کرد. ما با بال‌های عشق می‌رویم، اما در عشق نمی‌مانیم. مقصد ما کبریاست. عطای الهی ثمره‌ی سعادت‌مندی‌ست. آدم سعادت‌مند، خود به‌خود زیبا می‌شود، و این زیبایی نه تنها به صورت او مربوط می‌شود، بلکه از سیرت او می‌تراود. زیبایی، همچون سایه، همواره در تعقیب آدم سعادت‌مند است، مانند هاله‌ای گرداگرد او را فراگرفته است و پیرامون او را روشن می‌کند.

## عارفانه‌ها

آدم سعادت‌مند، مانند شمعی روشن است. او فروزان و روشن است و روشنائی او به دیده‌ی دیگران، همان لطف و زیبایی اوست. فقط لطافت و حُسنِ خلق است که زیبایی می‌بخشد. ممکن است کسی خوشگل باشد، اما زیبا نباشد. از این‌گونه آدم‌ها در دنیا بسیاراند. زیبایی این‌ها، به تناسب و تقارن بستگی دارد، اما پشت این تناسب و تقارن‌ها زشتی نهسته است؛ و رای این صورت خوشگل، مار و مور و عقرب و تمساح و آدم‌های سیاست‌مدار کمین کرده‌اند. صورت ممکن است فقط برای لحظه‌ای تو را بفریبد، اما مردم همواره فریب صورت را می‌خورند

## زندگی را به رقص درآور!

و به روح توجه‌ای ندارند. تراژدی عشق از همین جا شروع می‌شود.

آدم‌ها عاشق صورت می‌شوند، به این امید که سیرت نیز مثال صورت باشد. اما این امید و آرزو به‌ندرت برآورده می‌شود. تراژدی این جاست که دیر یا زود مجبوری با سیرت معشوقه نیز مواجه شوی، و هنگامی که آن مارها و مورها و عقرب‌ها را می‌بینی، آتش عشق می‌افسرد و تنها خاکستر خاطرهای گنگ از آن بر جای می‌ماند. آنگاه احساس می‌کنی فریب خورده‌ای، مورد خیانت واقع شده‌ای، گولت زده‌اند. اما هیچ‌کس تو را فریب

## عارفانه‌ها

نداده است، کسی به تو خیانت نکرده است؛ این تو بوده‌ای که از دیدن سیرت در آن سوی صورت عاجز بوده‌ای. تو آن حساسیت لازم را برای حس زیبایی حقیقی نداشته‌ای. تو لطافت را درک نمی‌کرده‌ای. آدم سعادتمند کسی است که صورت و سیرتش تقارن دارد و ظاهر و باطن او با هم می‌خوانند. این است معنای لطافت: کسی که آهنگین است. ظاهر و باطن چنین آدمی، باهم تضاد ندارند، بلکه دست در دست هم می‌رقصند؛ آن‌ها هم‌آهنگ‌اند. هم‌آهنگی آن‌ها، لطیف است، لطف است. سالک واقعی، واقعاً زیباست، لطیف و آهنگین و هم‌آهنگ است. کسی

## زندگی را به رقص درآور!

که وجودی هم‌آهنگ دارد، مستعد دریافت فیض الهی ست، زیرا فیض الهی و لطف او، تنها بر زمینه‌ای قابل و هم‌آهنگ می‌نشیند. فیض او بر زمین ناقابل فرو نمی‌افتد. فیض او شامل وجود پاره‌پاره، پُرسر و صدا، آشفته و متخاصم نمی‌شود. فیض او، خاطرِ مجموع می‌طلبد، نه خاطری پراکنده. خود را جمع کن، یکی بین و یکی گوی و باش تا بی‌درنگ حضور خدا را در جان خویش احساس کنی. عشق واقعاً تو را آدم می‌کند. بدون عشق ما به‌ظاهر آدمیم، اما در واقع آدم نیستیم؛ و ظاهر هم زیاد مهم نیست. بشریت تاکنون درباره‌ی صلح و عشق و

## عارفانه‌ها

برادری حرف زده، اما تا می‌توانسته، کشته و غارت کرده و ویران کرده. ما هنوز قادر به آفریدن انسان واقعی نشده‌ایم؛ انسانی که دوست‌بدارد، بیافریند، نغمه‌ساز کند و جشن‌شور بیافریند.

زندگی فرصتی مغتنم است، اما انسان به شکل بیمارگونه‌ای همه‌ی تلاش خود را برای نابودی این فرصت ارزنده به‌کار گرفته است! ما می‌توانستیم بر روی زمین بهشتی بیافرینیم، محسود فرشتگان شویم؛ اما آنچه را که به‌وجود آورده‌ایم، جهنمی‌ست که بی‌محابا می‌سوزاند و خاکستر می‌کند. ما این کار را با مهارت و استنادی بی‌نظیری انجام می‌دهیم، چنان‌که شیطان را بیکار و

## زندگی را به رقص درآور!

خانه‌نشین ساخته‌ایم. ما سازندگان سوهانِ روحیم و تقدیس‌گرانِ خوشونتیم. اکنون باید تصمیم جانانه‌ای اتخاذ کنیم. تاکنون جنگ آفرینی از آن‌رو امکان‌پذیر بود که در جنگ فقط پاره‌ای از آدمیان نابود می‌شدند؛ اما اکنون وضعیت تغییر کرده است. اگر امیدی به بقای بشریت باشد، فقط در محو کامل جنگ از عرصه‌ی گیتی‌ست. در غیر این صورت، این جنگ آخرین جنگ بشر خواهد بود؛ نه سومین، بلکه آخرین جنگ، زیرا دیگر بشریتی برای جنگ بعدی باقی نخواهد ماند. ما واقعا در اجرای نحوه‌ی خودکشی و جنایت، پیچیده شده‌ایم.

## عارفانه‌ها

تکنولوژی ابزار قدرتمندی را در اختیار ما گذاشته است، اما، ما هنوز نحوه‌ی استفاده‌ی درست آن را نمی‌دانیم. تکنولوژی در حالت کنونی، مانند تیغی در کف زنگی مست است. این زنگی مست، یا خودش را خواهد کشت و یا کسی دیگر را؛ حالت سومی وجود ندارد. این وضعیت ماست: ما بر دهانه‌ی آتشفشان نشسته‌ایم. سلوک به معنای تغییر مسیر وضعیت روحی ساک، از خشونت به جانب عشق است. ساک بی‌خبر نیست که زمین ما یکی است، بشریت یکی است، و اینکه تمامی انواع مرزها، ساختگی و نامربوط است؛ نه رنگ و نژاد، نه آیین و ایدئولوژی و

## زندگی را به رقص درآور!

نه ملت و مملکت نباید آدم‌ها را از هم جدا کند.

زندگی ، پُربهاست ، موسیقی پُربهاست ، شعر پُربهاست ، اما هیچ  
سلاحی ارزش ندارد ؛ نه بمب‌های اتمی ، نه بمب‌های هیدروژنی  
و نه سیاست ، بلکه فقط شعر و شور عاشقانه . ما باید انسانی نوین  
بیافرینیم ؛ انسانی که به شدت عاشق زندگی و شیفته‌ی خلاقیت  
است .

باید کمی عشق بیاموزی ، کمی اعتماد بیاموزی ، کمی تسلیم  
بیاموزی ، آنگاه اتفاقات جالبی خواهد افتاد . مشکل اصلی تو این  
است که به خودت زیادی غرّهای . تو برای اندیشه‌هایت حساب

## عارفانه‌ها

زیادی باز کرده‌ای. تردیدها دارند تو را می‌کشند. متأسفانه، متوجه نیستی که این‌ها همه سم‌اند. اگر این‌ها در تو لذت و سرمستی و شور می‌آفرینند، آن‌ها را نگاه‌دار، اما اگر چنین نیستند، پس چه نیازی است که آن‌ها را همچون نعش به دوش بکشی؟ بنابراین، قدری اعتماد را نیز تجربه کن، فقط برای تنوع. تو تردید را آزموده‌ای، فکر را آزموده‌ای، اما هیچ‌کدام کمکت نکرده‌اند. گرچه با توجه به ماهیات این امور، هیچ کمکی هم نمی‌توانند بکنند.

البته اگر بخواهی دانشمند شوی، این‌ها کمک خوبی هستند، اما

## زندگی را به رقص درآور!

آن بحث دیگری است. صحبت بر سر دگرگونی توست. صحبت بر سر چیزهایی است که تو را سعادتمند و پرمحبت و زنده می‌کنند. اگر می‌خواهی احیا شوی، اگر می‌خواهی با سر به درون اسرار زندگی شیرجه بروی، بنابراین، تردید کمکی نخواهد کرد. باید این تردیدها را از خود بریزی، اما هنوز این کار را نکرده‌ای. همین سؤال تو که: «دیگر چه باید بکنم»، از تردید تو و نیز از ذهنیت تو برمی‌خیزد؛ از قلب تو بر نمی‌خیزد، بلکه از بی‌چاگی و درماندگیت برمی‌خیزد. بنابراین، کل برنامه‌ی زندگی‌ت را لحاظ کن؛ آنگاه تردیدهایت خواهند ریخت.

## عارفانه‌ها

اگر خواهان قبض وجود خود هستی، اگر دریچه‌های احساست را بسته می‌خواهی، پس دیگر حرفی در میان نیست، این، انتخاب تو بوده است.

اگر تصمیم‌بگیری که فکر خود را ننگ بداری، پس همین کار را بکن و دنباله‌رو فکرت باش! تا به آخر ملازم او باش. کسی چه می‌داند؟ شاید در آخر کوچه‌ی بن‌بست فکر، به فکر بازگشت بیفتی. اما در حال حاضر تلاش‌هایت نصفه‌نیمه‌اند. تو کار را انجام می‌دهی، اما با تردید انجام می‌دهی. این امر، در تو تضاد و تنش به وجود می‌آورد. یا اعتماد کن و یا شک کن. شک و اعتماد

## زندگی را به رقص درآور!

را با هم قاطی نکن؛ قاطی می‌کنی. گرچه همین حالا نیز قاطی کرده‌ای. اما قاطی تر نشو.

لازم نیست کار زیادی انجام بدهی؛ یک گام در اعتماد برداشتن کافی است. یک گام در اعتماد برداشتن، بزرگ‌ترین و پُر‌نشیب‌و فراترترین سفر زندگی‌ست؛ گامی از شك به اعتماد، گامی‌ست به بلندای قله‌ها. دیر یا زود این گام را باید برداری، زیرا تردید، وعده می‌دهد، اما عمل نمی‌کند. فقط وعده می‌دهد. هیچ‌گاه به وعده‌ها اعتماد نکن.

تنها عاشق است که پیروز است. عشق متضمن پیروزی است،

## عارفانه‌ها

تنها نماد پیروزی، عشق است؛ اما عشق متناقض‌نماست: اگر می‌خواهی پیروز باشی، باید هرگز پیروز نباشی. عشق هرگز جویای غلبه نیست، اما همواره غالب است؛ عشق از آن‌رو غالب است که نمی‌خواهد غلبه کند:

عشق تسلیم است.

عشق، غلبه‌ی دیگری را، غلبه‌ی معشوق را می‌خواهد؛ اما مغلوب عشق، غالب است. این تنها غلبه‌ی واقعی است. تحمیل غلبه و پیروزی بر کسی، خشونت است؛ غلبه‌ای است در سطح و حاشیه، و دیر یا زود، مغلوب به فکر شورش و طغیان می‌افتد.

## زندگی را به رقص درآور

تنها هنگامی که پای عشق در میان است، طغیان و شورشی در کار نیست، شورش و طغیان در پیشگاه عشق ناتوان اند. عشق، مغلوبیست که فاتح است.

خراب عشق باش. خرابی، لازمه‌ی آبادانی در عشق است. تمام هستی من از آن خراب، آباد است. خرابی عشق، به معنای آغاز یک عمارت تازه و آغاز یک زندگی تازه است. هر مرگی، تولدی است. مردن در دستان عشق، به معنای متولد شدن در دامن خداست.

ترس وجود دارد، اما ترس در ذهن متولد می‌شود. دل احساس

## عارفانه‌ها

شادمانی می‌کند، ذهن احساس ترس. تو هنوز قادر نیستی تمایز بین این دو را درک کنی. این است که گیج و سردرگم می‌شوی.

دل، هرگز تو را به بیراهه نمی‌کشاند. هرگاه به راه دل می‌روی، شادمان هستی؛ و هرگاه به راه ذهن می‌رفته‌ای و می‌ترسی. زیرا ذهن است که می‌میرد؛ دل زنده می‌ماند. مرگ ذهن، آغاز زندگیِ دل است. ذهن دوست تو نیست؛ دشمن دوست، زیرا قرار بود خادم تو باشد، اکنون آقای تو شده است. ارباب واقعی، دل است، اما این روزها همه چیز وارونه شده

## زندگی را به رقص درآور

است: برای دل حتی مقام خدمتگزاری نیز قابل نیستند، دل را بکلی از خانهدی وجود بیرون رانده‌اند. مرگ ذهن به معنای آن است که شأنِ اربابی را از او بستانی. منظور از مرگ ذهن به‌هیچ‌وجه آن نیست که ذهن را نابود کنی، بلکه به معنای آن است که او را در جای شایسته‌اش بنشانی. دل باید سروری کند و ذهن خادم او باشد. در این صورت، وجود تو در هم‌آهنگی و آرامشی شگفت به‌سر خواهد برد.

این دل است که باید ارزش زندگی و سرشت و سرنوشت آن را تعیین کند. ذهن باید فقط ابزار و وسایل و راه‌های رسیدن به این

## عارفانه‌ها

ارزش‌ها را پیدا کند.

رحمت شامل کسی می‌شود که مشغول نیایش است و نیز کسی که مشغول مراقبه است. او چنان با حقیقت هستی یگانه می‌شود که دیگر حاجت به طلب ندارد، او عین رحمت می‌گردد. او رحمتی می‌شود که در میان ماگام برمی‌دارد. کسی که خود عین رحمت شده است، دیگر نیازی به خانه و بت خانه ندارد. او در خانه است و در خانه می‌نشیند و نمی‌گردد به هر جا، زیرا که او خانه و خانه خداست. او ذات است و صفات است و گاهی عرش می‌شود و گاهی فرش می‌شود. او رسول آسمان است.

## زندگی را به رقص درآور

رحمت ، شکوفایی آگاهی برین توست . تو همچون قو ، در آینه‌ی بی‌زنگار برک‌ی جان خویش ، به تماشای خویش می‌نشینی و خدا را می‌بینی . فقط یاد بگیر که چگونه همواره در رحمت غوطه بخوری و همنشین آگاهی برین باشی . حتی اگر شرایط زندگی برای این امر مهیا نباشد ، باکی نیست . بی‌خیال شرایط باش . حتی اگر در شب تاریک و بیم موج و گردابی هایل قرار گرفته‌ای ، در هر شرایطی که باشی ، باز می‌توانی بصیرت خود را حفظ کنی و قرین آگاهی برین باشی ، زیرا بصیرت به شرایط و اوضاع و احوال بستگی ندارد . آگاهی برین هیچ ارتباطی با شرایط بیرونی

## عارفانه‌ها

ندارد. رحمت و مراقبه و سلوک را شرایط بیرونی ایجاد نمی‌کنند تا بتوانند آن را از تو بگیرند. رحمت، چیزی است که در نگاه تو خانه دارد. در فقر و ناتوانی و ناداری و بیماری نیز می‌توان عین رحمت شد و جاری شد و هستی را از رحمت خود سیراب کرد. فقر و ناتوانی و بیماری، در حاشیه‌ی زندگی‌اند، نه در متن زندگی. ما با شرایط و اوضاع و احوال پیرامون‌مان یکی نیستیم. رحمت آن است که خود را با شرایط‌مان یکی ببینیم و راه خویش را از راه شرایط و اوضاع و احوال خویش جدا کنیم. اگر موج‌خیز حادثه سر بر فلك بکشد، عارف به آب تر نمی‌کند رخت و پخت

## زندگی را به رقص درآور

خویش را. راه تو راه رحمت است. همواره واپس ماندگان را نیز یاد کن و محمل خویش را تند مَران.

سادگی، خلوص و فرزانه‌گی. این سه جنبه، از هم جدا نیستند و با هم تحقق می‌یابند. فرزانه‌گی، پدیده‌ی پیچیده‌ای نیست. فرزانه‌گی، ساده است، اما فقط کسانی که خاصیتِ کودکانه دارند می‌توانند به آن دست پیدا کنند. ذهن آدمی هرچه پیچیده‌تر عمل کند، از فرزانه‌گی دورتر می‌شود. البته او دانشمندتر خواهد شد، اما قابلیت‌های انسانی و وجودی او تحلیل خواهند رفت. او ممکن است اطلاعات زیادی را در حافظه‌اش ذخیره کند، اما

## عارفانه‌ها

نوری در چشم و بصیرتی در نگاه و شوری در دل ندارد. آنچه او دارد، همه عاریتی است. آنچه عاریتی ست و از تو نیست، وانمود کردن اینکه از آن خود تو ست، زشت است. گل آن است که خود ببوید. زیبایی باید از خود تو بترآود، نه از کرم‌پودر عاریتی. رخساره‌ی زیبا حاجت به مشاطه ندارد.

فروزانگی، بسیار ساده و بی‌پیرایه است، به همین دلیل بسیاری از آدم‌ها از آن محروم مانده‌اند. زیرا فروزانگی، ساده است، اما مردم دیگر ساده نیستند. انسان به میلیون‌ها شک و دل‌شوره دچار شده است. اعتماد است که سادگی می‌آورد؛ اعتماد به هستی و

## زندگی را به رقص درآور!

شعور و عاطفه‌ی هستی، مدت‌هاست که اعتماد از صحنه‌ی زندگی انسانی رخت بر بسته است. اعتماد را از کودک باید آموخت؛ کودک از شك و سوءظن بی‌خبر است. پرسش‌کودک نیز از سر بی‌اعتمادی نیست؛ از سر حیرت است. پرسش‌آدم‌های دانشمند، از سر حیرت نیست، از دانش‌شان برمی‌خیزد. در واقع آن‌ها پیشاپیش پاسخ را می‌دانند؛ اما دوست دارند بحث کنند، می‌خواهند نزاع کنند.

آن‌ها پرسش را بهانه می‌کنند تا چماق کلمات را به سر و روی هم بکوبند. پرسش اگر از سر حیرت نباشد، بی‌ارزش است. حیرت را

## عارفانه‌ها

نیز باید از کودکان آموخت.

فرزانگی ، ساده و پاک است. فرزانگی ، به هیچ پیرایه‌ای آلوده نیست ، زیرا از نهایی‌ترین لایه‌ی وجود تو می‌آید؛ جایی که دست آلوده‌ی هیچ احدی به آن نمی‌رسد. هیچ عاملی از بیرون نمی‌تواند به هسته‌ی مرکزی وجود تو دست پیدا کند. از بیرون ، هیچ راهی به حقیقت تو کشیده نشده است. بنابراین ، تو در هسته‌ی مرکزی وجودت ، همواره بکر می‌مانی ؛ بکارتی که جاودانه است.

این‌ها ویژگی‌های سه‌گانه‌ی عارفان است ، و اگر این سه ویژگی

## زندگی را به رقص درآور!

در تو تحقق بیابند، ابرهای رحمت خود به خود، و بی آنکه فصلش باشد، بر سر و رویت می‌بارند. رحمت، حاصل فرعی فرزاندگی است. رحمت، همچون سایه، به دنبال فرزاندگی است. استجابتِ دعا، حادثه‌ی بزرگی در زندگی است. استجابتِ دعا، به معنای آن خواهد بود که تو برای هستی مهم شده‌ای. هستی به تو پاسخ می‌گوید. تو با هستی وارد گفت‌وگو شده‌ای. ما از هستی جدا نیستیم؛ ما هیچ‌گاه از هستی جدا نبوده‌ایم. ما فقط زبان برقراری گفت‌وگو با هستی را از یاد برده‌ایم. ما راه‌هایی را که به او می‌رسند، گم کرده‌ایم. راهی که به هستی می‌پیوندد، عشق

## عارفانه‌ها

است، و زبان گفت‌وگو با هستی، سکوت است. اگر کسی در سکوتی ژرف و عاشقانه، سر خود را در برابر عظمت هستی فرود بیاورد، خالص‌ترین نیایش را به‌جای آورده است. نیایشی که بی‌واسطه‌ی کلمات صورت می‌گیرد، همواره شنیده می‌شود و مستجاب می‌گردد. من گروهی از اولیا را می‌شناسم که دهان‌شان از دعا بسته است؛ نه کلامی، نه تقاضایی. تقاضای انسان، چه می‌تواند باشد؟ در اعماق وجود آدم‌ها، تنها یک اشتیاق وجود دارد: اشتیاق رحمت.

همه در جست‌وجوی رحمت‌اند؛ حالتی از صفا که هیچ‌چیز آن را

## زندگی را به رقص درآور

نمی‌آشوبد، حالتی از سکوت که از جنس جذبۀ است و از اضطراب خالی‌ست. رحمت این است: وجد و سروری خالی از اضطراب. اضطراب، تو را از آنچه که داری ملول می‌کند. هر نوع اضطرابی ملال‌آور است. حتی عشقی که مضطرب است، آلوده به ملالت و خستگی‌ست. رحمت، آلوده به اضطراب نیست، زیرا جاودانه است. رحمت، آرامش و سکون است، سکوتی ژرف است. حتی يك موج كوچك اضطراب نیز رحمت را نمی‌لرزاند. رحمت، شور زندگی‌ست؛ به خانه رسیدن است. در رحمت، ارزش‌های زیباشناسانه‌ی زنانه هست.

## عارفانه‌ها

بعضی‌ها به این خرافه باور دارند که مردان از زنان برترند. در حالی که مردان مزیتی بر زنان ندارند. مردان چیزی ندارند که به خاطر آن صاحب چنین مزیتی باشند. زن بودن به همان اندازه خوب است که مرد بودن. هیچ‌کدام برتر از دیگری نیست؛ هیچ‌کدام نیز حقیرتر از دیگری نیست. اما بشریت، گذشته‌ای مردسالار داشته است. مرد همواره خود را ارباب زن دانسته و اینکه چرا او خود را ارباب زن می‌دانسته، سرگذشتی عجیب دارد.

مرد در همه‌ی زمینه‌ها از زن ضعیف‌تر و عقب‌تر است، مگر در

## زندگی را به رقص درآور!

زور بازو. شاید به دلیل همین ضعف بوده است که مرد تصمیم می‌گیرد بر زن چیره شود. بدین سان، مرد می‌خواست از خودش محافظت کند. این یکی از قوانین طبیعت است. برای مثال، مرد بی‌حفاظ‌ترین جاندار روی زمین است. مرد بدون سلاح نمی‌تواند با یک ببر بجنگد. ببر به مراتب از مرد قوی‌تر است. ببر چنگال و دندان دارد، مرد هیچ‌کدام را ندارد. به همین دلیل؛ مرد سلاح را اختراع کرد، شمشیر و تیر و کمان و نیزه ساخت؛ چیزهایی که می‌توانست جایگزین چنگال و دندان شود. از آن جا که مرد درمانده‌تر بود، مجبور بود شیوه‌ها و ابزارهای پیدا کند تا

## عارفانه‌ها

بتواند از خود محافظت کند.

این اتفاقی بود که در رابطه‌ی مرد و زن نیز رخ داد. تعداد پسران متولد شده بیش‌تر از دختران متولد شده است؛ یعنی صد و پنجاه پسر در برابر صد دختر، اما رفته رفته این تعداد تقریباً برابر می‌شود. پنجاه پسر می‌میرند. قدرت سازگاری دختران برای بقا بیش‌تر از پسران است. تعداد پسرانی که مرده به دنیا می‌آیند، چهار برابر دختران است. دختران در همه‌ی زمینه‌ها سریع‌تر از پسران رشد می‌کنند؛ آن‌ها زودتر از پسران به حرف می‌آیند، آن‌ها زودتر از پسران راه می‌افتند، آن‌ها زودتر از پسران

## زندگی را به رقص درآور!

می‌نشینند. شاید به همین دلیل مرد از زن ترسید و سعی کرد به تنها استعدادش که مزیت او بر زن بود تکیه کند؛ زور بازو. صرفاً به خاطر زور بازو بوده که مرد در طول قرن‌ها برای خود حق تفوق و چیرگی قابل شده است.

تاریخ بشر از این بابت، تاریخی زشت و غیر انسانی بوده است. گویی مردانگی ارزش است و زنانگی ضد ارزش! چه کسی این مهملات را بافته است؟ ما باید دنیایی بیافرینیم که در آن مرد و زن، رقیب و دشمن یکدیگر تلقی نشوند. دنیایی که در آن، به هیچ وجه، یکی بر

## عارفانه‌ها

دیگری رجحان نداشته باشد، بلکه هر دو در افق انسان بودن گام بردارند.

انسان قابلیت آن را دارد که به اقیانوس عشق تبدیل شود. در سطح، ما به قطراتی کوچک شبیه هستیم، قطره‌ی شبنم، اما هنگامی که به دریا ملحق می‌شویم، ژرفای دریا را پیدا می‌کنیم. سلوک، هنر شیرجه رفتن به اعماق وجود خویشتن است. آنگاه در خویش ناپدید خواهیم شد و در هیئت اقیانوسی پدیدار خواهیم شد. برای برقراری آرامش، دو امکان وجود دارد. یکی آن است که با تلاش ما به دست می‌آید. این نوع آرامش، بسیار

## زندگی را به رقص درآور!

آبکی و کمرمق است. چنین آرامشی بسیار سطحی است، زیرا ما هنوز به ژرفای درون مان واقف نیستیم. چنین آرامشی، تظاهر است. نقابی ست که چهره‌ی فردی آرام بر آن نقاشی شده است. شاید چنین تظاهری، احترام بیاورد، اما آرامش، هرگز. دکانی ست برای کسب و کار. سیری ست که به دور خود می‌گیری تا ضربه‌های اجتماعی را دفع کند. ضربه‌گیر است. چنین تظاهری، هیچ ارتباطی با بلوغ و رشد معنوی تو ندارد. بلوغ و رشد معنوی، به آرامشی کاملاً متفاوت بستگی دارد، آرامشی که از فراسوی آید، ما آن را نمی‌سازیم، برای به دست

## عارفانه‌ها

آوردنش تلاشی نمی‌کنیم؛ آرامشی که ثمره‌ی تسلیم ماست. هنگامی که به عجز می‌رسی و خود را تسلیم می‌کنی، معجزه‌های رخ می‌دهد: لطف حق می‌آید و تو را شامل می‌شود. لطف حق، فقط آنگاه شامل تو می‌شود که تو خود را به او سپرده باشی. گلبانگ سربندی را آنگاه بر آسمان‌ها توانی زد، که بر آستان جانان سر نهاده باشی.

لطف حق، خود حق است که می‌آید و در جانت خانه می‌کند، اما او زمانی در جان تو منزل می‌کند که تو خانه را از غیر پیراسته باشی. خلوت دل جای صحبت اضداد نیست، دیو چو بیرون

## زندگی را به رقص درآور!

رود ، فرشته درآید . آرامش واقعی این است . آرامشی که تو را از خود لبریز می‌کند ، چنان که مجبور می‌شوی دیگران را نیز در آن سهیم کنی . مانند گلی که رایحه‌ی خود را در هوا می‌پراکند ؛ باید آن را بپراکند . مانند روشنائی که باید منتشر شود و بتابد . شعله نمی‌تواند روشنائی را حبس کند . این است معنای آرامش الهی . آرامش بشری ، بخشی از اخلاقیات است . آرامش الهی موهبتی است از جانب خداوند . آرامش بشری ، اکتسابی است . آرامش الهی ، وهبی است ؛ بخشش و عطیه‌ی خداست . به خود رجوع کن و آیینهی جان را از زنگار پاک کن . خالی شو از غبار .

## عارفانه‌ها

نگاه متوجه می‌شوی که محل جذب فیض الهی شده‌ای . فیضی که به دل تو می‌رسد ، تو را سرشار می‌کند، تو را آرام می‌کند و تو نیز دیگران را از آن بهره‌مند می‌کنی . فیضی که آغازی دارد، اما پایانی ندارد .

امیدوار باش . سرنوشت خود را به اوضاع سیاسی حواله نکن . اوضاع سیاسی همیشه همین بوده است . ما نباید منتظر اوضاع سیاسی بنائیم . ما باید به رغم تمامی ناامیدی‌ها ، امیدوار باشیم .

کار معنوی باید در دل اوضاع خصمانه و در بن آشفته بازار دنیا

## زندگی را به رقص درآور!

انجام شود. در غیر این صورت، مسیح باید در گوشه‌ای می‌نشست و زبان در کام می‌گرفت، سقراط پی‌کسب و کار می‌رفت و فلسفه و فرزاندگی را کنار می‌گذاشت و حرف زن بداخلاقش را گوش می‌داد و آدم می‌شد! بودا هم لابد در غاری در آن گوشه و کنارها مخفی می‌شد و روزگار می‌گذراند. آب دین و سیاست به یک جوی نمی‌رود. سیاست، جاه طلب است؛ دین، نافی جاه طلبی. سیاست، برون‌گراست؛ دین، درون‌گرا. آن‌ها به‌کلی در دو قطب مخالف‌اند.

سیاست‌مداران آن‌گاه با دین موافق‌اند که دین بخشی از سیاست

## عارفانه‌ها

شود ، هنگامی‌که دین ، تبدیل به کلیسای سازمان یافته شود . هنگامی‌که مسیحا را بیرون می‌کنند و پاپ به درون می‌آید ، همه چیز بر وفق مراد است . اما اگر بیدار دلی پیدا شود و چراغی برافروزد ، هیچ‌کدام از سیاست‌مداران با او سر سازش نخواهند داشت و تحملش نخواهند کرد . تاریکی هیچ‌گاه با روشنایی سر سازش ندارد . تاریکی ، پذیرای نور نیست ، زیرا پذیرش نور ، مرگ تاریکی است . بنابراین ، چنین وضعی تا ابد باقی است . نگاه خود را به این چالش عوض کن . اتفاقاً خالی از لطف هم نیست ، زیرا چالش می‌آفریند و چالش است که انسجام می‌بخشد و

## زندگی را به رقص درآور!

همه آهنگی می آفرینند. کدام یک از پیام آوران و عارفان و قدیسیان با محیط سیاسی خود چالش نداشته اند؟ چالش به عزم آن‌ها استحکام و انسجام می بخشد و گام‌های آنان را استوارتر می ساخت.

تصور کن: اگر مسیح اذیت و آزار نمی شد، شکنجه نمی شد، مصیبت نمی دید، در عوض هر جا می رفت عزت و احترام می دید و از او با نقل و شیرینی پذیرایی می کردند، آنگاه مسیح دیگر برای ما مسیح نبود.

آن‌هایی که او را آزار دادند و شکنجه کردند، در واقع به خود

## عارفانه‌ها

خیانت کردند و به او خدمت .

آن‌ها با آزار خود ، موجب تزکیه‌ی او شدند  
و برای خود آلودگی خریدند .

آن‌ها از عیسیای ناصری ، مسیحای عشق و بی‌پیرایگی ساختند .  
بنابراین ، هرگز نگرانِ اوضاع و احوال بیرونی نباش ؛  
این اوضاع و احوال همیشه به همین منوال بوده است  
و همیشه به همین منوال خواهد بود .

همواره چراغ امید را در خانه‌ی دلت روشن نگاه‌دار .  
چه زیباست ، در ظلمت ، به جست‌وجوی پرتوی از نور برآمدن !

## زندگی را به رقص درآور!

روشنایی، حتی در ظلمت شب یلدا نیز دست یافتنی است.  
شب هرچه تاریک‌تر باشد، شور و شوق یافتن روشنایی نیز  
بیش‌تر است.

در شبی تاریک و ظلمانی، موسی به امید شعله‌ای رفت،  
به همراه خدا باگشت.

لطفِ جست‌وجوی آب، کم‌تر از لطفِ نوشیدن آن نیست.  
آب کم‌جو، تشنگی آور به دست!

خود، که همان نفس است، در ماندگی است؛  
بی‌خودی، که همان زدودن خویشتن از زنگار نفس است،

## عارفانه‌ها

سعادت است .

سلوک به معنای گام نهادن در طریقی است که در نهایت به کشتنِ  
نفسِ آدمیخوار می‌رسد .

نفس از تو شخصیتی می‌سازد که نیستی ،  
و تو باید این شخصیت ساخته‌ی نفس را بکشی ،  
که به جای تو زندگی می‌کند

و خود تو را از زندگی محروم کرده است .

نفس موجب شده است که تو خود را با اوهام و خیالات و سایه‌ها  
یکی بدانی .

## زندگی را به رقص درآور

جدا کردن خویشتن از این اوهام ، ترسناک است . زیرا به ناگاه همه‌ی هویت تو برباد می‌رود و تو وارد دالان تاریک بحران هویت می‌شوی .

اما این ترس ، در واقع ، درد تولد دوباره‌ی توست . اگر این درد را تحمل کنی و بازنگردی و به آن خود دروغین متوسل نشوی ، بصیرتی تازه پیدا می‌کنی : خودی که دیگر خود نیست . می‌توانی آن را خود برین بنامی ، و یا بی‌خودی ، اما هر دوی این نام‌ها مترادف‌اند . در این مرتبه از تجربه ، نام نهادن بر این حالت چندان اهمیت ندارد . اگر دارای گرایشات مثبت و

## عارفانه‌ها

ایجابی هستی، بنابراین، آن را خود برین و یا خویشتر الهی خویش نام گذاری کن. اگر دارای گرایشات منفی و یا عدمی هستی، آن را بی خودی بخوان.

بودا گرایشی منفی و عدمی داشت: او دوست داشت چیزها و امور را به صورتی عدمی توصیف کند. او برای این کار دلیل داشت: او خیلی محتاط بود. اگر آن مرتبه را خود برین بنامی، این خطر وجود دارد که دربارهی خود گذشته‌ات به شیوه‌ای اغراق آمیز بیندیشی. این خطر در استفاده‌ی کلمات ایجابی برای آن حالت وجود دارد: خود گذشته که از در رانده شده است،

## زندگی را به رقص درآور

ممکن است از پینجره وارد شود.

ممکن است فکر کنی که: «بله، این خودِ الهی است.» بنابراین، بودا می‌خواهد ریشه را از زمینِ جان تو بیرون بکشد، او هیچ منفذی را برای بازگشت نفس باز نمی‌گذارد: او این مرتبه را بی‌خودی می‌نامد.

آنگاه عدم است که بر جای می‌ماند.

عدم بسیار زیباست؛

بسیار پُر جاذبه است؛

بی‌پیرایگی ناب و بی‌دغدغه.

## عارفانه‌ها

در این عدم است که خدا دیده می‌شود.  
تو خود حجاب خودی، از میان برخیز.  
به فرمان دلت باش:

اگر دلت می‌گوید: «برو»، پس برو.  
در این صورت، سردرگمی و ندانم‌کاری وجود نخواهد داشت.  
اگر دلت می‌گوید: «این جا بمان»، پس بمان.  
باز هم سردرگمی وجود ندارد.

سردرگمی زمانی به‌وجود می‌آید که تو در درونت تضاد  
می‌آفرینی: می‌خواهی بروی و در عین حال می‌خواهی این جا

## زندگی را به رقص درآور

- بمانی ، آنگاه سردرگم می شوی .
- فقط بی دغدغه و در سکوت به حرف دلت گوش بسپار ،
- بسین چه می گوید ،
- اطاعت کن ،
- آنگاه همواره در مسیر درست گام برمی داری .
- اصلاً نگران این نباش که کجا بروی و چه بکنی .
- هیچ‌گاه صدای دلت را خاموش نکن ؛
- خطرناک است .

گوش سپردن به صدای دل ، آهسته آهسته تو را شفاف می‌کند .

## عارفانه‌ها

صدای دل تو نیز شفاف می‌شود، زیرا شنیده و اجابت می‌شود.  
رفته‌رفته این صدا را بلندتر و واضح‌تر خواهی شنید،  
و زمانی خواهد رسید که هرگاه اراده کنی می‌توانی از دل مشورت  
بخواهی و صددرصد جواب خود را بگیری.  
آنگاه با سردرگمی و داغ خواهی کرد.  
عشق، الهه‌ی بهار است.  
فقط به واسطه‌ی عشق است که بهار به زمین زندگی انسان پا  
می‌گذارد.  
بدون عشق، زندگی با بهار بیگانه است؛

## زندگی را به رقص در آور

بدون عشق، زندگی سرزمینی بی حاصل و زمینی سوخته است.  
در چنین زمینی ممکن است علف‌ها برویند،  
اما گل‌ها، هرگز.

بدون عشق، زندگی کویریست که واحه‌ای در آن به چشم  
نمی‌آید.

واحه در کویر خالی از عشق، رؤیاییست که فقط در خواب به  
سراغ آدمی می‌آید.

تنها به واسطه‌ی عشق است که واحه تحقق می‌یابد،  
و هنگامی که واحه با آن درختان و سایه و چشمه‌اش واقعیت

## عارفانه‌ها

می‌یابد، کویر واقعیت خود را از دست می‌دهد.  
کویر صد در صد و واحه با هم جمع نمی‌شوند؛  
وجود یکی، عدم دیگری است.  
آن‌ها به تاریکی و روشنایی می‌مانند: همزیستی‌شان غیر ممکن  
است.

اگر زندگی، عشق باشد، دیگر کویری وجود نخواهد داشت؛  
همه‌ی زندگی گلستان خواهد شد.  
اگر عشق نباشد، آنگاه واحه، توهمی بیش نخواهد بود  
و زندگی به ملالی ابدی تبدیل خواهد شد.

## زندگی را به رقص درآور

- عشق ، بهار زندگی است ؛  
همیشه بهار باش ،  
همیشه عاشق باش .
- عشق ، قدرتمند است ، اما قدرت عشق ، بسیار متناقض نماست .  
زیبایی عشق نیز در همین تناقض نمایی آن است .  
قدرت عشق ، خشن نیست ،  
قدرت عشق در سلطه و چیرگی و تفوق بر دیگران نیست .  
قدرت عشق در تسلیم است ،  
در آن است که می گذارد تا بر او چیره شوند .

## عارفانه‌ها

- قدرت عشق، قدرتی زنانه است، نه مردانه.
- قدرت مردانه، اغلب خشن است؛ قهری است.
- قدرت زنانه، اغلب آرام و صلح‌آمیز است؛ ترغیب‌کننده است.
- دنیا تاکنون با قدرت مردانه اداره شده؛ به همین دلیل بشریت همواره شاهد جنگ و سبعبیت و ویرانی بوده است.
- زمان آن رسیده که این روند بکلی دگرگون شود: اکنون برای نجات زمین و زندگی، مرد باید از قدرت زنانه بیاموزد.
- ما برای گفتمان، باید زبان تازه‌ای را یاد بگیریم.
- زبان بیات گذشته، زبانی شکست‌خورده است.

## زندگی را به رقص درآور!

زبان گذشته، زوال زندگی سالم انسانی را موجب شده است.

ما باید زبان عشق را بیاموزیم؛

زبان ترغیب را،

زبان اعتماد را،

زبان تسلیم را.

بی تردید، قدرت عظیمی در این زبان نهفته است؛

قدرتی واقعی.

قدرتی که خود را به دیگران تحمیل می‌کند، قدرتی واقعی

نیست، وهمی است، زیرا می‌توان بر علیه آن برخاست، می‌توان

## عارفانه‌ها

بر علیه آن خرابکاری کرد.

اما بر علیه قدرت عشق نمی توان شورید ؛

راهی برای خراب کردن قدرت عشق وجود ندارد ؛

نمی توان بر علیه قدرت عشق قیام کرد .

عشق ، هر قدرتی را به خضوع و خشوع وامی دارد .

عشق ، سلطان واقعی است .

[masihabarzegar@yahoo.com](mailto:masihabarzegar@yahoo.com)

\*\*\*

Filename: Copy of dance with life5  
Directory: D:\books\shesh ketab  
Template: C:\Documents and Settings\NP\Application  
Data\Microsoft\Templates\Normal.dot  
Title: زوربای بودایی  
Subject:  
Author: BARZEGAR  
Keywords:  
Comments:  
Creation Date: 12/12/2002 7:26:00 PM  
Change Number: 154  
Last Saved On: 8/6/2005 2:56:00 PM  
Last Saved By: NP  
Total Editing Time: 223 Minutes  
Last Printed On: 8/6/2005 2:58:00 PM  
As of Last Complete Printing  
Number of Pages: 160  
Number of Words: 9,824 (approx.)  
Number of Characters: 56,002 (approx.)