

«به نام یگانه نگاهه هستن»

لطفاً انسان باشید!

به اهتمام

«محمود نامنی - رضا امان‌الهی»

انتشارات آسیم

نا همکاری

انتشارات نامس سر

۷	سیاسگراری
۹	سحر اول
۱۱	سحر نگاریده
۵۷	اشاره
۶۱	فصل اول دوست داشتن چیست؟ دوست داشتنی کیست؟
۶۸	- چگونه می‌توان حرمت رمان را نگاه داشت؟
۹۳	- کودک درون چیست؟ و کحاست؟
۱۰۰	- قطار ریدگی!
۱۲۳	- حکایت روری که مُردم!
۱۳۰	- ترس‌های ما!
۱۳۷	- اما نگرانی چیست؟
۱۳۹	- رور مبادا چیست؟ و چه روری است؟
۱۶۰	- توکل ار نگاه عرفا!
۱۶۹	- چکیده مطالب
۱۷۵	فصل دوم حرمت چیست؟ حرمت شکن کیست؟
۱۸۵	- آیا اعضای خانواده هم حرمت دارند؟
۲۸۷	- آیا نان و نمک هم حرمت دارند؟
۲۹۰	- دل‌وشته‌ای برای بی‌بی حان!
۳۹	- حرمت شکمی چگونه احرام می‌شود؟
۳۳۳	- چکیده مطالب

۴۹۶	- چگونه می‌توان حس ششم را تقویت نمود؟	۳۴۵	فصل سوم آیا بدن ما حرمت دارد؟
۵۲۰	- نگاهی به اترات کلام در ریدگی خود	۳۶۱	- اما چشم‌ها
۵۲۶	- عمو و بحتایش، درمانی دهی برای علاج هرگونه بیماری	۳۶۷	- اما دهان
۵۳۱	- علت روانی بیماری‌ها و عبارات تاکیدی شفاحس	۳۷۴	- دو چیز برای ران بسیار بسیار مهم است!
۵۳۷	- چکیده مطالب	۳۷۹	- حالا می‌رسیم به دل!
۵۴۱	صل هفتم چگونگی و حالات روح بعد از مرگ	۳۸۶	- اکنون می‌رسیم به دست‌ها!
۵۸۳	صل هشتم آداب معاشرت	۳۸۸	- اکنون می‌رسیم به شکم و ریرشکم!
۵۸۷	- چگونه صبح را آغاز کنیم؟	۳۹۶	- آیا جوانی هم حرمت دارد؟
۵۹۳	- چگونه مکالمه تلفنی را انجام دهیم؟	۴۱۶	- چکیده مطالب
۶۵۵	- چگونه مهمانی بدهیم؟	۴۲۱	فصل چهارم آیا پول حرمت دارد؟
۶۶۰	- چگونه به خواستگاری برویم؟	۴۳۶	- حرمت صدوق یُست!
۷۰۷	صل نهم لطفا کدبانوی حوی نشید!	۴۳۸	- حرمت رمیر!
۷۱۵	- آشپزخانه شما چگونه باید باشد؟	۴۳۹	- حرمت حاده!
۷۲۴	- حوراکی‌ها در آشپزخانه	۴۳۹	- چرا کره رمیر گرد است؟
۷۶۰	- چگونه لکه‌ها را از بین بریم؟	۴۴۳	- قانون «عمل و عکس‌العمل» (کارما) چیست؟
۷۸۳	- چگونه از بیمار خود یدیرایی کنیم؟	۴۴۷	- چکیده مطلب
۷۹۱	فصل دهم آشپزخانه خدا	۴۵۳	فصل یازدهم شکرگزاری چیست؟ شکرگزار کیست؟
۷۹۳	- فهرست آشپزخانه خدا	۴۶۱	- نمودار شادی‌ها و حوشی‌های ما!
۸۳۶	- «أمگا-۳» چیست؟	۴۶۱	- نمودار دردها و ریح‌های ما!
۸۴۳	فصل یازدهم واپسین کلام در بیمه‌راه!	۴۶۸	- حکایات شکرگذاری
۸۸۵	فصل دوازدهم عبارات تاکیدی	۴۸۱	- چکیده مطالب
		۴۸۷	فصل ششم «بیم‌آری» چیست؟ بیمار کیست؟
		۴۹۲	- روح سالم
		۴۹۵	- روح چگونه با ما ارتباط برقرار می‌کند؟

«ساسةكرار»

من نه سرچشمه حورشيد نه خود تُردم راه دره‌ای بودم و مهر تو مرا نالا برد

بختس سپاس نه پيشگاه حصرت دوست که هر چه هست ار اوس!

سپاس ار راح روح «علی رصا نامی»

سپاس ار حوان ندیم «حدیحه و هدیه نیرحدی»

سپاس ار حوب حواسی «نارید حراحی»

سپاس ار یاران ندیم «فروران و امیر عاسی»

سپاس ار فهم فرانه «أشرف سادات وهانی»

سپاس ار عریر عالیقدر «سعید راد یوسف‌نیا»

سپاس ار قریان نه عربت نشسته «پری اُمی عاس ملودی اکسر حصرایی

صدیقه شحاعی»

و سپاس ار همه عربرای که ار سر اعماص رحصت بردن نامشان را نه ما ندادن که اگر

آنان نبودند راه نه حایی نمی بردیم

نامشان رمرمه بیمه شب مستان ناد تا نگوید که ار یاد فراموشاند

نا اهدا سپاس!

پير و مهربانى را كه بسيار عريز مى داشتى با همكلاسيك كه همدرد تو بود قسمت كنى و آن وقت بود كه خوب بودن را رير ريان دلت چشيدى و با نگاه گرم خود، مره مره كردى بعد، به همكلاسيك كه حالا، همسفر شده بود لعنت مهربانى را كه معلم سر جلسه امتحان ديكته گفت و دوستت چون مهربانى را تجربه نكرده بود آن را با «ح» نوشت در دانه به ورقه امتحان تو بيم نگاهى كرد و تو نگارس و نمايش، «مهربانى» را شانس دادى و به اين بهانه در امتحان سر مهربانى رندگيت ۲۰ شدى!

مهربانم!

ساعتها و سالها سبرى شد تا بهال سر مهربانى در ناعچه دلت تدويل به حواستس و حواش مهمى شد
سبس به دبirstان «كودكى عشق» رفتى و «نا عم مُبهمات» شهر يه اش را پرداختى و طعم عشق را رير ريون دلت مره مره كردى و در آن حانداستى كه،
اگر دستت بشكند، گچ مى سدى ولى اگر دلت بشكند، چه مى كنى؟
آن گاه نامره ترين اشتباه رندگى ات را انجام دادى و يك رور وقتى
«چيى سدرن» تو كوچه داد مى رد «چيى سدرنم، چيى شكسته رو سدى مى رم»
به سمت در دويدى و سرت را ار در بيرون كردى و
پرسيدى «چيى سدرن! چيى سدرن! يه دل شكسته رو سدى مى رى؟»

حوب مى!

بعدها كه اشك چشمت از سور بهان دلت سحن مى گفت در كنكور تمهائى و عشق بارها امتحان دادى و در يك شامگاه لطيف بهارى در «دانشگاه حوانى دوست داشت» وارد شدى تا قهرمان داستان و زُناييده و درد دل شيخ صعان شوى و قصه سى سى مرع را بچشى و با يك مرع به پشت نام توحيد رسى و ار روى هفت شهر عشق عطار، چهل شب رح ردى تا با طلب و عشق و معرفت و توحيد و استعما و حيرت به فبا برسى و اعتكاف را آعار كنى و جله شيبى، تا لايق حانان شوى و دانستى
اگر روى حانان طلبى بايد آييه دلى را صيقل كنى!

راستى يادت هست؟ لحظه اى را كه پانه پاي عطار، آحربى گام را كه مرل فبا بود طى كردى و سپس تر «باكى» را در حاتمه ي فارع التحصيلى ات انتحاب و ارايه كردى و با

« حواى دل »

حوب مى!

حتما به ياد دارى كه در يك شب وهم انگيز و عبار آلود مهتابى، حصرت دوست، روح لطيف حوئيش را كه شسمى از تمهائى و عشق و بيمه ي گمشده اش بود، در تو دميد و به گفته ي ابوسعيد،

سر بيشتر عشق بر رگ روح رد، يك قطره چكيد و نامش دل شد

و آن گاه دلت را برداشت و در بهانى ترين كمراهى جب سياهات گذاشت و يك قفس ار استخوانى محكم بر آن بهاد تا هيچ كس را، راهى به آن باشد و بدين ترتيب به بهانه ي حضور سر دلت، تو هم متولد شدى!

مهربانم!

اولين درس عشق تو ار سوى حصرت دوست و در كار قلب مهربان مادر شروع شد و با داستان سرشار ار عشق پدر تكامل يافت
و بعد، با تاتى تاتى راه رفتت در نگاه سر آن عريزان، عريز شدى تا اين كه در آعار «ششمين بهار هستى ات» در «كودكستان رلال» با وارير شهر يه «يك سد نگاه معصومانه» ثبت نام كردى و بعد
هى ار سُر سُر هى مهر پايين رفتى، با الاكلنگ نور نارى كردى تا هواى كودكى ار سرت رفت و شكوفه ي «شعف بى بهانه ات» به گل دانايى نشست
و بعد ار وارير «يك نعل مهربانى» كه شهر يه ي «ديستان محبت» بود، نامت را در دفتر نور نگاهتند و هر شب ۶۰۵* ناروازه ي محبت را رچ ردى تا توانستى در شفق آتى، نان و

اشک‌هایت از آن دفاع کردی و گفتمی نه فول استادم،
 پلیدی، پاکی، پوچی این سه راهی است که در پیش پای هر انسانی است و
 من پاکی را انتخاب کردم زیرا به خوبی می‌دانم که
 مسیر زندگی یک حیوان یک طرفه و بدون بازگشت است!
 آره، عزیزم وقتی که لباس سپید پاکره عشق را بر تن نمودی تا لایق حانان شوی و
 در آخرین جلسه دانشگاهت
 که استادت، مدرک تهایی و عشق را نه تو اهدا کرد، در تایید تر تو گفت
 «تهایی و عشق این درد اسان متعالی امروز است!»
 سپس سوگند نامه‌ات را به این مضمون خواندی
 حدایا!
 به هر که دوست می‌داری پیامور که عشق از زندگی برتر،
 و به هر که بیش تر دوست می‌داری
 بچشان که دوست داشتی از عشق برتر است
 حدایا!
 به من توفیق عشق بی‌هوس، تهایی در اسوه جمعیت و
 دوست داشتی بدون آن که دوست بداند عنایت فرما
 و در پایان مراسم، استاد، داستانی از لسان حضرت داود به تو هدیه کرد
 که خطاب آمد «ای داود!»
 خانه پاک گردان تا حد اوند خانه به خانه فرود آید»
 گفت «حدایا! آن خانه کدام است که عظمت و حلال تو را شاند؟»
 گفت «آن، دل بنده مومن است!»
 مگر نشیدی که گفته‌ام «قَلْبُ الْمُؤْمِنِ بَيْتُ اللَّهِ»
 داود گفت «چگونه پاک گردانم؟»
 خطاب آمد «آتش عشق در او رن تا هر چه سست به ما ندارد سوخته گردد و خانه
 برای آمدن مهیا» آن‌گاه داود چنین کرد
 و «مولوی» در توصف حال سوخته‌اش فریاد برآورد
 حاصل عمرم سه سخن بیش بود، خام بودم، پخته شدم، سوختم!

و «عین‌القصات» نا تسی شمع آحیی شده شتاساک در پی داود دوید و گفت
 «عزیرم راه دوست نه از نالاست نه از پاییس، نه از راست نه از چپ،
 راه دوست در دل است،
 دل طلب کن که حج، حج دل است!»
 و «حواحه عبدالله انصاری» در رنگ تفریح کلاس در حواصت که
 پرسیدی «حلویت حق کحاست؟» گفت «حایی که من و تو باشیم!»
 عزیزم! نه یاد داری؟
 در «دانشگاه حوانی دوست داشتی»
 در آخرین ترم در آخرین واحد، همان رنگ آخر یادته؟
 حضرت مولانا به دنبال گچ می‌گشت و چون بیافت، شتاساک در حواب تو که
 برسیدی «اسان چیست؟»
 نا انگشت نور برسیه‌ی سید تحت سیاه بوشت،
 اسان واحدی است بی‌می ر آب و گِل، بی‌می ر حان و دل!
 تو باید بیمه‌ی آب و گِلت را بدهی و تمامیت هستی‌ات و حام و حودت را
 لبریرار حان و دل کنی!
 و تو برسیدی «چگونه؟»
 فرمود وقتی که دلت چرخ و فلکی شد!
 یعنی نا یک نگاه لطیف و دردانه لرزید و فرو ریخت، آن‌گاه در حلویت حان‌شانه‌ی
 حویص در اطاق ته‌های دلت تصویر آن دو چشم عزیز را نا نگاه حیس سرت قاب کنی و
 نا گُل‌میج معطر عشق در بردیکی آن بحرِه همان بحرِه نا شیشه‌های رنگی مشک
 کار اصفهان که رو به گند فیروزه‌ای مسحد مهربانی دلت نار می‌شود، در کنار همان
 بحرِه، به دیوار سر دلت بیاوبری و همه هستی‌ات او شود - صاحب آن چشمان
 مهربان ژرف و ساده - آن‌گاه تمام حودت حان و دل می‌شود
 آری عزیزم آن‌گاه که تمام هستی‌ات از دوست لبریر می‌شود،
 دیگر پای بر زمین و دل بر ابر داری!
 حضرت مولانا ادامه داد
 آن موقع هست که به یک دلستگی پاک قناعت داری
 و عشقی داری فراتر از اسان و فروتر از حد!