

## 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

www.parvizshahbazi.com

برنامه

۱۰۰۲

گلج  
حضور

اجرا: پرویز شهبازی

تاریخ اجرا: ۱۵ / ۱ / ۱۴۰۳

خلاصه ابیات غزل برنامه ۱۰۰۲، گنج حضور، پرویز شهبازی  
متن ابیات غزل اصلی

شب قدر است جسم تو، کز او یابند دولت‌ها  
مه بدر است روح تو، کز او بشکافت ظلمت‌ها

مگر تقویم یزدانی که طالع‌ها در او باشد  
مگر دریای غفرانی کز او شویند زلّت‌ها

مگر تو لوح محفوظی که درس غیب از او گیرند  
و یا گنجینه رحمت، کز او پوشند خلعت‌ها

عجب! تو بیت معموری که طوافانش آملاک‌اند  
عجب! تو رَق منشوری، کز او نوشند شربت‌ها

و یا آن روح بی‌چونی، کز این‌ها جمله بیرونی  
که در وی سرنگون آمد تأمل‌ها و فکر‌ها

ولی برتافت بر چون‌ها مشارق‌های بی‌چونی  
بر آثار لطیف تو، غلط گشتند اُلفت‌ها

عجایب یوسفی چون مه که عکس اوست در صد چه  
از او افتاده یعقوبان به دام و جاه ملت‌ها

چو زلف خود رسن سازد، ز چه‌هاشان براندازد  
کشدشان در بر رحمت، رهاندشان ز حیرت‌ها

چو از حیرت گذر یابد، صفات آن را که دریابد  
خمش که بس شکسته شد عبارت‌ها و عبرت‌ها

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۵)

## شب قدر است جسم تو، کز او یابند دولت‌ها مه بدر است روح تو، کز او بشکافت ظلمت‌ها

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۵)

بدر: قرص کامل ماه، ماه شب چهاردهم قمری

مولانا می‌گوید شب قدر که این‌همه برای مسلمانان ارزش دارد در واقع جسم توست که از آن دولت و برکات مفید و زیبای زندگی را می‌گیرند. روح تو هم که در این جسم است با فضاگشایی تو و منطبق شدن هشیاری بر هشیاری می‌تواند مثل ماه شب چهارده تاریکی‌ها را شکافته و زندگی تو را روشن کند و در روشنایی آن، راه خودت را از لابه‌لای ظلمت همانندگی‌ها، توهم‌ها و دردها پیدا کنی و ببینی.

**نکته ۱:**

مولانا در این غزل به‌طور کلی می‌گوید که انسان برای رسیدن به مقصود آمدنش به هیچ‌کس احتیاج ندارد، چون همه‌چیز در خودش هست. در واقع مفاهیم مهمی را که بیشترشان از قرآن آمده معنی می‌کند و نشان می‌دهد که این مفاهیم یا معانی در بیرون نیستند، در وجود خودمان هستند.

**نکته ۲:**

ما چون خلاق و از جنس او هستیم، قبل از تولد، جسممان را به‌عنوان هشیاری می‌بافیم و چهار بعدش را که جسم، فکر، هیجان و جان یا زندگی هستند درست می‌کنیم و زمانی که به‌عنوان روح یا هشیاری وارد جسم می‌شویم، این یک دام است و امکان این‌که بتوانیم از آن رها شویم وجود ندارد، مگر این‌که جسم بمیرد. بعد از ورود به این جهان به چیزهایی که ذهنمان مهم می‌داند حس هویت تزریق کرده و آن‌ها را در مرکزمان قرار می‌دهیم. در واقع دوباره وارد یک دام دیگر می‌شویم. پس دو دام داریم. یکی افتادن به این جسم، دیگری ذهن همانند شده.

**نکته ۳:**

شب قدر یک شب تقویمی مثل هفدهم ماه رمضان یا بیست و یکم یا شبی و ساعاتی دیگر از آن ماه نیست که دعا کنیم و مستجاب شود. شب قدر، ورود هشیاری ازلی ابدی یعنی خداوند به جسم ماست که از ثانیه صفر یا تولد شروع می‌شود و تا هشتاد نودسالگی یا مرگ جسمی ادامه می‌یابد.

**نکته ۴:**

اگر جسم ما نباشد، ما نمی‌توانیم برکات یا هشیاری را پخش کنیم و به او زنده شویم. پس جسم به‌علاوه سه بُعد دیگر لازم است. و این‌که می‌گویند شب قدر در ماه رمضان است، به این علت ممکن است باشد که اصلاً پاک نگه داشتن جسم یعنی پرهیز.

**نکته ۵:**

وقتی همانندگی‌ها مختصر است، انسان می‌تواند از دام دوم فوراً بیرون بجهد و فقط دام اول یا هشیاری جسمی داشته باشد که با آن خیلی راحت می‌شود به وحدت مجدد با خدا رسید.

**نکته ۶:**

شما باید با خواندن اشعار مولانا و گوش کردن به این برنامه و تأمل روی خودتان و ناظر بودن بر احوالتان از دام دوم بجهد و تنها یک هشیاری جسمی داشته باشید.

**نکته ۷:**

شب قدر مانند آیه «لَوْلَاكَ» که خدا در آن می‌گوید که من کائنات یا جهان را به‌خاطر تو آفریدم مختص یک فرد خاص مانند حضرت رسول نیست و قابل تعمیم به همه انسان‌هاست، یعنی جسم همه شب قدر است که از آن برکت می‌گیرند.

(قرآن کریم، سوره دخان (۴۴)، آیه ۲-۳)

«وَالْكِتَابِ الْمُبِينِ.»

«سوگند به این کتاب روشنگر.»

«إِنَّا أَنْزَلْنَاهُ فِي لَيْلَةٍ مُبَارَكَةٍ إِنَّا كُنَّا مُنذِرِينَ.»

«ما آن را در مبارک‌شبی نازل کردیم. ما بیم‌دهنده بوده‌ایم.»

(قرآن کریم، سوره قدر (۹۷)، آیه ۱-۵)

«إِنَّا أَنْزَلْنَاهُ فِي لَيْلَةِ الْقَدْرِ.»

«ما در شب قدرش نازل کردیم.»

«وَمَا أَدْرَاكَ مَا لَيْلَةُ الْقَدْرِ.»

«و تو چه دانی که شب قدر چیست؟»

«لَيْلَةُ الْقَدْرِ خَيْرٌ مِنْ أَلْفِ شَهْرٍ.»

«شب قدر بهتر از هزار ماه است.»

«تَنْزِيلُ الْمَلَائِكَةِ وَ الرُّوحُ فِيهَا بِإِذْنِ رَبِّهِمْ مِنْ كُلِّ أَمْرٍ.»

«در آن شب فرشتگان و روح به فرمان پروردگارشان برای انجام دادن کارها نازل می‌شوند.»

«سَلَامٌ هِيَ حَتَّىٰ مَطْلَعِ الْفَجْرِ.»

«آن شب تا طلوع بامداد همه سلام و درود است.»

### توضیح آیات:

مولانا اشاره می‌کند که هر کسی یک کتاب مقدس و عالی در سینه‌اش دارد که باید خداوند آن را بخواند. برای همین همه و نه فقط یک نفر باید به مقصود زندگی برسند و به بی‌نهایت و ابدیت او زنده شوند.

مگر تقویم یزدانی که طالع‌ها در او باشد

مگر دریای غفرانی که او شویند زلّت‌ها

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۵)

غفران: آمرزش، بخشایش

زلّت: لغزش و گناه

ای انسان تو تقویم یزدان هستی یعنی همیشه در این لحظه‌ای و مرتب طلوع می‌کنی تا آفتاب درونت بالا بیاید. تو تقویم شیطان نیستی. تو دریای بخشش و غفران هستی که فضا را باز می‌کنی و زلّت‌ها یعنی گناهان، همانندگی‌ها و دردهای گذشته را به وسیله آن می‌شوئی.

نکته ۱:

«تقویم یزدان» از قرآن آمده و همان «أَحْسَنُ التَّقْوِيمِ» است، یعنی همیشه این لحظه است و گذشته ارزشی ندارد. در واقع ما همیشه در این لحظه هستیم و زندگی ما را اداره می‌کند، ولی چون من‌ذهنی داریم در گذشته و آینده افتاده‌ایم که زمان روانشناختی است.

نکته ۲:

بودن در زمان روانشناختی در واقع تقویم شیطان است. این‌که بگوییم خداوند در هشت ساعتی که من تعیین می‌کنم، به من رحمت می‌کند و در بقیه لحظات وجود ندارد، با رحمت اندر رحمت او که لحظه‌به‌لحظه است منافات دارد.

نکته ۳:

وقتی همانندگی‌ها را شناسایی می‌کنیم و می‌اندازیم، در واقع خودمان را به صورت زندگی شناسایی کرده‌ایم و آفتاب از درونمان طلوع می‌کند و این همین‌طور بهتر و بهتر می‌شود و تا قیامت ادامه دارد.



## نکته ۴:

بسته به این که مرکز ما جسم باشد یا عدم، نحسی و مبارکی در وجود خود ماست و خداوند هیچ شب یا روزی را نحس نیافریده است. هیچ لحظه‌ای نحس نیست مگر ما نحسش کنیم.

(قرآن کریم، سوره التین (۹۵)، آیه ۵-۸)

«لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ.»

«که ما آدمی را در نیکوترین و بهترین هنجار و اعتدال بیافریدیم.»

«ثُمَّ رَدَدْنَاهُ أَسْفَلَ سَافِلِينَ.»

«و سپس او را، به جهت نافرمانی، به پست‌ترین مراتب بازگردانیدیم.»

«إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ فَلَهُمْ أَجْرٌ غَيْرُ مَمْنُونٍ.»

«مگر آنان که ایمان آورده‌اند و کارهای شایسته کرده‌اند که پاداشی بی‌پایان دارند.»

«فَمَا يُكَذِّبُكَ بَعْدُ بِالذِّينِ.»

«پس چیست که با این حال تو را به تکذیب قیامت وامی‌دارد؟»

«أَلَيْسَ اللَّهُ بِأَحْكَمِ الْحَاكِمِينَ.»

«آیا خدا داورترین داوران نیست؟»

## توضیح آیات:

خداوند می‌گوید ما انسان را در بهترین و نیکوترین توازن و حالت آفریدیم، ولی او من‌ذهنی درست کرده، با چیزها همانیده شده و با قضاوت، مقاومت و سبب‌سازی از خرد زندگی دور شده و با نافرمانی به پست‌ترین مرتبه یعنی دردهای زیاد سقوط کرده است. به‌جز کسانی که فضا را باز کنند و دوباره به زندگی وصل شوند و خرد زندگی به عملشان بریزد. پس چرا فکر می‌کنی که نمی‌توانی به بی‌نهایت و ابدیت او در این لحظه زنده بشوی؟ آیا خدا بهتر از شما قضاوت نمی‌کند؟ اگر شما قضاوت نمی‌کردید و می‌گذاشتید «قضا و کُنْ فَكَان» در زندگی شما کار کند، می‌توانست این لحظه را درحالی که آست در جسمتان است، به قیامتتان در این شب قدر تبدیل کند.

## مگر تو لوح محفوظی که درس غیب از او گیرند و یا گنجینه رحمت، کز او پوشند خلعت‌ها

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۵)

لوح محفوظ: علم بی‌کرانه پروردگار، اشاره به آیه ۲۲، سوره بروج (۸۵)

ای انسان، تو لوح محفوظی، یعنی لوحی هستی که ذهن به آن دسترسی ندارد، ولی وقتی فضا را باز می‌کنی به درس غیبی که خداوند می‌دهد دسترسی داری و دیگران می‌توانند آن را از تو دریافت کنند. تو گنجینه رحمت خدا هستی که لحظه‌به‌لحظه با شناسایی و انداختن همانیدگی‌ها، یک لباس حضور از جنس حریر می‌پوشی که آن را شاه یعنی خداوند به تو می‌دهد و انسان‌های فضاگشا هم می‌توانند آن را بپوشند. [در واقع چون با خدا یکی هستی درس غیب را خودت از خودت می‌گیری و خلعت را خودت به خودت می‌بخشی.]

**نکته:**

وقتی فضا را باز می‌کنیم به صورت لوح محفوظیم که علم یا دانایی ایزدی در آن نوشته شده و با ذهن نمی‌توان آن را خواند اما با فضاگشایی می‌توان وصل شد و درس غیب را از خدا گرفت. آن موقع می‌فهمیم با صنع او که هر لحظه با قضا و کُنْ فکان به کار جدید مشغول است، چگونه خودمان را عوض کنیم. اگر بخواهیم درس غیب بگیریم از درونمان باید بگیریم و از بیرون نمی‌توان گرفت.

(قرآن کریم، سوره بروج (۸۵)، آیه ۲۰-۲۲)

«وَاللَّهُ مِنْ وَرَائِهِمْ مُحِيطٌ.»

«و خدا از همه سو بر آنها احاطه دارد.»

«بَلْ هُوَ قَرَّانٌ مَجِيدٌ.»

«بلی این قرآن مجید است.»

«فِي لَوْحٍ مَّحْفُوظٍ.»

«در لوح محفوظ.»



عجب! تو بیت معموری که طووفانش آملاک‌اند  
عجب! تو رَقّ منشوری، کز او نوشند شربت‌ها  
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۵)

بیتِ معمور: خانه‌ای درمقابل کعبه (مجازاً دلِ انسان)

طووفان: جمعِ طووف به معنی گردنده، طووف‌کننده

آملاک: جمعِ مَلک، فرشتگان

رَقّ منشور: صفحه‌ای گشاده، اشاره به آیه ۳، سوره طور (۵۲)

تو خانه‌ای هستی که خداوند آباد می‌کند و فرشتگان به دورِ آن می‌گردند. تو رَقّ منشور یا صفحه و فضای گشوده‌ای هستی که از آن شربت و شادی بی‌سبب می‌نوشند که از درونت می‌آید. [بیتِ معمور موقعی است که ما فضا را باز می‌کنیم و دلمان کعبه است و انعکاس دلِ ما در بیرون به صورت جسم آباد می‌شود و به زندگی وصل است.]

نکته ۱:

«بیتِ معمور» اصطلاح قرآنی است یعنی ما خودمان در اصل، خانه آباد شده هستیم، پس امکان این برایمان وجود دارد که مدام فضاگشایی کنیم تا خانه ما را خداوند آباد کند.

نکته ۲:

گفتن «عجب» برای این است که ما با ذهن می‌خواهیم از بیرون، درونمان را آباد کنیم، در حالی که ما خود بیتِ آباد شده هستیم و همه فرشتگان و باشندگان دورِ ما می‌گردند تا خودشان را آباد کنند. عجب از این جاست که چطور انسان خود را محتاج همه می‌داند درحالی‌که در اصل همه به او احتیاج دارند؟

نکته ۳:

ما اگر اجازه دهیم، خداوند خانه ما را آباد می‌کند و هرچه آبادتر می‌شود، فرشتگان بیشتر دورش می‌گردند تا از آنجا بتوانند قوت بگیرند و از ارتعاش ما به زندگی خودشان را بشناسند. مولانا علناً می‌گوید که هر چیزی ما در جهان می‌بینیم از جنس خداست و در آن یک فرشتگی وجود دارد. در صورتی‌که فضا را باز کنیم آن فرشتگی ما را می‌شناسد و از ما کمک می‌گیرد.

(قرآن کریم، سوره طور (۵۲)، آیه ۱-۴)

«وَ الطُّورُ.»

«قسم به کوه طور.»

« وَ كِتَابٍ مَّسْطُورٍ . »

« و قسم به کتاب نوشته شده، »

« فِي رَقٍّ مَّنْشُورٍ . »

« در صفحه‌ای گشاده. »

« وَ الْبَيْتِ الْمَعْمُورِ . »

« و قسم به بیت معمور. »

### توضیح آیات:

کوه طور به جسم انسان برمی‌گردد که آلت و امتداد خدا در آن است. کتاب نوشته شده یعنی کتابی که زندگی از طریق ما می‌خواهد بیان کند. صفحه گشاده هم همین فضای گشوده شده است. بیت معمور هم یعنی خانه انسان که وقتی به خداوند زنده می‌شود، هم جسمش آباد می‌شود هم درونش.

### و یا آن روح بی‌چونی، کز این‌ها جمله بیرونی که در وی سرنگون آمد تأمل‌ها و فکرها

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۵)

تو روح بی‌چون هستی که از همه این‌ها که گفتم و به صورت مفهوم بودند، بیرون هستی و تأمل‌ها و فکرها در شناخت تو سرنگون شده‌اند، زیرا تو با ذهن شناخته نمی‌شوی.

نکته ۱:

هر انسانی در هشیاری جسمی یا در من‌ذهنی دنبال «چون» است که من الآن چگونه‌ام، وضعم چطور است، جسم و مالم چه جوری است. هر من‌ذهنی و هر کسی که در هشیاری جسمی است «چون» است.

نکته ۲:

ما می‌پنداریم همه چیز از جمله خدا و روح را با فکر کردن می‌توانیم بشناسیم. درحالی‌که فکر ما براساس چیزهای جسمی و سبب‌سازی صورت می‌گیرد و برای شناختن خود اصلی ما یعنی «آلت» اصلاً به درد نمی‌خورد و ما را فلج می‌کند. فکر کردن فقط برای کارهای مادی و بیرونی خوب است.

نکته ۳:

وقتی فضا را باز می‌کنیم به تدریج طلوع‌های مختلف به وجود می‌آید و از مرکزمان بالا می‌آییم و متوجه می‌شویم که بی‌چونی چیست. دیگر چگونگی وضعیت‌ها یا مقدار آن‌ها حال ما را تعیین نمی‌کنند و حال

ما همیشه خوب است. دیگر نمی‌خواهیم با ذهنمان خدا یا خودمان را بشناسیم. خودمان شناسنده خودمان هستیم و خودشناسی یعنی همین.

## ولی برتافت بر چون‌ها مشارق‌های بی‌چونی بر آثار لطیف تو، غلط گشتند اُلفت‌ها

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۵)

تافت: تابید.

مَشارِق: مشرق‌ها

بی‌چون: بدون چگونگی

اُلفت: انس گرفتن، دوستی

[آن‌ها که ابیات مولانا را واقعاً با دل و جان می‌خوانند و تکرار می‌کنند و با مرکز عدم و منطبق شدن هشیاری بر هشیاری حواسشان روی خودشان است،] از مشرق‌هایشان که بی‌چون است طلوع می‌کنند و آفتاب زندگی به درونشان می‌تابد و تابشش را بر چون‌ها می‌اندازد. آن‌ها به‌عنوان امتداد خدا دارای آثار لطیف تو ای خدا می‌شوند. سپس در این فضای گشوده‌شده متوجه می‌شوند که دوستی با چیزهای ذهنی غلط است. [شاید مولانا برای این می‌گوید مشارق که به‌محض این‌که ما فضا را باز می‌کنیم آفتاب زندگی بالا می‌آید و مدام طلوع می‌کنیم.]

**نکته ۱:**

هر کسی که شعرهای مولانا را می‌خواند به درجه‌ای که به هشیاری حضور زنده شده بی‌چون است. هر موقع هشیاری و شادی بی‌سبب در ما می‌جوشد و بالا می‌آید و خوشی را از بیرون نمی‌گیریم، بی‌چون هستیم. در چنین حالتی تابش ما روی چون‌ها اثر می‌گذارد.

**نکته ۲:**

چون فضاگشایی در ابتدا سخت است، من پیشنهاد می‌کنم شما این بیت‌ها را هی تکرار کنید. هر دفعه که تکرار می‌کنید یک خرده بی‌چون می‌شوید. هر دفعه که بی‌چون می‌شوید از مشرقِ درون خودتان روحتان می‌تابد و لطیف می‌شوید. در روشنایی لطافت خودتان می‌فهمید که دوستی شما با چیزها بی‌جا و غلط است.

**نکته ۳:**

شما اگر از جنس چونی و چگونگی هستید، باید خودتان را در معرض تابش مشرق‌ها یعنی انسان‌هایی قرار بدهید که به زندگی زنده شده‌اند و این تابش را دارند تا آثار لطیفی در شما به‌وجود آید.

عجایب یوسفی چون مَه، که عکس اوست در صد چَه

از او افتاده یعقوبان به دام و جاهِ مَلَّت‌ها

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۵)

[پس از فضاگشایی و بیدار شدن متوجه می‌شویم که] یک یوسف عجیب که نامش خداوند و هشیاری است، در صدها چاه ذهن متعلق به انسان‌ها افتاده و این انسان‌ها با انعکاس نور او که یکی بیشتر نیست، درگیرند و مانند یعقوب هستند که یوسفشان در چاه است و خودشان در کلبهٔ احزان و در دامِ جاه سیستم‌های بستهٔ فکری افتاده‌اند و به آن افتخار هم می‌کنند.

**نکته ۱:**

من‌های ذهنی عاشق من‌های ذهنی می‌شوند و برای همین است که ارتباط من‌های ذهنی و دوستی‌شان یا عشقشان این‌همه دردسر به‌وجود می‌آورد. هر کسی به‌عنوان یک یعقوب در دام و جاه سیستم بستهٔ فکری خودش است که اسمش همانندگی با ذهن است.

**نکته ۲:**

ما به دام افتاده‌ایم و به آن افتخار هم می‌کنیم و نمی‌توانیم از این دام بیرون بیاییم مگر شناسایی کنیم که آلت، امتداد خداوند، به‌وسیلهٔ تشخیص غلط ما در چاه همانندگی افتاده‌است.

**نکته ۳:**

«صد» نشانهٔ کثرت و فراوانی است و معنای این‌که عکس خدا در صد چاه است، یعنی تمام انسان‌ها و من‌ذهنی آن‌ها که به آن چسبیده‌اند، نقش خدا و عکس خدا هستند.

**نکته ۴:**

تمام سیستم‌های بستهٔ فکری در دنیا نمی‌دانند توی دام هستند و حتی به دامشان افتخار می‌کنند و به‌خاطرش جاه ایجاد کرده‌اند. آن‌ها چون ناموس دارند، نمی‌توانند عقب بنشینند و مدام می‌گویند دام من بهتر از دام شماست.

## چو زلف خود رَسَن سازد، ز چَه‌هاشان براندازد کَشْدشان در بر رحمت، رهاَنْدشان ز حیرت‌ها

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۵)

رَسَن: ریسمان، کمند

وقتی خداوند با فضاگشایی بنده‌اش، از زلفِ خود طنابی بسازد، انسان‌ها به آن می‌پیچند، و او آن‌ها را از چاه همانندگی‌ها و دردها بیرون می‌آورد و کنار می‌اندازد، اما واقعاً کنار نمی‌گذارد بلکه در آغوشِ رحمت خودش می‌کشد و آن‌ها را از حیرت، گیجی، بد دیدن و گمگشتگی در فکرها رها می‌کند.

**نکته:**

همین‌که قبول کنید در دام هستید و این دام افتخاری ندارد، یک‌دفعه زلف معشوق را می‌بینید که در چاه شما آویزان است و شما را از چاه همانندگی بیرون می‌آورد و در برِ رحمتش می‌کشد. وقتی این زلف را بگیرید و بالا بیاید، به‌تدریج در آغوش رحمت او هم هستید و از حیرت و دیدن برحسب چیزها می‌رهید.

## چو از حیرت گذر یابد، صفات آن را که دریابد خمش که بس شکسته شد عبارت‌ها و عبرت‌ها

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۵)

عبارت: سخن گفتن، قیل و قال

عبرت: پند و اندرز

اگر انسان از این حیرت گذر کند، تبدیل به خدا و بی‌نهایتش می‌شود. آن‌موقع صفات آن را چه کسی می‌تواند با ذهن بفهمد؟ هیچ‌کس. پس خاموش باش که بسیاری از عبارت‌ها و یادگیری‌های ذهنی شکسته شد، زیرا این جمله‌سازی‌ها و یاد دادن‌ها و یاد گرفتن‌ها که برحسب ذهن است به ما کمک نمی‌کند.

**نکته ۱:**

اگر توجه کنیم مولانا می‌گوید «آن» و نمی‌گوید «او»، برای این‌که دیگر انسان از جنس خداوند شده‌است.

**نکته ۲:**

درست است که ما الآن با ذهن صحبت می‌کنیم، ولی این بیت‌ها را که تکرار کنیم، سبب می‌شود از مشرق جانمان نور به ما بتابد و لطیف شویم و در لطافتِ درون خودمان غلط بودن دوستی را با چیزها ببینیم.

## متن ابیات مثنوی، دیوان غزلیات و آیات برنامه شماره ۱۰۰۲

الست گفت حق و جانها بلی گفتند

برای صدقِ بلی حق ره بلا بگشاد

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۳۰)

قبل از ورود به این جهان خداوند به همه انسانها گفته است: «آیا شما از جنس من هستید؟» و همه جانها و روحها گفته اند: «بله»؛ حال برای درستی این ادعای ما و برای این که باز هم هشیارانه بگوییم که از جنس خدا هستیم، خداوند راه بلا و دردِ هشیارانه کشیدن را گشوده است.

**نکته:** «ره بلا بگشاد» دوتا معنی دارد، یکی این که شما قبول کنید که همانندگیها نباید در مرکز شما باشند، باید از منذهنی بیرون بپرید و برای این کار باید درد هشیارانه بکشید. دوم این که شما لحظه به لحظه به اتفاق این لحظه می گوئید بله، مقاومت نمی کنید و فضا را باز می کنید، درواقع این دوتا معنی هر دو یکی است، زیرا موقع فضاگشایی دچار درد هشیارانه هم می شوید.

الست گفتیم از غیب و تو بلی گفتی

چه شد بلی تو چون غیب را عیان کردیم؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۷۲۹)

ای انسان، در روز الست از تو پرسیدیم: آیا از جنس من هستی؟ و تو پاسخ دادی: بله من از جنس تو هستم. حالا که می خواهیم غیب را عیان کرده و خودمان را از طریق تو بیان کنیم، پس چه شد؟ چرا اکنون بله نمی گویی، درون ذهن رفته ای و به جنس خدایت خود اقرار نمی کنی؟

«بیت هندسی»

کِشتِ اوّلِ کامل و بُگزیده است

تخمِ ثانیِ فاسد و پوسیده است

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۵۹)

کشت اوّل که خداوند خودش را به صورت آلت در انسان کاشته، کامل، بدون اشکال و به بهترین صورت است؛ اما تخم ثانی، کشت هایی که ما به صورت همانندگی در ذهن کاشته ایم حادث و عارضی بوده و نیازهایی را به ما تحمیل کرده اند، بنابراین فاسد و پوسیده اند.

«بیت هندسی»



**نکته ۱:** یک معنی آلت است این است که وقتی شروع می‌کنیم به جدا شدن از خداوند، او بی‌نهایت و ابدیت خودش را در ما می‌کارد؛ یعنی همین‌که وارد شکم مادرمان می‌شویم و آن‌جا خودمان را می‌بافیم، او هم در حال کاشتن بی‌نهایت خودش در ما است و ما می‌خواهیم بیاییم بیرون که به بی‌نهایت او زنده شویم.

**نکته ۲:** به غیر از روح، هشیاری و امتداد خدا، هر چیزی که ما می‌سازیم حادث یعنی تازه‌ساخته شده است؛ مثل جسم، همانیدگی‌ها و من‌ذهنی ما.

### کار آن دارد که حق افراشته‌ست

### آخر آن روید که اول کاشته‌ست

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۶۱)

کاری مؤثر و معتبر است که دست زندگی آن را به‌وجود آورده‌است، یعنی انسان فضا را باز کند و زندگی از طریق فضای گشوده‌شده عمل کند. هرچقدر هم که تخم همانیدگی کاشته باشیم، عاقبت آن چیزی که از اول خدا کاشته خواهد روید که همان عدم، حضور و بی‌نهایت خداوند در ماست.

### کار عارف راست، کاو نه آحول است

### چشم او بر کشت‌های اول است

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۵۲)

آحول: لوچ، دوبین

کار مؤثر و درست را انسان عارف انجام می‌دهد، چراکه او برحسب دوبینی من‌ذهنی عمل نمی‌کند. چشم او فقط به کشت اول است، یعنی همان جنس خدائیت که به‌صورت آلت در ما کاشته شده‌است.

**نکته ۱:** همین‌که شما فضا را باز کنید عارف می‌شوید، چون مرکزتان عدم می‌شود و می‌فهمید که شما به این جهان نیامده‌اید که با چیزها همانیده شوید، آن‌ها را به مرکزتان بیاورید، برحسب آن‌ها ببینید و درد ایجاد کنید و با درد هم همانیده شوید.

**نکته ۲:** همین‌که چیزی به مرکزمان بیاید شروع به چرخیدن به دور آن کرده و شب و روز پیدا می‌کنیم، در نتیجه به بد و خوب، قضاوت و دویی می‌افتیم. اصلاً کار ما این است که بگوییم این همانیدگی زیاد می‌شود خوب است، کم می‌شود بد است.

**نکته ۳:** عارف چشمش به کشت اول است و شما هم اگر عارف باشید فضا را باز می‌کنید و کشت اول به‌صورت عدم خودش را به شما نمایان می‌کند، بنابراین دائماً چشمتان به آن است و در دیگران هم زندگی را می‌بینید نه چیزهای سطحی را که همانیدگی‌ها نشان می‌دهند مثل دردها، هیجانات و رفتارها.

شما می‌گویید این آدم از جنس زندگی‌ست، من هم زندگی می‌شوم و زندگی را در او به ارتعاش درمی‌آورم. اگر عارف نباشید و من‌ذهنی باشید، من‌ذهنی را می‌بینید و او را تحریک می‌کنید، او ناسزا می‌گوید و درد ایجاد می‌کند شما هم همین کار را می‌کنید.

### صد هزاران عقل با هم برجهند

تا به غیرِ دامِ او دامی نهند

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۶۶)

صد هزار انسان با عقل من‌ذهنی باهم تلاش می‌کنند تا دامی غیر از دام زندگی بنهند. [ما باید همیشه تسلیم شویم و به‌جای استفاده از عقل من‌ذهنی از عقل خداوند استفاده کنیم. دام خداوند دام مزد است، وقتی شما فضا را باز می‌کنید، فضای گشوده‌شده دام مزد یا دام اوست.]

### دام خود را سخت‌تر یابند و بس

کی نماید قوتی با باد، خَس؟

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۶۷)

درحقیقت در دامی سخت‌تر افتاده‌اند که دردهای بیشتری خواهند کشید. ما مانند خس و خاشاکی هستیم که هیچ قدرتی در مقابل نیروی باد زندگی نداریم.

### خویش را تسلیم کن بر دامِ مُزد

وآنکه از خود بی ز خود چیزی بدزد

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۰۲)

ای انسان، فضا را بگشا، ذهن را خاموش کن و من‌ذهنی را بیکار کن و خودت را بر این فضای گشوده‌شده که دام مزد و دام خداوند است تسلیم کن. وقتی ذهنت ساکت شد دیگر نمی‌بیند و نمی‌تواند جلوی تو را بگیرد. سپس به‌عنوان هشیاری زندگی یک همانندگی را از خودت بدزد، یعنی آن را بشناس، بکن و دور بینداز.

«بیت هندسی»

## لیک مقصودِ ازل، تسلیمِ توس ای مسلمان، بایدت تسلیمِ جُست

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۷۷)

ازل: آنچه اوّل و ابتدا نداشته باشد، ابدی، جاودانه

اما مقصود خداوند در این لحظه این است که تو فضا را باز کنی و تسلیم اراده او شوی؛ پس ای مسلمان، ای انسان تسلیم شده که باید قدرت معنوی داشته باشی، لحظه به لحظه تسلیم را جست و جو کن؛ یعنی صرف نظر از هر وضعیت و هر میزان درد و همانندگی ای که داری، اتفاق این لحظه را قبل از قضاوت و رفتن به ذهن بپذیر، زیرا این کار دوباره مرکزت را عدم می کند و بدان که آنچه ذهن این لحظه نشان می دهد، مهم تر از فضای گشوده شده و مرکز عدم و عقل خداوند نیست.

«بیت هندسی»

**نکته ۱:** ما به این جهان آمدم و مرکز خودمان را با کِشت های ثانویه جسم کردیم. الآن فضاگشایی در اطراف اتفاق این لحظه، یا نیاوردن چیز ذهنی به مرکز، یا پذیرش اتفاق این لحظه بدون قضاوت و مقاومت سبب فضاگشایی شده و باعث می شود که آن چیز دیگر به مرکزمان نیاید.

**نکته ۲:** یک معنی مقاومت این است که شما می گوئید از این چیزی که ذهنم نشان می دهد زندگی و خوشبختی می خواهم. ممکن است آن چیزی که ذهنتان نشان می دهد همسر، بچه، خانه، طلا و یا شغلتان باشد که از آن زندگی، خوشبختی و حس وجود می خواهید. درحالی که حس وجود را باید از فضای گشوده شده بگیرید، نه آن چیزی که ذهنتان نشان می دهد.

او درونِ دامِ دامی می نهد

جانِ تو نه این جهَد، نه آن جهَد

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۰۵۶)

انسان پس از ورود به این جهان به دام جسم یا دام زندگی می افتد و درون دام زندگی دام دیگری برای خودش درست می کند که همانیدن با فکرها و چیزهای این جهانی و زندگی خواستن از آنهاست. ای انسان، روح و جان تو نه می تواند از دام تن بیرون بپرد و آزاد شود، و نه از دام من ذهنی؛ مگر این تن تو بمیرد و فرصت به پایان برسد، و یا این که قبل از مرگ جسمی فضا را باز کنی و به آلت و بی نهایت خداوند زنده شوی؛ در این صورت از هر دوی این دامها می توانی بجهی.

**نکته ۱:** اگر همانیده نمی‌شدیم جسم ما که چهار بُعد دارد درد نداشت و از آدا و اصول من‌ذهنی مانند دروغ گفتن، شک داشتن، غیبت کردن، مقایسه کردن، از یکی برتر درآمدن یا زندگی خواستن از چیزها و اصلاً خود خواستن‌ها و توقع داشتن‌ها هم خلاص می‌شدیم. در این صورت دیگر زندگی را به مانع، مسئله، دشمن و کارافزایی تبدیل نمی‌کردیم و به این معنا بود که پرهیز می‌کردیم. اگر «پرهیز» را خلاصه کنیم می‌شود همین «تسلیم»؛ یعنی شما چیزی را که ذهن نشان می‌دهد هیچ موقع به مرکزتان نیاورید، و این را می‌گویند پرهیز کامل.

**نکته ۲:** اگر چیزی از ذهنمان به مرکزمان نمی‌آمد، مرکزمان عدم می‌شد و خداوند با عقل کل ما را اداره می‌کرد؛ چقدر زندگی ساده و راحت بود. از وقتی که همانیدگی‌ها به مرکز ما آمدند، هر همانیدگی یک درد ایجاد کرد و ما در فکرها و دردهایمان سرگشته و گیج شدیم.

**نکته ۳:** همانیدن بسیار خطرناک است، ما باید به‌عنوان پدر و مادر عاشق مواظب باشیم که فرزندانمان را با تعادل و توازن با چیزها همانیده کنیم. ناظر جنس منظور را تعیین می‌کند و ما دائماً باید به‌صورت عاشق به فرزندان نگاه کنیم، او را به‌صورت عشق و زندگی ببینیم تا او هم خودش را دائماً زندگی ببیند، در ضمن همانیده هم بشود و همانیدگی‌ها را رها کند و خودش را به‌صورت عشق شناسایی کند. فردیت خودش را هم بشناسد، مثلاً غذا را بردارد در دهان خودش بگذارد، بگوید من هستم و می‌دانم که من زندگی هستم.

**نکته ۴:** با این‌که آدم خیلی چیزها را می‌داند، اما باز هم می‌تواند از زیبایی‌ها لذت ببرد. مثلاً شما می‌توانید منظره‌ عالی غروب را تماشا کنید و از آن لذت ببرید، ولی می‌دانید این توهم است برای این‌که آفتاب غروب نمی‌کند. شما می‌گویید آفتاب دارد می‌رود پایین، اما می‌دانید که آفتاب نمی‌رود، زمین است که دارد می‌چرخد، این توهم است. پس درحالی‌که می‌دانید اصل چیست ولی می‌توانید از فرع هم خوشتان بیاید. ولی اگر ندانید که اصل چیست و در فرع گم شوید، خیلی ناجور می‌شود و انسان متأسفانه این‌گونه شده است.

**نکته ۵:** شما کارتان به‌عنوان فرد این است که بگویید من می‌خواهم در اطراف هر چیزی که ذهنم نشان می‌دهد فضا باز کنم، در نتیجه از جنس زندگی شوم. این تن من مثل آنتن می‌ماند، من می‌خواهم وقتی مردم من را می‌بینند به یاد زندگی بیفتند و زندگی در روشنشان ارتعاش کند. ولی اگر مجهز به من‌ذهنی باشم و به هر کسی می‌رسم من‌ذهنی او را بالا بیاورم، نه‌تنها خدمتی نمی‌کنم بلکه بدی هم می‌کنم، به‌صورت خراب حرکت کرده و همه‌چیز را خراب می‌کنم.

## خاموش، آب نکه دار همچو مشکِ دُرست ور از شکاف بریزی، بدان که معیوبی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۵۰)

خاموش باش، در این لحظه زندگی را زندگی کن، آبِ هشیاریات را حفظ کن و مانند مشکِ سالم که سوراخ نیست، اجازه نده توجه زنده زندگیات دزدیده شود و به بیرون برود. اگر از شکاف و سوراخ این مشک که همانیدگی‌های تو هستند، آب زندگیات بیرون برود و تبدیل به مسئله، مانع، دشمن، کارافزایی و درد شود، بدان که معیوب هستی.

## اوّل ای جان، دفعِ شرّ موش کن و آنکهان در جمعِ گندم جوش کن

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۰)

جوش کردن: سعی کردن زیاد

ای جان من، اول موشِ من‌ذهنی که زندگی تو را می‌دزدد و آن را تبدیل به مانع، مسئله، دشمن و درد می‌کند دفع کن، بعد از آن برو و عبادت کن؛ زیرا تا زمانی که این موش زنده است، تو حضور نداری. بنابراین عبادات تو فایده ندارد و هر لحظه زندگیات تلف می‌شود.

«بیت هندسی»

## بشنو از آخبار آن صدرِ صُدور لا صَلَوَةَ تَمَّ إِلَّا بِالْحُضُورِ

ای انسان از آن بزرگ بزرگان یعنی حضرت رسول یاد بگیر که می‌فرماید: هیچ نمازی و هیچ عبادتی بدون «حضور ناظر» یا فضاگشایی کامل و تمام نیست.

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۱)

صدرِ صُدور: بزرگ بزرگان

ای انسان، از خبرهای آن بزرگ بزرگان یعنی حضرت رسول یاد بگیر که می‌فرماید هیچ نمازی و هیچ عبادتی بدون «حضور ناظر» یا فضاگشایی، کامل و تمام نیست.

حدیث

«لا صَلَوةَ اِلَّا بِالْحُضُورِ الْقَلْبِ.»

«نماز (عبادت) بدون حضور کامل نیست.»

توضیح حدیث:

حضور موقعیست که فضا را باز کرده و تسلیم می شویم، در این صورت هشیاری از هشیاری آگاه می شود.

گر نه موشی دزد در انبار ماست

گندم اعمال چل ساله کجاست؟

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۲)

چل ساله: چهل ساله

اگر در انبار مرکز ما موش من ذهنی نیست، پس گندم عبادات و کارهای معنوی چهل ساله ما کجا رفته است؟ [چرا طی این همه سال هنوز مرکزمان از همانیدگیها و دردها پاک نشده و به بی نهایت و ابدیت خدا زنده نشده ایم؟ چرا حالمان خوب نیست و ترس و خشم داریم و در زمان مجازی هستیم؟]

**نکته:** شما از خودتان بپرسید بگویند من پنجاه سالم است پس معنویت من کو؟ من که هنوز غیبت می کنم، حواسم به خودم نیست، راجع به دیگران فکر می کنم، درد دارم و روز به روز هم درد را بیشتر می کنم، در فکرها و دردهایم گم شده ام، در زمان مجازی هستم و من ذهنی دارم. گندم و محصول من کجاست؟ من باید به بی نهایت و ابدیت خدا زنده می شدم، چطور من به منظور آمدنم نرسیدم؟

ما در این دهلیز قاضی قضا

بهر دعوی آستیم و بلی

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۷۴)

دهلیز: راهرو

ما انسانها در این راهروی ذهن که متعلق به قاضی قضا، خداوند، است به این دلیل منتظر مانده ایم تا به ادعایی که در روز آست کرده ایم، اقرار کنیم و با فضاگشایی، هشیارانه به اتفاق این لحظه «بله» بگوییم و از جنس خداوند شویم.

«بیت هندسی»



## که بلی گفتیم و آن را زامتحان فعل و قول ما شهود است و بیان

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۷۵)

ما در روز آلتست به خداوند بله گفته‌ایم و اقرار کرده‌ایم که از جنس او هستیم، اکنون در این دنیا باید برای اثبات آن، امتحان پس بدهیم به طوری که لحظه به لحظه هر فکر و عمل ما مطابق با نظم زندگی باشد و خرد زندگی در عمل و گفتار ما جاری گردد. در واقع باید عملاً فضا را باز کنیم و از جنس او شویم، نه این که من ذهنی را نگه داریم و فقط به زبان اقرار کنیم.

«بیت هندسی»

## یک زمان کار است بگزار و بتاز کارِ کوتاه را مکن بر خود دراز

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۸۱)

گزاردن: انجام دادن، ادا کردن

ای انسان، یک لحظه کار است که انتخاب کنی فضا را باز کنی و دیگر آن را نبندی، متوجه شوی از جنس آلتست و زندگی هستی و از سبب‌سازی بیرون بپری و به سوی زندگی بتازی. این کار کوتاه را که یک لحظه است، به اندازه یک عمر برای خودت دراز نکن؛ به این صورت که از ثانیه صفر که وارد شب این جهان شدی، مشغول سبب‌سازی شده و به خواب فرورفته‌ای و کار کوتاه را بر خودت دراز کرده‌ای.

«بیت هندسی»

**نکته ۱:** شما به خاطر خودتان نباید دردها را نگه دارید و نباید بگویید اگر دردم را بیندازم فلانی رویش زیاد می‌شود. شما نه از گذشته و نه از آینده نباید هیچ رنجش، خشم، کدورت، کینه، ترس، اضطراب، پشیمانی، حسادت، تنگ‌نظری و بخلی را نگه دارید؛ زیرا اگر این‌ها را نگه دارید و براساس فکرهای همانیده سبب‌سازی کنید نمی‌توانید به خدا زنده شوید.

**نکته ۲:** وقتی شما متوجه شوید که خداوند در جسم شما است و شما را نگاه می‌کند آیا محتاط نمی‌شوید و پرهیز نمی‌کنید؟ هر موقع که یک کار غلطی بکنید نمی‌ترسید؟

**نکته ۳:** خداوند می‌گوید: «من با شما هستم هر جا باشید.» معنای این جمله چیست؟ یعنی خداوند خود را به صورت خلأ در ما نفوذ داده است، ۹۹/۹۹ درصد ما خالی است. این جسمی که ما می‌بینیم در واقع یک جور توهم است، برای این که چشم و گوش ما وسایل ناقصی هستند. اگر ما را تقسیم کنند، کوچک‌ترین ذره تن ما بعضی موقع‌ها موج هست بعضی موقع‌ها ذره هست.

## در زمانه صاحبِ دامی بُود همچو ما احمق که صیدِ خود کند؟!

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۷)

آیا در این دوره و زمانه، در کائنات موجودی به حماقت ما انسان‌ها وجود دارد که خودش با همانیده شدن و آوردن چیزها به مرکز، خودش را صید کند؟!

«بیت هندسی»

## چون شکارِ خوک آمد صیدِ عام رنجِ بی‌حد، لقمه خوردنِ زو حرام

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۸)

ای انسان، شکارِ همسر، بچه، بقیهٔ مردم و هر آنچه که ذهن نشان می‌دهد تا آن را کنترل و نگهداری کند، شبیه شکارِ خوک کار بسیار سختی است. اما همان‌طور که گوشتِ خوک به‌لحاظ شرعی حرام است و قابل خوردن نیست، انسان نیز به‌عنوان من‌ذهنی نمی‌تواند از من‌ذهنی چیزی بگیرد. **نکته:** ما باید فضا را باز کنیم و از جنس زندگی شویم تا بتوانیم حتی به خواستهٔ مادی این جهانمان برسیم و از آن لذت ببریم.

## آن‌که ارزد صید را عشق است و بس لیک او کی گنجد اندر دامِ کس؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۰۹)

آن چیزی که می‌ارزد صید کنی فقط عشق است؛ اما عشق، خداوند، در دام کسی نمی‌گنجد. **نکته:** پس آن چیزی که ارزش دارد صید کنیم فقط عشق است، ولی عشق را نمی‌شود صید کرد. ما برحسب فکر دام‌هایی درست کرده‌ایم و با آن چیزها را صید می‌کنیم، زرنگ هستیم، نشان می‌کنیم و به‌دست می‌آوریم، اما عشق در دامِ من‌ذهنی نمی‌گنجد، بنابراین وحدت مجدد با خداوند هم به این ترتیب نیست که شما بگویید من زرنگ هستم، فکرم کار می‌کند و با سبب‌سازی ذهنی می‌توانم به آن برسیم.

## تو مگر آیی و صیدِ او شوی دام بگذاری، به دامِ او روی

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰)

اما اگر تو فضاگشایی کنی تا خداوند را صید کنی، یک دفعه می‌بینی که خودت صید خداوند شده‌ای. پس باید این دام ذهن و سبب‌سازی‌هایش را کنار بگذاری و با فضاگشایی به دام خداوند بروی. **نکته:** ما باید دامِ من‌ذهنی را که دائماً با سبب‌سازی می‌خواستیم خداوند، عشق و معنویت را صید کنیم دور بیندازیم و بگوییم من نمی‌خواهم کسی، چیزی یا خداوند را به دام بیندازم، بلکه می‌خواهم فضا را باز کنم و به دام او بروم.

## خویش را تسلیم کن بر دامِ مُزد وآنکه از خود بی ز خود چیزی بدزد

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۵۰۲)

ای انسان، فضا را بگشا، آنچه ذهن نشان می‌دهد را مهم ندان، ذهن را خاموش و من‌ذهنی را بیکار کن و خودت را بر این فضای گشوده‌شده که دامِ مزد است تسلیم کن. وقتی ذهنت ساکت شد دیگر نمی‌بیند و نمی‌تواند جلوی تو را بگیرد. سپس به‌عنوان هشیاریِ زندگی یک همانندگی را از خودت بدزد و آن را بینداز.

«بیت هندسی»

## دم او جان دَهَدَت رُو ز نَفَخْتُ بپذیر کار او کُنْ فیکون است نه موقوفِ علل

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۴۴)

نَفَخْتُ: دمیدم.

ای انسان، با فضاگشایی می‌دانم من‌ذهنی‌ات کنار می‌رود و خرد کل وارد وجودت می‌شود دم ایزدی در تو می‌دمد، داروی شفابخش خداوند به تو زندگی می‌دهد، وضعِ وخیمت را درست می‌کند و دردهایت را شفا می‌دهد. برو از آیه «نَفَخْتُ» یعنی «روح خود را در تو دمیدم» این مطلب را یاد بگیر. کار خداوند «قضا و کُنْ فکان» است، او می‌گوید بشو و می‌شود. ممکن کردنِ این «بشو و می‌شود»، تقلیب و تبدیل، درست شدن کارها و شفابخشی، موقوفِ عللِ ذهنی و سبب‌سازیِ ذهن تو نیست.

«بیت هندسی»

**نکته:** وقتی شما فضا را باز می‌کنید خداوند قضاوت می‌کند که چه اتفاقی برای شما به وجود بیاید و آن بهترین اتفاق است.

## پیش‌بینیان، کُنی ترکِ ادب نارِ شهوت را از آن گشتی حَطَب (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۲۲۲)

حَطَب: هیزم

ای انسان تو به‌عنوان من‌ذهنی پیش‌خداوند یا انسان‌هایی مانند مولانا که به حضور زنده شده‌اند، ادب را ترک می‌کنی، یعنی برحسب سبب‌سازی فکر کرده، حرف آن‌ها را انکار و رد می‌کنی. به همین خاطر هیزم آتش شهوت شده‌ای و شهوت چیزهایی که در مرکزت وجود دارد تو را می‌سوزاند.

**نکته ۱:** حرص، یک کیش به‌سوی بیشتر کردن چیزهایی است که فکر می‌کنیم اگر آن‌ها را به دست بیاوریم زندگی‌مان درست می‌شود. هر همانندگی یک شهوت کاذب و درد دارد و ما مثل هیزم در آتش آن می‌سوزیم.

**نکته ۲:** اگر ما پیش‌مولانا ترکِ ادب نمی‌کردیم، دائماً به برنامه گنج حضور و نوشته‌های مولانا توجه کرده و به آن‌ها عمل می‌کردیم و هر کجا که مخالف میلمان بود به حرف او گوش می‌کردیم و می‌گفتیم نمی‌دانیم.

## وآن‌که اندر وَهْم او ترکِ ادب بی‌ادب را سرنگونی داد رب

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۷۰۵)

آن کسی که با قرار دادن چیزهای ذهنی در مرکزش، دیدن از طریق آن‌ها و سبب‌سازی ذهنی در توهم من‌ذهنی باشد و چیزهای این‌جهانی را که ذهن نشان می‌دهد از فضای گشوده‌شده و خداوند مهم‌تر بداند، با این کار در مقابل خدا ترک ادب کرده‌است. خداوند چنین شخص بی‌ادبی را که با عقل من‌ذهنی‌اش زندگی می‌کند و عقل کُل را که با فضاگشایی می‌توانست به او کمک کند کنار می‌گذارد، مرتب درد ایجاد کرده و انتظار دارد زندگی براساس فکر و عمل من‌ذهنی او پیش برود، سرنگون خواهد ساخت. یعنی هر کاری می‌کند با شکست مواجه شده و به نتیجه مطلوب نمی‌رسد.

**نکته:** هشیاری جسمی دو جور است، یکی هشیاری ناهمانیده است که ممکن است با واقعیت‌های بیرون جور دربیاید و علم خیلی نزدیک به آن است. یکی هم هشیاری همانیده که وَهْم، خیال‌بافی و یک

چیز من درآورده است و به ما کمک نمی‌کند. این چیزهای من درآورده که به هیچ‌جا وصل نیست در زندگی ما خیلی زیاد است و زندگی ما را هم خراب می‌کند، بنابراین وظیفه ما است که به مولانا گوش بدهیم و آن‌ها را درست کنیم.

### مسجد است آن دل که جسمش ساجد است

#### یارِ بدِ خَرُوبِ هر جا مسجد است

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۳)

خَرُوب: بسیار ویران‌کننده

مسجد دل انسانی است که 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 مرکز راه نمی‌یابد و همواره دستورات فضای گشوده شده و زندگی را اجرا می‌کند. حال یار و همنشین بد ویران‌کننده هر مسجدی است. یعنی من ذهنی خود انسان و یا من‌های ذهنی دیگران باعث بسته شدن فضای گشوده شده درونش می‌شوند.

### که درون سینه شرح داده‌ایم

#### شرح آندر سینه‌ات بنهاده‌ایم

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۶۷)

[مولانا از زبان زندگی می‌گوید:] ای انسان ما بی‌نهایت خود را در مرکز تو قرار داده‌ایم و توانایی فضاگشایی، سکوت‌شنوی و عدم‌بینی را نیز در هشیاری‌ات نهاده‌ایم. بنابراین هر لحظه می‌توانی با استفاده از این توانایی به بی‌نهایت ما که جنس اصلی توست زنده شوی.

«بیت هندسی»

تو هنوز از خارج آن را طالبی؟

مَحَلَبی، از دیگران چون حالِبی؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۶۸)

مَحَلَب: جای دوشیدن شیر (اسم مکان) و مِحَلَب، ظرفی که در آن شیر بدوشند (اسم آلت).

حالِب: دوشنده شیر، در این جا به معنی جوینده شیر

آیا هنوز فضاگشایی و توانایی باز شدن را از بیرون طلب می‌کنی؟ تو خودت منبع شیر، خرد، شادی بی‌سبب و تولید زندگی هستی، چطور است که هنوز شیر، شادی و انرژی زنده زندگی را از بیرون و همانیدگی‌ها جست‌وجو می‌کنی؟

که اَلَمْ نَشْرَحْ نه شرح هست باز؟

چون شدی تو شرح‌جو و گدیه‌ساز؟

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۷۱)

گدیه‌ساز: تکدی‌کننده

آیا آیه «اَلَمْ نَشْرَحْ» به روشنی و آشکارا نشان‌دهنده خاصیت و توانایی فضاگشایی و باز شدن در درونت نیست؟ پس چطور انبساط را از بیرون گدایی می‌کنی و چیزها را به مرکزت می‌آوری؟

«بیت هندسی»

(قرآن کریم، سوره انشراح (۹۴)، آیه ۱)

«اَلَمْ نَشْرَحْ لَكَ صَدْرَكَ.»

«آیا سینه‌ات را برایت نگشودیم؟»

درنگر در شرح دل در اندرون

تا نیاید طعنه لا تُبْصِرُونَ

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۷۲)

پس به فضاگشایی در درونت تمرکز کن تا از طرف خداوند مورد طعنه «چشم‌نداری» قرار نگیری. نکته ۱: از ابتدای زندگی که شما به این جهان آمده و این جسم را درست کرده‌اید، در شب قدر بوده‌اید که این شب به اندازه هزار ماه است؛ یعنی روند حرکت و تکامل انسان از ابتدای خلقت تا به حال که



در این مغز و این جسم پیچیده و ساخته شده، بسیار ارزش دارد. همه چیز آماده این است که انسان به بی‌نهایت و ابدیت خداوند زنده شود اما زنده نمی‌شود، زیرا اگر می‌شد «طعنه لا تُبْصِرُونَ» از طرف خداوند برای انسان نمی‌آمد.

نکته ۲: «طعنه لا تُبْصِرُونَ» یعنی این سکون و سکوت در درون شماست و شما با فضاگشایی و نیاوردن چیزها به مرکزتان می‌توانید آن را ببینید.

نکته ۳: «طعنه لا تُبْصِرُونَ» مثل این است که خداوند به ما بگوید واقعاً شرم نمی‌کنید و خجالت نمی‌کشید که مرا با فضاگشایی نمی‌بینید؟ چرا شما از این توانایی استفاده نمی‌کنید؟ دلیلش این است که خیلی از ما اصلاً نمی‌دانیم و مولانا نخوانده‌ایم.

(قرآن کریم، سوره ذاریات (۵۱)، آیه ۲۱)

«و فِي أَنْفُسِكُمْ أَفَلَا تُبْصِرُونَ.»

«و نیز حق درون شماست. آیا نمی‌بینید؟»

(قرآن کریم، سوره واقعه (۵۶)، آیه ۸۵)

«وَ نَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْكُمْ وَلَكِنْ لَا تُبْصِرُونَ.»

«ما از شما به او (کسی که در حال مرگ است) نزدیک‌تریم ولی شما نمی‌بینید.»

## باد تند است و چراغم آبتری

### زو بگیرانم چراغ دیگری

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۱۰۸)

آبتر: ناقص و به‌دردنخور

باد زندگی تند است یعنی فرصت من در این جهان محدود است و عمرم خیلی زود و سریع تمام شده و بدنم پیر می‌شود و چهار بعدم از بین می‌رود، و این چراغ من‌ذهنی که اول آن را روشن کرده‌ام ابتر و ناقص است و فقط در مدتی که در این بدن هستم فرصت دارم، پس باید به‌وسیله این چراغ ناقص، چراغ دیگری را که چراغ حضورم است روشن کنم.

**نکته ۱:** چرا مرتب این مطلب در قرآن می‌آید که شما دیگران را به صبر و به خداوند توصیه کنید؟ برای این‌که این کار زندگی را در آن‌ها بیدار می‌کند. یعنی کار ما این است که دائماً زندگی را در خودمان بیدار نگه داریم تا این ارتعاش به دیگران هم سرایت کند.

**نکته ۲:** در شبِ قدر، شما باید چراغ حضورتان را به‌وسیله چراغ هشیاری جسمی روشن کنید، بنابراین باید سرتاسر پرهیز کنید. پرهیز اصلی عبارت از این است که چیزهای ذهنی و دردها را به مرکزتان نیاورید و از حمل کردن درد، خشمگین شدن، تندخویی، سخت‌گیری و هر چیزی که من‌ذهنی را بالا می‌آورد پرهیز کنید تا شبِ قدر را، شبِ قدر نگه دارید. امتداد خداوند در این جسم ماست، پس ما باید به جسممان احترام بگذاریم و مواظب آن باشیم.

**نکته ۳:** هشیاری جسمی صنع ندارد و آفریدگاری را کور می‌کند اما هشیاری حضور صنع دارد. پس شما فضا را باز کنید تا لحظه‌به‌لحظه از طریق هشیاری حضور به صنع یعنی آفرینش فکر جدید دست بزنید.

## حکم حق گُسترد بهر ما بساط

### که بگویند از طریق انبساط

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۶۷۰)

بساط: هر چیز گستردنی مانند فرش و سفره

خداوند به ما حکم کرده که این لحظه فقط از طریق انبساط با من ارتباط ایجاد کنید، نه انقباض؛ یعنی فضاگشایی کنید و بگویند نمی‌دانم و دانش ذهنی من ارزش ندارد.

«بیت هندسی»

حکمِ حق بر لوح می‌آید پدید

آنچنان که حکمِ غیبِ بایزید

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۹۲۴)

بایزید: عارفِ بزرگ بایزید بسطامی

حکمِ حق بر لوح و صفحهٔ سادهٔ ذهن نوشته می‌شود که همان صُنْع و آفریدگاری خداوند است. با من‌ذهنی نمی‌توانی صنع و حکمِ خداوند را در این لحظه کشف کنی. تا فضا را باز نکنی، صُنْع او نمی‌آید و کار نمی‌کند؛ آنچنان که برای بایزید می‌آمد. [بایزید یکی از عارفان معروف و مورد احترام مولانا است.]

قبض دیدی چارهٔ آن قبض کن

زان‌که سرها جمله می‌روید ز بُن

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۲)

بُن: ریشه

اگر دیدی رحمت و شادی ایزدی را تبدیل به غم می‌کنی و منقبض شده‌ای و دلت گرفته است، فضا را باز کن و منبسط شو، چارهٔ قبضت را بکن که این به دست توست؛ چراکه اگر منقبض باشی تمام بدی‌ها و زشتی‌ها از همین ریشهٔ بد می‌رویند و بالا می‌آیند و زندگی‌ات را خراب می‌کنند.

«بیت هندسی»

**نکته:** من‌ذهنی منقبض، همین خَرّوب است که خرابکاری می‌کند. هر وقت شما منقبض و خشمگین می‌شوید هزارتا حرف بد می‌زنید و چندتا چیز را خراب می‌کنید. شما می‌توانید در عرض پنج دقیقه کل روابط و دوستی‌ها را به هم بریزید.

بسط دیدی، بسطِ خود را آبِ ده

چون برآید میوه، با اصحابِ ده

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۶۳)

اما اگر فضاگشایی کردی، از شرِ قبض خلاص شده و منبسط شدی، این بسط را ادامه بده و نیروی زندگی را صرف انبساط کن؛ چراکه این بسط به تو میوه‌های خوب آرامش، شادی، عقل و آفریدگاری را می‌دهد، بنابراین تو هم آن را پخش کن و با دوستانت شریک شو.

«بیت هندسی»

**نکته:** اگر آب و نیروی زندگی را صرف انبساط کنی این کار حتماً به تو میوه می‌دهد، روابطت قشنگ‌تر می‌شود و نتیجه کارت در بیرون بهتر می‌شود و شادی و لطافت بیرون آمده از این انبساط، درون و بیرون تو را درست می‌کند.

## ننگرم کس را وگر هم بنگرم او بهانه باشد و، تو منظرَم

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۵۹)

منظر: جای نگرستن و نظر انداختن

من این لحظه به آن چیزی که ذهنم نشان می‌دهد نگاه نمی‌کنم و آن را به مرکز نمی‌آورم و اگر هم نگاه بکنم بهانه‌ای است برای فضاگشایی و آوردن خداوند به مرکز.

«بیت هندسی»

**نکته:** شما در این لحظه باید بگویید من به هیچ‌کس نگاه نمی‌کنم، بلکه با فضاگشایی فقط به خداوند نگاه می‌کنم و این سبب صنع می‌شود. اگر صنع و آفریدن نباشد، زندگی من درست نمی‌شود و اگر انقباض باشد و من فکرهای بد بیافرینم، زندگی خودم و دیگران را خراب می‌کنم.

## عاشقِ صنَعِ توأم در شُکر و صبر عاشقِ مصنوعِ کی باشم چو گبر؟

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۰)

شکر و صبر: در این‌جا کنایه از نعمت و بلا است.

گبر: کافر

صنَع: آفرینش

مصنوع: آفریده، مخلوق

خداوندا، من این لحظه در هر وضعیتی که ذهن نشان می‌دهد عاشق آفریدگاری تو هستم، چه وضعیتی که خوب باشد و باید شکر کنم، و چه وضعیتی که بد باشد و باید صبر کنم؛ من مانند کافر عاشق چیز ساخته شده نیستم.

«بیت هندسی»

## عاشقِ صنَعِ خدا بافرِ بوَد عاشقِ مصنوعِ او کافرِ بوَد

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۱)

فر: شکوه ایزدی

هر کس که عاشقِ نیروی آفریدگاری خدا است و با فضاگشایی اجازه می‌دهد که خداوند از طریقِ او ساختارهای نیک بیافریند، دارای فرّ و شکوه ایزدی بوده و عقل، خرد و برکت زندگی به فکر و عملش می‌ریزد. اما کسی که عاشقِ آفریده‌های خدا باشد کافر است، چراکه منقبض و بی‌عقل است و از طریقِ همانیده شدن با آنچه که ذهنش نشان می‌دهد، روی مرکز عدم و زندگی را می‌پوشاند.

«بیت هندسی»

**نکته:** ما یک فکر ایجاد می‌کنیم و آن را دائماً تکرار می‌کنیم، گذشته را مدام تکرار می‌کنیم، فکرهای ۲۰۰۰ سال پیش را تکرار می‌کنیم، پس صنَع ما کجاست؟ اگر خداوند به صورت آلت در جسم ماست و این شب قدر است، چرا نمی‌گذاریم او صنَع کند؟ چرا همه‌اش منقبض می‌شویم و دردها و چیزها را به مرکزمان می‌آوریم؟

## هر لحظه و هر ساعت یک شیوه نو آرَد

### شیرین‌تر و نادرتر زان شیوه پیشینش

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۲۷)

وقتی تسلیم می‌شوید و فضا را در اطراف اتفاقات می‌گشایید، خداوند لحظه‌به‌لحظه می‌خواهد با یک شیوه جدید که از صنَع و «قضا و کُن‌فکان» می‌آید شما را از همانیدگی‌ها آزاد کند و زندگی‌تان را در درون و بیرون سامان دهد. این شیوه شیرین‌تر و کمیاب‌تر از شیوه پیشین است و زندگی را برایتان آسان‌تر می‌کند.

«بیت هندسی»

**نکته:** این خیلی محدودیت و توهم است که شما بگویید در تقویم شیطان بعضی لحظات مقدس و بعضی‌ها نحس هستند. این فریب است که بگویید بعضی موقع‌ها خوب است بعضی موقع‌ها بد است، بعضی موقع‌ها دعا کنم مستجاب می‌شود بعضی موقع‌ها نمی‌شود. شما باید ببینید مرکزتان در چه وضعی است. خداوند همیشه رحمت اندر رحمت است. شما یک موقعی مرکزتان را جسم می‌کنید نحس می‌شود، یک موقع عدم می‌کنید مبارک می‌شود. این معنویت نیست که شما در بند زمان و مکان باشید

و بگوئید من باید بروم فلانجا دعا کنم تا مستجاب شود، تازه آنجا هم فقط برای همانیدگیها دعا کنید.

زین سبب فرمود: استثنا کنید

گر خدا خواهد به پیمان برزنید

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۶۳۸)

استثنا کنید: انشاءالله بگوئید، اگر خدا بخواهد بگوئید.

برای همین خداوند گفته است انشاءالله بگوئید، یعنی حواستان به خودتان باشد و عملاً با فضای گشوده شده فکر و عمل کنید تا اگر زندگی صلاح بداند و کمک کند پیمان آلت را به جای آورده و به بی نهایت و ابدیت او زنده شوید.

«بیت هندسی»

**نکته:** خیلیها دنبال به دست آوردن همانیدگیها هستند. ما می توانیم برای چیزهایی که می خواهیم هدف بگذاریم و برنامه ریزی کنیم. اگر در هر لحظه حاضر باشیم و قانون جبران را رعایت کنیم، این برنامه ریزی به آن هدف مادی که می خواهیم می رسد؛ برو برگرد ندارد. با توجه به این در هر لحظه حاضر هستیم، فضا را باز می کنیم و از صنع و خرد زندگی استفاده می کنیم تا به اولین پیمان یعنی دوباره از جنس زندگی شدن عمل کنیم.

هر زمان دل را دگر میلی دهم

هر نفس بر دل دگر داغی نهم

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۶۳۹)

[مولانا از زبان زندگی می گوید:] هر لحظه میلی متفاوت در مرکز انسان ایجاد می کنم و هر لحظه او را با چیزی جدید همانیده می کنم، سپس همانیدگی را از او گرفته، او را بی مراد می کنم و داغ آن را بر دلش می گذارم تا بداند مرکزش را باید از هر همانیدگی خالی گرداند.

«بیت هندسی»



كُلُّ أَصْبَاحٍ لَنَا شَأْنٌ جَدِيدٌ  
كُلُّ شَيْءٍ عَنَّا مَرَادِي لَا يَحِيدُ

«در هر بامداد کاری تازه داریم، و هیچ کاری از حیطة مشیت من خارج نمی‌شود.»

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۶۴۰)

[مولانا از زبان خداوند می‌گوید:] در هر لحظه در کاری تازه هستم و لحظه‌به‌لحظه کار جدید انجام می‌دهم. هیچ جنبه‌ای از زندگی انسان و هیچ کاری از حیطة نفوذ و اراده و مشیت من خارج نیست و بر همه امور و کائنات احاطه دارم. و تمام زندگی انسان‌ها را می‌دانم و می‌بینم.

«بیت هندسی»

(قرآن کریم، سوره الرحمن (۵۵)، آیه ۲۹)

«يَسْأَلُهُ مَنْ فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ كُلَّ يَوْمٍ هُوَ فِي شَأْنٍ.»

«هر کس که در آسمان‌ها و زمین است سائل درگاه اوست، و او هر لحظه در کاری جدید است.»

لَقْمَةٌ شَيْرِينَ كَمَا مِنْ زَيْتُونٍ  
لَقْمَةٌ مِنْ لَوْلَاكَ كَمَا مِنْ زَيْتُونٍ

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۱۹۸)

لقمه شیرین ذهنی که خشم و همه هیجان‌ات من ذهنی را بالا می‌آورد، مخور؛ یعنی از بیرون لقمه نخور. «لقمه از لولاک گیر» یعنی تو ای انسان، بدان که کائنات و جهان به خاطر تو آفریده شده‌است، اکنون در شب قدر هستی و باید به بی‌نهایت و ابدیت خداوند زنده بشوی. پس فضا را باز کن، بنده فضای گشوده‌شده، هشیاری و زندگی شو.

حدیث

«لَوْلَاكَ لَمَا خَلَقْتُ الْأَفْلَاكَ.»

«ای انسان اگر تو نبودی، جهان را نمی‌آفریدم.»

## رو تو قصابِ هوا شو، کبر و کین را خون بریز چند باشی خفته زیر این دو سگ؟ چالاک شو

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۱۹۸)

برو مثل قصاب، هوا و خواسته‌های نفست را با فضاگشایی و پرهیز بکش و خون کبر و کین را بریز. از زیر کبر و کین که همچون سگ هستند بیرون بیا و بلند شو. [ما به‌عنوان هشیاری و خدایت می‌توانیم بفهمیم که بنده این دو سگ کبر و کین، خشم، حسادت و هیجانات دیگر من‌ذهنی نشویم].

## پس سِری که مغزِ آن افلاک بود اندر آخر، خواجه لَولاک بود

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۹۷۴)

پس آن رازی که در مغز افلاک و پشت آفرینش جهان است، درحقیقت سرانجام انسان بوده‌است. این‌که در آخر خداوند در انسان به بی‌نهایت و ابدیت خودش زنده شود.  
**نکته:** توجه کنید، یک عده‌ای می‌گویند «خواجه لَولاک» منظور فقط حضرت رسول است. نه، این‌طور نیست. اگر این‌گونه بود که دیگر بقیه انسان‌ها باید با من‌ذهنی دنیا را ویران می‌کردند. ما نمی‌توانیم بگوییم فقط یک انسان یا بعضی انسان‌ها به خداوند زنده می‌شوند. اصلاً دین برای این آمده که ما را از من‌ذهنی به فضای یکتایی ببرد و کمک کند ما به مقصود اصلی‌مان که زنده شدن هشیارانه به بی‌نهایت و ابدیت اوست، برسیم. پس وقتی خداوند می‌گوید جهان را به‌خاطر تو آفریدم، یعنی به‌خاطر همه انسان‌ها، نه فقط یک نفر خاص.

## شبِ قدر است وصلِ او، شبِ قبر است هجرِ او شبِ قبر از شبِ قدرش کرامات و مدد بیند

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۸۲)

کرامات: جمع کرامت، به معنی بزرگی و ارجمندی، سخاوت و بخشندگی  
مدد: یاری، کمک، فریادرسی

شب قدر وصل شدن به خداوند با فضاگشایی است. این شب موقعی ارزش پیدا می‌کند که ما با فضاگشایی به آن ارزش می‌دهیم و به زندگی وصل می‌شویم اما اگر فضاگشایی نکنیم، هجر و دور شدن از او، شب قبر و شب مرگ است که به من ذهنی می‌افتیم. اگر ما در شب قبر من ذهنی مرده‌ایم، فقط با فضاگشایی و وصل او می‌توانیم کرامات و مدد ببینیم. [ما خودمان هستیم که به خودمان کمک می‌کنیم. انسان به چیزی یا کسی اصلاً و ابداً احتیاج ندارد].

## هزاران قرن می‌باید که این دولت به پیش آید

### کجا یابم دگر بارش، اگر این بار بگریزم؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۴۲۹)

اگر من به‌عنوان آلت به این جهان آمده و در این جسم افتاده‌ام، باید از این تنها فرصت خود استفاده کنم تا به بی‌نهایت و ابدیت زندگی زنده شوم. این فرصت و این دولت دیگر پیش نمی‌آید. اگر این دفعه از خداوند یا از این لحظه بگریزم، دوباره از کجا می‌توانم چنین فرصتی پیدا کنم؟ [اگر وظیفه‌ام را انجام ندهم، کوشش و حداکثر سعیم را نکنم، نفهمم که خودم این همه غم و درد درست کرده‌ام، نفهمم که هر لحظه رحمت ایزدی است، یعنی من راه‌هایی دارم برای گریز از این لحظه].

## خُنک جانی که بر بامش همی چوبک زند امشب

### شود همچون سحر خندان، عطای بی‌عدد بیند

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۸۲)

چوبک زند: پاسبانی کردن، نگهبانی کردن  
عطا: بخشش

خوشا به حال جانی که بر بام خداوند یا بالای ذهن نگهبانی می‌دهد، یعنی دائماً فضا را باز می‌کند و پاسبان و نگهبان هشیاری‌اش است تا من ذهنی خودش و من‌های ذهنی دیگر بدانند که او مسئولیت هشیاری خود را به‌عهده گرفته، در فکرهاش گم نشده و سبب‌سازی نمی‌کند؛ و در نتیجه آفتاب زندگی

از درونش درمی‌آید. چنین شخصی مثل سحر خندان می‌شود و با هر بار باز کردنِ فضا و خندیدن، بخشش‌های بی‌عدد خداوند را می‌بیند.

**نکته:** شما لحظه‌به‌لحظه بیدار باشید و نگویید که من می‌خواهم، سالی یک بار در یک شب خاصی که شب قدر است دعا می‌کنم و مستجاب می‌شود زیرا این توهم است. شما بگویید از ابتدای زندگی‌ام، از ثانیۀ صفر تا هشتاد نودسالگی که می‌میرم، باید با پرهیز و تمرکز روی خود، مرغ خودم باشم. وظیفه من این است که چراغ خودم را خودم روشن کنم و روشن نگه دارم، با کسی کاری ندارم، همیشه حواسم به خودم است و به خودم تلقین می‌کنم که من قاضی نیستم بلکه چراغ هستم، پس چراغم را روشن می‌کنم و همیشه حاضرم.

### آفتابِ معرفت را نقل نیست مشرقِ او غیرِ جان و عقل نیست (مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۴۳)

نقل: نقل مکان کردن، جابه‌جا شدن

همان‌طور که آفتاب در آسمان و بالای جَوّ زمین می‌تابد، اکنون نیز اگر ما مقاومت نکنیم و فضا را باز کنیم در درونمان آفتاب معرفت و خرد زندگی همیشه می‌تابد. اگر ما ناظر ذهنمان باشیم و یک چیز ذهنی را به مرکزمان نیاوریم، آفتاب زندگی دائماً به همانندگی‌هایمان می‌تابد. وقتی فضا را باز می‌کنیم، مشرق و محل طلوع این آفتاب به جز جان و عقل زندگی نیست، این آفتاب همیشه می‌تابد و جابه‌جا نمی‌شود. [پس این توهم که شب قدر می‌تواند یک شب خاصی باشد که تقویمی‌ست، دارد یواش‌یواش از بین می‌رود.]

### دی مُنَجِّم گفت: دیدم طالعی داری تو سَعَد گفتمش: آری ولیک از ماهِ روزافزونِ خویش (مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۴۷)

منجم دیروز به من گفت: من طالع تو را دیده‌ام که بسیار سعد و مبارک است. به او گفتم: بله، همین‌طور است اما این طالع سعد من از تأثیر ماه آسمان نیست، بلکه اثر ماه درون من است که هر لحظه با فضاگشایی بالا آمده، هر روز بر نورش اضافه می‌شود، هر روز یک همانندگی شناسایی شده و می‌افتد و من به او زنده‌تر می‌شوم.

مَه که باشد با مَه ما؟ کز جمال و طالعش  
نَحسِ اکبر، سَعَدِ اکبر گشت بر گردونِ خویش  
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۴۷)

سَعَد: خجسته، مبارک

ماه آسمان در مقایسه با ماه زندگی چه ارزشی دارد؟ ارزش حرکت ستارگان یا ماه و اثر آن در زندگی انسان‌ها چقدر است؟ وقتی زندگی به صورت ماه با فضاگشایی در درون طلوع می‌کند، نحس اکبر که من ذهنی‌ست، در حرکت و آسمان خودش تبدیل به سعد اکبر می‌شود. این انقباض، این من‌ذهنی و این هشیاری جسمی ناگهان از بین می‌رود و فضا باز می‌شود.

همچنان‌که قدرِ تن از جان بُود  
قدرِ جان از پرتوِ جانان بُود  
(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۵۳۵)

قدر و ارزش جسم به‌خاطر جان است و ارزش جان ما هم از پرتوِ جانان و انعکاس زندگی است. [اگر جانان نتابد، یعنی ما فضا را باز نکنیم، جان ما هیچ ارزشی ندارد. پس بنابراین در شب قدر باید با پرهیز مواظب باشیم که این ماه ما بتابد.]

برمکن آن پَر که نپذیرد رفو  
روی مَخراش از عزا، ای خوبرو  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۳)

ای زیبارو، هربار که با یک چیزی همانیده می‌شوی، یک مقدار از انرژی، معنویت و هشیاری حضور خود را در آن چیز و یا در یک درد سرمایه‌گذاری می‌کنی. این کار را نکن، زیرا درحقیقت با هر همانیدگی یک پَر حضور خود را می‌کنی و نمی‌توانی آن را رفو کنی. هر دفعه که همانیده می‌شوی و هر صورتی که به مرکزت می‌آید تو را به عزا می‌نشانند و روی حضور و خداگونه خود را با ناخن می‌خراشی.

**نکته:** پدر و مادرها باید توجه کنند و بدانند که فرزندشان باید با عشق بزرگ شود. اگر پَر حضور، پَر زندگی کنده شود، دیگر قابل رفو کردن نیست، درست کردنش سخت است. این موضوع در روابط هم همین‌طور است، دو نفر که می‌خواهند به هم برسند باید با حضور برسند. اگر پَر زندگی، پَر هشیاری کنده شود، جایش را کینه، رنجش و درد بگیرد، دیگر نمی‌شود درستش کرد.

## آن چنان رویی که چون شمسِ ضحاست آن چنان رُخ را خراشیدن خطاست

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۵۴)

خراشیدن روی حضور و آلت ما که مانند آفتاب تابان است خطاست؛ یعنی همانیده شدن، آوردن چیزها به مرکز، دچار غم و غصه شدن و عرصه را بر هشیاری خدایی تنگ کردن که وضعیت کنونی ما در ذهن است، اصلاً درست نیست.

(قرآن کریم، سوره شمس (۹۱)، آیه ۱)

«وَالشَّمْسِ وَضُحَاهَا.»

«سوگند به آفتاب و روشنی‌اش به هنگام چاشت.»

توضیح آیه:

طلوع زندگی در مرکز ما، در همین شب قدر و در جسم ماست.

## نفس و شیطان هر دو یک تن بوده‌اند

در دو صورت خویش را بنموده‌اند

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۳)

من‌ذهنی ما و شیطان هر دو یک چیز و از یک جنس هستند، منتها در دو صورت نمایان شده‌اند. یکی شیطان است و دیگری من‌ذهنی ماست. [یکی نیروی همانش در جهان است و یکی در مرکز ما به صورت بافتِ ذهنی‌ست.]

«بیت هندسی»

## چون فرشته و عقل کایشان یک بُدند

بهر حکمت‌هاش دو صورت شدند

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۰۵۴)

مانند فرشته و عقل که یکی هستند اما به‌خاطر حکمت‌های خداوند به دو صورت نمایان شده‌اند. [فرشته درواقع فرشتگی ماست که می‌گوید نمی‌دانم؛ همان حضور و هشیاری نظر است که وقتی فضا



گشوده می‌شود می‌فهمد که باید تابع «قضا و قدر» و یا «قضا و کُن فکان» باشد و سبب‌سازی کار نمی‌کند. عقل هم همان عقل کل و عقل خداوند است که با فرشتگی ما از یک جنس و یکی هستند.]

## بشتاب مَها که این شبِ قدر آمد به کرانه، چند خُسبی؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۷۳۹)

خُسبی: می‌خواهی

ای انسان، ای ماه، در این شب قدر بشتاب، وقت را تلف نکن، در حال تمام شدن است، فضا را باز کن. چقدر می‌خواهی در ذهن بخوابی؟

## مهمان توأم ای جان، زنهار مَخُشب امشب ای جان و دلِ مهمان، زنهار مَخُشب امشب

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۹۳)

زنهار: مبادا

ای خداوند، من می‌دانم که مهمان تو هستم، همان‌طور که مهمان چشمش به صاحب‌خانه است، چشم من هم به تو است. من می‌دانم از جنس تو هستم، من اختیار زندگی‌ام را به تو تفویض کرده‌ام، دیگر امشب در من ذهنی و در هشیاری جسمی نخواب. زود مرا به خودت زنده کن. تو جان و دل من هستی، من دیگر نیستم و تماماً تو هستی. من حالا این را فهمیده‌ام که از ثانیه صفر تا پایان عمر، یک لحظه هم نباید بخوابم.

## روی تو چو بَدَر آمد، امشب شبِ قدر آمد ای شاه همه خوبان، زنهار مَخُشب امشب

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۹۳)

وقتی فضاگشایی می‌کنم، روی تو را می‌بینم که مثل ماه شب چهارده است. امشب هم که من در جسم هستم، شب قدر است؛ یعنی از ثانیه صفر تا زمانی که من در این جسم هستم و این جسم نریخته، شب قدر من است. ای خداوند، ای پادشاه همه زیبارویان، مبادا امشب بخوابی.

**نکته:** ما به خدا می‌گوییم ن خواب؛ پس ما هم دائماً بیدار هستیم و دائماً نگهبان هشیاری و نگهبان پرهیز خودمان هستیم. چنان‌که صادق هستیم، دروغ نمی‌گوییم، غیبت نمی‌کنیم، حواسم به دیگران نیست، حواسم به شمع خودم است، مرغ خودم هستم، کسی را خبر و سنی نمی‌کنم، مسئولیت کیفیت هشیاری‌ام به دست خودم است، ملامت، حسادت و مقایسه نمی‌کنم و خشمگین نمی‌شوم؛ بنابراین چیزهای ذهنی را به مرکز نمی‌آورم و پرهیز می‌کنم. اگر دیدم درد دارم، دردهایم را شناسایی می‌کنم و با فضاگشایی و بدون قید و شرط آن‌ها را می‌اندازم، نه با ابزارهای من‌ذهنی و سبب‌سازی.

### جمله مهمانند در عالم ولیک کم کسی داند که او مهمان کیست (مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۳۲)

ولیک: ولی، اما

همه باشندگان جهان از جمله انسان، مهمان خداوند هستند، ولی فقط تعداد اندکی از انسان‌ها که فضاگشایی می‌کنند، می‌دانند که مهمان چه کسی هستند.

**نکته:** ما باید بدانیم که مهمان خداوند هستیم، مهمان این جهان نیستیم. پس باید ببینیم او چه می‌گوید و به حرفش گوش بدهیم. قرار است او پذیرایی کند پس ما نباید پذیرایی را از جهان طلب کنیم. باید ادب داشته باشیم و از خرد کل استفاده کنیم. وقتی به توهم و ملامت می‌رویم و چیزها را به‌جای او به مرکزمان می‌آوریم بی‌ادبی می‌کنیم و او مهمان بی‌ادب نمی‌خواهد.

## من توأم، تو منی ای دوست، مرو از برِ خویش خویش را غیر مینگار و مَران از دَرِ خویش (مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۵۴)

خداوندا، من تو هستم و تو هم من هستی، پس تو از برِ خودت مرو. ای خداوند، تو خودت را غیر مینگار؛ یعنی من به خودم تلقین می‌کنم که به‌عنوان جنس الست دیگر خودم را از جنس غیر و از جنس من‌ذهنی نکنم. می‌دانم اگر این کار را بکنم، از درِ تو رانده خواهم شد. [همه این عبارات معنی تسلیم می‌دهد که من با من‌ذهنی‌ام هیچ کاری نمی‌توانم بکنم، اکنون همه کارها را تو انجام می‌دهی. فهمیده‌ام که من‌ذهنی وجود ندارد، من و تو یکی هستیم و من چیزی را به مرکز نمی‌آورم که تو از پهلوی من بروی. می‌دانم تا زمانی که چیزی از ذهن به مرکز من نیاید تو نخواهی رفت، خودت را غیر نخواهی پنداشت و مرا از درِ خودت نخواهی راند.]

## چون در سرِ زلفِ یار پیچیم اندر شبِ قدر، قدر ما راست (مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۶۴)

در این شب قدر، در زمانی که هشیاری در جسم است، وقتی که با خداوند بده پستان داریم، زلف یار را گرفته‌ایم و خودمان را در آن پیچیده‌ایم، قدر و ارزش پیدا می‌کنیم؛ زیرا هشیارانه خداوند و عقل کل ما را اداره می‌کند، نه من‌ذهنی.

## سرسبز کند چو تره‌زارت تا بازخرد ز تره‌هات (مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۶۸)

تره‌زار: سبزی‌زار، در این‌جا رشد معنوی انسان در ابعاد مختلف  
تره‌ه: سخن بی‌فایده، یاوه، بیهوده

اگر فضا را باز کنی، فضای گشوده‌شده مانند سبزه‌زار تو را سرسبز می‌کند، یعنی باعث رشد معنوی تو در ابعاد مختلف می‌شود و از حرف‌های بیهوده من‌ذهنی تو را می‌خرد. [هر چیزی که من‌ذهنی می‌گوید تره‌هات و حرف‌های بی‌ارزش است.]

در آتش عشق چون خلیلی  
خوش باش که می دهد نجات  
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۶۸)

خلیل: لقب ابراهیم پیامبر

در آتش عشق وقتی فضا را باز می کنی، با او یکی می شوی و درد هشیارانه می کشی مانند خلیل آتش درد هشیارانه برایت فوراً گلستان می شود. مثلاً وقتی یک رنجشی را می بخشی زندگی ای که درون آن به تله افتاده بود آزاد می شود، تو را شاد و فضا را گسترده می کند. تو شاد و خوش باش که زندگی تو را نجات می دهد.

عقلت شب قدر دید و صد عید  
کز عشق دریده شد برات  
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۶۸)

برات: حواله، سند آزادی انسان از ذهن

عقل تو شب قدر و صد عید را دید. از طریق عشق و یکی شدن مجدد تو با خداوند نامه آزادی ات را خواندی و از ذهن و دردهایت رها شدی. [در ماه رمضان پرهیز می کنیم، آخرسر عید و ماه را می بینیم؛ یعنی می فهمی تو از جنس زندگی هستی، در درون یک حس و حالی به تو دست می دهد که متوجه می شوی دیگر از جنس من ذهنی نیستی و از جنس زندگی، خداوند و هشیاری ناظر هستی و این عید است. بنابراین وقتی عشق می آید تازه می فهمی که این من ذهنی سند آزادی تو نیست، آن قول های آزادی را که به تو می داد، اصلاً درست نبوده است. وقتی آستی شدی و دیگر به این جهان متکی نبودی، آزاد می شوی.]

خوش باش که هرکه راز داند  
داند که خوشی خوشی کشاند  
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۱۲)

ای انسان، فضا را بگشا و شادی بی سبب داشته باش، زیرا هر کس فضا را می گشاید راز زنده شدن به خداوند را می داند. راز زنده شدن به خداوند این است که وقتی فضا را باز کنی شادی بی سبب می آید و این شادی بی سبب شادی و خوشی بیشتری را جذب می کند و به سمت خود می کشاند.

**نکته:** از ابتدای زندگی جسمی مان، تا آخر که این جسم متلاشی شود شب قدر ماست و در این جا هر لحظه ما باید با صنع و آفریدگاری کار کنیم، فرق نمی کند که ذهن بد و یا خوب نشان می دهد. ولی اگر کارمان با پرهیز همراه باشد، یک جایی صبح را می بینیم و حس می کنیم غیر از هشیاری جسمی یک هشیاری دیگری در ما به وجود آمد که آن صبح ماست.

شیرین چو شکر تو باش شاکر

شاکر هر دم شکر ستاند

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۱۲)

شاکر: آن کس که شکر می کند.

شاکر باش و از ابزار فضاگشایی استفاده کن تا مانند شکر شیرین شوی. انسانی که شکر می کند لحظه به لحظه شیرینی زندگی، شادی بی سبب، عقل و حس امنیت را از زندگی می ستاند.

**نکته:** یکی از راه های کمک گرفتن شکر است. نتیجه شکر این است که شما از ابزار فضاگشایی و خرد کل استفاده کنید. اگر استفاده نکنید، این ناشکری است. ندیدن و استفاده نکردن از توانایی ها و ابزاری که ما داریم و می توانیم به وسیله آنها به خداوند وصل شویم و با خرد زندگی کار کنیم، ناشکری ست. راز این است که ما خوش باشیم، زندگی تماماً شادی ست و بدانیم که این عزا و ناراحتی هایی که من ذهنی به وجود آورده، در واقع شب قدر ما را به شب قبر تبدیل کرده است.

شب روحها واصل شود، مقصودها حاصل شود

چون روز روشن دل شود، هر کاو ز شب آگاه شد

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۲۵)

در شب جسم که شب قدر هم در آن هست، هشیاری بر هشیاری سوار می شود و مقصود اصلی که زنده شدن به بی نهایت و ابدیت خداوند است حاصل می گردد. انسان مانند روز روشن دل خواهد شد؛ یعنی هر کسی که به صورت حضور ناظر به ذهنش نگاه کند و آگاه شود که در شب است، دل او مثل روز روشن می شود.

ای روز چون حَشْری مگر؟ وی شب شبِ قدری مگر؟  
یا چون درختِ موسی‌ای؟ کاو مظهرِ الله شد  
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۲۵)

حَشْر: قیامت، رستاخیز

درختِ موسوی: اشاره به درختی است که حق تعالی بر آن تجلی کرد.

ای روز، ای فضای گشوده شده، مگر تو قیامت هستی؟ وقتی من فضا را باز می‌کنم مگر قیامت من است؟ [قیامت یعنی زنده شدن به بی‌نهایت خداوند. یعنی انسان که خداست، روی پا و روی ذات خودش قائم می‌شود.] ای تاریکی جسم، مگر تو شب قدر هستی؟ یا مانند درختِ موسی هستی که مظهر ظهور بی‌نهایت خدا شد؟ [یعنی این درخت جسم ما که چهار بعد دارد و آلت درون آن است، می‌تواند مظهر ظهور بی‌نهایت خداوند باشد. آلت و جنس خدایی ما در این تن خودش را به ما نشان می‌دهد. یک روشنایی در درون همه ما وجود دارد.]

(قرآن کریم، سوره طه (۲۰)، آیه ۱۰-۱۴)

«إِذْ رَأَىٰ نَارًا فَقَالَ لِأَهْلِهِ امْكُثُوا إِنِّي آنَسْتُ نَارًا لَّعَلِّي آتِيكُمْ مِنْهَا بِقَبَسٍ أَوْ أَجْدُ عَلَىٰ النَّارِ هُدًى.»

«آن‌گاه که آتشی دید و به خانواده خود گفت: درنگ کنید، که من از دور آتشی می‌بینم، شاید برایتان پاره‌ای از آن آتش بیاورم یا در روشنایی آن راهی بیابم.»

«فَلَمَّا آتَاهَا نُودِيَ يَا مُوسَى.»

«چون نزد آتش آمد، ندا داده شد: ای موسی،»

«إِنِّي أَنَا رَبُّكَ فَاخْلَعْ نَعْلَيْكَ إِنَّكَ بِالْوَادِ الْمُقَدَّسِ طُوًى.»

«من پروردگار تو هستم. پای‌افزارت را بیرون کن که اینک در وادی مقدس طُوًی هستی.»

«وَ أَنَا اخْتَرْتُكَ فَاسْتَمِعْ لِمَا يُوحَى.»

«و من تو را برگزیده‌ام. پس به آنچه وحی می‌شود گوش فرادار.»

«إِنِّي أَنَا اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنَا فَاعْبُدْنِي وَ أَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي.»

«خدای یکتا من هستم. هیچ خدایی جز من نیست. پس مرا بپرست و تا مرا یاد کنی نماز بگزار.»



آن شب قدری که گویند اهلِ خلوت امشب است  
یا رب، این تأثیرِ دولت در کدامین کوکب است؟  
(حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۳۱)

کوکب: ستاره

آن شبِ قدری که اهل خلوت می‌گویند، از ثانیهٔ صفر تا مرگ جسمی ست. خورشید حضور ما بالا می‌آید و تأثیر دولت از همان کوکبی است که در درون ما در حال طلوع کردن است.

موسیِ عمران نه به شب دید نور؟  
سویِ درختی که بگفتش: بیا  
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۸)

مگر نه این‌که حضرت موسی در شبِ جسم و بین ثانیهٔ صفر تا مردن، نور خدا را دیده‌است؟ این نور هم در درخت جسم خودش و در درون خودش بوده‌است. درختی که به او گفت: تو از جنس هشیاری و از جنس خدا هستی، این من ذهنی را رها کن و به سوی من بیا.

رفت به شب بیش ز ده‌ساله راه  
دید درختی همه غرقِ ضیا  
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۸)

ضیا: روشنایی، نور

موسی در همین شبِ جسمِ راهی را پیمود که بیش از ده سال یعنی مدت بسیار زیادی برای تکامل هشیاری طی کرده بود. درحالی‌که هشیاری او همچنان در جسم قرار داشت، در یک لحظه به خداوند زنده شد. سپس متوجه شد درخت وجودش غرق نور زندگی شده‌است.

نی که به شب، احمد معراج رفت  
بُرد بُراقیش به سوی سما؟  
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۸)

بُراق: اسب تندرو، مرکب هشیاری، مَرکَبی که پیامبر در شب معراج بر آن سوار شد.

نه این‌که حضرت رسول در شبِ جسم به معراج رفت و بُراق و مَرکَبش او را به سوی آسمان درون برد؟ یعنی هشیاری بر هشیاری سوار شد و به بی‌نهایت و ابدیت خداوند تبدیل گشت. [معراج این

نیست که حضرت رسول به آسمان‌ها رفته‌است. معراج یک تبدیل و تحول درونی‌ست و برای شما هم می‌تواند اتفاق بیفتد.]

امشب شبِ قَدْر آمد، خاموش شو و خدمت کن

تا هر دلِ اَللّٰهِي زَاللّٰه وَتَلّٰهِي يابَد

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۹۹)

وَلّٰه: سرگردانی از عشق، حیرانی، افراطِ وَجْد

ای انسان، این لحظه که هشیاری در جسم توست شب قدر تو است؛ یعنی در همین لحظه می‌توانی به خدا زنده شوی. پس ذهنت را خاموش کن و شروع کن به کار کردن و خدمت به خودت؛ فضاگشایی کن که همین از جنس زندگی شدن خدمت به خود و دیگران است تا هر دلی که از جنس خدا و فضاگشاست یا نزدیک به فضاگشایی‌ست از فرط حیرانی، عشق و شور زندگی بیابد.

درونِ ظلمتی می‌جو صفاتش

که باشد نور و ظلمت محوِ ذاتش

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۳۳)

ای انسان، به عنوان هشیاری درون ظلمت جسم بیا صفات خداوند را بجو. اگر فضاگشایی کنی، آن نور و ظلمتی که ذهن نشان می‌دهد محو ذات خداوند می‌شود. [این‌جا من‌ذهنی مرتب مزاحم است؛ زیرا یک چیزی را نور نشان می‌دهد و یک چیزی را ظلمت. شما نباید با دید من‌ذهنی ببینید.]

در آن ظلمت رسی در آب حیوان

نه در هر ظلمت است آب حیاتش

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۳۳)

وقتی فضاگشایی می‌کنی نمی‌دانی زندگی چه چیزی را می‌خواهد پیش پای تو بگذارد، در این ظلمتِ «ندانستن» است که تو به آب حیوان می‌رسی. آب حیات در ظلمت من‌ذهنی نیست.

## بسی دل‌ها رسد آنجا چو برقی ولی مشکل بُود آنجا ثباتش

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۳۳)

خیلی از دل‌ها مانند برق به آنجا می‌رسند ولی ثبات و پایداری در فضای یکتایی دشوار می‌شود. [گاهی یک لحظه ما به خداوند زنده و به او وصل می‌شویم ولی من‌ذهنی آن را می‌زند و می‌برد. برای این‌که ما ظلمت فضای گشوده‌شده را انتخاب نکرده و توکل نمی‌کنیم. شما باید فضا را باز کنید، باز کنید، باز کنید، اگر هم نمی‌دانید چه می‌شود، باید همین‌طور جلو بروید. نمی‌دانید یعنی با من‌ذهنی نخواهید که بدانید.]

## شب قدر است او، دریا ب او را امان یابی چو برخوانی براتش

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۳۳)

افتادن هشیاری در این جسم، شب قدر است. در این شب قدر، من‌ذهنی را درنیاب، خداوند را با فضاگشایی دریاب که این فضای گشوده‌شده و استفاده از خرد و امنیت زندگی سند آزادی واقعی‌ست. اگر براتش را از این فضای گشوده‌شده بخوانی، امنیت پیدا می‌کنی.

## هر کجا دردی، دوا آنجا رَوَد هر کجا پستی‌ست، آب آنجا دَوَد

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۳۹)

هر کسی فضا را بگشاید و اعتراف کند درد و مسئله دارد، در این صورت دواي زندگی به‌سوی او می‌رود. هر کجا هم که گود باشد آب به‌سمت آنجا می‌دود. در واقع اگر انسان منظور و مقصودش زنده شدن به زندگی باشد بنابراین فروتنی کند و در من‌ذهنی کوچک و پست شود، خداوند آب حیات و رحمت را به سمتش روانه می‌کند.

«بیت هندسی»

## آبِ رحمت بایدت، رُو پست شو وانگهان خور خمرِ رحمت، مست شو

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۴۰)

اگر می‌خواهی آبِ رحمت، لطف و کمک زندگی به‌سوی تو بیاید، نسبت به من‌ذهنی صفر و پست شو، نگو «می‌دانم»، کارگاهِ مرکزت را باز کن و روی ذهن بلند نشو؛ آنگاه شرابِ رحمت را بخور و مست شو.

«بیت هندسی»

## رحمت اندر رحمت آمد تا به سر

### بر یکی رحمتِ فِرو ما ای پسر

«حضرت حق سراپا رحمت است، بر یک رحمت قناعت مکن.»

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۹۴۱)

فِرو ما: نایست

ای انسان، خداوند لحظه‌به‌لحظه رحمت اندر رحمت است یعنی تا آخرِ زندگی‌ات در این جهان و بعد از مرگ، لطف و رحمت و کمکش را برای تو می‌فرستد و این مختص یک زمان خاصی نیست. پس در این لحظه به یک رحمت خداوند بسنده نکن و اگر آن را گرفتی نگو وضعم درست شد و به حضور رسیدم، زیرا این تلهٔ شیطان است. مرتب فضا را باز کن تا رحمت او را بگیری.

«بیت هندسی»

## گرچه ایمان هست مبنی بر بنای پنج رکن لیک وَاللَّهِ هِست از آن‌ها أَعْظَمُ الْأَرْكَانِ صِیام

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۶۰۲)

أَعْظَمُ الْأَرْكَانِ: بزرگ‌ترین پایه‌ها

صِیام: روزه گرفتن

گرچه ایمان بر اساس پنج رکن است، اما والله که بزرگ‌ترین و مهم‌ترین رکن آن پرهیز است. پرهیز در واقع زمینه تمام ارکان و هر موفقیت است. امکان موفقیت در معنویت بدون پرهیز اصلاً وجود ندارد.

حدیث

«اسلام است که بر پنج پایه نهاده شده است: کلمه شهادت، نماز، زکات، حج، و روزه رمضان»

## لیک در هر پنج پنهان کرده قدرِ صوم را چون شبِ قدرِ مبارک هست خود پنهان صیام (مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۶۰۲)

اما ارزش پرهیز را در هر پنج رکن پنهان کرده است. مانند شب قدر مبارک که در ماه روزه و پرهیز پنهان است. در هر کار معنوی یک چیزی درشت نوشته شده که بسیار مهم است و آن پرهیز است اما ما آن را نمی بینیم.

**نکته:** شما همین جسم را در نظر بگیرید. اگر بخواهیم این جسم زیبا، قوی و سالم شود و وزنش پایین بیاید، باید از خوردن زیاد پرهیز کنیم. خیلی مواقع نمی توانیم پرهیز کنیم. مثلاً کسی را که می بینیم لاغر است، بدن عضلانی دارد و سنش هم بالاست، می گوییم که اینها را خدا به او داده. ولی نه، وقتی از نزدیک با او ناهار یا شام می خوریم می بینیم که او از خوردن شیرینیها و خیلی چیزهای چاق کننده پرهیز می کند. در نتیجه هیکلش زیباست.

## سنگ بی قیمت که صد خروار از او کس ننگرد لعل گرداند چو خورشیدش درونِ کانِ صیام (مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۶۰۲)

تخته سنگ بی ارزش که هیچ کس به مقدار زیادش هم نگاهی نمی کند، در اثر تابش آفتاب و فشارات زیر زمین تبدیل به لعل می شود. علت این که تبدیل به لعل می شود این است که مرتب از سنگ شدن پرهیز می کند.

## ای مه عید روی تو، ای شب قدر موی تو چون برسم به جوی تو، پاک شود پلید من (مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۳۴)

ماه عید من روی تو و شب قدر من هم موی تو است. اگر فضا را باز کنم و به جوی تو برسم این پلیدیها، همانیدگیها و تمام دردهای من شسته می شود و می رود.

جسم چو خانقاهِ جان، فکرت‌ها چو صوفیان  
حلقه زدند و در میان دل چو آبایزیدِ من  
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۳۴)

آبایزید: عارف بزرگ بایزید بسطامی

جسم من مثل خانقاه یا یک مسجد برای عبادت است. فکرها نیز همچون صوفیان هستند. این فکر و عمل‌ها و هرچه که هست، اطراف دل من حلقه زده‌اند. دل من که همچون آبایزید باز و عدم شده‌است، فکرت‌ها از آن برمی‌خیزند، برای همین راه را پیدا می‌کنند و از آن حکم و راهنمایی می‌گیرند.

دم نزنم خمُش کنم، با همه رو تُرش کنم  
تا که بگویی‌ام، تویی حاضر و مستفیدِ من  
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۳۴)

مستفید: استفاده‌کننده، بهره‌مند

من دیگر حرف نمی‌زنم، ذهنم را خاموش می‌کنم و نسبت به چیزهایی که ذهنم نشان می‌دهد، عبوس می‌شوم تا تو ای خداوند، به من بگویی: تو حاضر من و استفاده‌کننده از من هستی؛ [یعنی شما باید حاضر باشید و لحظه‌به‌لحظه از او استفاده بپزید].

**نکته:** انسان در توهم شومی و مبارکی‌ست. شومی، بدشگونی و نحسی از آن‌جا می‌آید که مرکز ما جسم و درد می‌شود. اگر شما خشمگین شوید، خشم در مرکز شماست. مطمئن باشید لحظات نحس خواهد شد، شما خروّب می‌شوید و همه‌چیز را خراب خواهید کرد. ولی اگر مرکز شما عدم شود آن لحظه خجسته و مبارک است و شما سازنده خواهید بود. بنابراین اگر خداوند یک سختی را برای ما رقم می‌زند، به‌خاطر این است که مرکز ما جسم است.

(قرآن کریم، سوره فصلت (۴۱)، آیه ۱۶)

«فَأَرْسَلْنَا عَلَيْهِمْ رِيحًا صَرْصَرًا فِي أَيَّامٍ نَحْسَاتٍ لِنُذِيقَهُمْ عَذَابَ الْخِزْيِ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَ لَعَذَابُ الْآخِرَةِ أَخْزَىٰ وَ هُمْ لَا يُنصَرُونَ.»

«ما نیز بادی سخت و غرّان در روزهایی شوم بر سرشان فرستادیم تا در دنیا عذابِ خواری را به آن‌ها بچشانیم. و عذابِ آخرت خوارکننده‌تر است و کسی به یاریشان برنخیزد.»



### توضیح آیه:

خداوند روزی را شوم نکرده، ما با جسم بودن مرکزمان این کار را کرده‌ایم و سبب شده‌ایم در دنیا عذابِ خواری را بچشیم یعنی زندگی این‌جهانی‌مان سخت شود. ما این شب قدر را خراب می‌کنیم، بالاخره به خداوند زنده نمی‌شویم و شومی این لحظات از خودمان است.

(قرآن کریم، سوره قمر (۵۴)، آیه ۱۹)

«إِنَّا أَرْسَلْنَا عَلَيْهِمْ رِيحًا صَرْصَرًا فِي يَوْمِ نَحْسٍ مُّسْتَمِرٍّ.»

«ما بر آنها در روزی نحس و طولانی بادی سخت فرستادیم.»

### توضیح آیه:

روزی نحس و طولانی ممکن است که همین طول عمر ما باشد که به نحسی و شومی می‌گذرد، به‌خاطر این‌که مرکزمان جسم است. این خداوند نیست که با ما دشمن است، به این علت که مرکز ما جسم است، این بلاها سرمان می‌آید.

(قرآن کریم، سوره یس (۳۶)، آیه ۱۸-۱۹)

«قَالُوا إِنَّا تَطَيَّرْنَا بِكُمْ لَئِن لَّمْ تَنْتَهُوا لَنَرْجِمَنَّكُمْ وَ لَنَمَسَّنَّكُم مِّنَّا عَذَابٌ أَلِيمٌ.»

«گفتند: ما شما را به فال بد گرفته‌ایم. اگر بس نکنید، سنگسارتان خواهیم کرد و شما را از ما شکنجه‌ای سخت خواهد رسید.»

### توضیح آیه:

کسانی که من‌ذهنی داشتند و مرکزشان جسم بود نصیحت پیغمبران را نپذیرفتند و به آنها گفتند ما شما را به فال بد گرفتیم، درحالی‌که فال بد از مرکز جسمی آنها می‌آمد. به آدم‌هایی مثل مولانا یا پیغمبران گفتند به ما نگوئید که مرکزتان را عدم کنید، درواقع این شما هستید که شومید. این حرف را ما به خداوند هم می‌زنیم، می‌گوییم خداوند بعضی روزها را شوم می‌کند، او نمی‌کند. ما با مرکز جسمی، با حرص و با دردی که در مرکزمان است، آن روز را شوم می‌کنیم.

«قَالُوا طَائِرُكُمْ مَعَكُمْ أَئِنْ ذُكِّرْتُمْ بَلْ أَنْتُمْ قَوْمٌ مُّسْرِفُونَ.»

«گفتند: شومی شما، با خود شماست. آیا اگر اندرزتان دهند چنین می‌گویید؟ نه، مردمی گزافکار هستید.»

### توضیح آیه:

آدم‌هایی مثل مولانا یا پیغمبران به من‌های ذهنی گفتند که شومی شما در مرکزتان است.

(قرآن کریم، سوره سبا (۳۴)، آیه ۳۳)

«...مَكْرُ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ...»

«...نیرنگ شب و روز...»

### توضیح آیه:

نیرنگ شب و روز یعنی در فریب شب و روز افتادن. نیرنگ شب و روز خیلی وسیع است. این نیرنگ شب و روز است که شما می‌گویید اگر بعضی شب‌ها دعا کنیم مستجاب می‌شود و بعضی شب‌ها نمی‌شود. بعضی لحظات مستجاب می‌شود، بعضی اوقات هم که اصلاً نمی‌شود و فایده ندارد.

دل و جان به آبِ حکمت ز غبارها بشوید  
هله تا دو چشمِ حسرت سوی خاکدان نماند  
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۷۱)

هله: آگاه باش، توجه کن، هین

دل و جان آلوده به دردها و همانندگی‌ها را با فضاگشایی و آبِ خردی که از این فضا می‌آید شست‌وشو بدهید، یعنی اجازه دهید در فضای گشوده‌شده همانندگی‌ها شناسایی و از مرکز خارج شوند تا دیگر چشمِ حسرتِ من‌ذهنی به جهان همانندگی‌ها نماند.

## چه مبارک سحری بود و چه فرخنده شبی

### آن شب قدر که این تازه براتم دادند

(حافظ، دیوان غزلیات، غزل شماره ۱۸۳)

برآت: حواله، سند آزادی انسان از ذهن

چه سحر مبارکی بود. سحر مبارک یعنی درحالی که هشیاری در این جسم است، در اثر پرهیز ناگهان عید را ببیند و متوجه شود که این هشیاری جسمی یک لحظه تبدیل به هشیاری حضور شد. پس این شب قدر جسمی فرخنده شب است و سحری که در آن وجود دارد، زنده شدن به خدا، آن هم مبارک سحر است. در این شب قدر سند آزادی ما را به ما می دهند. سند آزادی هشیاری از جسم، سند آزادی زنده شدن به مقصود خود و زنده شدن به بی نهایت و ابدیت خداوند.

## خواه شب و خواه سحر، نیستم از هر دو خبر

### کیست خبر؟ چیست خبر؟ روزشماری صنما

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۴۲)

صنم: بت، زیبارو

صنما: ای زیبارو

چه شب باشد، چه سحرگاه، من از هیچ کدام خبر ندارم. خبر کیست؟ خبر چیست؟ ای خداوند، تقویم و روزشمار من تو هستی و لحظات من دست توست. [این لحظه و لحظه بعد تسلیم هستم. تو یک اتفاق به وجود می آوری، من فضا را باز می کنم، تو زندگی مرا عوض می کنی و لحظات مرا تو می شماری.]  
**نکته:** کسی که تقویمش ذهن است، در بند زمان و مکان است و زمان را می پرستد. شما اگر برای دعا کردن جایی می روید، در واقع مکان را می پرستید. چرا همان جا که هستید دعا نکنید؟ همین لحظه و همین جا فضا را باز کنید و به زندگی وصل شوید.

## پس قیامت شو، قیامت را ببین

### دیدن هر چیز را شرط است این

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۷۵۶)

برای این که قیامت را ببینی، باید به جای تصور کردن قیامت و سبب‌سازی با ذهن، عیناً به آن تبدیل شوی، یعنی از جنس قیامت گردی، فضا را باز کنی و بگذاری زندگی در تو به پای خودش بایستد. زیرا به طور کلی شرط دیدن هر چیزی این است که از همان جنس شوی تا بتوانی حقیقت آن را درک کنی.

**نکته ۱:** شما باید قیامت بشوید، یعنی فضا را باز کنید و بگذارید زندگی در شما به پای خودش بایستد و بر پایه زندگی بلند شوید، نه بر پایه من‌ذهنی. هر موقع دیدید به صورت من‌ذهنی بلند می‌شوید، من‌ذهنی را فشار بدهید تا به زمین بچسبد و صفر شود.

**نکته ۲:** قیامت یعنی بلند شدن به پای زندگی و هشیاری. یعنی تماماً هشیاری می‌شوید یا به عبارتی دیگر طلوع می‌کنید.

**نکته ۳:** اگر شما بخواهید یک چیزی را ببینید باید از جنس آن بشوید. اگر بخواهید شب قدر را ببینید، باید شب قدر بشوید. اما اگر شب قبر بشوید یعنی دام دیگری درست کنید و من‌ذهنی داشته باشید، مکان پرست و زمان پرست بشوید، در توهم ذهن و در زمان روان‌شناختی باشید و در تقویم یزدانی که این لحظه هست نباشید؛ دیگر شب قدری برای شما وجود ندارد.

**نکته ۴:** تقویم شیطان فضا و زمان مجازی و روان‌شناختی است. در تقویم شیطان است که ما به گذشته اجازه می‌دهیم آینده ما را تعیین کند و یک روز خاصی را مثلاً عزا می‌گیریم و گرنه تقویم یزدان که همیشه این لحظه است رحمت اندر رحمت و شادی اندر شادی است. اگر شما فضا را باز کنید، خداوند غیر از شادی بی‌سبب، رحمت، کمک، مساعدت و دستگیری چیز دیگری ندارد. مگر خدا می‌تواند روز شوم و نحس بیافریند؟ آن ساعت‌هایی که مرکز ما درد بوده برای ما نحس شده و در زمان مجازی ذخیره شده و مرتب بالا می‌آید. این ذخیره کردن درد در ما و مرتب بالا آمدن آن مربوط به زمان مجازی و جسم مجازی است، در صورتی که در تقویم یزدان درد وجود ندارد و خداوند هیچ وقت به ما درد نمی‌دهد.

تن چو مادر، طفلِ جان را حامله

مرگ، دردِ زادن است و زلزله

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۵۱۴)

تن، مانند مادر، به طفل جان حامله است. مرگ جسمی هم نوعی درد زایمان است؛ یعنی جان و هشیاری می‌خواهد از رحم جسم زاییده شود.

جمله جان‌های گذشته مُنْتَظِر

تا چگونه زاید آن جانِ بَطِر

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۵۱۵)

بَطِر: شادمان، سرمست

تمام جان‌های گذشته که قبلاً از جسم زاییده شده‌اند، منتظر هستند که ببینند آن جانِ شاد که از جنس الست است، چگونه زاییده می‌شود و از رحم جسم بیرون می‌آید.

زنگیان گویند: خود از ماست او

رومیان گویند: نی، زیباست او

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۵۱۶)

اگر انسان شادی را به غم تبدیل کرده و موقع مردن هنوز من‌ذهنی غمگین داشته باشد، زنگیان یعنی کسانی که هنوز آغشته به درد و همانندگی هستند و به زندگی زنده نشده‌اند، می‌گویند: جان این انسان از ماست. اگر انسان به زندگی و شادی بی‌سببِ عشق زنده شده باشد، رومیان یعنی کسانی که به زندگی زنده شده‌اند، می‌گویند: او از آن ماست و ما او را می‌بریم.

چون بزاید در جهانِ جان و جود

پس نمآند اختلافِ بیض و سُود

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۵۱۷)

بیض: جمعِ اَبِیض به معنی سفید

سُود: آسُود به معنی سیاه

وقتی انسان نسبت به تن می‌میرد، در آن جهانِ جان و فراوانی و بخشش، اختلاف میان سیاه و سفید از بین می‌رود. دیگر بر سر این که او سیاه است یا سفید نزاعی در نمی‌گیرد.

گر بُود زنگی، بَرَنَدش زنگیان  
ور بُود رومی، کَشَنَدش رومیان  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۵۱۸)

اگر او زنگی و از جنس غم باشد، زنگیان او را با خود می‌برند و اگر رومی بوده و به زندگی زنده شده باشد، رومیان او را می‌کشند.

تا نَزاد او، مشکلاتِ عالم است  
آن‌که نازاده شناسد او، کم است  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۵۱۹)

قبل از این‌که جان از جسم نزاده یعنی قبل از مردن، شناخت و تشخیص این‌که یک شخص به حضور رسیده یا نرسیده است، یکی از مشکلات عالم است.

او مگر یَنْظُرُ بِنُورِ اللَّهِ بُود  
کاندرونِ پوست او را ره بُود  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۵۲۰)

مگر کسی که با نور خدا و هشیاری نظر می‌بیند. فقط چنین انسانی می‌تواند در پوست نفوذ کند؛ یعنی می‌تواند تشخیص دهد که انسانی دیگر پر از من‌ذهنی و درد است یا واقعاً به خداوند زنده شده است، اوست که می‌فهمد در دل این عالم چه خبر است.

حدیث

«اتَّقُوا فَرَاةَ الْمُؤْمِنِ فَإِنَّهُ يَنْظُرُ بِنُورِ اللَّهِ.»  
«بترسید از زیرکی مؤمن که او با نور خدا می‌بیند.»

اصلِ آبِ نطفهِ اِسپید است و خُوش  
لیک، عکسِ جانِ رومی و حَبَش  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۵۲۱)

اصل آب نطفه، اصل آب هشیاری که از عدم می‌آید، سپید و خوش است اما وقتی همانیده می‌شویم، یکی با فضاگشایی به طرف حضور می‌رود و یکی دیگر به طرف انقباض می‌رود. عکس همانیدگی‌ها روی آن آب هشیاری بی‌رنگ افتاده و آن را به هر رنگی درمی‌آورد.

می‌دهد رنگ، أَحْسَنُ التَّقْوِيمِ را  
تا به أَسْفَلَ می‌بَرَد این نیم را  
(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۵۲۲)

آسفل: پایین‌تر، پست‌تر

بنابراین وقتی هشیاری که در اصل بی‌رنگ است، دچار همانیدگی می‌شود، احسن‌التقویم یا همان اعتدال را به هم می‌ریزد و به آن رنگ می‌دهد. اعتدال زمانی ایجاد می‌شود که انسان اجازه دهد زندگی روی او کار کند و از نافرمانی، قضاوت، مقاومت و ستیزه اجتناب کند؛ در نتیجه میل به من‌ذهنی، هشیاری جسمی و ماندن در ذهن، نیمی از انسان‌ها را به پایین‌ترین مرتبه و بدترین حالت می‌کشاند.

دیده‌هاشان را به سِحْرِ دوختند  
تا چنین جوهر به خَسِّ بفروختند  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۹۹۹)

خَس: خاشاک، کنایه از چیز حقیر و بی‌ارزش

درست است که آلت در جسم، «شب قدر» است ولی چشم عدم و چشم خدایت انسان‌ها به وسیله سِحْرِ دوخته شده‌است. به طوری که این جوهر و این هشیاری را به خَس یعنی محتوای ذهنشان فروخته‌اند. [سِحْر اثر همانیدگی‌ها و از پشت عینک همانیدگی‌ها و دردها دیدن است.]

این گُهر از هردو عالم برتر است  
هین بخر زین طفلِ جاهل، کاو خر است  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۰۰۰)

این گوهر که انسان به خداوند زنده شود و به صورت خورشید از درونش طلوع کند، از دو عالمی که ذهن نشان می‌دهد برتر است. تو به عنوان خدایت این گوهر را از طفل جاهل که من‌ذهنی توست، بخر؛ بنابراین با چشم همانیدگی‌ها و من‌ذهنی به این گوهر نگاه نکن و آن را از دست من‌ذهنی درآور.



## پیشِ خر، خرْمهَره و گوهر یکی ست آنِ اِشک را در دُر و دریا شکی ست

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۰۰۱)

خرْمهَره: نوعی مَهْره بزرگ سفید یا آبی که آن را بر گردن خر و اسب و آستر آویزند.  
اِشک: خر، الاغ (لفظی ترکی است).

پیش من ذهنی خرْمهَره و گوهر یکی ست. برای خر فرق نمی‌کند به گردنش یک خرْمهَره بیندازی که هیچ ارزشی ندارد یا یک الماس؛ خر تفاوت آن‌ها را نمی‌فهمد. من ذهنی نیز فهمش همین قدر است. خر در تبدیل خودش به دُر دریای یکتایی شک دارد. [واقعاً ما به این حقیقت شک داریم. شاید خواندن این بیت‌ها و تکرار آن‌ها این شک را در ما برطرف کند که حقیقتاً هم می‌تواند این کار را بکند.]

## هرکه او ارزان خرد، ارزان دهد گوهری، طفلی به قُرسی نان دهد

(مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۷۵۶)

انسان خاصیت خداگونگی، شادی بی‌سبب، صنُع و زنده شدن به بی‌نهایت و ابدیت خداوند را ارزان به دست آورده و درواقع به او به ارث رسیده‌است، بنابراین در من ذهنی این گوهر حضور را به همانندگی‌ها فروخته است، درست مانند کودکی که چیز گران‌قیمتی را می‌دهد تا چیز ارزانی بگیرد.

## مُنکرِ بحر است و گوهرهایِ او کی بُود حیوان دُر و پیرایه‌جو؟

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۰۰۲)

پیرایه: آرایش

خر دریا و گوهرهای آن را انکار می‌کند. یعنی من ذهنی منکر بحر یکتایی و گوهرهای آن است که همان حس امنیت، خرد، قدرت عمل، هدایت، شادی بی‌سبب و عشق است. ممکن است زبانا و ذهناً اقرار کند ولی دراصل در ذهن است. حیوان که من ذهنی شبیه اوست، دنبال آرایش و پیرایه نمی‌گردد و نمی‌خواهد خودش را زیبا کند. هر من ذهنی که می‌خواهد در زشتی بماند و نمی‌خواهد زیباتر شود، درواقع با دید اشتباه می‌بیند.

## در سر حیوان خدا ننهاده است کاو بُود در بندِ لعل و دُرپرست

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۰۰۳)

خداوند در سر حیوان این را قرار نداده که دنبال لعل و مروارید باشد. عقل من‌ذهنی نیز این موضوع را نمی‌فهمد که دنبال لعلِ حضور و دُرپرست باشد و در بحر یکتایی به خداوند و به بی‌نهایت او زنده شود.

## مر خران را هیچ دیدی گوشوار؟ گوش و هوش خر بُود در سبزه‌زار

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۰۰۴)

آیا تو دیده‌ای که خران گوشواره به گوش خود آویزان کنند؟ قطعاً ندیده‌ای؛ زیرا همه هوش و حواس و توجه آن‌ها به سبزه‌زار است. [«گوشوار» یعنی دنبال پیغام درست. من‌ذهنی دنبال پیغام ایزدی نمی‌گردد، پیغامش همین پیغام‌های بی‌مصرف از بیرون هستند. اخبار، نمی‌دانم چه کسی چه کسی را شکست داده و کجا را ویران کرده‌اند. این‌ها تقویم شیطان است، نه تقویم یزدانی. کسانی که در این لحظه باشند از این کارها انجام نمی‌دهند.]

## خلق را طاق و طُرْم عاریتیست امر را طاق و طُرْم ماهیتیست

(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۱۰۳)

طاق و طُرْم: جلال و شکوه ظاهری

عاریتی: قرضی

ماهیتی: ذاتی

مردم عادی که من‌ذهنی دارند، جلال و شکوهشان را از حادثها، جهان بیرون و چیزهای آفلی که ذهن نشان می‌دهد قرض می‌گیرند، درحالی‌که جلال و شکوه «آمر» یا همان خداوند که در این فضای گشوده‌شده است و جنس اصلی ماست، ماهیتی و ذاتی بوده و ارزش حقیقی دارد.

**نکته ۱:** شما باید از خودتان بپرسید آیا من جلال و شکوه را از فضاگشایی و زنده شدن به خداوند می‌گیرم؟ یا جلال و شکوه را از چیز باقیمتی که دارم و از خودم آویزان کرده‌ام یا سواد، مدرک و مقام که می‌خواهم آن‌ها را به مردم نشان بدهم به دست می‌آورم؟

**نکته ۲:** آلتست یکی از مهم‌ترین مفاهیم یا معانی‌ای است که مولانا خیلی زیاد می‌آورد. آلتست یعنی ما از جنس خدا هستیم و برای رسیدن به مقصودمان که زنده شدن به خداست اصلاً به چیزی که ذهن نشان می‌دهد و طاق و طُرُنْب این جهانی احتیاج نداریم. ما باید بسنجیم که آیا واقعاً این چیزها برای ما لازم است؟ خواهیم دید که لازم نیست.

### تا به دیوارِ بلا ناید سرش نشود پندِ دل آن گوشِ کرش

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۰۶۳)

تا زمانی که سر انسان من‌ذهنی به دیوار بلا نخورد و اتفاقات ناگوار برایش رخ ندهد، گوش ناشنوای او پندهای عارفان و انسان‌های زنده‌شده به بی‌نهایت خدا را نمی‌شنود؛ یعنی تسلیم نمی‌شود و همچنان مرکز خود را جسم کرده و آنچه ذهنش نشان می‌دهد را مهم و جدی می‌داند.

**نکته:** ما نباید اجازه دهیم این بیت در ما صدق کند و این قدر راه انحرافی و توهم من‌ذهنی را برویم که سرمان به دیوار بخورد. بعد از آن وقتی به این شب قدر که جسم ماست ضرر رساندیم، آن موقع گوش کر ما پند مولانا یا پند خداوند را در فضای گشوده‌شده به صورت صنع بشنود. ما باید قبل از این که سرمان به دیوار بلا بخورد، پند مولانا را بشنویم و به آن عمل کنیم.

### أَحْسَنِ التَّقْوِيمِ در وَالتَّيْنِ بخوان که گرامی‌گوهر است ای دوست، جان

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۰۰۵)

أَحْسَنِ التَّقْوِيمِ یا تقویم یزدانی را در سوره تین بخوان که این گوهرِ جان ما گوهر بسیار گران‌بهای است و همان جان زنده زندگی و آلتست است، نه جان ذهنی.

### أَحْسَنِ التَّقْوِيمِ، از عرشِ او فزون أَحْسَنِ التَّقْوِيمِ، از فکرت برون

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۰۰۶)

أَحْسَنِ التَّقْوِيمِ یعنی این فضای گشوده‌شده از عرش خداوند بزرگ‌تر است؛ به عبارت دیگر تمام کائنات در ما جا می‌شود. فکر ما نمی‌تواند این فضای گشوده و تقویم یزدانی را بشناسد.

گر بگویم قیمتِ این مُمتنع  
من بسوزم، هم بسوزد مُستمع  
(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۰۰۷)

مُمتنع: رفیع، محال  
مُستمع: شنونده

اگر قیمت این چیز غیرممکن و محال را بگویم، من می‌سوزم؛ زیرا برای این که قیمتش را بگویم باید به آن تبدیل شوم و اگر به آن تبدیل شوم، شما هم می‌سوزید یعنی ذهنتان می‌سوزد. [محال یا این چیزی که مشکل به دست می‌آید، به خاطر این است که ما راه را برعکس می‌رویم.]  
**نکته:** خیلی از آدم‌ها تاب و تحمل این را ندارند که چند هم‌هویت‌شدگی را یک دفعه ببیندازند، باید به تدریج ببیندازند. می‌بینیم که مولانا با ما آرام‌آرام کار می‌کند.

عشق است یکی جانی، دررفته به صد صورت  
دیوانه شدم باری، من در فن و آیینش  
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۲۷)

در تمام باشندگان عالم نیروی زندگی کار می‌کند. در همه انسان‌ها یک عشق و یک زندگی وجود دارد که وقتی به وحدت مجدد با خدا می‌رسند، یک جان جدیدی پیدا می‌کنند که غیر از جان ذهنی آن‌هاست. این جان در بدن‌ها، فکرها و صورت‌های مختلف انسان‌ها رفته ولی بودنشان یکی و خداوند اصل و جوهر همه آن‌هاست. فن و آیین این عشق که از طرف زندگی می‌آید، فن و آیین من ذهنی مرا بی‌اثر کرده و من واقعاً دیوانه شدم. برای ذهن من تکنیک‌ها، فنون، آیین، راه و روش‌ها و شیوه خدا در این لحظه که در اثر فضاگشایی از من عبور می‌کند، حیرت‌انگیز است و عقل ذهنی من به آن نمی‌رسد.

حُسن و نمکِ نادر در صورتِ عشق آمد  
تا حُسن و سکون یابد جان از پی تسکینش  
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۲۷)

وقتی عشق در انسان بروز می‌کند، یک زیبایی و یک بانمکی کمیابی به او نمایانده می‌شود تا جانش از طریق آرامش و تسکین او زیبایی و سکون پیدا کند. [پس با فضاگشایی و آمدن عشق شما تسکین، سکون و آرامش پیدا می‌کنید.]

## این صورتش بهانه‌ست، او نورِ آسمان است بگذر ز نقش و صورت، جانش خوش است، جانش

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۶۳)

صورت بهانه است، درواقع هم خداوند و هم ما نور آسمان هستیم. هشیاری در این صورت قرار دارد و این صورت، بهانه ماست. ما باید از نقش و صورت بگذریم و جان او خوش است، جان او خوش است، زنده شدن به جان او خوش است، یعنی وقتی که این تن زنده هست، ما می‌توانیم به جان خداوند که بی‌نهایت است زنده بشویم، باید به آن سو برویم.

## بر طالعِ ماهِ خود تقویمِ عجب بست او

### تقویم طلب می‌کن در سورهٔ وَالتَّيْنِش

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۲۷)

خداوند برای طلوع ماه خودش یک تقویم عجیبی دارد که غیر از این تقویمی‌ست که ما با آن کار می‌کنیم. ای انسان، برو تقویم را در سوره تین طلب کن، برو آن سوره را بخوان و تقویم را یاد بگیر. [تقویم ما در ذهن که در آن روزها و شبها و لحظات با هم فرق دارند، اتفاقات مهم می‌افتد و ما با این اتفاقات هم‌هویت می‌شویم اما در تقویم یزدانی، این لحظه خداوند است، لحظه بعد هم خداوند است و فقط با قضا و کُن فکان فرمها عوض می‌شوند.]

## خورشید به تیغِ خود آن را که کُشد ای جان

### از تابشِ خود سازد تجهیزش و تکفینش

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۲۷)

تجهیز: وسایل کفن مرده

تکفین: مرده‌ای را کفن کردن، کفن پوشاندن به مرده

ای انسان، اگر اجازه دهی و دخالت خودت را صفر کنی تا نور ایزدی و خورشید خداوند با فضاگشایی به تو بیفتد و من‌ذهنیات را بکشد، از تابشِ خودش آن را تجهیز و تکفین می‌سازد و کل فرآیند تبدیل تو را خودش با قانون قضا و کُن فکان انجام می‌دهد. [یعنی شما تقویم یزدانی را بگیرید، فضا را باز کنید و اصلاً نگران مردن به من‌ذهنی و زنده شدن به خداوند نباشید.]

## قضا که تیرِ حوادث به تو همی انداخت تو را کُند به عنایت از آن سپس سپری

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۵۶)

زندگی برای این که تو را متوجه کند که همانندگی جدید به مرکزت نیاوری و با عقل من ذهنی فکر و عمل نکنی، با تیر «قضا و کُن فکان»، همانندگی هایت را نشانه می گیرد و حوادثی را ایجاد می کند که آن ها را بیندازی و مرکزت را خالی کنی. سپس وقتی با فضاگشایی مرکزت عدم شد، با عنایت، رحمت و توجهش تو را تبدیل به سپری می کند تا از تیر حوادث محفوظ بمانی.

**نکته:** لحظه ای که شما تصمیم می گیرید که من ذهنی زندگی شما را اداره نکند و «قضا و کُن فکان» این کار را کند، سبب سازی دست از سر شما برمی دارد و شما موفق می شوید؛ خوشا به حالتان، تبریک به شما.

## هم رحمتِ رحمانی، هم مرهم و درمانی دَرده تو طبیبانه آن دافعِ صفرا را

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۸۷)

دَر دادن: عطا کردن، دادن

خداوندا، تو هم مظهر مهربانی و رحمتی و هم دوا و درمان هر دردی هستی. وقتی فضا را می گشاییم، مرکز ما عدم می شود، تو همچون طبیبی حاذق مرهمی بر روی دردهای ما می گذاری. [برای رسیدن به این مطلب باید فضاگشایی کنیم. ما رحمت رحمان هستیم. وقتی من ذهنی صفر می شود هم مرهم و هم درمان خودمان هستیم. عشق یا یکی شدن ما با خداوند دافعِ خشم، ترس و همه دردهای من ذهنی ست.]

## چو نقش را تو بروبی، خلاصه آن را فرشتگی دهی و پرّ و بالِ کَرّوبی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۵۰)

کَرّوبی: آسمانی، منسوب به عالم فرشتگان

خدایا، اگر تو نقش‌ها و همانیدگی‌ها را از مرکز من جارو کنی، هیچ‌چیز باقی نمی‌ماند به جز خودت که خلاصه خوبی‌ها هستی و من هم همان هستم. سپس به این خلاصه همه خوبی‌ها، حالت فرشتگی و پر و بال کربوبی می‌بخشی که مخصوص عالم فرشتگان است.

### که درون سینه شرح داده‌ایم

#### شرح آندر سینه‌ات بنهاده‌ایم

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۱۰۶۷)

[مولانا از زبان زندگی می‌گوید:] ای انسان ما بی‌نهایت خود را در مرکز تو قرار داده‌ایم و توانایی فضاگشایی، سکوت‌شنوی و عدم‌بینی را نیز در هشیاری‌ات نهاده‌ایم. بنابراین هر لحظه می‌توانی با استفاده از این توانایی به بی‌نهایت ما که جنس اصلی توست زنده شوی.

### دلا، مقیم شو اکنون به مجلس جان‌ها

#### که کدخدای مقیمان بیت معموری

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۷۳)

ای دل من، اکنون در مجلس جان‌ها که در واقع فضای گشوده‌شده است مقیم شو؛ زیرا به‌عنوان انسان کدخدای مقیمان خانه آبادشده به‌وسیله خداوند هستی. [یعنی ما باشنده‌ای هستیم که خانه دل، بیرون و جسم ما را خداوند خودش درست می‌کند.]

### چون بود ای دلشده چون؟ نقد بر از کُن فیکون

#### نقد تو نقد است کنون، گوش به میعاد مده

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۸۴)

ای انسان عاشق، تو با چونی ذهن چگونه می‌خواهی زندگی را بشناسی؟ اگر بخواهی بی‌چون شوی، باید فضا را باز کنی و این لحظه از «کُن فیکون» استفاده ببری. همین لحظه نقد تو است، به آینده و وعده‌های ذهنت گوش نده.

**نکته:** این بیت را هم می‌توانیم سؤالی بخوانیم و هم غیر سؤالی. در غیر سؤالی می‌گوید چون همیشه چون است. مثلاً اگر کسی همانیده باشد، یک چون است. دائماً به چگونگی خودش فکر کرده، حالش را توصیف می‌کند و می‌گوید حالم بد است یا خوب است. روح و «کُن فیکون» چون ندارد. شما نمی‌توانید بگویید که صنغ و «قضا و کن فکان» خداوند چگونه کار می‌کند.



عاشقِ حالی، نه عاشقِ بر مَنی

بر امیدِ حالِ بر من می‌تنی

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۲۸)

[مولانا از زبان زندگی می‌گوید:] ای من‌ذهنی، تو عاشق من نیستی و نمی‌خواهی به من زنده شوی، بلکه عاشقِ حالِ خوشی هستی که از همانندگی‌های مرکزت می‌گیری، و تنها به امیدِ این‌که همانندگی‌هایت را زیادتر کنم تا حالِ من‌ذهنی‌ات خوب شود، نامم را بر زبان می‌آوری و مرا عبادت می‌کنی.

**نکته ۱:** ما عاشقِ حالِ من‌ذهنی‌مان هستیم. من‌ذهنی ما چونی دارد، نوعی حال دارد، حالش یا خوب است یا بد، یا متوسط است و یا خراب. اما زندگی چونی ندارد، همیشه خوب است، اصلاً خوب هم نیست زیرا خوب یک لفظِ توصیفی است، زندگی همان‌طور که هست عالی‌ست.

**نکته ۲:** ما معمولاً برای خوب کردن حالِ من‌ذهنی‌مان دعا می‌کنیم. می‌گوییم خدایا، این را به من بده تا حالم خوب شود و متوجه نیستیم که داریم حالِ من‌ذهنی‌مان را خوب می‌کنیم. باید از خودمان پرسیم آیا من می‌خواهم حالِ من‌ذهنی‌ام را خوب کنم یا می‌خواهم واقعاً به خداوند تبدیل و به او زنده شوم؟ خواهیم دید به احتمال خیلی زیاد ما دائماً داریم کوشش می‌کنیم تا حالِ من‌ذهنی‌مان خوب شود.

هست صوفیِ صفاجوِ ابنِ وقت

وقت را همچون پدر بگرفته سخت

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۳۳)

صوفی صفاجو فرزند زمان حال و این لحظه است، یعنی از این لحظه تکان نمی‌خورد و او را «قضا و کُنْ فِکَان» اداره می‌کند؛ بنابراین لحظه را مانند پدر سخت در آغوش گرفته‌است.

آن‌که یک دم کم، دمی کامل بُود

نیست معبودِ خلیل، آفل بُود

(مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۴۲۹)

آفل: گذرا

کسی که من‌ذهنی دارد دنبال حال است. هر لحظه حالش با هم‌هویت‌شدگی‌هایش کم و زیاد می‌شود یعنی معبودش همان چیزهای آفل و گذرا هستند. [درحالی‌که شما باید دنبال زنده شدن به بی‌نهایت خدا باشید، همان معبودِ زوال‌ناپذیر که ابراهیم خلیل به آن زنده شد.]

## کي داند چون آخر استادی بي چون را

### گنجاند در سجین او عالم علیین

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۸۶۳)

سجین: جایی در دوزخ

عالم علیین: عالم بالا، بهشت برین

من ذهنی استادی بی چون را که با «قضا و کُن فکان» کار می کند، نمی تواند بفهمد. خدا در پایین ترین سطح من ذهنی، عالم بالا یعنی حضور و بی نهایت خودش را پنهان کرده و گنجانده است و با فضاگشایی آن را دوباره آشکار می کند. [به عنوان مثال ما با من ذهنی نمی دانیم ابیات مولانا برایمان خوب است یا بد؛ فقط باید بپذیریم و خودمان را در معرض بی چونی این ابیات قرار دهیم. من ذهنی به این دلیل که دنبال «چون» است، استادی مولانا را نمی تواند بشناسد.]

## زین سپس ما را مگو چونی و از چون درگذر

### چون ز چونی دم زند آن کس که شد بی چون خویش؟

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۲۴۷)

از این پس دیگر با ذهن حال مرا نپرس و از چون که مربوط به ذهن است بگذر، زیرا من دیگر از ذهن خارج شده ام. کسی که به زندگی و عدم زنده و مرکزش از همانندگی پاک شده، چطور می تواند حالش با کم و زیاد شدن همانندگی ها بد یا خوب باشد؟

## عاشق چو قند باید، بی چون و چند باید

### جانی بلند باید، کآن حضرتی است سامی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۹۵۶)

سامی: بلندمرتبه

عاشق باید با فضاگشایی مانند قند شیرین باشد، به شادی بی سبب دست پیدا کند، دوباره خودش را به صورت زندگی شناسایی کرده و از چونی درآمده باشد. یعنی هر لحظه با معیارهای ذهن چگونگی خود را ارزیابی نکند، بلکه از جنس خداوند شود تا جانی بلندمرتبه و مقام خداگونه پیدا کند و این موقعی است که انسان فضا را بی نهایت باز می کند، به او زنده شده و روی پای زندگی می ایستد.

از شرابِ صِرَفِ باقی کاسهٔ سرِ پُر کنید  
فرشِ عقل و عاقلی از بهرِ لَله طی کنید  
(مولوی، دیوان شمس، غزل شمارهٔ ۷۴۷)

صِرف: خالص

از شرابِ خالص و جاودان و شرابی که از فضاگشایی و از درونتان می‌آید، کاسهٔ سر خود را پر کنید و مست شوید، نه شرابی که از بیرون می‌آید. برای زنده شدن به خداوند فرش عقل و عاقلی من‌ذهنی را جمع کنید.

چنان گشت و چنین گشت، چنان راست نیاید  
مدانید که چونید، مدانید که چندید  
(مولوی، دیوان شمس، غزل شمارهٔ ۶۳۸)

در راه شناسایی و بازگشت آگاهانه به سوی خدا، قوانین علت و معلولی و سبب‌های ذهنی که اگر چنین کنم چنان می‌شود و به حضور می‌رسم، درست در نمی‌آید. بهتر است فضا را باز کنید و اصلاً ندانید که حضورتان چگونه و چقدر است. با خطکش‌های مادیِ ذهن، پیشرفت معنوی خود را اندازه نگیرید. **نکته:** شما پیشرفتتان را با خطکش ذهن اندازه نگیرید، خطکش ذهن چونی است. نگویید من که هنوز حالم خوب نشده؛ فعلاً حال شما به همانندگی‌هایتان بستگی دارد. اگر به‌لحاظ زندگی حال شما خوب هم شده باشد، من‌ذهنی نمی‌تواند آن را اندازه بگیرد. پس از من‌ذهنی نپرسید که من چقدر پیشرفت کرده‌ام.

چون بگویی: جاهلم، تعلیم ده  
این‌چنین انصاف از ناموس به  
(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۱۳۸۸)

ناموس: خودبینی، تکبر، آبروی مصنوعی

اگر بگویی: «خدایا، من جاهلم چون راه زندگی را نمی‌دانم و با ذهنم برحسب همانندگی‌ها فکر می‌کنم، بنابراین فضا را باز می‌کنم تا از دانایی خودت به من دانش بدهی.» این عینِ انصاف و عدل است، زیرا واقعاً خودت بودی که زندگی‌ات را خراب کردی و همهٔ بلاها را سر خودت آوردی و این انصافِ تو از حیثیت بدلی و پندار کمالِ من‌ذهنی بهتر است.

## بی‌چون تو را بی‌چون کند، روی تو را گلگون کند خار از کفت بیرون کند و آنگه سوی گلزار شو

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۱۳۳)

در این لحظه بی‌چون فقط خداوند است. بنابراین اگر فضاگشایی کنی و مرکزت عدم شود، بی‌چون می‌شوی. بر چهار بعد تو که بتابد روی تو را گلگون و سالم می‌کند، روی اصلی تو را به تو نشان می‌دهد و خار من‌ذهنی را از کفت بیرون می‌کند. وقتی این اتفاق افتاد به سوی بهشت برو.

## یوسفان چنگال در دلّوش زده

رسته از چاه و شه مصری شده

(مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۴۵۷۲)

دلّو: سطل

رسته: رها شده

یوسفان چنگ در دلو خداوند زده، از چاه رهیده‌اند و پادشاه مصر شده‌اند؛ یعنی انسان‌هایی که فضا را باز می‌کنند این فضای گشوده‌شده مثل یک طناب یا دلو است که با استفاده از آن می‌توانند به صورت یوسف از چاه تاریک دنیا و ذهن رسته و تبدیل به شاه مصر یا جهان بی‌فرمی شوند.

## گفت که این خانه دل پر همه نقش است چرا؟ گفتم: این عکس تو است، ای رخ تو رشک چگل

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۳۵)

رشک: غبطه خوردن

چگل: ناحیه‌ای در ترکستان که مردمی به‌غایت زیبا دارد، در ادب پارسی به‌عنوان مظهر زیبایی به‌کار می‌رود. خداوند از انسان پرسید: چرا این قدر خانه دل تو و این جهان پر نقش و نگار است؟ گفتم: این‌ها همه انعکاس روی تو است. روی تو در جهان این‌گونه منعکس شده‌است. ای کسی که رخت مورد رشک و حسادت زیبارویان چگلی است.

## یکی جانیست در عالم که ننگش آید از صورت

### بپوشد صورت انسان ولی انسان من باشد

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۷۸)

در عالم یک جانی وجود دارد که جان خداوند است و به صورت آلت در انسان دمیده شده. این جان از صورت ننگش می‌آید، صورت را دوست ندارد و به آن افتخار نمی‌کند. همین جان خدایی و الست صورت انسان را می‌پوشد و به تن می‌کند ولی انسانی که می‌تواند به بی‌نهایت خدا زنده شده باشد نه انسانی که من‌ذهنی دارد. [درست است که خداوند از صورت خوشش نمی‌آید ولی این صورت انسان یک صورتی است که انسان می‌تواند در آن و در همین شب قدر به بی‌نهایت خدا زنده شود].

## تو مگر آیی و صید او شوی

### دام بگذاری، به دام او روی

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۴۱۰)

[اکنون که عشق در دام من‌ذهنی نمی‌افتد] چاره‌ای نداری جز این‌که بیایی و با فضاگشایی و کنار گذاشتن عقل من‌ذهنی، صید زندگی شوی. دامی را که به واسطه کمک گرفتن از عقل من‌ذهنی پهن کرده‌ای رها کرده و به دام زندگی بیفتی، یعنی با کنار گذاشتن سبب‌سازی ذهن اجازه دهی تا صنع خداوند کار کند.

## آه کردم، چون رسن شد آه من

### گشت آویزان رسن در چاه من

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۱۱)

وقتی با آه آرزومندی شناسایی کردم که در یک سیستم بسته فکری افتاده‌ام طلب واقعی برای زنده شدن به زندگی کردم و آنچه را ذهن نشان می‌داد به مرکز راه ندادم، این آه آرزومندی من مانند طنابی به درون چاه همانندگی‌هایم که در آن زندانی بودم آویزان شد.

آن رَسَن بگرفتم و بیرون شدم  
شاد و زَفْت و فَرِبِه و گُلگون شدم  
(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۱۲)

رَسَن: ریسمان، طناب  
زَفْت: بزرگ، ستمبر

آن طناب عدم و فضای گشوده شده را متعهدانه گرفتم و با کمک زندگی و تحمل درد هشیارانه از چاه همانندگی‌ها بیرون آمدم و در رحمت زندگی قرار گرفتم؛ در نتیجه شادی بی سبب را تجربه کردم، گل حضورم باز شد، به بی نهایت خداوند تبدیل شدم و آثار این تبدیل در چهار بعد من نمایان گشت.

حمدِ لِلَّهِ، کاین رَسَن آویختند  
فضل و رحمت را به هم آمیختند  
(مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۱۲۷۸)

خدا را شکر که طناب صبر را انداختند و این گونه دانش، لطف و رحمت ایزدی را به هم آمیختند؛ هم دانش را به انسان دادند و هم رحمت ایزدی را. [برای انسان که من ذهنی درست کرده و در چاه همانندگی‌ها افتاده است، اگر ریسمان صبر و فضاگشایی نبود، او هیچ چاره دیگری نداشت.]

از چاه شورِ این جهان، در دلوِ قرآنِ رو، برآ  
ای یوسف، آخرِ بهرِ توست این دلوِ در چاه آمده  
(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۲۷۹)

ای انسان، با باز کردن فضای درون، از چاه شور همانندگی‌ها و دردها، در دلوِ قرآن، دلوِ فضل و رحمت ایزدی برو و از این چاه بالا بیا. تو مانند یوسف که از چاه نجات یافت، می توانی با فضاگشایی و استفاده از تعلیمات خدا و زندگی، سوار این دلو شوی که برای نجات تو فرستاده شده است.

رحمتی، بی علتی بی خدمتی  
آید از دریا مبارک ساعتی

(مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۲۴)

اگر انسان فضا را باز کند، در این لحظه که مبارک است، رحمتی از طرف دریا یعنی زندگی می‌رسد و این رحمت بی علت یعنی بدون سبب‌سازی ذهنی است و بی خدمت یعنی بدون کارهایی است که من‌ذهنی آن‌ها را خدمت یا کار خوب می‌داند.

«بیت هندسی»

بستم من گردنِ جان، بُردم پیشش به نشان  
مُجرمِ عشق است مکن مجرمِ خود را تو بِحِل

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۳۵)

بِحِل: حلال کن، از جرم و گناهم درگذر.

گردن جان ذهنی‌ام را بستم و به نشان، پیش زندگی یا خداوند بردم. گفتم من مجرم عشق هستم، تو این مجرمت را ببخش و از جرم و گناهش درگذر؛ یعنی فضاگشایی کردم، من من‌ذهنی‌ام را دست او دادم و گفتم دیگر از آن استفاده نمی‌کنم.

داد سرِ رشته به من، رشته پر فتنه و فن  
گفت: بکش تا بکشم، هم بکش و هم مگسل

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۳۵)

مگسل: جدا نکن، پاره نکن

به محض این‌که او را در اثر فضاگشایی دیدم، سر رشته را به دستم داد. خداوند گفت این طناب پر از فتنه و آشوب است، مواظب باش من‌ذهنی را به کار نبری، مرکزت را عدم نگه دار و با این رشته به من وصل شو. این رشته و این ارتباط را پاره نکن. آن را بکش، همچنان فضا را بگشا تا من تو را بیرون بکشم. [به محض این‌که یک چیز ذهنی به مرکزت بیاید، این طناب پاره خواهد شد، دستت از دست من رها می‌شود و دوباره ته چاه می‌افتی.]



## پای بکوب و دست زن، دست در آن دو شست زن

### پیشِ دو نرگسِ خوشش کُشته نگرِ دلِ مرا

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۵۱)

شست: قلاب ماهیگیری، «دو شست» کنایه از موی جلوی سر است که به دو بخش تقسیم شود و بافته گردد.

شروع به رقصیدن و پای کوبی کن و دست بزن. پس بی سبب شاد باش و با فضاگشایی دست بر دو زلف معشوق بزن و آن را محکم بگیر. با چشم عدم دو چشم مست و زیبای معشوق را ببین و من ذهنی مرا کشته و صفر شده در نظر بگیر و مرا زندگی ببین.

## چون مراقب باشی و گیری رَسَن

### حاجت نآید قیامت آمدن

(مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۴۶۱)

اگر تو دائماً مراقب خودت باشی، یعنی به حضور ناظر زنده باشی، ذهنت را تماشا کنی و این ریسمان الهی را در دست بگیری و این طناب وصل را داشته باشی، ذهنت نمی تواند به مرکزت بیاید؛ بنابراین نیازی به فرارسیدن روز قیامت در آینده نداری، همین لحظه می توانی به بی نهایت خدا زنده شوی.

## خِرفِ باش، خِرفِ باش، ز مستی و ز حیرت

### که تا جمله نیستان، نماید شِکری ها

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۹۳)

خِرف: خرفت، گول و کودن

از مستی و حیرت، با فضاگشایی و صفر کردن سبب سازی ها، نسبت به من ذهنی احمق و خرف باش و به حرفش گوش نده تا همه انسان ها مانند نی شِکری کنند. [همه انسان ها در نیستان زندگی، نی هستند. اگر ما این حالت را به خودمان بگیریم از مستی و حیرت، زیرکی را کنار بگذاریم، همه انسان ها می توانند شِکری کنند.]

## خاموش، آب نکه دار همچو مَشکِ دُرست ور از شکاف بریزی، بدان که مَعیوبی

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۳۰۵۰)

خاموش باش، در این لحظه زندگی را زندگی کن، آبِ هشیاریات را حفظ کن و مانند مَشکی سالم که سوراخ نیست، اجازه نده توجه زنده زندگیات دزدیده شود و به بیرون برود. اگر از شکاف و سوراخ این مشک که همانیدگی‌های تو هستند، آب زندگیات بیرون برود و تبدیل به مسئله، مانع، دشمن، کارافزایی و درد شود، بدان که معیوب هستی.

## خاموش که خاموشی، بهتر ز عسل نوشی درسوز عبارت را، بگذار اشارت را

(مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۷۵)

عبارت: قیل و قال ذهن

اشارت: با حرکت دست و چشم و ابرو مطلبی را القا کردن.

خاموش باش که خاموشی بهتر از نوشیدن عسل‌های مادی بیرونی و شیرینی همانیدگی‌هاست. عبارت را بسوزان و اشارت را هم بگذار؛ یعنی این قیل و قال و حرف‌های ذهن را کنار بگذار و حتی با ایما و اشاره هم حرف نزن. اجازه نده هیچ حرکتی از ذهن صادر شود تا خداوند در مرکزت قرار بگیرد.

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 ۱۰۰۲ گنج حضور (استاد پرویز شهبازی)  
کتاب های تفسیر مثنوی (استاد کریم زمانی)  
با تشکر: کارگروه خلاصه نویسی متن برنامه های گنج حضور

پایان