

به نام خداوند بخشنده مهربان

سخنی با همراهان:

گر خطا گفتیم اصلاحش تو کن
مصلحی تو ای تو سلطان سخن
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۶۹۳)

با توجه به این که خرد و به‌ویژه خرد جمعی به ما می‌گوید که قبل از دست‌زدن به کاری از هدف و نتیجه آن تصور درست، کاربردی و سودمند داشته باشیم؛ در ابتدای امر می‌خواهیم هدف از خلاصه‌نویسی برنامه‌های گنج حضور را به‌درستی درک کنیم و برای رسیدن به آن رویه‌ای متعهدانه و درعین حال متعادل و منطقی درپیش گیریم تا اُس و اساس کار را فدای مسائل فرعی نکنیم. هدف از فعالیت این کارگروه، دسترسی سریع‌تر به همه مفاهیم اساسی، هسته‌ای و طرح کلی هر برنامه با امکان تکرار بیش‌تر برای دوست‌داران این برنامه معنوی است که منطبق و موازی با سخنان آقای پرویز شهبازی است. لذا بر آن شدیم تا با حفظ اصل امانت‌داری و همچنین رعایت قواعد و اصول حاکم بر دستور زبان فارسی در حد بضاعت، فعالیتی تحت عناوین خلاصه، چکیده، گزیده و یا در قسمت‌های دیگر گلچینی از مطالب عنوان‌شده در برنامه را تدوین کرده و در دسترس عموم قرار دهیم. در پایان یادآور می‌شویم مسئولیت این امر به عهده کارگروه خلاصه‌نویسی می‌باشد.

با تشکر و سپاس فراوان:

کارگروه خلاصه‌سازی برنامه‌ها



خلاصه ابیات غزل برنامه ۱۰۰۹، گنج حضور، پرویز شهبازی
متن ابیات غزل اصلی

بی تو به سر می نشود، با دگری می نشود
هرچه کنم عشق بیان، بی جگری می نشود

اشک دوان هر سحری از دلم آرد خبری
هیچ کسی را ز دلم خود خبری می نشود

یک سرِ مو از غمِ تو، نیست که اندر تنِ من
آبِ حیاتی ندهد، یا گهری می نشود

ای غمِ تو راحتِ جان، چیست این جمله فغان؟
تا بزخمِ بانگ و فغان، خود حشری می نشود

میلِ تو سوی حشر است، پیشه تو شور و شر است
بی ره و رایِ تو شها، ره گذاری می نشود

چيست حشر؟ از خودِ خود رفتنِ جانها به سفر
مرغ چو در بیضه خود بال و پری می نشود

بيست چو خورشيد اگر تابد اندر شبِ من
تا تو قدم در ننهی، خود سحری می نشود

دانه دل کاشته‌ای، زیرِ چنین آب و گلی
تا به بهارت نرسد، او شجری می نشود

در غزلم جبر و قدر هست، از این دو بگذر
زان‌که از این بحث به جز شور و شری می نشود

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۴۵)

مقدمه:

۱- قرار بر این است که در خواندن غزلها وقتی یک بیت را می‌خوانیم، این قدر آن را تکرار کنیم که اولاً واژه‌ها و عباراتی را که دارای معانی لطیف هستند پیدا کنیم. دوماً بتوانیم آن را از حفظ بخوانیم. اگر نتوانیم، معنایش این است که آن بیت خودش را برای ما نشان نداده و در ما جا نیفتاده است.

۲- تکرار سبب تعهد و سبب این می‌شود که بیت، معنایی را که حمل می‌کند به ما نشان دهد و ما آن را جذب و درک کنیم، عیبمان را بشناسیم و بفهمیم چه چیزی را باید اصلاح کنیم. اگر سریع از ابیات بگذریم این را نخواهیم فهمید. علاوه بر این وقتی بیت را خوب می‌خوانیم ممکن است حدس بزنیم بیت بعدی راجع به چه می‌تواند باشد، زیرا این ابیات ارتباط معنایی دارند و جدا از هم نیستند. بدین ترتیب غزل به صورت یک تصویر یا تابلوی زیبا خودش را به ما نشان می‌دهد.

۳- استاد پس از توضیح ابیات غزل، تعدادی بیت از مثنوی و دیوان شمس می‌آورند که به ما ثابت شود مولانا درست می‌گوید؛ زیرا اگر کسی به عنوان من‌ذهنی برنامه را تماشا می‌کند، نسبت به آن مقاومت و عدم پذیرش دارد چون فکر می‌کند اصلاً شاید درصد بالایی از این حرف‌ها غلط باشد. در نتیجه آوردن شواهد مثال از جاهای مختلف مثنوی که مولانا یک جور دیگر همان مطلب را گفته، فرد را متقاعد می‌کند که این حرف‌ها درست است تا ذهنش اجازه دهد که وارد وجودش شده و بالاخره تبدیل به عمل شود و غیر از این چاره‌ای برایش نمی‌ماند.

۴- منظور از برنامه‌ی گنج حضور این نیست که ما با داشتن من‌ذهنی آدم بهتری بشویم یا باورها و طرز عملمان را عوض کنیم تا باور بهتری داشته باشیم. منظور، تبدیل یک هشیاری به هشیاری دیگر است. آنچه در تبدیل عوض می‌شود، دید ماست. تنها دید است که عوض می‌شود.

بی تو به سر می نشود، با دگری می نشود
هر چه کنم عشق بیان، بی جگری می نشود

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۴۵)

به سر شدن: تمام شدن کار، حاصل شدن مراد.

جگر: مجازاً هسته مرکزی انسان به صورت فضای گشوده شده.

[مولانا از جانب هر انسانی خطاب به زندگی می گوید:] «بدون تو نمی توانم زندگی کنم و زندگی من درست جلو نمی رود. با هر چیزی که به وسیله ذهنم می بینم و از جنس من نیست هم کارم پیش نمی رود. من هر چه قدر بخواهم در ذهن عشق را بیان کنم، این امکان پذیر نیست، چون بیان عشق، جگر یا هشیاری حضور می خواهد.»

نکته ۱:

بیان عشق در مصرع دوم مستتر بوده و معنایش این است که ما برای بیان عشق آمده ایم. عشق هم همان وحدت هشیارانه با خداوند است. در واقع انسان به طور پوشیده دارد می گوید که من آمده ام عشق را بیان کنم.

نکته ۲:

منظور از «بی تو» فکر یا چیزی نیست که آدم بتواند با ذهنش ببیند. البته وقتی از طریق هشیاری جسمی می بینیم و با عقل جزوی می خواهیم عشق را بیان کنیم، به صورت فکر بیان خواهیم کرد زیرا در ذهن غیر از فکر کار دیگری نمی توانیم بکنیم.

نکته ۳:

وقتی مرکزمان عدم شود، پیدایش جگر که هسته مرکزی انسان و از جنس زندگی است شروع می شود. پس اگر ما جگر نداشته باشیم انباشتگی هشیاری حضور در ما اتفاق نمی افتد و عشق بیان نخواهد شد.

نکته ۴:

از این بیت می توان نتیجه گرفت که هیچ چیزی مفیدتر از تمرکز روی خود نیست، حتی اگر تا حالا با غیر زندگی کرده باشیم. اگر عشق بیان نشود و هشیاری تبدیل نگردد ما به هیچ جا نمی رسیم و نمی توانیم زندگی کنیم. برای بیان عشق هم نیاز به تمرکز و کار روی خود داریم.

نکته ۵:

بیان عشق بدون جگر نمی شود، اما چون مرکزمان از جسم است و حرص به دست آوردن چیزها را داریم، جگر حضور نداریم. تاکنون هم با جگر من ذهنی عشق را بیان کرده ایم که به این روز افتاده ایم و کار به جاهای باریک کشیده و مسئله، مانع، قدرت طلبی، دشمن، درد و جدایی درست شده است.

اشکِ دوان هر سَحری از دلم آرد خبری

هیچ کسی را ز دلم خود خبری می نشود

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۴۵)

در هر سحر یعنی همین لحظه که می تواند لحظه دیدار خورشید زندگی باشد، اگر حس نیازمندی کنم، مرکز م عدم شود و لطیف شوم، از دل اصلی ام که خداوند است خبری می آید که حاوی صنع، عقل، لطافت، حس امنیت و شادی است و می گوید که واقعاً این جسمها زندگی ندارند. از این موضوع من ذهنی خودم و من ذهنی دیگران خبردار نمی شوند، زیرا قابلیت درک آن را ندارند.

نکته ۱:

منظور از اشک دوان گریه واقعی نیست، بلکه لطیف شدن است. وقتی چیزها به مرکزمان نمی آید و مرکزمان عدم می شود، لطیف می شویم. انبساط و فضاگشایی نرمی و لطافت است؛ به همین دلیل کسانی که عاشق هستند لطیف و مهربانند.

نکته ۲:

یک کس در ما هست که البته خیلی ناگس است و همین من ذهنی ماست و هر کسی یک کس است زیرا من ذهنی دارد.

نکته ۳:

مصرع دوم این بیت یکی از بزرگترین اشتباهات ما در راه سیر و سلوک را بیان می کند. ما فکر می کنیم پیشرفت معنوی را که نیازمندی به خدا و سحر کردن این لحظه است، باید مردم بفهمند و تأیید کنند، در حالی که من ذهنی فقط هشیاری جسمی و سبب سازی را می فهمد و از صنع و خبرهای خوش آنوری چیزی نمی داند. بنابراین از جمع نپرسیم که کارمان درست است یا نه و حتی از خودمان هم نپرسیم. فقط به خدا و به بزرگانی چون مولانا اعتماد و توکل کنیم.

یک سرِ مو از غمِ تو، نیست که اندر تنِ من

آبِ حیاتی ندهد، یا گهری می نشود

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۴۵)

خدایا، یک ذره کوچک از غم تو که منظور تو از آوردن من به جهان است، در وجودم نیست که به من کمک نکند. در واقع هر کاری من برای تو انجام بدهم، حتماً به من آب حیات خواهد داد و تبدیل به گوهر جگر یعنی هشیاری حضور خواهد شد.

نکته ۱:

در این جا «غم» به معنی غصه نیست و منظور از آن غم زنده شدن به بی‌نهایت و ابدیت خداوند و تبدیل هشیاری است.

نکته ۲:

ما در این لحظه امکانات زیادی داریم، ولی با این غفلت که چیز ذهنی را به مرکزمان می‌آوریم فرصت را از دست می‌دهیم؛ مثلاً اگر ذره‌ای همانندگی یا درد در خود شناسایی و فضا را باز کنیم، شناسایی مساوی آزادی است و این درد را خواهیم انداخت. این لحظه سحر ما می‌شود و زندگی کوچکترین فضاگشایی را تبدیل به جگر حضور می‌کند.

نکته ۳:

به محض این‌که فضا باز بشود آب حیات از آن‌ور می‌آید و باید این فرصت را غنیمت شمرد. شادی بی‌سبب، صنع، حس امنیت، حس هدایت، قدرت عمل، جان‌دار بودن، پویایی و حرکت همگی آب حیات‌اند که از زندگی می‌توان گرفت.

ای غمِ تو راحتِ جان، چيست اين جمله فغان؟ تا بزخم بانگ و فغان، خود حشری می‌نشود

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۴۵)

حَشْر: گروه و جمعیت نامنظم.

حَشْر: رستاخیز، قیامت.

خدایا غمِ تو راحتِ جان من است و فکر و ذکرم زنده شدن به توست. پس این‌همه ناله و فغانت به صورت من‌ذهنی برای چیست؟ [من می‌فهمم که تو داد و بیداد من‌ذهنی را راه نینداخته‌ای، بلکه منم که با انتخاب غلط، جبری بودن و گذاشتن چیزها در مرکز فغان می‌کنم و تو این را نمی‌خواهی.] حال که من این‌همه برحسب تو و از فضای گشوده‌شده ناله می‌کنم و می‌دانم که هر لحظه باید برای تو باشم، چرا قیامتم نمی‌شود و روی پای زندگی نمی‌ایستم؟

نکته ۱:

هر کسی فضا را باز می‌کند غم او را و غم زنده شدن به زندگی را دارد و این راحتِ جان است، ولی غم چیزها را داشتن و هر لحظه در فکر زیاده‌تر شدن داشته‌ها بودن که همراه فضا‌بندی و سبب‌سازی است، ناراحتی جان است.

نکته ۲:

خیلی مهم است که مولانا نمی‌گوید این منم که به سبب‌سازی می‌روم بلکه خطاب به خدا می‌گوید تو می‌روی، یعنی همه‌چیز تو هستی. درست است که در این لحظه من اختیار دارم، ولی اختیارم را صرف سبب‌سازی می‌کنم. الآن فهمیدم همه را تو می‌کنی. بدین ترتیب اگر بدانیم همه کارها را او می‌کند، دست از دخالت برمی‌داریم.

نکته ۳:

قیامت یعنی فضا گشوده شود، من ذهنی صفر شود، همانندگی‌ها نمانند و بفهمیم ناله و فغان ما به‌عنوان من ذهنی شکایت است و صنع و شادی و طربِ خدا اصل است.

نکته ۴:

چرا با این همه بانگ و فغان ما قیامت نمی‌شود؟ چون بانگ و فغان ما اگر هم از روی فضاگشایی باشد با بانگ و فغان من‌های ذهنی دیگر یا من‌ذهنی خودمان خنثی می‌شود.

میلِ تو سویِ حَشْر است، پیشه‌ تو شور و شر است

بی ره و رایِ تو شها، ره‌گذری می‌نشود

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۴۵)

خدایا میلِ تو به‌سوی قیامت من است و اتفاقات برای این می‌افتد که در این لحظه به بی‌نهایت و ابدیت زنده شوم. [اما از آن‌جا که میل من به‌صورت من‌ذهنی، نمایش خود و گرفتن تأیید و توجه از دیگران است و سوی حشر نیست] حرفه و پیشه‌ تو در این لحظه فتنه انداختن در این مرکز همانیده‌ من است. بدون راه و اندیشه‌ تو که با فضاگشایی به من نشان داده می‌شود، هیچ ره‌گذری به‌صورت انسان به‌سوی تو نمی‌آید و هیچ راهی به سمت پیموده نمی‌شود. [ره را می‌توان از گذری جدا کرد یا با هم خواند. اگر جدا کنیم یعنی راه پیش نمی‌رود و اگر با هم خوانده شود یعنی ره‌گذر اصلاً نمی‌آید].

نکته ۱:

اگر میل خداوند به قیامت ما که زنده شدن به بی‌نهایت اوست باشد و میل ما به‌سوی زنده نگه داشتن من‌ذهنی، چه اتفاقی می‌افتد؟ زندگی ما به‌هم‌ریخته می‌شود.

نکته ۲:

پیشه‌ خداوند «شور و شر» است، اما اگر مرکز ما از جنس او باشد شور و شر نمی‌اندازد. اگر فضا را باز کنیم، رأی او یعنی فکر او همراه با صنعش در ما به‌وجود می‌آید.

نکته ۳:

راهی که به وسیله عقل من ذهنی و هدایت خشم و درد و ترس و بی قدرتی خودش را به ما نشان می دهد، راه لجبازی و ستیزه و جنگ است، نه راه خداوند.

چیست حَسْر؟ از خودِ خود رفتنِ جانها به سفر

مرغ چو در بیضه خود بال و پری می نشود

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۴۵)

قیامت چیست؟ قیامت این است که از خودِ خودم به صورت جان اصلی خودم و فضای گشوده شده به سفر بروم. [اگرچه من ذهنی مزاحم می خواهد مرا دائماً در پوسته ذهن نگه دارد، اما می دانم] جوجه اگر در تخم مرغ بماند، هیچ موقع مرغی نخواهد شد که بال و پر داشته باشد.

نکته ۱:

منظور مولانا از «خودِ خود» من ذهنی نیست. این جا اصلاً من ذهنی وجود ندارد چون فضا باز شده و جوهر به خودش قایم شده است و معلوم شده من ذهنی یک توهم است. سفر از خودِ خود یعنی به وسیله خودِ اصلی یا هشیاری نظر به سوی زندگی رفتن.

نکته ۲:

دانه بادام تا پوسته سفتش را نشکنند مغزش درخت بادام نمی شود. انسان هم نباید با سبب سازی، ستیزه و مقاومت پوسته ذهن را سفت کند و منقبض شود، بلکه باید پوسته را با فضاگشایی و انبساط بشکافد.

بیست چو خورشید اگر تابد اندر شب من

تا تو قدم در ننهی، خود سحری می نشود

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۴۵)

بیست: کنایه از کثرت و مقدار نامحدود است.

اگر فضا را ببندم و با سبب سازی، سراغ بیست خورشید ذهنی بروم [مثلاً بگویم این آدم، این مکان، این باور یا این کتاب مرا به حضور می رساند] و بخواهم سبب های متعدد ذهنی را در این شب دنیا روشن کنند، مادامی که تو ای خدا با فضاگشایی من قدم به مرکز نگذاری، نمی توانم سحر حضور را ببینم و روز دیدارت را شاهد باشم.

نکته ۱:

وقتی خود را در این لحظه نیازمند به راهنمایی زندگی ببینیم و فضا را باز کنیم سحر می‌شود و خداوند را می‌بینیم. این همان خورشید اصلی است که ما هم از آن جنس هستیم.

نکته ۲:

دانش این جهانی می‌تواند در کار مادی به ما کمک کند، مثلاً هر کسی مدیر است باید کتاب‌های مدیریت بخواند و اداره این جهان به این‌جور دانش احتیاج دارد، اما به درد زنده شدن به خداوند و صنع و شادی بی‌سبب نمی‌خورد.

دانه دل کاشته‌ای، زیر چنین آب و گلی

تا به بهارت نرسد، او شجری می‌نشود

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۴۵)

شجر: درخت.

ای خدا، تو خودت را به‌صورت دانه دل یا آلت زیر آب و گل من که در واقع تن و فکر من و این کشت‌های ثانویه هستند کاشته‌ای. تا بهار تو به‌صورت حضور شروع نشود، آن دانه کاشته‌شده تبدیل به درخت بی‌نهایت و ابدیت خودت نخواهد شد.

نکته ۱:

بهاری که در ذهن می‌بینیم، چه جوانی باشد، چه زیبایی، قدرتمندی، سواد یا هرچه که ذهنمان شکوفایی‌اش را نشان می‌دهد و بهار می‌دانیم، بهار واقعی نیست. وقتی این را درک کنیم و افسانه من‌ذهنی را زمستان بدانیم، بهار واقعی که به‌صورت حضور است می‌آید و از بوته خار تبدیل به درخت می‌شویم.

نکته ۲:

باید یاد بگیریم که خداوند خودش را در ما کاشته و هر کاری هم بکنیم او رویده می‌شود و این همانیدگی‌ها می‌افتد. در حال حاضر امکانات فهمیدن این موضوع در سنین کم فراهم شده و این دانش در دسترس ماست. باید این‌ها را بخوانیم، به همدیگر یاد دهیم و در خانواده تکرار کنیم.

در غزل جبر و قَدَر هست، از این دو بگذر
زآنکه از این بحث به جز شور و شری می نشود
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۴۵)

[مولانا می گوید که] در این غزل ظاهراً جبر و قَدَر هست [تا من ذهنی با سبب سازی بهانه کند دست من نیست دیگر، دست خداوند است و من هیچ کاری نمی توانم بکنم!] ولی تو ای انسان از این دو بگذر، زیرا قدرت انتخاب داری که فضاگشایی کنی و اگر بخواهی در مورد جبر و قدر صحبت کنی، از این بحث فقط فتنه برپا می شود و سرگیجه می گیری.

نکته:

خداوند خیلی بیشتر از ما می خواهد حال ما خوب شود ولی ما مدت ها است در جبر و قَدَر مانده ایم. در جبر به جای گفتن «نمی خواهم» می گوئیم «نمی توانم»، در حالی که نمی توانم وجود ندارد. قضا در واقع قضاوت خداوند است و قَدَر اجرای آن است. هر چیزی که خدا در این لحظه اراده کند، امکان ندارد اجرا نشود. اگر فضا را باز کنیم یک جور است و فضا را ببندیم و به جبر من ذهنی برویم، یک جور دیگر است. پس نباید بگوئیم قضا و قدر مرا به این روز انداخته، چون انتخاب با ماست.

متن ابیات غزل جانبی

شہوت کہ با تو رانند، صدتو کنند جان را
چون با زنی برانی، سستی دهد میان را

زیرا جماعِ مُردہ، تن را کُند فسردہ
بُنگر بہ اہلِ دنیا، دریاب این نشان را

میران و خواجگانِ شان، پژمرده است جانِ شان
خاکِ سیاه بر سر، این نوع شاہدان را

دررو بہ عشقِ دینی تا شاہدان ببینی
پُر نور کردہ از رُخ، آفاقِ آسمان را

بخشد بُتِ نہانی، ہر پیر را جوانی
ز آن آشیان جانی، این است ارغوان را

خامش کنی و گر نی، بیرون شوم از این جا
کز شومیِ زبانت، می پوشد او دہان را

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۹۵)

شهوت که با تو رانند، صدتو کنند جان را
چون با زنی برانی، سستی دهد میان را
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۹۵)

صدتو: صد لایه، صد برابر.

میان: کمر، منظور تمام جسم است.

خدایا، اگر انسان‌ها از راه سبب‌سازی ذهنی با تصویر ذهنی تو شهوت‌رانی کرده و از طریق من‌ذهنی با تو ارتباط برقرار کنند، من‌ذهنی‌شان صد لایه می‌شود. بدین ترتیب همان‌طور که اگر مردی با زنی شهوت‌رانی کند، هسته مرکزی‌اش خسته و کل وجودش بی‌حال می‌شود، صدلایه شدن و ضخامت پوسته من‌ذهنی نیز باعث از دست رفتن قدرت مرکز انسان و کاهلی و افسردگی‌اش می‌شود.

نکته ۱:

وقتی عبارت «شهوت با تو» به‌کار می‌رود، یعنی ذهن و مجاز و همانندگی در کار است، اما اگر به‌جایش «عشق‌بازی با تو» به‌کار می‌رفت به جان اصلی ما اشاره داشت.

نکته ۲:

در نقطه مقابل مفهوم بیت، اگر فضا را باز کنیم و منبسط شویم، جان اصلی ما صدتو و بزرگ می‌شود، بی‌نهایت می‌شویم، با خداوند عشق‌بازی می‌کنیم و نهایتاً تبدیل ما به او انجام می‌شود.

نکته ۳:

عوامل انقباض و صدتو شدن من‌ذهنی خیلی زیادند. اگر هر همانندگی یک مراد باشد، من‌ذهنی مرتب بی‌مراد می‌شود و بی‌مرادی انقباض می‌آورد. انقباض نیز هیجان‌های منفی مثل خشم، ترس، ناامیدی، حسادت و نظیر آن را ایجاد می‌کند.

زیرا جماع مُرده، تن را کُند فسرده
بَنگر به اهلِ دنیا، دریاب این نشان را
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۹۵)

برای این‌که عشق‌بازی و شهوت‌رانی با من‌ذهنی که همیشه مرده است، تن را افسرده می‌کند. اگر باور نداری به اهل دنیا و آن‌هایی نگاه کن که با مقام، قدرت، علم یا هر چیز دیگری هم‌هویت شده‌اند و به‌جای فضاگشایی، با من‌ذهنی کار می‌کنند و مدام مشغول شیره گرفتن از دنیا و عشق‌بازی با مرده منجمد هستند.

نکته ۱:

عشق‌بازی با مرده مثال عجیبی است تا ما را متوجه مصیبتی کند که در آن هستیم. ما متوجه نیستیم که هم فرداً و هم جمعاً در چه وضعیت خروبی افتاده‌ایم و من‌ذهنی چه بر سرمان آورده است.

نکته ۲:

اهل دنیا که با اقلام ذهنی عشق‌بازی می‌کنند همیشه افسرده و منجمدند؛ مثل جوانانی که در کار نقل کردن اخبار بد و افسرده‌کننده و خبرهای جنگ هستند و در عرض سه چهار سال پژمرده می‌شوند.

میران و خواجگان‌شان، پژمرده است جان‌شان

خاک سیاه بر سر، این نوع شاهدان را

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۹۵)

امیران و بزرگان قدرتمند این جهان، جان‌های پژمرده و افسرده دارند و درد ایجاد می‌کنند. میل آن‌ها به ایجاد درد است، چون خروب بوده و در کار خرابکاری هستند. خاک سیاه بر سر چنین شاهدانی که عاشق یک مرده شده‌اند و با آن عشق‌بازی می‌کنند.

نکته ۱:

باید به خودمان نگاه کنیم و ببینیم آیا ما جزو امیران و خواجگان این جهانیم و با مرده عشق‌بازی می‌کنیم؟ آیا جان ما پژمرده است؟ یا شادیم و صنع و طرب داریم؟

نکته ۲:

ما نمی‌توانیم همان‌طور که در فکرمان چیزها را تجسم می‌کنیم، خدا را هم تجسم کنیم. اگر با خدا این‌طوری عشق‌بازی کنیم، جانمان روزبه‌روز افسرده‌تر و نیرویمان کمتر خواهد شد.

دررو به عشق دینی تا شاهدان ببینی

پرنور کرده از رخ، آفاق آسمان را

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۹۵)

اکنون فضا را باز کن، به عشق دینی برو و در آن‌جا شاهدان و زیبارویان را ببین، درحالی‌که با رُخت که فضای گشوده‌شده است روشن‌جبین هستی و از نور آن افق‌های آسمان درونت را روشن کرده‌ای.

نکته ۱:

عشق دینی یعنی شما فضا را باز کنید و حقیقتاً با جنس اصلی‌تان، با خداوند، عشق‌بازی کنید.

نکته ۲:

کسی که بتواند مثل مولانا افق‌های آسمان درونش را روشن کند، ممکن است بتواند افق‌های دیگر را هم روشن کند، زیرا در آن‌ها زندگی را می‌بیند و با ارتعاشی که دارد دیگران هم آفاق آسمانی را که باید در آن باشند می‌بینند.

**بخشد بُتِ نهانی، هر پیر را جوانی
زان آشیانِ جانی، این است ارغوان را**

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۹۵)

با فضاگشایی انسان، آن بُتِ نهانی یا خداوند، من‌ذهنی پیر و بی‌جان را جوان و جاودانه می‌کند. بدین ترتیب از آن آشیانِ جانی که فضای گشوده‌شده است انسانی که از جنس خدا شده همچون درخت زیبای ارغوان بالا می‌آید و شکوفا می‌شود.

نکته ۱:

شما ممکن است هشتاد یا نود سال داشته باشید، ولی در این لحظه حضور داشته باشید و دلتان جوان باشد.

نکته ۲:

معلوم می‌شود ما با سبب‌سازی یک درخت خار می‌سازیم که بر مبنای جبر، نمی‌توانم و همه چیز را گردن خدا انداختن رویده است، اما وقتی فضاگشایی می‌کنیم این بوته خار به درخت ارغوان تبدیل می‌شود.

**خامش کنی و گر نی، بیرون شوم از این جا
کز شومیِ زبانت، می‌پوشد او دهان را**

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۹۵)

اگر من‌ذهنی داری، خاموش شو و بدان که اگر زبان شوم ذهن را خاموش نکنی، با فضاگشایی از این جا خارج می‌شوم؛ چرا که به خاطر شومیِ زبانت که بر اساس من‌ذهنی حرف می‌زند، خداوند دهان اصلی‌ات را می‌پوشاند و نمی‌تواند از زبانت حرف بزند.

نکته:

خطاب بیت هم به منذهنی خودمان است و هم منذهنی دیگران. داریم می‌گوییم اگر به ذهن و سبب‌سازی برویم، زبان شوم منذهنی بالا می‌آید، اما خداوند آن را می‌بندد تا دیگر نتوانیم حرف بزنیم.

متن ابیات مثنوی، دیوان غزلیات و آیات برنامه شماره ۱۰۰۹

باد توند است و چراغم آبتری

زو بگیرانم چراغ دیگری

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۱۰۸)

آبتَر: ناقص و به درد نخور.

باد زندگی تند و فرصت من در این جهان محدود است. چراغ ذهن با باد حوادث خاموش می شود و چهار بعد من یک روز از بین می روند؛ چراغ ذهن ابتر و ناقص است و فقط در مدت کوتاهی که در این بدن هستم فرصت دارم به وسیله آن، چراغ دیگری را که چراغ حضور است روشن کنم.

او نکرد این فهم، پس داد از غرر

شمع فانی را به فانی ای دگر

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۱۱۲)

غرر: جمع غره به معنی غفلت و بی خبری و غرور.

اما انسان در ذهن از روی غفلت و بی خبری و نادانی این را نمی فهمد که باید شمع من ذهنی را بدهد و شمع حضور را روشن کند. بنابراین یک شمع فانی را می دهد و شمع فانی دیگری را می گیرد، یعنی یک همانندگی فانی و آفل را رها کرده و یکی دیگر را به مرکزش می آورد و جایگزین قبلی می کند.

هرچه اندیشی، پذیرای فناست

آن که در اندیشه ناید، آن خداست

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۱۰۷)

هر چیزی که می اندیشی و به ذهنت می آید، فانی و از بین رفتنی است. تنها خداست که به ذهن و اندیشه انسان در نمی آید و از حیطة فکر خارج است. [به عبارت دیگر ما همیشه با چیزی سروکار داریم که به اندیشه مان می آید؛ یعنی سبب سازی به وسیله سببها یا موجوداتی است که ما می توانیم آنها را تجسم کنیم و درباره شان حرف بزنیم ولی هیچ کدام از اینها خدا نیستند، مرکز ما باید خدا باشد.]

«بیت هندسی»

نکته: درست است که این ابیات را هر جلسه تکرار می‌کنیم ولی این‌ها ابزار دست ماست. شما باید این‌ها را حفظ کنید تا به موقع بتوانید از آن استفاده کنید.

با سلیمان پای در دریا بنه
تا چو داوود آب سازد صد زره
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۸۱)

این لحظه فضاگشایی کن، از فضای خشکی ذهن بیرون بپر، لحظه‌به‌لحظه با سلیمان، با خود خداوند و زندگی همراه شو و قدم در دریای یکتایی بگذار تا آب فضای گشوده‌شده برای تو همچون حضرت داوود صد نوع زره حضور و لباس جنگی بسازد که دیگر حمله من‌های ذهنی بیرون و من‌ذهنی خودت روی تو اثر نگذارد و نتواند به تو آسیب بزند.

«بیت هندسی»

آن سلیمان پیش جمله حاضر است
لیک غیرت چشم‌بند و ساحر است
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۸۲)

آن سلیمان یعنی خداوند دائماً پیش همه حاضر است، یعنی ما می‌توانیم این لحظه ناظر ذهنمان شویم اما چون از جنس من‌ذهنی هستیم، فضا را باز نمی‌کنیم، با سبب‌سازی پیش می‌رویم و مرکزمان جسم است، قانون غیرت زندگی چشم‌هشیاری‌مان را می‌بندد، ما را سحر می‌کند و اجازه نمی‌دهد خداوند را ببینیم و وارد دریای یکتایی شویم.

«بیت هندسی»

تا ز جهل و خوابناکی و فضول
او به پیش ما و ما از وی ملول
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۸۳)

ملول: افسرده، اندوهگین.

بنابراین از جهل من‌ذهنی، چرت زدن در ذهن، یعنی دیدن برحسب همانیدگی‌ها، رعایت نکردن «آنستوا» و زیاده‌گویی ماست که حوصله ما از خداوند سر رفته و نمی‌خواهیم او را ببینیم، در حالی که

همین لحظه او پیش ماست و می‌گوید با من وارد فضای یکتایی شو اما ما با من ذهنی به سبب‌سازی می‌رویم و شروع به زیاده‌گویی می‌کنیم.

«بیت هندسی»

نکته: هر چیزی که ذهنمان نشان می‌دهد آفل است. ما باید با سلیمان، با فضاگشایی پا در دریا بنهیم، چشم‌بند نداشته باشیم و دچار سحر نشویم. در واقع دیدن برحسب اجسام سحر است و ما را خوابناک و زیاده‌گو می‌کند. ما فکر می‌کنیم هر چقدر تندتر و بیشتر حرف بزنیم برنده هستیم؛ نه! در واقع ما گوش هستیم و خداوند زبان است. خداوند دستور خاموشی داده تا صدای او را بشنویم، وگرنه صدای خودمان را می‌شنویم و خوابناک، زیاده‌گو و بیهوده‌گو می‌شویم.

مرغ کاو بی این سلیمان می‌رود

عاشقِ ظلمت، چو خفّاشی بُود

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۶۲)

ظلمت: تاریکی.

انسانی که بدون سلیمان می‌رود، یعنی فضا را باز نمی‌کند یا از بزرگان کمک نمی‌گیرد، مانند خفّاشی است که عاشق ظلمت، تاریکی، جهل من‌ذهنی، سبب‌سازی، عقل جزوی، درد و رَیْبُ الْمَنُون است و با دید هم‌اندگی‌ها می‌بیند. [سلیمان رمز خداست که با فضاگشایی به آن وصل می‌شویم یا رمز انسان زنده به حضوری مانند مولانا است که از ابیاتش استفاده می‌کنیم.]

با سلیمان خو کن ای خفّاشِ رد

تا که در ظلمت نمائی تا ابد

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۶۳)

رد: مردود.

ای انسانی که من‌ذهنی داری و مانند خفّاش مردود هستی، فضا را باز کن و بدان آن چیزی که ذهنت نشان می‌دهد مهم نیست تا با سلیمان یعنی خدا و انسان‌های زنده به او خو کنی، وگرنه تا ابد در ظلمت و جهل ذهن می‌مانی.

نکته: انسانی که من‌ذهنی دارد، هر لحظه را خراب می‌کند، زندگی نمی‌کند، مسئله ایجاد می‌کند و آن را گردن دیگران می‌اندازد؛ در نتیجه تا الی‌الابد در تاریکی من‌ذهنی می‌ماند.

آمد از حضرت ندا، کای مردِ کار

ای به هر رنجی به ما امیدوار

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۶۵)

مردِ کار: آن‌که کارها را به نحوِ احسن انجام دهد، ماهر، استاد، حاذق، لایق، مردِ کارِ الهی.

آنگاه از بارگاه الهی خطاب به مرد نابینا ندا آمد ای کسی که بدون ایجاد کارافزایی اهل کار روی خودت هستی، در هر رنج و سختی فضا را باز می‌کنی و به جای سبب‌سازی با ذهن به برکتِ فضای گشوده‌شده امیدوار هستی.

حُسْنِ ظَنِّ است و امیدی خوش تو را

که تو را گوید به هر دم برتر آ

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۶۶)

در تو یک حُسْنِ ظَنِّ، فکر زیبا و امیدواری خوبی وجود دارد که وقتی فضا را باز می‌کنی تو را به رحمتِ ما نیک‌گمان کرده و از هرگونه شک و تردید دور می‌کند و همین امیدواری و بینش زیبا و خردمندانه‌توست که در درون به تو می‌گوید: «لحظه‌به‌لحظه از روی همانیدگی‌ها بلند شو و به سوی من بیا.»

هر زمان که قصد خواندن باشدت

یا ز مُصَحَف‌ها قرائت بایدت

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۶۷)

مُصَحَف: قرآن.

هر لحظه که حقیقتاً قصد خواندن قرآن درون خود را داشته باشی، یعنی بخواهی به جنس اصلی خودت و آلت اقرار کنی، یعنی خواندن فضای گشوده‌شده در تو جدی و ظاهری که ذهن نشان می‌دهد شوخی باشد و در کار فضاگشایی جدیِ جدی باشی.

[ادامه در بیت بعد]

من در آن دمِ وادهم چشمِ تو را تا فروخوانی، مُعَظَّم جوهرا

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۸۶۸)

در این صورت من در آن لحظه چشم تو را به تو پس می‌دهم تا آن جوهَر مُعَظَّم را که از جنس من است در خودت بخوانی و شناسایی کنی و بتوانی زندگی را در خود و دیگران ببینی.

نکته: مولانا از زبان خداوند می‌گوید هر کسی که حقیقتاً زنده شدن به زندگی را بخواهد، خداوند هم چشم عدم را به او می‌دهد. شما ببینید واقعاً می‌خواهید؟ اگر دقت کنید، می‌بینید علت این‌که آن چشم را پیدا نکرده‌اید این است که چشم جسمی، دیدن برحسب جسم‌ها و حرص و شهوت آن‌ها برتری دارد. در واقع مولانا ایراد ما را می‌گوید. شما این بیت‌ها را بخوانید، تکرار کنید تا معنی‌شان آشکار شود.

در حرکت باش از آنک، آبِ روان نَفَسُرد کز حرکت یافت عشقِ سِرِّ سَراندازی‌ای

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۱۳)

فَسُردن: یخ بستن، منجمد شدن.

ای انسان، بگذار با این فضای گشوده‌شده و تکرار ابیات مولانا تمام چهار بُعد تو به کار افتد و به جنبش درآید. مثل آب روان باش، زیرا آب وقتی می‌رود منجمد نمی‌شود. عشق از حرکت و از طریق فضاگشایی رازِ انداختن سر من ذهنی و زنده شدن به خدا را می‌یابد.

نکته ۱: ما باید هر روز در چهار بُعد ورزش کنیم. بُعد جسمی، بُعد ذهنی یعنی توانایی فکر کردن، بُعد معنوی یعنی زیاد کردن هشیاری حضور و بُعد دیگر که بُعد هیجانی‌ست.

نکته ۲: من ذهنی دائماً هیجانات منفی مثل خشم، ترس، احساس تأسف، احساس گناه، حسادت، مقایسه، نگرانی از آینده، اضطراب و برتری‌طلبی دارد. بنابراین ما باید مرتب ورزش هیجانی کنیم یعنی این هیجانات منفی را کم کنیم و آن‌ها را به هیجانات عشقی تبدیل کنیم.

نکته ۳: اگر شما راه بروید و شعرهای مولانا را بخوانید هر چهار ورزش را با هم می‌کنید، برای این‌که وقتی راه می‌روید بدن‌تان ورزش می‌کند، همچنین در عین حال که این شعرها را می‌خوانید و تکرار می‌کنید، ذهنتان کار می‌کند برای این‌که دارید فکر می‌کنید، هیجان‌اتان هم لطیف‌تر می‌شود و شما مرتب می‌بینید هیجانات سفت و سختی مانند خشم و ترس و غیره، همه به لطافت تبدیل می‌شوند. همین‌طور می‌بینید که هشیاری جسمی‌تان تبدیل به هشیاری حضور می‌شود و تبدیل هشیاری صورت

می‌گیرد. به عبارت دیگر وقتی شما این شعرها را تکرار می‌کنید، به ذهنتان مجال نمی‌دهید فکر هرز بکند یعنی ذهن را بدون ناظر نمی‌گذارید.

چون راه رفتنی‌ست، توقفِ هلاکت است چُونت قُنُق کند که بیا، خرگه اندر آ

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۰۱)

قُنُق: مهمان.

خرگه: خرگاه، خیمه، سراپرده.

چون راه زنده شدن به خدا رفتنی‌ست، اگر در مسیر تبدیل، در بعد جسمی، ذهنی، معنوی و هیجانی متوقف شوی، هلاک می‌شوی. حالا که این راه رفتنی‌ست و توقف موجب هلاکت تو می‌شود، پس خداوند چگونه تو را مهمان کند و بگوید وارد چادر فضای یکتایی من شو؟ [علت توقف ما این است که فکر می‌کنیم رسیده‌ایم و دیگر کافی‌ست. خداوند ما را متوقف نمی‌کند. تا زمانی که همانندگی‌هایمان تمام نشده ما را پیش خواهد راند.]

نکته: قانون غیرت می‌گوید اگر در مرکزت جسم باشد و من‌ذهنی داشته باشی، با من نمی‌توانی یکی شوی.

ذکر آرد فکر را در اهتزاز

ذکر را خورشید این افسرده ساز

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۷۶)

اهتزاز: جنبیدن و تکان خوردن چیزی در جای خود.

ذکر یعنی فضاگشایی و تکرار ابیات مولانا، فضا را باز می‌کند، صنع را در تو به وجود می‌آورد، فکر جدید می‌آفریند و فکری را که از فضای گشوده‌شده برمی‌خیزد به جنبش درمی‌آورد. پس تو بیا ذکر و تکرار ابیات را مانند خورشیدی بر این من‌ذهنی افسرده‌ات بتابان.

«بیت هندسی»

نکته ۱: شما به خودتان نگاه کنید، شاید بتوانید بیست مانع بشمارید که آن‌ها را از طریق سبب‌سازی در ذهنتان ساخته‌اید و بگویید من الآن نمی‌توانم صددرصد به طور پُر و کامل زندگی کنم، خوشحال باشم و حالم خوب باشد؛ این سبب‌سازی‌ها را من‌ذهنی ساخته‌است. بنابراین می‌بینید که وقتی ذهن به حال خودش رها شود در حالی که بی‌ناظر است، فکرهای بد می‌کند، زیرا من‌ذهنی فکرهای خام، بد و ناپخته دارد.

نکته ۲: اگر من‌ذهنی را رها کنید یک‌دفعه می‌بینید، کاری را که سه چهار سال پیش همسرتان انجام داده و تمام شده و رفته، فکر آن دوباره شما را هیجان‌زده، خشمگین، نگران و آزرده می‌کند و در شما درد ایجاد می‌شود. در واقع اگر ذهن را مانند خر رهاشده آزاد بگذارید، هر کاری که دلش می‌خواهد انجام می‌دهد ولی اگر افسارش دستتان باشد می‌دانید که از چه گیاهی باید بچرد و در کنترل شماست.

نکته ۳: با خواندن شعرهای مولانا اجازه نمی‌دهید من‌ذهنی‌تان فکرهای لق بکند. اگر در روز مثلاً دو سه ساعت و در هر فرصتی این شعرها را بخوانید، پس از مدتی متوجه می‌شوید که دردتان کمتر شده و خشمگین و آزرده نیستید؛ برای این‌که دارید تکرار می‌کنید و من‌ذهنی‌تان بدون ناظر رها نشده‌است.

نکته ۴: شما باید آن‌قدر این شعرها را بخوانید تا ذهن شما پخته‌تر و آرام‌تر شود و دردها فروکش کنند. هر روز مقدار زیادی درد را در خودتان بیدار و احوالتان را خراب نکنید تا بتوانید پیش بروید، خودتان را کنترل و اداره کنید و در مسیر درست بیندازید.

اصل خود جذب است، لیک ای خواجه‌تاش

کار کن، موقوف آن جذبه مباش

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۷۷)

خواجه‌تاش: دو غلام را گویند که یک صاحب دارند.

[مولانا خطاب به انسان می‌گوید:] ای انسان، سرور هر دوی ما خداوندست و همه ما یک سرنوشت و منظور مشترک برای بیرون آمدن از ذهن داریم، اصل در این راه اینست که فضا را باز کنی و خدا تو را جذب کند اما تو فقط موقوف آن جذبه نباش و روی خودت کار کن؛ یعنی این بیت‌ها را بارها و بارها تکرار کن، حواست به خودت باشد نه به دیگران، مسئولیت هشیاریات را بر عهده بگیر و در فضاگشایی، عدم کردن مرکز و باز نگه داشتن کارگاه مرکزت کوشا باش، ذهنت را بدون ناظر رها نکن، جبری نشو و نگو خداوند خودش باید من را جذب کند. به طور کلی درک کن آنچه ذهنت نشان می‌دهد مهم‌تر از مرکز عدم نیست.

«بیت هندسی»

ز آن که ترک کار چون نازی بُود

ناز کی در خوردِ جانبازی بُود؟

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۷۸)

زیرا ترک کردن کار روی خود، رعایت نکردن قانون جبران، تکرار نکردن ابیات و داشتن پندار کمال، به منزله بی‌نیازی از خداوند و کوچک نشدن نسبت به من‌ذهنی‌ست؛ بنابراین کسی که ناز می‌کند و نمی‌خواهد جان من‌ذهنی را ببازد و نمی‌خواهد نسبت به آن کوچک شود، چگونه شایسته مقام جانبازی‌ست؟

«بیت هندسی»

خود ندارم هیچ، به سازد مرا
که ز وهم دارم است این صد عنا
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۳۳۴)

عنا: رنج.

من به عنوان هشیاری حضور و امتداد خدا چیزی ندارم که بتواند حالم را بهتر کند و به من زندگی بدهد، زیرا از جنس زندگی و شادی بی سبب هستم. تمامی رنج‌ها و غصه‌های من نیز ناشی از توهم مالکیت و زندگی خواستن از همانندگی‌هاست.

«بیت هندسی»

نکته: شما به عنوان هشیاری بگویید مثلاً این خانه درست است که به اسم من است ولی به عنوان آلت مال من نیست. آلت در این جهان لُخت بوده و حالش هم خوب است. این بچه مال من نیست؛ درست است که می‌گویم بچه من یا همسر من، اما هیچ‌کدام مال من نیست، یک زندگی است که برای خودش زندگی می‌کند، از درون به خداوند وصل است، صنع و شادی بی سبب دارد، خودش را اداره می‌کند، من هم حواسم به خودم است. وقتی به او نگاه می‌کنم او را زندگی می‌بینم، بنابراین مال من نیست. من خدا را نمی‌توانم تصرف کنم، چیزها هم به من نمی‌چسبند. براساس یک قرارداد چیزهایی موقتاً پیش من است که من از آن‌ها استفاده می‌کنم.

عشق‌هایی کز پی رنگی بُود
عشق نَبُود، عاقبت ننگی بُود
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۰۵)

عشق‌هایی که برحسب همانندگی‌ست، چه بین ما و زندگی و چه بین انسان‌ها، عشق اصیل نیست بلکه عاشق شدن از طریق باور، غرض و از پی رنگ یعنی دیدن برحسب چیزی‌ست. بنابراین عاقبت سبب درد، ملالت، شرمندگی و ننگ خواهد بود. [وقتی فضا را باز کرده و مرکزمان عدم می‌شود، عاشق زندگی در انسانی دیگر می‌شویم و این عشق واقعی‌ست].

نکته: شما در توهم فکر می‌کنید می‌توانید خدا را داشته باشید. خداوند چیز داشتنی و تصاحب‌کردنی نیست، شما خدا را ندارید، جزو او، امتداد او و از جنس او هستید؛ اصلاً شمایی وجود ندارد، اوست که دارد کار می‌کند و خودش را عقب می‌کشد. شما باید اجازه دهید و مقاومت نکنید. هر موقع مقاومت می‌کنید خداوند را در خودتان گیر می‌اندازید. بگذارید خودش را بکشد، روی خودش قائم شود، آن موقع شما بی‌نهایت می‌شوید.

گفت: نامت چیست؟ برگو بی دهان

گفت: خرّوب است، ای شاه جهان

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۷۶)

خرّوب: گیاه خرّوب که بوته‌ای بیابانی و مرتفع و خاردار است و در هر بنایی بروید آن را ویران می‌کند.

سلیمان گفت: ای گیاه نورسته، با زبان حال و از درون به من بگو که نام تو چیست؟ گیاه گفت: ای شاه جهان نام من خرّوب است. [یعنی وقتی انسان فضا را باز می‌کند و به صورت ناظر ذهنش را نگاه می‌کند، در مقام سلیمان یا شاه از من ذهنی می‌پرسد که بی دهان بگو اسمت چیست؟ یعنی به او می‌گوید در عمل خودت را معرفی کن و بگو چکاره هستی. وقتی انسان به عمل من ذهنی نگاه می‌کند، می‌بیند که در عمل مرتب چیزها را به مرکزش می‌آورد و خودش را خرّوب یا بسیار خراب‌کننده معرفی می‌کند.]

گفت: اندر تو چه خاصیت بُود؟

گفت: من رُستم، مکان ویران شود

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۷۷)

رُستن: رویدن.

سلیمان گفت: خاصیت تو چیست؟ من ذهنی خرّوب گفت: من در هر جا که برویم آن مکان ویران می‌شود. [یعنی من ذهنی خرّوب وقتی رشد می‌کند چهار بعد انسان، جسم، فکر، هیجان و جان جسمی او را خراب می‌کند.]

من که خرّوبم، خراب منزلم

هادم بنیاد این آب و گلم

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۷۸)

هادم: ویران‌کننده.

من که بسیار خراب‌کننده هستم، منزلت و فضای گشوده‌شده درونت را خراب می‌کنم و هیچ چیز برایت باقی نمی‌گذارم. من ویران‌کننده بنیاد آب و گل تو هستم؛ یعنی هر چیزی را که ذهن شما از شما نشان دهد، من ذهنی آن را خراب می‌کند.

نکته: من ذهنی رابطه ایجاد شده در خانواده را خراب می‌کند، در حالی که ما فکر می‌کنیم خداوند است که این رابطه را خراب می‌کند. در واقع خداوند لحظه به لحظه می‌خواهد به ما کمک کند. می‌گوید من حاضرم، از من کمک بگیرید ولی ما با سلیمان وارد دریا نمی‌شویم، با سبب‌سازی ذهنی، با عقل من ذهنی و با چیزهایی که در ذهن یاد گرفته‌ایم، زندگی خودمان را خراب می‌کنیم.

ای تو در بیگار، خود را باخته

دیگران را تو ز خود نشناخته

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۸۰۳)

بیگار: کار بی‌مزد.

ای انسان تو با من ذهنی، کار بی‌مزد، ایجاد مسئله، مانع، درد و دشمن در فکرهای همانیده گم و گیج شده‌ای، خودت را باخته‌ای و دیگران را از جنس خودت نمی‌شناسی.

تو به هر صورت که آبی بیستی

که منم این، واللّه آن تو نیستی

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۸۰۴)

بیستی: بایستی.

ای انسان، اگر تو خودت را بر اساس سبب‌سازی ذهن به هر صورت و هر نقشی اعم از سیاسی، مذهبی، معنوی، دردمند، محتاج و زشت و زیبا توصیف کنی و به عنوان من ذهنی به مردم و خداوند ارائه دهی و بگویی هویت من این است، من به تو می‌گویم به خدا سوگند که تو هیچ‌کدام از این تصاویر نیستی.

یک زمان تنها بمانی تو ز خلق

در غم و اندیشه مانی تا به حلق

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۸۰۵)

وقتی تو در من ذهنی به توصیف و سبب‌سازی ذهن دچار هستی و از چیزها خوشی می‌گیری، اگر یک لحظه از انسان‌ها یا همانیدگی‌ها جدا شده، تنها بمانی و مردم دیگر سراغ تو را نگیرند، تا گلویت در غم و اندوه فرو می‌روی، یعنی اندوه همانیدگی‌ها سراسر وجود تو را فرا می‌گیرد.

جهدِ فرعونى چو بى توفيق بود هرچه او مى دوخت، آن تفتيق بود

(مولوى، مثنوى، دفتر سوم، بيت ۸۴۰)

تفتيق: شكافتن.

از آن جایی که جهدِ فرعونى يعنى تلاش با عقل من ذهنى و مرکز جسمى، امرى بى توفيق و بدون موفقیت است و هر کارى کند ایجاد درد خواهد کرد، پس هرچه را انسان همانیده با سبب سازى ذهنش بدوزد، در نهایت توسط زندگى شكافته شده و از بين مى رود؛ چراکه او با عقل من ذهنى و هشيارى جسمى عمل کرده است. [مثلاً اگر انسان با من ذهنى رابطه يا شغل خوبى به دست آورد که واقعاً برکت داشته باشد تا از طريق آن به خوشى هاى اين جهانى برسد، هيچ يك از اينها به نتيجه نخواهد رسيد.]

«بيت هندسى»

گر گريزى بر اميدِ راحتى زان طرف هم پيشت آيد آفتى

(مولوى، مثنوى، دفتر دوم، بيت ۵۹۰)

اى انسان، اگر به اميدِ راحتى، محل زندگيات را عوض کنى، با شخص خاصى دوست شوى، همسرت را عوض کنى يا از اين نظام به آن نظام فرار کنى هيچ فايده اى ندارد و از آن طرف هم آفتى پيش خواهد آمد. [به عبارت ديگر در اين جهان به عنوان من ذهنى هيچ جا نمى توانيم فرار كنيم و هر جا برويم آن جا هم مشكلى پيش خواهد آمد.]

«بيت هندسى»

هيچ كنجى بى دَد و بى دام نيست جز به خلوت گاهِ حق، آرام نيست

(مولوى، مثنوى، دفتر دوم، بيت ۵۹۱)

دَد: حيوانِ درنده و وحشى.

هيچ گوشه اى در دنيا خالى از من هاى ذهنى درنده خو که مى خواهند شما را اذيت کنند نيست، هميشه وضعيت ها و انسان هاى پيدا مى شوند که آرامستان را برهم بزنند اما شما تنها در فضاي گشوده شده که خلوتگاه خداست مى توانيد آرامش پيدا کنید.

«بيت هندسى»

کُنْجِ زَنَدَانِ جِهَانِ نَاگُزیرِ نیست بی پامُزد و بی دَقُّ الحَصیرِ

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۹۲)

پامُزد: حقُّ القدم، أُجرتِ قاصد.

دَقُّ الحَصیر: پاگشا، نوعی مهمانی برای خانه نو.

در گوشهٔ زندان جهان، ما ناگزیر و مجبوریم که در این تن زندگی کنیم. هر کسی این‌جا خانه داشته باشد و بگوید من صاحبخانه هستم، باید به مردم مهمانی بدهد و آن‌ها را به مرکزش دعوت کند؛ بنابراین آن‌ها زندگی انسان را از او خواهند گرفت. یعنی کسی که به درِ خانهٔ ما یا مرکزمان می‌آید، پامُزد یا حقُّ القدم می‌خواهد. مردمی که به ذهن ما می‌آیند زندگی ما را به صورت پامُزد و دَقُّ الحَصیر خواهند خورد.

نکته: یک خاصیت بد من‌ذهنی این است که از دیگران زندگی می‌خواهد. شما ببینید از اتفاقات، همسر، بچه و دوستانتان زندگی می‌خواهید؟ به اندازه‌ای که از آن‌ها زندگی می‌خواهید آن‌ها زندگی‌تان را خواهند دزدید.

واللّٰه اَر سوراخِ موشی در روی مُبتلایِ گربه‌چنگالی شوی

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۹۳)

به خدا قسم اگر به سوراخِ موشی هم فرار کنی و پنهان شوی تا من‌های ذهنی تو را اذیت نکنند، باز اسیر چنگال گربه‌ای می‌شوی که تو را اذیت خواهد کرد.

هرکه دور از دعوتِ رحمان بُود او گداچشم است، اگر سلطان بُود

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۸۸)

خداوند انسان‌ها را به فضای گشوده‌شده دعوت کرده‌است و هرکس این دعوت رحمان را نپذیرد و بخواهد آنچه را که ذهن نشان می‌دهد به مرکزش بیاورد، او گداچشم و حریص است و خست من‌ذهنی را دارد.

نکته: شما فکر نکنید اگر قدرت پیدا کنید و همانندگی‌ها را بی‌نهایت زیاد جمع کنید، در این صورت می‌توانید زندگی کنید. نه نمی‌توانید، چون چشمِ خستِ دارید نه چشمِ کوثر و فراوانی زندگی را.

من به هر جمعیتی نالان شدم جفت بدحالان و خوش‌حالان شدم

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۵)

من در هر جمعیتی به صورت زندگی و فضای گشوده‌شده نالان شدم یعنی ندای زندگی و عشق را سر دادم. هم با انسان‌هایی که حالشان در من‌ذهنی خراب است و هم با کسانی که حالشان در من‌ذهنی خوب است و خوشحال هستند یار شدم. [اما هیچ‌یک از آن‌ها راز من را نفهمیدند؛ زیرا آن‌ها فقط به فکر زیاد کردن همانندگی‌ها و خوب کردن حال من‌ذهنی‌شان بودند.]

نکته ۱: اگر شما در این لحظه حس نیازمندی شدید به زندگی دارید و در عین حال حس بی‌نیازی از چیزهایی که ذهن نشان می‌دهد، در این صورت به عنوان آلت، هشیاری و امتداد خدا خبر می‌آورد ولی کسانی که من‌ذهنی دارند خبر را نمی‌شنوند.

نکته ۲: کسی که برحسب من‌ذهنی خوشحال یا بدحال است، همیشه حواسش به درست کردن حال من‌ذهنی‌اش است. فکر می‌کند حال اصلی‌اش حال من‌ذهنی‌ست، دائماً می‌خواهد با قضاوت، مقاومت و یادآوری به خودش که همانندگی‌هایم دارد زیاد می‌شود حالش را خوب کند. این شخص برحسب ذهن گاهی بدحال و گاهی خوشحال است.

هر کسی از ظنّ خود شد یارِ من

از درونِ من نجست اسرارِ من

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۶)

هر کسی که من ذهنی دارد، از ظنّ خود و بر حسب فکر و بینش خودش که یک جور همانندگی و باور است یار من می‌شود ولی از درون من به عنوان زندگی اسرار من را جست‌وجو نمی‌کند و از راز من باخبر نمی‌شود. [اگر می‌توانست فضا را باز می‌کرد و از درون خودش این اسرار را جست‌وجو می‌کرد، نه از من ذهنی و همانندگی‌ها.]

نکته: وقتی فضا گشوده شود از آن طرف خبر می‌آورد، وقتی شادی بی‌سبب، صنع، پذیرش، حس امنیت بدون سبب‌سازی می‌آورد، وقتی دیگر نمی‌ترسید و حس امنیت دارید، وقتی قدرت خلاقانه و میل به عمل کردن دارید، زنده‌اید و عمل سازنده می‌کنید، از آن طرف خبر می‌آورد اما اگر شما به کسی بگویید من این‌طور شده‌ام باور نمی‌کند و فقط به اندازه ظنّ و گمان خودش یارتان می‌شود و حرف شما را در همان حد می‌فهمد.

سِرِّ من از ناله من دور نیست

لیک چشم و گوش را آن نور نیست

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۷)

رازهای من به عنوان زندگی از ناله‌ای که از من بیرون می‌آید دور نیست اما چشم و گوش مردم، چشم و گوش من ذهنی و هشیاری جسمی است؛ بنابراین آن‌ها نور و زور گرفتن آن اخبار را ندارند. [کسی با سِرِّ خودش آشنا می‌شود که فضا را باز کند و از جنس آلتست شود، نه از جنس من ذهنی.]

نکته ۱: این بیت دلیلی است برای این‌که شما در این تله نیفتید که چون من روی خودم کار می‌کنم، پس مردم باید من را تأیید کنند و اگر تأیید نکنند، این راه درست و خوبی نیست. این‌طور نیست، چراکه از آن پیغام و خبری که از درون شما به عنوان زندگی می‌آید، هر من ذهنی‌ای آگاه نیست.

نکته ۲: شما به انسانی که به حضور زنده است می‌گویید که شما مهم و استاد هستید ولی او هیچ واکنشی نشان نمی‌دهد. می‌داند که این حرف شما سطحی است.

نکته ۳: آیا ما واقعاً استاد هستیم؟ کسی در این جهان استاد است؟ خیر، خداوند در حال بیان خودش است. اگر از مولانا این مطالب بیان شده او به عنوان کس نبوده، بلکه خداوند بوده که خودش را بیان کرده‌است. در واقع هر چیز خلاقیتی را او بیان می‌کند.

بی همگان به سر شود، بی تو به سر نمی شود

داغ تو دارد این دلم، جای دگر نمی شود

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۵۳)

خداوندا، بی همگان یعنی بدون چیزهای ذهنی می شود زندگی کرد، زندگی من پیش می رود و من خوشبخت می شوم اما بدون تو به سر نمی شود. دل اصلی من علامت و داغ تو را دارد، از جنس توست و من جز این که به سوی تو بیایم هیچ راه دیگری ندارم.

نکته: هرچه بیشتر شما این موضوع را درک کنید که چیزهای آفل نباید به مرکزتان بیاید، می بینید که این داغ یعنی علامت و جنسیت الست، با کشیده شدن به آن سو بیشتر خودش را به شما نشان می دهد و آثار خوبش مثل خلاقیت و طرب را می بینید. طرب شادی ذات شماسست. وقتی شما طربناک می شوید بدون سبب سازی، ذات خداوندی را تجربه می کنید.

جاه و جلال من تویی، مُلکَت و مال من تویی

آب زلال من تویی، بی تو به سر نمی شود

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۵۳)

مُلکَت: پادشاهی، سلطنت.

جاه و جلال من تو هستی، من هیچ ملک و مالی ندارم که آن را به مرکزم بیاورم و بگویم مال من است. تو ملک و مال من هستی، تو آب حیات و صاف من هستی نه آن چیزی که از همانندگی ها می آید، بی تو کار و زندگی من پیش نمی رود و فقط باید تو باشی.

دل بنهند، برکنی، توبه کنند، بشکنی

این همه خود تو می کنی، بی تو به سر نمی شود

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۵۳)

خداوندا، اگر انسان ها دل، تمرکز و توجهشان را روی چیزهای آفل بگذارند، چیزها را به مرکز بیاورند و به آن ها دل ببندند، تو آن چیزها را از آن ها می گیری و دچار درد می شوند. اگر توبه ذهنی کنند، به ذهن بروند و به سوی تو نیایند، تو توبه آن ها را می شکنی. همه این کارها را تو انجام می دهی، بدون تو به سر نمی شود. [ما فکر می کنیم اختیار داریم و بدون خداوند می توانیم کارمان را پیش ببریم و مسائل ما را هم دشمنانمان ایجاد می کنند اما غافل از این هستیم که همه مسائل را خودمان به عنوان خرّوب ایجاد می کنیم.]

هرچه بگویم ای سند، نیست جدا ز نیک و بد
هم تو بگو به لطفِ خود، بی تو به سر نمی‌شود
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۵۳)

سند: حامی، تکیه‌گاه، انسان مورد اعتماد.

ای تکیه‌گاه من، ای خداوند، من با من ذهنی هرچه بگویم جدا از نیک و بد نیست، یعنی حرف‌های من برحسب چیزهای آفل و عقل جزوی است. من با من ذهنی قضاوت می‌کنم، از دویی می‌گویم و مرتب خوب و بد می‌کنم؛ بنابراین خاموش می‌شوم تا تو به لطف خودت از طریق من حرف بزنی و تا تو از طریق من حرف نزنی زندگی من پیش نمی‌رود.

هنرِ خویش بپوشم ز همه، تا نخرندم
به دو صد عیب بلنگم، که خرد جز تو امیرم؟
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۶۱۲)

[از زبان انسان به خداوند می‌گوید:] من برخلاف میل من ذهنی‌ام عمل می‌کنم و تمام فضیلت‌ها، مهارت‌ها و هرچه در آن خوب و ماهر هستم را از چشم من‌های ذهنی پنهان می‌کنم و آن‌ها را به مردم نشان نمی‌دهم تا به من توجه نکنند و مرا نخرند، بلکه به هزار عیب خود می‌لنگم و می‌گویم من ایراد دارم. ای خداوند، ای امیر من، غیر از تو چه کسی مرا که پر از عیب و همانندگی هستم می‌خرد؟
نکته: آیا شما هنر خودتان را که با آن همانیده هستید می‌پوشانید، یا هنر خودتان را نشان می‌دهید؟ مهارت‌ها، فضیلت‌ها، علم شما و هرچه که شما می‌دانید و با آن همانیده هستید و برحسب آن بالا می‌آید هنر شماست.

هرکه داد او حُسنِ خود را در مَزاد
صد قضایِ بدِ سویِ او رو نهاد
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۸۳۵)

مَزاد: مُزایده و به معرض فروش گذاشتن.

هر کس زیبایی، حُسن و فضیلت خود را به معرض نمایش بگذارد و بخواهد این همانندگی‌ها را به مردم بفروشد، از طرف زندگی صد حادثه بد برای او اتفاق خواهد افتاد.

حیله‌ها و خشم‌ها و رشک‌ها بر سرش ریزد چو آب از مشک‌ها

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۸۳۶)

حیله‌ها، خشم و حسادت مردم همچون آب مشک بر سرش می‌ریزند. چون مردم من‌ذهنی دارند راجع به او بد فکر می‌کنند، خشمگین می‌شوند و نسبت به او حسادت می‌ورزند.

دشمنان او ز غیرت می‌دَرند دوستان هم روزگارش می‌بَرند

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۸۳۷)

دشمنانش از روی تعصب و حسادت او را مثل گرگ می‌دَرند و دوستانش هم که تملق او را می‌گویند، زندگی و وقتش را تلف می‌کنند.

نکته: شما ابیات را بخوانید و ببینید آیا واقعاً داد و فغان من‌ذهنی‌تان به خاطر این است که مردم شما را نمی‌بینند و نمی‌خرند؟ آیا شما واقعاً هنر خودتان را از همه می‌پوشید تا شما را نخرند یا هزار هنر دروغین هم به آن اضافه می‌کنید تا شما را بخرند؟ آیا به دو صد عیب می‌لنگید و یا اصلاً زیر همه عیب‌ها می‌زنید که من هیچ عیبی ندارم و کامل هستم؟ در واقع هر کسی را که مردم می‌خرند، خداوند او را نمی‌خرد اما هر کسی به عیب خودش اقرار می‌کند، کارگاه خداوند می‌شود.

گفت: رُو، هرکه غمِ دین برگزید باقیِ غم‌ها خدا از وی بُرید

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۱۳۷)

[مولانا از زبان زندگی خطاب به انسان می‌گوید:] برو که اگر کسی واقعاً غمِ دین را انتخاب کند یعنی مرتب فضاگشایی کند و چیزهای ذهنی را به مرکز نیاورد، در این صورت دیگر هیچ غمی او را تهدید نمی‌کند.

«بیت هندسی»

خود مَنْ جَعَلَ الْهُمُومَ هَمًّا

از لفظِ رسول خوانده‌استم

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۵۵۷)

من این حدیث را از زبان حضرت رسول خوانده‌ام که می‌گوید: «هرکس غم‌هایش را به غمی واحد محدود کند، خداوند غم‌های دنیوی او را از میان می‌برد.» بنابراین فضا را در اطراف اتفاق این لحظه باز کرده، مرکز را عدم می‌کنم و دیگر تغییر وضعیت‌ها نمی‌تواند به من غم بدهد؛ چراکه من فقط یک غم و یک منظور دارم و آن هم فضاگشایی در اطراف اتفاق این لحظه و یکی شدن با زندگی‌ست.

حدیث

«مَنْ جَعَلَ الْهُمُومَ هَمًّا وَاحِدًا هَمَّ الْمَعَادِ كَفَاهُ اللَّهُ هَمَّ دُنْيَاهُ وَ مَنْ تَشَعَّبَتْ بِهِ الْهُمُومُ فِي أَحْوَالِ الدُّنْيَا لَمْ يُبَالِ اللَّهُ فِي أَيِّ أَوْدِيَّتِهِ هَلَكَ.»

«هر کس غم‌هایش را به غمی واحد محدود کند، خداوند غم‌های دنیوی او را از میان می‌برد. و اگر کسی غم‌های مختلفی داشته باشد، خداوند به او اعتنایی نمی‌دارد که در کدامین سرزمین هلاک گردد.»

توضیح حدیث:

شما یک روز در حالی که یکی از همانیدگی‌ها در مرکزتان است، می‌میرید و به او زنده نمی‌شوید، بنابراین دیگر به دین نمی‌رسید. کسی به دین می‌رسد که همانیدگی‌ها به مرکزش نیاید و فضا را باز کند و دیگر هیچ همانیدگی‌ای در مرکزش نماند. ما تا موقع مرگ فرصت داریم این کار را بکنیم.

مکرِ شیطان است تعجیل و شتاب

لطفِ رحمان است صبر و احتساب

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۵۷۰)

احتساب: حساب کردن، در این جا به معنی حسابگری.

عجله، شتاب، سؤال پرسیدن با من‌ذهنی و به سبب‌سازی رفتن مکر شیطان است و صبر، خردورزی، فضاگشایی و مطابق با قضا و کُنْ فَكَانِ الهی پیش رفتن، لطفِ خداوند رحمان است.

نکته: آیا شما عجله دارید یک فکر تمام نشده به یک فکر دیگر بپرید؟ یا نه عجله ندارید و فضا را باز می‌کنید، صبر می‌کنید، حسابگری خداوند را دارید و مطابق با قضا و کُن فکان او پیش می‌روید؟

جز توکل، جز که تسلیمِ تمام در غم و راحت همه مکر است و دام

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۴۶۸)

در برابر وضعیت این لحظه چه هنگام هجوم درد و اندوه و چه هنگام آرامش، هر گونه اقدامی غیر از توکل به خداوندی که انسان را مثل کف دستش می‌شناسد، غیر از صفر کردن دخالت من‌ذهنی، تسلیم و فضاگشایی تا بالاترین حد توان، حيله و مکر من‌ذهنی به حساب می‌آید و انسان را در دام هیجان‌ات مخربی همچون خشم، ترس، حرص و یا شهوت می‌اندازد.

«بیت هندسی»

ای رفیقان، راهها را بست یار

آهوی لنگیم و او شیرِ شکار

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۷۶)

ای دوستان همراه، خداوند تمام راههایی را که ذهن نشان می‌دهد بسته‌است و هیچ‌کدام از همانیدگی‌ها و شرطی‌شدگی‌ها ما را به جایی نمی‌رسانند و ما نمی‌توانیم راه آن‌ها را برویم. ما هر چقدر که قوی باشیم، باز هم به صورت من‌ذهنی آهوی لنگی هستیم در دست خداوند و او مثل شیر نری‌ست که دنبال شکار این آهوی لنگ است.

جز که تسلیم و رضا کو چاره‌ای؟

در کفِ شیرِ نرِ خون‌خواره‌ای

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۷۷)

غیر از تسلیم و رضایت کامل در برابر اتفاق این لحظه و بی‌اثر کردن اتفاق از طریق فضاگشایی در اطراف آن و کوچک شدن نسبت به من‌ذهنی، هیچ چاره‌ای در برابر خداوندی که همچون شیرِ نری به خونِ همانیدگی‌های مرکزِ انسان تشنه است وجود ندارد؛ چراکه هر راه دیگری منجر به درد خواهد شد.

«بیت هندسی»

نکته ۱: اگر در برابر اتفاقات راضی باشید و ستیزه نکنید، آن‌ها نمی‌توانند به مرکزتان بیایند، اما اگر استدلال کنید و بگویید این چه وضعی است؟ مگر وضع خوبی‌ست که من رضا داشته باشم؟! در این صورت اتفاق دارد به مرکزتان می‌آید، دارید لجبازی می‌کنید و زندگی‌تان را خراب خواهید کرد.

نکته ۲: من‌ذهنی با فکرهای سریع پشت‌سرهم می‌خواهد مسائل ما را حل کند، در حالی که با این کار مسائل بیشتری ایجاد می‌کند. شما این موضوع را متوجه شوید، در نتیجه فکر کردن را کُند کنید و فضا را باز کنید.

فِي السَّمَاءِ رِزْقُكُمْ نَشْنِيدهای؟ اندرین پستی چه برچفسیده‌ای؟

«مگر نشنیده‌ای که حق تعالی می‌فرماید: روزی شما در آسمان است؟ پس چرا به این دنیای پست
چسبیده‌ای؟»

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۵۶)

چفسیده‌ای: چسبیده‌ای.

مگر نشنیده‌ای که خدا می‌فرماید روزی شما در آسمان است؟ پس چرا فضا را باز نمی‌کنی و همچنان
به این پستی یعنی فکرهای همانیده من ذهنی چسبیده‌ای؟ رزق تو از آسمانی که باز می‌شود و از فضای
گشوده شده می‌آید.

(قرآن کریم، سوره اسراء (۱۷)، آیه ۱۱۰)

«قُلِ ادْعُوا اللَّهَ ...»

«بگو: خدا را بخوانید...»

(قرآن کریم، سوره الذاریات (۵۱)، آیه ۲۲)

«و فِي السَّمَاءِ رِزْقُكُمْ وَ مَا تُوعَدُونَ.»

«و رزق شما و هرچه به شما وعده شده در آسمان است.»

توضیح آیه:

رزق شما، آن چیزی که به شما وعده داده شده، خلاقیت، حس امنیت و خرد از آسمان فضای
گشوده شده می‌آید.

روی زرد و پای سست و دل سبک کو غذایِ وَالسَّمَا ذَاتِ الْحُبْكِ؟

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۸۵)

به علت خوردن آب و گلِ همانیدگی‌ها، انسان مریض شده و چون روی پای زندگی نیست پاهایش
سست است و دلش هم سبک است برای این‌که از همانیدگی‌ها و چیزهای توخالی تشکیل شده و

مرکزش عدم نیست. باد حوادث می‌آید و مرتب حال او را بد و خوب می‌کند. حال کجاست کسی که فضا را باز کند و راه‌های عالی آسمان گشوده‌شده را به زندگی‌اش بیاورد؟

(قرآن کریم، سوره ذاریات (۵۱)، آیه ۷)

«وَالسَّمَاءِ ذَاتِ الْحُبُكِ.»

«سوگند به آسمان که دارای راه‌هاست.»

آن غذای خاصگان دولت است خوردن آن بی گلو و آلت است

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۸۶)

این غذای من‌های ذهنی نیست، بلکه غذای آدم‌های خاص نیک‌بخت است که پیغام زندگی را لحظه‌به‌لحظه می‌شنوند و به سوی خداوند برمی‌گردند. خوردن این غذا با دست و پا و گلو و آلت من‌ذهنی یعنی با ابزارها و سبب‌سازی‌های ذهنی نیست.

شد غذای آفتاب از نورِ عرش

مر حسود و دیو را از دودِ فرش

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۸۷)

غذای انسانی مثل مولانا که با فضاگشایی به زندگی زنده شده و آفتاب زندگی از مرکزش طلوع کرده، از نور عرش است یعنی از فضای گشوده‌شده غذا می‌گیرد اما غذای دیو و حسود که نماد هر من‌ذهنی‌ست از دودِ همانیدگی‌ها و دردهاست.

فکر آن باشد که بگشاید رَهِی

راه آن باشد که پیش آید شَهِی

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۲۰۷)

فکر حقیقی فکری است که از فضای گشوده‌شده و مرکز عدم بیاید تا راه را به سوی زندگی باز کند. راه حقیقی نیز راهی‌ست که تو را به شاه زندگی متصل گرداند و به ذات و اصل خویش قائم شوی.

«بیت هندسی»

نکته: توجه کنید که راه‌های شما همیشه از سبب‌سازی ذهن آمده، برای همین به نتیجه نرسیده‌است.

شاه آن باشد که از خود شه بُود

نه به مخزن‌ها و لشکر شه شود

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۲۰۸)

شاه کسی است که براساس ذات خودش و به خاطر فضای گشوده‌شده درونش شاه بوده و به بی‌نهایت خدا زنده شده باشد، نه این‌که به وسیله بزرگ کردن من‌ذهنی و یا زیاد کردن همانیدگی‌های آفل این‌جهانی شاه شود.

«بیت هندسی»

نکته: شما دارید به شاه تبدیل می‌شوید، فضا وسیع‌تر می‌شود، همانیدگی‌ها از مُد می‌افتند و قدرت جذبشان را از دست می‌دهند، بنابراین شما دیگر نباید براساس همانیدگی‌ها و قدرت این‌جهانی شاه شوید.

گر بپرّانیم تیر، آن نی ز ماست

ما کمان و تیراندازش خداست

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۶۱۶)

هرگاه که فکر می‌کنیم، چه برحسب من‌ذهنی چه برحسب فضای گشوده‌شده، خداوند تیرانداز فکرهاست پس بهترین کار این است که مقاومت و قضاوت نکنیم، فضا را هشیارانه باز کنیم تا کمانی شویم که خداوند از طریق آن تیر بیندازد و فکرهای جدید را از طریق صُنْع به ما بدهد. [اگر من‌ذهنی داشته باشیم، باز هم اتفاقات برحسب فکرِ او می‌افتد ولی به ضرر ما تمام می‌شود و دچار «رَیْبُ الْمَنُون» می‌شویم.]

«بیت هندسی»

دی شوی، بینی تو إخراج بهار
لیل گردی، بینی ایلاج نهار
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۲)

دی: زمستان.

لیل: شب.

ایلاج: وارد کردن، درآوردن چیزی در چیز دیگر.

نهار: روز.

إخراج: بیرون کردن.

ای انسان، اگر نسبت به من ذهنی زمستان شوی، یعنی برحسب همانندگی‌ها شکوفا نشوی، در این صورت بهار حضور در تو فرا می‌رسد، فضا باز می‌شود و تو به خداوند شکوفا می‌شوی. همچنین اگر نسبت به من ذهنی شب شوی و بگویی نمی‌دانم، سبب‌سازی خود را بی‌عقلی بدانی و آگاه شوی که صنع زندگی در تو وجود ندارد، درنهایت برآمدن روز را می‌بینی؛ یعنی خورشید حضور از درونت طلوع می‌کند و صبح می‌دمد.

نکته: علت این‌که شما بهار یا روز را نمی‌بینید، برای این است که می‌گویید من می‌خواهم خودم را برحسب همانندگی‌ها نشان بدهم تا مردم به‌به بگویند و این همان بهار من است اما این بهار نیست، بلکه زمستان شماست.

(قرآن کریم، سوره حج (۲۲)، آیه ۶۱)

«ذَلِكَ بِأَنَّ اللَّهَ يُوَلِّجُ اللَّيْلَ فِي النَّهَارِ وَ يُوَلِّجُ النَّهَارَ فِي اللَّيْلِ وَ أَنَّ اللَّهَ سَمِيعٌ بَصِيرٌ.»

«این بدان سبب است که خدا از شب می‌کاهد و به روز می‌افزاید و از روز می‌کاهد و به شب می‌افزاید. و خدا شنوا و بیناست.»

توضیح آیه:

خدا از من ذهنی که شب است می‌کاهد و به روز زنده شدن به خودش می‌افزاید. او دائماً در این کار است. از روز می‌کاهد، برای این‌که ما من ذهنی را روز می‌بینیم و به آن چیزی که الآن شب می‌بینیم یعنی دیدن برحسب عدم می‌افزاید.

با سلیمان پای در دریا بینه
تا چو داوود آب سازد صد زره
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۷۸۱)

این لحظه فضاگشایی کن، از فضای خشکی ذهن بیرون بپر، لحظه به لحظه با سلیمان، با خود خداوند و زندگی همراه شو و قدم در دریای یکتایی بگذار تا آب فضای گشوده شده برای تو همچون حضرت داوود صد نوع زره حضور و لباس جنگی بسازد که دیگر حمله منهای ذهنی بیرون و من ذهنی خودت روی تو اثر نگذارد و نتواند به تو آسیب بزند.

«بیت هندسی»

بعد از این حرفی ست پیچاپیچ و دور
با سلیمان باش و دیوان را مشور
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۵۳۲)

مشور: مشوران، تحریک نکن.

ای انسان، بعد از توضیحاتی که گفته شد، نکته ای وجود دارد که دور از درک من ذهنی توست. آن نکته این است که وقتی در اطراف اتفاق این لحظه فضاگشایی کردی و مرکزت عدم شد، دیگر هر لحظه با سلیمان که نماد خداوند است، همراه باش و هرگز با سبب سازی و فضا بندی که هر کدام یک دیو هستند، از او جدا نشو. همچنین با هیچ چیز همانیده نشو تا من ذهنی خودت و دیگران تحریک نشوند و واکنش نشان ندهند.

«بیت هندسی»

حق قدم بر وی نهَد از لامکان
آن گه او ساکن شود از کُن فکان
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۸۱)

زمانی که انسان با فضاگشایی مرکزش را عدم کند، خداوند از فضای گشوده شده قدم به مرکز او می گذارد، آن گاه از طریق قانون «کُن فکان» که می گوید بشو و می شود، ذهنش را ساکت کرده و در مرکزش ساکن می شود. [کم شدن سرعت پریدن از فکری به فکر دیگر، جنس انسان را از هشیاری جسمی تغییر می دهد و سبب می شود هشیاری حضور خودش را به او نشان دهد.]

«بیت هندسی»

نکته: همیشه تکرار ابیات به شما کمک می‌کند، این یکی از معجزات است. بنابراین شما از «ذکر» و تکرار ابیات خودتان را محروم نکنید.

در دلش خورشید چون نوری نشاند پیشش اختر را مقادیری نماند

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۸۷۵)

وقتی فضای درون انسان باز می‌شود و خورشید خداوند نوری را در دلش مستقر می‌کند، دیگر پیش او ستاره من‌ذهنی، همانیدگی‌ها و دردها درخشش و ارزششان را از دست می‌دهند.

دی شوی، بینی تو اخراج بهار لیل گردی، بینی ایلاج نهار

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۲)

دی: زمستان.

لیل: شب.

ایلاج: وارد کردن، درآوردن چیزی در چیز دیگر.

نهار: روز.

اخراج: بیرون کردن.

ای انسان، اگر نسبت به من‌ذهنی زمستان شوی، یعنی برحسب همانیدگی‌ها شکوفا نشوی، در این صورت بهار حضور در تو فرا می‌رسد، فضا باز می‌شود و تو به خداوند شکوفا می‌شوی. همچنین اگر نسبت به من‌ذهنی شب شوی و بگویی نمی‌دانم، سبب‌سازی خود را بی‌عقلی بدانی و آگاه شوی که صنع زندگی در تو وجود ندارد، درنهایت برآمدن روز را می‌بینی؛ یعنی خورشید حضور از درونت طلوع می‌کند و صبح می‌دمد.

نکته: هر جا شما دیدید خاصیت بهاری و شکوفایی خودتان را در معرض نمایش می‌گذارید، باید بگویید این زمستان من است و زمستان را به صورت بهار نشان می‌دهم. درواقع شکوفایی بر اساس همانیدگی‌ها زمستان است.

کار عارف راست، کاو نه آحول است

چشم او بر کِشت‌های اوّل است

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۵۲)

آحول: لوچ، دوبین.

کار مؤثر و درست را انسان عارف، انسانی که فضا را باز کرده، به زندگی زنده شده و هیچ همانیدگی‌ای در مرکزش نیست انجام می‌دهد؛ چراکه او برحسبِ دوبینی من‌ذهنی عمل نمی‌کند، زندگی را در دیگر انسان‌ها می‌بیند و به ارتعاش درمی‌آورد. چشم او فقط به کشت اول، یعنی به بی‌نهایت و ابدیت خداوند است که به صورت آلت در ما کاشته شده‌است.

آن یکی آمد زمین را می شکافت ابلهی فریاد کرد و برنتافت

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۳۴۱)

شخصی آمد و مشغول کندن زمین شد. انسان احمقی همین که دید او دارد زمین را زیر و رو می کند، نتوانست تحمل کند و فریاد زد. [شخصی که زمین را شخم می زند مولانا است که با ابیاتش ذهن های ما را شخم می زند. ما با خواندن و تکرار ابیات او می توانیم همانندگی ها و کشت های ثانویه را که علف های هرز هستند شناسایی کنیم، از ریشه در بیاوریم و سنگ و کلوخ ها را جمع کنیم تا زمین ذهن ما صاف و نرم و آماده کاشت تخم جدید شود اما من ذهنی ابله ما تاب و تحمل ندارد و می خواهد ناموس، پندار کمال و باورهای همانیده اش را حفظ کند.]

[ادامه در بیت بعد]

کاین زمین را از چه ویران می کنی می شکافی و پریشان می کنی؟

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۳۴۲)

برای چه داری زمین به این زیبایی را می شکافی و آن را ویران و پریشان می کنی؟ مگر این زمین چه مشکلی دارد، دلیل این کارت چیست؟

نکته: کشت های ثانویه، همانندگی ها، همه انرژی زنده زندگی را می گیرند اما ما زندگی مان را روی کشت های ثانویه سرمایه گذاری کرده ایم؛ مثلاً می گوئیم این پول و مقام من است، این هیکل و دانش من است اما اگر کسی ذهنش را شخم بزند و همانندگی ها را از ریشه در آورد، در این صورت کشت ثانویه دیگر رشد نخواهد کرد و انرژی زنده زندگی آزاد خواهد شد.

گفت: ای ابله برو، بر من مَران تو عمارت از خرابی بازدان

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۳۴۳)

بر من مَران: با من مخالفت مکن، عکس «با من بران» که به معنی «با من همراهی و موافقت کن» است.

آن شخص گفت: ای نادان، برو دنبال کارت و از من ایراد نگیر. تو باید فرق بین آبادانی و خرابی را تشخیص دهی. [مولانا هم می‌گوید ای من‌ذهنی ابله، برو و از من ایراد نگیر. من در حال عمارت کردن و آبادانی هستم و تو باید فرق بین آبادانی و خرابی را یاد بگیری.]

از پدر آموز ای روشن‌جبین رَبَّنَا گفتم و ظَلَمْنَا پیش از این

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۹)

جبین: پیشانی.

ظَلَمْنَا: ستم کردیم.

ای انسان که قدرت اختیار داری تا در این لحظه فضا را باز کنی، از حضرت آدم یاد بگیر که با فضاگشایی رو به خدا کرد و گفت: «خدایا ما به خودمان ستم کردیم.» پس تو هم بگو که من به خودم ستم کردم و هر بلایی را خودم سر خودم آوردم؛ از این پس لحظه‌به‌لحظه نیازمندی خود را بیان می‌کنم، مسئولیت هشیاری‌ام را بر عهده می‌گیرم، هیچ‌کس از جمله خودم را ملامت نمی‌کنم بلکه فضا را باز می‌کنم و به مولانا گوش می‌دهم.

نکته: روشن‌جبین یعنی کسی که اختیار دارد و فضا را باز می‌کند. درست مثل پزشک و دندان‌پزشک‌ها که چراغی را به پیشانی خود می‌زنند تا خوب ببینند. در واقع ما همه روشن‌جبین هستیم یعنی فوراً می‌توانیم از اختیار و قدرت انتخاب خودمان استفاده کنیم و فضا را باز کنیم.

(قرآن کریم، سوره اعراف (۷)، آیه ۲۳)

«قَالَ رَبَّنَا ظَلَمْنَا أَنْفُسَنَا وَإِنْ لَمْ تَغْفِرْ لَنَا وَتَرْحَمْنَا لَنَكُونَنَّ مِنَ الْخَاسِرِينَ.»

«گفتند: ای پروردگار ما، به خود ستم کردیم و اگر ما را نیامرزی و بر ما رحمت نیاوری از زیان‌دیدگان خواهیم بود.»

توضیح آیه:

هر کسی که با انتخاب خودش آن چیزی را که ذهنش نشان می‌دهد به مرکزش می‌آورد به خودش ستم می‌کند، برای این که می‌تواند با فضاگشایی عدم را به مرکزش بیاورد و آن چیز ذهنی را بازی بداند. در واقع او از قدرت اختیار خود استفاده نمی‌کند، جبری می‌شود و می‌گوید من مجبورم به ذهن بروم.

نه بهانه کرد و نه تزویر ساخت

نه لَوایِ مکر و حیلَت بر فراخت

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۹۰)

لوا: پرچم.

حضرت آدم بهانه‌جویی و ریاکاری نکرد و پرچم حيله و نیرنگ را برنیفراشت. در واقع او تمام توجهش را روی خودش گذاشت، مسئولیت هشیاری‌اش را پذیرفت، ذهنش را به مرکزش نیاورد و برحسب همانیدگی‌ها و من‌ذهنی‌نیندیشید.

نکته ۱: شما به بهانه‌سازی من‌ذهنی خودتان نگاه کنید. بهانه‌سازی من‌ذهنی شما قسمت عمده‌ای از مانع‌سازی ذهنی شماست که به وسیله سبب‌سازی در ذهن ایجاد می‌شود.

نکته ۲: شما بهانه می‌سازید که فضاگشایی نکنید، خشمگین شوید، ناله و شکایت کنید و در این لحظه مرکزتان را عدم نکنید. بهانه یک سبب ذهنی‌ست که شما عنوان می‌کنید و می‌گویید به این دلیل من باید در ذهنم باشم، مقاومت کنم، خشمگین شوم، حمله کنم، نگران باشم و تأسف بخورم.

نکته ۳: هیچ سببی قابل‌قبول نیست که در این لحظه شما فضا را باز نکنید. شما نمی‌توانید بگویید خداوند، قضا و قدر من را به این روز انداخته و من اختیار و قدرت ندارم، از این وضع نمی‌توانم خارج شوم و اجباراً باید این‌طوری زندگی کنم. در واقع این همان بحث سبب‌سازی ذهنی و بهانه‌سازی است.

نکته ۴: شما رَبَّنَا نمی‌گویید. اگر رَبَّنَا بگویید فضا را باز می‌کنید، متوجه می‌شوید که قضا و قدر و حکم خداوند که انبساط است، راه جلوی پای شما می‌گذارد. در واقع شما به صنع و شادی بی‌سبب و طرب ذاتی‌تان مجهز هستید، با فضاگشایی این را می‌بینید و تجربه می‌کنید؛ بنابراین همین کار را انجام دهید و فضا را باز کنید.

باز آن ابلیس بحث آغاز کرد

که بَدَم من سُرخ‌رو، کردیم زرد

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۹۱)

ابلیس دوباره با سبب‌سازی شروع به بحث و جدل با خدا کرد و به جای فضاگشایی و صنع به گفت‌وگوی درونی خود ادامه داد و به خدا گفت من سرخ‌رو و سالم بودم، تو مرا مریض کردی. [ما هم در من ذهنی مانند ابلیس مسئولیت هشیاری خود را به عهده نمی‌گیریم و به خاطر از دست دادن سلامتی و وضعیت‌های خراب زندگی خودمان، به خدا شکایت می‌کنیم و او را مقصر دردهایمان می‌دانیم].

نکته ۱: تمام گفت‌وگوی درونی ما که دائماً با خودمان حرف می‌زنیم و بحث می‌کنیم، شیطانی‌ست، شیطان را به معرض نمایش می‌گذاریم. در حالی که با فضاگشایی می‌توانیم به صنع، شادی بی‌سبب، طرب، حس امنیت، خرد و هزار چیز دیگر دست پیدا کنیم.

نکته ۲: اگر جسم را در مرکزمان بگذاریم به خودمان ستم کرده و جزایش را هم می‌بینیم. این‌طور نیست که خداوند بگوید حالا این دفعه که مرکزت جسم است اِشکالی ندارد، نه. به اندازه‌ای که مرکزمان را جسم می‌کنیم، جزایش را هم می‌بینیم، برای این‌که دچار جَفَّ الْقَلَمِ هستیم، قلم خداوند می‌نویسد. هر که وفا کند خوب می‌نویسد، هر که جفا کند بد می‌نویسد و هر که ستیزه کند زندگی‌اش خراب می‌شود.

نکته ۳: ما خاموش نمی‌شویم. او می‌گوید تو از جنس گوش هستی و من از جنس زبان، بنابراین من باید حرف بزنم. ما می‌گوییم نه، تو از جنس گوش هستی و ما از جنس زبان هستیم.

رنگِ رنگِ توست، صَبَاغِ تویی

اصلِ جُرْم و آفت و داغِ تویی

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۹۲)

صَبَاغ: رنگ‌رز.

[ابلیس به خداوند و ما هم به زندگی می‌گوییم:] رنگ من همان رنگی است که تو به من زدی زیرا رنگ‌رز من تویی و دلیل اصلی گناهان، دردها و آفت‌هایی که به جانم افتاده، تو هستی. [به بیان دیگر هشیاری ما، در اثر همانیده شدن با چیزهای مختلف، رنگی شده و دیگر مرکزمان عدم نیست. ما در من ذهنی فکر می‌کنیم خداوند ما را به صورت‌های مختلف، همانیده کرده و به ما درد داده‌است. درواقع خدا را ریشه اصلی تمام گناهان و دردهای خود می‌دانیم].

نکته: آیا واقعاً ریشه گناه، همانیدگی‌های ما، ضرری که به ما خورده و دردهای ما خداوند است؟ اصل جرم ما گذاشتن چیزها در مرکزمان است. اصل جرم ما خداوند نیست، محرومیت خودمان از لطف خداوند است، او رحمت اندر رحمت است و هر لحظه دنبال بهانه می‌گردد تا به ما کمک کند.

هین بخوان: رَبِّ بِمَا أَغْوَيْتَنِي

تا نگردی جبری و کژ کم تنی

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۹۳)

آگاه باش و همواره این آیه را بخوان که ابلیس به خداوند گفت: «حال که مرا گمراه ساخته‌ای، من هم انسان‌ها را از راه راست تو منحرف می‌کنم.» تا تو با آگاه شدن از این حقیقت در جبر من ذهنی گرفتار نشوی، چیزهای ذهنی را به مرکزت نیاوری و با دید من ذهنی فکر و عمل نکنی.

نکته: هرگونه فضا بندی و انقباض به خاطر مرادهای این جهانی که ذهن خشمگین می‌شود و فضا بسته می‌شود، شیطانی‌ست.

(قرآن کریم، سوره اعراف (۷)، آیه ۱۶)

«قَالَ فِيمَا أَغْوَيْتَنِي لَأَقْعُدَنَّ لَهُمْ صِرَاطَكَ الْمُسْتَقِيمَ.»

«گفت: حال که مرا گمراه ساخته‌ای، من هم ایشان را از راه راست تو منحرف می‌کنم.»

[ما به‌عنوان من ذهنی هم خودمان را گمراه می‌کنیم و هم به هر کسی که می‌رسیم او را به واکنش درمی‌آوریم.]

بر درختِ جبرِ تا کی برجھی

اختیارِ خویش را یک‌سو نهی؟

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۹۴)

ای انسان، تا کی می‌خواهی از درخت جبر من ذهنی بالا بروی، بگویی که دیگران مرا به این روز انداخته‌اند، تسلیم این جبر شوی و قدرت انتخاب و اراده خود را انکار کنی و آن را نادیده بگیری؟!

همچو آن ابلیس و ذریاتِ او با خدا در جنگ و اندر گفت‌وگو

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۹۵)

ذریات: جمع ذریه به معنی فرزند، نسل.

ای انسان تو مانند ابلیس و فرزندان او که من‌های ذهنی هستند، برحسب سبب‌سازی از فکری به فکر دیگر می‌پری و با خداوند در جنگ و گفت‌وگو هستی.

نکته ۱: تمام من‌های ذهنی فرزندان شیطان هستند.

نکته ۲: گفت‌وگوی درونی ما جنگ با خداست؛ ما با خدا گفت‌وگویی نداریم، فقط یک‌طرفه است، او حرف می‌زند ما بیان می‌کنیم. ما کمان هستیم و تیراندازش خداست، ما فضا را باز می‌کنیم و او صنع می‌کند.

نکته ۳: دعا کردن ما چه معنی دارد وقتی که او همیشه برای ما دعا می‌کند؟ چرا ما با من‌ذهنی دعا می‌کنیم؟ ما چه می‌فهمیم که چه باید بخواهیم؟

نکته ۴: خداوند می‌خواهد از طریق ما صنعش را بیان کند اما ما چیزها را به مرکزمان می‌آوریم، دیدمان دید چیزها می‌شود و سبب‌سازی خودمان و حرف خودمان را می‌زنیم، این عین کفر و جنگ با خداوندست و به همین خاطر است که خداوند در زندگی ما آشفتگی می‌اندازد.

هرکه ماند از کاهلی بی شکر و صبر

او همین داند که گیرد پای جبر

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۰۶۸)

کاهلی: تنبلی.

هرکس در اثر کاهلی و تنبلی من‌ذهنی شکر مرکز عدم را و توانایی فضاگشایی را به جا نیاورد و برای باز شدن فضای درونش صبر نکند، به ناچار پای جبر را می‌گیرد، می‌گوید من نمی‌توانم تغییر کنم و مجبورم در ذهن همانیده بمانم. [درحالی‌که ما مجبور نیستیم. ما می‌توانیم این لحظه با فضاگشایی و مرکز عدم از خواب ذهن و همانیدگی‌ها بیدار شویم، به آلت اقرار کنیم و بگوییم که از جنس زندگی هستیم.]

«بیت هندسی»

نکته: هر کسی که شکر نمی‌کند، یعنی در این لحظه قدر فضاگشایی و صنّع را نمی‌داند، در نتیجه به سبب‌سازی ذهن می‌رود و از طریق فکرها‌ی پی‌درپی همانیده دنبال چاره می‌گردد.

هرکه جبر آورد، خود رنجور کرد تا همان رنجوری‌اش در گور کرد (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۰۶۹)

رنجور: بیمار.

هرکس به این جبر من‌ذهنی متوسل شود که همواره می‌خواهد از فکری به فکر دیگر بپرد، در همانیدگی‌ها زندگی را جست‌وجو کند و گمان کند که خارج شدن از فضای ذهن به دلیل نداشتن شرایط لازم امری محال است، خودش را پریشان و بیمار می‌کند و سرانجام همان بیماری سبب هلاکت او در قبر ذهن می‌شود.

«بیت هندسی»

گفت پیغمبر که رنجوری به لاغ رنج آرد تا بمیرد چون چراغ (مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۰۷۰)

لاغ: هزل و شوخی؛ در این‌جا به معنی بددلی است.

رنجوری به لاغ: یعنی خود را بیمار نشان دادن؛ تمارض.

پیامبر فرمود: هرکس با پریدن از یک فکر همانیده به فکر همانیده دیگر خودش را به مریضی بزند و راه ذهن را در پیش بگیرد، در نهایت واقعاً مریض شده و زیر جبر من‌ذهنی قرار می‌گیرد؛ به طوری که بالاخره نور حضورش مانند چراغ خاموش می‌شود. [ما به عنوان امتداد خداوند و هشیاری حضور بیمار نیستیم، بلکه به وسیله همانیده شدن با چیزهای این‌جهانی و سبب‌سازی در ذهن خود را بیمار می‌کنیم.]

«بیت هندسی»

نکته ۱: چقدر مهم است که با آموزش و در اختیار قرار دادن دانش مولانا به کودکانمان در سنین پایین، این جبر را بشکنیم که انسان با بزرگ کردن من‌ذهنی یواش‌یواش فکر می‌کند دیگر اختیاری ندارد، مجبور است در ذهن بماند و امکان خروج از ذهن هم وجود ندارد. به آن‌ها یاد بدهیم که امکان استفاده از قدرت انتخاب و اختیار در سنین پایین ده دوازده‌سالگی برای فضاگشایی را دارند تا اتفاقات و آن چیزی را که ذهن نشان می‌دهد بازی بدانند و درک کنند دید دویی من‌ذهنی غلط است. در این صورت آن‌ها می‌توانند به زودی چراغ درست حضورشان را با این چراغ آبر که ذهن و فهمیدن است روشن کنند.

نکته ۲: آیا شما کاهل هستید یا در حرکت هستید؟ پای جبر را گرفته‌اید و بیشتر می‌گویید نمی‌توانم و امکان ندارد؟ آیا هیچ می‌گویید که من نمی‌خواهم و اگر بخوام می‌توانم و بخواهید و بتوانید؟ در واقع این جبر با ابزارهای شما را افسرده و رنجور می‌کند، بی‌حال و بی‌قدرت می‌کند و در قبر من‌ذهنی می‌اندازد. ذهن یک قبر است.

دیده‌ای کاندر نَعاسی شد پدید

کی تواند جز خیال و نیست دید؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۳۳)

نَعاس: چُرت، در این‌جا مطلقاً به معنی خواب.

چشمان انسانی که در فضای خواب‌آلود ذهن باز می‌شود، به غیر از خیال و توهمی که همگی ساخته و پرداخته من‌ذهنی‌ست، چه چیزی را می‌تواند ببیند؟ [به بیان دیگر ما در ابتدای کودکی با چیزها همان‌دیده شده و خود را به عنوان من‌ذهنی شناسایی کردیم، چون به ما یاد دادند و فهماندند که شما من‌ذهنی هستید. سپس در خواب ذهن فرورفته و چشم عدم‌بین را از دست دادیم. به این ترتیب فضای گشوده‌شده و اصل ما جای خود را به فضای توهمی ذهن داده و هر آنچه به ما نشان می‌دهد برایمان واقعی و جدی جلوه می‌کند؛ در نتیجه حقیقت وجودی ما که عدم و بی‌نهایت خداوند است، ارزش خود را برای ما از دست داده‌است.]

دیده‌ای کاو از عَدَم آمد پدید

ذاتِ هستی را همه معدوم دید

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۸۲۶)

دید من‌ذهنی که بر اساس نیستی و همانندگی‌های آفل به وجود آمده‌است، ذات هستی و خداوند را به صورت معدوم و نیستی می‌بیند. [در این بیت «عدم» کاربرد منفی دارد و به همانندگی‌ها و دیدن براساس آن‌ها اطلاق می‌شود].

«بیت هندسی»

تیترا

«قصه رُستن خَرَّوب در گوشه مسجد اقصی»

پس سلیمان دید اندر گوشه‌ای

نوگیاهی رُسته همچون خوشه‌ای

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۷۳)

سلیمان دید که در گوشه‌ای از مسجدش، گیاه جدیدی روئیده که مثل خوشه انگور است. [به بیانی دیگر سلیمان که نماد انسان است، پس از ورود به این جهان، در مسجد، در فضای بی‌نهایت درونش، گیاه جدید من‌ذهنی و همانندگی‌ها را دید که رشد کرده‌است].

نکته ۱: سلیمان شما هستید، در صورتی که فضاگشایی کنید و از جنس خداوند شوید. اگر به ذهن بروید و سبب‌سازی کنید، دیگر سلیمان نیستید.

نکته ۲: اگر شما فضاگشایی کنید، متوجه می‌شوید که در فضای لایتناهی در یک گوشه، خوشه‌ای به نام من‌ذهنی در شما رُسته‌است. بدین معنی که من‌ذهنی نسبت به فضای لایتناهی زندگی بسیار کوچک است.

دید بس نادرگیاهی سبز و تر می‌رُبود آن سبزی‌اش نور از بَصَر (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۷۴)

نادرگیاه: در این‌جا یعنی گیاه عجیب.

سلیمان دید گیاهی بسیار عجیب و غریب و نادر، سرسبز و باطراوت رویده‌است. آن گیاه به قدری زیبا و سبز بود که چشم را می‌ربود. [در حقیقت گیاه همانندگی سرسبز و باطراوت نیست بلکه خشک است. این گیاه سبزی و زیبایی‌اش را از ما می‌گیرد، اما چنان توجه ما را جذب می‌کند که شوق پیدا می‌کنیم انرژی زنده خود را به آن داده و آن را در مرکزمان قرار دهیم.]

پس سلامش کرد در حال آن حشیش او جوابش گفت و بشکفت از خوشیش (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۷۵)

حشیش: گیاه خشک، علف.

آن گیاه خشک در همان لحظه به سلیمان سلام کرد. سلیمان جواب سلام او را داد و گیاه از پاسخ سلیمان، شکفت زده گشت و از شدت خوشحالی باز شد. [وقتی انسان به عنوان امتداد خدا، جواب سلام گیاه همانندگی‌ها را می‌دهد، یعنی به آن همانندگی توجه می‌کند و آن را در مرکزش قرار می‌دهد، آن گیاه متعجب شده و خوشحال و شکوفا می‌گردد. توجه انسان سبب می‌شود، همانندگی در مرکزش ریشه بزند و رشد کند.]

نکته ۱: اگر جواب من‌ذهنی را ندهید، یعنی مقاومت نمی‌کنید، یعنی زندگی‌تان را نمی‌دهید تا خارِ ذهن رشد کند و زندگی شما را ببلعد، می‌فهمید که این گیاه خروب است.

نکته ۲: اگر انسان در سن ده دوازده‌سالگی فضا را باز کند، خروب را می‌بیند. با فضاگشایی می‌بیند که این گیاه خشک است اما وقتی فضا را می‌بندد این گیاه به نظر سبز می‌آید. وقتی سبز می‌آید ما می‌خواهیم خودنمایی کنیم خودمان را نشان بدهیم و مقایسه کنیم، خودمان برتر از آب درآییم و می‌گوییم من بهار هستم.

نکته ۳: این سبک زندگی که ما از دیگران تأیید و توجه می‌خواهیم در حالی که همه توجه و تأیید را باید از خداوند بگیریم، غلط است. ما می‌خواهیم خوشی تأیید را از دیگران بگیریم بعد می‌بینیم شادی بی‌سبب و طربی که از زندگی می‌آید اصلاً با خوشی ذهنی قابل مقایسه نیست و احتیاجی به آن نداریم. پس ما اهمیتی به آن نمی‌دهیم یعنی مقاومت نمی‌کنیم و برایش هیچ احترام و ارزشی قائل نیستیم.

گفت: نامت چیست؟ برگو بی دهان

گفت: خرّوب است، ای شاه جهان

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۷۶)

خرّوب: گیاه خرّوب که بوته‌ای بیابانی و مرتفع و خاردار است و در هر بنایی بروید آن را ویران می‌کند.

سلیمان گفت: ای گیاه نورسته، با زبان حال و از درون به من بگو که نام تو چیست؟ گیاه گفت: ای شاه جهان نام من خرّوب است. [یعنی وقتی انسان فضا را باز می‌کند و به صورت ناظر ذهنش را نگاه می‌کند، در مقام سلیمان یا شاه از من ذهنی می‌پرسد که بی دهان بگو اسمت چیست؟ یعنی به او می‌گوید در عمل خودت را معرفی کن و بگو چکاره هستی. وقتی انسان به عمل من ذهنی نگاه می‌کند، می‌بیند که در عمل مرتب چیزها را به مرکزش می‌آورد و خودش را خرّوب یا بسیار خراب‌کننده معرفی می‌کند.]

گفت: اندر تو چه خاصیت بُود؟

گفت: من رُستم، مکان ویران شود

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۷۷)

سلیمان گفت: خاصیت تو چیست؟ من ذهنی خرّوب گفت: من در هر جا که برویم آن مکان ویران می‌شود. [یعنی من ذهنی خرّوب وقتی رشد می‌کند چهار بعد انسان، جسم، فکر، هیجان و جان جسمی او را خراب می‌کند.]

من که خرّوبم، خراب منزلم

هادم بنیاد این آب و گلم

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۷۸)

هادم: ویران‌کننده، نابودکننده

من که بسیار خراب‌کننده هستم، منزلت و فضای گشوده‌شده درونت را خراب می‌کنم و هیچ چیز برایت باقی نمی‌گذارم. من ویران‌کننده بنیاد آب و گل تو هستم؛ یعنی هر چیزی را که ذهن شما از شما نشان دهد، من ذهنی آن را خراب می‌کند.

نکته: من ذهنی می‌گویم من هر چیزی را که ذهن نشان می‌دهد آن را خراب می‌کنم. فقط زورم به یک چیز نمی‌رسد آن هم آلت و خداوند است اما به محض این‌که این را در چیزی سرمایه‌گذاری کنید این را هم خراب می‌کنم.

پس سلیمان آن زمان دانست زود

که آجل آمد، سفر خواهد نمود

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۷۹)

سلیمان در همان لحظه زود فهمید که یک روزی آجلش فرامی‌رسد، خواهد مُرد و جسمش را ترک خواهد کرد. [بنابراین فرصتش برای حفظ مسجد و فضای گشوده‌شده درونش از آفات من‌ذهنی محدود است.]

نکته: من ذهنی نشان این است که شما بفهمید هر چیزی را که به‌وسیله ذهن می‌توانستید ببینید وقتی که آجل بیاید منهدم خواهد شد.

گفت: تا من هستم، این مسجد یقین

در خلل ناید ز آفات زمین

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۰)

سلیمان گفت: تا زمانی که من زنده هستم، این مسجد که نماد فضای گشوده‌شده درون و محل اتصال من با خداوند است، دچار حوادث نخواهد شد. با آمدن همانندگی‌ها و چیزهای بیرونی به مرکز خروب درست می‌شود که این آفت زمین است، من خودم را از آن حفظ خواهم کرد و نمی‌گذارم به این مسجد ضرر و آسیبی برسد.

تا که من باشم، وجود من بُود

مسجد اقصیٰ مُخلخل کی شود؟

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۱)

مُخلخل: دارای رخنه و شکاف.

تا زمانی که من زنده و در این تن هستم فضاگشایی می‌کنم، بنابراین چگونه ممکن است مسجد اقصیٰ یعنی فضای گشوده‌شده شکاف و آسیبی ببیند؟ یعنی محال است بگذارم همانندگی‌ها مثل موشی نیروی زندگی‌ام را بدزدند و مسجدم را خراب کنند.

نکته: آیا شما می‌توانید چنین تصمیمی بگیرید؟ بگویید من مثل سلیمان مأموریتم این است که با فضاگشایی و تمرکز روی خود این مسجد را تمیز نگه دارم و نگذارم خروبم آن را خراب کند. این‌که خروب‌های دیگر یعنی من‌های ذهنی دیگر نیز می‌توانند روی من اثر بگذارند به علت خروب خودم

است. بنابراین کار من این است که هر چیزی که از این خرّوب رُست آن را شخم بزنم و از ریشه دریاورم، کاری هم با دیگران ندارم.

پس که هَدَمِ مَسْجِدِ ما بی‌گمان
نَبُودَ إِلَّا بَعْدَ مَرگِ ما، بَدان
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۲)

هَدَم: ویران کردن، ویرانی

بدون شک انهدام و از بین رفتن مسجد آقصای ما که همین فضای گشوده شده است پس از مرگمان رُخ خواهد داد. این را بدان که نمی‌شود ما زنده باشیم و این مسجد را خراب کنند.

مسجد است آن دل که جسمش ساجد است
یارِ بَدِ خَرّوبِ هر جا مسجد است
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۳)

دل انسانی که جسمش در این لحظه سجده می‌کند، مسجد است؛ یعنی برحسب هشیاری جسمی فکر و عمل نمی‌کند، از سخن‌گویی ارتفاع نمی‌گیرد، به صورت یک باشنده ذهنی هیجانی بالا نمی‌آید، فضای درونش گشوده شده، هر لحظه ذهنش به مرکزش راه نمی‌یابد، تسلیم می‌شود و همواره دستورات فضای گشوده شده و زندگی را اجرا می‌کند. حال یار و همنشین بد ویران‌کننده هر مسجدی ست. بدین معنا که من ذهنی خود انسان و یا من‌های ذهنی دیگر باعث بسته شدن فضای گشوده شده درونش می‌شوند.

یارِ بَدِ چوَن رُست در تو مِهْرِ او
هین از او بگریز و کم کن گفت‌وگو
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۴)

همین‌که مهر و عشق یار بد، من‌ذهنی خودت و یا دیگران، در دل تو پدید آمد و چیزی توجه تو را جذب کرد و وارد مرکزت شد، به هوش باش و از آن فرار کن و اصلاً گفت‌وگو، بحث و استدلال نکن که به این دلایل به این چیز احتیاج دارم. بلکه با مهم ندانستن آنچه ذهن نشان می‌دهد، آن را از مرکزت خارج کن؛ زیرا این بحث درونی کار شیطان است و ما فقط حق داریم فضا را باز کنیم و دست به صنّع بزنیم.

نکته: اگر مهر یارِ بد که همان من‌ذهنی ماست به دل‌مان بیفتد که می‌افتد، یواش‌یواش من‌ذهنی بالا می‌آید، خودش را در جنبه‌های مختلف که همانیده شده مقایسه می‌کند و می‌خواهد برتر باشد. بعضی مواقع‌ها هم واقعاً برتر درمی‌آید که ما این را دوست داریم. می‌گوییم این زیبایی من، جوانی من، هیکل من و مشخصات دیگر من، من را بین مردم مشخص می‌کند. این یارِ بد است که دارد رشد می‌کند و مهرش هم در دل ماست.

برکن از بیخش، که گر سر برزند مر تو را و مسجدت را برگند

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۵)

مهرِ یارِ بد، من‌ذهنی، همانیدگی‌ها و هر چیزی را که به مرکزت راه پیدا کرده، از ریشه برکن و نگذار هیچ چیزی در مرکزت باقی بماند؛ زیرا اگر این گیاه ویرانگر در مسجد درون تو بروید، بزرگ شود و شاخ و برگ پیدا کند، هم خودت و هم مسجدت را از بنیان برمی‌اندازد. به بیان دیگر دین، ایمان، جسم و همه چیزت را خراب می‌کند.

عاشقا، خرّوبِ تو آمد کژی همچو طفلان، سویِ کژ چون می‌غژی؟

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۶)

می‌غژی: فعل مضارع از غزیدن، به معنی خزیدن بر شکم مانند حرکت خزندگان و اطفال.

ای انسان که می‌خواهی به بی‌نهایت خدا زنده شده و مجدداً هشیارانه با او یکی شوی، کژی و ناراستی، آوردن هر آنچه ذهن نشان می‌دهد به مرکز و دیدن برحسب آن‌ها، گیاهِ خرّوب و سبب ایجاد من‌ذهنی توست. چرا هر لحظه مثل کودکان ذهنت را به مرکزت می‌آوری و به سوی کژی و تخریب می‌خزی و برحسب همانیدگی‌ها و دردها می‌بینی؟

نکته ۱: آوردن چیزهای ذهنی به مرکز، همان گیاه خرّوب ماست که بسیار بسیار بسیار، خراب‌کننده است.

نکته ۲: همه انسان‌ها بالقوه عاشق هستند، اما خرّوب دارند.

خویش مُجرِمِ دان و مُجرِمِ گو، مترس تا ندزد از تو آن اُستاد، درس

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۷)

خود را گنه‌کار و مُجرِمِ بدان، یعنی بگو من مقصرم و اشتباه کردم زیرا ذهنم را به مرکزم آورده و زندگی‌ام را با خرّوب خودم خراب کردم. مترس که آبروی مصنوعی و ناموس بدلی من ذهنی‌ات کوچک شود، تا آن استاد، خداوند یا انسان زنده به زندگی مثل مولانا درسش را از تو پنهان نکند.

نکته ۱: ممکن است ما بیت‌های مولانا را بخوانیم و یک چیزهایی را به صورت ذهنی بفهمیم و حالمان خوب شود اما موضوع زنده شدن به خداوند با فهم ذهنی کار نمی‌کند. ما باید عمل کنیم، یعنی بدانیم که من ذهنی داریم. عاشق چیزهایی هستیم که در مرکزمان هستند ولی درحقیقت از جنس خدا هستیم و دوباره باید هشیارانه به او زنده شویم.

نکته ۲: ما نوکر و غلام من ذهنی خودمان هستیم، هر لحظه به او تعظیم می‌کنیم و هرچه بگویم به آن عمل می‌کنیم.

نکته ۳: بیشتر جنگ‌ها به علت ناموس بدلی من ذهنی ایجاد شده‌است.

نکته ۴: ما باید از دنده ملامت و عدم احساس مسئولیت بیرون بپریم و بدانیم خودمان با من ذهنی، زندگی خود را خراب کرده‌ایم. حالا اعتراف کن که تمام بلاهایی که سرت آمده و می‌آید تقصیر خودت است، برای این‌که فضا را باز نکردی تا از رحمت زندگی بهره‌مند شوی.

نکته ۵: اگر خرّوب بشویم، از صنع زندگی محروم می‌شویم.

چون بگویی: جاهلم، تعلیم ده

این چنین انصاف از ناموس به

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۸)

ناموس: خودبینی، تکبر.

اگر بگویی خداوندا، من نمی‌دانم، دانش من برحسب همانیدگی‌ها دانش نیست، من جاهل و نادانم به من علمت را بیاموز، این چنین اعتراف منصفانه درباره جهل من ذهنی که فقط به فکر حفظ منافع خود می‌باشد، از حیثیت بدلی من ذهنی بهتر است.

نکته: واقعاً هم ما نمی‌دانیم، دانش مبتنی بر همانیدگی‌ها و سبب‌سازی اصلاً دانش نیست. هر وقت می‌گوییم می‌دانم خرّوب در کار است.

از پدر آموز ای روشن‌جبین رَبَّنَا گُفْتُ وَ ظَلَمْنَا پِيش از این

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۹)

جَبین: پیشانی.

ظَلَمْنَا: ستم کردیم.

ای انسان که قدرت اختیار داری تا در این لحظه فضا را باز کنی، از حضرت آدم یاد بگیر که با فضاگشایی رو به خدا کرد و گفت: «خدایا ما به خودمان ستم کردیم.» پس تو هم بگو که من به خودم ستم کردم و هر بلایی را خودم سر خودم آوردم؛ از این پس لحظه به لحظه نیازمندی خود را بیان می‌کنم، مسئولیت هشیاری‌ام را بر عهده می‌گیرم، هیچ‌کس از جمله خودم را ملامت نمی‌کنم بلکه فضا را باز می‌کنم و به مولانا گوش می‌دهم.

نکته ۱: به بیان مولانا ما نیز مانند حضرت آدم با همانیده شدن با چیزها، آوردن آن‌ها به مرکز خود و دیدن برحسب آن‌ها، با ایجاد درد و کنار گذاشتن خرد زندگی به خودمان ستم کرده‌ایم. در حالی که قرار بود تو را به مرکز خود بیاوریم و این‌چنین سر خود بلا آورده و به خودمان جفا کردیم.

نکته ۲: با فضاگشایی رَبَّنَا می‌گوییم، پیشانی‌مان روشن می‌شود و اختیار خودمان را برای نیاوردن چیزها به مرکزمان می‌بینیم.

نکته ۳: روزی ده بار هم این ابیات را بخوانیم کم است. مدام باید این ابیات را تکرار کنیم تا ببینیم آیا ما هم مثل حضرت آدم می‌توانیم اقرار کنیم که ما به خودمان ستم کردیم؟

(قرآن کریم، سوره اعراف (۷)، آیه ۲۳)

«قَالَ رَبَّنَا ظَلَمْنَا أَنْفُسَنَا وَإِن لَّمْ تَغْفِرْ لَنَا وَ تَرْحَمْنَا لَنَكُونَنَّ مِنَ الْخَاسِرِينَ.»

«گفتند: ای پروردگار ما، به خود ستم کردیم و اگر ما را نیامرزی و بر ما رحمت نیاوری از زیان‌دیدگان خواهیم بود.»

نه بهانه کرد و نه تزویر ساخت

نه لَوایِ مکر و حیلَت برفراخت

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۹۰)

لَوَا: پرچم.

حضرت آدم بهانه‌جویی و ریاکاری نکرد و پرچم حيله و نیرنگ را برنیفراشت. در واقع او تمام توجهش را روی خودش گذاشت، مسئولیت هشیاری‌اش را پذیرفت، ذهنش را به مرکزش نیاورد و برحسب همانیدگی‌ها و من‌ذهنی نیندیشید.

نکته ۱: اما ما برخلاف حضرت آدم، مدام بهانه می‌آوریم و می‌گوییم دیگران نگذاشتند ما زندگی کنیم، و همواره برحسب من‌ذهنی فکر و عمل می‌کنیم.

نکته ۲: بهانه یک سبب‌سازی ذهنی است که برای فضاگشایی نکردن، مرکز را عدم نکردن و مقاومت کردن می‌آوریم. تزویر هم فکر کردن با سبب‌سازی است که صنع و خلاقیت نیست.

باز آن ابلیس بحث آغاز کرد

که بدم من سرخرو، کردیم زرد

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۹۱)

ابلیس دوباره با سبب‌سازی شروع به بحث و جدل با خدا کرد و به‌جای فضاگشایی و صنع به‌گفت‌وگویی درونی خود ادامه داد و به خدا گفت من سرخرو و سالم بودم، تو مرا مریض کردی. [ما هم در من‌ذهنی مانند ابلیس مسئولیت هشیاری خود را به عهده نمی‌گیریم و به خاطر از دست دادن سلامتی و وضعیت‌های خراب زندگی خودمان، به خدا شکایت می‌کنیم و او را مقصر دردهایمان می‌دانیم].

نکته ۱: ما پیوسته چیزهایی را که ذهن نشان می‌دهد به مرکزمان می‌آوریم، برحسب آن‌ها فکر و عمل می‌کنیم، در نتیجه زندگی‌مان خراب می‌شود. بعد می‌گوییم ما مجبور هستیم و نمی‌توانیم زندگی خود را تغییر دهیم و چاره‌ای نداریم! درحقیقت هیچ‌کس ما را مجبور نکرده‌است این ما هستیم که خودمان را در ذهن زندانی کرده و در جبر من‌ذهنی می‌مانیم.

نکته ۲: ما در من‌ذهنی مرتب بی‌مراد می‌شویم و این باعث منقبض شدن ما می‌شود. ما باید بدانیم که خداوند هر لحظه در کار جدیدی است تا همانیدگی‌هایمان را به ما نشان دهد، ما باید در برابر آن‌ها فضاگشایی کنیم تا بتوانیم آن‌ها را شناسایی کرده و به زندگی وصل شویم.

نکته ۳: ما هم به عنوان من‌ذهنی فرزند ابلیس هستیم و دائماً به‌جای صنع و فضاگشایی یک‌گفت‌وگویی درونی داریم. هر چیزی که در سبب‌سازی می‌گوییم سر و صدای گاو زرین من‌ذهنی است و هیچ ارزشی ندارد.

رنگِ رنگِ توست، صَبَّأغم تویی اصلِ جُرْم و آفت و داغم تویی (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۹۲)

صَبَّأغم: رنگ‌رز.

[ابلیس به خداوند و ما هم به زندگی می‌گوییم:] رنگ من همان رنگی است که تو به من زدی زیرا رنگ‌رز من تویی و دلیل اصلی گناهان، دردها و آفت‌هایی که به جانم افتاده، تو هستی. [به بیان دیگر هشیاری ما، در اثر همانیده شدن با چیزهای مختلف، رنگی شده و دیگر مرکزمان عدم نیست. ما در من‌ذهنی فکر می‌کنیم خداوند ما را به صورت‌های مختلف، همانیده کرده و به ما درد داده‌است. در واقع خدا را ریشه اصلی تمام گناهان و دردهای خود می‌دانیم.]

نکته ۱: ما نباید با دیدن عیب‌ها و همانیدگی‌های خود، ناراحت شده و به بحث و جدل با خود یا دیگران پردازیم، بلکه ما باید با شعرهای مولانا روی خودمان کار کنیم و مسئولیت هشیاری خود را به عهده بگیریم. ما نباید به اشتباهات گذشته خود کاری داشته باشیم و یا تقصیر و کوتاهی خود را گردن پدر، مادر و جامعه بیندازیم و بگوییم ما مجبور هستیم که در ذهن زندگی کنیم، بلکه باید بپذیریم که با من‌ذهنی بی‌ناظر زندگی کرده‌ایم و این همه درد و تخریب به وجود آورده‌ایم.

نکته ۲: ما در من‌ذهنی، همواره برای خودمان مسئله درست می‌کنیم، ناامید می‌شویم، به خودمان و دیگران لطمه می‌زنیم، نمی‌توانیم با خانواده خود درست زندگی کنیم. ما در من‌ذهنی قدرت اختیار نداریم و مثل گیاه خرّوب، زندگی خود را نابود می‌کنیم.

هین بخوان: رَبِّ بِمَا أَغْوَيْتَنِي تا نگردي جبری و کژ کم تنی

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۹۳)

آگاه باش و همواره این آیه را بخوان که ابلیس به خداوند گفت: «حال که مرا گمراه ساخته‌ای، من هم انسان‌ها را از راه راست تو منحرف می‌کنم.» تا تو با آگاه شدن از این حقیقت در جبر من‌ذهنی گرفتار نشوی، چیزهای ذهنی را به مرکزت نیاوری و با دیدن من‌ذهنی فکر و عمل نکنی.

نکته ۱: شیطان با آوردن جسمها به مرکزمان، ما را همانیده کرده و نوکر خودش می‌سازد و از راه راست منحرف می‌کند، در نتیجه ما فضا را می‌بندیم و با دیدن از طریق عینک همانیدگی‌ها به هرکسی که می‌رسیم، او را به واکنش وامی‌داریم.

نکته ۲: با آوردن چیزها به مرکزمان کژ می‌تنیم و جبری می‌شویم. بعد می‌گوییم مجبورم که سحر دیدن برحسب چیزها را قبول کنم. با فضاگشایی از جنس آدم می‌شویم و دیگر جبری و کزبین نیستیم.

(قرآن کریم، سوره اعراف (۷)، آیه ۱۶)

«قَالَ فِيمَا أُغْوِيَنِي لِأَقْعُدَنَّ لَهُمْ صِرَاطَكَ الْمُسْتَقِيمَ.»

«گفت: حال که مرا گمراه ساخته‌ای، من هم ایشان را از راه راست تو منحرف می‌کنم.»

[ما به‌عنوان من‌ذهنی هم خودمان را گمراه می‌کنیم و هم به هر کسی که می‌رسیم او را به واکنش درمی‌آوریم.]

توضیح آیه:

ما به‌عنوان من‌ذهنی هم خودمان را گمراه می‌کنیم و هم به هر کسی که می‌رسیم، او را به واکنش درمی‌آوریم.

بر درختِ جبرِ تا کی برجهی

اختیارِ خویش را یک‌سو نهی؟

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۹۴)

ای انسان، تا کی می‌خواهی از درخت جبر من‌ذهنی بالا بروی، بگویی که دیگران مرا به این روز انداخته‌اند، تسلیم این جبر شوی و قدرت انتخاب و اراده خود را انکار کنی و آن را نادیده بگیری؟!

نکته ۱: ما در ذهن مدام در حال دلیل‌تراشی و بهانه آوردن هستیم تا از زیر بار مسئولیت دربرویم و تقصیر و کوتاهی خود را گردن دیگران بیندازیم. در امر تبدیل نیز به همین صورت عمل می‌کنیم و می‌گوییم: «من نمی‌توانم بفهمم چه عیبی دارم، وقتی منقبض می‌شوم می‌خواهم درد را ادامه دهم، نمی‌توانم فضا را باز کنم و من‌ذهنی خراب‌کارم را کنار بگذارم.» اما حقیقت این است که ما نمی‌خواهیم از جبر و کاهلی من‌ذهنی، خارج شویم و گرنه این توانایی در ما وجود دارد.

نکته ۲: باید در خودمان بازبینی کنیم که آیا ما در این لحظه از قدرت انتخاب خود استفاده می‌کنیم یا نه، تن به جبر داده، مدام ناله و شکایت می‌کنیم و می‌گوییم کاری از دستان بر نمی‌آید؟

همچو آن ابلیس و ذریاتِ او با خدا در جنگ و اندر گفت‌وگو (مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۹۵)

ذریات: جمع ذریه به معنی فرزند، نسل.

ای انسان تو مانند ابلیس و فرزندان او که من‌های ذهنی هستند، برحسب سبب‌سازی از فکری به فکر دیگر می‌پری و با خداوند در جنگ و گفت‌وگو هستی.

نکته ۱: هرکسی که ذهنش را به مرکزش آورده، برحسب آن فکر و عمل می‌کند، زیر سلطه خشم، حسادت، ناموس و اضطراب است و درد ایجاد می‌کند و همواره شهوت چیزها را دارد و با خدا در جنگ است.

نکته ۲: خدا می‌گوید من می‌خواهم به صورت صنع و طرب از تو بیان بشوم، اما ما به‌جای آن غصه، درد و ناله را بیان می‌کنیم و به این صورت با خدا می‌جنگیم. او می‌خواهد ارغوان بسازد، اما ما خار را بالا می‌آوریم.

نکته ۳: از آن‌جا که توکل نداریم از اختیارمان برای فضاگشایی در اطراف آنچه ذهن نشان می‌دهد استفاده نمی‌کنیم. اگر توکل داشتیم، فضا را باز می‌کردیم و برحسب عقل سبب‌سازی جلو نمی‌رفتیم.

ای مرغ آسمانی آمد گه پریدن
وی آهوی معانی آمد گه چریدن
ای عاشق جریده بر عاشقان گزیده
بگذر ز آفریده بنگر در آفریدن
مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۰۲۹

کارگروه
خلاصه نویسی
برنامه های گنج حضور

منابع: برنامه ۱۰۰۹ گنج حضور (استاد پرویز شهبازی)
کتاب های تفسیر مثنوی (استاد کریم زمانی)
با تشکر: کارگروه خلاصه نویسی متن برنامه های گنج حضور

پایان